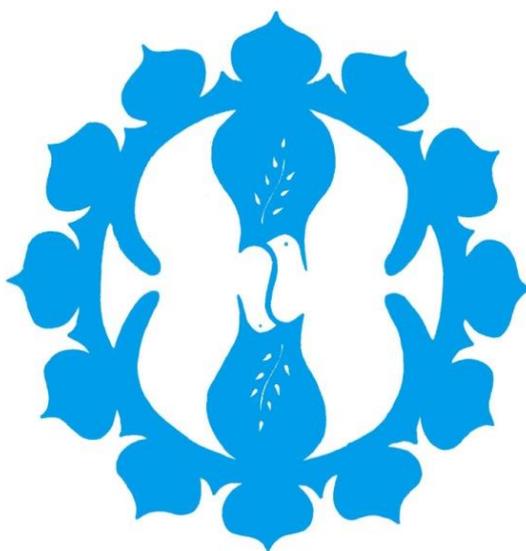


**ROLANDO TORO ARANEDA**

**TEORIA DA BIODANÇA**  
**COLETÂNEA DE TEXTOS**

**- TOMO I -**

**PARTE I**



**Organização e Edição**

**ASSOCIAÇÃO LATINOAMERICANA DE BIODANÇA**

**ALAB**

**1991**

# COLETÂNEA DE TEXTOS DE BIODANÇA

Autor: **Rolando Mário Toro Araneda**

## **Comissão Organizadora:**

CEZAR WAGNER DE LIMA GOIS (Coordenador)  
Presidente da Associação Latino-Americana de Biodança - ALAB  
Membro Didata  
Professor de Psicologia da Universidade Federal do Ceará - UFC

FÁTIMA DIÓGENES  
Membro Titular  
Diretora Técnica do Centro de Desenvolvimento Humano - CDH  
Psicóloga

LIA MATOS BRITO DE ALBUQUERQUE  
Membro Licenciado  
Educadora  
Assessora da Presidência da ALAB

KÁTIA SOUSA DE OLIVEIRA  
Membro Licenciado  
Educadora

RUTH CAVALCANTE  
Diretora da Escola de Biodança do Ceará  
Membro Didata  
Educadora  
Diretora Pedagógica do Centro de Desenvolvimento Humano - CDH

RAIMUNDO SEVERO JÚNIOR  
Membro Titular  
Psiquiatra

TARCÍSIO DINIZ  
Membro Licenciado  
Psiquiatra  
Professor da Universidade Federal do Ceará - UFC

## **Realização**

Associação Latino-Americana de Biodança - ALAB  
Biodança: Espaço Viver (Cooperativa de Facilitadores de Biodança - Fortaleza)

## Apoio

Escola de Biodança do Ceará  
Escola de Biodança de Pernambuco  
Escola de Biodança da Bahia  
Escola de Biodança do Rio de Janeiro  
Escola de Biodança de Minas Gerais  
Escola de Biodança de Brasília  
Escola de Biodança de São Paulo  
Escola de Biodança do Rio Grande do Sul  
Escola de Biodança de Buenos Aires  
Escola de Biodança de Córdoba  
Escola de Biodança de Lima  
Escola de Biodança de Caracas  
Centro de Desenvolvimento Humano - CDH

**Produção e Organização:** CEZAR WAGNER DE LIMA GOIS

## **Revisão:**

CEZAR WAGNER DE LIMA GOIS  
LUIZA PONTELLO  
LUANA MOURÃO  
APARECIDA SOBREIRA  
MARISTER FERNANDES  
MÁRCIA SKIBICK  
BARBARA ALENCAR  
PAULINA PARENTE

## **Local:**

Fortaleza, Ceará, Brasil - Junho de 1991

Todos os direitos reservados a:

**ROLANDO MÁRIO TORO ARANEDA e  
EDITORA ALAB**

Rua Isaac Amaral, 420 - Dionísio Torres  
CEP. 60130 - Fortaleza - Ceará - Brasil  
Fone: (085)272.6999

A Escola de Biodança do Ceará e a Universidade Biocêntrica são atualmente as responsáveis por essa coletânea de textos, publicada em 1991 com autorização de Rolando Toro.

## **Sede da ALAB**

Rua Dr. Sete Camará, 460/302  
CEP. 60.380 - Bairro Luxemburgo  
Belo Horizonte - Minas Gerais - Brasil  
Fone: (085)344.4966

Revisão e tradução para o Português por Feliciano Flores, Porto Alegre – RS - 2012.

## APRESENTAÇÃO

A Coletânea de Textos de Biodança de 1991 sistematiza o material teórico a partir da concepção de que a Biodança é uma disciplina científica, apoiada na força do biológico, base e sentido do desenvolvimento humano. Baseia-se na vida como princípio original, e na vivência como fonte pulsadora (propulsora) do humano.

Vem possibilitar aos alunos e facilitadores de Biodança aprofundar seus conhecimentos e manter a coerência teórica do modelo.

Provém das Apostilas de Biodança divulgadas em 1982 pela Escola Nordestina de Biodança e dos textos mais recentes de Rolando Toro.

Vale ressaltar - as Apostilas de Biodança de 1982 tiveram o grande mérito de se constituírem em uma coleta e ordenamento do material teórico da Biodança que, até aquela ocasião, estava disperso entre Brasil e Argentina.

Após seis meses de estudo e sistematização, o material foi apresentado em forma de quinze apostilas, contendo a teoria da Biodança e o catálogo geral de exercícios e músicas. Foi organizado por Cezar Wagner de Lima Gois e aprovado por Rolando Toro.

Pela sua amplitude e abrangência, as Apostilas de Biodança de 1982 tornavam o estudo denso, exigindo um esforço maior do leitor.

Já há um certo tempo, vinha surgindo a necessidade de uma nova sistematização da Teoria da Biodança.

Não houve “reducionismo” da teoria, nem do texto. Após análise minuciosa (do material em seu todo), objetivando privilegiar o conteúdo essencial e indispensável à construção do modelo teórico e à aprendizagem do aluno e do facilitador de Biodança, surgiu a presente Coletânea de Textos de Biodança de 1991.

O processo de escolha dos textos fundamentou-se na seguinte estrutura:

- ♦ Especificidade da Biodança
- ♦ Categorias Teóricas
- ♦ Método
- ♦ Aplicabilidade

Assim sendo, a Coletânea de Biodança de 1991 apresenta a seguinte forma:

### **VOLUME I**

#### **➔ Parte I**

Versa sobre o objeto com o título: BIODANÇA: DANÇA DA VIDA;

#### **➔ Parte II**

Abrange a teoria, com o título: MODELO TEÓRICO DA BIODANÇA;

### **VOLUME II**

#### **➔ Parte III**

Sistematiza o método com o título: ESTRUTURA UNITÁRIA: MÚSICA-MOVIMENTO-VIVÊNCIA;

#### **➔ Parte IV**

Sintetiza a aplicação, com o título: ÁREAS DE APLICAÇÃO.

A disposição dos volumes e de seus diversos capítulos obedecerá ao esquema discriminado abaixo:

## **VOLUME I**

### **INTRODUÇÃO**

#### **PARTE I - BIODANÇA: A DANÇA DA VIDA**

- Capítulo I - BIODANÇA: A DANÇA DA VIDA
- Capítulo II - BIODANÇA: NOVA VISÃO DOS PROBLEMAS SOCIAIS E HUMANOS
- Capítulo III - ESTILO DE VIVER E ESTILO DE ADOECER
- Capítulo IV - PARA UMA INVERSÃO DA ESTRATÉGIA EPISTEMOLÓGICA

#### **PARTE II - MODELO TEÓRICO DA BIODANÇA**

- Capítulo V - MODELO DE TRANSMUTAÇÃO DE ENERGIA
- Capítulo VI - MODELO TEÓRICO DA BIODANÇA
- Capítulo VII - LINHAS DE VIVÊNCIAS

## **VOLUME II**

#### **PARTE III - ESTRUTURA UNITÁRIA: MÚSICA - MOVIMENTO - VIVÊNCIA**

- Capítulo VIII - MÚSICA
- Capítulo IX - MOVIMENTO E DANÇA
- Capítulo X - O CORPO: FONTE DO PRAZER
- Capítulo XI - O GRUPO DE BIODANÇA

#### **PARTE IV - BIODANÇA: ÁREAS DE APLICAÇÃO**

- Capítulo XII - ÁREA DE EDUCAÇÃO
- Capítulo XIII - ÁREA DE REABILITAÇÃO
- Capítulo XIV - ÁREA CLÍNICA

### **BIBLIOGRAFIA**

A Coletânea de Textos de Biodança de 1991 não se propõe a ser um trabalho acabado e definitivo.

Espera-se que todos os envolvidos no "Movimento Biodança" venham colaborar para o seu aprimoramento.

Com afeto.

Diretoria da ALAB (Fortaleza, CE, Junho de 1991)

## MENSAJE A LOS ALUMNOS DE BIODANZA

Un nuevo escenario de evolución humana está surgiendo.

Un nuevo tipo de acción social, sin precedentes, está surgiendo a partir del corazón iluminado.

Ahora sabemos que no es posible ninguna transformación social si no cambian profundamente los sentimientos, es decir, los modos de vinculación con la gente y con el medio cósmico.

Biodanza es el más grande "poder organizador"; una síntesis de energía unificadora capaz de renovar la vida. Nuestra clave es el contacto.

Nuestra certidumbre es el contacto.

Pero un contacto tan íntimo, profundo y emocionado que solo puede realizarse a través de las revelaciones progresivas del amor. La Educación actual no promueve el contacto. Contacto significa establecer vínculos esenciales. Los actuales sistemas educacionales crean hombres para el fracaso de todas sus potencialidades.

El trabajo se torna opresivo y alienante. La educación actual no une el hombre con su obra, sino que lo separa de ella. La educación actual no cultiva la afectividad, sino que perpetua mecanismos de explotación y opresión.

La educación actual no desenvuelve la conciencia cósmica ni el amor ecológico. Sus metodologías rebajan los niveles de conciencia.

Sin embargo, a través de una sola generación se podría cambiar el curso de la Historia, transformándose los rituales de una Civilización de muerte en una permanente creación de vida, conciente y amorosa.

La educación de una sola generación cambiaria la calidad del proceso evolutivo mundial. Los hombres serían educados para la Plenitud, como lo propone la Cultura Holística. Biodanza está entregando pautas muy poderosas para este Renacimiento.

La evolución del presente debe abarcar a los hombres del futuro.

El hombre del presente sabrá sumergirse en el sabor de las lágrimas y en el sabor del cuerpo de sus amores. Y sabrá abrirse también al éxtasis, a lo esencial, a lo eterno.

El contacto es una acción política. El amor y la trascendencia son las fuerzas propulsoras de la justicia social. Biodanza es la conspiración del amor. Llegó la hora de comenzar.

Nuestra noble familia de Biodanza está iniciando una transformación del astral social. La alborada del año 2.000 será clemente, dulce y solidaria a la civilización, entregando nuevos patrones de vida. Envío este Mensaje a mis alumnos y Profesores de Biodanza, hijos queridos que me dio la vida, y en quienes germina la energía para el advenimiento de un mundo en que la vida será respetada y enaltecida.

**Rolando Toro (19.10.1982)**

## DECLARAÇÃO DE PETRÓPOLIS

Com a expansão da Biodança nos diversos países da América e Europa podemos contemplar, com uma perspectiva mais ampla, o horizonte histórico de nosso trabalho, seu passado e seu porvir.

Nosso passado foi fecundo na investigação científica, na formação de facilitadores qualificados e no processo de institucionalização. No entanto, foi também extraordinariamente dispersivo.

Nossas forças cresceram isoladamente, sem convergência de ações.

Esta declaração surgiu a partir dos fatos inesperados que se produziram no curso do presente ano: aumento do fluxo de alunos nos cursos de Formação Docente; intenso processo de institucionalização em hospitais, universidades e institutos; sucesso da Biodança na Europa, com expansão na Itália, França e Suíça.

Foi necessário reformular nossos sistemas administrativos, didáticos e de comunicação, a partir de novas experiências.

Estamos promovendo uma mudança essencial no curso da evolução humana. A ampliação dos poderes afetivos, criativos e místicos cresce de forma exponencial no processo evolutivo humano.

A inserção de Biodança na transformação social deve atingir as instituições, instrumentos de ideologias anti-vida. Na etapa atual, as instituições aceitam a Biodança apenas como uma técnica terapêutica auxiliar. Isto se manifesta no caráter gratuito que tem a Biodança nas instituições.

Ao incorporar a Biodança no seio da família, nas escolas primárias, universidades, hospitais, clínicas psiquiátricas, centros de geriatria etc., estamos introduzindo uma variável invisível, mas de ação irreversível.

Pela primeira vez na História, o ser humano tem consciência de viver dentro de uma civilização enferma; e também, pela primeira vez, sabe como participar de uma mudança essencial.

Sabemos que podemos participar da Evolução da Vida no Universo, começando por nossa própria vida.

Sabemos como investir nossa energia no potencial amoroso do mundo. Foi necessário "criar uma arte de viver em tempos de catástrofe", como expressou Alberto Camus.

Esta nova arte de viver é hoje uma necessidade absoluta.

Biodança se diferencia substancialmente de todas as propostas de "consciência corporal". Pretendemos que as pessoas descubram caminhos de encontro.

Biodança cria sutis caminhos para a integração e a intimidade. Prepara realmente as pessoas para exercer o amor.

Uma nova inteligência, mais sensível e plena de ternura, está se manifestando com vigor no mundo. A humanidade está alcançando a massa crítica necessária para a mutação essencial.

Necessitamos, portanto, encontrar fórmulas concretas para ativar o fermento da mutação.

A Gloria de Viver deixa de ser uma quimera, para se transformar numa exigência. Temos direito de viver e sermos constantemente visitados pela alegria.

As tarefas que propomos neste manifesto representam, na realidade, trabalhos pró-vida.

### **1ª Tarefa — Integração**

Os membros do Movimento Mundial de Biodança devem se unir numa verdadeira mística do coração. Queremos que a Biodança seja uma sincera celebração da Vida. É necessário abandonar os destrutivos conflitos entre nós mesmos. Eliminar os "ruídos" e permitir aparecer a música da amizade e a comunicação. Devemos reconhecer que o inimigo está no complexo industrial-militar-assassino.

## **2ª Tarefa — Comunicação**

Os sistemas de comunicação dentro de nosso movimento devem aperfeiçoar-se. Intensificar a correspondência, os intercâmbios de hospedagem, as reuniões, festas e excursões a campo.

A informação apropriada permitirá uma colaboração recíproca entre todos os membros da Biodança.

## **3ª Tarefa — Credenciamento**

A necessidade de que o Credenciamento de nossos facilitadores tenha respaldo jurídico, além do respaldo acadêmico da ALAB, orientará nossos esforços para legalizar a profissão de Professor de Biodança.

Para obter o Título de Professor de Biodança o aluno deverá cumprir efetivamente todas as exigências do Regulamento de Docência.

A admissão às Escolas de Docência será realizada mediante provas de seleção, que exijam condições humanas, intelectuais e afetivas.

As Teses serão orientadas à pesquisa científica e ao pensamento sistêmico, evitando tendências pseudocientíficas ou dissociativas.

## **4ª Tarefa — Descentralização**

Devemos nos organizar em grupos locais, verdadeiras comunidades de base para, a partir daí, realizar o processo de irradiação. Nosso objetivo atual é consolidar as Associações Estaduais de Biodança, dando a elas maior autonomia administrativa. Os estados que ainda não têm Associação de Biodança deverão iniciar os procedimentos legais para criá-la.

## **5ª Tarefa — Institucionalização**

Estamos desenvolvendo um programa de criação de Institutos de Biodança em distintas especialidades, dentro de instituições médicas e centros científicos. Assim, estão em marcha Institutos de Reabilitação Motora, Asma e Alergia, Hipertensão Arterial Sistêmica e Gerontologia. Estes institutos de aplicação de Biodança abrirão um espaço dentro da comunidade científica, aumentando assim a eficiência de nossa ação.

## **6ª Tarefa — Educação**

A integração humana deve começar em casa e estar ligada as pessoas que nos rodeiam. Cada membro de Biodança poderia convidar às vivências pessoas de sua família (esposos, filhos, pais, irmãos, etc.).

Dar-se-á maior ênfase à Biodança para Crianças e Adolescentes. Serão realizados cursos especiais para reabilitação de jovens toxicômanos. Serão difundidas as concepções de Biodança sobre Educação em relação a preservação dos instintos e à expressão da identidade.

## **7ª Tarefa — Ecologia**

Os facilitadores de Biodança darão maior ênfase as vivências na natureza. A Biodança Aquática terá um desenvolvimento sistemático.

É importante que cada professor ou aluno de Biodança desperte sua conexão visceral com a vida e que participe dos movimentos ecológicos.

## **8ª Tarefa — Criatividade**

Estamos convidando os professores e alunos de Biodança a expressarem-se artisticamente em cerâmica, pintura, poesia, música e demais formas de arte; a ampliar sua cultura, aprender idiomas e desenvolver sua sensibilidade. Mediante atividades extraprogramáticas, poderão elevar a qualidade de sua comunicação e sua maturidade pessoal.

## **9ª Tarefa — Direitos Humanos**

Os alunos de Biodança desenvolverão a consciência dos Direitos Humanos. Serão firmes contra a discriminação racial, sexual ou econômica. Participarão dos movimentos da Anistia Internacional e dos programas pela Paz Mundial. A participação no trabalho social, na luta contra a pobreza, será parte de sua Formação Docente.

(Discurso de Abertura do I Encontro Latino-Americano de Professores de Biodança. Este discurso foi realizado pelo Prof. Rolando Toro - criador da Biodança, na manhã do dia 11/11/89, no auditório do Museu Imperial de Petrópolis/RJ)

**VOLUME I**

**PARTE I**

**BIODANZA: A DANÇA DA VIDA**

**- Coletânea de Textos -**

# VOLUME I

## PARTE I - BIODANÇA: A DANÇA DA VIDA

### Sumário

#### Introdução

01. Introdução	1
02. Definição de Biodança	2
03. Histórico	3
04. Origem do Modelo Teórico de Biodança	4
05. A Criação do Termo Biodança	4
06. Eventos de Biodança com a Denominação Psicodança	5
07. Os Paradigmas de Biodança	6
08. Mecanismos de Ação (Princípios)	7
09. Código de Biodança (Originado nos Mecanismos de Ação)	12
10. Código para Alcançar a Lucidez Discriminativa e Conservar a Ortodoxia da Biodança	14

#### Capítulo I - BIODANÇA: A DANÇA DA VIDA

01. Biodança: A Dança da Vida	16
02. Autocontrole Evolutivo	17
03. Conexão à Vida	18
04. Sacralização da Vida	19
05. O Princípio Biocêntrico	21
06. Sistemas Vivos	23
07. Princípios Universais do Vivente	24
08. Evolução, Acaso?	28
09. Quantidade de Informação Genética e Evolução	29
10. Existe Progresso Biológico?	30
11. Evolução Radial e Evolução Reticular	32
12. Um Homem... Muitos Homens	33
13. O Homem de Mil Rostos	34
14. Evolução do Conceito de Harmonia	35
15. Biodança: A Busca de Condições para a Liberdade de Amar	40
16. O Longo Caminho para o Amor	44
17. O Sofrimento	44
18. Criação de uma Estética Antropológica	46
19. Experiência do Minotauro	47
20. Em Busca do Minotauro	49
21. O Minotauro Ferido	49

#### Capítulo II - UMA NOVA VISÃO DOS PROBLEMAS SOCIAIS E HUMANOS

01. Uma Nova Visão dos Problemas Sociais e Humanos	50
02. Desenho do Apocalipse	54
03. Uma Civilização à Deriva	55

04. Educação, Cultura, Alienação	57
05. Ideologia e Realidade	57
06. Política, um Ato de Amor	59
07. Aspectos Sócio-Políticos	61
08. Eros e Tanatos	62
09. Meditações sobre uma Cultura Evolucionária	63
10. Biodança: Estratégias de Ação Revolucionária	69
11. Biodança: um Caminho da Transformação Social	70
12. Formação de Minorias Supraconscientes	72
13. O Corpo: Expressão Social	73
14. Biodança e Ação Social	75

### **Capítulo III - ESTILOS DE VIVER E ESTILOS DE ADOECER**

01. Estilos de Viver e de Adoecer	77
02. Uma Terapia para “Enfermos de Civilização”	78
03. Aspectos Fisiológicos	80
04. Poética dos Deflagradores Psicossomáticos	90
05. Estresse Existencial (anotações)	91
06. Enfermidades Psicossomáticas	92
07. O Conceito de Repressão em Biodança	96
08. O Ato Íntimo de Curar	97
09. Aqui e Agora	100
10. A Relação Terapêutica em Biodança	101
11. O Fracasso das Psicoterapias	102
12. Considerações sobre Efeitos Iatrogênicos em Psicoterapias	103
13. Classificação das Terapias	105
14. Psicoterapias: Ars Magna (Quadro)	111
15. Biodança e as Psicoterapias	112
16. Mudança e Homeostase	113
17. Níveis Evolutivos em Biodança	116

### **Capítulo IV - PARA UMA INVERSÃO DA ESTRATÉGIA EPISTEMOLÓGICA**

01. Para uma Inversão da Estratégia Epistemológica	119
02. O Núcleo Emocional da Existência	119
03. Vivência: Instante Vivido	121
04. Prioridade das Vivências em Biodança	122
05. Embriologia das Vivências	123
06. Para uma Fenomenologia das Emoções	134
07. A Expressão das Emoções em Biodança	136
08. Como se “Elaboram” as Emoções em Biodança	138
09. Pranto Primal	139
10. Reflexões sobre Emoções	140
11. Biolinguística	141
12. Expressão Genética dos Impulsos	147
13. Instintos	147

## 01. INTRODUÇÃO

Cezar Wagner de Lima Gois

A Biodança é um sistema de desenvolvimento humano orientado para o estudo e o fortalecimento da expressão das potencialidades humanas, através da música, exercícios de comunicação em grupo e vivências integradoras.

De acordo com Toro (1979):

*"a base conceitual da Biodanza provém de uma meditação sobre a vida, ou talvez do desespero, do desejo de renascer de nossos gestos despedaçados, de nossa vazia e estéril estrutura de repressão. Poderíamos dizer com certeza: da nostalgia do amor. Mais que uma ciência é uma poética do encontro humano, uma nova sensibilidade frente à existência".*

O movimento primordial é o gerador primeiro de nossa essência libertária, semente original que pulsa e impulsiona o ser a vida, que tende a florescer em dimensões cada vez mais plenas de um ser cosmogônico e criador de si mesmo.

Aceitamos profundamente a existência de uma essência humana libertária, em algo interior que impulsiona o ser à realização, cuja origem não reside na consciência, mas em nossa raiz animal e selvagem.

Encontramos aí as potencialidades humanas, muitas vezes bloqueadas, reprimidas, negadas, mas sempre presentes. Só desaparecem com a destruição do ser (Rogers, 1980).

Para alcançá-la é preciso *"o retorno às origens da própria reflexão e descobrir seu solo anterior à atividade reflexiva e responsável por ela"* (Chauí, falando sobre a filosofia de Merleau-Ponty, 1984).

Precisamos voltar a existir em um mundo sensível e original, que não aceita a ruptura entre o ser e o não-ser.

Compreendemos o sofrimento humano ao ser quebrada sua unidade, no entanto é claro para nós, que o próprio ser tem a potencialidade de "autocriação". Para isso é necessário não um exame da sua miséria, mas sim uma conspiração pelo ato de viver, pelo desabrochar suave de suas potencialidades humanas, que se faz num contexto sensível e criativo do encontro humano (Toro, 1978).

Essa é a razão primeira da Biodança: estar orientada para o movimento que gera vida, centrando-se na vivência do humano como caminho de retorno às potencialidades humanas esquecidas por nossa cultura.

O indivíduo traz em si um potencial de vida capaz de projetá-lo em múltiplas possibilidades de realização e singularidade. Somos sementes do Cosmos, palpitando, vibrando, ligadas por fios de Natureza entre si e ao Infinito, que por sua vez nos chama.

Nada pode deter essa comunicação e chamado, a não ser a própria vida. Qualquer gesto cultural, em nome de uma ideia, que a rompa é uma violência. Cada ser vivo é uma semente que vibra conduzida por uma experiência de bilhões de anos. Não há na cultura humana algo mais sábio e preciso.

Nós somos sementes como a própria semente. Buscamos estímulos, nutrição e proteção. Aos jardineiros cabe apenas cuidar com amor das sementes, atendendo-as nos caminhos que elas mesmas estão fazendo em busca de crescimento, em direção a algum lugar do Infinito. Revolver a terra e adubá-la, aguar e podar, estar presente e amá-la - é que é necessário. Isso quer dizer cuidar para criar e manter um clima saudável: um tempo de nutrição e amor. O caminho a própria semente saberá fazer seguindo seu fio de Natureza.

Nosso crescimento segue esse caminho. É algo profundamente simples e biológico. O que é necessário às Culturas é criar as condições de existência de um clima de crescimento, de ecofatores nutritivos e protetores, disponíveis e presentes para toda a humanidade. Não cabe ao ser humano definir como tem que ser a vida ou dar-lhe permissão para existir. Cabe ao ser humano ser escravo dela, protegendo-a contra bloqueios, deformações e destruições, ao mesmo tempo em

que a estimula e a favorece. Cuidar para o surgimento e permanência da vida entre nós é cuidar da ecologia e da cidadania... do amor.

Não é uma tarefa fácil. É um sonho daqueles que ouviram o coração da Natureza e sentiram a profunda realidade da vida acontecendo. Um sonho que a cada dia espalha-se pelos corações e mentes humanas, porque se nutre da vida.

O direito à vida deve prevalecer sobre todos os demais.

## **02. DEFINIÇÃO DE BIODANÇA**

Biodanza é um sistema de integração afetiva, renovação orgânica e reaprendizagem das funções originárias de vida.

### **Que significa integração afetiva?**

Restabelecer a unidade perdida entre percepção, motricidade, afetividade e funções viscerais.

O núcleo integrador é, segundo nossa abordagem, a afetividade, que influi sobre os centros reguladores límbico-hipotalâmicos. A proposta é transformar o homem dissociado em um haloinde.

### **Que é renovação orgânica?**

É o estabelecimento da harmonia homeostática, isto é, da ultra-estabilidade dinâmica do bio-sistema. A renovação orgânica é induzida principalmente através de estados especiais de transe, que ativam processos de renovação e regulação global das funções biológicas, diminuindo os fatores de desorganização (entropia do sistema).

### **Em que consiste a reaprendizagem das funções originárias de vida?**

Na retroalimentação do comportamento e do estilo de vida, com os instintos básicos (programação genética). Os instintos têm por objeto conservar a vida e permitir sua continuidade e evolução. (Não há evolução biológica através da cultura). O desenvolvimento dos potenciais genéticos se realiza através do bombardeio de eco-fatores positivos sobre cinco grandes conjuntos de potenciais: Vitalidade, Sexualidade, Criatividade, Afetividade e Transcendência. O desenvolvimento dos potenciais genéticos dentro de um contexto ecológico, reativa as funções originárias de vida (capacidade de amor, alegria, coragem de viver).

### **Que procedimentos Biodanza utiliza para conseguir o que se propõe?**

Sua metodologia consiste na indução de vivências integradoras (ativação do núcleo afetivo) através da música, do canto, da dança e de situações de encontro em grupo.

### **Como se estruturam os exercícios de Biodanza?**

Os exercícios estão sistematizados em relação ao Modelo Teórico de Biodanza. Isto permite sua aplicação a todos os seres humanos, tanto a grupos específicos (crianças, adolescentes, adultos, anciãos) como a grupos heterogêneos.

Também é possível sua aplicação através de esquemas diferenciados aplicados em transtornos motores, doenças psicossomáticas e diferentes quadros clínicos (doenças mentais).

Seus efeitos são controlados e as sequências dos exercícios estão delineadas dentro de pautas que têm objetivos precisos. Aumentar a resistência ao “estresse”, elevar a resistência imunológica, estimular as funções neurovegetativas, são alguns dos efeitos globais da prática de Biodanza.

### **Quais são os instrumentos usados por Biodanza para obter esses efeitos?**

Seus elementos básicos são: música - movimento - vivência. Estes três elementos formam uma estrutura unitária, uma Gestalt, cujos componentes estão em relação dinâmica e possuem um efeito específico.

As vivências induzem mudanças na regulação visceral, na percepção e nas formas de comunicação humana. As vivências têm em Biodanza a prioridade absoluta, mas não excluem as funções cognitivas, a consciência ou o pensamento simbólico.

### **Qual é a origem de Biodanza?**

Biodanza é um sistema criado por Rolando Toro, o qual se inspirou em fontes antropológicas e etológicas.

Seus fundamentos devem ser buscados na Biologia, ciência da vida.

### **Há algum princípio básico em Biodanza?**

O paradigma fundamental em Biodanza é o Princípio Biocêntrico, isto é, a conexão imediata com as leis que conservam e permitem a evolução da vida.

## **03. HISTÓRICO**

Cezar Wagner de Lima Gois

Em 1965, Rolando Toro iniciou seus primeiros trabalhos de dança com pacientes psiquiátricos, no Hospital Psiquiátrico de Santiago do Chile. Nessa época era Membro Docente no Centro de Estudos de Antropologia Médica da Escola de Medicina da Universidade do Chile, dirigida pelo Prof. Francisco Hoffman.

O objetivo desse trabalho era a verificação de diversas técnicas de desenvolvimento que pudessem servir à humanização da Medicina. Assim, foram utilizadas várias abordagens em psicoterapia, tais como a centrada na pessoa, o Psicodrama, a Arteterapia (Pintura e Teatro) etc.

Durante as sessões iniciais de dança com os pacientes psiquiátricos, na seção do hospital dirigida pelo Prof. Agustin Teliez,

*"observei que certas músicas tinham efeitos contraproducentes, pois os conduziam com facilidade a estados de transe. Nesses casos, as alucinações e delírios acentuavam-se e podiam durar vários dias. Indubitavelmente, os enfermos que, por definição, têm uma identidade mal integrada, dissociavam-se ainda mais quando realizavam certos tipos de movimento. Selecionei, então, músicas e danças que pudessem reforçar a identidade. Propus também exercícios de contato para dar limite corporal e coesão. O resultado foi claro: muitos enfermos elevaram seu juízo de realidade, diminuíram as alucinações e aumentou a comunicação. Ficou assim desenhado o primeiro eixo para um modelo teórico que, com o tempo, foi-se aperfeiçoando".* (Toro, 1979).

Em 1971, Toro foi para Buenos Aires onde pode aprofundar os trabalhos de Psicodanza, formalizando melhor o modelo operatório com dois eixos: identidade-transe, diferenciação-integração. A partir de 1976, passou, também, a trabalhar em Belo Horizonte, Brasília e São Paulo, mas continuou a residir na Argentina. Nessa época surgiram os primeiros conceitos da Teoria de Vivência e das Protovivências, levando definitivamente, em meados de 1978, a substituição do nome Psicodanza por Biodanza, atendendo assim, a um modelo que evoluiu progressivamente de uma visão Antropocêntrica para uma visão Biocêntrica do ser.

Toro fixou-se em São Paulo em 1978, permanecendo até 1989. Em São Paulo pode organizar e continuar a aprofundar a teoria da Biodanza a partir de um referencial biocêntrico. Estruturou o modelo operatório e o modelo das vivências, integrando-os em um só modelo teórico (1983).

A partir de 1983 voltou-se para o estudo das experiências interiores através de exercícios específicos de autoexpressão. A esse trabalho denominou de Projeto Minotauro, numa referência ao mito grego do Minotauro. Assim, numa linguagem mítica e arquetípica, criou os desafios ao Minotauro interior.

A Biodança é recente, tem apenas 26 anos de formalização. Por outro lado, é tão antiga como o próprio ser humano que, desde os primórdios, dança a vida em seus ritos de magia e renascimento.

Ao longo desses últimos anos, Toro formou facilitadores em Biodança, expandindo e consolidando o trabalho pelo Brasil, Argentina, Peru, Colômbia, Venezuela e Chile. Dessa forma surgiram associações e grupos de Biodança em todos esses lugares. Atualmente, também temos facilitadores na América Central, Canadá, Itália, Suíça e Espanha.

No Brasil, estão presentes em quase todos os seus estados. Além dos grupos e associações temos as Escolas de Docência localizadas em Fortaleza, Salvador, Recife, Brasília, Belo Horizonte, São Paulo, Rio de Janeiro e Porto Alegre.

Atualmente Toro reside em Milão, Itália, desde 1989. Vem periodicamente ao Brasil formar facilitadores titulares e didatas. Em breve voltará a morar no Brasil.

#### **04. ORIGEM DO MODELO TEÓRICO DE BIODANÇA**

Rolando Toro

O Modelo Teórico de Biodança foi inspirado em experiências clínicas com pacientes psiquiátricos. Em meus estudos sobre antropologia cultural, chamou-me atenção a frequente utilização da música e da dança pelos povos primitivos em rituais de celebração da vida e com fins de cura.

No Hospital Psiquiátrico de Santiago (Chile), iniciei uma pesquisa para verificar as vivências que a dança poderia invocar nas pessoas. Na primeira sessão realizada em um grupo de doentes com diversos quadros clínicos, coloquei uma música suave que sugeria uma dança de movimentos lentos, relaxados. Observei que alguns pacientes manifestavam vivências regressivas e tendência a acentuar as alucinações.

Numa segunda sessão coloquei música com elementos estruturais diferentes da primeira e que estimulava uma dança de movimentos rápidos, eufóricos e rítmicos. Observei que pacientes deprimidos e catatônicos manifestavam respostas corporais que denotavam uma certa abertura ao meio e possibilidade de comunicação, o aumento da comunicação e o senso da realidade.

Partindo dessa experiência, concluí que, para cada distúrbio, deveria haver uma adequação dos estímulos musicais. Para alguns casos deveriam ser utilizadas músicas que provocassem movimentos corporais que tendessem a reforçar a identidade e consciência da realidade (ritmos euforizantes) enquanto que para outros tendessem a diminuir a identidade, ou seja, propiciar vivências de regressão e reparentalização.

#### **05. A CRIAÇÃO DO TERMO BIODANÇA**

O termo Biodanza foi criado a partir de uma ampla elaboração semântica. Havia nascido uma disciplina com características inéditas, para a qual não existia uma denominação apropriada. Não era uma interdisciplina de simples convergência com a dança, de conteúdos antropológicos, psicológicos ou filosóficos, para a qual teriam servido os termos “Antropodanza”, “Sociodanza”, “Psicodanza”.

Tratava-se de um sistema em que determinados movimentos e situações de encontro, acompanhados por música e canto, induziam vivências capazes de modificar o organismo e a existência humana em diferentes níveis: desde a homeostase orgânica, a estrutura postural, o estilo de vida, até os processos socioculturais.

Para a síntese semântica do nome, era necessário um conceito profundo e global, relacionado mais com a sabedoria do que com o conhecimento, que incluísse uma concepção sistêmica e holística.

A ideia se aproximava claramente do conceito de “dançar a vida” proposto por Roger Garaudy. Era necessário restaurar o conceito original de dança como movimento natural, pleno de significação e de vida, em sua ampla acepção. Não podia, portanto, ser associado ao “ballet” nem a outra forma de dança estruturada. Tampouco poderia ser associada a alguma forma particular de psicoterapia. Inicialmente, utilizei o conceito de “Psicodanza”, que possui o grave defeito de ser dissociativo. “Psico” provém do grego “Psyche” = Alma: Dança da Alma. Aí estava implícita a dissociação platônica.

Em meados de 1978 decidi denominar “Biodanza” o sistema que havia criado.

O prefixo “Bio” tem sua origem no termo grego “Bios” = Vida. A palavra “Danza”, de origem francesa, significa: movimento integrado, pleno de sentido. A metáfora estava formulada: Biodanza, Dança da Vida.

## **06. EVENTOS DE BIODANÇA COM A DENOMINAÇÃO “PSICODANZA”**

Este sistema se apresentou nos seguintes eventos e instituições, com sua antiga denominação (PSICODANZA).

- ◆ 1º Congresso Latino-americano de Psicodrama (Bs. As., Outubro 1975)
- ◆ 2º Congresso Mundial de Musicoterapia (Bs. As., Julho 1976) .
- ◆ 3º Congresso Argentino de Sexologia (Bs. As., Outubro 1976)
- ◆ 1º Congresso de Medicina Psicossomática de la Cuenca del Plata (Bs. As., Maio 1977)
- ◆ 1º Congresso Latino-americano de Patologia Mamaria (Bs. As., Novembro 1977)
- ◆ Hospital Británico - Escuela de Enfermeras (Bs. As., Outubro 1977)
- ◆ Universidad de Buenos Aires - Escuela de Enfermeras (Outubro 1977)
- ◆ 3ª Gimnasiada Americana (Bs. As., Outubro 1978)
- ◆ 1º Congresso Argentino de Medicina Psicossomática (Chaco, Setembro 1978)
- ◆ 12º Congresso Internacional de Câncer (Bs. As., Outubro 1978)
- ◆ 1º Encontro Brasileiro e 2ª Assembléia Latino-americana de Psicodanza (Brasília, Novembro 1978)
- ◆ Congresso Pan-americano de Análise Transacional (México, Novembro 1978)

A partir de então foi adotada a atual denominação (BIODANZA, BIODANÇA):

- ◆ 2º Encontro e 3ª Assembléia Latino-americana de Biodanza (Belo Horizonte, Março 1979)
- ◆ Congresso Pan-americano de Análise Transacional (Rio de Janeiro, Maio 1979)
- ◆ 3º Encontro Brasileiro e 4ª Assembléia Latino-americana de Biodança (São Paulo, Junho 1979)
- ◆ 4º Encontro Brasileiro de Biodança (Fortaleza, Janeiro 1981)
- ◆ 5º Encontro Brasileiro e 1º Congresso Latino-americano de Biodança (Rio de Janeiro, Julho 1982)
- ◆ 1ª Reunião de Facilitadores e Coordenadores de Biodanza (São Paulo, Abril 1983)

(Assim, até hoje - 1991).

## **07. OS PARADIGMAS DE BIODANÇA**

### **Introdução**

Paradigmas são os pensamentos chaves, anteriores a toda outra formulação teórica e metodológica.

Os paradigmas da Biodança são aqueles pontos de partida sem os quais este sistema não teria estrutura operatória. Constituem, portanto, a gênese axiomática capaz de revelar aspectos novos e desconhecidos dentro do trabalho de Biodança e de dar-lhe poderosa coerência.

Os paradigmas estão perfeitamente relacionados entre si e conformam uma rede de grandes intuições, mais vinculadas com a revelação mística do que com as estratégias cognitivas convencionais.

### **Primeiro Paradigma: Princípio Biocêntrico**

O Princípio Biocêntrico tem como referencial imediato a vida. Inspira-se nas leis universais que conservam os sistemas vivos e fazem possível sua evolução.

Se tomamos como ponto de partida as propostas intrínsecas que surgem do ato de viver e da comunhão com os seres vivos, devemos abandonar com decisão absoluta, qualquer tipo de fundamentação culturalista e antropológica. Os interesses da vida nem sempre se conjugam com as necessidades de nossa cultura. Assim, por exemplo, todo o delírio jurídico do Oriente e Ocidente, com seus códigos e tribunais de justiça, baseia-se na defesa da propriedade privada, e não na proteção da vida.

O Princípio Biocêntrico, portanto, surge de uma proposta anterior à cultura, e se nutre da sabedoria biocósmica que gera os processos vivos. Nosso mestre e a própria Natureza.

### **Segundo Paradigma: Princípio Neguentrópico de Amor e Iluminação**

Este princípio postula que o sistema vivo humano não é somente capaz de autorregulação, autonomia, mas também de auto-evolução.

O ser humano é capaz de conduzir seu próprio processo evolutivo para novas formas de otimização e grandeza.

O sistema vivo humano possui potenciais de criatividade capazes de alcançar novos níveis de diferenciação e autonomia (o ser humano tem a possibilidade de induzir processos neguentrópicos).

A via de acesso a esses estados de aperfeiçoamento é o amor. Através de sucessivos atos de iluminação gerados no amor, é possível elevar a qualidade da vida e conduzi-la para seu máximo esplendor e plenitude.

### **Terceiro Paradigma: Expansão da Existência a partir do Potencial Genético**

Biodança parte da observação da presença do “embrião-sistema” e de seus múltiplos canais de expressão. Não se sustenta, portanto, em um monismo filosófico e na concepção de uma energia básica, como em outros modelos teóricos (energia Kundalini, libido, energia Ki).

Os potenciais genéticos já vêm altamente diferenciados quando o indivíduo nasce e se manifestam através das estruturas funcionais, dos instintos, vivências, emoções e sentimentos. Esses potenciais se expressam através da existência quando encontram as condições necessárias (cofatores e ecofatores). A expressão genética, portanto, é uma rede de interações cujos potenciais estão altamente diferenciados desde o início. Biodança estimula especificamente a expressão desses potenciais genéticos destinados a conservar o sistema vivo.

Ficam assim descartados os modelos de ascensão hierárquica da energia, desde uma forma primitiva até a consciência (Yoga) e os modelos de sublimação (psicanálise).

### **Quarto Paradigma: Progresso Biológico Autoinduzido**

O sistema vivo humano pode induzir processos de altíssima diferenciação através da produção de estados de regressão/refundição/renovação. Os exercícios de Biodança, desafios e cerimônias de regressão podem reforçar a homeostase e os processos de autorregulação e, além disso, a transtase, isto é, o processo neguentrópico de diferenciação evolutiva.

### **Quinto Paradigma: Pulsação da Identidade**

A identidade tem uma gênese biológica que vai desde a identidade imunológica até outras formas de identidade psíquica e comportamental (identidade sexual, identidade criativa, etc.).

A identidade, portanto, não tem estrutura cultural. Chamamos de ego (patológico) a pseudo-identidade auto-afirmativa, competitiva, egocêntrica. A identidade propriamente dita manifesta-se hierofanicamente no encontro com o outro. A identidade é pulsante. A vivência da identidade, a sensação de ser o centro de percepção do mundo, pode diminuir nos estados de regressão e fusão com o universo, porém logo volta a adquirir a plenitude originária. A identidade, portanto, está submetida a movimentos centrífugos (sístole e diástole).

### **Sexto Paradigma: Permeabilidade da Identidade**

A identidade é permeável à música e à presença do outro. Isto significa que a potência expressiva de nossa identidade pode ser influenciada por situações de encontro e pelo estímulo musical. Biodança, portanto, trabalha com a Gestalt música-movimento-vivência.

### **Sétimo Paradigma: O Ponto de Partida Autorregulador é a Vivência**

A vivência é a percepção intensa e apaixonada de estar vivo aqui e agora. É a intuição do instante de vida capaz de estremecer harmonicamente o sistema vivo humano. O ponto de partida em Biodança é a vivência e não a consciência; os exercícios estão destinados a vivenciar e somente muito posteriormente conscientizar. A vivência tem um poder autorregulador em si; a consciência, por outro lado, é um espelho que registra e denota os novos estados de integração, regulação e otimização.

Os sete paradigmas expostos estão tão intimamente correlacionados que poderiam configurar num só paradigma: O Princípio Biocêntrico.

## **08. MECANISMOS DE AÇÃO (PRINCÍPIOS)**

Buscamos integrar nestes Princípios, as noções essenciais que dão coerência ao Sistema de Biodança e cujo cumprimento garante sua operacionalidade.

### **a. Gerais**

#### **1. Progressividade**

A prática em Biodança deve estar sujeita rigorosamente ao princípio da progressividade. No planejamento de um Curso de Iniciação e na estruturação de cada sessão, deve-se graduar a intensidade e a duração dos exercícios, de modo que se produza um processo de mudança evolutivo.

É necessário que o Facilitador modere sua ansiedade por produzir modificações rápidas e espetaculares. Uma evolução progressiva para a saúde configura um estilo e um “sentido” de trabalho que dá tempo ao aluno para assumir suas próprias mudanças. A ideia de “quebrar couraças caracterológicas” tem que ser rechaçada como procedimento. Não podemos quebrar as defesas que um indivíduo elaborou através de anos, porque corremos o risco de deixá-lo sem contido para sua identidade e pôr gravemente em perigo sua homeostase. As defesas neuróticas têm que ir se transformando, isto é, têm que ser substituídas pela nova estrutura de saúde.

Por outro lado, transgredir o princípio de progressividade pode desencadear na pessoa um “stress” emocional doloroso, elevar seus níveis de culpabilidade e provocar sentimentos de angústia incontroláveis.

Cada aluno evolui para a saúde em relação a seus próprios padrões. A metodologia não fomenta atitudes competitivas nem ansiedade de rendimento artificial. O princípio da progressividade é coerente com os conceitos de integração e desenvolvimento. Todo processo de maturação está sujeito a um ritmo interior e pode potencializar-se somente através de uma reciclagem progressiva dos processos vitais.

## **2. Reciprocidade**

Sendo Biodanza uma atividade de grupo, é necessário regular as formas de relacionamento dentro dele. A regra fundamental é ensinar, desde o começo, o relacionamento em “feedback”. Isto significa que o terapeuta não pode exercer autoridade alguma para provocar contatos forçados. Cada aluno deverá ter a liberdade suficiente para aceitar ou rechaçar um contato. Deste modo, as situações de encontro propostas pelo coordenador do grupo têm que permitir a cada indivíduo graduar a forma e a intensidade de contato que nesse momento pode oferecer. Nenhum aluno deverá ser forçado a dar ou receber um contato que não deseja, seja pela pressão do grupo ou por indicações diretas do coordenador.

Uma pessoa inibida deve contar com toda a proteção do coordenador para experimentar progressivamente seus contatos. Uma pessoa desinibida deve estar perfeitamente informada de que não pode exercer sua liberdade de contato sem estar autorizada pela outra pessoa. O “desinibido” entra na patologia quando, nos exercícios de contato, invade seu companheiro. O “inibido” entra na patologia quando não informa seus limites e suporta um contato que não deseja, fazendo o jogo de vítima. Assim, é importante não reforçar as manipulações neuróticas de perseguidor e de vítima e, ao contrário, estimular uma forma de relacionamento responsável e perfeitamente recíproco.

No ato de encontro de duas pessoas, são emitidos, alternativamente, sinais corporais que dão indicativos claros de semi-aceitação ou rechaço. A aproximação progressiva permite que cada um vá sendo informado sobre quanta aproximação lhe é permitida. Se um dos membros do grupo se move progressivamente em direção a outro, com a intenção de fazer contato, deve ir recebendo, a cada momento, as permissões de aproximação e os níveis de confiança. O aluno deve estar capacitado para deter imediatamente seu aproximação quando a outra pessoa o informa, através de um gesto, de uma atitude, que não está em condições de aceitar uma maior intimidade.

O encontro corporal progressivo de sinalização recíproca, assegura um relacionamento encantador, às vezes intenso, e evita, por outro lado, os jogos neuróticos de vítima e vitimador.

## **3. Vivência**

O extremo prestígio das respostas intelectuais diante do ato puro de viver, levaram ao demérito das vivências de amor, harmonia e gozo de viver. Os exercícios de Biodanza estimulam as vivências e os sentimentos. A metodologia propõe um tipo de aprendizagem que reforça 5 Linhas de Vivência: Vitalidade e Alegria; Afetividade, Fraternidade, Ternura; Sexualidade, Desejo, Prazer; Liberdade, Espontaneidade, Criação; Harmonia, Amor à Natureza, Êxtase, Íntase.

O método de Biodanza propõe situações de encontro e exercícios especiais para estimular essas Linhas de Vivência, que têm um forte poder integrador e autorregulador.

O método reforça estas Linhas de Vivência positivas e não seus opostos: ódio, raiva, medo, culpa, repressão, egoísmo, angústia, que produzem fortes desequilíbrios neurovegetativos e “stress” negativo.

Se considerarmos o conceito de Darwin de que toda emoção que se expressa se reforça, em Biodanza preferimos expressar e reforçar as vivências que dão saúde. A elaboração da agressividade, do medo e da angústia, se efetua através da Criatividade ou de soluções construtivas frente ao real. Ex.: Ação Social, Defesa Ecológica.

## **4. Autorregulação**

Em Biodanza são severamente respeitados os mecanismos naturais de regulação intraorgânica. Não se intervém nos automatismos através da vontade.

O processo não violenta as funções de respiração, circulação, térmica, de atividade/fadiga, sono/vigília, alimentação, percepção, etc.

Biodanza se fundamenta no conhecimento fisiológico das funções de autorregulação e somente reforça essas funções, facilitando e permitindo seu fluir já programado através de milhões de anos de evolução. Biodanza não inclui, portanto, exercícios de respiração do Prana Yoga, métodos macrobióticos e outras dietas externas nem técnicas de relaxamento oriental ou do tipo

Schultz, Jacobson ou Benzon. Toda intervenção da vontade sobre os automatismos, nos parece uma injúria à harmonia primordial e um ato de prepotência motivado por patologias do ego: busca de poder, domínio imperialista e segregador da mente sobre o corpo.

Biodanza tende a reforçar os mecanismos naturais de autorregulação, sem violentá-los, mas permitindo suas funções.

Temos também extrema reserva frente a diversas disciplinas que hipertrofiaram o sistema muscular, técnicas de ginástica, dança e expressão corporal que deformam as articulações e esportes oficialmente aceitos que atentam gravemente contra a saúde, como as corridas de longa distância. Nossa preocupação é máxima frente ao uso indiscriminado de drogas psicomiméticas, de reguladores químicos do equilíbrio neurovegetativo e do uso de hormônios pela Medicina tradicional.

No futuro, a consciência médica deverá ser alertada sobre o perigo da utilização de hormônios hipotalâmicos, já que se trata de uma intervenção direta sobre os centros mais importantes de integração e autorregulação.

### **5. Reculturação**

Biodanza suscita um processo de transvaloração cultural. Não se trata somente de re-parentalizar, isto é, de substituir os mandatos parentais introjetados na infância. Consiste em mudar os valores produtores de patologia, que são transmitidos através da história pela autoridade das ideologias políticas, pelos pré-julgamentos religiosos ou pelos costumes e preconceitos. Para cortar o fio patológico da história, é necessário receber variados pontos de vista sobre o homem, sobre a patologia de diferentes civilizações. Biodanza tem que dar um marco referencial consistente e módulos de informação objetiva de caráter antropológico, científico, artístico, etc. Isto permitirá ao aluno ampliar seu horizonte e liberar-se de seus preconceitos.

Biodanza é, portanto, informativa, mas não interpretativa nem analítica.

Estão descartadas as interpretações sobre as vivências experimentadas. Pode-se informar sobre elas, mas não introduzir os instrumentos cognitivos da interpretação, o que contribuiria somente para bloquear a produção e percepção das vivências. A função cognitiva cortical inibe, como é sabido, a função vivencial límbico-hipotalâmica.

Informação e reculturação são indispensáveis. A interpretação não facilita, mas sim dificulta as mudanças.

### **6. Transcendência**

Biodanza estimula os alunos a transcender os problemas do ego e abordar de imediato sua vinculação saudável consigo mesmo, com o semelhante e com a natureza. A maioria das psicoterapias está a serviço dos problemas do ego e não têm transcendência social nem ecológica. Não integram o indivíduo consigo mesmo e com a totalidade. Não possibilitam acesso às experiências místicas de Êxtase e Êxtase (identificação com todas as criaturas e com a totalidade).

Assim como as terapias convencionais se debatem em um imanentismo pueril, as terapias populares buscam a transcendência através de formas igualmente superficiais, baseadas na magia e nos rituais.

Buscamos um modo de transcendência para a totalidade humana e cósmica, por um meio direto e pela intimidade com todos os seres humanos e com a natureza.

Biodanza proporciona um acesso à consciência cósmica.

### **7. Autocura**

Os modelos médicos convencionais se baseiam na estrutura de relação médico-paciente. O paciente é “passivo” da ação médica. Em Biodanza, o doente toma parte ativa em sua cura, a tal ponto que a função terapêutica se reduz somente a pôr-se em contato com seus próprios recursos de autorregulação. A cura é suscitada por motivações internas carregadas de emocionalidade. O aluno toma em suas mãos o processo de sua própria evolução.

Cada indivíduo adquire um sentido evolucionário como condição para sua cura, assumindo a responsabilidade de regular sua própria evolução e encontrar suas respostas.

## **8. Ação Autoplástica**

O movimento ocorre por motivações internas carregadas de emoção. Cada aluno tem uma parte ativa em sua cura e desenvolvimento evolutivo. O aluno perde sua qualidade de “paciente” (passivo) para tomar em suas mãos o processo de sua evolução.

## **9. Estrutura Grupal**

Biodanza é uma técnica de grupo e em certo modo de massas. Dentro do grupo os alunos ensaiam novas atitudes de contato e comunicação. Os exercícios de transe só podem ser realizados dentro de um grupo integrado que serve de matriz e continente para a pessoa que abandona sua identidade. Os grupos são abertos e semiabertos. Não é possível fazer Biodança individual.

## **10. Importância da Situação em Si**

Em Biodanza não há representação. As situações não se fixam em “como se”. Cada movimento tem um significado real e um valor aqui-agora.

## **11. Ação sobre a Parte Sã**

Biodanza não trabalha sobre os sintomas. Desenvolve a parte que ainda permanece sã; os impulsos de liberdade, os esboços de sinceridade, a potencialidade criativa, a ternura, a graciosidade de movimentos, os restos de autoestima, o equilíbrio, o entusiasmo, etc.

Neste sistema não se analisa a miséria humana, mas sim, aumenta-se a grandeza do homem.

## **12. Princípio de Ressonância Musical**

Biodanza utiliza os elementos essenciais da música para induzir estados emocionais, ativar processos psicossomáticos, estimular o contato interpessoal, etc.

A harmonia vincula em especial a pessoa consigo mesmo; a melodia e a tonalidade, com o semelhante; o ritmo com a natureza. As músicas eufóricas reforçam a identidade e despertam o ímpeto vital; os coros de transe induzem regressão integrativa; as pausas e silêncios têm valores afetivos, etc.

Não são usados sons isolados nem “preparações sonoras”.

## **13. Indução de Transe Integrativo**

O sistema inclui como parte essencial, a indução de transe integrativo. Este tipo de transe tem as seguintes características :

- ♦ Progressivo  
O nível de transe se induz em escala progressiva. Os primeiros transes são muito leves.
- ♦ Grupal  
Não se realizam transes isolados. O grupo cumpre a função de matriz.
- ♦ Beatífico  
O transe produz plenitude, bem-estar corporal e sentimentos posteriores de harmonia e amor.
- ♦ Não Convulsivo
- ♦ Sequencial  
Os exercícios para induzir transes musicais estão sujeitos a uma sequência determinada.

## **14. Princípio Integracionista**

Toda pessoa pode fazer Biodanza, seja qual for sua raça, religião, ideologia, idade, condição social ou estado de saúde.

## **15. Princípio de Realidade**

Biodanza não adere a nenhuma forma de culto mágico. Seus conceitos e práticas se inspiram nas ciências naturais e humanas e na investigação experimental.

## **16. Esquema de Harmonia**

Substitui-se o esquema de “stress” pelo esquema de harmonia (amor-alegria). Isto significa uma mudança radical do estilo de vida. Aprendizagem, intensificação e facilitação de “vivências positivas”. Ativação hipotalâmica, estimulação dos impulsos vitais, instintos e emoções. Influxo sobre os circuitos da síndrome geral de adaptação, de Selye. Integração psicossomática.

## **17. Acesso à Identidade**

Fortalecimento da identidade autêntica. Descobrimto de caminhos de “consistência”. Aquisição da capacidade de resposta adequada e flexível frente a situações diferentes. Flexibilidade das funções de identidade (consciência e luta) - regressão (harmonia e vinculação).

## **18. Diferenciação**

Desenvolvimento das potencialidades individuais e da criatividade.

## **19. Integração Corporal**

Integração da personalidade a nível sensitivo-motor, afetivo-motor, sensorio-motor e ideomotor. Fluidez, equilíbrio, elasticidade e eutonia.

## **20. Vinculação em “feedback”**

Aprendizagem de técnicas de comunicação e encontro em “feedback”. Ensaio e intensificação de condutas de contato, em situação aqui-agora.

## **21. Renovação Sexual**

Dessensibilização à culpabilidade. Desenvolvimento da sensualidade e da genitalidade. Técnicas de comunicação e fusão. Capacitação para o prazer de viver. Desenvolvimento do eros indiferenciado e do eros diferenciado.

## **22. Movimento-Amor**

O conceito de movimento vai unido ao de amor, com todas suas implicações corporais, afetivas e sociais.

### **b. Específicos**

As prescrições para grupos com problemas específicos devem estruturar-se de acordo com critérios diagnósticos que permitam a compensação das Linhas de Vivência.

A ação de Biodanza frente a problemas específicos se realiza em grupos diferenciados. Estes grupos são semifechados, homogêneos e seus membros apresentam certa similitude sintomatológica. Entre os grupos especiais podemos mencionar: gestantes, crianças com problemas psicológicos, débeis mentais, deficientes motores, cegos, surdos, surdos-mudos, desadaptados sociais. Podem se formar grupos de adolescentes, jovens, adultos e velhos. Grupos de enfermos cardíacos, ulcerosos, asmáticos, diabéticos, enfermos dermatológicos, artríticos, toxicômanos, alcoólicos, mutilados cirúrgicos (mastectomizadas, histerectomizadas, colectomizados, etc.).

Na área de reabilitação e reeducação, podem-se formar grupos diferenciados de acordo com as características próprias de cada transtorno.

Os grupos artísticos ou criativos constituem também uma categoria à parte.

Outros tipos de grupo podem estar formados por uma família, por casais com dificuldades. Grupos de homossexuais com dificuldades e conflitos.

A maior parte das pessoas desenvolve algumas Linhas de Vivência às custas de outras. Isto permite formar grupos de compensação. Assim, por exemplo, pode-se formar um grupo com pessoas que necessitam ajustar sua resposta sexual: frigidez, impotência, histeria, dificuldades para assumir a bissexualidade, sexofobia, dificuldades de contato corporal, sentimento de culpa sexual, carência de carícias, etc. Estas pessoas necessitam reforçar a Linha de Vivência 2: Sexualidade.

Outro grupo pode formar-se de pessoas com graves dificuldades de contato, incapacidade para estabelecer vínculos profundos, insegurança, depressão, angústia, sociofobia, aversão, desconfiança, hostilidade, egocentrismo, condutas psicopáticas. Neste mesmo grupo, podem participar enfermos psicossomáticos que necessitem reforçar e criar um continente adequado para sua identidade. Estas pessoas têm que reforçar a Linha de Vivência 4: Afetividade (continente afetivo).

Um terceiro grupo pode estar formado por pessoas que têm escassa vitalidade e sofrem de fadiga crônica, sensações de fragilidade física, hipocondria, falta de entusiasmo e ímpeto vital; abulia, tristeza, preocupação. Estas pessoas devem reforçar a Linha de Vivência 1: Vitalidade.

Um quarto grupo pode estar formado por pessoas agressivas, rebeldes ou descontentes, que necessitam desenvolver suas potencialidades ou que padecem de aborrecimento e monotonia; adolescentes violentos e com tendência a drogar-se. Estas pessoas devem reforçar a Linha de Vivência 3: Criatividade.

Um último grupo pode formar-se com pessoas desvinculadas de si mesmas e da natureza, encerradas em tarefas rotineiras, com sentimento de vazio existencial, medos persecutórios, temor catastrófico, incapacidade para perceber um sentimento transcendente na vida. Estas pessoas devem reforçar a Linha de Vivência 5: Transcendência.

Estes grupos devem, na medida do possível, abrir-se pouco a pouco e permitir a entrada de pessoas que tenham desenvolvido outras Linhas de Vivência, para evitar que reforcem entre si a sua patologia.

## **09. CÓDIGO DE BIODANÇA (ORIGINADO NOS MECANISMOS DE AÇÃO)**

### **1. Princípio Biocêntrico**

Biodanza propõe a prioridade do Princípio Biocêntrico sobre qualquer programa antropocêntrico ou biográfico. Constitui uma poética do vivo, fundada nas leis universais que conservam e permitem a evolução da vida. O reforço da vitalidade se realiza através da revinculação aos instintos. É necessário despertar a fonte do desejo.

Objetivo inicial: eliminar as “doenças da civilização”. Na concepção de Biodanza estão considerados processos que são comuns a todo o que está vivo.

### **2. Vinculação Ecológica**

Biodanza postula uma concepção ecológica das relações humanas e cósmicas.

O “par ecológico” é o “Casamento Cósmico” unido por circuitos que criam e fomentam vida entre eles.

Renuncia-se às relações “tóxicas” e à poluição afetiva. Amigos, família, comunidade, são estruturas ecológicas.

Biodanza restabelece a vinculação original com a natureza. Propõe a defesa do meio ambiente biógeno.

### **3. Ação Profilática**

Biodanza transcende os limites da terapia. Propõe a prioridade da ação profilática sobre qualquer outra forma de mudança. Temos que impedir que as doenças se produzam. Para isso é necessária a defesa e proteção da criança.

A educação da criança deve incluir Biodanza como disciplina central.

### **4. Transformação do Estilo de Vida**

O objetivo é mudar a estrutura do estilo de vida. Não interessam as mudanças parciais da conduta ou de certas respostas adaptativas. Biodanza desperta uma nova sensibilidade frente à vida. Cada pessoa deve chegar a “dançar sua vida”. Substitui-se o esquema de “stress” pelo esquema de harmonia, as relações tóxicas, por relações saudáveis.

## **5. Sistema de Mudança Social**

Biodanza é um sistema de mudança social. Está centrada na comunidade e não no cliente. A prioridade está em resolver os problemas de sobrevivência. Todos os conflitos pessoais derivam de situações histórico-sociais. O que interessa é a transmutação de valores mais que a reparmentalização. Os valores anti-vida devem ser substituídos por valores pró-vida. Biodanza rechaça a guerra, a discriminação social, econômica ou racial, a violação dos direitos humanos, a exploração capitalista e a violência institucionalizada do fascismo. Impugna todo regime totalitário de esquerda ou de direita.

Biodanza propõe uma política de transgressão dos valores anti-vida, sejam institucionalizados ou não. Defende os extremos da vida: a criança e o ancião.

## **6. Integração das Ciências Humanas**

Biodanza é um sistema coerente de ações fundamentado nas ciências do Homem: Antropologia, Etologia, Biologia, Medicina, Psicologia, Sociologia. Não deriva de nenhum sistema ideológico, religioso ou psicológico especial. Baseia-se na observação, na descrição e na experimentação. Utiliza as técnicas tradicionais de investigação científica.

É um sistema de integração e desenvolvimento humano, não interpretativo, baseado na dança e em situações de comunicação em grupo.

## **7. Criatividade Existencial**

Biodanza se posiciona contra toda forma de alienação. Por esta razão, rechaça as drogas, as ideologias e os preconceitos. As drogas constituem um recurso do sistema para destruir qualquer movimento de mudança social. As ideologias são estruturas rígidas que induzem ao sectarismo.

Cada pessoa deve aprender a sentir e a pensar com independência.

## **8. Prioridade da Vivência**

O desenvolvimento das cinco Linhas de Vivência é o instrumento de evolução.

O projeto existencial tem que partir da vivência e não da consciência.

A afetividade é o fator organizador, o propulsor da mudança. A carícia deflagra as funções reguladoras e harmonizadoras límbico-hipotalâmica.

## **9. Progressividade**

Biodanza é um sistema evolucionário e não revolucionário. Está sujeito a uma progressividade orgânica. Ninguém pode violentar seu amadurecimento, só pode induzi-lo com delicadeza. Os relacionamentos e contatos não são impostos de fora. Encontro e aproximação se realizam através de adequada retroalimentação da informação (“feedback”). Cada repetição dos exercícios é uma volta dentro da espiral evolutiva. Deste modo, o progresso da transtase é sutil.

O ser humano é o único animal que pode intervir no processo de evolução da energia cósmica e criar entropia negativa. Não basta evoluir a nível individual. É necessário ser um agente de evolução.

## **10. Homeostase**

O conceito de Homeostase se aplica ao estado geral de “equilíbrio interno”. Biodanza é uma metodologia que defende o organismo do “stress”. A angústia é o sinal de alarma de perturbações da homeostase. Um dos mecanismos de ação de Biodanza consiste em dar estimulação positiva à região límbico-hipotalâmica, alimentar a vida instintivo-afetiva com vivências positivas (fraternidade, harmonia, prazer, alegria, etc.). Isto reforça a homeostase.

## **11. Harmonia em Ação**

Participamos de uma nova concepção de harmonia: “Harmonia em ação”. Descobrir um sentido em meio ao caos, pôr saúde onde há doença, fazer justiça onde há exploração, é o trabalho de harmonia. A harmonia não é mental, se gera na afetividade.

## **12. Modelo Teórico**

O Modelo Teórico usa os conceitos de Identidade e Regressão, situados dentro de um *continuum* dinâmico. Identidade se refere à “consciência de si” como centro de percepção do mundo. Um sentimento de ser “único” e, ao mesmo tempo, organicamente vinculado à totalidade. A identidade só adquire sentido na presença do outro. Está relacionada com as vivências de consistência corporal e autonomia. O transe é um processo de “regressão” que implica o abandono e dissolução da identidade em uma totalidade maior. É acompanhado de perda do limite corporal. O transe dá acesso à “vivência oceânica”, na qual modificam-se as percepções do tempo e do espaço. Em Biodanza, a indução de transe é utilizada como método de renascimento e renovação existencial.

Identidade - Regressão é pulsante e gira em forma espiral sobre um eixo vertical que parte do núcleo de informação genética (potencialidades) e se eleva em um processo de crescimento integrativo que produz Entropia negativa.

## **13. Estética Antropológica**

Biodanza trabalha com a parte sã e não com os sintomas. O tesouro das potencialidades existentes em cada pessoa está oculto. Sua latente capacidade de afeto, sua criatividade, sua ternura e solidariedade, sua sensualidade, em suma, sua beleza interior, estão reprimidas pela cultura. Essas potencialidades podem ser simbolizadas no arquétipo da “Criança Divina”. Biodanza ensina a manifestar a Criança Divina e também a reconhecê-la nos demais.

## **14. Integração à Espécie**

Biodanza cumpre sua função transformadora vinculando-se a todos os seres humanos, sem discriminação. Todos podem e devem elevar a qualidade de suas vidas: crianças, adultos, anciãos, homens e mulheres; ricos e pobres; doentes e sãos; sábios e analfabetos. A espécie humana é uma só. O Organismo é a Espécie, os Indivíduos são seus Órgãos.

## **15. Experiência Suprema**

Biodanza dá acesso ao Êxtase e ao Íntase, experiências alternativas de identificação e fusão com a Totalidade Vivente.

A Experiência Suprema, chamada também Experiência Cósmica, é acompanhada de uma total mobilização afetiva, na qual se combinam alegria indescritível (beatitude), sensações corporais de prazer abrasador (orgasmo e núpcias com o Universo), sensações corporais de leveza, fluidez, calor-frio e iluminação interna, percepção absolutamente diáfana da relação viva que existe entre todas as criaturas e sentimento de entrega amorosa à vida.

## **10. CÓDIGO PARA ALCANÇAR A LUCIDEZ DISCRIMINATIVA E CONSERVAR A ORTODOXIA DA BIODANÇA**

1. Todos os exercícios de Biodanza promovem a integração do organismo, o que se traduz em profunda sensação de harmonia. Qualquer exercício de caráter dissociativo e que suscite angústia, não é de Biodanza.
2. Biodanza induz vivências de vitalidade, erotismo, criatividade, afeto e transcendência. Se em uma sessão forem provocadas vivências de raiva, humilhação, medo, angústia, solidão, isto não é Biodanza.
3. Biodanza não é interpretativa nem analítica. Qualquer ação interpretativa de sensações ou movimentos que se dão durante a aula, demonstra que não se está fazendo Biodanza.
4. Biodanza possui uma teoria coerente e um modelo operacional. O simples agrupamento de exercícios, a livre expressão corporal ou a mescla de diversas técnicas, não é Biodanza.

5. Biodanza respeita profundamente os níveis motores e emocionais de cada aluno. Qualquer atitude autoritária de parte do facilitador é contrária a este sistema.
6. Biodanza trabalha com processos de integração, através do grupo. Qualquer exercício a nível individual, utilizando emergentes, egos auxiliares e observadores terapêuticos, não é Biodanza.
7. Biodanza trabalha com uma fenomenologia “Aqui-Agora” e com situações “em si”. Qualquer situação orientada a uma programação da conduta futura (contratos), a tomada de decisões ou a situações de teatralização (“como se”), não é Biodanza .
8. Em Biodanza, a relação interpessoal se dá em permanente realimentação. Cada pessoa deve informar a quantidade de proximidade que é capaz de aceitar. Cada pessoa é responsável por seu limite de contato. Ninguém pode invadir o espaço privado do outro. O encontro humano se dá na perfeita coerência de sinais que indicam abertura ou limite. Portanto, os exercícios onde o facilitador impõe formas de contato, sem considerar o “feedback do encontro corporal”, não é Biodanza.
9. Biodanza tem dimensões sociais e ecológicas. As vivências de transcendência são parte essencial desta disciplina. Toda sessão cujo interesse se centra na problemática do ego, sem considerar as estruturas sociais e ecológicas, não é Biodanza.
10. Biodanza tem fundamentos científicos. Baseia-se nas Ciências Biológicas, na Etologia e em extensos estudos antropológicos. Toda sessão com elementos mágicos, com preconceitos morais, com elementos paraculturais ou formas de medicina paralela, baseadas em modelo imaginários, não pertence a Biodanza.
11. Biodanza “transforma” progressivamente a couraça caracterológica. Todo exercício de “choque”, para “quebrar” a couraça ou para diminuir bruscamente a tensão interna, não pertence à sua metodologia. Os modelos catárticos estão excluídos de Biodanza.

## Capítulo I - BIODANÇA: A DANÇA DA VIDA

### 01. BIODANÇA: A DANÇA DA VIDA

A base conceitual de Biodanza provém de uma meditação sobre a Vida, ou talvez do desespero, do desejo de renascer de nossos gestos despedaçados, de nossa vazia e estéril estrutura de repressão. Poderíamos dizer com certeza: de nostalgia de amor.

Biodanza, mais que uma ciência, é uma poética do encontro humano, uma nova sensibilidade frente à existência. Sua metodologia promove uma sutil participação no processo evolutivo.

Em busca de uma reconciliação com a vida, chegamos finalmente ao “movimento primordial” a nossos primeiros gestos. Biodanza realiza, assim, a restituição dos gestos humanos naturais; sua tarefa é resgatar o segredo perdido de nós mesmos: os movimentos de conexão.

O primeiro conhecimento do mundo, anterior à palavra, é o conhecimento pelo movimento. A dança é, portanto, um modo-de-ser-no-mundo. A expressão da unidade orgânica do ser humano com o universo. Esta noção da dança como cenestesia integrativa, é muito antiga e tem, através da História, numerosas expressões culturais, tais como as danças órficas, as cerimônias tântricas ou as danças giratórias do Sufismo. O poeta Jalal-od-Din Rumi (Séc. XIII) exclamava:

*“Oh dia, levanta-te!... os átomos dançam, as almas, arrebatadas de êxtase, dançam, a abóbada celeste, por causa desse Ser, dança. Te direi ao ouvido até aonde conduz sua dança: Todos os átomos que existem no ar e no deserto – compreenda-o bem – estão enamorados como nós e cada um deles, feliz ou desgraçado, se encontra deslumbrado pelo sol da alma incondicionada.”*

Uma sessão de Biodanza é um convite a participar nessa Dança Cósmica de que fala o poeta sufi. Esta afirmação talvez pareça surpreendente dentro do melancólico panorama sócio-político do nosso tempo.

Em um mundo como o nosso, de fome e genocídio, de tortura e delação, em um mundo de abandono infinito, como é possível pôr-se a bailar? À primeira vista parece uma inconsequência.

Mas, como poderíamos mudar o mundo sem mudar nós mesmos?

A transformação através de Biodanza não é uma mera reformulação de valores, mas uma verdadeira transculturação, uma reaprendizagem a nível afetivo, uma modificação límbico-hipotalâmica.

A deformidade do espírito ocidental culminou, durante este século, com os maiores atentados contra a vida humana que História conhece. A patologia do ego foi reforçada a nível coletivo até extremos jamais alcançados antes. Para sustentar esta patologia, estão as instituições estatais, as ideologias políticas e educacionais. Ainda mais, muitos dos intelectuais e pensadores de nossa época colaboram neste vasto processo de traição à vida.

Nossa ação é, portanto, uma aberta transgressão aos valores da cultura contemporânea, às consignas de alienação da sociedade de consumo e aos mandatos das ideologias totalitárias.

O fracasso das revoluções sociais se deve a que as pessoas que as promovem não realizaram em si mesmas o processo evolutivo. As transformações sociais só podem ter êxito a partir da saúde e não da neurose ou do ressentimento. De outro modo, as mudanças sociais só substituirão uma patologia por outra.

Biodanza se propõe a restaurar nas pessoas, a nível massivo, a vinculação original à espécie como totalidade biológica. Este ponto de partida é indispensável para a sobrevivência.

Biodanza tem sua inspiração nas origens mais primitivas da dança.

É importante esclarecer que a dança, em seu sentido original, é movimento pleno de sentido. Muitas pessoas associam a dança ao espetáculo de “ballet”. É um erro.

A dança é um movimento profundo que surge do mais íntimo do ser humano. É movimento de vida, é ritmo biológico, ritmo do coração, da respiração, impulso de vinculação com a espécie, é movimento de intimidade.

A dança é, portanto, a celebração de nossa comunidade com os seres humanos e de nossa legítima alegria de viver. Cada pessoa, mesmo sem estar muito consciente disso, está dançando sua vida.

Sem dúvida, não vivemos a “Divina Comédia”, nos termos de Dante, nem a “Comédia Humana”, sugerida por Balzac. Vivemos a “Dança da Vida”, no sentido de Roger Garaudy. Dois namorados que correm pela praia tomados pelas mãos, estão - dentro de nossa concepção - realizando uma dança. Uma mulher embalando seu filho, dança o ritmo eterno. Um homem que leva seu filho sobre os ombros em meio à brisa, dois amigos que se encontram depois de longo tempo e se abraçam, os amantes desnudos no êxtase da cópula, o sementeiro lançando a semente, o feto palpitando dentro do âmnio e até os adormecidos, na cadência de suas noites, todos estão realizando a Grande Dança.

Deste ponto de vista, pensei que era indispensável reencontrar a força positiva que faz os organismos crescerem e desenvolver-se. Isto é, os movimentos que permitem a evolução. A finalidade de Biodanza, desde este misterioso aspecto, seria adaptar-se ao movimento cósmico, reciclar a Harmonia Geradora.

Creemos em uma dança orgânica, que responda aos padrões de movimento que originam vida. Temos buscado essa coerência e a temos encontrado. Movimentos capazes de incorporar entropia negativa, padrões geradores, harmonia musical entre os seres vivos, ressonância profunda com o micro e o macrocosmo. Nosso propósito é elucidar essas pautas de movimento para vinculação real.

Somente se nossos movimentos restauram seu sentido vinculante, conseguiremos renascer do caos obscuro de nossa época.

Participamos, assim, de uma visão diferente. Buscamos acesso a um novo modo de viver, despertando nossa sensibilidade adormecida.

Estamos muito sozinhos em meio a um caos coletivista.

Há um modo de estar ausente com toda nossa presença. No ato de olhar, de não escutar, não tocar o Outro, o despojamos sutilmente de sua identidade. Não reconhecemos nele uma pessoa; estamos com ele, mas o ignoramos. Esta desqualificação, consciente ou inconsciente, tem um sentido pavoroso que envolve todas as patologias do Ego.

Celebrar a presença do Outro, “saboreá-la”, exaltá-la no encanto essencial do encontro é, talvez, a única possibilidade saudável.

A ternura: qualidade de uma presença que concede presença.

O que a gente necessita para viver é um sentimento de intimidade, de transcendência, de vinculação gozosa e de estimulante felicidade. Pois bem, é nessas necessidades naturais que colocamos nossos objetivos.

Sabemos que a consistência existencial não pode provir de uma ideologia, mas das vivências em ação. Nossa finalidade é ativar, através da dança e de exercícios de comunicação em grupo, profundas vivências harmonizadoras.

## **02. AUTOCONTROLE EVOLUTIVO**

A finalidade de Biodanza é alcançar o controle do próprio processo evolutivo, vale dizer, uma finalidade alheia ao processo educacional de incorporação de valores. Esta finalidade se inscreve mais na direção da autodivinização da vida humana, em um sentido prometeico.

Biodanza não propõe um padrão de comportamento. Cada indivíduo, ao vincular-se consigo mesmo em um processo de integração e ao desenvolver uma consciência comunitária, oferece seu próprio padrão genético de respostas vitais. A liberdade individual se postula aqui como a forma adequada de um desenvolvimento interior de potencialidades inatas. Liberdade e desenvolvimento são sinônimos.

Biodanza, portanto, não pode ser considerada uma ciência do comportamento, no sentido de provocar modificações de conduta em relação a determinados valores culturais. É, propriamente, um sistema de integração e desenvolvimento.

O próximo salto evolutivo da espécie humana será o despertar da consciência coletiva, vale dizer, a ligação dos circuitos ecológicos entre os membros de nossa espécie.

Este fenômeno de integração intra-espécie, sobre o qual chamou a atenção o biólogo Von Uexkull, deve ser olhado dentro de uma visão organicista em que a espécie é o organismo e o indivíduo é o órgão. O ponto de partida biológico permite compreender a relação entre esse processo de integração ao universo como Organismo Maior.

O despertar da consciência cósmica e o restabelecimento dos circuitos ecológicos com o universo são concomitantes com o despertar da consciência coletiva.

Nossa finalidade é alcançar esse estado de plenitude em que cada indivíduo se direciona, com intensa e magnética força seletiva, para formas de ação que reforcem seu desenvolvimento, que o integram a si mesmo, à espécie e ao cosmos.

Os sistemas de educação, as religiões, as técnicas psicoterapêuticas, as disciplinas comportamentais de modificação da personalidade e as ideologias políticas, propõem sempre padrões de comportamento em relação com determinadas estruturas culturais.

Sempre que se propõe um padrão de comportamento, se está em um trabalho de alienação de catastróficas consequências.

Biodanza, ao propor um processo de integração e desenvolvimento de cada indivíduo, postula uma liberdade e um respeito por esse indivíduo, como o agricultor respeita a semente. Esta concepção só pode se sustentar a partir do axioma de que a semente humana é essencialmente boa, isto é, que há um impulso divino dentro dela. Uma disciplina de desenvolvimento somente tem que ajudar a cada indivíduo a reconhecer dentro de si esse impulso.

No êxtase de comunhão com o irmão, o indivíduo não está em um processo de exaltação do ego, mas de autodivinização da vida como fenômeno cósmico.

A destrutividade psicopática não seria senão a obstrução dos impulsos inatos de energia ascendente, no sentido de Teilhard de Chardin.

### **03. CONEXÃO COM A VIDA**

A função de conexão à vida é uma das mais evoluídas que pode alcançar o ser humano. Sendo a função primordial que permite a existência mesma da vida, deve chegar, através de um longo processo de maturação interior, a ser uma atitude consciente, a partir da qual se inicia de novo o contato com o primordial.

Tanto a planta como o animal possuem a função de conexão à vida. A pulsão instintiva, guiada por tropismos e afinidades, permite-lhes uma ligação altamente precisa com todas as manifestações de vida que os rodeiam, como se uma sabedoria milenar fluísse nas raízes para orientá-los até as fontes nutritivas da terra; como se o animal na brisa farejasse as energias, os chamados, os sinais de vida.

O homem, não obstante, perdeu, por um lento processo de degradação instintiva, a função de conexão à vida, a qual se encontra quase totalmente atrofiada. Não há “reflexos de vida” no cidadão comum de nossas metrópoles. Poder-se-ia postular que a doença é a incapacidade de estabelecer os bio-“feedbacks” com tudo aquilo que está vivo no ambiente. Nosso intelecto desenvolveu uma monstruosa capacidade de combinar-se com as coisas mortas em um processo de sofisticada necrofilia, estabelecendo a vazia e morta relação mecânica de que fala Jaspers.

Despertar a arcaica função de conexão à vida é um objetivo desesperado para qualquer psicoterapia. Em Biodanza, a função de conexão à vida é retomada dentro de três níveis:

### **a. Conexão Consigo Mesmo**

Na posição geratriz de intimidade, de abraço a si mesmo, de proteção da chama interior, do doce tremor de vida que se alenta no peito, se está em íntimo recolhimento e na profunda felicidade de ser o continente de sua própria identidade. A vivência desta conexão pode ser tão intensa, que se alcança o estado de êxtase: felicidade suprema durante a qual se intensifica a consciência de estar vivo e de ser “único”.

O desenvolvimento desta linha da função de conexão está representado pelo budismo, o “yoga”; todas as disciplinas solipsistas baseadas em um monismo filosófico. É a conexão a vida na unidade primordial.

### **b. Conexão com o Semelhante (a Espécie)**

Os olhares se conectam em profunda intimidade. A respiração se confunde. As mãos se juntam e a corrente emocional circula, expressiva e carregada de erotismo. O fluxo e refluxo de energia vital se estabelece; os olhares se incendiam na paixão dos olhos do outro, os beijos se intensificam na resposta até que os dois corpos formam um só corpo, porque há uma sincronização total, uma eutonia, uma fluidez e um ritmo unificador.

Duas identidades diferentes transformaram-se em uma identidade maior. A função de conexão alcançou o estado de dualidade, o estado de complementação dos opostos, a perfeita harmonia do “yin” e “yang”, a unificação na dualidade.

As danças de amor constituem o encontro de duas solidões que descobrem, na presença do outro, uma comunhão plena de sentido.

### **c. Conexão ao Universo**

Quando as identidades separadas formam uma identidade maior, surge o terceiro estado, a presença de uma energia nova; a conexão à vida em trindade.

As mãos unidas em uma roda de comunicação pertencem a um nível de conexão em trindade. Uma vivência de conexão com o anônimo, com a vida originária. Um sentimento de fluir em uma totalidade cósmica, sem rosto, sem limites, sem tempo; de abandonar-se à pulsação originária da vida, anterior ao nascimento do eu.

Esta terceira fase da função de conexão à vida – que no cristianismo corresponde ao mistério do Espírito Santo – é o estado de transe, a fusão na totalidade, no princípio e no fim, de onde a vida se renova e se retroalimenta.

O grupo compacto de conexão anônima dissolve as identidades particulares e conecta a cada um com todos e com tudo. Por este caminho se alcança o transe e o êxtase, que é a vivência de ser vida palpitante num universo pleno e sem limites.

## **04. SACRALIZAÇÃO DA VIDA**

Embora as extraordinárias descobertas da Biologia nos deem um ponto de partida sólido e fecundo para compreender muitos mistérios da biosfera, de modo algum são suficientes para expressar todos os significados essenciais acerca da condição humana. Temos que considerar, portanto, a Biologia como um ponto de partida universal e referência básica para a compreensão do ser humano, mas as descobertas biológicas têm que ir ao encontro das grandes intuições sobre os aspectos ainda não revelados e misteriosos da vida humana.

Deveremos avançar em uma nova dimensão do pensamento, mais livre e ajustada às revelações do imediato, desprendendo-nos dos empecilhos filosóficos e das ideologias ingênuas que têm acompanhado o ser humano ao longo da história.

Necessitamos um rigor insolente, e ao mesmo tempo sensível, para não cairmos em um falso objetivismo biologista ou na pobreza dogmática das religiões.

No meu modo de ver, a vida tem uma qualidade sagrada e tem sido a patologia das civilizações o que tem separado os atos sagrados dos atos profanos. Esta patologia terminou por des-sacralizar a vida cotidiana e carregar de conteúdo transcendente os rituais obsessivos que surgiram para escapar do pavor cósmico.

Neste ponto é indispensável a meditação sobre o Sagrado. A hierofania é a manifestação do Sagrado, absolutamente fascinante e absolutamente terrível.

Creemos que a expressão da vida através das criaturas é a maior de todas hierofanias. A cegueira frente à percepção da condição sagrada da vida, perturbou as formas de vinculação com o cósmico. Através do processo histórico no qual se gestaram as religiões, produziu-se uma clara demarcação entre o sagrado e o profano. Assim também as danças e os gestos foram diferenciados entre sagrados e profanos.

Esta dissociação entre sagrado e profano, que é inerente às religiões, tem que ser questionada. Se a vida em si mesma é sagrada, por ser a mais esplêndida expressão do cósmico e também a mais ampla hierofania, a distinção ritual de âmbitos sagrados e profanos resulta em um absurdo.

A clareza do Princípio Biocêntrico de Biodanza, que reconhece na vida a maior hierofania, é o que a distingue essencialmente de qualquer religião e também de qualquer psicoterapia.

Nas chamadas Danças Sagradas, cria-se um estado que se plenifica de significação e potência. A trajetória dessas danças é do espaço caótico, profano, para o espaço mandálico.

Em Biodanza as pessoas, ao relacionar-se em uma Dança de Amor, restabelecem um sentido cósmico que os integra a uma unidade maior. Os magnetismos da dança geram campos criativos, eróticos e biológicos que não pretendem representar uma realidade transcendente, mas que constituem, em si mesmos, a grande cerimônia da vida, transcendente por si mesma.

Por outra parte, o tempo sagrado, a duração das festas, o tempo litúrgico, foram miticamente diferenciados do tempo linear histórico. Terminada a cerimônia no tempo sem duração da liturgia, o ser humano penetra no tempo cotidiano. A trajetória de novo se dá desde o tempo fugaz e ilusório até o tempo mítico, circular e eterno.

Em Biodanza, o ser humano vive no “aqui-agora” eterno. O tempo marcado pelas horas do relógio é apenas um tempo convencional, um tempo não vivido. Toda a realidade é sagrada para o indivíduo de Biodanza e todo o tempo é litúrgico.

A antiquíssima tradição oriental de que a vida é uma ilusão, apenas a manifestação dos infinitos véus de Maya, representa a mais catastrófica filosofia, a desqualificação da vida que é uma realidade, a expressão máxima do divino. Esta patologia foi transmitida através de séculos e infiltra distintas religiões, criando o terreno apropriado para o exercício de todo o tipo de injustiças e violências. Quando a vida não é sagrada nem tem valor intrínseco, se pode destruí-la, torturar, explorar, humilhar. O Princípio Biocêntrico rechaça, com a mais absoluta decisão, essa grande mentira cultural que dessacralizou a vida.

Penetrar na percepção beatífica da vida como esplendor apavorante, como beleza insuperável, como harmonia voluptuosa, e experimentar em si mesmo o “sentir-se vivo”, é, sem dúvida, uma experiência mística, único ponto de partida possível da investigação científica. Como expressava Einstein: “*A experiência cósmica é a mais forte e nobre fonte de investigação científica*”.

É do Princípio Biocêntrico que podemos extrair a qualidade transcendente do ser humano. A sacralização do Homem é o que dá à sua vida, a seu amor, à sua sexualidade e às suas criações, a qualidade do transcendente. A partir do Princípio Biocêntrico a vida se organiza como convivência e coexistência com o divino.

O sagrado não se dá apenas em um espaço mandálico ritual. O sagrado se dá em qualquer circunstância em que a vida se faz presente. Toda a vida é sagrada. O ato sexual que é feito em um templo ou o que se realiza em um miserável quarto de hotel, possuem a mesma condição do sagrado. Quando as pessoas estão conectadas com amor, estão reciclando energia cósmica, estão vivendo o amor eterno de Afrodite e Apolo. O homem cansado, que caminha pela rua porque não tem dinheiro para o ônibus, é também um caminhante de eternidade. A criança nos braços de Santa Maria e a criança abandonada, raquítica e faminta que busca comida nos montes de lixo, são duas formas da Criança Divina.

É verdade que nem todos os lugares são os mais propícios para entrar no eterno, mas quem é guiado pelo Princípio Biocêntrico tem a chave que abre todas as portas.

O Princípio Biocêntrico infiltra todos os âmbitos da atividade humana. Se a pessoa está conectada com a vida, está automaticamente instalada em uma posição política: aquela de quem defende a vida e luta contra a exploração e a injustiça.

Se o indivíduo está vinculado de centro a centro com o Princípio da Vida, experimenta a vinculação cosmobiológica, a antiga familiaridade com as pedras, com os pássaros, com o sol, com o mar. Se age a partir do Princípio Biocêntrico, pertence à Resistência Ecológica: quer os rios claros, transparentes (não poluídos), defende o respeito pela fauna e pela flora. Agindo a partir do Princípio Biocêntrico, este indivíduo é um pedagogo, um amante, um artista, um poeta.

A partir do Princípio Biocêntrico, a pessoa desconhece a autoridade externa, seja esta de um governo, com a violência institucionalizada, ou das ideologias políticas e religiosas que discriminam seres humanos. O Princípio Biocêntrico é insurgente.

Aqueles que praticam Biodanza, sendo eles mesmos, são outros. Sendo indivíduos, são também a vida universal. Poderíamos dizer que os Princípios de Vida surgem de uma inteligência divina que transcende os valores egocêntricos. Nossa meditação deriva um processo que consiste em estimular, criar e desenvolver vida nos demais, o que gera vida em nós.

As pessoas são nosso mais poderoso meio ambiente. O par ecológico, a família ecológica, a comunidade ecológica, são expressões do Princípio Biocêntrico.

Quando falamos do Princípio da Vida, nos referimos a algo muito preciso, a funções universais, a formas de vinculação, a desenvolvimento evolutivo. Biodanza se inspira nos princípios gerais do ser vivo, e não em ideias a priori ou em dogmas religiosos.

Se as religiões, as ideologias políticas e as distintas formas de psicoterapia trabalham em torno das patologias do ego, sobre uma imagem antropocêntrica miserável, Biodanza trabalha com grandes funções de saúde, em uma dimensão transcendente, de permanente reverência pela vida.

## **05. O PRINCÍPIO BIOCÊNTRICO**

Denominamos Princípio Biocêntrico a um estilo de sentir e de pensar que toma como ponto de partida e como referência existencial a vivência e a compreensão dos sistemas vivos.

Tudo o que existe no universo, sejam elementos, astros, plantas ou animais, incluindo o ser humano são componentes de um sistema vivo maior. O Universo existe porque existe a vida. E não o contrário. As relações de transformação matéria-energia são graus de integração de vida.

O método utilizado é anti-enunciativo ou conjetural. Origina-se a partir do fato inevitável da existência da vida aqui-agora, indo até a origem do cosmos. Nossa proposta pode parecer surpreendente, porque estamos habituados a usar a lógica dedutiva, isto é, a partir de certos fatos, derivar conclusões enunciativas ou conjeturais. Nosso modo de enfoque é de conhecimento a partir da vivência da vida e da certeza que apresenta essa vivência como dado inicial.

O Princípio Biocêntrico tem como ponto de partida a vivência de um universo organizado em função da vida. Este delineamento é biocosmológico e não antrópico, cosmológico ou teológico.

De acordo com o Princípio Biocêntrico, o universo é um portentoso sistema vivo. A vida não surgiu como uma consequência de processos atômicos e químicos, mas é a estrutura guia para a construção do universo. A evolução do universo é, na realidade, a evolução da vida. A entropia, como deslocamento dos níveis energéticos para o estado térmico, não é senão o aspecto escatológico do mundo; em outras palavras, a função catabólica de qualquer sistema vivo. A anti-entropia (neguentropia), é o processo anabólico do universo, a assimilação cósmica.

A partir do Princípio Biocêntrico modifica-se a estratégia de transformação existencial. Os parâmetros de nosso estilo de vida são os parâmetros da vida cósmica. Isto quer dizer que nossos movimentos, nossa dança, se organizam como expressões de vida e não como meios para alcan-

çar fins antropológicos, sociais ou político-econômicos. Nossos movimentos se gestam no sentido nutrício do processo evolutivo, para criar mais vida dentro da vida. Para resgatar vida ali onde é oprimida. Se as condições sociais e culturais são antivida, nossa proposta é a mudança desses sistemas, não a partir de ideologias ou ações políticas, mas restabelecendo em cada momento, com nossa própria vida, as condições para a nutrição da vida. Não nos interessa, portanto, a consistência ideológica de uma pessoa, mas sua consistência afetiva, o exercício do movimento-amor.

O núcleo criador da cultura do 3º Milênio irá surgir da subordinação da Física à Biologia. Desde que começamos a perceber que o fenômeno da vida não surge como um processo evolutivo da matéria inanimada, mas que a matéria, aparentemente inanimada, se organiza como resultado de um onipresente sistema vivo, o enfoque destas ciências se inverte radicalmente. O pensamento tradicional sustenta que a vida surgiu pela combinação e recombinação de elementos químicos em condições de temperatura e pressão apropriadas, dentro de um ambiente em que a água, o carbono, o fósforo, o sódio e outros elementos, estão presentes. Pelo contrário, o universo como totalidade pode ser concebido como um sistema vivo, como um organismo pulsador de vida. Dentro desse universo, a vida se expressa em infinitos ensaios.

O Princípio Biocêntrico concentra seu interesse no universo concebido como sistema vivo. Não são apenas os animais, as plantas; ou o ser humano que formam o reino da vida. Tudo o que existe, desde os neutrinos até os quasares, desde as pedras até os pensamentos mais sutis, formam parte de um fantástico Orologium biológico. O Princípio Biocêntrico é, portanto, um ponto de partida para estruturar as novas percepções e as novas ciências do futuro. Prioridade do vivo, ilusão do determinismo físico e abandono progressivo do pensamento linear, para entrar na percepção topológica e na poética da similaridade. Desqualificação das filosofias que buscam uma verdade única, já que atrás de cada verdade aguarda uma verdade nova e atrás dela outra e outra, até o infinito. De modo que os hábitos intelectuais de seleção, valoração e juízo sobre objetos ou fenômenos, serão substituídos pela percepção de todas as expressões, de todos os movimentos enquanto linguagens do vivo. O “por que” perde sentido, para dar lugar ao “como”, à presença do vivo abrindo-se em meio dos infinitos circuitos de uma realidade iluminada desde dentro, isto é, de tudo o que existe, enquanto forma de expressão de vida. É a partir daí que o fenômeno da consciência, tal como se manifesta nos seres humanos, não será apenas o ato de dar conta dos entes em suas múltiplas reações com os parâmetros antropológicos. A partir do Princípio Biocêntrico, a consciência toma uma nova dimensão, no sentido em que se anima pela arrebatadora conotação de ser, os entes e suas relações, material de vida, contato, vinculação de energia viva com outras energias vivas.

Assim como a Física se funde dentro do corpo da Biologia, a consciência se incorpora ao âmbito da emocionalidade, se podemos caracterizar o emocional como o vivencial, isto é, como a beatífica e orgástica experiência de contato com o real. Se a verdade, no sentido tradicional da Ciência, é uma proposta tautológica, podemos, sem dúvida, alcançar a Dimensão do Sentido e incorporar-nos a ela em forma viva e ser o Sentido mesmo, como o dançarino que é em si mesmo o ritmo e a harmonia.

Se a percepção beatífica da realidade é o fundo comum de todo o mundo das vivências e emoções, nossos olhos, nosso tato, nossas modalidades de vínculo, como carícias não verbais nem tão somente corporais, mas carícias com os raios do sol, carícias com a brisa, com a terra, com o mar, isto é, um estado de permanente cópula com o universo, como se a qualidade de nossa evolução consistisse na capacidade de nosso sistema vivo para entrar em fusão e permanente orgasmo com o cósmico.

Através do Princípio Biocêntrico, chegamos finalmente aos movimentos originários que geram vida e às percepções primordiais de vinculação da vida com a Vida.

De repente, em meio à fabulosa tecnologia físico-matemática da Cosmologia contemporânea, o físico descobre a grande serpente que gira nas galáxias devorando-se a si mesma. Nem princípio nem fim. Só o jasmim trêmulo sob o raio do sol. Frente ao terror da origem, frente à solidão inexpugnável do infinito, os seres buscam a resposta olhando-se nos olhos.

Tudo gira no fogo de uma paixão misteriosa; pele e arrepio, sêmen e beijos entre as estrelas.

Nossas vidas não estão lançadas ao acaso, como meteoritos ardendo no espaço côncavo. Nossas vidas surgem da sabedoria milenar do grande pulsador de vida, do útero cósmico, que se nutre e respira nas afinidades e no amor dos elementos. Na luz da origem, no fosso paradisíaco da realidade, nos buscamos uns aos outros.

Participamos do pensamento visionário de Albert Schweitzer:

*“Meditando sobre a vida, sinto a obrigação de respeitar qualquer anseio de vida a meu redor, por ser igual a minha.*

*A ideia fundamental do bem é, pois, que este consiste em preservar a vida, em favorecê-la, em conduzi-la a seu valor mais alto; e que o mal consiste em aniquilar a vida, lastimá-la, por travas em seu florescimento.”*

(Schweitzer, A. - O problema da ética na evolução do pensamento humano).

## 06. SISTEMAS VIVOS

O estudo dos sistemas vivos nos mostra um tipo de funcionamento muito complexo no qual múltiplos fatores criam, em cada momento, soluções novas, apropriadas à situação desse instante. Para conservar o equilíbrio funcional, o organismo deflagra reações em cadeia, adaptativas às mais diversas situações biológicas. Existe, em realidade, uma plasticidade biológica que inclui o deslocamento de funções.

Nos organismos vivos e, em especial, no organismo humano, as soluções não estão definitivamente programadas, embora a determinação genética proponha caminhos de solução altamente específicos. Os sistemas biológicos possuem capacidade de auto-organização.

Henri Atlan estabeleceu que a especificidade dos organismos está ligada a princípios organizacionais e não a propriedades vitais irreduzíveis.

Morin afirma que

*“a máquina artificial, logo que constituída, só pode começar degenerando, enquanto que a máquina viva, embora temporariamente, é não-degenerativa, isto é, apta para aumentar sua complexidade”.*

O organismo vivo possui, portanto, a capacidade para renovar-se e estabelecer novos equilíbrios a partir de certos estados de desordem.

A renovação biológica é observável em casos de remissão espontânea de câncer, renovação do equilíbrio funcional depois de certas doenças, rejuvenescimento em anciãos, provocado por uma mudança de estilo de vida, etc.

O processo expressivo da vida é, portanto, de extrema complexidade e não pode ser compreendido pelo pensamento dialético nem por modelos de computação binária; tampouco pelo cálculo multifatorial.

Só é possível visualizar o processo auto-organizativo através do pensamento sistêmico, isto é, através da percepção unitária dos subsistemas comprometidos dentro de um sistema maior.

Na compreensão de fenômenos “psicológicos” tampouco podemos pensar dialeticamente ou empregar a ideia de opostos complementares. Assim, por exemplo, o conceito de inteligência não é o oposto nem o complemento da emoção. Inteligência-emoção formam um subsistema.

A covardia não é oposta à valentia, nem o amor ao ódio. Podemos ser covardes-valentes e, às vezes, amar com ódio.

As múltiplas classificações das emoções partem de um pensamento dialético que impede todo acesso a uma concepção holística do ser humano.

No terreno orgânico, os sistemas simpático e parassimpático não são opostos nem complementares. São sistemas em que intervêm milhares de subsistemas e cuja situação de equilíbrio em um momento dado não depende de uma compensação puramente adrenal-colinérgica, mas de múltiplos fatores integrados dentro de um sistema: enzimas, neurotransmissores, hormônios diversos, relevos e estruturas anatômicas, etc.

Temos que nos acostumar a pensar holisticamente o organismo.

A teoria das Redes de Jerne, em imunologia, parte do mesmo conceito sistêmico, que concede grande importância aos processos de inovação e criação biológica, e à reatividade de sistemas e não de agentes isolados.

A abordagem sistêmica penetrou a Biologia-Psicologia humana. A dialética Taoísta ou a ocidental, devem ser consideradas superadas pelo pensar sistêmico.

## 07. PRINCÍPIOS UNIVERSAIS DO SER VIVO

O maravilhoso progresso da Biologia vem ao encontro das concepções éticas e filosóficas aparentemente esgotadas no labirinto das ideologias. Na investigação do segredo da vida podemos encontrar inspiração e grandeza suficientes para dar um novo curso ao destino do ser humano. Analisaremos alguns princípios fundamentais que são válidos para a compreensão dos seres vivos e que se orientam para a teoria geral do vivo. Estes princípios surgem das descobertas no terreno da Biologia Genética, da Ciência da Evolução, do estudo comparado das estruturas morfológicas, da Teoria de Sistemas de Regulação, do estudo bioquímico da memória e outros.

### 1. Filiação Bioquímica Comum dos Seres Vivos

Os constituintes químicos de todos os seres vivos são os mesmos, tanto para uma ameba como para um ser humano. Estes constituintes são invariantes e de número limitado: 20 aminoácidos (para as proteínas) e 4 tipos de nucleotídeos (para os ácidos nucléicos). Esta descoberta da Biologia fundamenta, de uma maneira incontestável, a unidade do reino vivo, a inegável vinculação que temos os seres humanos com todos os seres vivos.

Não só os constituintes químicos são os mesmos para todos os seres vivos, mas também no funcionamento dos processos biológicos se produzem as mesmas sequências de reações em todos os organismos:

DNA	Duas sequências duplas idênticas (replicação)
RNA	Sequência dupla de nucleotídeos complementares (tradução, transferência de informação)
Polipeptídios	Sequência linear de radicais de aminoácidos (expressão)
Proteína Globular	Repetição da sequência linear de aminoácidos

Fica, pois, estabelecida a filiação bioquímica comum de todos os seres vivos, desde os mais simples aos mais diferenciados.

### 2. Invariância Reprodutiva

Jacques Monod definiu esta característica dos seres vivos como “a capacidade de reproduzir uma estrutura de alto grau de ordem”. O conteúdo de informação genética de cada espécie, transmitida de geração em geração, garante a conservação da norma estrutural específica.

Cada espécie tem um projeto que corresponde a determinada quantidade de informação, que deve ser transferida, para que as estruturas orgânicas dessa espécie cumpram suas performances. Este fato é o que determina a forte estabilidade de cada espécie dentro de um padrão específico. Nos organismos pluricelulares, cada célula possui a totalidade da informação genética. Esta reiteração assegura os processos de renovação permanente e a conservação do organismo.

### 3. Teleonomia

Os seres vivos realizam um projeto que deve se expressar em diferentes performances. Os diversos órgãos e sistemas do organismo cumprem projetos particulares que formam parte de um projeto primitivo único: a conservação da espécie e sua multiplicação.

As proteínas estruturadas pelo DNA (20 aminoácidos) têm o papel de desenvolver a função teleonômica, enquanto os ácidos nucléicos são responsáveis pela invariância.

#### **4. Evolução Seletiva**

Os organismos vivos cumprem linhas evolutivas diferentes, de acordo com as condições do ambiente. Podemos dizer que o ambiente é a estrutura do acaso. Enquanto algumas espécies se mantêm durante milhões de anos dentro do mesmo padrão estrutural, como os insetos ou as orquídeas, outras se modificam e aperfeiçoam suas performances biológicas. Há também espécies que fracassam em seu processo adaptativo e se extinguem.

A proposta sustentada por Teilhard de Chardin, de que todos os organismos vivos tendem a um aperfeiçoamento evolutivo e que o universo se organiza em formas cada vez mais complexas e diferenciadas é, na atualidade, seriamente discutível. Sem dúvida, é notório que algumas funções evoluíram poderosamente nos mamíferos superiores e, em especial, no ser humano. Alguns biólogos afirmam que o processo evolutivo estaria fortemente influenciado pelo princípio de entropia, 2ª Lei da Termodinâmica. A capacidade dos seres vivos superiores – e em especial do ser humano – de selecionar ou “escolher dentre os raros e preciosos incidentes do meio ambiente” aqueles que o integram ou o fazem evoluir, constitui uma espécie de “máquina do tempo” – para utilizar o termo de Monod – em que os seres vivos remontam a força da entropia em um caminho ascendente anti-entrópico. Será tarefa do futuro investigar até que ponto a atividade criativa – como essência do princípio existencial –, o amor e a autodoação, o êxtase cósmico, a atividade poética, etc., são performances biológicas anti-entrópicas que tendem a uma biossíntese evolutiva.

A evolução seletiva é, à margem do processo tecnológico, uma opção maravilhosa para os seres humanos.

A “estrutura seletiva” individual conecta com o ambiente através de mecanismos de afinidade e rechaço, em uma dupla pulsação orgânica. Esta estrutura, seletiva, bastante estável e gerada em parte pela aprendizagem, determina, em amplo espectro, as relações do indivíduo com seu meio.

#### **5. Diferenciação**

Dentro da forte estabilidade morfológica das espécies, nos surpreende, não obstante, sua enorme diversidade. Os processos de diferenciação evolutiva constituem uma das mais extraordinárias expressões da condição polifacetada e criadora da vida.

Não só uma espécie se diferencia de outra, mas cada indivíduo da mesma espécie apresenta fortes características diferenciais que o convertem em um indivíduo único, em um exemplar biológico singular. As variações individuais dentro de cada espécie ocorrem por hibridização, vale dizer, pela recombinação resultante do “fluxo genético” promovido pela sexualidade. Os casos de mutação são extraordinariamente frequentes, mas são muito poucos os que se perpetuam e assimilam, devido à forte coerência e estabilidade teleonômica.

O processo de diferenciação individual (ontogênica) se acentua violentamente de acordo com as possibilidades de desenvolvimento que oferece seu meio ambiente e pela seleção operada sobre os produtos do acaso. O desenvolvimento do potencial humano pode ser extraordinariamente estimulado por sistemas de desenvolvimento e integração.

A diferenciação evolutiva individual se dá pelo reforço e refinamento de certos impulsos do potencial humano. Esta diferenciação gera sistemas homeostáticos mais eficazes e vivências de harmonia e plenitude.

#### **6. Memória**

Um dos fenômenos mais surpreendentes dos organismos vivos consiste no processo de codificação, decodificação, armazenamento e evocação das informações. Estas informações se estruturam quimicamente através do ácido ribonucleico. Toda aprendizagem é sempre uma modificação bioquímica do organismo. Existe aprendizagem cognitivo-operacional, emocional-afetiva e visceral. O instinto pode ser considerado a memória da espécie, uma expressão teleonômica destinada a preservar a vida. Do ponto de vista biológico, o chamado “instinto de morte” é inconcebível.

## **7. Autorregulação**

Os seres vivos são sistemas autorregulados e suas funções automáticas se baseiam na perfeição de seus mecanismos de retroalimentação. Os sistemas homeostáticos considerados, em sentido amplo, como mecanismos de equilíbrio interno encarregados de conservar a unidade intraorgânica, são de altíssima precisão.

Nos mamíferos superiores, e em especial no ser humano, existem além disso sistemas não autorregulados que, muitas vezes, interferem gravemente na unidade funcional. De alguma maneira, a autonomia do ser humano, sua liberdade e capacidade de auto-escolha, põem em alto risco sua sobrevivência. A desordem nas regulações ecológicas, produzida pela civilização, é um exemplo deste fenômeno.

## **8. Impulso a Integrar Unidades cada vez Maiores**

O ser humano manifesta desde criança o impulso a transcender os limites restringidos de seu ambiente. Rompe, assim, os padrões convencionais e busca integrar totalidades cada vez maiores, em uma espécie de afã de transcendência, de expansão sem limites na totalidade, impulso que culmina na Experiência Cósmica. Nestes estados de fusão com a totalidade, entram em atividade as áreas mais altamente evoluídas do cérebro e também as mais arcaicas. O sentimento de alegria preternatural, a qualidade noética e o êxtase caracterizam esta experiência.

## **9. Ressonância Permanente com a Origem**

Foi observado em alguns animais, e também no ser humano, períodos regressivos que se sucedem com períodos de crescimento e maturação. No ser humano, o impulso de regressar às origens foi observado por antropólogos em tribos primitivas.

O “Eterno Retorno” é uma conduta registrada arquetipicamente nos mitos de renascimento e nas festividades agrícolas. A tendência a voltar à ordem primordial e reciclar os padrões biológicos originais é uma constante em todos os povos. As cerimônias de transe e renascimento são manifestações deste impulso.

O impulso a regressar às origens é solidário com seu antagônico, o impulso a integrar totalidades cada vez maiores: voltar ao estado fetal, aos ancestrais, ou mesmo, expandir-se até a perfeita fusão com o cosmos.

O ser humano, ao exercer sua autodeterminação, está em constante perigo de perder as chaves originais da vida. A nostalgia de voltar às origens renova a força do projeto vital. Regressão à origem e fusão com a totalidade são dois movimentos de um mesmo processo de renovação.

## **10. Aparecimento da Identidade**

Um dos processos mais evolucionários dos seres vivos é o aparecimento da identidade, isto é, da consciência de si mesmo e da percepção comovedora de estar vivo.

A meditação sobre o processo de Identidade está, atualmente, em plena elaboração, apesar de que sua descrição filosófica tem mais de 2500 anos de antiguidade.

O tema da identidade será o núcleo central de reflexão da Psicologia do futuro.

A consciência de si mesmo como ser diferenciado é solidária da consciência da identidade dos objetos, tal como foi acentuado por Piaget.

Sem dúvida, a função da consciência tem uma raiz biológica e se estrutura sobre um fundo bioquímico, no qual a percepção se organiza com base em padrões reproduzidos em espelho, como se o mundo exterior encontrasse réplicas bioquímicas no organismo vivo e este organismo pudesse funcionar frente a essas réplicas. A partir daí se geram infinitos planos potenciais de decisão e, ainda mais, o mais ambicioso e aventurado de todos os propósitos: o autocontrole do processo evolutivo.

A face mais misteriosa da evolução da vida se relaciona com a tomada de significação do indivíduo frente a seu semelhante, vale dizer, que a consciência, por um processo desconhecido, se dá conta da ressonância ancestral, descobre sua íntima relação com a matriz cósmica através de uma ressonância empática com outros seres vivos. Assim, o sentimento de comunhão humana pode constituir, talvez, o eixo secreto de um inconcebível processo evolutivo.

## 11. Simbiose e Identidade

Um elemento de meditação sobre a Identidade em Biologia é o tema da simbiose. As organelas citoplasmáticas de células eucarióticas se formaram por simbioses sucessivas de organismos independentes (ver: Margulis, 2001). Poderíamos dizer que desde há 2 bilhões de anos os microrganismos vêm praticado intensa fagocitose. Em alguns casos, o parasita fagocitado conseguia sobreviver dentro do outro organismo. Ocorria, então, uma simbiose, na qual o organismo incorporado se especializava em realizar funções importantes para o hospedeiro. Assim, por exemplo, bactérias aeróbicas se transformaram em mitocôndrias, algas azuis, em cloroplastos de paramécios, e espiroquetas, em flagelos e cílios. Isto demonstra que organismos independentes que entram em simbiose com outros organismos podem ser incorporados.

Diante da simbiose biológica, são levantadas profundas interrogações com respeito à identidade. Para que ocorra simbiose é necessário que o hóspede desenvolva mecanismos de evasão eficazes para escapar dos mecanismos de destruição do hospedeiro.

A simbiose biológica ocorre em toda a escala zoológica, desde os microrganismos até organismos superiores. O mecanismo de adaptação simbiótica é muito diferente nos diversos casos. Não obstante, o resultado biológico é uma otimização dos mecanismos adaptativos e de sobrevivência.

É importante enfatizar que a simbiose é um mecanismo essencialmente ecológico, isto é, uma vez que aumenta a qualidade dos circuitos ecológicos entre dois organismos, no sentido de assegurar a unidade orgânica e a sobrevivência, a simbiose representa um fenômeno evolutivo. Com base nestas reflexões, deveremos questionar o conceito atual de simbiose em psicologia e psicoterapia como um fenômeno patológico, visto que, uma simbiose inter-humana, seja a da relação mãe-filho, casamento, amizade, etc., pode implicar co-criação e desenvolvimento. O termo apropriado para uma dependência patológica seria o de parasitismo ou relação tóxica. A simbiose parece ser um mecanismo amplamente generalizado na natureza e constitui uma forma importante de nossa estratégia de sobrevivência.

Muito bem: onde, então, estão os limites da identidade? Que graus de autonomia individual são possíveis na natureza, visto que a sobrevivência implica intensa vinculação e dependência de outros seres vivos? A identidade biológica propõe, talvez, o paradoxo de que para poder ser, de certo modo tem que se deixar de ser. Existiria, portanto, na natureza uma capacidade autoplástica em certos organismos para adaptar-se e modificar-se integrando identidades maiores.

## 08. EVOLUÇÃO: ACASO?

*“A evolução - disse Monod - de forma alguma é uma propriedade dos seres vivos, pois ela tem sua raiz nas próprias imperfeições dos mecanismos conservadores que constituem o único privilégio deles.”*

A evolução

*“portanto, seria o resultado de erros no funcionamento dos mecanismos que asseguram a ultraestabilidade.”*

Esta concepção desafia abertamente as ideias filosóficas transcendentalistas e alguns aspectos místico-religiosos.

O enorme prestígio de Jacques Monod, Prêmio Nobel, Professor do Colégio de França e Diretor dos Serviços de Bioquímica Celular do Instituto Pasteur teve uma enorme influência na moderna Antropologia.

Penso que há uma rachadura na base do maravilhoso edifício conceitual de Monod. Na implacável busca de objetividade científica, é possível perder de vista os referenciais mais óbvios. A ideia de que o estado atual de diferenciação biológica do ser humano seja produto do fracasso e de um erro funcional dos sistemas ultra-estáveis é apenas surpreendente e escandalosa. A ob-

servação do crescimento neuronal de um feto permite reconhecer a segura determinação no caminho que realiza a fibra nervosa em seu processo de crescimento através de músculos, ossos e outros órgãos, como se conhecesse, de antemão, com a precisão mais absoluta, o lugar que deve ocupar dentro de um plano geral.

Vejam-se as monumentais monografias sobre a Embriogênese, de Needie. Este é apenas um exemplo espetacular da determinação teleológica que, além disso, está patente na estrutura dos tecidos, na forma dos órgãos e nas complexas funções que asseguram a unidade intraorgânica. Não podem existir organismos sem um plano de construção. E um plano dessa envergadura não pode ocorrer por acaso. Não quero me referir - para não sair do esquema e da linguagem desta meditação - à intencionalidade que há em produtos biológicos ainda mais diferenciados, como a “Paixão segundo São João”, de Bach.

O problema consiste, em última instância, em uma certa capacidade de percepção de fenômenos evolutivos manifestos na natureza e dentro do processo mesmo de nossa existência. Percepção esta que parece obstruída em Jacques Monod e que é secreção da desesperada estrutura filosófica francesa, filha do pessimismo existencialista.

A evolução só é perceptível através da Experiência Cósmica, à qual não tiveram acesso nem Sartre, nem Lacan, nem Monod. Daí, a visão melancólica que nos legaram estes pensadores. Muito diferente é o caso de Einstein, que evidentemente teve a Experiência Cósmica, e que expressou: “O Criador não joga dados com o mundo”. Nesta opinião, o acaso é descartado na organização e sentido do universo.

A Experiência Cósmica parece ser a condição necessária para perceber a euforia do universo, o esplendor da vida com sua força ascendente, organizando, como um hino, a ressonância de todas as formas de vida nesse grande ressoador da consciência humana.

Então o problema de se a evolução é um produto do acaso ou é a conjunção de processos organizadores que buscam uma otimização gozosa dos processos vitais, é - no fundo - um problema de percepção do investigador. Se o investigador melancólico é parte do sistema que estuda, o processo da vida será sem esperança, insípido e amoral. De certa maneira, uma visão obscena. Se o investigador se percebe sendo parte da unidade cósmica e é parte do sistema que estuda, sua visão do futuro da vida será otimista ou ao menos esperançosa.

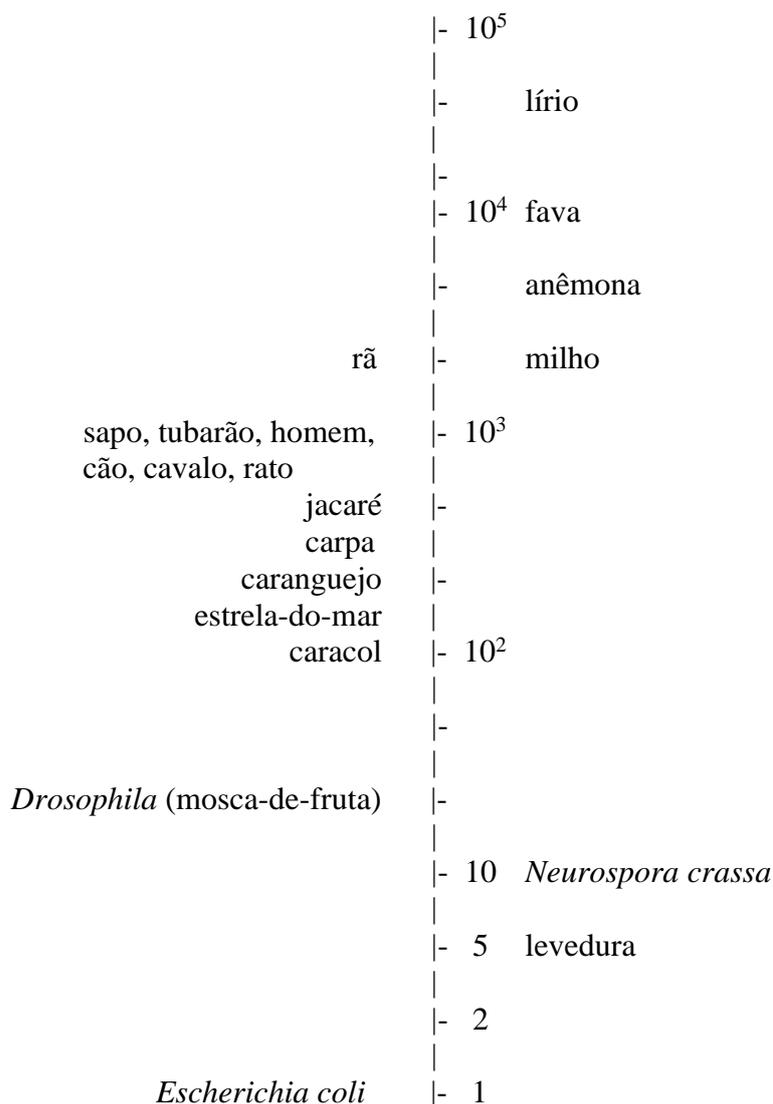
## 09. QUANTIDADE DE INFORMAÇÃO GENÉTICA E EVOLUÇÃO

Os seres vivos apareceram sobre a terra há uns 3.000 milhões de anos. Desde então, a informação genética foi sendo adicionada à anteriormente existente. À medida que a informação genética aumentou, os seres vivos puderam realizar novas funções e aumentaram também sua complexidade. Isto se traduziu, geralmente, no aumento de autonomia em relação ao meio e em relação a sua própria programação.

Considerou-se como unidade de informação genética a *Escherichia coli*. Assim, os sistemas podem ser ordenados de acordo com a quantidade de informação genética (ADN). Dentro dessa escala, os seres humanos ocupariam o nível de  $10^3$ , uma vez que possuem ao redor de 1000 vezes maior quantidade de ADN que a *Escherichia coli*.

Sem dúvida, em certas ocasiões, a evolução dos seres vivos consistiu na perda de alguns genes que não eram absolutamente necessários. Isto explica que os organismos superiores tenham perdido propriedades que organismos mais primitivos possuem. Um exemplo disto é a degradação da celulose pelas plantas, função que o ser humano é incapaz de realizar. Para o ser humano há sistemas mais vantajosos de alimentação, com base em outras fontes energéticas. Outro exemplo, mencionado por Linus Pauling, é o da função produtora de vitamina C: o cavalo pode produzir vitamina C. Também o fazem a vaca, o porco, o cão e o rato. O ser humano, no entanto, assim como o gorila e o chimpanzé, tem necessidade de consumi-la em sua dieta, porque perdeu a capacidade de sintetizá-la. O antepassado comum do ser humano, do gorila e do

chimpanzé, que viveu há 24 milhões de anos, perdeu, por mutação, a capacidade de produzir as enzimas que sintetizam a vitamina C.



A perda de um gene ou de um grupo de genes pode ser interpretada, então, como a perda de uma função não vantajosa. Devemos considerar que a evolução não se dá a partir da modificação de funções vitais essenciais, mas a base de novas funções agregadas às já existentes.

É importante nos darmos conta até que ponto estamos inseridos na Totalidade, em que medida somos parte do fenômeno unitário da vida.

Assumir que somos, de certo modo, irmãos da rã e do lírio, é algo que concerne a os estados superiores de consciência. As consequências desta vivência de unidade cosmobiológica se projetam com força em toda nossa existência.

## 10. EXISTE PROGRESSO BIOLÓGICO?

A colocação desta pergunta parece ser de uma extraordinária fecundidade.

O próprio conceito de evolução implica uma hierarquização dos seres vivos desde formas de organização inferiores até outras cada vez mais aperfeiçoadas. Pois bem. Não é fácil afirmar que houve um progresso através do tempo, desde a ameba até o ser humano. A mudança evolutiva não é, necessariamente, progressiva. E como afirma Francisco J. Ayala, “a evolução de uma

espécie pode conduzir à sua extinção”. Por outro lado, pode existir progresso sem mudança evolutiva. Evolução não significa progresso, mas transformação, desenvolvimento, sucessão de manifestações. O problema se coloca quando buscamos estabelecer em que direção se produz a mudança. Há mudanças que representam progresso e outras que só significam transformações direcionais.

A direcionalidade de um processo evolutivo parece ser irreversível. O conceito de direção é sinônimo de tendências evolutivas. Podemos, assim, diferenciar o conceito de direção do conceito de progresso. Podemos considerar a tendência na sequência evolutiva do peixe até o ser humano em direção a uma redução gradual de ossos dermais na abobada craniana. Esta tendência representa uma mudança direcional, mas não necessariamente uma progressividade. Para considerá-la um progresso biológico, teríamos que concordar em que essa mudança direcional teria um caráter de otimização. Ayala define o progresso como

*“mudança sistemática em pelo menos uma característica pertencente a todos os membros de uma sequência histórica, de tal forma que os membros mais próximos do fim da sequência apresentem um ‘aperfeiçoamento’ da característica em questão”.*

*“O progresso Biológico não requer que o aperfeiçoamento seja ilimitado. O progresso exige uma melhoria gradual dos membros da sequência, mas o índice de progresso pode decrescer com o tempo” (Ayala).*

Que critérios podem ser utilizados para definir o progresso biológico?

Thoday (1953-1958) propõe que o progresso é um aumento da aptidão para a sobrevivência. Esta definição foi considerada não operacionalmente válida. Segundo Thoday, os componentes que permitem a sobrevivência são: adaptação, estabilidade genética, flexibilidade genética, flexibilidade fenotípica e a estabilidade do ambiente. Não está claro de que maneira estes componentes poderiam ser quantificados nem através de que tipo de função eles poderiam ser integrados em um parâmetro unitário.

Kimura (1961) tenta definir o progresso evolutivo em relação ao aumento da quantidade de informação genética armazenada no organismo e codificada pelo ADN do núcleo.

Julian Huxley (1942-1953) usou critérios axiológicos como “nível de eficiência”, que não aludem a parâmetros objetivos.

Pensou-se que a capacidade de expansão e a diversificação da vida poderiam ser critérios apropriados de progresso biológico. De acordo com Simpson (1949),

*“na evolução como um todo, podemos encontrar uma tendência da vida para expandir-se, para abarcar todos os espaços disponíveis nos ambientes habitáveis, inclusive naqueles criados pelo próprio processo de expansão.”*

Os critérios de progresso evolutivo investigados por Simpson incluem: dominação, invasão de novos ambientes, substituição, aperfeiçoamento na adaptação, adaptabilidade e possibilidade de progresso futuro, aumento da especialização, controle sobre o ambiente, crescente complexidade estrutural, aumento na energia geral ou manutenção do nível dos processos vitais e aumento no âmbito e na variedade de ajustamento ao ambiente.

Foi também proposto que o progresso biológico estaria em função da capacidade de obter e processar informações sobre o meio ambiente.

Como vemos, os diferentes critérios propostos para definir a noção de progresso biológico se caracterizam por ser excessivamente redutivos ou mesmo tão diversificados que impossibilitam o estabelecimento de um parâmetro unificador.

Em minha opinião, um critério extraordinariamente unificador seria o Nível de Autonomia.

### **Definição de Autonomia:**

Autonomia seria a organização de um sistema independente dentro de um sistema maior, capaz de realizar ações diferenciadas conservando uma perfeita integração com o sistema maior.

Um sistema autônomo possui uma unidade diferenciada dentro da unidade do sistema a que pertence.

Os sistemas vivos poderiam ser ordenados considerando os níveis de autonomia, desde os mais simples até os mais complexos:

1. Autorreprodução (Autonomia fechada do código genético).
2. Sistemas de resposta por excitabilidade celular: fototropismo, geotropismo, heliotropismo, quimiotropismo. (Autonomia aberta a diversos níveis de estimulação).
3. Autonomia imunológica (Imunorreação).
4. Sistemas sensório-motores (Autonomia em ambientes diversificados e com respostas adaptativas amplas).
5. Autorregulação neurovegetativa (Sistemas autônomos viscerais).
6. Comportamento motivado. Respostas instintivas moduladas pelo sistema límbico. (Autonomia dos impulsos).
7. Autoconsciência. Comportamento não autorregulado. (Autonomia da consciência).
8. Auto-assertividade. Autorregulação consciente do comportamento, em função de seus efeitos. (Autonomia de propósitos e decisões).
9. Autotranscendência. (Autonomia para vincular-se com a totalidade).

A harmonização de cada subsistema entre si e com a totalidade determinaria o nível de complexidade dos mecanismos autônomos frente às condições externas ou internas.

Dentro deste critério, os microrganismos que entraram em simbiose nas células eucarióticas, originando as organelas citoplasmáticas e outros exemplos, como as bactérias aeróbicas, que se transformaram em mitocôndrias, as algas azuis, que se adaptaram dentro dos paramécios transformando-se em cloroplastos, e as espiroquetas fagocitadas, que se tornaram flagelos e cílios, estariam na base mais elementar da escala de progresso. Estes organismos hóspedes desenvolveram mecanismos de evasão eficazes para escapar dos sistemas de destruição do hospedeiro.

O caso dos vírus que, para sobreviver, devem injetar seu código genético em células, estaria também nos níveis básicos de autonomia.

Plantas e bactérias, cujo tropismo responde a diversos estímulos luminosos, químicos, tácteis ou gravitacionais do meio ambiente, ocupariam um segundo nível na escala de autonomia.

Celenterados e radiolários ocupariam um terceiro nível.

No quarto nível estariam peixes e aves com sistema nervoso organizado e funções sensório motoras complexas.

No quinto nível estariam os mamíferos com sistemas de regulação e autonomia altamente diferenciados e com conduta programada, que permite, não obstante, diversificação das respostas externas e internas frente ao meio ecológico.

O nível seguinte, de auto-assertividade, se dá no ser humano, que é capaz de vigiar, controlar e corrigir seus padrões de resposta.

A autoconsciência é um nível altamente diferenciado humano, no qual o indivíduo toma contato com zonas profundas de sua identidade.

O último nível estaria representado pela autotranscendência e se dá em muitos poucos indivíduos do gênero humano. Sua autonomia é tal que podem tomar em suas mãos o próprio processo evolutivo, no sentido de conseguir uma otimização da integração do sistema vivo ao cosmos.

Aparentemente, três sistemas asseguram o aperfeiçoamento do nível de autonomia:

a. A existência de um sistema sensório-motor de alta eficácia, cujos circuitos de retroalimentação sejam de extraordinária plasticidade e precisão. Isto permitiria uma grande independência dos padrões de resposta frente ao meio.

b. O segundo fator de autonomia é, no meu modo de ver, o sistema imunológico, destinado a preservar a identidade biológica, diminuindo o risco frente aos perigos do meio ambiente. Investigações recentes utilizam como critério evolutivo a complexidade do sistema imunológico. No peixe-galo há só uma imunoglobulina; na rã, três; no cavalo, quatro e no ser humano, cinco.

c. O terceiro fator de autonomia parece ser a consciência do semelhante, através de um mecanismo de identidade. Este processo é o que dá ao ser humano sua força expressiva, autônoma e criativa.

## 11. EVOLUÇÃO RADIAL E EVOLUÇÃO RETICULAR

O desenvolvimento das diferentes espécies ocorre dentro de programas bastante rígidos. Existe uma concordância ou pacto absoluto entre a criatura e o meio em que se desenvolve. Se transgride os limites desse ambiente prefixado, o indivíduo perece. Um peixe, por exemplo, está determinado a viver a uma profundidade constante, próximo das algas que o alimentam. Uexkull descobriu genialmente que os organismos não são produtos isolados de uma mensagem bioquímica, mas estão conformados por regra a um plano: todo organismo possui seu próprio meio. Há um vínculo preestabelecido entre estímulo-resposta que está determinado pela própria constituição do organismo.

A diferenciação das espécies durante o processo evolutivo, vai separando as características de determinados grupos e purificando linhas estruturais através dos séculos.

Uma situação completamente excepcional ocorre com o ser humano, no qual a programação inclui as mais diversas opções e esquemas presuntivos de desenvolvimento.

Na opinião de Huxley, a evolução humana não tem as mesmas características de desenvolvimento divergente que possuem as outras espécies, mas se caracteriza por um desenvolvimento multidimensional, criando verdadeiras redes de opções de expressão. A evolução humana seria mais “reticular” e de imprevistas extensões.

Os potenciais genéticos, em seus caminhos de expressão, aceitam formas de desenvolvimento de grande plasticidade; a tal ponto que alguns potenciais podem ser reprimidos e obstruídos, enquanto outros são expressados em suas máximas possibilidades. Este fenômeno é o que cria as abissais diferenças entre um ser humano e outro. Dentro do campo da inteligência, por exemplo, a diferente expressão dos mini-genes que a determinam, torna possível o aparecimento de um homem comum ou de um gênio como Leonardo da Vinci ou Einstein. A diferença com relação à inteligência entre dois indivíduos pode ser, como expressão genética, maior do que a que existe entre um crustáceo e um primata.

Podemos dizer que a raça humana é, geneticamente, “aberta” e as possibilidades de expressão genética que possui, criam uma diversidade intra-espécie que pode ser maior, em determinados aspectos, do que as diferenças existentes entre espécies diferentes. O campo da vivência poética, da criação plástica ou musical e, em suma, das estruturas intelectuais, representa uma espécie de poluição biológica capaz de criar, em um universo de leis altamente determinadas, as mais extraordinárias formas de organização e desintegração biocósmica. J.J. Lopez Ibor expressa a respeito:

“O ser humano não é uma forma biológica acabada, precisamente porque apresenta um feixe assombroso de possibilidades de desenvolvimento.”

Estamos, então, ante um fenômeno de proporções inconcebíveis, que é o desenvolvimento sem freio e a refundição de potenciais genéticos que, ao combinar-se de maneiras novas, alcançam expressões desmesuradas. Poderíamos dizer que a evolução em forma reticular representa a mais extraordinária aventura e, de certo modo, a loucura do universo. Há, não obstante, um eixo que permitiria dar unidade orgânica a este desenvolvimento reticular de potencialidades e que criaria as margens indispensáveis para a segurança e a sobrevivência da espécie: este é o conhecimento das condições que constituem o ponto de partida idêntico para todos os seres humanos.

A busca de nossas semelhanças biológicas é a busca de nosso semelhante. O desenvolvimento que haveremos de realizar durante a existência, por altamente diferenciado que seja, não perderá nunca seu vínculo com a vida.

Se somos um “poema inacabado”, um projeto, um embrião cujo programa inclui todas as possibilidades da monstruosidade, da doçura, da estupidez ou da inteligência, estas opções deveriam, ao menos, ter como força orientadora altíssimos estados de consciência capazes de guiar as inéditas formas de expressão diferencial em ressonância com a unidade da vida.

## 12. UM HOMEM... MUITOS HOMENS

Se a informação genética de cada ser vivo representa sua identidade, a qual deverá se expressar totalmente no meio adequado, no caso do ser humano a situação parece ser diferente. É como se o ser humano, ao optar por caminhos divergentes da ordem biológica, estivesse permanentemente ganhando e perdendo sua identidade.

A vida humana é, essencialmente, fronteira.

A consciência, ao se voltar sobre si mesma, descobre sempre uma sugestão que tem o caráter de provocação à mudança. É como se entre a imagem de si mesmo e a do mundo existisse uma fenda que a distancia do modelo da realidade natural; isto é, há uma falha no isomorfismo da percepção. Esta brecha se transforma, logo, em abismo e este abismo é, justamente, o que suscita a voragem existencial.

O ser humano, como criatura fronteira, está em permanente torvelinho, em constante fascinação, na tentação violenta de perder o paraíso. É a essência fronteira da existência humana que dá origem ao gênio, ao santo, ao herói, ao aventureiro, ao poeta. É a essência fronteira da existência que impede alcançar o Tao oriental e harmonizar os opostos em suprema unidade.

A tentação por afastar-se da senda, do caminho cósmico, produzirá sempre em cada pessoa uma hipertrofia do Yin ou do Yang. O Tao é uma realidade totalmente alheia ao humano. A característica do guerreiro será sempre a de optar, em detrimento da harmonia. Assim, o ser humano opta, de fato, por estilos de vida que conduzem, inexoravelmente a sua desorganização, à perda do paraíso.

A qualidade fronteira surge na pulsação permanente entre a nostalgia da identidade e a nostalgia de regressão ao indiferenciado. Por esta razão, o ideal da unidade interior é uma quimera ou, talvez, uma utopia para ser realizada dentro de um milhão de anos.

Um vírus, um peixe, um pássaro ou um cavalo, possuem identidade; mas um homem é muitos homens. Dentro de cada ser humano, muitos homens lutam para conquistar sua existência. Dentro de um homem, o assassino e o amante; o anjo, o demônio; o gênio e o idiota; a criança e o velho; o macho e a fêmea; todos em guerra, no oceano do indiferenciado, pugnam para conquistar existência, por expressar-se em ação, em volúpia e em dor dentro desse sistema multidimensional de energias que chamamos nosso corpo.

Onde fica nossa identidade frente a milhões de opções? Que somos, senão fragmentos de toda a humanidade, uivando, sonhando, pensando, amando? E não só fragmentos de humanidade, senão de todas as expressões possíveis de vida cósmica. Dentro de nós o tigre, a serpente, a garça e o hipopótamo. E dentro de nós a flor e a pedra, o ar e o fogo; como se fôssemos o escoadouro vivo da consciência onde desembocam todos os *imagos* do universo; como se fôssemos os instrumentos ou os médiuns onde explodem todos os crimes e todos os amores; como se estivéssemos perdidos em uma eternidade, entre um milhão de fronteiras e abismos, na mesma selva escura de Dante, no meio do caminho da vida, perdidos para sempre.

É assim que em um arrecife infinito da consciência, de repente fazemos alguma escolha original, tomamos uma opção que nos conduz à loucura ou ao amor, ao inferno ou ao paraíso. Quando essa opção é reverente ao princípio de vida, o universo inteiro é nosso aliado.

Quando, pelo contrário, é a tentação do extermínio, entramos na rota da inanidade e da desorganização.

Somos, assim, malgrado nosso, os detentores do destino do universo, os mentores da divindade ou os filhos degenerados que Cronos devora. Na fronteira de cada instante, nossa opção de luz ou de trevas.

### 13. O HOMEM DE MIL ROSTOS

Apareceram, através da História, maravilhosos seres iluminados que, pela pureza e intensidade de suas vidas, poderiam ser considerados os Mentores Siderais do Universo. Sem dúvida, cada um deles representa um aspecto parcial do que viria a ser o Homem Total.

Talvez, pela primeira vez na história humana surge o sonho imperativo de um ser poli-dimensional, mais completo e ao mesmo tempo mais simples.

Poderíamos supor que o labirinto das especialidades tenha conduzido, finalmente, a uma necessidade de síntese. Será que no centro deste labirinto nos espera um Minotauro iluminado e fraternal?

Nenhum dos arquétipos humanos que a história nos oferece abarca todas as possibilidades que há no mais comum dos seres humanos.

Buda, sereníssimo, nos oferece a visão de uma autorrealização solitária e de uma harmonia sem amor nem sensualidade.

Cristo, o Doce, nos promete o reino dos céus para além deste mundo, através do sofrimento e do holocausto corporal.

Maomé, o carismático iluminado, estabelece formas inéditas de fanatismo.

Leonardo da Vinci, naturalista, inventor, artista supremo, desenha as mais devastadoras máquinas de guerra de seu tempo.

Gandhi, gênio da paz, submete seu próprio corpo ao jejum e à abstinência.

Einstein, protótipo do gênio científico, propõe a construção da bomba atômica.

Rasputin, curandeiro selvagem e místico sexual, é dominado pela obsessão do poder.

Freud, esquadrinhador do mistério humano, é atormentado por sua própria repressão.

Jung, visionário dos arquétipos, busca uma individuação solipsista.

Reich, valoroso lutador contra a opressão sexual e a hipocrisia, cai no delírio.

Antonin Artaud, desesperado gênio poético e mártir de sua própria autenticidade, vê cerradas as portas do amor.

Marx, o mais consciente pensador da justiça para os oprimidos, não tem acesso à transcendência.

A história do ser humano revela quão difícil é o aparecimento de mutantes desta espécie e quão limitada e dramática é, ao mesmo tempo, a possibilidade de uma existência integrada. A simples fantasia de fundir as características de Cristo, Rasputin e Einstein, resulta em uma possibilidade irrelevante. A síntese de uma Sulamita bíblica com uma Rosa de Luxemburgo e uma Eva Curie, nos parece uma extrapolação impossível.

Pareceria que a força de uma identidade humana, com sentido evolutivo, estaria expressa justamente na forte unidirecionalidade de sua vocação.

O Homem Total, com a consciência cósmica de Buda, o amor de Cristo, a intuição de Einstein, pareceria uma Hidra de nove cabeças, incoerente e aterradora. Como, então, imaginar uma síntese humana equilibrada?

O Homem Total está dentro de cada ser humano. Os potenciais de crescimento podem ocorrer, mesmo que seja em uma escala menor, de forma muito mais integrada. A afetividade da dama Teresa de Calcutá, a consciência humanitária de Schweitzer, a sexualidade de Salomão, a graça sensual de Marilyn Monroe, a criatividade de Leonardo da Vinci, a transcendência de São Francisco de Assis existem, em forma latente, em qualquer pessoa.

Se um sistema de desenvolvimento educativo pudesse cultivar as cinco Linhas Essenciais de Vivência (Vitalidade, Afetividade, Sexualidade, Criatividade e Transcendência), embora fosse em um grupo restrito de pessoas, a humanidade inteira daria um salto evolutivo, pois teria a nutrição indispensável para produzir grandes processos catalizadores dentro da espécie humana.

Pela primeira vez na história, milhares de pessoas têm essa vocação integradora e uma visão de totalidade. Parece que chegou o momento de unir as peças separadas de um gigantesco e maravilhoso projeto: O Ser Humano.

## 14. EVOLUÇÃO DO CONCEITO DE HARMONIA

A necessidade de harmonia parece ser inerente ao ser humano. Poderíamos dizer que constitui a mais intensa forma de nostalgia. Se os Sistemas Vivos se organizam sobre princípios coerentes sob a hegemonia da Unidade, o ser humano, em sua mais íntima condição, aspira a formas crescentes de harmonia e ressonância com a totalidade. Leibniz propôs a existência de uma perfeita harmonia preestabelecida, o que constitui, sem dúvida, a máxima expressão de um otimismo filosófico, onde as mônadas humanas se organizariam em referência a uma cordialidade preexistente, no melhor dos mundos possíveis. Distantes já do filósofo alemão, à luz de novos pensamentos no âmbito da Física e da Biologia, retornamos ao exame desta velha nostalgia humana.

Ao longo da história, a busca de harmonia tem se manifestado em todo tempo e lugar. Na Índia, as ideias de Buda entronizaram a busca de uma harmonia interna, em ressonância com o cósmico. O treinamento na meditação, isto é, na atitude para permanecer em si, vazio de intenção, permitiu elaborar toda uma tecnologia do Nirvana. Nos ássanas do Yoga, na cenestesia das posturas corporais ou no inefável gesto dos Mudras, buscou-se a possibilidade do êxtase.

Do Oriente nos vem também a dialética taoísta, onde se harmonizam e unificam dinamicamente os opostos. No Tai Chi Chuan, forma de meditação corporal, os movimentos facilitam o fluxo contínuo da energia biocósmica. Mas nenhuma das buscas orientais alcançou tal profundidade na vivência da harmonia como as danças e cerimônias tântricas, testemunhadas nas esculturas dos templos de Khajuraho, Rajarani, Templo ao Sol de Konârak e outros, na Índia (séculos X a XIII d.C.). A harmonia nessas esculturas está unida à sensualidade e ao esplendor dos ritos eternos de vinculação. No meu modo de ver, a díade harmonia e sensualidade representa uma descoberta da mais alta transcendência, que desgraçadamente foi esquecida durante os séculos posteriores.

Na China, a ordem cósmica e humana foi sintetizada nos 64 hexagramas do I'Ching, engenhosa concepção sobre a unidade da vida. (Ver FIGURA 01)

Na Grécia, Pitágoras propôs a harmonia das esferas, vinculando suas descobertas musicais com seus conhecimentos matemáticos e suas observações astronômicas. Ao descobrir a escala tonal, cristalizou a ambição grega de reproduzir a Sinfonia Cósmica. Orfeu inaugura os sedutores efeitos da harmonia musical, exercendo poder de transformação sobre os fenômenos da Natureza. O Orfismo e os discípulos da Escola Pitagórica se agruparam em torno da grande ambição de obter o conhecimento da harmonia ontocossmológica. Praxíteles exige do mármore a harmonia que incansavelmente a Hélade grega buscou.

A arquitetura grega representa o gigantesco esforço de busca de uma harmonia dos espaços, na proposta das colunas coríntias, jônicas e dóricas e nos arcos do Partenon.

As matemáticas de Euclides e Pitágoras não são senão rigorosos poemas do espaço absoluto manifestando a harmonia.

No Renascimento, Lucas Paccioli estabelece as formas matemáticas da divina proporção e as relações harmônicas que resultam do cruzamento das diagonais do pentágono regular, a estrela de cinco pontas, espaço virtual do esquema corporal desenhado por Leonardo. As elaborações sobre a secção áurea ou divina, alçam voo, no entanto, no século XX, em 'O Modulor', de Le Corbusier, pintor e arquiteto desesperado de harmonia.

O tema do amor vinculado à harmonia existencial constitui um '*leitmotiv*' através de toda a literatura e o drama.

Sem dúvida, o desenvolvimento da polifonia representa a mais alta manifestação desta necessidade de harmonia através da história humana.

A partir do século XV se inicia a busca de um universo aberto, infinito, que enlaça harmonicamente mundos cada vez mais amplos. Na Teoria da Harmonia e do Contraponto, de Zarlino (1558), aparece já a tendência a dilatar até o infinito o espaço sonoro, o que conduzirá, nos séculos seguintes, ao contraponto e ao estilo fugado.

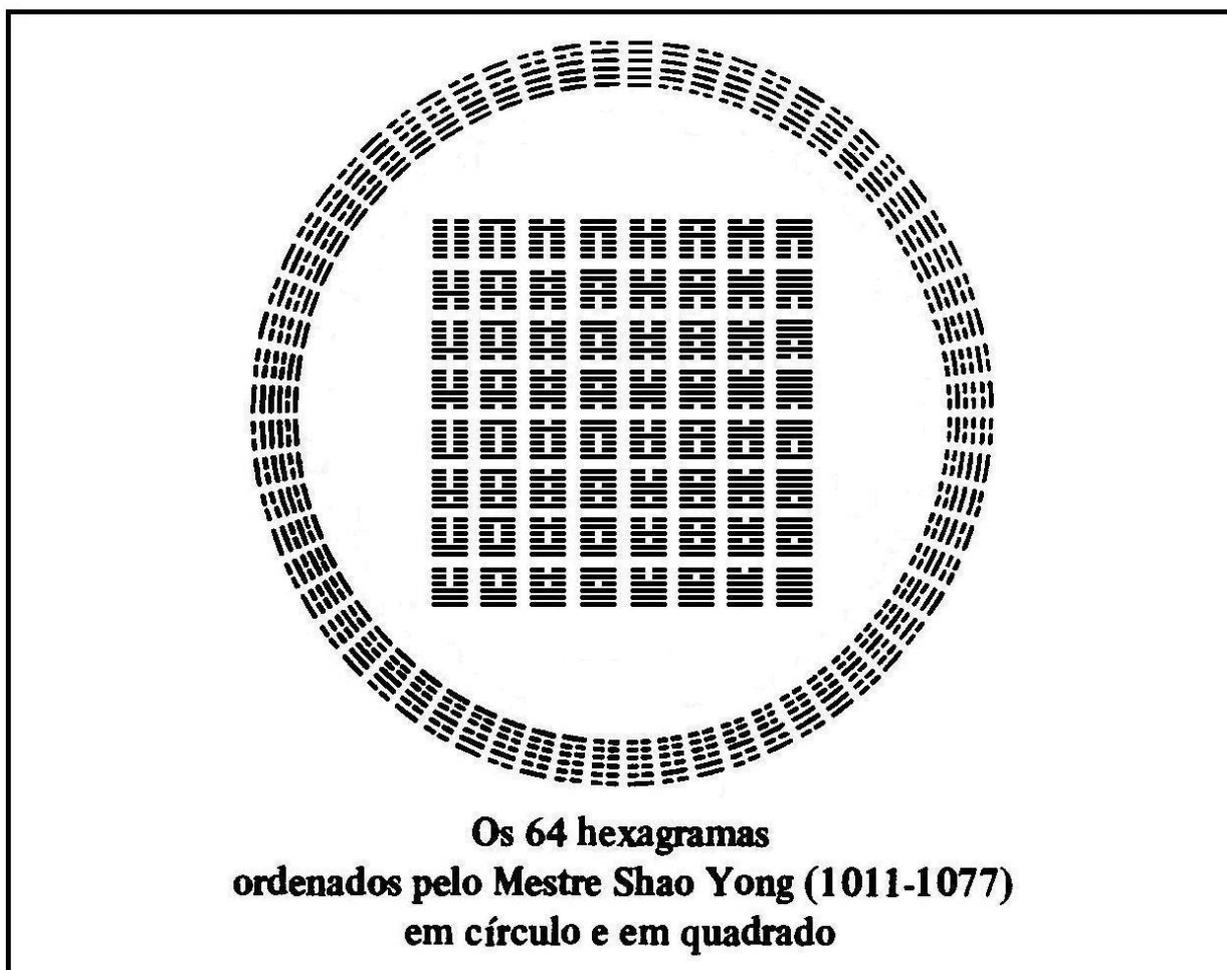
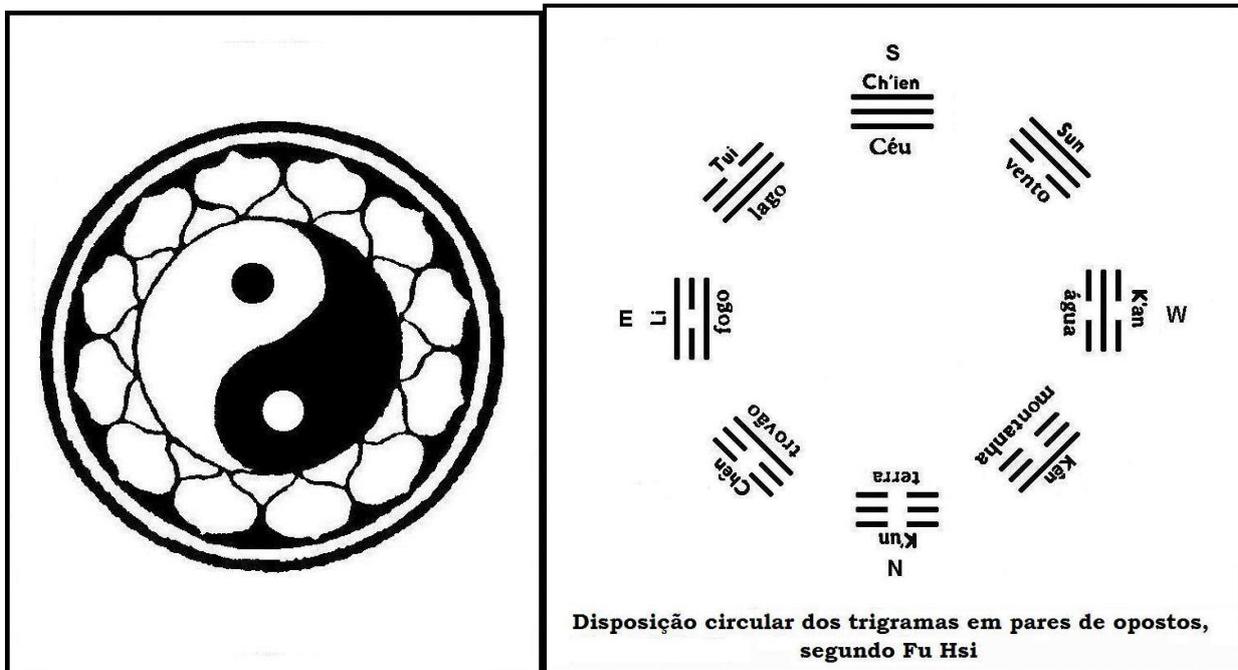


FIGURA 01

O primeiro maestro da Fuga é Frescobaldi e sua mais alta expressão é, sem dúvida, Johann Sebastian Bach. Aparecem as grandes formas musicais do Barroco: o oratório e a cantata.

A música do século XVI organiza os sons em espaços cada vez maiores, em órbitas crescentes, onde se entrecruzam, se apoiam com segurança e força unitária, alçando-se, anulando-se e aparecendo de novo, com orgânica vitalidade. Depois destas formas que pertencem ao primeiro período do Barroco surgem, no século XVII, as formas de sonata, suíte, a sinfonia, o concerto grosso, com uma estrutura interior cada vez mais segura na modulação, nas frases e soluções harmônicas.

Assim, a música alcança o ápice da forma sob a poderosa força criadora de Corelli, Haendel e Bach. As lições de harmonia musical haviam sido mostradas ao mundo em sua mais elevada manifestação. “O estilo fugado de Bach não pode ser melhor caracterizado do que o denominando uma infinita diferenciação e integração”, expressa Oswald Spengler.

Em nosso modo de ver, a Arte da Fuga constitui um modelo musical do processo ascendente de integração da vida, a partir de um eixo que proporciona os elementos “genéticos” de crescimento, dentro de um campo aberto de infinitas possibilidades. O ser humano deixa de ser concebido como um organismo fechado e sim como uma criatura fáustica, evolutiva.

A busca de “correspondências” e significados afins tem sido tão intensa através da história humana, que não poderíamos descrevê-la jamais. Os astrólogos caldeus e egípcios, como os alquimistas medievais, buscarão toda sorte de relações entre os fenômenos celestes e humanos. Esforços integradores nos campos da Astronomia foram realizados por Kepler, Galileu e Newton.

Mendeleiev, intuindo a unidade da natureza, estabelece a Escala Periódica dos Elementos, em relação a seus pesos atômicos.

Einstein buscou incansavelmente, através de uma Teoria do Campo Unificado, um princípio que pudesse descrever de forma coerente, as três formas de energia do universo - atômica, elétrica e gravitacional -, que se apresentavam aparentemente desvinculadas. Integrou em um *continuum* o conceito de espaço-tempo.

Seus esforços culminaram na unidade matéria-energia, como dois aspectos de uma só realidade, fato que formulou matematicamente:

$$E = m \cdot c^2,$$

em que E = energia; m = massa e c = velocidade da luz.

Em Biologia foram realizados, durante este século, portentosos esforços unificadores, que revelaram a harmonia intrínseca dos sistemas vivos. O conceito de Homeostase, de Cannon, e o de Sistemas Autorregulados, apontam para essa unidade. As atuais descobertas sobre imunogenética, cooperação celular e organização autônoma, integram esta visão de harmonia dos sistemas vivos.

A Medicina Psicossomática integrou o conceito corpo-alma que havia permanecido separado através da história.

Nas Artes, a noção de harmonia é intrínseca ao sentido organizador. A pintura é uma singular forma de expressão de harmonia, de formas e cores. A exigência de harmonia já estava presente nos pintores das cavernas de Altamira, tanto como nos Pré-renascentistas, Giotto e Piero della Francesca e segue estando até nossos dias, em um Kandinski ou Picasso.

Na Poesia, o gênio de Garcilaso mostra as mais ricas variações harmônicas, tanto na frescura e dinamismo das imagens, como na música das palavras.

O poeta romântico Novalis propõe despertar o homem musical que está adormecido na alma humana.

Rilke alude diretamente à harmonia quando diz:

*“Esta é a nostalgia: viver nas ondas.*

.....

*E estes são os anseios: diálogos em voz baixa  
de horas cotidianas com a eternidade.”*

Baudelaire, em seu poema “Correspondências”, interroga as ressonâncias secretas entre sons, palavras, cores, cheiros e pruridos da alma.

A harmonia no âmbito sociológico é ainda um enigma. Gandhi, Albert Schweitzer, Tereza de Calcutá, têm buscado por diferentes caminhos esse princípio de Harmonia que, sem dúvida, existe dentro do ser humano.

Biodanza propõe unir a Harmonia da Música à Harmonia do Amor, no movimento cordial da Vida.

Esta fugaz e incompleta revisão dos esforços humanos para expressar e conhecer o misterioso fenômeno da harmonia, nos sugere que se trata de uma condição intrínseca à estrutura do universo e da vida. Talvez nossas aventuras mentais nos arrojaram muitas vezes para fora dos infinitos círculos de harmonia onde moramos, mas voltamos a reintegrar-nos à totalidade como filhos pródigos em busca da origem. Nossa proposta é tornar consciente essa busca, mover-nos dentro de padrões de harmonia, reforçar os vínculos que nos unem ao semelhante e ao Universo e realizar, em suma, a díade mística harmonia-amor.

Este panorama sobre a evolução do conceito de harmonia revela a existência de uma dupla vertente nos esforços para alcançá-lo: a vertente solipsista, que busca uma harmonia solitária e a vertente amorosa, que busca uma harmonia no encontro humano.

Sem dúvida, podemos observar que a busca incessante da harmonia foi historicamente canalizada pela vertente cognitiva e solipsista.

Desde os pré-socráticos, que buscavam a unidade do ser humano, até Einstein, com sua notável intuição do Campo Unificado, o conceito de harmonia se desenvolveu como expressão de um solipsismo paradoxalmente dissociativo.

Assistimos atualmente a um espetáculo desconsolador: frente ao caos e à desordem biológica e social, milhares de pessoas, em diferentes lugares, buscam a harmonia na contemplação solitária, imóveis em silêncio, repetindo mantras ou com o olhar fixo em uma mandala. Esta situação revela todo um estado de desorientação profunda e um desconhecimento sobre o que é a harmonia.

Difícilmente alguém encontrará a harmonia na solidão. Talvez isto só seja possível através de atos de encontro e de vinculação que permitam unificar as partes isoladas.

Harmonia é movimento-amor, função hipotalâmica de comunicação e contato, risco, luta e cuidado por estabelecer pontes através das quais circule a energia vital. Chegamos, assim, a um novo conceito de harmonia, cujo principal instrumento é a carícia. Uma harmonia pulsante, fluida, íntima, cálida; uma harmonia na qual cada indivíduo encontra o Âmnio, o semelhante que o contém.

A harmonia solitária é uma contradição em si. Essa harmonia estática foi a herança doentia de Parmênides, o qual, por sua vez, a recebeu do Oriente.

Quem poderia, seriamente, encontrar a harmonia enquanto torturam a seu irmão? A harmonia tem que ser buscada em meio ao caos e ao “stress”, entre gente desesperada, faminta, ferida, carente de amor. Temos que buscar a harmonia como uma luz na escuridão, entre milhões de enfermos, entre os perseguidos e os humilhados da terra. É necessário correr para eles e abraçá-los, convidá-los a dançar. Poucos encontrarão harmonia ou verdade na ascética e letárgica serenidade de sua meditação solitária.

Ninguém expressou tão bem como Rilke a impressão do frio isolamento e terrífica incomunicação que surge da meditação oriental. O poema “Buda” é uma obra mestra de captação, nos revela a inexorável falta de calor humano que há no iluminado hindu:

*“Como se nos pudesse escutar. No silêncio:  
Distâncias. Mas para nós é inalcançável.  
Ele é agora um astro. E outros astros imensos  
Que não vemos, o rodeiam.*

*Ele é Tudo. Esperamos vê-lo realmente?  
E será necessário?*

*Mas mesmo que estivéssemos prostrados diante dele  
Permaneceria quieto, a semelhança de um animal  
Preguiçoso e indiferente.*

*Pois aquele que a seus pés se arrasta  
Gira em torno a ele desde milhões de anos.  
Mas ele esquece o que sabemos  
E sabe perfeitamente quanto nos oculta.”*

A integração é a busca da relação das partes com o todo para aumentar a perfeição do todo. Chegamos, por fim, a uma forma evoluída de harmonia: a proposta de Heráclito, a harmonia do eterno retorno, do eterno renascimento, a harmonia em movimento: “Não nos banhamos duas vezes nas mesmas águas”. E poderíamos dizer: ... Não fluímos duas vezes na mesma harmonia.

A forma de harmonia profunda é a “conexão à vida”, através do movimento, da música, do olhar, do contato, do sorriso, do abraço, da dança, que são indutores de harmonia.

Harmonia é renascer no Outro.

Já vimos que a investigação sobre a harmonia é tão antiga como o ser humano. Não obstante, o sentimento de harmonia parece ser uma vocação tão profunda como a tentação do caos.

O ser humano oscila entre a busca desesperada de harmonia e a atração pelo caos. O caos é sempre um desafio, um risco de morte ou de loucura, um caminho para o desconhecido. O caos é tentação criadora. A harmonia, por outro lado, é a fidelidade à vida, é a ordem manifesta e oculta do cosmos.

A harmonia não é uma categoria dialeticamente oposta ao caos. A relação entre harmonia e caos não é de oposição, como o dia e a noite, nem tampouco de um dinamismo cíclico. Consiste de uma relação processual, em que a harmonia surge dentro de um leito evolutivo, pela sucessiva organização do caos.

Essa dialética não expressa senão a repetição de ciclos em que a harmonia nasce do caos, volta ao caos e renasce de novo, infinitamente. Parece que a harmonia possui uma realidade que não está sujeita essencialmente às qualidades do caos. Consiste, portanto, em instrumentar o movimento da vida, no sentido de ampliar a vida.

Restituir em nós esta harmonia original é nossa tarefa. Devemos compreender a importância desta corrente de ação.

A evolução surge de ações sutis e refinadas. Um gesto tímido de aproximação, sustentado pela harmonia de Bach ou Vivaldi... e todas as estruturas de alienação das Igrejas, escolas ou Universidades se desmoronam. Todo o vasto império de esterilização e castração da vida se desintegra quando alguém tem a coragem de aproximar-se sensivelmente de seu semelhante.

Se os movimentos que um indivíduo realiza aumentam sua unidade e mantêm sua homeostase, estamos diante de um processo integrador que poderia chamar-se evolutivo. Evolução seria alcançar níveis cada vez mais altos de otimização biológica.

Se a vida de um ser humano se integra a outros centros de vida cada vez mais amplos, talvez estaremos impulsionando o processo evolutivo.

## **15. BIODANÇA: A BUSCA DE CONDIÇÕES PARA A LIBERDADE DE AMAR**

Será necessário alcançar uma nova ordem de pensamento e de sensibilidade para relacionar as experiências internas que mais preocuparam os filósofos, os gênios da literatura e os investigadores das Ciências Humanas.

Chegou a hora de pensar de novo sobre o Amor, a Liberdade e a Transcendência, mas não como conceitos abstratos, mas como alusões imediatas, como experiências corporais, como os nomes que podemos dar a nossas formas de participação existencial. Devemos abandonar as tra-

dições intelectuais para arrancar esta meditação de nossa vida pessoal, de nosso desespero – como diria Kierkegaard –, de nossa necessidade biológica de amor e transcendência.

A Humanidade buscou, através da história, cada vez maiores graus de liberdade interna. Isto significa que, através de ideologias, religiões e implacável questionamento filosófico, tentou libertar-se de diferentes formas de condicionamento.

O pensamento sobre opressão e liberdade tem preocupado extraordinariamente os pensadores contemporâneos.

Marx denuncia o processo de alienação do sistema capitalista. Theodor Adorno desentraña os mecanismos patológicos da opressão fascista, através do estudo da personalidade autoritária. Erick Fromm e Marcuse analisam a estrutura opressiva da civilização ocidental. Paulo Freire denuncia as formas mascaradas de opressão nos sistemas educativos. Wilhem Reich desentranha, dramaticamente, as formas de opressão sexual e suas conseqüências psicossomáticas. Rogers examina as múltiplas formas do amor e seus inquietantes componentes de liberdade e opressão. Ronald Laing, David Cooper, Franco Basaglia, León Bonaventure, Claude Steiner, denunciam a Psiquiatria e a Psicologia tradicionais como estruturas de opressão.

Dentro da Filosofia, Carl Jaspers examina o problema da liberdade à luz das necessidades de transcendência e Heidegger, como uma condição ontológica. Sartre e Camus, como a expressão suprema do processo existencial, em que o ser humano, “arrojado” ao mundo, se vê compelido a escolher; está obrigado a ser livre.

Este breve panorama dos diversos enfoques frente à liberdade revela a preocupação do Homem do século XX por examinar as formas de condicionamento internas e externas a que está submetido.

Há propostas ainda mais dramáticas e inquietantes, provenientes da Etologia e da Biologia, apresentadas por Konrad Lorenz, Eibl-Eibesfeldt, Jacob e Monod, cujo conteúdo alude à forte determinação das mensagens genéticas e aos fatores de acaso e de aprendizagem prematura, tudo o que restringiria, teoricamente, os âmbitos da liberdade humana, que alguns filósofos haviam ampliado até o infinito. Finalmente, Julian Huxley propõe que o processo evolutivo do ser humano, distintamente do dos animais, é reticular, labiríntico e alternativo, o que significa que a vida humana esta marcada por um fator incontrolável de liberdade.

O estudo das diversas culturas parece demonstrar que o que em realidade sucede não é tanto um aumento dos níveis de liberdade, mas, mais que isto, a substituição de um sistema de condicionamento por outro.

Se a Humanidade estivesse em um processo de liberação progressiva dos condicionamentos, o estado final a que chegaria seria a morte, que é a zona da “alma incondicionada” ou, no melhor dos casos, a uma forma universal de dissociação e desligamento, semelhante ao que hoje se denomina Esquizofrenia.

Parece-nos que a aspiração por se livrar de toda forma de condicionamento é essencialmente antibiológica e conduz à perda de estrutura, à desorganização. O ser humano busca, intuitivamente, em sua trajetória existencial, formas de vida estruturada e não ações isoladas. Inclusive, do ponto de vista genético, está demonstrado que não se herdaram movimentos isolados ou funções motoras separadas, mas atos completos, seqüências de condutas.

Inquestionavelmente, há uma força profunda que impulsiona a vida no sentido de alcançar estruturas coerentes. É neste ponto onde a necessidade de amor adquire uma importância que, até este momento, não havia sido revelada: o amor é a maior força estruturadora da existência. É tal a necessidade de amor no ser humano que, se este falta, o indivíduo se orienta para a desintegração e a morte.

A carência de amor é uma situação biológica insuportável. Se as pessoas não o conseguem, entram rapidamente em soluções patológicas: toxicomanias, destrutividade, loucura ou doenças orgânicas. Estas opções são sempre programações de morte.

O amor, portanto, é a busca de estrutura e unidade como forma do ser no mundo e, contra tudo que possamos pensar sobre a liberdade, é a aceitação gozosa de um condicionamento máximo em relação ao ser amado.

Ao mesmo tempo, a vivência amorosa correspondida reforça e expressa ao máximo a identidade dos amantes. No processo amoroso o ser humano alcança a sua máxima identidade. Isto é, a transcendência que o amor implica diminuir o individualismo e aumentar a identidade.

O processo descrito pode ser, provisoriamente, postulado assim: iniciamos a perda dos condicionamentos habituais para ter a liberdade de amar. Neste caso, a liberdade tem uma mediação transcendente para o amor. Ao encontrar o amor, a partir desta liberdade, se inicia o processo gozoso, epifânico e criativo de estabelecer uma nova forma de condicionamento em relação à pessoa amada.

Quando a busca de liberdade está unida ao individualismo e à autoafirmação narcisista, se inicia o processo de desestruturação e congelamento afetivo. A liberação, neste caso, é a expressão de um imanentismo puro. Este imanentismo conduz à morte.

Liberdade para amar, transcendência, esplendor da identidade e aumento da vivência essencial de estar vivo, são partes de um só processo unitário que dá estrutura à existência.

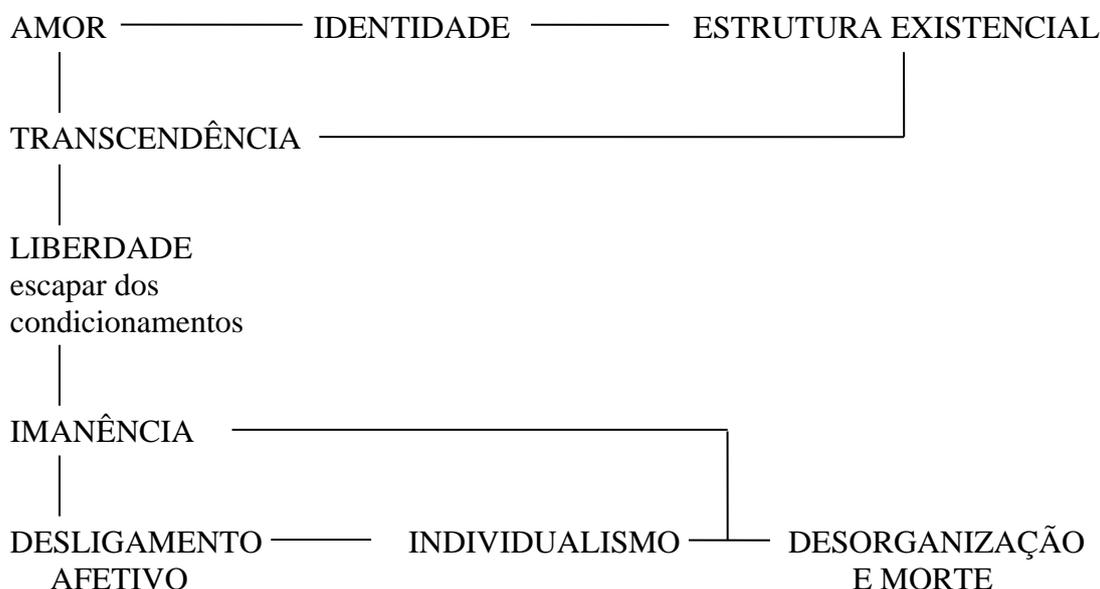
Desligamento afetivo, descondicionamento individualista, desorganização e morte, constituem a esfera oposta.

O amor, visto dentro deste contexto, constitui uma energia que conserva e permite a evolução da vida como vida. É um processo anti-entrópico.

A liberação de todo condicionamento com base em uma proposta individualista, precipita processos letais a todo nível e constitui a entropia do universo, sua desorganização.

Biodanza, ao colocar o máximo relevo na função afetiva, no amor, na realização do amor a nível planetário, está trabalhando com a mais poderosa força integradora da vida. Biodanza promove a busca de condições de liberdade para amar, isto é, para transformar as formas letais de condicionamento em condicionamentos que aumentem a integração.

Poderíamos esquematizar estas relações do seguinte modo:



Vivemos na pulsação entre o desejo do amor e o desejo de ser livres. No amor, alcançamos formas criativas e sempre renovadas de condicionamento; portanto, não propomos o amor livre com base na autoafirmação narcisista, mas sim a liberdade para amar, sobre uma base transcendente.

A busca de liberação de todo condicionamento é uma quimera metafísica. A morte é o estado absoluto da alma incondicionada; nela estamos livres até dos mais ínfimos condicionamentos. No amor estrutura-se uma forma de condicionamento a dois que exalta a identidade e acende o sentido da vida. A partir dessa experiência transcendente é possível a irradiação do amor intraespécie, isto é, de uma estrutura de solidariedade cosmobiológica.

Vimos que, a partir do individualismo, o amor é impossível. O amor só se realiza a partir da identidade.

Agora vamos examinar ainda mais a fundo a relação entre liberdade e amor. Se a liberdade se expressa como independência transcendente, ela é a qualidade mais profunda da integridade. Nesta afirmação entendemos que só sendo independente se pode amar com integridade. A independência dos amantes exclui a possessividade. A partir da independência só é possível a solicitude e a consagração de um ao outro. A situação de dependência, por outro lado, cria as condições de opressão e possessividade. Existe possessividade quando há distância entre as duas pessoas, como frente a um objeto. Mas no amor, essa distância não existe. No amor há fusão, circulação de vida, unidade profunda. Aí se cumpre o “eu sou tu e tu és eu”. A pertinência tem sentido apenas no fato de que um é parte do outro. Existe um contínuo formado pelos diferentes graus de distanciamento, que vão desde o estado de separação ao de fusão. Distintas emoções, como ressentimento, agressão, medo, criam distância, insegurança e possessividade em relação ao outro. Nesses casos, o outro é imprevisível, o outro é um mistério, o outro é um desconhecido. Então, surge a possessividade. Quando o outro é transparente como uma criança, existe a condição para o amor. A liberdade no amor é a liberdade para a fusão.

O conceito de fusão amorosa se refere ao ponto de máximo gozo e plenitude que pode alcançar um ser humano. Essa plenitude é uma combinação sutil de sentimentos de profunda paz e euforia. O sentimento de paz se produz ao descer, através do amor, às profundidades do real:

*“O amor conduziu-me até o fundo do ser.”*  
(Cânticos. Lubicz Milosz).

O sentimento de euforia se produz pela sensação de superabundância de vida e pela descoberta criadora de uma inconcebível identidade.

*“Para encontrar a Dios en tus ventanas miro  
Voy bajando en puntillas por los hilos al vientre  
De la miel donde brama sus remolinos cárdenos  
La vida en ese sólo hervidero de pétalos  
Que suben y sedientos te aguardan acosada mujer  
Desde las frondas tú escuchas como vienen  
Van creciendo los hijos en racimos  
Por tus brazos tendidos como ramas azules  
Que sostienen los nidos de cobre de sus risas.  
Tú eres como un paisaje que no tiene ya fin  
En mi memoria una cárcel de pájaros de llama...”*  
(Mujer en sueño. Ludwig Zeller)

A fusão amorosa é essencialmente sexual. Ela implica a ausência de repressão, o que é uma consequência da liberdade pessoal para a fusão. A ausência de repressão é a condição para a manifestação do desejo e o desejo se produz por atos progressivos de conexão, de tal modo que essa fusão implica liberdade, desinibição, conexão e desejo.

Biodanza trabalha nesses quatro aspectos da fusão:

1. Estimula o processo de liberação transcendente e a coragem para ser íntegro.
2. Suprime a culpabilidade e os mecanismos de auto-repressão.
3. Facilita os meios expressivos de conexão e encontro.
4. Estimula a deflagração do desejo.

Ao trabalhar no impulso de fusão, Biodanza está estimulando a possibilidade do máximo prazer. O gozo amoroso está na base da vivência de estar vivo.

A vivência de estar vivo nutre a identidade.

Fusão amorosa, euforia de viver, esplendor da identidade ao transcender em outra, constituem o núcleo de nossa preocupação em Biodanza. Ao falar de fusão amorosa, estamos nos referindo a um processo de integração essencial entre duas pessoas. A mera relação sexual sem fusão

amorosa, é um fenômeno protagonizado por indivíduos e não por identidades. É apenas uma deliciosa masturbação.

Podemos caracterizar três formas de relação erótica cujas consequências são radicalmente diferentes:

1. Relação sexual na qual um só se satisfaz. É dissociativa, amarga e sem substância; daninha para ambos.
2. Relação erótica em que dois indivíduos se satisfazem sem fusão. É alegre, lúdica e prazerosa.
3. Relação sexual em que duas pessoas fundem suas identidades. Dá a cada um a vivência primigênia do que se chama felicidade e renova completamente os processos biológicos e a estrutura existencial.

Não é um acaso histórico o fracasso dos caminhos que conduzem ao amor. A possibilidade do amor está vinculada ao processo evolutivo da espécie. Para chegar a amar, o ser humano tem que atravessar sucessivas etapas, nas quais há de enfrentar-se consigo mesmo, com os riscos da solidão e da morte, com o vazio de significação, experiências estas que provocam um desenvolvimento extraordinário das funções afetivas.

Alguns biólogos e antropólogos afirmam que o ser humano possui três cérebros: o humano, cuja função é o intelecto, a lucidez e a consciência; o mamífero, que teria principalmente concentradas as funções afetivas, e o cérebro de réptil, visceral e instintivo. Este esquema me parece essencialmente falso e se fundamenta em algumas considerações anátomo-fisiológicas relativas ao desenvolvimento do córtex cerebral no ser humano, que apresenta uma alta diferenciação em relação ao de outros animais da escala zoológica.

A hipótese que proponho é que o salto evolutivo se deu pelo extraordinário desenvolvimento das funções afetivas de origem límbico-hipotalâmica, o que produziu, secundariamente, o desenvolvimento e a expansão do córtex. Piaget já sugere que o desenvolvimento da inteligência tem uma origem afetiva e Lapierre propõe que a integração das funções motoras só pode se realizar através da prévia integração do núcleo afetivo. A prioridade das funções límbico-hipotalâmicas no processo evolutivo foi o *leitmotiv* do modelo teórico de Biodanza, há mais de 20 anos. O forte bloqueio que, com frequência, o córtex cerebral exerce sobre as funções afetivas representa mais um impedimento que uma facilitação do processo evolutivo do indivíduo e da espécie.

## 16. O LONGO CAMINHO PARA O AMOR

O longo caminho para o amor representará, para os historiadores do futuro, a extraordinária peregrinação do ser humano através das idades. Essa viagem se reedita na existência pessoal cada vez que o indivíduo vive a experiência de amor e, frente ao ser amado, compreende sua impotência, sua necessidade de chegar, através de uma distância infinitamente grande, como o espaço de um mistério terrível, à intimidade do outro e, nesse ato desesperado, clemente e cálido, se despoja das iridescentes galas do ego, em um ato de abandono místico, em um desejo de entrega e autoadoção incondicional.

O movimento de amor de um indivíduo a outro é da mesma natureza do vastíssimo movimento da energia cósmica, que pugna por expressar-se através de nossas vidas desesperadas em meio a guerras fratricidas e da inanidade dos estilos culturais.

Alguns perguntam sobre o sentido da vida, sobre a política e a legalidade cósmica. O sentido da vida está implícito no ato mesmo de viver, alheio a toda teleologia. E o ato de viver, ato de vinculação, movimento erótico, é o passo titubeante através do longo caminho do amor.

## 17. O SOFRIMENTO

Se o sofrimento é inerente à existência humana, também o é a felicidade. Sem dúvida, parece extraordinariamente misterioso o fato de que tenhamos construído uma cultura do sofrimento. A descompensação entre os níveis de sofrimento e de felicidade se acentua através da história. A quantidade de sofrimento que suporta nossa época, satura todos os índices de resistência imagináveis.

Devemos reconhecer que os sistemas sociais incluem em sua estrutura as maiores opções ao sofrimento. Os sistemas sociais, na maior parte dos países do Oriente e do Ocidente, se sustentam sobre o pressuposto de altos níveis de sofrimento; sofrimento provocado pelos sistemas de trabalho e exploração, pela concepção belicista, pela discriminação social, pelos hábitos de tortura em todos os microssistemas de poder, pelas doenças de civilização. Estas e outras formas de sofrimento social criam “o sentimento trágico da vida”, de que fala Miguel de Unamuno. É convicção filosófica o fato de que a existência possui em sua essência um elemento trágico. A fatalidade, como entidade mítica, não desapareceu do fundo de nossa cultura. Desde as tragédias gregas de Ésquilo, Sófocles e Eurípides, passando pela “Divina Comédia”, de Dante e os dramas de Shakespeare, até os escritores de nossa época, todos descrevem a existência humana como uma batalha jamais vencida contra a fatalidade e o sofrimento. Sören Kierkegaard, com seu “Tratado da Desesperação”; Sartre e Camus, em suas numerosas obras de Literatura e Teatro existencialista; os poetas judeus contemporâneos, como Albrecht Hauchofer, Eric Hans Nossack, Paul Celan, Günther Grass, que transmitiram ao mundo o holocausto dos judeus durante o fascismo na Alemanha; Kafka, Antonin Artaud e Le Clezio, denunciando o inferno de nossa época, não são senão alguns relatores máximos desta cultura do sofrimento. Freud, em “O Mal-estar da Cultura”, expõe que pelo simples fato de viver nesta civilização, os seres humanos haverão de sentir-se mal. Arthur Jores registra 1.500 enfermidades geradas exclusivamente por nossos estilos de vida.

Além disto, os ícones do Oriente e do Ocidente aludem ao sofrimento. Buda postula uma serenidade com o amortecimento dos desejos e das emoções para escapar ao sofrimento e, no Ocidente, nosso símbolo religioso é o crucificado.

Teríamos que seguir o rastro dos gênios que buscaram a trama perdida da felicidade e a encontraram: nas “Canções de Bilitis”, de Safo, em alguns poemas de Garcilaso, no “Haleluya”, de “O Messias”, de Haendel, nas Cantatas de Bach, na maioria das obras de Vivaldi e Corelli; nas pinturas de Botticelli, em “A Virgem das Rochas”, de Leonardo, nas esculturas tântricas de Kharahuro; nos poemas de Tagore sobre a interioridade da ventura, no conto “Felicidade”, de Katherine Mansfield, sobre as sutis e breves alegrias cotidianas; em algumas composições de George Harrison, nas músicas e danças havaianas.

Sem dúvida, o peso artístico de nossa cultura escorrega pela vertente da dor. Mesmo os que conheceram a essência da alegria, como Bach, se aprofundaram no sofrimento, mas já buscando soluções de plenitude, como em “A Paixão segundo São João” ou nessa pequena peça musical “Vem, Doce Morte”. Beethoven mostra a doçura da dor na “Appassionata” e nos “Quartetos Razumovski”.

O movimento “hippie” buscou com inocência a felicidade em um mundo sórdido, para logo ser contaminado e destruído pelo sistema e pelas drogas.

Creio que a evolução de nossa espécie estará marcada por uma essencial modificação das estruturas que geram sofrimento, para serem substituídas por aquelas que geram felicidade. Biodanza se propõe introduzir esta variável, modificando os microssistemas sociais, no sentido de restabelecer o vínculo original entre movimento e felicidade, movimento-alegria, movimento-amor. Se nos concentrarmos no espírito da vida, poderemos ter a certeza de que a felicidade é uma condição intrínseca da existência, mesmo porque possui qualidades diferentes da experiência do sofrimento.

O sofrimento tem uma temporalidade lenta; a felicidade é fugaz. O sofrimento ativa vias aferentes que tornam o corpo pesado; a felicidade torna o corpo leve, ágil e epifânico.

O sofrimento humano é como Janus. Tem dois rostos. Podemos falar de um caminho que vai do sofrimento à plenitude e, com a mesma certeza, podemos descrever um caminho do sofrimento à destruição.

O sofrimento constitui um componente natural da existência e poderíamos afirmar que esta adquire sua singularidade no modo de elaborar o sofrimento. A fonte mais frequente de sofrimento é, paradoxalmente, o amor. E este fato não está longe do medo que muitos têm de comprometer-se afetivamente. Diríamos que a repressão afetiva tem sua origem mais profunda em um pavor metafísico e não tanto em causas culturais. Os efeitos imediatos do sofrimento são:

- a. Desvalorização de si mesmo, com a conseqüente perda de identidade.
- b. Tendência à regressão patológica e queda de todas as funções. Medo da vida e tendência à imobilidade.
- c. Impulsos destrutivos e autodestrutivos. Fantasias de vingança e suicídio.
- d. Resignação, isto é, assumir o mal como uma fatalidade frente à qual somos impotentes.

O conjunto destes quatro componentes influi profundamente em todos os níveis do comportamento. Uma pessoa ferida tem uma força pavorosa que a torna perigosa para si mesmo e para os demais.

O sofrimento tem efeitos imediatos sobre o equilíbrio neurovegetativo, no sentido de bloquear os mecanismos beta-adrenérgicos e o sistema imunológico, ao deflagrar estados de imunossupressão. Isto explica o aparecimento de certas doenças psicossomáticas produzidas pelo sofrimento, a emergência de infecções de tipo virógeno e a frequente manifestação de neoplasias. O que afirmamos não significa, de maneira alguma, que o câncer seja produzido pelo sofrimento, mas este pode ser desencadeado por aquele. Nossas observações com doentes mastectomizadas demonstraram, na maioria dos casos, que a emergência do câncer surgiu entre o 2º e 3º mês depois da perda ou o abandono de um ser muito querido. Investigações de M. Asken, L. Baibi, F. Dumber, S.J. Kowai, O.M. Perrin e I.R. Pierce e outros, confirmaram estas observações.

O caminho que vai do sofrimento à plenitude é diferente.

- a. Depois de uma primeira etapa de pranto interior e sentimento de desconsolo, o indivíduo sente certo alívio de sua angústia. Volta-se para si mesmo juntando todas as suas energias, com as quais reforça sua identidade.
- b. Violência criadora. A hostilidade e a raiva são conduzidas para fins construtivos e criadores.
- c. Atividade. Em lugar de paralisar-se, redobra seus esforços no trabalho.
- d. Rebeldia frente às dificuldades. Do fundo do sentimento de fracasso, extrai a força para alcançar a plenitude.

## **18. CRIAÇÃO DE UMA ESTÉTICA ANTROPOLÓGICA**

Se o ser humano é pavoroso, como o descreve Eurípides, possui, sem dúvida, o dom da iluminação e do maravilhoso.

Existem poucos pensadores capazes de realizar a aventura de elevar-se à irresistível beleza do ser humano. Alguns poetas vislumbraram o esplendor eneguecedor de certas criaturas, mas a sensibilidade se torna esquiva e errática em suas proximidades. Rainer Maria Rilke o expressa na Segunda Elegia de Duino: “Todo anjo é terrível”.

Em cada pessoa, mesmo nos deserdados de beleza física, nos doentes, nos feridos pelo ódio e a frustração, existe uma criança divina que espera no fundo do ser.

Mas ninguém se atreve a olhar seu próprio esplendor ou a descobrir o esplendor de seu irmão. “Os amantes,” - disse Rilke – “se soubessem fazê-lo, poderiam dizer-se coisas extraordinárias no ar da noite. Pois parece que tudo nos oculta”.

“Parece que tudo nos oculta”... Cada um exhibe uma máscara para ocultar sua beleza interior.

Por que sentimos pavor frente ao esplendor da vida? Por que nossas ações se dirigem a ocultar nossa origem sagrada? Esforçamo-nos em criar entidades de adoração - nossos deuses - de modo que o esplendor fique distante de nós. Organizamos, assim, uma vida miserável ante o pavor de assumir nossa própria divindade. Talvez o mito do anjo exterminador não represente senão nosso medo ao contato sublime.

Será necessário, para inaugurar uma nova civilização, criar uma estética antropológica, vale dizer, um sistema de ressonância com a parte iluminada de nós mesmos e das outras pessoas; uma espécie de chave mestra do coração, capaz de descobrir essa semente de beleza indescritível. Não só nas pessoas tocadas pela graça e a perfeição externa existe esse fundo iluminado, mas também naquelas aparentemente feias ou grotescas, porque a luz de Deus mostra-se por igual em todos os seres humanos. Uma divindade olha desde os olhos de um leproso. Um adolescente iluminado espera sua amada que não chegará jamais, na grande noite do coração do ancião. Se conseguíssemos sensibilizar nossa parte iluminada, se pudéssemos criar uma espécie de fototropismo amoroso, toda nossa existência se transformaria.

É necessário mostrar estes reflexos da profundidade nos atos criadores, na Educação, na Psicoterapia e no lazer de cada dia. Descobrir o fundo de luz que nos anima é, em realidade, uma forma de renascimento.

As psicoterapias tradicionais trabalham com a parte enferma, com os sintomas, como se o que nos corresponde fosse ignorar a saída, como se estivéssemos divididos e, no íntimo, negássemos a grandeza.

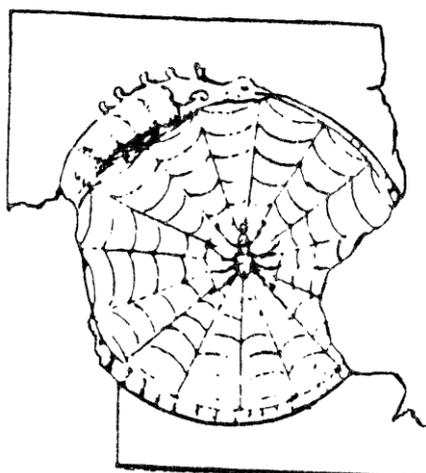
Por que fundamos nosso reino no horror, quando nosso reino é o júbilo de viver? Nosso reino é o êxtase, o prazer das carícias incondicionais; nosso reino tem fragrância de frutos e sabor de flores. Em nós, rios transparentes, lábios ansiosos, brisa nos cabelos. Em nós, o abraço, o contato, o amigo. Em nós, o paraíso.

## 19. EXPERIÊNCIA DO MINOTAURO

Se nossa existência “humana” se dá em dilemas e enigmas, nossa existência divina se dá em certezas, com definida claridade.



*O labirinto de Tróia, numa moeda de Cnossos (século IV a.C.)*

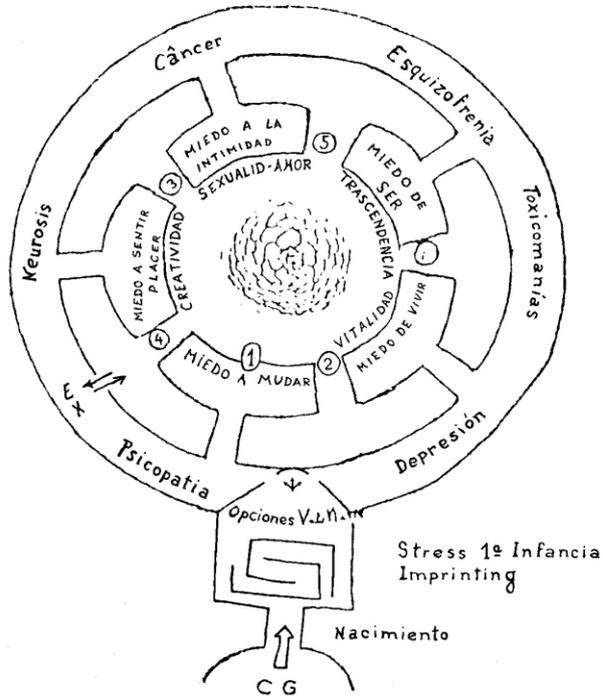


*Diagrama bramânico da Índia: o labirinto como teia de aranha. Maia, a que tece a ilusão, está dentro do círculo do tempo.*

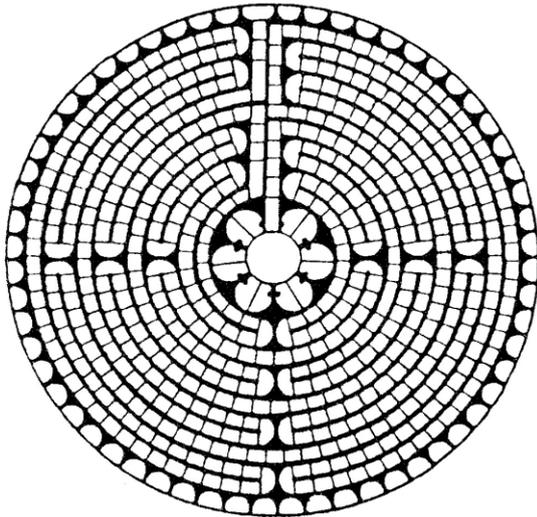
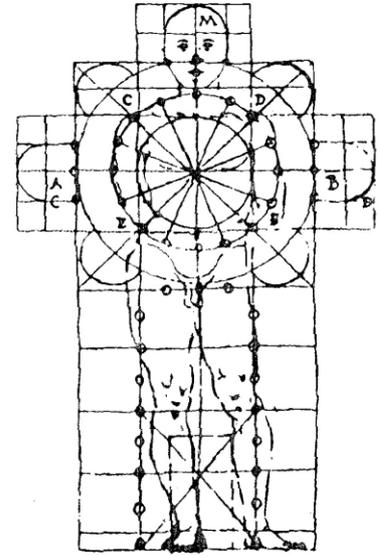
FIGURA 02

**Labirinto interior para a  
Experiência Minotauro**

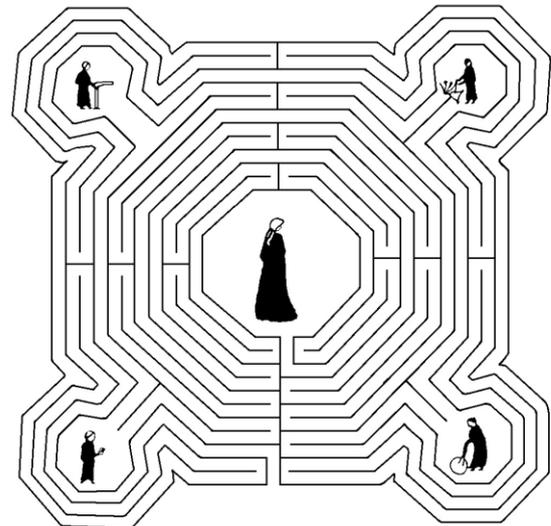
Rolando Toro



*Plano de uma igreja, desenhado por  
Francesco di Giorgio, com os esquemas  
circular e retangular harmonizados pelas  
proporções do corpo humano*



*Labirinto da Catedral de Chartres*



*Labirinto da Catedral de Reims*

FIGURA 03

Frente a nós se levanta uma esfinge que nos interroga. A realidade se instala com rosto de mulher e corpo de leão. A realidade faz perguntas estranhas que nos provocam, que nos mostram um fruto, um genital desconhecido. A realidade nos amedronta, nos rodeia de tentações inconfessáveis, nos alucina. E é necessário enfrentar o desafio onde o terror se mescla com a atração fatal.

Então, nos deslizamos no vento gélido da morte, nos revelamos frente aos deuses ou nos deixamos conduzir por forças cegas e pavorosas. Perdemos-nos definitivamente para ganharmos a nós mesmos... e nosso corpo forma parte do Labirinto. A incerteza nos lança, como ao príncipe Hamlet, a um mundo sem leis.

Então, surge a nostalgia do Paraíso, a visão irresistível da Criança Divina, essa fascinação de pureza.

Em nós, a condição prometeica em nosso coração, os anjos e os monstros em luta sem quartel.

As provas de Gilgamesh em busca da flor da imortalidade são as provas de nossa existência transcendente.

Os Doze Trabalhos de Hércules são talvez os esforços de nossos dias cheios de ambição e fadiga.

As aventuras de Ulisses são nossas viagens absurdas e nossos negócios; os cavalos de Tróia, esses jogos terríveis.

Assim, James Joyce revelou Ulisses em cada um de nós.

Assim, Jung nos converteu em atores de lenda, para que cada um viva seu Otelo, sua Borracheira, sua Alice.

O mundo, no plano arquetípico, se apresenta como um gigantesco teatro de alucinação, com alternativas de inocência e coragem.

Desde esta perspectiva, podemos pensar poeticamente o mundo como um labirinto, como um Dédalo de incertezas, onde cada um de nós deve enfrentar constantes desafios e resolver conflitos pavorosos. A lenda de Teseu e o Labirinto pode representar a singular aventura do ser humano avançando por sua própria existência.

Nesta viagem pelo Labirinto, sempre sabemos com certeza qual é a porta iluminada, a que conduz ao esplendor e ao fruto maravilhoso.

Mas temos a tentação do abismo. Temos o vórtice que nos atrai ao caos. Ali podemos exercitar nossa parte miserável, nosso terror e nossa vontade de redenção. Ali podemos criar de novo o mundo.

O Labirinto tem mil portas. Podemos entrar e sair, visitar o caos e regressar ao poderoso mundo de energia vital.

Somos livres, pavorosamente livres.

## **20. EM BUSCA DO MINOTAURO**

À medida que nos aproximamos da descoberta de nossa própria identidade, com todos os seus componentes de solidão, morte e desintegração, movimentos absurdos, esforços vazios, desejos impossíveis; à medida que nos aproximamos da imagem grotesca de nossa vida, caminhamos sem piedade, inclementes, no cosmos cego, imitando uma eternidade de títeres abstratos, insensíveis, leprosos de nossa própria imperfeição, balbuciando frases incoerentes na noite total, sedentos de infinito, ébrios desta droga que é a vazia tentação de divindade; à medida que, despojados de nossa soberba, reconhecemos entre os esqueletos calcinados do cemitério da realidade que não somos nada e que nosso esforço por adornar um ego vazio é a mentira de um narcisismo aprendido nos espelhos fátuos de cada dia, o rosto do Minotauro se configura triunfalmente, com todas as suas potências de aniquilação e nossa consciência naufraga, aferrando-se a um

arrecife infinito, sentimos um pavor tão desmesurado que, se não estivéssemos defendidos, protegidos e anestesiados, não poderíamos suportar e nossa consciência seria destruída. À medida que avançamos pelo labirinto de nossa existência e com esse velho instinto exploratório abrimos portas, jogamos o ensaio e erro, jogamos ser humanos entre infinitas opções, o rosto do Minotauro vai mostrando seu perfil como o negativo de uma fotografia sob a ação dos reveladores cósmicos. Em meio ao espanto, aparece a Criança Divina, uma menininha com uma lâmpada, que olha o Minotauro com curiosidade e talvez com uma estranha fascinação, com um amor de menina. O circuito erótico do cosmos se completou e as forças brutais da natureza, o cosmos vazio, são conjurados. O Minotauro cego é conduzido pela mão por uma menina pequena até beira do mar.

## 21. O MINOTAURO FERIDO

O mito grego do Minotauro apresenta esta criatura como um monstro extremamente perigoso, especialmente para a juventude.

O ato supremo dentro da civilização grega consiste em matar o Minotauro, ato realizado pelo herói Teseu com a ajuda de Ariadne, que entregou a Teseu um novelo de lã com o qual ele deixaria um rastro para poder regressar do Labirinto.

Matar o Minotauro é, simbolicamente, assassinar o instinto.

A luta de Teseu com o Minotauro representa o conflito entre o Apolíneo e o Dionisíaco.

Uma cultura baseada na repressão dos instintos é contrária a qualquer forma de animalidade e, em decorrência disto, surge a violência frente às espécies vivas e ao meio ecológico. Uma civilização que mata o Minotauro é uma civilização bélica.

As grandes cerimônias da tauromaquia são expressão do medo inconsciente ao touro interior, isto é, ao próprio instinto.

O drama do século XX poderia ser representado pelo Minotauro ferido de morte.

Picasso representou em gravuras geniais o tema do Minotauro e intuiu o drama erótico que vive nesta situação arquetípica.

Em Biodança nós propomos a reconciliação sagrada com nosso próprio Minotauro. Nós não sentimos que o Minotauro, símbolo dos instintos, represente um perigo. Mas, pelo contrário, é a condição essencial à sobrevivência da espécie humana.

O caminho de conciliação com o Minotauro é a inocência, que pode ser simbolizada arquetipicamente pela Criança Divina e antropologicamente pelas Cerimônias de Renascimento.

## Capítulo II - UMA NOVA VISÃO DOS PROBLEMAS SOCIAIS E HUMANOS

### 01. UMA NOVA VISÃO DOS PROBLEMAS SOCIAIS E HUMANOS (CONFERÊNCIA)

Um dos momentos mais felizes para mim é este, aqui-agora, frente a tanta juventude em uma busca desesperada de si mesmo e de uma solução social.

A posição sentada não é uma boa posição. A posição é o movimento. Vocês, muitos de vocês, têm ouvido falar de Psicodança, que é uma arte de uma disciplina maior chamada Biodança, regida pelas regras gerais da vida. Biodança está baseada no estudo das origens mais primitivas da dança.

Quando vocês escutaram o título desta conferência: “Biodança, uma nova visão dos problemas sociais e humanos”, talvez tenham se surpreendido. Que significa isto? - alguém dirá - que num mundo como o nosso, com fome, com genocídio, com tortura, com guerra, com bomba atômica, um grupo de gente se põe a dançar? Pareceria uma inconseqüência, certo? É uma pergunta que surge naturalmente: que creem estas pessoas? Que, com a dança, vão fazer alguma modificação?

Sim senhores, porque a dança no seu sentido mais original, mais profundo, é o movimento da vida. A dança não é balé, não é um espetáculo, não se trata de fazer figurinhas num cenário. A dança é um movimento profundo que surge do mais entranhado do homem, com o ritmo biológico, com o ritmo do coração, da respiração; é um movimento vinculado à espécie humana, é um movimento vinculado ao cosmos. É algo que nos irmana verdadeira e profundamente, não através de uma ideologia meramente conceitual, mas sim que nos irmana com tudo que nós somos. Vale dizer: cada um de vocês, ainda que não o saiba, está dançando sua vida. Cada um de vocês não está na “Divina Comédia” de Dante Alighieri, nem na “Comédia Humana” de Balzac. Está na dança do mundo, de Roger Garaudy.

Quando dois enamorados correm pela praia, isso é uma dança. Quando um homem põe seu filho sobre os ombros e brinca como um cavalo, é uma dança. Quando dois amigos se encontram e se abraçam, estão fazendo a grande dança humana: a Dança Cósmica.

Vejam: as transformações, as mudanças, para que tenham um sentido evolutivo, têm que ser em referência a um centro interior. Têm que ser em referência a um princípio de gravidade e equilíbrio; de vinculação nossa com o centro de gravidade da terra. Porque toda outra mudança é externa e não é uma mudança de fundo. É uma mudança parcial, que às vezes pode resolver problemas locais. Mas, se aquele que quer fazer mudanças sociais não muda a si mesmo, não tem nada a oferecer. Então, qualquer transformação de grupo, qualquer transformação social, nós pensamos que tem que ser feita a partir da saúde, não a partir da neurose. Quer dizer, os que fazem a transformação, que são vocês, têm que ter algo grande que dar. Tem que ter saúde, fraternidade, altruísmo, erotismo, vitalidade, vinculação com a natureza. Não há transformação político-social a partir da neurose. A gente que faz Biodança logo sente uma necessidade real, uma vocação que não é um simples contágio estudantil, mas sim uma profunda vocação, um chamado para tratar de resolver os problemas humanos na medida de suas escassas forças. Deste modo, se incorporam ao magno processo de transformação. Neste momento, quiçá pareça muito exagerado falar da influência de Biodança numa transformação social. Mas nossos objetivos são absolutamente claros e irrenunciáveis. Vamos fazer esta transformação até onde possamos.

Em toda América há grupos de gente fazendo Biodança. Estão se pondo em contato consigo mesmo e com a gente que tem ao seu lado, com a gente que os rodeia. Já não se trata de pôr-se em relação com uma sociedade utópica, não se trata de pôr-se em relação com a humanidade “in abstracto”, mas sim com a gente concreta de carne e osso.

Eu, talvez, logo me exaspero demais, porém estou um pouco revoltado com as revoluções que se fazem a partir da neurose ou da idealização neurótica. Eu creio muito mais num revoluci-

onário que trabalha concretamente com um pouco de gente, que naquele que se reúne para planificar o mundo e que sabe de memória os livros da transformação social. As mudanças se fazem a nível de gente; não se fazem a nível cortical, se fazem a nível hipotalâmico.

Nossa proposta é induzir vivências através da dança, do canto, de exercícios de comunicação em grupo. No começo, a gente tem pavor de alguns exercícios, porque vivemos estruturados nos preconceitos transmitidos por nossos pais e essencialmente transmitidos por um fio de patologia da história, que pretendeu separar o corpo da alma. Esta doença da cultura é anterior a Platão.

O esforço cultural de toda uma civilização para separar o corpo da alma, deu como resultado que o corpo perdesse importância: o corpo pode ser massacrado, o corpo pode ser torturado, o corpo pode ser submetido à fome, à miséria. Podem morrer povos inteiros com uma bomba de nêutrons, construída com a colaboração das mais brilhantes inteligências, porque ao final, são os princípios, a alma, o que importa. O corpo não importa. Chegamos a tal situação de civilização patológica - por esta dissociação corpo-alma - que talvez a única esperança sejam todas aquelas disciplinas, todas aquelas ações que tendem a unificar o ser humano, quer dizer, que seu corpo seja a expressão mesma de tudo que ele é, de toda sua existência.

Então, é necessário não só recusar os mandatos familiares, mas sim é necessário cortar o fio da história.

É necessário fazer uma transvaloração, acabar com os preconceitos que nos têm amordaçado, imobilizados por uma espécie de fascismo interior. Fascismo interior que tem a gente desta época e que é mantido e conservado pelas universidades, por uma série de doutrinas, leis e seitas; um fascismo interior mantido a nível doméstico pela fofoca, que é uma forma de controle social. O fascista, o policial, estão a nível doméstico. A gente protesta contra os fascistas externos que são apenas uma projeção do que nós somos.

Nós nos pomos a mordança e protestamos contra a censura. Primeiro, nós temos de tirar nossa própria mordança e depois, se vem a censura, protestar contra a censura externa. Mas o censor, nós o temos dentro. Então, o problema é esse: que a nível coletivo esta censura, esta repressão, esta imobilização com cadeias (que nos mesmos nos pomos) fazem uma somatória que finalmente dá origem as magnas estruturas de dominação e repressão. De maneira que primeiro temos que liberar a nós mesmos.

Realmente, eu gostaria de poder sintetizar em poucas palavras os princípios teóricos da Bio-dança, seus fundamentos antropológicos, sociológicos e as concepções criativas que a sustentam.

A primeira obrigação que temos como criadores é parir-nos a nós mesmos. Dar-nos à luz. Nascer de novo. Isso é o primeiro que temos a fazer. Morrer para o corpo rígido, preconceituoso, tenso, cheio de doenças psicossomáticas, sem energia, angustiado, submetido ao “stress”. Morrer para esse corpo e renascer para um corpo com mais energia, com mais vitalidade e, sobretudo, com mais amor, com mais ternura (essa palavra tão desprestigiada; a ternura).

Mas eu tive que envelhecer para dar-me contra de que não havia outro caminho. Percorri muitos outros. Agora, eu ofereço a vocês, de todo coração, experimentar, lançar-se a um trabalho com vocês mesmos, um movimento. Pôr ritmo dentro de vocês. Pôr harmonia dentro de vocês. Assumir o amor que vocês têm. Logo, de vocês mesmos vai nascer o impulso de transformação social.

Eu não creio em um revolucionário rígido, incapaz de brincar com as crianças, que não pode fazer amor, que tem problemas e conflitos terríveis. Que pode ele - tão doente quanto aqueles que governam - oferecer à sociedade? Poderá dar alguma coisa melhor do que aquela gente miserável? Aquele que pretende fazer mudanças tem que ter tal plenitude, estar tão cheio de vida, de força, que disponha de saúde para repartir generosamente. Não pode surgir uma mudança de um déficit, não pode surgir a mudança de uma carência. Tem que surgir da superabundância.

Eu creio que o Brasil é o país do futuro, da esperança, porque aqui existe a parte selvagem, hipotalâmica, emotiva. Vocês estão vivos. Eu conheço outros países, países de mortos, de gente incomunicável que somente pergunta qual é o preço das coisas, para que servem; mas que não são capazes de olhar-se nos olhos. Não tem sentido suas vidas. Nós, primeiro que nada, temos que ser bons animais.

Pergunta 1: “Só uma pergunta: O Sr. não acha muito difícil a gente ir contra o sistema tecnocrático? Ele é muito poderoso; eu acho, sabe?”

**RT:** Por isso temos que transformar também a tecnocracia. Isto, para muitos, pode parecer uma utopia: levar aos tecnocratas um princípio de vida. Em São Francisco, na Califórnia, fiz Biodança com um grupo de físicos nucleares, cibernéticos, engenheiros atômicos, e logo eu me dei conta que também têm um fundo humano que pode ser resgatado. Se essa gente faz Biodança, dela vai nascer as pontas de lança que vão impedir a expansão da bomba de nêutrons. Nós, desde nossa pequena órbita de influência, pouco podemos fazer. Mas toda a gente tem que ser englobada em uma transformação.

É importante possuir certa adaptação, certo nível mínimo de sobrevivência e uma capacidade de luta muito grande. Não se pode repetir o processo dos “hippies”, que descobriram um paraíso, o qual não souberam defender. Eles souberam perceber o “irmão”, a doçura do mundo, da natureza. Através da droga descobriram uma nova visão, mas foram incorporados e arrasados pelo sistema. Por que? Por uma simples razão: ficaram em êxtase de contemplação. Não reforçaram sua capacidade de luta. Como os sumérios, que aparecem nessas cerâmicas milenares, com grandes olhos contemplativos e que foram arrasados pelos povos guerreiros de forte identidade agressiva.

Pois bem, o aluno de Biodança tem capacidade de luta, tem identidade, não é fácil de dominar, reforça sua identidade quando é necessário, mas não anda permanentemente pondo barreiras. Quando tem de fazer o amor, quando brinca, quando está na montanha, em meio ao coro dos passarinhos, quando tem que mergulhar no mar, não tem que estar se defendendo com sua “coração caracterológica”. Tem que estar em transe, como os “hippies”. Mas quando chega o momento de tomar em suas mãos os elementos de transformação, tem que ter uma lucidez e uma consciência absoluta. Tem que ter uma identidade forte. Isto que não tiveram os “hippies” e que por isso desapareceram. Jerry Rubben, um dos líderes dos “hippies” norte-americanos, esteve em minha casa no Chile e me contava que muitos grupos foram a pequenas cidades com suas barracas e a gente “decente” do povo, na noite, os matou com paus, porque tinham medo de que estes homens demasiado paradisíacos violassem suas filhas. Os Mataram-nos a pau na noite. Quando de me perguntava “Que podemos fazer?”, eu respondi: “Instalar-se na grama, com as barracas; mas ter armas modernas. E, em caso de que venha a gente ‘decente’ para agredi-los, vocês disparam uns tiros no ar”.

Quero dizer: a gente de Biodança não dá a outra face. Se lhe golpeiam, agem em “feedback”. Não respondem tampouco de forma desproporcional. Mantêm firmeza permanente. As pessoas dão amor, você dá amor. As pessoas dão violência, você resiste. A luta, porém, é desigual. Que podem fazer, por exemplo, os ecologistas que pertencem à resistência ecológica, contra os imensos interesses econômicos que querem não apenas poluir nossos rios, poluir o ar, poluir as ruas, destruir as espécies, senão que querem também destruir nossos genes contaminando-os com o lixo radioativo, de forma que durante milhares de anos nossos netos e bisnetos herdem a monstruosidade? Porque o sistema tecnológico não se detém em nada. Não lhe importa nem seus próprios netinhos. O que lhe importa é seu negócio.

Bem, é por isso que a Biodança, junto ao prazer de viver, propõe uma fenomenologia da coragem de viver. Temos que atrever-nos. Têm que tirar a mordaca que vocês mesmos se põem. Têm que tirar a polícia e os fascistas que têm dentro.

Pergunta 2: “Como o Sr. considera que se pode metabolizar a agressão? Quando um está bem e, a seguir, sai à rua e começa a encontrar pura violência, como elaborar esta agressão?”

**RT:** A agressão é uma cadeia de agressões que deflagra. O importante é que você tenha uma agressão não neurótica, mas sim uma agressão criativa. Porque a agressão é como a deflagração atômica: o chefe de uma instituição insulta a seu empregado. O empregado guarda sua violência e insulta sua mulher quando chega em casa. A mulher bate nas crianças, para descarregar. As crianças, já indefesas, puxam o rabo do gato.

Mas o afeto, a fraternidade, a ternura humana, também deflagram. Eu, de alguma maneira, sinto a aula de Biodança como um campo de guerra: enquanto estão torturando em outro lugar a uma pessoa, na aula de Biodança dois estão dando um abraço profundo e sentem o poder da fraternidade. Enquanto se está produzindo a aniquilação num lado, está se reproduzindo a criatividade na aula de Biodança. Quer dizer, de alguma maneira são campos de guerra. Eu estou descobrindo que alguns mecanismos são mais sutis que a agressão. Eu creio que a batalha é muito difícil e talvez inútil. E talvez sem esperança. Mas eu penso que se não se faz algo, aí sim que não há esperança.

É possível que logo sejamos arrasados; enquanto estamos numa aula de Biodança cai uma bomba atômica ou chega a polícia e enterra uma baioneta na barriga de todos nós. Tudo é possível neste mundo. Mas é provável que logremos certas modificações profundas, claras, em gente que, a seguir, vai ser dirigente do país, que vão ser vocês, porque é questão de tempo. Então, é possível que haja modificações profundas. Que possa haver uma saída. Agora, nós não postulamos uma ideologia política concreta; postulamos simplesmente condutas de relacionamento profundo.

Pergunta 3: “Biodança utiliza rituais mágicos?”

**RT:** Biodança não tem conotações mágicas. Baseia-se na ciência convencional, na Biologia, na Neurologia, na Psicologia avançada, na Antropologia, na Sociologia, na Ecologia e nas Ciências Políticas. Mas não tem magia, porque as coisas que não podemos explicar de acordo com a ciência, nos suspendemos o juízo.

Pergunta 4: “Como se produz o processo de dissociação nas pessoas?”

**RT:** O corpo tomou significações simbólicas e, através destas simbolizações tem-se dissociado. Por exemplo, a parte que vai da cintura para cima é - dentro da concepção idealista platônica - sublime. Daí para cima é algo puro. A menina diz para o seu namorado: “Você pode fazer o que quiser daqui para cima, mas não daqui para baixo”. Então, se o namorado começa a tocar as coxas dela, ela diz: “Você não me ama, você me deseja”. Aí está revelando toda a sua dissociação. Tem parcelado seu corpo com conteúdos simbólicos que têm distintas conotações.

O ser humano, atualmente, está dividido, dissociado devido a estas simbolizações de tipo cultural. Por exemplo: uma pessoa que sente muita culpabilidade, culpa porque lhe deram um beijinho, porque não fez os deveres da escola, porque chegou atrasado na universidade, porque ganha pouco etc. Vive num mundo de culpa. Então, essas culpas se vão registrando sobre a musculatura e finalmente a pessoa tem um bloco de rigidez dorsal. Outra sente repressão sexual. Pensa que o sexual é maligno, perigoso, vergonhoso, pecaminoso. Está constantemente projetando sobre a pélvis esta repressão (mecanismo denunciado por Wilhelm Reich). Isto põe tensa a musculatura pélvica de forma crônica e provoca transtornos da função do orgasmo e rigidez no ato de caminhar.

Outro exemplo é a dissociação afetivo-prática: as pessoas sentem ou desejam uma coisa e fazem outra. Este transtorno se revela pela dissociação entre os braços e a região peitoral.

Ocorre também outra forma de dissociação a nível do rosto, por exemplo: se você encontra uma pessoa e lhe pergunta: “Como vai você?” – “Tudo bem”, responde, sorrindo, com lágrimas nos olhos.

A dissociação corporal entre a parte superior, “sublime”, “espiritual”, e a parte inferior, “sexualmente vergonhosa”, “animal”, é própria dos neuróticos, em especial dos histéricos e obsessivos. A gente está despedaçada pelas ideologias, preconceitos, temores, medos. Quer dizer, por toda uma patologia cultural.

Pergunta 5: “Como é relação corpo-alma na Biodança?”

**RT:** As civilizações ocidental e oriental fazem esforços desmesurados para separar o corpo da alma. Em Biodança se busca conquistar a unidade para o indivíduo. Corpo e alma são duas

dimensões de uma só realidade. A integração que se faz em Biodança consiste em fundir corpo e alma em uma Totalidade.

Pergunta 6; “Se em Biodança só se trabalha em grupo, como se tratam os problemas individuais?”

**RT:** Os terapeutas, em geral, pensam em função de uma patologia individual, quando na realidade a patologia é social. A patologia se radica nos valores que as pessoas sustentam. Quando a pessoa vai ao psicólogo e diz: “Eu quero solucionar meu grave problema. Meu namorado foi embora”. Esse não é um problema. O assunto dela é que ela não sabe enfocar a forma que tem os relacionamentos humanos. Porém, o que ela tem que melhorar é seu modo de vinculação. Não resolver o problema com esse namorado só. Então, para resolver o problema de sua forma geral de vinculação, tem que mudar alguns valores. Mas esses valores não se mudam a nível da consciência, senão que se mudam somente ensaiando, experimentando as mudanças “aqui e agora” na aula de Biodança. Porque você pode ter muito clara a dinâmica do seu conflito, mas “na hora certa” tudo fica igual. Tem clara a dinâmica, mas a conduta continua patológica. Então o que tem que fazer é modificar, experimentar novas respostas, regravar novos reflexos e isso somente tem que ser no terreno aqui-agora e não num “como se” imaginário. Tem que ser num “em si”.

Agora podemos fazer algumas experiências. O importante é viver as coisas mais que pensar. Biodança não é autoritária. Seria uma contradição. De modo que participam as pessoas que desejam.

## 02. DESENHO DO APOCALIPSE

A atmosfera do Apocalipse infiltra a vida cotidiana. O Apocalipse não é uma hipótese para o futuro. É uma forma interior de experimentar a existência. Não é apenas a destruição ecológica, a insana extinção da fauna, a violência institucionalizada; não é só o genocídio e a barbárie, a fome e o desamparo. O Apocalipse entra pela janela de nosso quarto: há no ar uma desordem que agita as cortinas, um vazio nessa presença dos móveis, uma cacofonia de vozes que não dizem nada. É como se tivéssemos perdido as últimas chaves da vida. E o amor não significa grande coisa, porque as ações pueris passaram a ocupar seu lugar. O Apocalipse avança por nossos corpos na forma de câncer ou esquizofrenia; as artérias não têm elasticidade para suportar a pressão e estalam no cérebro. Perdemos nossa identidade sexual entre as imagens do sexo, perdemos nossa alegria entre os símbolos comerciais, nossa saúde nas amargas poluições de cigarro, nosso apetite em alimentos envenenados.

Mas, talvez, tudo isto ainda não é o Apocalipse. O Apocalipse é o “já não importa”, é olhar nos olhos e não se encontrar, é falar às pessoas e não sentir a menor ressonância.

Estamos navegando em plena tempestade, no caos de milhares de barcos que se afundam entre sufocos de naufragos, sem esperanças e sem auxílio, porque cada um trata de salvar-se sozinho.

O Apocalipse se apodera de nosso corpo, garrota as articulações, impregna nossas células, para surgir de novo em nossos olhares.

A violência contra a natureza é a violência contra nós mesmos. A violência não está só nos assassinos, nos torturadores, nos delatores; a violência está em todas as partes: na arquitetura, nas ruas, no volume da música eletrônica, em nosso trabalho alienante.

Fizemos um “pacto com a morte” e nos esforçamos em mantê-lo. Envolvemo-nos em um vasto programa de degradação. Certamente, às vezes, na tarde poluída, entra pela janela um raio de sol, um convite sutil ao “pacto com a vida”.

### 03. UMA CIVILIZAÇÃO À DERIVA

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

Por que sombria, quando o progresso é notório quanto a descobrimentos metodológicos, democratização do ensino, luta contra o analfabetismo etc.?

Nossa época se caracteriza justamente por abordar os fatos em sua exterioridade. Assistimos ao desenvolvimento de uma tecnologia maravilhosa dentro de uma total ausência de conceitos de orientação interna. A vida pessoal foi esvaziada de significação.

Vivemos uma existência alienada, sem naturalidade, sem alegria. Se estudarmos os fatos como fenômenos psicológicos, veremos que no fundo desta realidade cotidiana há um desordenamento mental, uma desorganização energética de nossa cultura que contrasta com a eficácia alcançada na técnica. Kafka explorou genialmente essa espécie de pesadelo ao qual assistimos sem nos darmos conta. O ser humano ocupa o último lugar em nossa civilização. Conseguimos vencer as barreiras do espaço, entramos em uma nova era e fomos lançados até as estrelas. Mas não conseguimos sobrepujar as barreiras mentais. Abrimos as grandes rotas para o exterior, mas para dentro estamos bloqueados. Somos seres humanos sem intimidade.

O ser humano contemporâneo está acossado pela angústia.

Assim testemunharam os pensadores modernos quando falam de “Náuseas existenciais” (“Nausée”, Sartre); “Angústia” (“Angst”, Heidegger); “Sufocos de naufragos” (“Scheitern”, Jaspers); “Índole de solidão e abandono de enjeitado frente a Deus e ao Destino” (“Einsamkeit”, Kierkegaard); “Sentimento trágico da vida” (Unamuno).

A vida foi traída pelo espírito, afirma Ernst Junger, e um dos maiores prazeres de nosso tempo consiste em participar neste trabalho de traição.

Pois bem, a Educação atual não mostra nenhum caminho. Sua eficácia é extremamente limitada. A inabilidade para atrair em sua direção pessoas competentes, utilizando a ajuda dos tipos mais essencialmente modernos da comunidade, tem sido um de seus piores males.

O político eloquente intervém e obstrui constantemente a integração técnica e espiritual dos núcleos diretivos. O automatismo administrativo vai impondo inexoravelmente a vulgaridade e o peso morto de suas decisões se petrifica durante anos na forma de circulares e regulamentos que não vale a pena comentar.

A educação contemporânea, em quase todo o Ocidente, não cumpre sua tarefa de oferecer ao indivíduo pautas internas de desenvolvimento.

Não desperta nele os germens naturais de vitalidade, nem os valores do íntimo. Não desenvolve os potenciais criativos, a liberdade intelectual, nem a singularidade das aptidões. Não fomenta o esplendor das relações humanas.

Sua tarefa está a serviço do poder político e econômico e, para cumprir esta missão, organiza magnos programas de esterilização psicológica.

A Educação atual tende a produzir a adaptação servil ao estabelecido. Busca criar um sentido de dever e uma atitude de respeito frente a coisas que não são respeitáveis.

Se o mundo em que vivemos oferecesse expectativas de plenitude ao aluno, se justificaria em certa medida o princípio de adaptação. Mas um mundo que já foi pulverizado por duas guerras mundiais, um mundo em que reina o oportunismo e a astúcia, um mundo que nega a milhões de seres a possibilidade de realizar-se vocacionalmente, um mundo onde o amor é um naufrago e no qual a condição humana não é respeitada, 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. Não obstante, o planejamento da Educação está pensado em uma direção diferente. A estrutura psicológica dos sistemas educativos em quase todo o mundo não variou muito com relação ao século passado. É essencialmente conservadora.

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

Assim, por exemplo, a história que se ensina em nossas escolas não é a história do esforço criador do ser humano através das dificuldades, mas sim a história dos egoísmos, a história da perversidade, do crime e da traição. O bem se converte em uma “perniciosa charlatanice patriótica”, como dizia Wells.

Assim, não se vincula a criança com essa alta constelação espiritual que representa a verdadeira evolução psíquica da humanidade. Herman Hesse expressou:

*“Creio que não me interessa a História, pois a vejo como o repetir-se monótono das ambições inferiores e luta ingênua pela conquista do poder. Penso que à margem dela, e totalmente independente, se desenvolve outra História, misteriosa e oposta, que é a História do Espírito.”*

Por outro lado, o ensino da Biologia está viciado por abjetos preconceitos acerca dos grandes temas da sexualidade e da reprodução.

Ensina-se de uma forma pacata e puritana. Daí que não deveriam causar estranheza os desenhos pornográficos que todos os mestres já terão visto nos sanitários das escolas. Essa deformação mórbida do esquema do corpo é o resultado de uma concepção grotesca da sexualidade produzida por falta de informação delicada. Sigmund Freud expressou que o enigma maior da infância é relativo à natalidade. A criança quer saber sobre sua própria origem. Assombra ver, sem dúvida, a abnegação que têm muitos educadores ao tratar “as fanerógamas” ou “a metamorfose da rã” e suas reservas face a temas fundamentais. A culpa não é só dos mestres; isto é um complexo sociocultural.

O cérebro da humanidade se adiciona. Suas exigências têm aumentado em quantidade e qualidade. Exige-se algo mais profundo que o hábito. O ser humano de hoje deve criar sua vida. Toda a existência lhe é apresentada como uma tarefa de criação na qual não pode atuar com mecanismos habituais ou com reações mecânicas.

O ser humano de hoje deve ser por excelência um criador em um mundo que muda vertiginosamente. Falta um ânimo unificador do pensamento.

O desperdício de energia criadora é imenso. Vive-se sob a forte pressão psíquica da concepção militar do mundo. E, sem dúvida, são justamente os exércitos e estabelecimentos militares inteiramente improdutivos, os que mantêm a nossa época em situação de pobreza universal. Pois bem: Como podem os criadores influir sobre seu ambiente, quando as expressões brutais e destruidoras se impõem constantemente pela pressão das forças cegas do comércio, do egoísmo pessoal ou simplesmente da impotência mental?

Se em alguma parte há de começar uma autêntica revolução, há de ser nas escolas pelo cultivo das potências criadoras e pelo desenvolvimento de personalidades energéticas.

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

Mas nas escolas não se ensina a compreender nem a sentir esta intimidade com a natureza, nem se aprende a ter confiança em si mesmo, nem se aprende a amar.

Desenvolve-se assim uma nova espécie solitária. Mas, que significado mental poderia possuir o amor? De que maneira nos vincularia com o universo? Creio que isto foi bem descrito por Truman Capote:

*“Começamos 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 isto é ser proprietário, isto é algo com o que viver.”*

Talvez quando se comece a pensar que a tarefa do mestre é uma tarefa 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, teremos criado as condições ecológicas da saúde e do esplendor.

## 04. EDUCAÇÃO, CULTURA, ALIENAÇÃO

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

Diríamos que a cultura realiza um vasto processo de traição à vida, no qual participam, consciente ou inconscientemente, milhares de intelectuais. Denominei 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, matéria e energia, indivíduo e sociedade, etc.

A cultura dissociativa desqualifica a vida presente, dessacraliza-a e sabota seu valor e significado intrínsecos para colocá-la a serviço de valores “espirituais”.

A Educação está infiltrada pela cultura dissociativa.

Não obstante, a evolução da ciência e do pensamento complexo se orienta atualmente para a integração de conceitos que permaneceram separados durante muitos séculos e que deram origem à civilização anti-vida.

Biodanza propõe a Integração Biocêntrica da cultura e seu exercício operacional na Educação.

## 05. IDEOLOGIA E REALIDADE

O singular efeito das ideologias é o de diminuir os níveis de consciência. Uma ideologia é um sistema coerente de ideias organizadas em torno a finalidades rígidas. Poderíamos, portanto, dizer que as pessoas que pensam segundo uma ideologia, em realidade incorporaram um padrão limitado para enfocar o mundo.

O padrão ideológico condiciona a percepção e modula as vivências e emoções. Isto significa que as pessoas que atuam por uma ideologia estão gravemente perturbadas na esfera perceptual, vivencial e afetiva. Mas a ideologia tem, todavia, um efeito mais singular que é a capacidade de bloquear os instintos. Isto significa que, uma vez instalado o padrão de resposta ideológica, os instintos ficam sob o absoluto controle das faculdades voluntárias.

O instinto de solidariedade com a espécie, o instinto sexual e o instinto de conservação, podem ser anulados. Uma ideologia é, portanto, uma espécie de prótese mental estranha à vida, instalada no sistema vivo, mas que não está a serviço da conservação e desenvolvimento deste sistema.

Sob os efeitos da ideologia, o nível de consciência da realidade está diminuído ao máximo. Aderir a uma ideologia é renunciar à própria consciência. É, por assim dizer, um meio de alienação escolhido.

Todas as expressões vitais, como o impulso lúdico, a ternura, a espontaneidade, amor, a criatividade, ficam eliminados do plano de atuação. As pessoas guiadas por uma ideologia política ou religiosa se convertem, biologicamente, em zumbis descerebrados.

Desenhou-se assim, em nossa história, o espectro da decadência e da deterioração.

Em todas as empresas humanas, grandes ou pequenas, aparece a marca da desintegração, do desmoronamento. É como se a energia criadora perdesse pouco a pouco sua força durante seu caminho para a realidade e se extraviasse em um labirinto sem propósitos. O problema tem magnitudes incríveis quando esta queda abarca as instituições, as religiões, a ciência, a psicoterapia, a educação, os meios de comunicação, as ações políticas, etc.

O descrédito atual das ideologias políticas é um sinal desta decadência. O ceticismo frente aos efeitos da liberdade, da qual se aproveitam os tiranos, a propaganda paradoxal sobre Direitos Humanos que ninguém respeita, são outras das expressões grotescas deste estado de coisas.

A era da destruição não fechou seu ciclo. Pelo contrário, há muitos sinais de que se preparam novos genocídios.

Frente a este estado de coisas, os humanistas se veem impotentes. Não creio que os Psicólogos, Antropólogos, Ecólogos e Políticos vivam por igual uma crise de incompetência profissional e humana. O problema é muito mais sério. Consiste em uma crise generalizada de nossa sensibilidade frente à vida e de nosso estilo de enfrentar a existência.

Biodanza propõe um esforço de convergência das energias vitais dispersas em nossa sociedade. Ainda existe a capacidade de sentir amor em meio às frustrações. Há ainda um conteúdo de beleza em nossa época. Experiências criadoras em meio a grandes selvas de cimento. Ternura entre milhares de torturadores institucionalizados, inocência entre os programadores, consciência entre os sonâmbulos. É um quadro contraditório.

Os tiranos e massacradores encontram seus cúmplices entre os chamados “homens decentes”, jornalistas, intelectuais, etc.

Por que Biodanza não poderia recrutar para suas hostes de sobrevivência essas mesmas criaturas abismais que oscilam entre a fascinação do abismo e o magnetismo do amor?

Por que não reunir em um feixe de energia convergente todas as forças vivas e criadoras do mundo, para enfrentar nossos atuais e futuros desafios?

A educação deveria, então, começar atuando mais sobre as vivências e cultivando a afetividade. Os meios de comunicação, revalorizando a vida, a Justiça, a graça, em lugar de dedicar-se à difamação, ao sensacionalismo e à promoção de mercados. Os políticos, lutando por uma melhor distribuição da riqueza, criando novas fontes de trabalho e fomentando a alegria das cidades. Os intelectuais e artistas, realizando a transvalorização da cultura patológica e lutando contra os preconceitos e a discriminação.

Nossas instituições devem ser essencialmente modificadas. Estamos em uma situação de emergência histórica de suma gravidade. Nossos problemas de sobrevivência não podem ser postergados. Qualquer mudança egocêntrica ou biográfica é reductiva. É necessário centrar-se no Grande Bios, no Princípio Nupcial de Vida. A reconstrução social é, no fundo, a reconstrução afetiva.

Nossa estratégia consiste em desenvolver um amplo movimento de “institucionalização” de Biodanza. Estamos certos de que a sociedade atual deve ser transformada e não destruída. Penso que Foucault está marcando uma rota certa devido a sua perspicácia histórica:

*“é preciso que o aparelho do Estado esteja suficientemente intacto para que possa ser utilizado contra os inimigos de classe. (...) o aparelho do Estado deve ser mantido, pelo menos até certo ponto. (...) para fazer funcionar estes aparelhos do estado, que serão ocupados, mas não destruídos, convém apelar para os técnicos e especialistas (burguesia)”*.

Foucault dá muita ênfase à ideia de que o poder não está somente localizado no Aparelho do Estado e que

*“nada mudará na sociedade se os mecanismos de poder que funcionam fora, debaixo, ao lado dos aparelhos do Estado, a um nível muito mais elementar, cotidiano, não forem modificados.”*

José Ângelo Gaiarza analisa as múltiplas formas de controle, vigilância e punição exercidas no lar, no trabalho, na escola, através dos mexericos. Cada indivíduo se torna um agente policial ao serviço do sistema repressivo, vigiando e criticando a vida privada dos outros.

A Institucionalização de Biodanza implica exercê-la em hospitais, escolas, orfanatos, cárceres, universidades, asilos, empresas etc., não para pôr-se ao serviço dos fins próprios de tais instituições, geralmente alienantes, despóticas e repressoras, mas para transformar desde dentro seus modos de atuação.

Por esta razão, a Administração de Biodanza (Associação Latino-americana e filiais em diferentes países) vigiará a “Autonomia” do exercício da disciplina através de professores idôneos, cuidadosamente preparados e não aceitará nunca pertencer ao curriculum ou programa oficial de uma universidade ou instituição estatal ou privada, nas que possam intervir pessoas com outras finalidades.

## 06. POLÍTICA, UM ATO DE AMOR

Quando os políticos estão motivados pelo poder e não pelo amor ao povo, destroem a nação e põem em risco a sobrevivência da espécie humana.

Se os que se dedicam à ação política estivessem enamorados do povo, se estivessem loucos de amor pelas pessoas, suas ações estariam plenas de sentido e tomariam prioridade a saúde, o alimento, a alegria, acima das ações de satisfação egoísta.

Se o político pudesse identificar-se com o sofrimento e a miséria dos explorados, com o desamparo dos humildes, com o martírio e a impotência dos condenados; se pudesse estar desesperado com a situação de seus irmãos, sua ação seria uma torrente de amor, derramada em procedimentos, leis e instituições ao serviço da comunidade.

O político seria um promotor de vida, um criador de felicidade, um defensor da espécie humana.

Este fenômeno ainda não ocorreu, a não ser muito isoladamente. É difícil possuir o poder político e ao mesmo tempo exercer o amor para com o povo. Essa capacidade só seria possível em homens de profundo sentido evolucionário e com a vigorosa decisão de defender os interesses sociais.

A complexidade da administração econômica do governo se simplificaria sob pautas ditas pela defesa da vida.

A política é função de amor e ninguém deveria exercê-la sem capacidade de comunhão com todos os seres humanos.

Qual é o fundamento último da Política?

Para os Estados Totalitários é “a conservação e desenvolvimento do Poder”. Hobbes expressou de maneira categórica: o Poder é o tema fundamental da reflexão política, com indiferença ao modo em que seja exercido e os fins aos quais se aplica.

A tradição totalitária tem origens arcaicas. Muitas civilizações, como a chinesa, a hebreia, a assíria, a romana, tiveram governos tirânicos. Com César Augusto e posteriores imperadores romanos, a função política derivou para o despotismo. Os Reis Absolutistas na Europa, foram a ponte de continuidade para chegar a Stalin, Hitler, Nixon e seus seguidores latino-americanos.

Maquiavel (Século XVI), em “O Príncipe”, conceitualizou o Poder como categoria de valor em si. Hobbes concebe o Poder como algo alheio aos fins. O conceito de Poder Absoluto se cristaliza no Estado Hegeliano, em que a Verdade se impõe a partir do Estado.

Anna Arendt propõe que o pensamento da liberdade é a razão de ser da política. Esta autora se inspira na ideia clássica dos gregos do Século IV a.C., para os quais a liberdade era um conceito político não filosófico. Segundo Anna Arendt, a liberdade é uma forma de ação que se dá na pluralidade do espaço público da palavra e da ação como fruto da criatividade original do ser humano. Esta liberdade, antes que liberdade interna (livre arbítrio), seria “uma capacidade para mover-se, afastar-se de casa, sair para o mundo e encontrar-se com outras pessoas em palavras e ações”. Esta ideia recorda a noção da Polis grega, a cidade, comunidade das pessoas livres... um estado social que dá possibilidades ao desenvolvimento espontâneo das pessoas. A Política, como fonte geradora dessa liberdade, seria completamente oposta à ideia de Soberania e Poder.

Segundo Paulo Freire, é necessário lutar por criar condições econômicas e sociais que permitam uma existência em liberdade. Qual é a liberdade de que dispõe um povo explorado? Que pensar de uma educação que admite o escândalo de um povo silenciado, marginalizado e imerso na passividade? A condição básica de uma democracia é que ninguém seja excluído ou posto à margem da vida nacional.

Wilhelm Reich denuncia como os governos totalitários fascistas e comunistas controlam, através dos aparelhos de repressão do Estado, a vida sexual do povo. Sem dúvida, quando a vida sexual é controlada por um poder externo, o indivíduo fica submetido a esse poder. Anna Arendt, Paulo Freire, Wilhelm Reich e Roger Garaudy integram nossas noções políticas.

De nosso ponto de vista, todas as pessoas, pelo simples fato de viver em comunidade, estão exercendo uma função política. Esta função se torna consciente e toma pleno sentido quando surge no indivíduo a vivência de amor comunitário. Isto impulsiona a realizar esforços convergentes e ações de solidariedade com as pessoas.

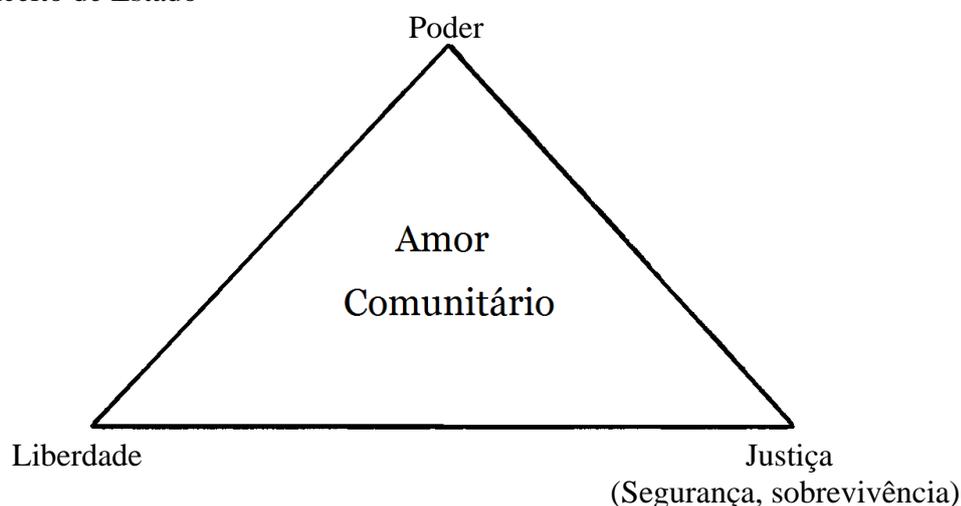
Nosso Pensamento Político se centra nas noções de Governo democrático e regulação das condições sociais para aumentar o gozo de viver, a justiça e a solidariedade.

O processo de evolução interior do indivíduo, implica a expansão de sua influência política, isto é, de sua capacidade de vinculação solidária. A ação política a partir de um processo evolucionário (e não revolucionário) não exclui a agressão como meio de defesa e ataque.

Possivelmente o poder é, como diz Foucault, uma rede de “relações de poder” que vão e vêm em múltiplas direções. Às vezes estas relações vão desde a cúpula até a base e retornam, por um sistema de capilaridade, da base à cúpula. O poder não seria um fenômeno fortemente centralizado, mas uma série de pequenos centros de fluxo e refluxo de relações de poder.

Neste sentido, os indivíduos estariam criando, dentro da comunidade, relações polivalentes de poder político e de crescimento social. Estas relações de poder podem, a nosso modo de ver, ser reforçadas ou transformadas pela presença de indivíduos evolucionários.

Governo: Conceito de Estado



Oriente      China, Japão  
                  Judeus (Salomão)  
                  Caldeus, Assírios  
                  Árabes  
                  Egípcios

Roma    Césares

Imperadores absolutos (Absolutismo) europeus

Hitler, Ditaduras do 3º Mundo

Maquiavel    Annah Arendt  
Hobbes        Michel Foucault  
Hegel  
Nietsche

Caminhar de mãos dadas é um ato político.

Os alunos de Biodanza, diferentemente das pessoas comuns, possuem um instrumento para alcançar a consciência comunitária. A consciência comunitária não provém jamais de uma ideologia, mas da vivência do eros indiferenciado.

Não somos seres atirados, ejetados sobre o mundo. Somos seres arraigados, milenares. A inteligência divina se transmite através de milhões de anos para aflorar em nossa consciência com a memória do eterno.

Somos sobrinhos das flores e avós do vento que as fecunda; somos os pais do mar, os descendentes enlouquecidos das amonitas. Somos, no sonho da terra, crisálidas e larvas por onde capas de água doce deslizam até a primavera. Somos irmãos das estrelas e em abraços eternos voltamos à luz cósmica, os embriões de amor da constelação do centauro. E nosso olho, a espiral infinita.

O contato, a carícia, reiniciam os velhos circuitos esquecidos da inteligência divina, o sentido palpitante da vida. No beijo, na ereção, na penetração deliciosa, enchendo com sua concavidade todos os vazios, as ausências, os abandonos e os abismos de nossa insuficiência. Transformando o Nada no Todo, no coração do universo, teu pênis derramando sêmen na vagina celeste e delicada como um lírio e o gesto de uma criança buscando o seio de sua mãe.

## **07. ASPECTOS SÓCIO-POLÍTICOS**

1. Biodanza se fundamenta em uma meditação histórica e sociocultural do Ser Humano e da Vida.
2. Esta meditação é convergente com a crítica aos valores da cultura contemporânea e às ideologias totalitárias.
3. A mudança profunda dos valores não pode ser conseguida apenas através de doutrinação, devido a que tais valores têm raízes profundas na estrutura afetiva da personalidade.
4. O fracasso das revoluções sociais se deve ao fato de não haver uma mudança intrínseca da atitude da pessoa frente a outra pessoa.
5. A repartição mais justa da riqueza, que libertará a Humanidade da miséria, só será possível quando milhares de pessoas tenham adquirido uma profunda sensibilidade social e humana. A pura ideologia é insuficiente.
6. Não basta liberar o ser humano da miséria econômica. Também é necessário liberá-lo de sua miséria afetiva e sexual, de sua pobreza criativa, de sua incapacidade para desfrutar o prazer de viver.
7. O desejo de viver e ser feliz não é só uma aspiração de ascensão social dentro dos estilos de vida alienados da sociedade de consumo. É, pelo contrário, um dos impulsos mais vitais de todo ser humano e a base mais profunda para uma modificação.
8. Biodanza desenvolve nas pessoas a capacidade afetiva, indispensável para o desenvolvimento comunitário.
9. Somente o espírito fraternal não bastaria; é necessário desenvolver a vitalidade e a capacidade de luta para realizar as mudanças. Biodanza dá, portanto, extrema importância ao desenvolvimento de uma identidade forte e combativa.
10. As transformações sociais somente podem ter êxito a partir da saúde, não da neurose ou do ressentimento. De outra maneira, a mudança social apenas substituirá uma patologia por outra.
11. Biodanza tem uma forte rejeição pelas ideologias idealistas que separam a alma do corpo, e também pelas que praticam a segregação ideológica.
12. As mudanças sociais não podem ser feitas por decreto, mas sim através de pessoas de melhor qualidade.
13. Integrar o indivíduo à sua espécie é uma das finalidades de Biodanza.

14. A experiência histórica demonstra que o dogmatismo e a discriminação ideológica são as principais causas de recesso do progresso social.
15. Biodança se fundamenta nas ciências convencionais da neurofisiologia, psicologia experimental, sociologia e antropologia, e não inclui ideologias políticas, religiosas ou mágicas.

## 08. EROS E TANATOS

Todo o amor que possamos dar é insuficiente para as necessidades de nossa época. Todos os beijos, todas as carícias, todos os sorrisos e seduções, toda a paixão sexual, todos os jogos e encantamentos, toda a ternura é pouca, para nossa época violenta e carente de contato.

*“São necessárias as novas bombas de nêutrons, armas de curto alcance que matam por radiação em uma área limitada. Elimina as pessoas, porém conserva os edifícios. É superior às bombas nucleares convencionais.”*

Dança-amor: fundamento de toda a terapia. Todo corpo que não é acariciado tende a morrer.

*“Estamos construindo anualmente 300 a 400 foguetes nucleares ultramodernos do tipo SS-X-20. Os novos SS têm a vantagem de poderem ser trasladados por transportes pesados para qualquer lugar, para serem utilizados na destruição de cidades completas e postos importantes com todas as suas instalações.”*

Biodança e a Reconquista da Criança Divina.

*“Janeiro de 1977: 75% das crianças chilenas estão desnutridas.”*

A mais subversiva de todas as disciplinas é aquela que se baseia no respeito à vida, na alegria de viver, no direito ao amor e ao contato. Ao praticar estes princípios se chega a desconhecer a autoridade externa, sendo esta de um governo, da violência institucionalizada ou das ideologias políticas e religiosas.

O organismo e insurgente (rebelde).

A sessão de Biodança pode ser pensada como um campo de batalha. Enquanto em outros lugares se caminha para a morte, aqui na sala de Biodança, os seres se encontram com amor e reverência.

Entretanto, em outros lugares, corpos são destruídos com metralhadoras, são queimados com Napalm e são desintegrados por bombas. Aqui, os corpos são acariciados, são incendiados de amor, são reconhecidos no útero da espécie. Filhos do cosmos, são integrados na vivência da totalidade.

Este é um campo de batalha que deve vir a compensar os atos de genocídio empreendidos pelos enfermos de nossa civilização.

Para cada bala que se dispara, deveria dar-se um beijo; por cada criança faminta que morre, deveríamos fazer reviver em nós e nos demais, a **CRIANÇA DIVINA**.

Devemos assumir um amor corporal, um amor integrado; não o “amor social”, abstrato e desencarnado.

Biodança deflagra o amor: projeta-o em ciclos ecológicos germinativos.

*“As carícias em grupo são indecentes e obscenas. É asqueroso tocar um desconhecido.”*

A verdadeira obscenidade é a guerra, a exploração, a tortura, a delação. Ações que nossa civilização tem institucionalizado.

## 09. MEDITAÇÕES SOBRE UMA CULTURA EVOLUCIONÁRIA

Pela primeira vez na história, os seres humanos têm consciência de viver dentro de uma cultura enferma.

A Antropologia Médica sustenta que as doenças do indivíduo não são senão a expressão de uma profunda doença social. Holliday desenvolve a tese de uma Medicina para a sociedade doente e Arthur Jores, em “A Crise da Medicina Atual” afirma a existência de “Doenças da Civilização”.

O estudo etiológico das doenças da civilização ocidental se apresenta como uma tarefa por realizar.

Que teria ocorrido se, em vez de desenvolver a linha de Parmênides, o Ocidente tivesse seguido a linha de Heráclito? Qual seria o destino da Psicologia atual se os pensadores, em vez de desenvolver a linha condutivista de Wundt e o pensamento psicanalítico de Freud, tivesse seguido os desenvolvimentos de Dilthey, pondo seu centro de atenção na vivência ou tivesse orientado sua evolução a partir do pensamento integralista de Von Bergman? São perguntas que nos fazem pensar no forte determinismo histórico que permite a estabilização de certas linhas culturais e de certos valores, a expensas de importantes “pensamentos-forças” que se extinguem frente à envolvente inércia cultural.

Tentei esboçar uma hipótese sobre os fatores etiológicos da patologia histórica da cultura ocidental.

Nossa cultura foi alimentada por 4 grandes vertentes que trouxeram seus valores, suas glórias e seus equívocos:

1. A vertente **Oriental** contribui com os valores anti-vida:

*“A vida é uma ilusão e suas formas não são senão os infinitos véus de Maya. (...) Os desejos e emoções são a fonte de todo sofrimento e há que amortecer as sensações corporais.”*

Este pensamento nega o valor divino da vida real e está cego para perceber o sentido cósmico e criador da existência.

Esta via se cristalizou com a proposta de Buda e o desenvolvimento do Yoga.

2. A vertente **Judaico-Cristã** conseguiu produzir, durante séculos, a castração dos instintos. A violência do Antigo Testamento, a intolerância desta linha cultural face à possibilidade de prazer e do gozo, conseguiu desenvolver magníficos programas de frustração a nível planetário.

Poderíamos simbolizar esta rigidez na figura de Abraão. A ameaça de um Deus terrível pairava sobre os povos que pudessem descobrir a beleza do instinto. A carga de culpabilidade foi transmitida através dos séculos.

3. A vertente **Grega**, com a separação corpo-alma, contribuiu para reforçar a catástrofe antropológica, desencadeada pelas duas linhas culturais anteriores. O surgimento do idealismo platônico gerou seu oposto: o materialismo. A dissociação entre o espírito e a matéria adquiriu forma operatória. A prioridade do mundo das ideias chegou à sua expressão paradigmática no “Cogito, ergo sum”, de Descartes.

4. A vertente **Romana**: o surgimento do poder absoluto e a separação entre senhores e escravos culminou no Estado Romano. Júlio César é o símbolo da visão imperialista e avassaladora que, através dos séculos, culminaria no nazismo de Hitler. Certamente, o modelo de império de origem divina se deu, com séculos de antecedência, no Oriente; mas foi no Foro Romano onde se estruturou o “Direito” que até nossos dias é ensinado nas escolas de jurisprudência.

A extraordinária estabilidade da patologia da cultura se explica porque os sistemas assinados se retroalimentam uns aos outros. Uma análise historiosófica demonstra que a linha orien-

tal não só nega o valor da vida como processo de criação atual que encontra seu sentido em si mesma, mas participa também das patologias das outras três vertentes culturais:

- Repressão sexual,
- Divisão corpo-alma,
- Onipotência e discriminação humana.

A repressão dos impulsos, da linha judaico-cristã, a semelhança da concepção oriental, propõe a renúncia ao “prazer terreno”. O Karma hindu tem, filosoficamente, uma equivalência ao céu e inferno judaico-cristão. Em ambas concepções, a vida é uma passagem para uma existência futura. Ambas separam corpo e alma e estiveram sempre dominadas por uma concepção totalitária e a serviço das classes dominantes.

Os regimes totalitários imperialistas, como disse Reich, exercem a repressão da sexualidade para manter o controle dos povos e aumentar o poder. Regimes totalitários fomentam a dissociação afetivo-prática através da lavagem coletiva do cérebro.

É produzida, assim, uma ultra-estabilidade dos valores culturais reciprocamente retroalimentados. Este “homeostato cultural” integra as instituições e as põe a serviço da conservação da patologia histórica.

### **Transmutação de Valores:**

Viver em relação com os valores vigentes significa fazer o jogo de uma sociedade doentia: de assassinato, tortura, exploração. Chegamos à conclusão de que temos que dizer: Basta! Existem muitas coisas boas (enumeração), mas está podre em suas bases. Alguns elementos saudáveis não mudam a estrutura geral.

Esta civilização chegou a pôr em perigo a integridade do planeta: dois terços da humanidade morrem de fome; um indivíduo com ânsia de poder domina milhões de pessoas.

### **Análise da patologia de nossa civilização:**

Quatro vertentes desencadeiam a patologia:

#### **1. Oriental**

Acrescentou muita sabedoria, arte. Entre toda a sua bagagem de valores está a afirmação de Buda: a vida é uma ilusão gerada pelos infinitos véus de Maya. Através de milhares de Karmas se irá alcançando a perfeição.

Rechaçamos esta afirmação. O valor sagrado da vida tem sentido na vida mesma.

Rechaçamos a filosofia de amortecer os sentidos, os desejos, de não buscar o prazer; a afirmação de que as emoções são a fonte de todo sofrimento.

As pessoas mudaram sua percepção de temporalidade: não importa não viver agora, mas em um futuro karma, reencarnação ou paraíso. A vida é aqui-agora, não um instrumento para alcançar outra vida. Valorizamos a vida com seu valor intrínseco, com seu dom divino.

#### **2. Judaico-Cristã:**

Desta vertente provém a castração da humanidade, a repressão sexual; a tirania sobre a sexualidade das pessoas, de um deus terrível que castiga aos que se entregam aos prazeres da sexualidade.

O Antigo Testamento é um dos livros mais obscenos. Se os A.T. quiseram encontrar a imagem do pai castrador, tinham que representá-lo na pessoa de Jeová. A figura de Abraão tem uma patologia tão incrível que, para satisfazer a divindade castradora, seria capaz de sacrificar seu próprio filho.

Os castigos do inferno estão cuidadosamente descritos.

Machismo e feminismo provêm desta ideologia.

### 3. Cultura Grega

Deu origem à maior catástrofe antropológica que se cristaliza com Platão: a separação corpo-alma, que gera o idealismo platônico e sua contrapartida-alma, o materialismo. A separação corpo-alma tem, como consequência, as doenças psicossomáticas; gera a hipocrisia.

Os seres humanos são uma totalidade. O idealismo nega às pessoas seus desejos, suas emoções, sua animalidade.

Não somos utópicos, mas realistas. O fracasso de todas as ideologias se deve a que eram utopias. Nós radicalizamos: não negamos nem nos envergonhamos de nos assumirmos na totalidade.

A separação corpo e alma é tão doentia como o era em Física a separação de matéria e energia.

### 4. Cultura Romana

A ideia de que pode existir o chefe, de origem divina, e escravos; que se pode dominar os povos e criar grandes impérios, provém de Roma. O imperialismo adquiriu uma legislação que, desde há 2000 anos, é estudada pelos advogados. É a base das leis: leis do imperialismo, do poder. Leis de César, Calígula e Nero.

Como é possível que este miasma se tenha conservado?

Como é possível que esta patologia tenha sido mantida?

Foi possível manter-se porque existe um mecanismo homeostático da cultura, no qual uma patologia se retroalimenta com a outra.

Os pensadores da Índia estiveram sempre a parte do poder, dos Marajás. A religião judaico-cristã esteve sempre a serviço dos reis, dos poderosos; nunca ao lado do povo. Portugueses, espanhóis, franceses, ingleses, tomaram este modelo e o reformularam, adaptando-o às suas próprias exigências.

Se eu fosse um defensor deste sistema e fosse demoníaco, dava dinheiro para aumentar a venda destes quatro produtos:

#### Vertente oriental

“A vida é uma ilusão”  
(Desprezo pela vida)

Albert Schweitzer

#### Cultura grega

Separação corpo-alma

Einstein  
T. de Chardin  
Darwin

### Homeostato Cultural

#### Judeu-Cristianismo

Castração Repressão

W. Reich

#### Cultura romana

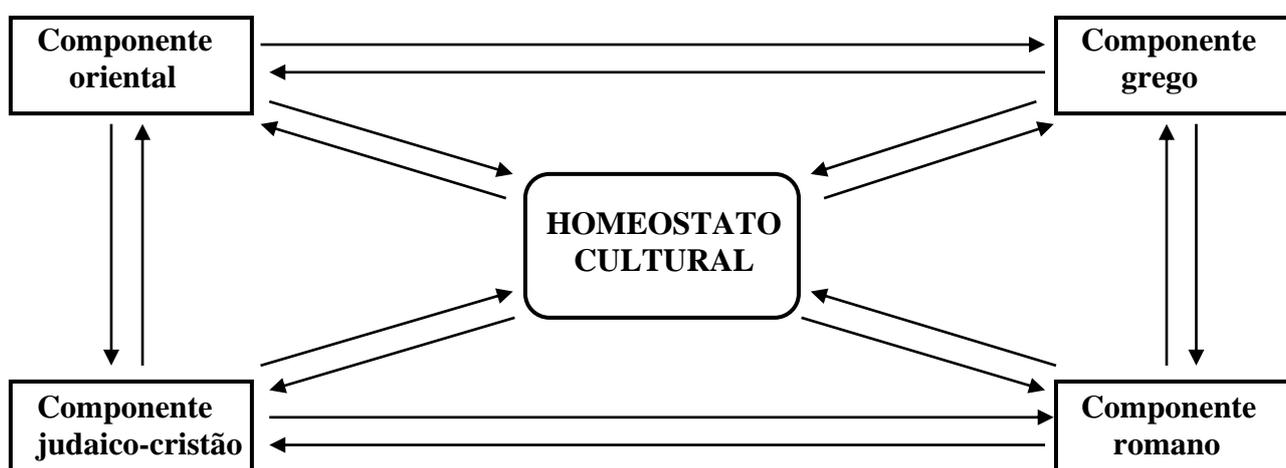
Imperialismo  
Discriminação social

Paulo Freire  
Roger Garaudy

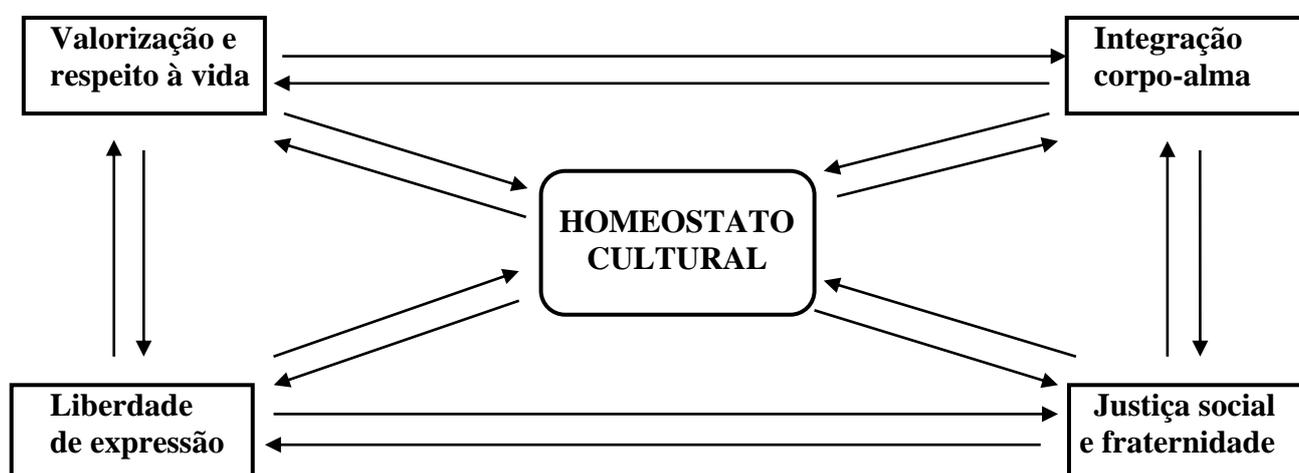
A estratégia de Biodanza consiste em individualizar os pensadores orientados para uma visão integradora do ser humano e para o respeito pela vida.

- Como contrapartida de Abraão, Calígula, Buda, Platão encontramos, entre outros, Albert Schweitzer e Teresa de Calcutá, os quais têm manifestado a reverência pela vida.
- Sigmund Freud e Wilhelm Reich, os quais denunciaram que a patologia cultural produz neurose. Reich foi expulso da Associação Psicanalítica e do Partido Comunista.
- Charles Darwin, que reconheceu nossa conexão com o animal. Darwin foi considerado o *faz-me-rir* de sua época.
- Teilhard de Chardin, que unificou o processo evolutivo desde o mais indiferenciado até o mais diferenciado. Teilhard de Chardin foi rechaçado pela Igreja.
- Paulo Freire, que propõe uma sociedade nova que aumente a consciência.
- Roger Garaudy, que propôs “dançar a vida”; “Projeto Esperança”.

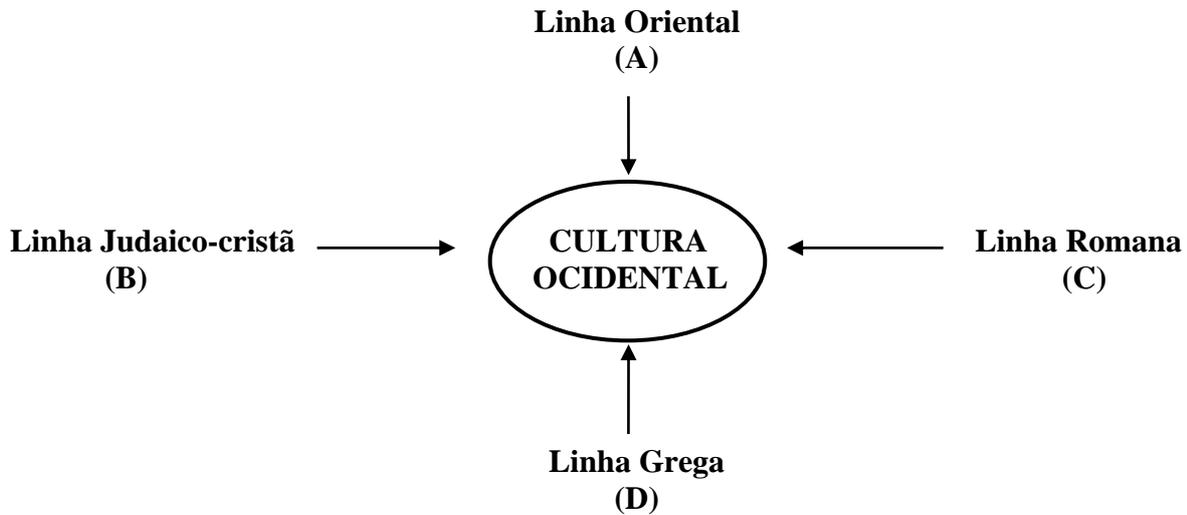
### CULTURA PATOLÓGICA



### CULTURA EVOLUCIONÁRIA



## CULTURA PATOLÓGICA



A - A vida é uma ilusão. Buda. Infinitos véu de Maya.

Patologia: desvalorização essencial da vida (cultura anti-vida)

B - O sexo é pecado. Abraão.

Patologia: repressão sexual (cultura anti-amor)

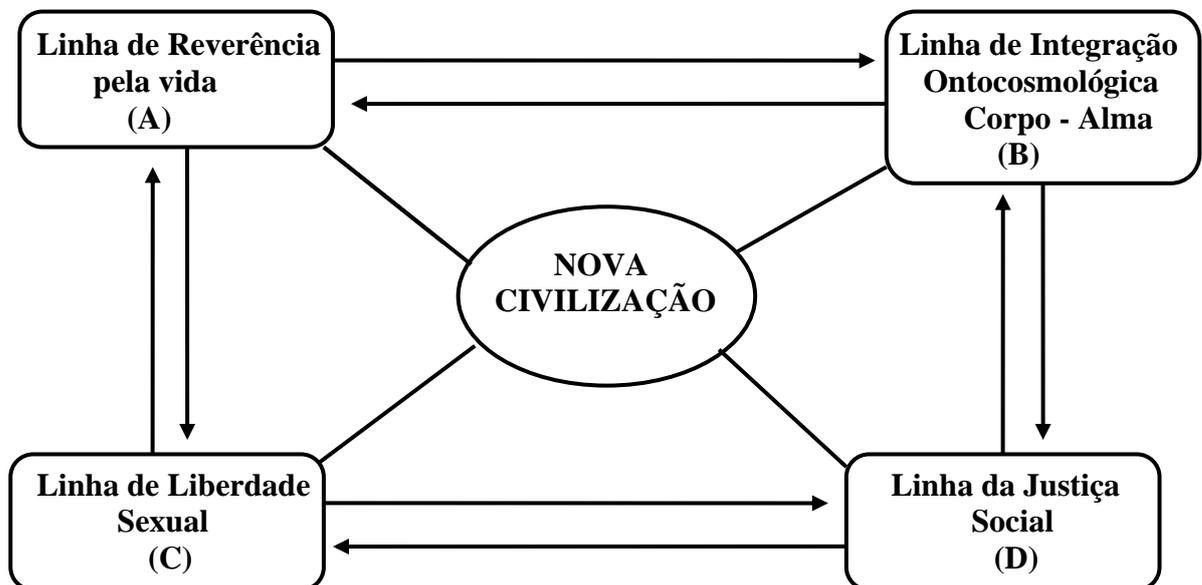
C - Poder absoluto, imperialismo. César.

Patologia: injustiça social e discriminação (cultura da exploração)

D - Separação corpo – alma. Platão.

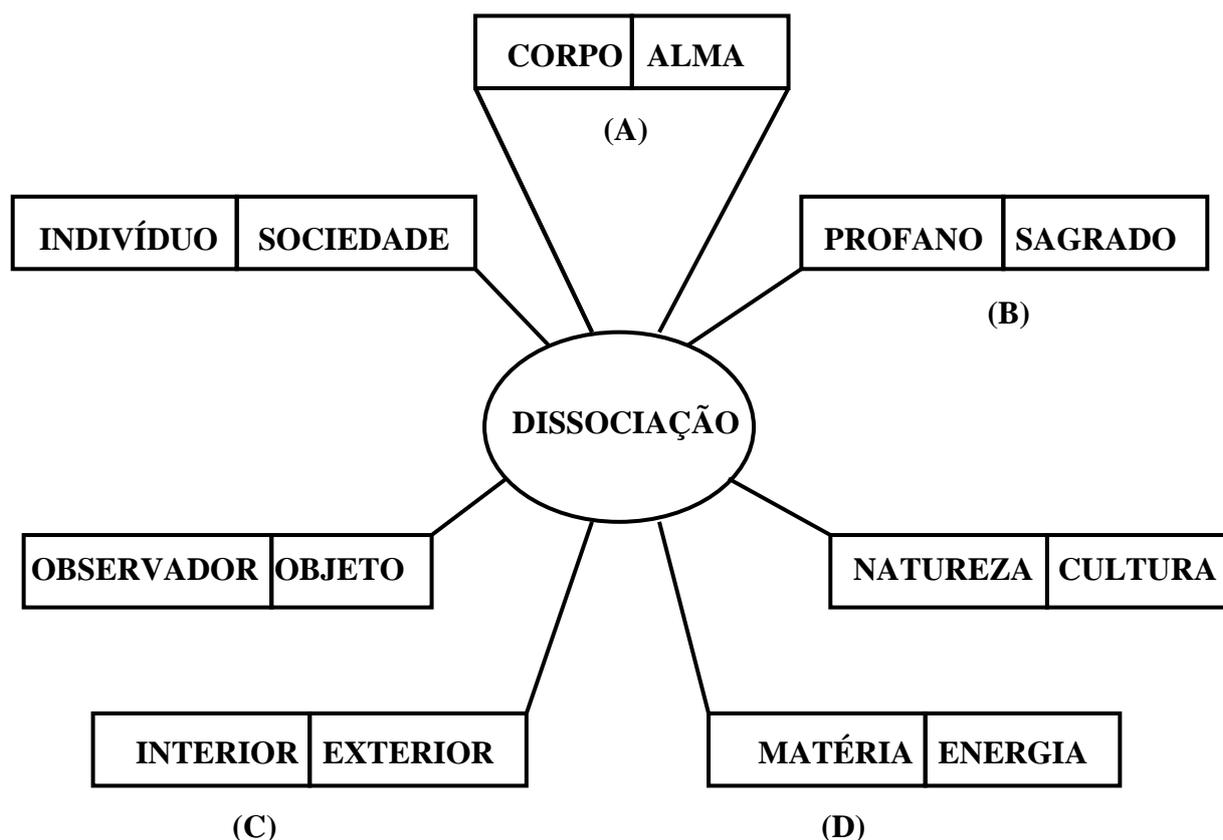
Patologia; dissociação corpo – alma (cultura idealista ou materialista)

## CULTURA EVOLUCIONÁRIA



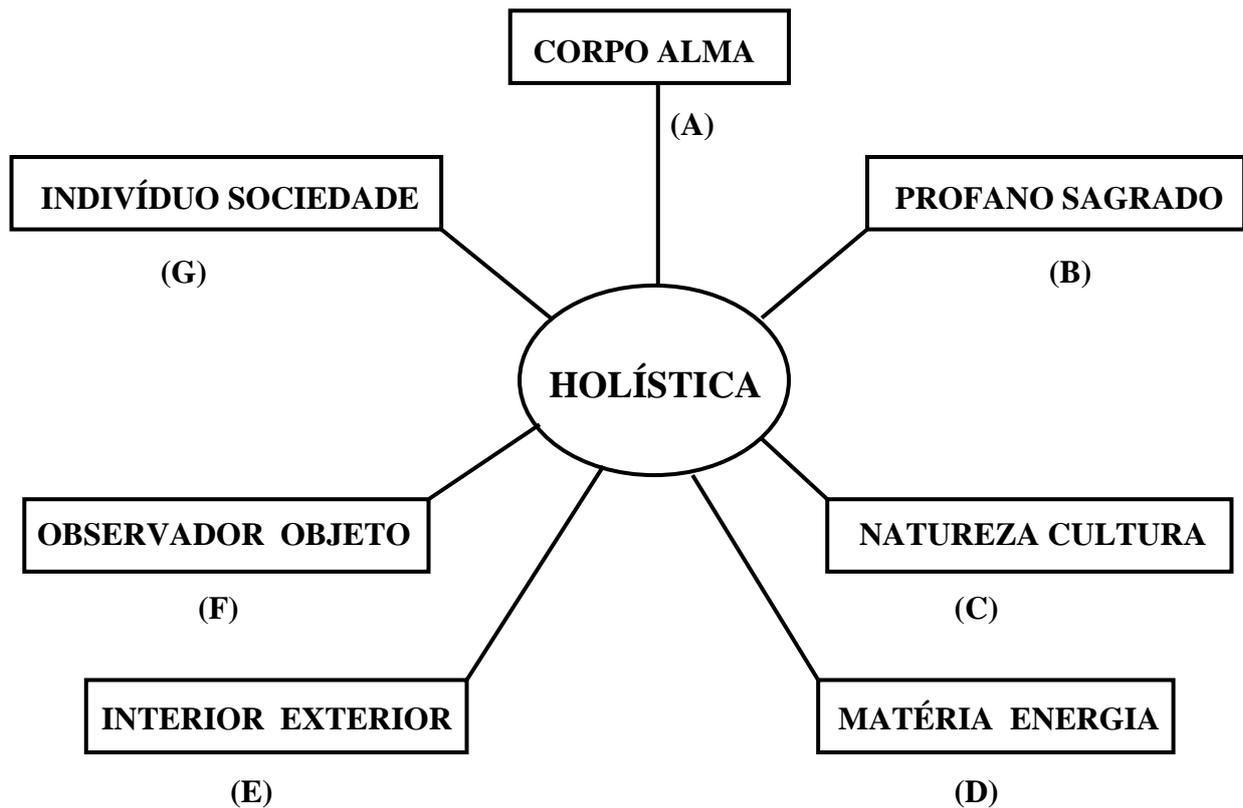
- A - A vida aqui-agora possui um valor intrínseco. A existência tem a qualidade de realidade essencial. A vida é a expressão máxima do sentido do Universo (Albert Schweitzer).
- B - Corpo e alma, matéria e energia são dois aspectos de uma só realidade. O ser humano é uma unidade integrada ao cosmos. Unidade do homem, da vida e do universo são correlativas (Albert Einstein, Teilhard de Chardin).
- C - A sexualidade é um impulso natural e saudável a que todos devem ter acesso. Seu objetivo imediato é o prazer e o encanto da voluptuosidade. O sexo permite o fluxo genético da vida. Cada pessoa tem direito a expressar seus próprios padrões de resposta sexual, sejam hetero, homo ou bissexuais (Wilhelm Reich, D. H. Lawrence, Bertrand Russell, Oscar Wilde, Carl Rogers, Master y Johnson).
- D - O amor comunitário é o fundamento da consciência comunitária. Justiça e liberdade em governos democráticos, sem exploração (Roger Garaudy, Paulo Freire, Marechal Tito, Salvador Allende).

### CULTURA PATOLÓGICA



- A - Platão, Descartes (res extensa e res cogitans), Kant (fenômeno e nómeno), medicina psicossomática
- B - A Igreja e o poder
- C - Jung
- D - Newton

## INTEGRAÇÃO BIOCÊNTRICA



A - Jean Christian Smutz (“Holismo E Evolução”), George Leonard (“O Pulso Silencioso”), Arthur Jores (“O Indivíduo Enfermo”), Edgar Morin (“O Método”), Ludwig Von Bertalanfy (“Teoria Geral dos Sistemas”), Gregory Bateson (“Ecologia da Mente”)

B - Francis Huxley

C - Lutzenberg, Munford

D - Einstein

E - M. Planck

F - W. Heisenberg

G - Martin Heidegger, Tomas Hanna, Jacob Von Uexkull

### 10. BIODANÇA: ESTRATÉGIAS DE AÇÃO EVOLUCIONÁRIA

É hora já de compreender que os problemas do ser humano não comprometem somente a esfera psicológica. Nossos problemas fundamentais são de sobrevivência.

Não é o conflito psíquico o que nos atormenta, mas a impossibilidade real de viver. Os problemas são: o alimento, o lugar ecológico, lugar ecológico, as dificuldades de convivência, a carência sexual, a impossibilidade de transcendência e criação.

A antiga psicologia do ego, centrada na pessoa, será substituída, em breve, por uma medicina que se aplique à sociedade como um todo. Os profissionais da alma se transformarão em doadores de sangue, em corpos de salvamento ou brigadas de oferenda eucarística.

As atuais psicoterapias não só não estão cumprindo com sua tarefa, como se desenvolvem como expressões parasitas do sistema e da administração de empresas. São terapias iatrogênicas.

Temos que propor, de forma definitiva, o estudo dos efeitos colaterais das psicoterapias tradicionais, baseadas no reforço do ego patológico.

O “eu sou eu” é uma proposição obsoleta, surgida das fantasias onipotentes despertadas pelos super-heróis da TV.

Por trás de cada escola de Psicoterapia há uma forma de “Meditação do Homem”. Pois bem: qual é a imagem do Homem em cada uma das Psicoterapias? É o Homem transcendente, criador, voluptuoso, clemente e terno? Evidentemente não. As psicoterapias surgiram da patologia; são uma secreção do pobre Homem acossado, delirante, competitivo, sádico e dissociado.

As atuais psicoterapias enfrentam um mundo de fantasmas, criaturas mascaradas, e buscam nesse fundo canalhesco uma espécie estúpida e degenerada chamada “Homem normal”.

Sem embargo, por trás destas máscaras de espanto se ocultam sempre criaturas iluminadas.

Dentro do contexto social de valores de morte, a condição eterna do Homem é reprimida. Isto significa que, para sobreviver, é necessário ocultar a parte iluminada. Nosso passaporte para a vida cotidiana é o negativo de nossa identidade, as marcas digitais de nossa mão real.

A raiz de nossos conflitos não devem, portanto, ser buscados na história familiar, mas na história do Homem. Temos que compreender que nossa civilização está doente. As fontes históricas de nossa civilização trazem já o gérmen da decadência.

## **11. BIODANÇA: UM CAMINHO TRANSFORMAÇÃO SOCIAL**

Biodanza propõe a transformação social a partir da mudança interna. Não parte de uma ideologia, mas da transformação dos seres humanos que realizarão as mudanças. Preparamo-nos para a celebração da comunidade humana. Sem uma sincera preocupação pelo semelhante, as pessoas trocam uma neurose por outra. Ex.: a Revolução Francesa seguida do terror; a substituição do Xá por um Aiatolá assassino.

Biodança tem, neste momento, o mais alto índice de penetração nos centros de mudança social (Enumeração de Sedes).

Queremos que cada pessoa entre em um processo de consciência do semelhante. Os que fazem Biodança sentem que não podem jamais fazer discriminação social ou segregação racial; que não se pode ser racista, a partir de uma profunda convicção afetiva: “o que acontece a meu irmão, acontece também comigo. Seus problemas são meus problemas”. Não podemos evitá-lo, pelo simples fato de sermos seres ecológicos. Já passou a era da inocência assassina de...

Os conceitos que estamos emitindo chegam a vocês de forma muito cortical. Muitos de vocês devem estar pensando: “enquanto as crianças morrem de fome, enquanto há tortura no mundo, estes se põem a dançar”.

A origem do Bios e da dança.

Dança é movimento pleno de sentido. É a dança da vida. Um movimento pleno de intensidade, em que a pessoa está íntegra neste movimento. Quando uma pessoa salta na praia, quando uma mulher embrala uma criança em seu colo, quando um homem cava na terra; quando dois amigos se abraçam, todos estão dançando. Quando um par faz amor, no êxtase da paixão, estão realizando a mais cósmica das danças eróticas.

Os átomos dançam; as galáxias avançam pelos espaços siderais, em um ritmo sintonizado com a música das esferas, o mar embalando-se de acordo com o ritmo da lua, sua polifonia infinita, são as formas mais profundas da dança cósmica.

No Oriente, Shiva é o deus da dança e das transformações.

No processo de separação corpo-alma, drama que considero a primeira catástrofe da humanidade, começou a decadência do ser humano. Teria que chegar, no século XX, Einstein, para dizer: energia e matéria são uma mesma realidade. Não existe a energia separada da matéria. Assim, não existe o corpo separado da alma.

A filosofia da separação corpo-alma tomou força com Platão. Podia-se, então, massacrar os corpos, jogá-los aos leões. Logo vieram os pregadores e os que açoitavam os corpos desprezíveis para que as almas merecessem o céu. No século XVII se iniciam todas as racionalizações da repressão. Chega Freud, em plena Era Vitoriana. Logo Reich, denunciando a hipocrisia, Bertrand Russell...Master e Johnson... etc.

Podemos dizer que estamos na Era das Psicoterapias corporais, da redescoberta do corpo, da liberação dos corpos.

Muito se tem falado sobre a liberação dos corpos, mas antes de liberá-los é preciso alimentá-los. Milhares de Psicólogos trabalham para liberar os corpos da Classe Média, enquanto milhares de desamparados morrem de fome. O problema da sobrevivência humana é o primeiro problema psicológico. Os Psicólogos dizem: “Esse não é meu problema. Eu tenho que examinar os conflitos inconscientes”.

Temos uma proposta metafórica: “Pão e beijos”. Não só amor, também alimentos.

Quero provocar em vocês uma tremenda confusão.

Qual é o problema de uma criança raquítica?

É a subnutrição, a interrupção do desenvolvimento intelectual. A humilhação, a fome, o trauma, o sofrimento. É um conjunto. Vejam a dicotomização que significaria abordar somente o trauma.

Os valores histórico-culturais de nossa civilização estão putrefatos. Chegou a hora de dizer basta! De parar esse processo com nossa própria vida.

Que autoridade tem esta civilização sobre a vida humana?

São valores anti-vida. Não podemos ficar de joelhos diante de um sistema que massacra milhares de pessoas em nome da “Pátria”. Em El Salvador: 6.000 mortos em um ano; na Argentina: genocídio; Norte-américa, com os massacres e invasões a outros povos, por uma estrutura de poder.

Somos pessoas adultas. Temos que pensar com nossa própria cabeça.

Por isso, não trago para vocês nenhuma ideologia. Quero que vocês se conectem, se sintam felizes ao lado de seu irmão, descubram nele a parte iluminada, se conectem pela parte saudável. Biodanza é um sistema para fazer aflorar a parte maravilhosa que há em cada um.

Pergunta: Temos uma parte boa, mas também uma parte sombria. Que fazemos com ela?

Resposta:

Não reforçamos a parte sombria, como a maioria das terapias, que gostam de remexer o lixo.

Imagine um quarto escuro, com uma luz pequena dentro. Se aumentarmos essa luz, diminui a escuridão.

Se uma pessoa é egoísta, não trabalhamos sobre seu egoísmo, mas reforçamos cada ato de generosidade. Até que ela descubra o prazer de dar. Procura, logo a seguir, o egoísmo e não o encontra.

Imagine uma pessoa discriminadora: não gosto de bobos, nem de chatos, nem de feios, nem de pobres, nem de azuis, nem verdes, etc. Comece a gostar das pessoas, do cheiro de gente; comece a ir aos Hospitais e a dançar com os doentes mentais, desfrutando realmente (não como uma caridade). Sua discriminação desaparecerá.

Biodanza trabalha com a parte saudável, com o pouco que há em cada um de harmonia, de ternura, de criatividade, de erotismo. E isso cresce.

Não exijo de vocês uma sofisticada complicação afetiva, mas que aflore o que vocês têm de alegria, coragem... o que sempre esteve no ser humano, mas que foi deformado pela cultura. Não foram seus pais, que viveram uma vida de frustração, massacrados por seus avós e também eles por seus respectivos pais.

Temos que cortar o fio da história. Os sacerdotes aderiram ao esquema de poder. Tudo se deturpou.

Pergunta: Como conviver com o mundo de fora, quando se vive aqui uma situação paradisíaca, de afeto, que lá fora não existe?

Resposta:

A experiência de Biodanza é uma experiência antecipada do futuro (do ano 2000), do paraíso, do ser humano esplêndido que nascerá quando mudarmos o curso da História. É indispensável que cada um viva o paraíso para que tenha a coragem de lutar por esse mundo.

Quando aparecer a crítica, a fofoca, a agressão, você tem a coragem que dá a convicção.

Os pais também são gente. Também estão carentes e necessitados de amor. Levem a eles afeto verdadeiro.

Deixem os demais viver o amor. Não se metam. Não façam fofoca, nem molestem.

O que vocês têm que fazer é levar harmonia aos que estão mais perto e, a seguir, àqueles que não conhecem. Mas aprendam a amar.

(70% do trabalho de Biodanza é gratuito).

Não apenas abraços e dança! Fazer micro-programas de bem para a comunidade. Fazer bem à família, já é bastante: não criar úlceras nem alergias naqueles que vivem com vocês. A harmonia se transmite e deflagra.

Perguntas e Respostas:

Em que nível de realidade se situa Biodanza ao invocar a comunhão humana?

Será que seu chamamento é um clamor no deserto?

Que significa “ser gentil” diante da palavra Vietnam?

Que significa “olhar nos olhos” diante do holocausto de Camboja?

Que significa “dançar sua vida” diante do genocídio do Chile?

Irmão! Qual é teu nome?

O que são nossos abraços diante das fábricas de Napalm?

Amor, lábios úmidos de desejo, doçura infinita de tua presença. Que significa este momento diante do extermínio e da tortura na Argentina e no Uruguai?

Que significam nossa ilusão, a alegria das brincadeiras nas praças, as crianças que sorriem, os amigos, os antigos e novos amores, diante do apocalipse do Afeganistão?

Netos queridos! ...Que mundo obscuro estamos entregando aos vossos ingênuos olhares! Que significam vocês diante de Hiroshima e Nagasaki?

Que sons têm os Direitos Humanos nos ouvidos dos massacradores de povos?

Nenhum de nós é inocente. Depois de viver meio século de horror não é possível a inocência. Devemos chegar a ser a consciência do mundo. Ou talvez os mentores siderais, as testemunhas de nossa própria doença histórica.

Nosso propósito está formulado: restituir a luz e o amor como padrões de existência.

## 12. FORMAÇÃO DE MINORIAS SUPRACONSCIENTES

O cultivo e o desenvolvimento da supraconsciência é um processo delicado, longo e laborioso. Para que um ser humano chegue a tomar em suas mãos o controle de sua própria evolução, para que alcance um nível de identidade tão alto que lhe permita transformar o mundo em que vive, para converter as forças avassaladoras de seu espírito em energia criadora, para não perder a perspectiva do que é verdadeira evolução, sob as enormes correntes da propaganda, em suma, para permanecer à margem das alienadas estruturas da civilização e ao mesmo tempo contribuir para a libertação da Humanidade, se exigiria um longo e permanente trabalho interior.

Seria ilusório pretender o desenvolvimento da supraconsciência nas grandes massas, onde a maioria não alcançou ainda o nível da consciência. Por isso, creio que os organismos mundiais encarregados da sobrevivência da humanidade deveriam fomentar o desenvolvimento das mino-

rias supra-conscientes. As pessoas que alcançaram por si mesmas um altíssimo nível de consciência estão melhor preparadas para dar o salto para a supraconsciência. Estas minorias supra-conscientes deveriam ocupar logo cargos relacionados com a direção do destino humano. Tem sido uma verdadeira desgraça para a Humanidade que aqueles que têm assumido o poder como chefes de povos tenham sido sempre pessoas pouco evoluídas.

Um Truman, um Johnson ou um Nixon, não têm contribuído para o processo evolucionário da humanidade; tampouco um Stalin, um Krushev ou um Brejnev. Desgraçadamente, a Humanidade é, com frequência, governada por psicopatas. A conjunção em um indivíduo da habilidade para conduzir o poder e alta função supra-consciente é raríssima na história humana. A tal ponto que Maquiavel pode estabelecer a fórmula mágica do poder baseada na anulação de qualquer escrúpulo da consciência. Sem dúvida, se apresenta como uma insubstituível necessidade da sobrevivência da humanidade, conseguir que os chefes de povos sejam homens sábios e supra-conscientes.

A formação de minorias supra-conscientes é uma tarefa que, não por ser difícil, deixa de ser urgente e de uma necessidade crucial.

### 13. O CORPO: EXPRESSÃO SOCIAL

Depois de 25 séculos chegamos à vertente da liberação dos corpos.

Depois de jogar os corpos escravos aos leões no circo romano e de crucificar o corpo do Homem-Deus; depois de flagelar os corpos com chibatas para ganhar o céu, avançando entre as fogueiras humanas da inquisição, entre as infinitas formas de tortura; depois do holocausto de Hiroshima e Nagasaki e da auto-incineração dos monges vietnamitas, chegamos à Idade do Corpo Bem Amado, do hedonismo contemporâneo, das massagens e psicoterapias corporais.

Nesse momento, a preocupação está centrada na “liberação dos corpos”, liberação da repressão sexual, do pranto, do grito, das tensões caracterológicas denunciadas por Reich.

Contudo, é necessário pôr as coisas em ordem. Somos uma espécie que caminha em direção ao abismo. Antes da liberação, é urgente alimentar os corpos. Antes da psicoterapia, é necessária a sobrevivência.

É neste ponto onde os corpos são uma expressão social, em que a esquizofrenia e o raquitismo pertencem a um mesmo corpo, em que a carência sexual e a carência de alimentos formam parte de uma só problemática. Qual é o problema de uma criança raquítica? A deformação dos corpos, a inchação do ventre, a infiltração do plasma nas articulações, a solidão, o desamparo, a humilhação? É necessário reformular as técnicas de assistência. O primeiro problema da Psiquiatria é como alimentar milhões de famintos. Depois, a liberação dos corpos.

Na busca do poder, as pessoas deixam de ser nutridas. Biodança é um sistema de nutrição absoluta. Você se alimenta do cosmos, do amor dos outros e dos frutos da terra. Pão e beijo são os instrumentos de troca.

O corpo é o resultado de uma postura existencial: uma gama de palimpsesto (\*) com sucessivas gravações e modificações. O que a sociedade fez desse corpo? O que a sociedade fez do corpo desse operário com as costas encurvadas, com as mãos endurecidas, com a boca apertada, com o sexo impotente? Onde começa a humilhação e onde termina? Onde sua impotência sexual não é a impotência de toda a sua vida? Onde a cifose (\*\*(\*\*) dorsal não é identidade massacrada? O que fez a sociedade do corpo da prostituta e o que fez a sociedade do corpo do soldado?

Como se constrói o corpo maníaco de um fascista, o corpo depressivo dos homens formigas ou o corpo enfartado do explorador? Não somos por acaso a resposta macabra a um mundo sem piedade? Não somos a garra, a couraça, os olhos convertidos em punhais, o sexo, um pis-

---

\* Palimpsesto - Manuscrito em pergaminho, raspado por copistas e polido com marfim para permitir nova escrita, sob a qual modernamente se tem conseguido avivar os antigos caracteres.

\*\* Cifose - Curvatura da coluna vertebral de convexidade posterior.

tom, a parte de uma máquina que se insere a contratempo no vazio da noite masturbatória. O que fez a sociedade com os seios que não amamentam, com as bocas sem dentes? O que fez com os nossos passos feitos para caminhar em busca do irmão e que avançam sigilosos como os passos de um caçador? O que fez a sociedade com os nossos pobres cérebros delirantes? Não foram os nossos pais aqueles que geraram o trauma, o vício do abandono, a esquizofrenia? É a herança histórica de uma patologia da qual, pela primeira vez, temos consciência. Somos a expressão grotesca de nossos valores culturais.

Devemos renascer em corpo ardente e pleno amor, em harmonia, na majestade do sexo, no ímpeto do salto e na fraternidade do abraço. Somente cortando o fio histórico e começando de novo, do fundo de nós mesmos.

O processo evolutivo do ser humano tem que começar com a etapa de sobrevivência, prosseguir com a de liberação, para culminar com a felicidade amorosa e criativa.

O que caracteriza a Biodança como um sistema de Psicoterapia Social e Educação, é que se baseia em uma nova percepção do ser humano e não em mais uma ideologia relativa ao ser humano.

A dimensão sociológica de Biodança tem início em um comovedor e profundo sentimento de fraternidade e não em uma ideologia humanista. É a ativação dos núcleos inatos de vinculação que permite uma modificação social em profundidade. As chamadas “mudanças sociais de fundo”, baseadas na luta política, são mudanças externas nos quais as pessoas são os grandes ausentes. Assim têm demonstrado os regimes totalitários. Substitui-se uma classe por outra.

Os etólogos e sociólogos clássicos falaram de um “instinto gregário”. Indubitavelmente existe um fator instintivo de coesão entre as espécies, vinculado à sobrevivência. Von Uexkull propôs, genialmente, a ideia de que a espécie é o organismo e o indivíduo é o órgão. A tal profundidade concebeu os laços de vinculação biológica entre os membros da espécie. Atualmente sabemos que esta vinculação “invisível” transcende a espécie e que estamos, essencial e ineludivelmente, vinculados pelo processo da vida a todo o universo.

Pois bem. Estas considerações ecológicas, biológicas e antropológicas, só confirmam um fato: a vinculação inter-humana é uma função biocósmica. O ser humano, submetido a um processo de desenvolvimento histórico-cultural, dentro do qual nasce e cresce, experimenta a mais violenta deformação destes impulsos de afinidade natural por sua própria espécie. A patologia de nossa cultura insiste, através de seus meios de comunicação e suas instituições, no desenvolvimento de atitudes aristocráticas de segregação, rechaço, agressão e exploração de outras pessoas.

A cultura está estruturada sobre um esquema de poder e se caracterizaria, aproximadamente, com o que Michael Chance (1974) chama “Sociedade Agonística”: um modo de agrupação zoológica baseada na tensão e no medo provocado pela emergência do macho mais forte, sedimentando-se o grupo em torno de papéis e hierarquias de poder, mantendo uma permanente vigilância frente a situações de perigo, em que as únicas respostas possíveis são a luta, a fuga ou a evitação. Chance opõe a este modo de agrupação social agonística, a chamada “Sociedade Hedônica”, em que a tensão entre os indivíduos está constantemente diminuída pelo contato: beijos, carícias, abraços. A forma agonística foi observada entre os macacos japoneses, javaneses e Rhesus. E a forma hedônica, entre os grandes símios: chimpanzé e gorila. Se extrapolarmos estas categorias etológicas ao plano humano, poderíamos comparar os governos totalitários com a sociedade Agonística e se poderia encontrar uma hipótese evolucionista para explicar o apocalipse atual: o ser humano teria deslizado, através de sua evolução, pela linha agonística, levando esses modos de relacionamento agressivo até suas últimas consequências.

O nó de nossa problemática social estaria em modificar nosso esquema de vida agonística e transformá-lo, progressivamente, em um estilo hedônico ou, pelo menos, introduzir no esquema agonístico o elemento fundamental capaz de diminuir a tensão inter-humana: o contato, a carícia, a função lúcida de oferecer continente ao outro.

Pois bem. Esta mudança não pode ser somente ideológica. Consistiria em ativar os núcleos inatos, biológicos, instintivos e emocionais do contato corporal.

A transformação social, portanto, vista pela Biodança, compreenderia, por um lado, a ativação hipotalâmica das vivências de contato e afetividade e, por outro, a demolição dos tabus sexuais, políticos, religiosos e psiquiátricos.

A demolição dos tabus sexuais começou com Freud, tomou força nas concepções de Wilhelm Reich e se expandiu através de pensadores contemporâneos, tais como Aldous Huxley, Bertrand Russell, Herbert Marcuse, Michel Foucault, Ronald Laing, Carl Rogers e escritores como D.H. Lawrence, Henry Miller, Allen Ginsberg, Violette Ledouc, Jean Gennet. É curioso que os sexólogos acrescentaram muito pouco à queda dos tabus sexuais•

Embora o processo de demolição dos tabus sexuais recém se inicie, a erosão das ideologias políticas é também um fato histórico que pode ser detectado sociologicamente.

O desencanto dos ideais de mudança social através da política é um processo em expansão. São poucas as pessoas inteligentes e informadas que atualmente conservam as consignas do totalitarismo ou das chamadas democracias burguesas. A revolução fascista mostrou sua cara ante os fornos crematórios instaurados por Hitler.

Em vários países da América e da África, delinquentes institucionalizados governam os povos com mãos ensanguentadas. Na atualidade, nenhuma pessoa íntegra simpatiza com o terrorismo institucionalizado. O totalitarismo mostrou também seu rosto sinistro na burocracia assassina de Stalin e na violência exercida contra o pensamento criador. As democracias mostraram sua cara no Vietnã e na exploração, aberta ou dissimulada, dos países dependentes.

Em nossa concepção, nos negamos a ver diferença substancial entre estes três grandes sistemas. Nossa política consiste em começar de novo, com honradez, ativando nossos potenciais inatos de vinculação hominizante. Começar de novo, curando nossa própria e estúpida malignidade e aprendendo as lições da história.

Um programa de mudança social poderia se resumir nos seguintes pontos:

1. Introduzir em nosso estilo de vida agonista, elementos de contato que restabeleçam os núcleos inatos de vinculação.
2. Demolição dos tabus sexuais, políticos, religiosos e psiquiátricos.
3. Revinculação vitalizadora com a natureza e participação na luta ecológica.
4. Ajuda ativa às minorias etnográficas (índios), aos grandes setores sociais vítimas de exploração e aos grupos marginalizados e discriminados.
5. Luta decidida pelos Direitos Humanos.
6. Unificação de todas as forças econômicas, sociais, políticas e científicas em torno da desalienação.

## **14. BIODANÇA E AÇÃO SOCIAL**

O que caracteriza a Biodança como um sistema de Psicoterapia Social e Educação, é que se baseia em uma nova percepção do homem e não em mais uma ideologia sobre o homem.

A dimensão sociológica de Biodanza se inicia em um comovedor e profundo sentimento de fraternidade e não em uma ideologia humanista. É a ativação dos núcleos inatos de vinculação, o que permite uma mudança social em profundidade. As chamadas “mudanças sociais de fundo”, baseados na luta política, são mudanças externas nas quais as pessoas são as grandes ausentes. Assim têm demonstrado os regimes totalitários. Muda-se uma classe por outra.

Os etólogos e sociólogos clássicos falaram de um “instinto gregário”. Sem dúvida, existe um fator instintivo de coesão entre as espécies, vinculado à sobrevivência. Von Uexkull propôs, genialmente, a ideia de que a espécie é o organismo e o indivíduo é o órgão. A tal profundidade concebeu os laços de vinculação biológica entre os membros da espécie. Atualmente sabemos que esta vinculação “invisível” transcende a espécie e que estamos, essencial e ineludivelmente, vinculados, pelo processo da vida, a todo o universo.

Pois bem. Estas considerações etológicas, biológicas e antropológicas, só confirmam um fato: a vinculação inter-humana é uma função biocósmica. O ser humano, submetido a um processo de desenvolvimento histórico-cultural, dentro do qual nasce e cresce, sofre a mais violenta deformação destes impulsos de afinidade natural por sua própria espécie. A patologia de nossa cultura insiste, através de seus meios de comunicação e suas instituições, no desenvolvimento de atitudes aristocráticas de segregação, rechaço, agressão e exploração de outras pessoas.

A cultura está estruturada sobre um esquema de poder e se caracterizaria aproximadamente, com o que Chance chama Sociedade Agonística: um modo de agrupação zoológica baseada na tensão e no medo provocados pela emergência do macho mais forte, sedimentando-se o grupo em torno de papéis e hierarquias de poder, mantendo uma permanente vigilância frente a situações de perigo, em que as únicas respostas possíveis são a luta, a fuga ou a evitação. Chance opõe a este modo de agrupação social agonística, a chamada Sociedade Hedônica, em que a tensão entre os indivíduos está constantemente diminuída pelo contato: beijos, carícias, abraços. A forma agonística foi observada nos macacos japoneses, javaneses e Rhesus. E a forma hedônica, nos grandes símios: chimpanzé e gorila. Se extrapolamos estas categorias etológicas ao plano humano, poderíamos comparar os governos totalitários com a sociedade Agonística e se poderia encontrar uma hipótese evolucionista para explicar o apocalipse atual: o ser humano haveria deslizado, através de sua evolução, pela linha agonística, levando esses modos de relacionamento agressivo até suas últimas consequências.

O nó de nossa problemática social estaria em modificar nosso esquema de vida agonística e transformá-lo, progressivamente, em um estilo hedônico ou, pelo menos, introduzir no esquema agonístico o elemento fundamental capaz de diminuir a tensão inter-humana: o contato, a carícia, a função lúcida de proporcionar continente ao outro.

Pois bem. Esta mudança não pode ser só ideológica. Seria necessário ativar os núcleos inatos, biológicos, instintivos e emocionais do contato corporal.

A transformação social, portanto, vista pela Biodanza, compreenderia, por uma parte, a ativação hipotalâmica das vivências de contato e afetividade e, por outra, a demolição dos tabus sexuais, políticos, religiosos e psiquiátricos.

A demolição dos tabus sexuais começou com Freud, tomou força nas concepções de Wilhelm Reich e se expandiu através de pensadores contemporâneos, tais como Aldous Huxley, Bertrand Russell, Herbert Marcuse, Michel Foucault, Ronald Laing, Carl Rogers e escritores como D.H. Lawrence, Henry Miller, Allen Ginsberg, Violette Ledouc, Jean Gennet. É curioso que os sexólogos tenham contribuído muito pouco para a queda dos tabus sexuais.

Embora o processo de demolição dos tabus sexuais recém se inicie, a erosão das ideologias políticas é também um fato histórico que pode ser detectado sociologicamente.

O desencanto dos ideais de mudança social através da política é um processo em expansão. São poucas as pessoas inteligentes e informadas que atualmente assumem as consignas do totalitarismo ou das chamadas democracias burguesas. A revolução fascista mostrou sua face ante os fornos crematórios instaurados por Hitler.

Em vários países de América e África delinquentes institucionalizados governam os povos com mãos ensanguentadas. Na atualidade, nenhuma pessoa íntegra simpatiza com o terrorismo institucionalizado. O totalitarismo mostrou também seu rosto sinistro na burocracia assassina de Stalin e na violência exercida contra o pensamento criador. As democracias mostraram sua face no Vietnã e na exploração, aberta ou dissimulada, dos países dependentes.

Em nossa concepção, nos negamos a ver diferença substancial entre estes três grandes sistemas. Nossa política consiste em começar de novo, com honradez, ativando nossos potenciais inatos de vinculação hominizante. Começar de novo, curando nossa própria e estúpida malignidade e aprendendo as lições da história.

Um programa de mudança social poderia resumir-se nos seguintes pontos:

1. Introduzir em nosso estilo de vida agonista, elementos de contato, que restabeleçam os núcleos inatos de vinculação.
2. Demolição dos tabus sexuais, políticos, religiosos e psiquiátricos.
3. Revinculação vitalizadora com a natureza e participação na luta ecológica.
4. Ajuda ativa às minorias etnográficas (índios), aos grandes setores sociais vítimas de exploração e aos grupos marginalizados e discriminados.
5. Luta decidida pelos Direitos Humanos.
6. Unificação de todas as forças econômicas, sociais, políticas e científicas em torno da desalienação.

## Capítulo III - ESTILOS DE VIVER E DE ADOECER

### 01. ESTILOS DE VIVER E DE ADOECER

Está delineada a seguinte proposta: “diga-me como vives e te direi de que vais morrer”. Um delineamento melancólico. Isto é, o estilo de vida das pessoas determina processos mórbidos. De um modo mais otimista poderíamos dizer: “diga-me como vives e te direi quanta saúde e plenitude vais ter”.

Foi o Dr. Arthur Jores quem estabeleceu o conceito de “Enfermidades de Civilização”. A enfermidade não afeta os indivíduos como entes isolados. A sociedade é vítima de uma patologia. Jores fez uma lista das enfermidades existentes e registrou 2.000. Destas, somente 500 são comuns ao ser humano e ao animal. Isto é, temos que pagar o privilégio de sermos seres humanos com 1.500 enfermidades. As enfermidades comuns ao ser humano e ao animal são:

- Carenciais: produzidas por falta de algum alimento (desnutrição, desidratação, etc.)
- Traumáticas: quedas, acidentes
- Produzidas: por micróbios, vírus ou parasitas

Mesmo estas têm relação com o estilo de vida.

Entre as 1.500 enfermidades próprias do ser humano se encontram: doenças mentais, neuroses (histeria, depressão, neurose de angústia, obsessão), psicoses, diversas formas de esquizofrenia, doenças produzidas por tóxicos. Toda a imensa gama de doenças psicossomáticas. Doenças dermatológicas de origem funcional: úlceras, varizes, obesidade, hemicranias, cólon espástico, espasmos esofágicos, etc.

A OMS determinou que a tarefa mais importante da Medicina não é tanto curativa como preventiva. A Medicina do ano 2.000 é psicoprofilática. Atualmente, a Medicina atua quando o Sintoma aflora, floresce, plenamente desenvolvido (as verbas destinadas a profilaxia são mínimas. O lucro máximo de um país é alimentar e cuidar da saúde das crianças).

A maior parte de nossas doenças provêm da violência de nossas emoções. Quando uma pessoa sofre de úlcera, pensa que está doente do estômago. O mais terrível é que a grande maioria dos gastroenterólogos pensa o mesmo. É uma terapia baseada na sintomatologia e não nas causas.

Neste momento, as doenças cardiovasculares são a segunda causa de morte no mundo. A tecnologia atual está voltada para as máquinas de diagnóstico, para curas por cateterismo, transplantes de veias. Mas a angústia, o “estresse”... O médico é um sábio em órgãos e um ignorante em seres humanos.

Faço um chamado aos médicos para entrar na concepção da Antropologia...

No centro do cérebro existe uma região chamada límbico-hipotalâmica, onde se concentram os circuitos relacionados com as emoções. O córtex, que está fora (pensador, racional) tem por função inibir, frear, os centros de expansão límbico-hipotalâmicos. A região límbico-hipotalâmica regula as funções viscerais. Raiva, medo, depressão, amor, afetividade, harmonia, produzem diferentes ritmos no peristaltismo intestinal.

Quando o coração está feliz em um abraço de amor, a onda cardíaca tem uma harmonia perfeita. O coração solitário tem...

Tudo isto pode ser medido pela sutil tecnologia dos especialistas em cardiologia.

Não só nossas emoções determinam o funcionamento de nossos órgãos. As pessoas têm tal influência em nós, que se instalam em nossos órgãos, dando-lhes vida ou enfermando-os.

Lopez Ibor descreveu o caso de um paciente cuja sogra se entremetia na sua vida matrimonial. Sofria dores no fígado. Examinando, viu que tinha vasoconstrição. Conversando com ele, soube que o que mais o perturbava eram as críticas constantes e intromissão de sua sogra. Recomendou a ele que alugasse um apartamento. Em pouco tempo, os vasos sanguíneos se normalizaram. Isto é, as raivas que ele padecia produziam vasoconstrição dos vasos do fígado. Eliminado o fator...

Alguns maridos produzem alergia em suas mulheres.

Algumas mulheres produzem taquicardia em seus maridos.

Alguns noivos produzem dor de cabeça.

Uma senhora tinha hemorragia na parede do útero por medo do marido. Cada vez que ele a repreendia, ela começava de imediato a sangrar.

Cada um de vocês exerce sobre os outros uma influência que pode melhorar o enfermo de quem se acercam.

Outros investigadores aprofundaram esta investigação. Ex.: experiência de pomba solitária e com pombo em outra jaula, próxima. Ovulação da pomba.

Certas pessoas, apenas por sua presença, estimulam os ovários, o útero ou os testículos. Um só olhar pode produzir uma felicidade imensa e todo o organismo começa a funcionar bem. O grande investigador D.J. Ajuriaguerra colocou aparelhos de medida em diferentes músculos. Logo, fazia várias pessoas se aproximarem. Viu que algumas, só pela presença, relaxavam músculos e produziam paz e harmonia. E outras, por outro lado, produziam tensão.

A presença pode ter uma função ecológica, que renove a vida, ou uma função tóxica, que lentamente envenena e mata. Exs.: homem a quem sua mulher fazia sofrer. Aos 37 anos teve seu primeiro infarto. Separou-se e seu coração começou a funcionar normalmente. Outros: mulher que se separou de seu marido porque era alcoolista e ele deixou de beber. Casal de alcoolistas, se separam. Estão sãos e felizes com seus novos pares.

Biodanza se propõe a melhorar a vinculação das pessoas.

Poderíamos resumir com o conceito de Binswanger: quando uma pessoa adocece, não está mal de um órgão, mas é sua existência que está doente. Ele falou de doenças da existência. Ex.: quando um homem apresenta uma síndrome de impotência, não são seus órgãos sexuais que estão doentes. Se o médico examina, verá que é sua vida inteira que está impotente. Se uma mulher está frígida, é porque sua existência inteira está sem sabor. Não desfruta de nada.

Doença é a fofoca, a carência de amor, a injustiça, a fome. Não alcançou o primeiro nível: de sobrevivência.

Os problemas são da sociedade, não tanto dos indivíduos. O que está doente são os valores da cultura.

(Chamamento a um esforço comunitário, a vincular-se, a melhorar as relações, a eliminar as toxicomanias).

Não sou apocalíptico. Se eu fosse, já teria me suicidado.

Mas a situação não pode ser mais grave. Vocês são a esperança. Não como um partido político, mas como uma grande família, como mentores da espécie humana. Quero fazer-lhes um chamado a unir-se.

(Biodanza em diferentes países e cidades: A família de Biodanza cresce e se torna poderosa). Enumeração de áreas de aplicação.

Pessoas que sofreram dores morais, carência de amor, todas elas estão começando a aglutinar-se.

Biodanza parte de um princípio Biocêntrico e não Egocêntrico. Para não somente resolver os problemas pessoais, mas lutar pela vida.

## **02. UMA TERAPIA PARA “DOENTES DE CIVILIZAÇÃO”**

Arthur Jores, o famoso inovador da Medicina Psicossomática, ao fazer um levantamento do número de doenças existentes, relacionou, num Catálogo de Patologia Geral, por volta de duas mil enfermidades.

Destas, apenas quinhentas são comuns ao ser humano e aos animais. Neste grupo estão as de origem traumática, as doenças virógenas, as microbianas, as parasitárias e as carenciais.

As mil e quinhentas restantes são “exclusivamente humanas” e constituem o preço que devemos pagar pelos nossos modos alienados de vida. Jores denominou-as “enfermidades de civilização”.

Nesta categoria incluem-se:

- as neuroses (depressão, histeria, obsessão, neurose de angústia);
- as psicoses (especialmente as esquizofrenias, a mania depressiva, as psicoses tóxicas);
- as psicopatias;
- as chamadas doenças psicossomáticas (asma de origem funcional, alergias respiratórias), bronquite de fumante;
- disfunções graves do aparelho digestivo (úlcera gástrica, cólon espástico, colite ulcerosa);
- doenças cardíacas e circulatórias (hipertensão, varizes, enfarto);
- transtornos endócrinos;
- desequilíbrios de termorregulação;
- doenças articulares, renais e hepáticas;
- alterações da resposta sexual (impotência, frigidez);
- síndromes neurológicas (nevrite, hemicrania, enxaqueca);
- alterações da percepção sensorial e da motricidade (cansaço crônico, rigidez muscular, etc.).

Este panorama, breve e incompleto, leva-nos a compreender, contudo, até que ponto o processo da civilização parece evoluir paralelamente ao do aniquilamento da vida.

#### • “Estilos de Viver” e “Estilos de Adoecer”

Lopez Ibor assinalou a existência de uma correlação estrita entre “estilos de viver” e “estilos de adoecer”. Fazendo a fenomenologia do estilo de vida de um indivíduo, pode-se obter um diagnóstico e um prognóstico de sua patologia. Esta visão psicoantropológica da medicina poderia resumir-se no seguinte postulado: “Diga-me como vives que te direi que doença terás”. Assim, por exemplo, não é difícil prognosticar uma cardiopatia para o indivíduo que vive apressado, ou uma úlcera gástrica para o competitivo em busca de êxito. A Biodança pretende, em sua primeira etapa, restaurar uma atitude de vida mais serena e inocente, de modo que o praticante recupere seu equilíbrio neurofisiológico básico, reaprenda seu “tempo interior”, reabilite sua digestão e sua respiração, adquira movimentos mais relaxados, aprenda a dormir e descubra como ter relações sexuais felizes.

É muito importante, na Biodança, partir de uma tomada de consciência das patologias que os nossos estilos de vida encobrem. Neste sentido, a Biodança também é uma Pedagogia de Vida. É útil recordar aqui em termos de Ortega e Gasset: “Primeiro, e antes de mais nada, sejamos um bom animal”.

#### • Doenças da Existência

Ludwig Binswanger, um dos criadores da Psicanálise existencial, abordou, com grande visão, as chamadas “doenças da existência”. “O indivíduo desvinculado está gravemente enfermo”, afirmou. O homem não só possui determinados órgãos doentes: toda a sua existência é um padecimento, se não puder “abrir-se” à conexão com a natureza que o rodeia, se não puder vincular-se com o próximo e consigo mesmo.

Karl Jaspers descreveu com profundidade filosófica as formas de comunicação existencial e sua patologia.

#### • Atuar sobre a Parte Sã

As psicoterapias tradicionais desenvolveram-se a partir do interesse pelos sintomas. Tentam descrever e analisar a parte enferma. A Psiquiatria não se propôs seriamente curar o enfermo, estimulando suas fontes de saúde.

Trabalhando com a sombra só se consegue aumentar a escuridão. Por isso, muitas psicoterapias tornam-se “iatrogênicas”.

A Biodança trabalha com a parte sadia do enfermo, com seus esboços de criatividade, com seus restos de entusiasmo, com sua oprimida mas viva necessidade de amor, com suas ocultas capacidades de expressão, com sua sinceridade.

A Biodança é movida por uma espécie de “vontade de luz para iluminar as trevas insistentes” (Arthaud).

Se é possível fazer crescer a parte luminosa e saudável de um doente, a parte escura (os sintomas) tende a desaparecer. Diante das queixas do paciente, da sua depressão e angústia, o terapeuta vai suspender comentários e interpretações. Simplesmente o convida a dançar.

A vida humana é calor e música; algo magnético em busca de contato. Arthaud referia-se a isso, comentando a cosmovisão dos índios mexicanos: “para eles, a vida é uma fogueira estrepitosa, isto é, um fogo que soa; e as ressonâncias do viver alcançam todos os níveis do diapásão”. Não é uma proposta magnífica para aqueles que vão em busca das fontes da Musicoterapia e da Biodança?

Novalis, místico poeta alemão, anunciou, por seu lado, a possibilidade de uma verdadeira “sociologia musical”. O homem possuiria todas as harmonias e sons do universo, mas atualmente vive sob a pressão da estridência. Perdemos a harmonia: somos seres angustiados. Despertar para o “homem musical” que jaz no fundo de cada criatura, seria o programa para o futuro.

Não se trata, no entanto, apenas de ouvir música, mas de fazê-la; trata-se de mover-se dentro dela e, através do transe dançante, transformar-se na própria música.

### **03. ASPECTOS FISIOLÓGICOS**

#### **a. A Articulação do Neo e Arquicérebro**

Através da evolução, o cérebro foi se aperfeiçoando a partir dos pequenos bulbos que se uniram para constituir o primeiro esboço dos hemisférios cerebrais.

Na espécie humana, o cérebro adquiriu um volume e uma diferenciação extraordinária. O córtex cerebral, formado por cerca de 10 milhões de neurônios, está pregueado formando sulcos e circunvoluções. Em suas distintas regiões há estruturas especializadas para a percepção do mundo exterior, a linguagem, a memória, a sensibilidade e a motricidade. Assim, por exemplo, se sabe com segurança que, ao longo da circunvolução anterior do Sulco de Rolando, se encontra o alto comando que dirige nossos movimentos, a partir do qual cada célula pode ordenar a contração de uma fibra muscular determinada. Se sabe, também, que do outro lado do mesmo sulco (circunvolução posterior) se estende a área da sensibilidade geral, profunda e tátil. A lesão da região parietal esquerda produz afazia, quer dizer, a incapacidade de falar. Por isto, ela foi designada como o centro da fala. Na região occipital há uma zona denominada área da visão, etc.

Sem dúvida, a complexidade dos circuitos cerebrais e a evidente implicação de outros pontos do cérebro em determinadas funções, já não nos permitem aceitar estritamente a antiga concepção localizacionista do cérebro. Na realidade, se vê, se fala, se escuta com todo o cérebro. No aparentemente sensível ato de uma carícia com a mão, participam não só as áreas motrizes, táteis e sensitivas situadas em torno da cissura de Rolando, como também as estruturas internas do cérebro, centro dos instintos e emoções.

A escola neurofisiológica americana trabalhou intensamente com o estudo da base neurodinâmica da emoção. A intervenção do sistema límbico e, em especial, do hipotálamo, é importantíssima na conduta emocional. A parte fronto-temporal do córtex límbico possui, segundo Mac Lean, atividades orais e de autoconservação, tanto é que nas áreas mais posteriores (giro do cíngulo e hipocampo) se acha confinada a conduta sexual e seus componentes afetivos. Toda esta região límbica representa, pois, o fundo neurodinâmico do instinto, das emoções e do tônus vital que é inibido, controlado e modulado a partir do córtex cerebral. Nesta região se localiza o

“tônus vital” (eufórico, depressivo) e se dispara a energia para a unidade psicobiológica e os impulsos da vinculação.

O cérebro é uma central de mecanismos de regulação automática formada por milhões de circuitos de retroalimentação. A manutenção do equilíbrio de nosso corpo, por exemplo, é um sistema típico de informação retroalimentada. Em cada instante somos informados sobre nossa posição no espaço. Em todo momento um órgão de precisão, o cerebelo, interpreta as mensagens recebidas e ordena, em reposta, os movimentos necessários para restabelecer o equilíbrio geral do corpo. Estas mensagens partem de pequeníssimos receptores situados ao nível do ouvido interno, extremamente sensíveis aos movimentos do líquido que o rodeia e seguem os menores deslocamentos da cabeça e do corpo.

Unido por numerosos núcleos ao resto do encéfalo, o cérebro pode controlar o tônus muscular, permitir a posição de pé e coordenar nossos movimentos voluntários ou semivoluntários, como os movimentos de caminhar, que, na realidade, são produzidos por uma série de rupturas do equilíbrio que se vai restabelecendo a cada instante.

A Dança de Integração é um exemplo da maravilhosa coordenação dos mecanismos do equilíbrio e da unidade de movimento, que é possível alcançar graças ao sistema descrito. Para que tal harmonia se produza, o cérebro vai dando, no momento preciso, o tônus muscular necessário a cada um de nossos membros, tensionando e relaxando sutilmente os músculos segundo as necessidades do instante.

O córtex cerebral integra a percepção do mundo externo: é sede do pensamento, da consciência e da reflexão (estas funções não foram localizadas em uma zona determinada), possui a função motora voluntária e coordena também funções viscerais. É já bastante conhecida a função frenadora, inibidora e moduladora da córtex cerebral.

Rof Carballo, em seu livro “Mundo Emocional e Cérebro Interno”, realça a importância da polaridade funcional do cérebro. O córtex cerebral e o neo-encéfalo inibem o conjunto de formações que constituem o cérebro primitivo, sede das funções automáticas, viscerais, da afetividade, o desejo sexual, a fome e os demais instintos.

Este conjunto, que está separado dos outros lóbulos por uma fissura, inclui a região límbica, o hipotálamo, os núcleos cinzentos da base e a formação reticular, tem sido denominado “arquiencéfalo” e “cérebro antigo”.

A vinculação neurológica entre o neo e arquiencéfalo se realiza nos primeiros meses de vida. Segundo Rof Carballo, para que este delicado processo de articulação neurológica se produza, é necessário que o bebê se sinta protegido e seguro pelo amor materno; de outro modo, se ativam no cérebro da criança as formações telencefálicas (de defesa) em vez desta trama de vinculação fundamental. Isto significa uma lesão permanente e irreversível. As investigações de René Spitz, Kaila e Goldfarb tendem a confirmar estas hipóteses. O sorriso infantil aos três meses de vida revela que a articulação entre o neo e o arquiencéfalo foi bem realizada. Segundo Rof, o sorriso é o primeiro reflexo psicossocial da criança.

Estas breves considerações nos permitem compreender os distintos níveis de compromisso neurológico que se podem dar com a dança.

Há movimentos ordenados desde o córtex, perfeitamente controlados pela vontade e guiados pelo pensamento. Há outros, ao contrário, que se produzem com os impulsos do arquiencéfalo e que se impregnam de afetividade e emoção.

Numerosos exercícios podem, deste modo, ativar em especial o córtex cerebral e têm um efeito semelhante ao das anfetaminas, assim como outros tipos de exercício estimulam circuitos do arquiencéfalo despertando o eros e emoção, dando lugar à liberação instintiva e ao rebaixamento da identidade. Tais exercícios produzem, por assim dizer, uma regressão ao seio da espécie.

## **b. Ação dos hormônios sobre o Sistema Límbico-Hipotalâmico**

As emoções modificam permanentemente os umbrais de resposta neuroendócrina no hipotálamo cerebral. Assim, o medo, a raiva, a alegria, o desejo sexual, a vivência de êxtase, provo-

cam mudanças nas taxas de hormônios e neurotransmissores que, por sua vez, influem sobre a atividade dos órgãos.

Assim, por exemplo, uma carícia recebida pode elevar temporariamente os níveis de hormônios gonadotrópicos e ativar o sistema simpático-adrenérgico, o que é acompanhado, entre outras coisas, de excitação e aceleração das batidas do coração.

Mac Lean e Papez estabeleceram que o sistema límbico é o mais alto centro regulador do funcionamento víscero-emocional.

Existem ligações anatômicas entre o tálamo e hipotálamo que formam um verdadeiro “cérebro interno” de emoções e sensações. Ali convergem múltiplos afetos, vivências, emoções, junto com sensações gustativas, olfativas, viscerais, sexuais, visuais e auditivas. Ali também é possível a substituição de uma sensação por outra ou por um estado afetivo.

Biodanza, sem dúvida, atua com inusitada força nessa região límbico-hipotalâmica.

O conhecimento destas funções emocionais-viscerais nos permite compreender a influência dos instintos na regulação visceral, os estados de regressão e transe e toda a ampla gama de expressões psicossomáticas que vão “da emoção à lesão orgânica”.

Por outro lado, as relações do hipotálamo com a hipófise são tão estreitas que estes dois órgãos devem ser considerados como uma unidade.

A hipófise se compõe de um lóbulo anterior, ou adeno-hipófise, um lóbulo intermediário e um lóbulo posterior ou neuro-hipófise.

A hipófise tem funções endócrinas e neurológicas.

A produção de hormônios hipofisiotróficos é regulada pelo sistema nervoso através de neurotransmissores, principalmente pela dopamina, pela noradrenalina e pela serotonina.

O hipotálamo é responsável também pela regulação do apetite.

Anand e Mayer detectaram um centro da fome na porção lateral e um centro da saciedade na porção ventro-medial do hipotálamo. A sensação da fome, provocada pela hipoglicemia, contrações gástricas e estímulos psicológicos, põem em ação o centro da fome. À medida que o indivíduo se alimenta, chegam informações bioquímicas que excitam o centro da saciedade. Estes centros de fome e saciedade podem ser influenciados por estímulos emocionais.

Vemos assim a imensa variedade de funções límbico-hipotalâmicas.

Nossa proposta é que, ativando harmonicamente esta região através de estímulos instintivos, afetivos e vivenciais, podem ser modificados os umbrais de respostas neurovegetativas e as taxas de neurotransmissores no sentido de potencializar mecanismos de regulação visceral.

A atividade instintiva, as respostas emocionais, a lógica primitiva e pré-verbal, despertam estes centros arcaicos de harmonia e sintonia funcional.

Em Biodanza propomos ativar esta região límbico-hipotalâmica, mantendo uma leve e sutil interação com as estruturas cerebrais superiores, em especial o córtex.

Mac Lean enfatiza a diferença entre compreender (intelectual) e sentir (afetivo-emocional). Recomenda esta segunda via no tratamento das doenças psicossomáticas.

É presumível, portanto, que as intensas vivências experimentadas durante as sessões de Biodanza tenham uma ação sobre os centros reguladores do hipotálamo e, através destes, sobre as funções viscerais.

Os exercícios de Biodanza estão destinados a aumentar o equilíbrio e a regulação dos organismos através da provocação de “vivências integradoras”.

As “vivências integradoras” produzem bem-estar corporal, sensação de harmonia, doçura e plenitude.

Diferentes vivências produzem diferentes efeitos:

- a. Há vivências que têm um efeito ativador do sistema simpático-adrenérgico; assim, por exemplo, vencer um desafio (medo-coragem), enfrentar dificuldades motoras, expressivas ou de comunicação.

A Experiência Minotauro eleva os níveis de adrenalina e noradrenalina e é um reforçador ergotrópico. O corpo se sente ativo e vigilante.

- b. Vivências de abandono e êxtase por exercícios de fluidez leve e danças harmonizadas, cerimônias de regressão e transe, possuem um forte efeito estimulador parassimpático (colinérgico). O transe reforça as funções trofotrópicas, de reparação orgânica. O corpo se experimenta, às vezes, como sem limites e com transpiração gelada.
- c. As vivências de prazer erótico, de “dar e receber continente”, e, em geral, as de caráter afetivo provocadas por exercícios de encontro e carícia, têm um poder altamente regulador da atividade simpático-parassimpática.
- d. Os exercícios de criatividade se vinculam à transmutação de energia desordenada (entropia) em energia de regulação e diferenciação (neguentropia).
- e. Mesmo tendo saúde, satisfação sexual, criatividade e afetividade, pode não se ter alcançado o “Segredo da Felicidade” que depende, no fundo, de uma vinculação transcendente com a vida.

Os exercícios de transcendência que induzem estados de êxtase e íntase estão orientados para a Experiência Suprema. Durante estes estados se comprovou a elevação da taxa de endorfinas.

Para controlar o processo evolutivo sob os efeitos de Biodanza estabeleci “Índices” de desenvolvimento nas cinco linhas de vivências. Estes Índices podem ser avaliados antes e depois de um período de sessões.

Este capítulo está destinado ao estudo e comentário dos índices de vitalidade.

### **c. Controle Fisiológico do Impacto Vivencial**

Para as necessidades diagnósticas mais imediatas, bastaria conhecer os índices fisiológicos daquelas funções mais vinculadas à emoção e à vivência, como são:

1. A função respiratória, em especial, a inibição respiratória, que revela a incidência da ansiedade e da angústia sobre o organismo.
2. A função cardiocirculatória, em especial as taquicardias, arritmias, extra-sístoles e alterações da pressão provocadas pelos estados emocionais intensos. E determinar os gráficos que correspondem ao medo, à raiva, ao desejo sexual, ao prazer, ao amor, de maneira a ter referências interpretativas.
3. A função do tônus muscular, em especial a exploração de níveis de tensão e rigidez geral ou localizada.
4. A função sudorípara, que pode ser registrada na resposta psicogalvânica, que revela mudanças da resistência elétrica do organismo, devido ao umedecimento da pele, que varia em relação com as emoções.
5. A temperatura corporal, cujas variações gerais e locais revelam a ação das emoções sobre o processo termorregulador e sobre o metabolismo geral.

O registro destes cinco aspectos fisiológicos mostraria a incidência das emoções no organismo, o tipo de vivências específicas de maior ressonância. A tendência à somatização, aos níveis de ansiedade. A capacidade de restaurar o equilíbrio perdido em determinada quantidade de tempo. A harmonização das funções obtida com certos exercícios de contato, etc.

Deste modo, através de um conjunto muito simples de instrumentos, pode se fazer um controle do processo de integração psicossomático, através da Biodanza, através das vivências.

Uma segunda categoria de controles poderia ser feita na medição dos índices de esforço e dos níveis de fadiga, que corresponderiam a uma área diferente.

Uma exploração ainda mais detalhada poderia ser feita através de estudos clínicos em torno dos índices de saúde.

### **d. Efeitos Fisiológicos da Biodanza**

Do anteriormente exposto podemos resumir os efeitos fisiológicos mais importantes de Biodanza:

1. Ativação do arquicérebro (cérebro das emoções e instintos, segundo Rof Carballo).
2. Integração dos três níveis cerebrais, segundo o modelo de Mac Lean.
3. Estimulação do hemisfério cerebral direito.
4. Integração das funções ergo e trofotrópicas.
5. Ativação da função gonadotrópica da hipófise.
6. Regulação dos processos de nutrição-respiração.

1. A estimulação do arquicérebro ou região límbico-hipotalâmica, através da evocação de vivências especiais, se dá de forma simultânea à diminuição da atividade cortical (ou linguagem verbal. A atividade visual e a motricidade voluntária estão, temporariamente, diminuídos).
2. Mac Lean propôs a existência de três cérebros no ser humano, estruturados filogenética e morfológicamente:
  - a. O cérebro neomamífero, que teria as características funcionais de flexibilidade e adaptação, processamento de informação, simbolização da Arte e da linguagem, imaginação, percepção e consciência. Filogeneticamente, seria o cérebro mais novo.
  - b. Cérebro paleomamífero, que estaria constituído pelo sistema límbico e teria a seu cargo a regulação das emoções, excitação sexual, experiências de prazer, condutas agressivas e cooperativas, condutas de preservação do indivíduo e da espécie.
  - c. Cérebro de réptil, centro dos impulsos ancestrais, os instintos de pareamento, casa, alimento, territorial, hierarquias e lideranças dentro do grupo. Deste cérebro ancestral surgiriam as condutas mais rígidas, estáveis e repetitivas.

Paul Mac Lean sugere que frequentemente perdemos contato com os cérebros antigos, cuja consequência é a perda do sentido de nós mesmos como seres biológicos. Para integrar os três cérebros, sugere fazer coisas com as mãos, fabricar pão, cultivar jardins, criar animais domésticos, atender tarefas domésticas.

Biodanza, sem nenhuma dúvida, tende a integrar os três cérebros, ativando em especial os mais antigos, que – por obra da cultura – foram desvalorizados.

### 3. Estimulação do Hemisfério Cerebral Direito

As atuais investigações sobre as funções cerebrais indicam claramente uma atividade diferente entre os dois hemisférios cerebrais, vinculados entre si pelo corpo caloso. Investigações de Joseph Bogen, Michael Gazzinge, R.W. Sperry e R.E. Meyers, sugerem que estes dois hemisférios funcionam, até certo ponto, como dois cérebros separados e intervêm no comportamento de modo diferente.

O hemisfério esquerdo mostra uma especialização na linguagem e em todas as operações que requerem ordenamento linear no tempo. Broca já localizava, na área parietal esquerda, a zona da linguagem (Área 14). O pensamento analítico e as funções racionais e cognitivas dependem, do mesmo modo, do hemisfério esquerdo. Foram associadas também ao lóbulo esquerdo as operações lógicas, as matemáticas, a atividade simbólica, a metonímia, a capacidade de captar o significado, o conteúdo, o pensamento sequencial, a análise e grande parte da função da consciência.

O hemisfério esquerdo tenderia mais a discriminar as diferenças do que a perceber as semelhanças.

O hemisfério direito, por outro lado, estaria especializado em processos não lineares, mas espaciais: Geometria, Morfologia, as funções não verbais, atemporais, tácteis, esterognósicas, a consciência musical, a percepção artística, a similaridade, a analógica, o icônico, a simultaneidade, o significativo, o poético, a forma, a síntese, o inconsciente. O hemisfério direito, assim, estaria capacitado para as funções unificantes, integradoras, para a dissolução das diferenças, a percepção gestáltica e holística. Entre as atividades em que predomina o hemisfério direito estariam: escutar música, modelar e dançar.

A cultura ocidental estimulou o desenvolvimento das funções do hemisfério esquerdo. Até pouco tempo, considerava-se que existia um predomínio natural do hemisfério esquerdo sobre o direito. Em realidade, esse predomínio é de caráter cultural. Segundo Bogen, a pessoa criativa é a que conseguiu integrar os dois hemisférios através da ponte conectiva do corpo caloso.

Dentro destes parâmetros, Biodanza tenderia a estimular o hemisfério direito, não verbal, de função integradora, táctil, musical, compensando assim o enorme desequilíbrio produzido por uma cultura cognitivo-verbal, analítica e dissociativa.

4. De acordo com o modelo de Hess, existem dois sistemas neurológicos:
  - a. Sistema de excitação ergotrópico, que tem a seu cargo a atividade para o exterior, as respostas de luta e fuga. O sistema ergotrópico é mediado pela adrenalina e pela noradrenalina.
  - b. Sistema de excitação trofotrópica. Orienta o organismo para as funções de tranquilidade e reparação. Vincula-se ao prazer, ao descanso, à digestão e ao sono. Desvia a percepção para espaços interiores. O sistema trofotrópico está mediado pela serotonina e pela acetilcolina.

Ambos os sistemas, ergo e trofotrópico, estão coordenados pelo hipotálamo.

Biodanza estimula a função ergotrópica através de exercícios de ativação, luta e vinculação com o meio ambiente. E reforça as funções trofotrópicas através de exercícios de harmonização, relaxamento e semi-transe.

Nossa cultura estimula as funções ergotrópicas a expensas das funções trofotrópicas.

Biodanza restabelece o equilíbrio perdido, exercitando funções trofotrópicas. Os grandes sistemas de regulação intraorgânica são a respiração-nutrição, o sono e a atividade sexual. Biodanza propõe a busca de um equilíbrio entre estas polaridades fisiológicas e estimula, além disso, o aumento da atividade sexual, diminuindo os sistemas repressivos, o aumento de horas de sono naqueles que têm um predomínio ergotrópico e estão descompensados, a regulação do processo respiração-nutrição.

Se podemos descrever estilos de vida ergotrópicos ou trofotrópicos, no sentido de Hess, se é possível descrever os padrões de resposta sexual e da afetividade, nós estamos em condições de atuar na área profilática e também terapêutica.

Descreveremos dois conjuntos de sistemas a partir da classificação dos estilos de vida:

⇒ Conjunto A

1. Estilo de vida: Trofotrópico
  - Predomínio das funções de restauração celular e repouso
2. Psicopatologia
  - Dissociação afetivo-prática (dificuldade para realizar o que se sente)
  - Patologia do ego (discriminação)
  - Repressão afetiva. Repressão da ansiedade e do medo .
  - Repressão sexual
  - Medo para assumir a identidade sexual
3. Características bioquímicas
  - Bloqueio  $\beta$ -adrenérgico e/ou ativação colinérgica .
  - Liberação histamínica e hipersensibilidade anafilática
4. Doenças psicossomáticas
  - Alergia
  - Asma
  - Dermatites atópicas (eczema)
  - Psoríase
  - Outros transtornos da regulação mitótica

⇒ Conjunto B

1. Estilo de vida: Ergotrópico
  - Predomínio das funções de atividade e intercâmbio com o meio ambiente
  - Sistema de luta-fuga
  - Sobre-programação
2. Psicopatologia
  - Dissociação afetivo-prática
  - Repressão da hostilidade
  - Dependência oral
3. Características bioquímicas
  - Bloqueio parassimpático e/ou sobre-ativação  $\beta$ -adrenérgica
4. Doenças psicossomáticas
  - Hipertensão arterial
  - Doenças autoimunes: artrite reumatoide, "lúpus" eritematoso, miastenia grave.

A separação destes dois conjuntos permite sugerir modificações dos estilos de vida e psicoterapias que possam compensar o desequilíbrio e suprimir o desbalanço do sistema nervoso autônomo.

Para o Conjunto **A**, onde está bloqueado o sistema  $\beta$ -adrenérgico ou sobre-ativado o colinérgico, mais a negação da identidade sexual, sugere-se: desenvolvimento das linhas da Criatividade e da Sexualidade. A integração da unidade afetivo-prática através de exercícios específicos.

Para o Conjunto **B** são sugeridos exercícios que estimulam o parassimpático e suavizam a atividade adrenérgica:

- Exercícios de relaxamento ativo
- Semi-transe
- Transe dentro da linha da Transcendência
- Exercícios de expressão da agressividade
- Exercícios de reforçamento da identidade para superar a dependência oral

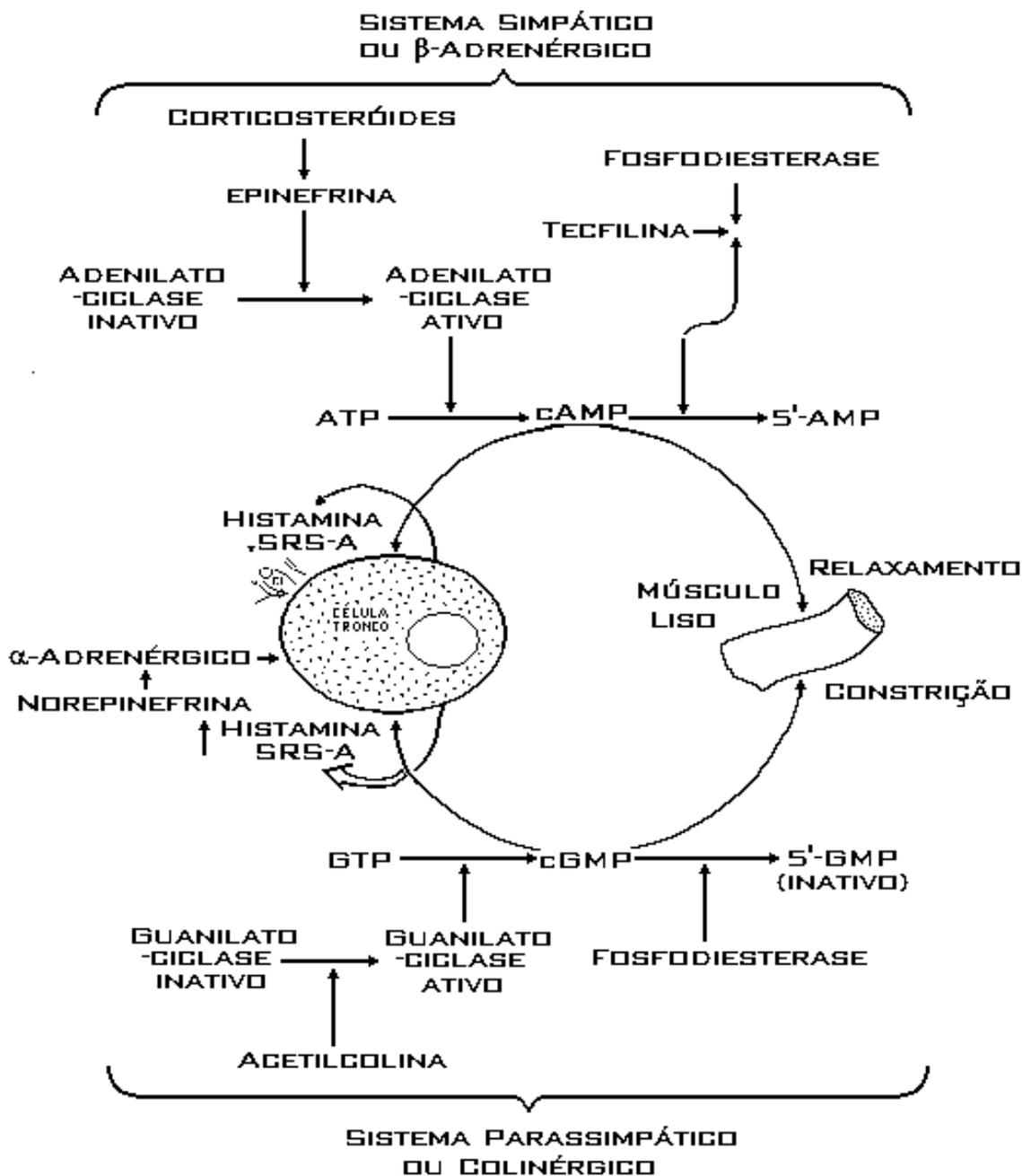
Para os dois grupos é condição indispensável o desenvolvimento da linha afetiva que é integradora de sistemas biológicos.

Examinamos como paradigma do Conjunto A o modelo teórico proposto para doentes asmáticos, e para o Conjunto B, o modelo para hipertensos.

• Modelos para Conjunto A - Pacientes Asmáticos

Propõe-se que o problema básico da asma é o bloqueio  $\beta$ -adrenérgico, devido a um desbalanço homeostático de origem hipotalâmica. O hipotálamo anterior determina a resposta parassimpática e o hipotálamo posterior a resposta simpática. O primeiro é de estrutura endócrina e o segundo, neurológica. O desbalanço se deve a uma resposta débil do sistema  $\beta$ -adrenérgico e uma sobre-ativação colinérgica. Este desbalanço pode explicar muitos dos deflagradores não imunológicos de asma, como são os de ordem emocional ativados ou inibidos pelo simpático. Também a hipersensibilidade ao frio, fumaça e irritantes químicos que são ativados colinergicamente, confirmam esta proposta. Durante o sono, quando os níveis de histamina são mais altos e os níveis de catecolaminas e corticosteroides são mais baixos, os ataques de asma são mais frequentes.

FIGURA 04 - MODELO DA REGULAÇÃO SIMPÁTICA E PARASSIMPÁTICA NO MECANISMO DA ASMA



O estado trofotrópico induzido por exercícios de semi-transe podem desencadear crises asmáticas.

A contração da musculatura lisa dos brônquios, processo que é típico nos asmáticos, está determinada pela liberação de histamina dos mastócitos. Esta liberação pode ser desencadeada por bloqueio β-adrenérgico ou por ativação colinérgica através de uma série de etapas intermediárias desenhadas no esquema. O sistema β-adrenérgico ou simpático regula a produção de corticosteróides, os quais geram epinefrina. A epinefrina ativa a adenilato-ciclase, a qual transforma o ATP em cAMP (“adenosina monofosfato cíclico”). A elevada concentração de cAMP inibe a liberação de mediadores dos mastócitos sensibilizados, resultando em um relaxamento dos mús-

culos lisos bronquiais. O bloqueio da atividade  $\beta$ -adrenérgica, portanto, produz o efeito contrário (brônquio-constricção) devido à diminuição de cAMP. Partindo desde o polo colinérgico ou sistema parassimpático se observa que a acetilcolina ativa guanilato-ciclase, a qual transforma o GTP em cGMP (“guanidina monofosfato cíclico”). Os altos níveis de cGMP ativam os mastócitos sensibilizados provocando a liberação da histamina que produz vasoconstricção da musculatura lisa dos brônquios. Existe, portanto, um balanço da regulação simpático-parassimpática que tem a seu cargo o controle da musculatura bronquial. O equilíbrio entre cAMP e cGMP mantém a homeostase dos mastócitos.

Com referência às dermatites atópicas (eczemas), experiências recentes têm demonstrado que estão vinculadas a uma anormalidade  $\beta$ -adrenérgica. Cultivo de células epiteliais de biópsias de pele de pessoas normais continuam em mitose, no entanto este processo se interrompe em presença de catecolaminas do padrão  $\beta$ -adrenérgico. De outro modo, células epiteliais de biópsias de pacientes com dermatites atópicas que continuam em mitoses não são inibidas por catecolaminas. Isto sugere que pacientes com dermatites atópicas podem ter também uma anormalidade  $\beta$ -adrenérgica devido que a mitose celular estava com o controle  $\beta$ -adrenérgico.

#### • **Miastenia gravis**

A *miastenia gravis* é uma doença autoimune na qual certos anticorpos estão dirigidos contra os receptores neurais da acetilcolina.

A *miastenia gravis* é um transtorno na transmissão neuromuscular. Nesta doença, se pensa que o timo é o órgão responsável pela formação do agente neuromuscular bloqueador, devido a que 70% dos pacientes timectomizados tem remissão parcial ou completa. As pesquisas atuais demonstram que esta doença está intimamente ligada ao déficit de acetilcolina e do controle parassimpático. Os estados cenestésicos que aumentam a presença de acetilcolina, como os de semi-transe, relaxamento dinâmico facilitam a remissão dos sintomas miastênicos.

#### • **Sistema Ergotrópico**

Estimulação dos mecanismos de luta e fuga. Estado de vigília.

- Aumento coordenado na produção de catecolaminas
- Aumento do consumo de oxigênio
- Aumento do metabolismo oxidativo
- Hipoglicemia
- Aumento da frequência cardíaca
- Aumento da pressão arterial sistêmica
- Vasoconstricção esplênica e periférica
- Notável aumento do fluxo sanguíneo na musculatura esquelética
- Vasodilatação no músculo
- Hipertonia muscular (estado de excitação)
- Dilatação pupilar
- Piloereção

#### • **Sistema Trofotrópico**

Estimulação dos mecanismos de repouso, restauração biológica.  
Proteção contra o "stress". Estado de relaxamento.

- Diminuição do consumo de oxigênio
- Diminuição da frequência respiratória
- Diminuição da frequência cardíaca
- Diminuição da pressão arterial sistêmica
- Diminuição de lactato no sangue arterial
- Marcada diminuição da vasoconstrição periférica
- Aumento leve da intensidade da onda alfa e atividade ocasional da onda teta no EEG

### • Controle do Tônus Vegetativo no Organismo

As funções integrativas do SNC alcançam seu mais alto grau de complexidade e de generalização quando o organismo deve adaptar-se a determinadas circunstâncias.

W.R. Hess propôs distinguir primordialmente dois estados vegetativos do organismo: um vinculado à atividade e à vigília, e outro à condição de repouso e de sono.

O primeiro deles corresponde à ativação do sistema designado como “ergotrópico” (Gr. *εργον*, *ergon* = trabalho, atividade; *τροπος*, *tropos* = mudança, modificação) e o segundo, ao estado “trofotrópico” (Gr. *τροφη*, *trophe* = nutrição).

Entre ambos existe uma inibição recíproca, isto é, quando um deles está em atividade, o outro se encontra em repouso (inibido).

Experimentalmente é possível ativar um ou outro seletivamente se, por exemplo, são estimulados eletricamente determinados núcleos: hipotálamo, caudado, intralaminar e formação reticular. Quando a estimulação elétrica é feita com impulsos de alta frequência, então é ativado o sistema “ergotrópico”; por outro lado, se a mesma estimulação é feita a baixa frequência, predomina o sistema “trofotrópico”.

Para um, as vias eferentes são o sistema vegetativo ortossimpático e para o outro, o parasimpático, sendo que ambos – por intermédio de neurotransmissores químicos – exercem determinados efeitos em todos os órgãos enervados por estes dois sistemas vegetativos

É interessante assinalar que ambos os sistemas são estimulados fisiologicamente por variações ambientais opostas. Assim, por exemplo, se para um o estímulo adequado está representado pelo descenso da temperatura do ambiente (frio), para o outro é a alta temperatura ambiental (calor).

Algo semelhante ocorre com a pressão arterial, com o tônus muscular, com a glicemia, e com o estado de alerta ou de sonolência, dependentes, estes últimos, do sistema reticular mesencefálico.

Através dos sistemas nervoso central e vegetativo é possível adequar todas as funções vegetativas do organismo, assim como a excitabilidade do próprio sistema nervoso central, em condições de alerta, de emergência e de luta pela sobrevivência do indivíduo.

O ajuste funcional integrativo é diferente durante a condição de repouso, de assimilação digestiva e durante o sono.

### • Resumo

As pesquisas atuais em Biologia revelaram inter-relações de extraordinária importância para a compreensão das doenças psicossomáticas.

Foram descobertas relações entre os hormônios sexuais e o sistema imunológico. A relação entre estados depressivos e os mecanismos de imunossupressão também estão sendo pesquisados.

Outras relações importantíssimas foram descobertas: entre mitose celular e resposta  $\beta$ -adrenérgica, entre homeostase celular e estados de tensão da musculatura lisa, balanço controlado pelo sistema  $\beta$ -adrenérgico e colinérgico.

Deixou de ser uma audácia afirmar que nossa vida sexual pode incluir nosso sistema imunológico, de que nosso estilo de vida pode determinar enfermidades psicossomáticas como a asma ou a hipertensão.

Estes progressos da Biologia confirmam as propostas da Antropologia Médica e no sentido de organizar a nova medicina em relação à imperiosa exigência da concepção unitária em que o psíquico e o somático se expressam dentro de um contínuo bioquímico coerente.

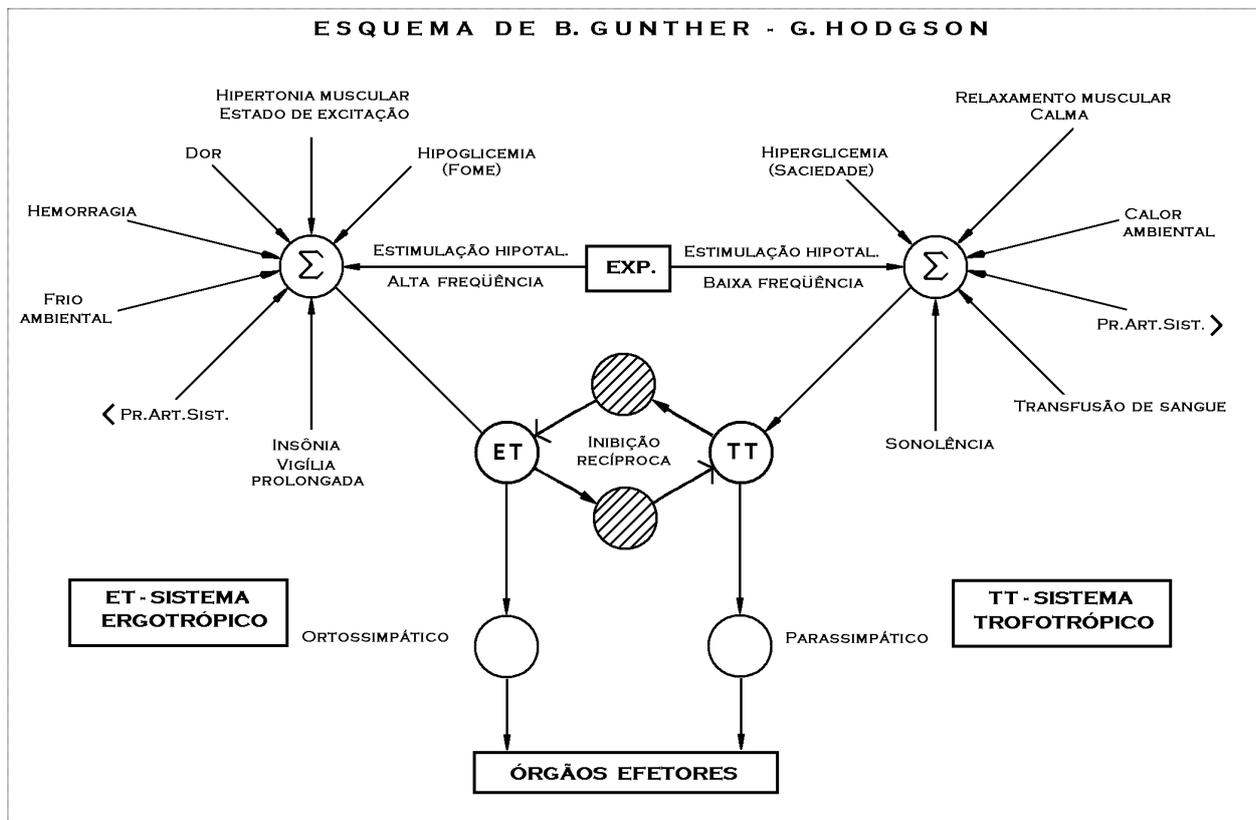


FIGURA 05 – CONTROLE DO TÔNUS VEGETATIVO NO ORGANISMO.  
SISTEMA ERGOTÓPICO – TROFOTÓPICO

Abreviaturas:

$\Sigma$  - soma

< - aumento

> - diminuição

Pr.Art.Sist = Pressão Arterial Sistêmica

Hipotal. = Hipotalâmica

EXP = Experimento de estimulação

**04. POÉTICA DOS DEFLAGADORES PSICOSSOMÁTICOS**

Parece que os fatores emocionais desencadeantes de doenças psicossomáticas são muito mais sutis do que até aqui tem sido postulado. É comum usar termos tais como repressão da hostilidade, “stress”, dependência oral, ansiedade por autodesvalorização, tendências depressivas, etc., como fatores emocionais causantes de transtornos psicossomáticos. Me parece que os deflagadores emocionais são muito mais sutis e aludem a zonas muito diferentes da emocionalidade,

capazes de tornar opaco o sutil espelho do ânimo, o colorido da visão da vida e alterar, até níveis catastróficos, o equilíbrio neurovegetativo. Estaríamos, assim, às portas de uma poética biológica, cujos capítulos se relacionam com a ressonância ecológica, impregnando os estados de conforto ou desconforto corporal; a ressonância afetiva que determina a harmonia ou desarmonia na comunicação com vagos sentimentos de sentir-se repudiado, desqualificado, incompreendido, reprovado; e um terceiro capítulo que estaria relacionado com a percepção de si mesmo, não só com respeito aos valores estabelecidos, mas dentro de um âmbito metafísico que sugere estados de decadência, impotência para alcançar o esplendor, esterilidade criativa, sensação de envelhecimento, rechaço da própria autoimagem em relação a detalhes corporais, sensação de fadiga existencial e de peso corporal.

Isto sugere um tipo de exploração das doenças psicossomáticas que vai muito além das categorias psicológicas habituais, para internar-se em uma espécie de poética existencial, muito bem descrita por escritores tais como Katharine Mansfield, Jensen, Garcia Marques, Violette Ledouc e outros.

É incrível dar-se conta que essa zona inquietante, esse "mal-estar" indescritível, essa atmosfera que existe dentro de uma casa ou no local de trabalho, podem induzir uma hipertensão, uma úlcera ou um câncer. Para os biólogos clássicos pode parecer inconcebível que a dissonância ecológica, a perda de comunhão afetiva ou o rechaço de si mesmo, sejam computados nas sutis estruturas de síntese biológica e, avançando pelos circuitos córtico-hipotalâmicos, possuam a força de deflagração bioquímica capaz de alterar grandes funções orgânica e de romper o equilíbrio de um sistema. Possivelmente, no futuro se reconhecerá que o poeta é quem tem acesso ao misterioso mecanismo da doença e da saúde. Somente o poeta possui as chaves secretas da vida e da morte.

## 05. ESTRESSE EXISTENCIAL (ANOTAÇÕES)

Selye propôs o conceito de estresse. Esta teoria salvou milhões de vidas.

- **Estresse**

Resposta do organismo à agressão (psicológica - perda amorosa, conflito, situação de prova -, econômica, etc.). Esta resposta abarca todo o organismo.

- **Estresse no trabalho**

Mineiros: falta de ar, de sol, poeira nos pulmões, etc. .

- **Estresse Emocional**

Homem abandonado pela mulher; homossexual que sente agressão do meio.

- **Estresse Radiativo das Usinas:**

Nem psicológico nem emocional nem orgânico, mas genético. A radiação do lixo atômico penetra na caixa fechada da informação genética.

- **Estresse Emocional**

Carência de amor e sexo. .

- **Estresse Visceral**

Alimentos com toxinas. Ar contaminado. .

- **Estresse Genético .**

- **Estresse Existencial**

Quatro níveis de estresse - existencial, visceral, emocional, orgânico, genético.

A situação estressante desencadeia no organismo o estado de alarma. Os alarmógenos...

Os corticoides defendem, como podem, o organismo. Ex.: homem que morreu por choque de acidente: suprarrenais esgotadas. Selye iniciou a pesquisa da produção de corticoides. Quando a pessoa é submetida a choque, recebe uma dose de corticoides...

Ultra-estabilidade: o organismo é capaz, por si só, de alcançar o equilíbrio.

Cada padrão de exercícios tem uma estrutura bioquímica, além de emocional. Há componentes biológicos que aparecem no sangue. Ex.: pessoa que está sendo acariciada. A hipófise lança hormônios no útero ou nos testículos.

Biodanza: palavra composta de Bios = vida, e Danza = dança.

Orfeu.

Pitágoras.

Roger Garaudy.

A vida é uma dança cósmica. Há danças de Maternidade e Paternidade, de Amor, de Fraternidade, em um vínculo fluído, magnético (hindus: Shiva, deus da dança e das mudanças).

Biodanza quer um Homem Total: homem social (preocupado com os problemas dos demais, com amor comunitário, criativo, amante, iluminado).

Tivemos a audácia de aspirar a um Homem total e não a um Homem dividido. São e não cheio de enfermidades.

É difícil encaixar Biodanza dentro das disciplinas atuais: Arte, Educação, Sociologia, Antropologia, Medicina. É tudo isso.

#### • Mecanismos de Trabalho

##### 1. Transmutação dos valores da cultura

A cadeia da patologia vem desde muito longe.

Valores anti-vida da cultura:

- |                                  |   |           |
|----------------------------------|---|-----------|
| - Não te movas                   | } | Não vivas |
| - Não te expresses, não fales    |   |           |
| - Não toques nem te deixes tocar |   |           |
| - Não sintas, não tenhas desejos |   |           |

##### 2. Reeducação afetiva

Nós a aprendemos aqui, mas possuímos já uma chave interior para exercê-la aí fora. Isto não quer dizer que vamos desconhecer a realidade do meio ambiente. Aqui se oferecem condições para poder defender o paraíso (gente boa, mas forte). Pessoas que sabem onde aplicar a agressão e não a exercem sobre os mais fracos).

##### 3. Aumento do equilíbrio interno do organismo (Homeostase)

## 06. ENFERMIDADES PSICOSSOMÁTICAS

O primeiro problema que apresenta a análise da situação psicossomática, do ponto de vista antropológico, é o do corpo humano. Tanto do ponto de vista antropológico existencial, como fenomenológico, foram publicados excelentes trabalhos nestes últimos anos (Boss, Christian, Von Weizäcker, Plugge, Marcel, Zutt, Merleau Ponty, Buytendijk, De Waelels).

Kubie assenta a especificidade da sintomatologia psicossomática no seguinte esquema:

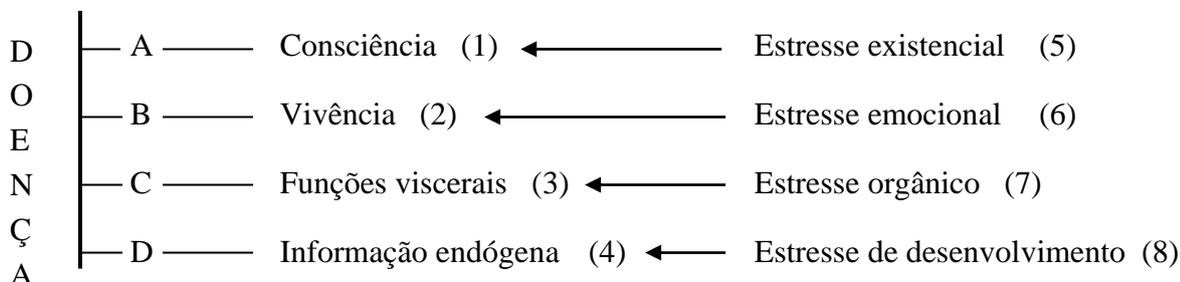
### I. Órgãos que nos relacionam com o exterior

Compreende os órgãos dos sentidos exteroceptivos, os músculos estriados com controles propioceptivos, os órgãos da linguagem com sua representação central. São órgãos do "eu" ou ego, em linguagem psicanalítica. Suas desordens pertencem ao tipo da histeria de conversão.

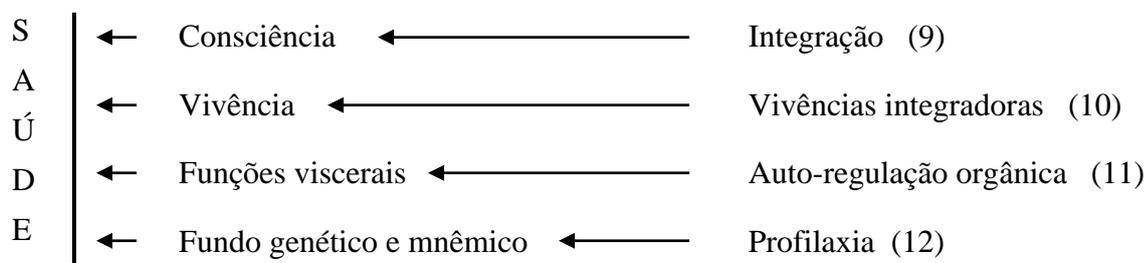
Estão representados claramente na consciência, e neles têm lugar processos ideativos complexos, que, por sua vez, os órgãos podem representar simbolicamente. O papel principal nestes, corresponde ao sistema nervoso da vida de relação. O sistema autônomo é secundário.

## ESQUEMA DE ESTRESSE E ESQUEMA DE HARMONIA

### Esquema de Estresse



### Esquema de Harmonia



- A - Percepção e aprendizagem (Piaget)
- B - SGA (Selye)
- C - Auto-regulação e homeostase (Pavlov, Cannon)
- D - Desenvolvimento (Lorenz, Tinbergen, Kraus, Spitz)

- 1 - Córtex cerebral
- 2 - Sistema límbico-hipolâmico
- 3 - Sistema neurovegetativo - hipófise - metabolismo
- 4 - Genética e mnêmica (ADN/ARN/ATP)
- 5 - Transtornos da identidade
- 6 - Perda de continente - agressão externa
- 7 - Perda de equilíbrio interno (Toxicomanias. Fadiga. Alimentos tóxicos. Desnutrição. Golpes. Infecções)
- 8 - Radiação atômica. Traumas infantis. Carência de amor.
- 9 - Identidade flexível (consistência existencial). Reculturação
- 10 - Vitalidade, alegria, afeto, prazer, êxtase, transcendência
- 11 - Desintoxicação, respiração, sono, atividade, descanso, nutrição
- 12 - Medicina ecológica. Amor e cuidado com a criança

### II. Órgãos da economia interna

O processo de somatização afeta neste caso a órgãos situados no interior do corpo, ocultos para o conhecimento direto.

Embora alguns tenham conexões indiretas com o mundo exterior, nossa consciência subjetiva deles é limitada. Seus distúrbios constituem as chamadas "organo-neuroses". Nestes, o sistema autônomo funciona sozinho.

### III. Órgãos de função instintiva

Órgãos com conexões diretas com o mundo exterior. Servem para ingerir e excretar os alimentos, ar, etc. Além deles, os órgãos do apetite e da função genital. As funções primárias se iniciam sob a guia do sistema nervoso voluntário, mas paulatinamente se instala o controle automático.

Dumbar estabelece uma estreita relação entre os traços da personalidade e as diversas doenças psicossomáticas:

- Hipertensão  
Inofensivo, viverdor, trabalhador enérgico, mas que se assusta frente à responsabilidade.
- Oclusão coronária  
Trabalhador, sempre em tensão, que apetece tomar sobre si responsabilidades.
- Enxaqueca  
Ambicioso, meticoloso, perfeccionista.
- Febre do feno  
Os mesmos traços, aos quais se agrega a hipersensibilidade e o autismo.
- Asma, prurido  
Inseguros emocionais, narcisistas, com grandes necessidades de dependência, com empuxo para o meio externo, inquietos, ambiciosos.
- Úlcera péptica  
Tensos, angustiados, que conseguem um elevado nível de vida e independência, gastadores.
- Obstipação intestinal, colitis  
Ordenado, com obsessão de limpeza, com tendência à avareza.
- Artritis reumatoide  
Mártires.
- Fraturas  
Irresponsáveis, faltos de prudência y de capacidade de planejar uma vida ordenada.
- Dismenorreia  
Mulheres que repudiam seu papel feminino e que não aceitam facilmente liberar-se da dependência materna.

Do ponto de vista clínico, o mais importante é o seguinte: no diencefalo existem estruturas nervosas encarregadas não só de regular as funções vegetativas, mas também os efeitos, especialmente os ligados a elas e os mecanismos motores que lhe servem de expressão. Entre diferentes elementos se formam complexos distintos que, em definitivo, não são mais que modelos esquemáticos de conduta. Claramente se vê a conduta agressora, a de fuga, as funções trofófilicas digestivas reguladas desde a mucosa salivar até a evacuação, etc. Em definitivo, pois, o que demonstram todas as experiências é que o diencefalo intervém na regulação do que, em termos gerais, chamamos instintos e sentimentos vitais. Se, por outro lado, estes resultados neurofisiológicos são postos em relação com as experiências clínicas atuais, veremos quão justificado resulta assinalar as interferências entre a patologia diencefálica e a patologia psicossomática.

Para nosso objetivo devemos considerar as seguintes relações (QUADRO I e II, p. 95 e 96):

**QUADRO I: RELAÇÕES NEUROSE/ÓRGÃOS COMPROMETIDOS/  
VIVÊNCIAS E SENTIMENTOS/TRANSTORNOS PSICOSSOMÁTICOS/  
EXERCÍCIOS INDICADOS**

<b>Neuroses</b>	<b>Órgãos Comprometidos</b>	<b>Vivências e sentimentos</b>	<b>Transtornos Psicossomáticos</b>	<b>Exercícios Indicados</b>
Histerias	Órgãos sexuais Pele Órgãos dos sentidos	Repressão sexual Tensão defensiva Instabilidade afetiva	Frigidez Parestesias Vertigens Transt. menstruais Alergias Alt. sensoriais	Danças de aumento de identidade Danças de hipopótamo Grou (Garça)
Neurose de Angústia	Pulmão Coração Artérias	Angústia Temor da morte Ansiedade Asco à putrefação	Asma Bronq. recorrente Taquicardia Bradicardia	Danças de aumento de identidade Dança do Tigre
Obsessão	Estômago Intestino Reto, ânus	Cólera Ódio Cobiça Avareza Culpabilidade Fobias	Úlcera gástrica Vômitos nervosos Úlcera duodenal Colitis mucosa Hemorróidas	Danças de Transe Danças do Hipopótamo Serpente
Depressão	Baço Fígado Rins Articulações	Sentimento de abandono Amargura Frustração Ressentimento Sent. Inferioridade	Anemia hipocroma Cólica hepática Enurese noturna Diabetes	Danças de aumento de identidade Danças de Garça e Hipopótamo

**QUADRO II - RELAÇÕES DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS/LINHAS DE VIVÊNCIAS AFETADAS/ RESPOSTA ENDOTÍMICA/PATOLOGIA DA IDENTIDADE/ESTILO DE VIDA (ESCALA 1 A 7)**

	<b>HIPERTEN- SÃO</b>	<b>ÚLCERA</b>	<b>OBESIDADE</b>	<b>ALERGIA</b>	<b>PSORÍASE</b>	<b>ASMA</b>
<b>A</b>	7 2 5	7 3 5	4 7 4	3 7 3	3 7 6	5 7 5
<b>B</b>	Ansiedade de rendimento	Onipotência	Onipotência Desvalorização Ansiedade Perda do limite corporal	Ansiedade Irritabilidade	Ansiedade Desvalorização Auto-rechaço	Desvalorização Agressividade
<b>C</b>	Angústia Depressão	Depressão	Ciclo maníaco-depressivo	Depressão	Depressão	Ansiedade Culpa
<b>D</b>	Vitalidade Afetividade  Dependência oral Hostilidade reprimida	Vitalidade Afetividade  Dependência oral Hostilidade reprimida Carência afetiva	Vitalidade Afetividade  Dependência oral (*) Hostilidade reprimida	Vitalidade Sexualidade  Repressão  Afetividade Dependência oral Hostilidade reprimida	Vitalidade Afetividade  Dependência oral Hostilidade reprimida Sociofobia	Vitalidade Sexualidade  Desconhecimento da própria identidade sexual  Afetividade  Dependência oral

A - Estilo de vida (Escala 1 a 7)

B - Patologia da identidade

C - Resposta endotímica

D - Linhas de vivência afetadas

(\*) - Retentivo acumulativo

## **7. O CONCEITO DE REPRESSÃO EM BIODANZA**

Em Biodanza, a repressão não é só um sistema de normas introjetadas, no sentido do Super Ego, de Freud. Não são, tampouco, os mandatos parentais descritos pela Análise Transacional de Berne, nem mesmo as forças ideológicas e sociopolíticas de Reich.

A repressão dos impulsos vitais é uma “estrutura”, que infiltra a existência em todos seus detalhes, em toda circunstância e nas mais variadas formas. A estrutura de repressão está presente na forma das cidades, na arquitetura das casas, na distribuição dos móveis, na vestimenta, nas cores, nos livros e jornais, nas disciplinas de trabalho nos programas de estudos universitários, nos gestos, movimentos, nos alimentos... Queremos dizer que a repressão é uma dimensão ativa que intervém a todo nível: nas relações sociais, afetivas, políticas e culturais. (Só a natureza não tem repressão. Expressa-se com nudez absoluta e com a mais extrema veracidade). É por esta razão que nos é tão difícil escapar, mesmo que seja esporadicamente, das forças repressivas.

Falamos de estrutura no sentido de Lévi-Strauss, como uma condição formalizadora da totalidade do mundo cultural. É nesta perspectiva que deve ser examinada a estrutura de repressão constituída por nossos valores culturais e cuja fonte, portanto, é de difícil manipulação.

O problema consiste em que os próprios instrumentos de manipulação (sistemas de Psicoterapia) formam parte dessa estrutura. A situação pode ser comparada com a apresentada por Heisenberg na Física, em que o observador forma parte do sistema de medida. Daí que uma epistemologia realmente válida em Psicoterapia não pode existir, a não ser que sua ação e suas operações se exerçam sobre os valores culturais que reprimem os impulsos vitais.

A dificuldade se transforma em um labirinto sem saída, quando se pensa que a repressão tem dimensões externas e internas perfeitamente equipotenciais. A estrutura de repressão está instalada no organismo em forma de couraça caracterológica, tensões viscerais, padrões de resposta bioquímica e, externamente, em cada uma das expressões do mundo cultural. As leis repressivas e os artefatos de repressão policial não são senão mais uma expressão da estrutura de repressão.

Quando em Biodanza, então, abrimos na sessão um espaço novo, acultural, suprimimos temporariamente a pressão externa dessa estrutura. Ao mesmo tempo, diminuimos a ação inibidora do córtex e a força repressiva de suas aprendizagens, estimulando, por outro lado, os impulsos vitais de origem límbico-hipotalâmico. Neste sentido, a sessão de Biodanza é uma viagem fora do tempo e do espaço cultural, em busca de nossa própria e original realidade.

A repressão assume diferentes graus durante o processo de Biodanza.

“Não gosto do contato com estranhos.

Não tenho tempo nem recursos.

Não é ambiente para mim.

Queria algo mais pessoal. Uma terapia que resolva meus problemas.

Me sinto mal.

Não gosto do grupo.

Agora tenho que elaborar as vivências com uma terapia verbal.

O que não me agrada é a volúpia e a promiscuidade do contato.

Para mim, o amor é algo mais profundo.

Já não necessito.

Não estou carente.

Superei minhas dificuldades.

Acho que não consigo exteriorizar meus conflitos.

Tenho que buscar outro caminho.

Sei que mudei, mas não identifico minhas mudanças.

Não as tenho conscientes. Isto me preocupa.

Biodanza é a coisa mais maravilhoso que conheci na vida. Mas agora estou muito ocupado.

Tenho que fazer outras coisas urgentes (viagens, estudos)”.

## 08. O ATO ÍNTIMO DE CURAR

Qualquer doença, desde uma dor de cabeça até um neoplasma, provém de um transtorno da totalidade do organismo. Pensar a doença como o transtorno de um órgão ou sistema isolado, tem constituído o erro mais dramático da medicina. Esse modo de pensar implica que o Homem é uma soma ou conjunto de peças isoladas e não um sistema de circuitos funcionais em que o processo vital é de uma complexidade muito maior que a soma das funções. A anatomia tradicional, com todas suas descobertas positivas, atomizou a imagem do Homem, coisificou-a e projetou-a sobre um cadáver; não sobre um Homem vivo dentro de seu ambiente e em relação com outros. Dessa visão provém toda a violência de que é responsável a medicina até nossos dias.

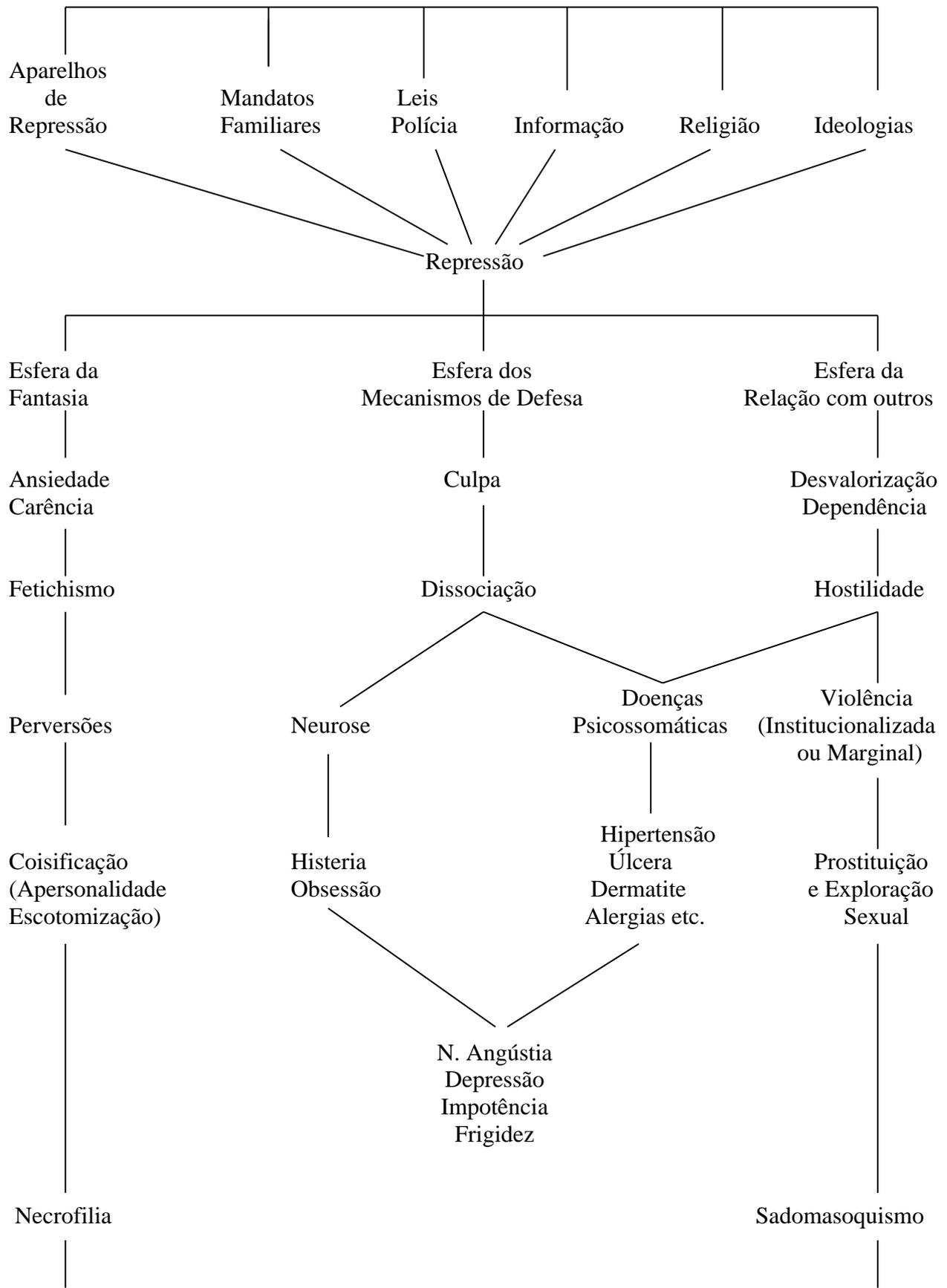
Agora que sabemos que existe um diálogo psicotônico e, mais que isso, um diálogo neuro-endócrino (Selye, Lopez Ibor, Spitz, Toro), agora que pensamos em termos de uma medicina e sociologia ecológica, sabemos que o organismo vivo, instalado no mundo, em inter-relação com seus semelhantes, está sujeito a extraordinárias mudanças. A imagem do Homem nas ciências humanas contemporâneas atinge a totalidade. Esta imagem integral permite evidenciar circuitos de retroalimentação muito sutis que jamais poderiam ser visualizados através de um modelo atomizado. A imagem de totalidade emprega, por outra parte, a dimensão evolutiva de um ser em processo de desenvolvimento. Por outro lado, é necessário enfatizar que um enfoque de totalidade deste tipo não significa, de modo algum, entrar em um sincretismo mágico, em um globalismo superficial. Pelo contrário, uma imagem organísmica exige uma informação e uma inteligência notáveis que capacitem para compreender os distintos níveis de autonomia dos sistemas e, ao mesmo tempo, detectar as influências simultâneas, às vezes remotas e essas insidiosas dos outros sistemas. Desde os primeiros chamados a uma imagem unitária do Homem até as descobertas dos mais avançados investigadores do desenvolvimento integral humano, transcorreram ao redor de oitenta anos, ou que representa uma revolução na medicina tão importante ou maior que a ocorrida ao mesmo tempo na física e na bioquímica.

Um fugaz panorama deste processo revolucionário permite-nos evocar alguns nomes excelsos: Von Bergman (patologia funcional), Uexküll (o indivíduo é somente um órgão da espécie), Pi-Sugner (os mecanismos da correlação intraorgânica), Rof Carballo (mundo emocional e cérebro interno), Cannon (homeostase), Selye (síndrome geral de adaptação; conceito de "stress"), Darwin (evolução e expressão), Pavlov (sistemas de estímulo-resposta; integração neurológica e aprendizagem condicionada), Bikov (a córtex cerebral na regulação visceral), Plantov (influência do pensamento conceitual e da linguagem sobre as funções viscerais), Jores (doenças da civilização), Dumber (linguagem psicossomática), Alexander (a expressão dos órgãos), Lopez Ibor (influência do endógeno nos mecanismos reguladores), Spitz (carência afetiva nos primeiros meses de vida: depressão anaclítica e marasmos). Nesta enumeração, indubitavelmente, cometem-se injustiças, pois há uma legião de sábios trabalhando na imagem do Homem como totalidade. Não poderíamos deixar fora Jaspers, Binswanger, Kraus, Ey, Margolin, Von Weiszacker, Mitcherlinch, Awesperg, Piaget, Jackson.

Somente partindo de uma imagem integral do Homem podemos conceber a doença como um processo da totalidade e a cura como ou ato que requer a mais profunda intimidade, no qual é necessário que terapeuta e enfermo estejam profundamente comprometidos. O diálogo médico-paciente não pode ser meramente um intercâmbio verbal e conceitual. Devemos encontrar inspiração na medicina xamânica para compreender a natureza deste compromisso, que é um compromisso com a vida. O xamã utiliza suas condições mediúnicas a partir de estados de transe e regressão que lhe permitem uma compreensão profunda do doente. Neste estado de percepção aumentada, faz o diagnóstico e descobre a natureza e origem do mal. Num segundo estágio de seu trabalho terapêutico, acumula as energias vitais entrando em harmonia com o universo, através de danças, orações e canto. Em uma terceira etapa, projeta no doente harmonia apropriada, em ressonância com os órgãos e sistemas mais afetados. Em uma quarta etapa, repete através dos dias as cerimônias de harmonização e as prescrições de ervas, para reciclar e estabilizar a harmonia no doente.

Possivelmente, este modelo terapêutico fará sorrir a muitos asclepiades instalados na onipotente tecnologia da medicina contemporânea. Porque os curandeiros contemporâneos perderam as chaves da cura ao estabelecer barreiras de autoridade e barreiras intelectuais e econômicas frente ao paciente. Eles só podem, desde sua altura, manipular mecanicamente com instrumentos farmacológicos, cirúrgicos, instrumentos de choque, esse desconhecido que lhes pede auxílio.

# VALORES CULTURAIS CASTRADORES



Seria da maior importância na formação médica, que os estudantes aprendessem os métodos de percepção aumentada e treinassem em si mesmos sua capacidade de interação com outras pessoas, para que diagnóstico clínico tradicional pudesse estar complementado com uma visão humanitária. Assim compreenderíamos as clássicas palavras de Rof Carballo: “o médico é o medicamento”. Integraríamos afetivamente a díade médico-paciente, transformando-a na unidade irmão-irmão. Estabelecer-se-ia, deste modo, o circuito ecológico inter-humano que fomenta vida e saúde.

## 09. AQUI-AGORA

*“Como sempre me preparo para o que poderia me acontecer, não estou preparado para o que me acontece. Nunca.”* (Antonio Porchia) .

Karl Jaspers, Ludwig Binswanger, Eugene Minkowski, V.V. Gebattel, se preocuparam cuidadosamente com a “temporalidade vivida” como categoria da existência.

A existência anormal implica a desorganização da temporalidade psicológica. A estrutura temporal se desenrola no doente ou, por outro lado, se fixa, se endurece ou se esvazia.

No maníaco, por exemplo, ao desaparecer a morte sob um “ainda não” demasiado remoto, o futuro de sua existência se esvazia em seguida. O doente vive, assim, um presente sem consistência, uma instantaneidade sem raízes.

Nos esquizofrênicos se produz a paralização da existência; a temporalidade se distorce ou se coagula em um presente eterno e parado. O ímpeto da vida se petrifica, longe de todo projeto liberador; a existência se apresenta “sem saída” e sem, conexão com o fluir temporal da realidade externa.

A temporalidade no Homem normal se gera, coerentemente, a partir de um passado assumido, se abre em um presente turgente e exaltado e se dirige para um futuro impulsionado por motivações de desenvolvimento interior.

Muitos doentes vivem ansiosos frente ao futuro. Sua atividade é acelerada. Não se permitem a si mesmos desfrutar a vida.

A Biodanza restitui ao sujeito seu tempo interior, seu tempo orgânico. Um dos maiores méritos desta técnica consiste em provocar o ímpeto vital e a alegria de viver. Não obstante, as mais antigas tradições de sabedoria nos recordam a importância de saborear a vida e aceitar a dádiva da hora presente. Por que considerar o corpo e o espírito como inimigos irreconciliáveis? Por que não imaginar o ser humano como uma criatura unificada? Por que não começar a viver agora?

*“Colhe a flor,  
pois se não a arrancas tu, cairá murcha”.*  
(Ovídio, “O arte de amar”).

*“Oh, não deixes que o instante te escorra:  
nunca poderás mover o moinho  
com as águas que ficaram para trás”.*

(Verso de Trench sobre um provérbio persa).

Estes pensamentos propõem que o caminho para ser feliz é começar a ser feliz "agora" mesmo. Cláudio Naranjo, renovador da Psicoterapia, expressou que

*“A prescrição de viver o AGORA é consequência do fato de que ESTAMOS VIVENDO no AGORA. Isto é algo que a pessoa SÁBEE; mas o neurótico, enredado em uma difusa pseudo-existência, não se dá conta”.*

A importância que adquirem as vivências corporais nas novas terapias, nos faz recordar os ensinamentos do Tao-Te-King: “Por este motivo, o sábio se interessa pelo ventre e não pelos olhos”.

Com efeito, os doentes de civilização somos animais de “cérebro ótico”; perdemos a sensibilidade tátil, o gosto e o olfato. Há milhares de anos nos esquecemos que a pele serve não só para “separar” mas para “unir”. O gosto é um sentido menosprezado e, por isto mesmo, nos escapa o sabor da vida. Temos o olfato atrofiado e por ele contaminamos a atmosfera, em um programa de asfixia universal.

A Biodanza nos ensina a dançar com os olhos fechados. Seus exercícios buscam recuperar nossa sensibilidade perceptual, nossas arcaicas atitudes para a voluptuosidade. Para isso, é necessário mergulhar no transe.

Esta tarefa, certamente, encontra a rancorosa resistência dos profetas do sofrimento e daqueles que conseguiram converter a Medicina em um dos mais desapiedados “marketings”.

A dança tem um presente absoluto: consiste em começar a dançar e se estar pleno “nisso”, ou melhor ainda, se “é” a dança. O compromisso é total. Não existe outra atividade da qual se possa dizer com tal propriedade que é uma “criação atual”, já que a vivemos, que a sentimos e a pensamos em um Aqui-Agora corporal. O corpo volta a ser uma realidade imediata e plena de sentido. O corpo se move em sua própria finalidade.

Paul Valéry expressava isso admiravelmente:

*"E se comparássemos nossa condição passada e seria a esse estado de salamandra faiscante, não dirias que nossos atos ordinários, muitas vezes engendrados por nossas necessidades, e nossos gestos e movimentos acidentais, fossem como materiais grosseiros, como impura matéria de duração, enquanto que esse arrebatamento e afã trêmulo de vida, essa supremacia da tensão, e essa distanciamento no mais ágil que de si mesmo se possa alcançar, têm as virtudes e potências da chama; e que as vergonhas, as ofensas, as sandices e os monótonos alimentos da existência se consomem ali, fazendo brilhar a nossos olhos o que de divino zela um mortal?"*

.....  
*Mas o que será uma chama, amigos meus, se não o MOMENTO MESMO? O que há de eufórico e gozoso e formidável no instante mesmo! Chama é o ato desse momento que existe entre terra e céu. Oh, meus amigos, quanto passa do estado agoniado ao sutil, passa por o momento de fogo e de luz..."* (“A Alma e a Dança”. Paul Valéry).

*“Agora começar a dançar.  
Começar aqui.  
O Agora é a consigna do sábio”.*  
(Tao-Te-King).

## 10. A RELAÇÃO TERAPÊUTICA EM BIODANZA

Quem estará tão profundamente alienado para sentir-se apto como terapeuta e assumir com tranquilidade esse papel? Que tipo de revelação ilumina um estudante de Psicologia ou de Psiquiatria, para que se sinta como detentor e distribuidor de saúde? Que enviado seletivo do centauro Quiron inicia os novos Asclepiades na sagrada arte da cura? Por qual infeliz conspiração histórica um grupo de indivíduos tem a presunção de possuir a verdade acerca da vida e prescrever sua orientação?

Quando estamos em presença de psicólogos e psiquiatras ou, pior ainda, das autoridades universitárias que organizam este saber e dos Conselhos Profissionais que regulam e controlam o trabalho terapêutico, ficamos frequentemente espantados. Personagens autoritárias, desprovidas de afeto, com infinitas frustrações existenciais, incapazes para identificar-se com outras pessoas, exercem oficialmente a profissão de curadores de almas.

Sobre o particular, diz Leon Bonaventure:

*“Como poderá a Psicoterapia encontrar seu lugar dentro de nossa cultura? Que processo histórico submeteu a análise psicológica ao modelo médico e à denominação de ‘profissional’ quando, na realidade, esta não é mais que uma via de conhecimento de si mesmo?”*

Sempre me pareceram insolventes aqueles homens que, com o nome de “guru”, “diretor espiritual”, “psicoterapeuta”, “orientador”, “psicólogo”, exercem uma ação diretiva frente a outras pessoas chamadas “pacientes” ou “doentes mentais”. Quem é quem neste processo? A única relação saudável entre as pessoas é a relação afetiva, através da qual os indivíduos têm a oportunidade, não só de conhecer-se a si mesmos, mas essencialmente “ser” si mesmos.

Em Biodanza não falamos de “pacientes”, “passivos de” já que cada participante, dentro da comunidade de Biodanza, é uma pessoa ativa. Cada um participa de sua própria cura e ao mesmo tempo contribui na cura dos demais. Cada aluno, sem que lhe seja proposto, se torna um terapeuta, um agente de saúde. A clássica relação “médico-paciente” ou “terapeuta-doente”, não existe em Biodanza. A relação é “amigo-amigos” ou “irmão-irmãos”. A relação curativa é, portanto, simétrica. O facilitador de Biodanza é mais um dentro do grupo. A relação curativa em Biodanza é afetiva e não autoritária.

A transferência, em outras terapias, se define como “o sentimento de afeto e segurança que experimenta o paciente frente ao médico e que reedita a primitiva relação edípica”. Esta relação é manipulada pelo terapeuta para mobilizar o paciente e dar-lhe acesso a sua cura. Em Biodanza, a transferência pode se dar, por acaso, inicialmente. Mas o sentimento de segurança (continente afetivo) se estrutura no trama de amor intragrupo. Cada participante cura os demais com seu amor e é curado, a sua vez, pelos outros. Ninguém ousaria utilizar estes sentimentos de afeto com a obscena e onipotente atitude do modelo médico, que coisifica o doente e o manipula.

O Facilitador de Biodanza não é uma superimagem, mas uma pessoa entre pessoas, buscando também sua integração e desenvolvimento. A sessão de Biodanza é só a oportunidade que um grupo de seres humanos encontra para conectar consigo mesmo e com a vida e desenvolver uma sensibilidade nova frente à sua existência. Os requisitos indispensáveis para ser Facilitador de Biodanza são: afetividade profunda, vocação humanista, desejo de ajudar o próximo, espírito aberto ao gozo de viver, sinceridade, coragem. A qualidade de profissional psicólogo ou psiquiatra é apenas uma exigência externa para ter acesso social dentro dos padrões de uma sociedade doente.

A Biodanza do III Milênio será exercida somente por pessoas íntegras.

## **11. O FRACASSO DAS PSICOTERAPIAS**

O espetacular fracasso da Psicoterapia contemporânea não pode ser buscado em uma crise dos profissionais. O problema é muito mais grave. Toda a visão do Homem, empregada tanto pela Psicologia atual como pelas técnicas de Psicoterapia, é errada. Podemos caracterizar esta visão como distanciadora, coisificante, intelectual e abstrata. Seria necessário uma mudança radical, gerada na afetividade mesma do Terapeuta, para dar acesso a uma visão do Homem que seja integral, reverente, poética e plena de amor.

Devemos qualificar a Psicoterapia contemporânea, não apenas como um fracasso mas como um conjunto de assassinatos, para os quais existe absoluta impunidade. Pensamos como nossa sociedade “civilizada” aborda o ser humano doente, como o estigmatiza, no sentido de testemunhar oficialmente a loucura, quando o ser louco não existe, mas o está sendo. Esta é uma fenomenologia que implica o devenir de um projeto humano em um meio aterrador e não uma situação estática em que se lapida essas criaturas desamparadas, em que a existência da “doença” não é senão um clamor de ajuda, um pedido de socorro.

A doença da Psicologia, da Psiquiatria e das Psicoterapias é a falta de poesia, a ausência total de inteligência sensível, a intelectualização. E ali onde enunciam um diagnóstico psiquiátrico, poderiam pôr ternura; na gravidade do exame clínico poderiam pôr sorrisos; na crueldade do “eletrochoque” poderiam pôr abraços; na solidão, na camisa de força, poderiam pôr o olhar do amigo.

Quando falo de poesia não me refiro apenas à arte de fazer versos, mas estou aludindo à captação do grande sentido expressivo da vida. A essas imagens envolventes que penetram como um furacão no coração, a essas sutilezas que têm a doçura da brisa no cabelo, um dia solitário, quando caminhamos sem rumo pelas ruas, a essa espécie de companhia secreta que constitui o pertencer à espécie humana,

Enquanto os Psicólogos seguem na cumplicidade de um mundo sórdido e injusto, colaborando com a alienação institucionalizada, não existe esperança de que esta ciência de cura da alma possa ajudar a alguém.

Chegou a hora de reconhecer publicamente que estas instituições hospitalares, essas clínicas psiquiátricas oficiais, frustraram seu objetivo essencial, para converter-se em lugares de ajuntamento semelhantes aos campos de concentração do fascismo. Enquanto a poesia não entra pelas janelas desses hospitais e não seja o ofício central dos Psicólogos-terapeutas, esses profissionais, com frequência bem intencionados, não possuem autoridade nem capacidade para ajudar nossos pobres loucos.

## 12. CONSIDERAÇÕES SOBRE EFEITOS IATROGÊNICOS EM PSICOTERAPIAS

Creio que o momento de formular a mais grave denúncia que se poderia impetrar à Psicoterapia no momento atual.

Parece ser que a cultura do Ocidente naufraga no mais sutil e sofisticado sistema de repressão. Já não se trata nem de leis repressivas, nem de inquisidores, mas sim de toda uma estrutura de construção da realidade que é, em si mesma, geradora de processos repressivos em todos os planos da vida pessoal e social.

As terapias verbais e cognitivas, a partir da Psicanálise, assim como as Ciências Médicas, a Sexologia e a Higiene Mental, estruturam um sistema semântico, que ao dar nome e classificação etiológica à vida instintiva e, em especial, à conduta sexual, criou uma semântica de domínio-submissão de extraordinária eficácia operacional. A opressão exercida pelos terapeutas sobre a vida instintiva foi facilitada pelos psicanalistas, sexólogos, médicos clínicos e psicólogos. As palavras que designam os sutis “desvios” do instinto e pretendem descrever seus mecanismos, adquiriram um poder fundador, criando uma nova forma de puritanismo científico, ativando meios inéditos, estruturando novos sistemas de defesa sutis e sofisticados. O tema de Édipo, abordado por Freud, conseguiu criar toda uma mitologia em torno aos naturais impulsos incestuosos. A designação das perversões, os estudos sobre narcisismo, exibicionismo, fetichismo, as pesquisas sexológicas em torno a monogamia e a poligamia, as análises sociológicas acerca das variáveis culturais na conduta sexual, os preconceitos culturalistas de uma grande corrente de antropólogos, etc., contribuíram para criar uma imensa rede ideológica cujo efeito principal adquiriu a forma de repressão.

Segundo Foucault, este processo progressivo de repressão através do discurso sobre sexo começou há pelo menos três séculos.

Michel Foucault expressa:

*“De fato, era uma ciência feita de esquivas já que, na incapacidade ou recusa em falar do próprio sexo, referia-se sobretudo às suas aberrações, perversões, extravagâncias excepcionais, anulações patológicas, exasperações mórbidas. Era, também, uma ciência essencialmente subordinada aos imperativos de uma moral, cujas classificações reiterou sob a*

*forma de normas médicas. A pretexto de dizer a verdade, em todo lado provocava medos; atribuía às menores oscilações da sexualidade uma dinastia imaginária de males fadados a repercutirem sobre as gerações; considerava perigosos a sociedade inteira os hábitos furtivos dos tímidos e as pequenas e mais solitárias manias; no final dos prazeres insólitos colocou nada menos do que a morte: a dos indivíduos, a das gerações, a da espécie. Vinculou-se, com isso, a uma prática médica insistente e indiscreta, volúvel no proclamar suas repugnâncias, pronta a correr em socorro da lei e da opinião dominante; mais servil ante as potências da ordem do que dócil às exigências da verdade.”*

Mas não foi só o devastador efeito repressor das terapias cognitivo-verbais o que conduziu a sexualidade ao marasmo em que se encontra, senão que, paradoxalmente, as chamadas terapias corporais estão contribuindo no processo de desorganização do instinto sexual. A partir das geniais intuições de Reich se iniciou uma importante revolução no campo da psicoterapia, destinada a liberar o ser humano da repressão sexual que o perseguiu durante séculos. O desenvolvimento das terapias reichianas levou a um extremo as diferentes técnicas “corporais” sugeridas por Reich para dissolver as couraças caracterológicas. Procedimentos tais como: respiração profunda, gritos repetidos, massagens profundas, trabalho com as expressões faciais, liberação da opressão do peito, trabalho com o reflexo de náusea, indução de posições de “stress”, movimentos bioenergéticos ativos como golpear, chutar, berrar, mover e sacudir a cabeça, os ombros, os braços, a pélvis, etc., tem por objetivo dissolver as couraças caracterológicas.

Assim, por exemplo, dar porções de misturas para produzir vômitos violentos com o objetivo de demolir as estruturas internas rígidas é uma aplicação estúpida e maluca de um conceito geral de ativação do sistema neurovegetativo absolutamente fora do contexto biológico-existencial. As técnicas de golpear almofadas, lançar insultos e berros, desencadear pranto ou riso imotivados constituem outros tantos exemplos de ativação mecânica do visceral, fora de contexto efetivo real. As técnicas desenvolvidas a partir de um pensamento genial, coerente, que considera a totalidade do ser humano, derivaram num repertório de exercícios altamente destrutivos, com efeitos graves sobre a homeostase orgânica. Outras terapias corporais de origem oriental, como o Yoga, o Tai Chi, a Acupuntura, a Digitopuntura, o Shiatsu, etc., são técnicas estruturadas sobre uma concepção altamente repressora dos instintos e, em especial, do instinto sexual. Nestas técnicas está excluído o contato sensual e o encontro amoroso; pretende-se um desenvolvimento solipsista, sem contexto grupal afetivo capaz de dar uma matriz ecológica ao crescimento. O Yoga, com exceção de suas formas tântricas, desconhece um fato essencial: que não há possibilidade de harmonia solitária. O Tai Chi desenvolve, através de movimentos fluídos, uma sintonização com o cosmos, mas mantém os indivíduos isolados. A acupuntura pretende fazer circular a energia detida em determinados pontos situados sobre os meridianos dos órgãos; mas a energia vital não tem meridianos, nem pontos determinados para fluir. A energia flui pelo corpo, como totalidade, através da carícia. Não há 380 nem 5.000 pontos; cada célula contém toda a informação do sistema e a energia se retroalimenta pelo contato, a partir de uma carícia que se irradia para a totalidade.

Estas técnicas orientais, que pretendem libertar o ser humano, reduzem-no a um esquema simplista. Um beijo, um olhar podem fazer circular a energia vital melhor que uma dúzia de agulhas cravadas no corpo.

É importante desmitificar o amplo “marketing” de oferta e demanda das psicoterapias verbais e corporais. É necessário atingir, de um modo definitivo, o ser humano como holograma, integrando totalidades cada vez maiores. É decisivo que cada indivíduo se faça responsável por sua própria mutação, através da interação amorosa que o conduza a níveis de organização cada vez mais altos.

As propostas teóricas de Wilhelm Reich derivaram, num conjunto de práticas, na linha bioenergética. O objetivo principal era a dissolução sistemática da couraça muscular e caracterológica. Segundo Reich, a estrutura caracterológica neurótica e as emoções reprimidas estão, em realidade, fisiologicamente enraizadas em espasmos musculares crônicos. Toda emoção envolve

um impulso para a ação. Assim, por exemplo, o sofrimento, o medo, a raiva se expressam através de gestos e manifestações corporais. Quando essas emoções são reprimidas todo o mecanismo expressivo se paralisa e se criam zonas de tensão muscular e visceral. A couraça muscular se estrutura em forma de anéis transversais de tensão que se opõem, segundo Reich, ao fluxo da energia que constitui um aspecto essencial da excitação emocional. As técnicas mais frequentes ampliadas e elaboradas pelos seguidores de Reich são as seguintes:

1. Respiração profunda
2. Massagem profunda de áreas espásticas
3. Expressões faciais
4. Exalação de grito para liberar a opressão do peito
5. Trabalho com o reflexo de náusea
6. Indução de posição de “stress”
7. Movimentos bioenergéticos ativos
8. Desbloqueio brusco da repressão sexual

Estas técnicas foram misturadas com outras concepções terapêuticas tais como Análise Transacional, Gestalt Terapia, “Sensitivity Training”, massagens orientais, meditação, etc. A partir de Reich surgiu a Biogenergética de Alexander Lowen, com seus componentes interpretativos de origem psicanalítica, o Rolfing, massagem profunda, a nível sinovial, criado por Ida Rolf e o Radix, que utiliza técnicas bioenergéticas e de indução de processos regressivos com interpretação analítica.

Sem desqualificar, em especial, os propósitos terapêuticos da grande maioria dos seguidores de Reich, me proponho a examinar as práticas mencionadas.

### **13. CLASSIFICAÇÃO DAS TERAPIAS**

Este breve esquema nos permite situar Biodanza dentro do vasto panorama atual das Psicoterapias.

Existem vários critérios de classificação das terapias:

1. Segundo o número de pessoas que participam:
  - a. Individual
  - b. De grupo
2. Segundo a estrutura do grupo:
  - a. Homogêneos
  - b. Heterogêneos
  - c. Cerrados
  - d. Semi abertos
  - e. Abertos
3. Segundo o fundamento:
  - a. Científicas
  - b. Empíricas
  - c. Mágicas
  - d. Artístico criativas
4. Segundo a combinação de marcos terapêuticos:
  - a. Ortodoxas (obedecem estritamente a um modelo terapêutico)
  - b. Integrais (busca-se a terapia apropriada a cada paciente)
  - c. Ecléticas (combinam-se diversas terapias)

5. Segundo o compromisso corporal:
  - a. Verbais
  - b. Corporais
  - c. Mistas
6. Segundo sua órbita de ação:
  - a. Transcendentes (transcendem à esfera social e cósmica)
  - b. Imanentes (atuam só no âmbito da esfera pessoal e nos problemas do Ego)
7. Segundo a natureza da relação médico-paciente:
  - a. Agressivas
  - b. Distanciadoras
  - c. Aproximativas
  - d. De comunicação
  - e. De contato
  - f. De carícia

Classificação das Terapias segundo a Natureza da Relação Médico-Paciente:

- a. Agressivas: a terapia agride de fato o paciente, com o propósito de curá-lo.
  - Lobotomia
  - Cordotomia
  - Eletrochoque
  - Choque insulínico (insulinoterapia)
  - Narcoanálise
  - Lavagem cerebral
  - Isolamento sensorial
  - Terapia aversiva (Maurice Feldman)
  - “Shock Tactics” (Ivar Levaas)
  - Psicochoque (William Penn Patrick)
  - Integração Estrutural de Ida Rolf
  - Terapias farmacológicas violentas (impregnação)
- b. Distanciadoras: Relação assimétrica entre terapeuta e paciente. O terapeuta mantém discreta distância com o “paciente”.
  - Psicanálise ortodoxa (Sigmund Freud)
  - Psicanálise profunda (Carl Gustav Jung)
  - Psicanálise Kleiniano (M. Klein)
  - Hipnoterapia (André M. Weltzanhoffer)
  - Hipnoanálise (L.R. Wolberg)
  - Hipnose Ativa Graduada (P. Geissmann)
  - Terapia Sofrológica
  - Hipnose Ativa Graduada (S. Cangon)
  - Relaxamento Analítico (R. Jareau e R. Kletz)
  - Yogaterapia (Peterson)
  - Meditação transcendental
  - “Behavior Therapy” (H.F. Eysenck)
  - “Training for Biofeedback”
  - Terapia Assertiva
  - Terapia da Realidade (William Glasser)

- c. Aproximativas: Relação dialógica entre terapeuta e paciente.
- Ontoanálise
  - Análise Existencial (Ludwig Binswanger, W. Van Dusen, Rollo May, V. Gebstetel, Strauss)
  - Gestalt Terapia (Escola Alemã), (Kofka, Khoeler e Wertheimer)
  - Sonho Vigil Dirigido (Robert Desoille)
  - Neopsicanálise (Karen Horney, Erich Fromm, Sullivan)
  - Terapias Psicossomáticas (Alexander, Dumbar, Von Weiszacker, Lopez Ibor, Chiozza)
  - Integração da Personalidade através do Diferencial Semântico de Oswood
  - Psicoterapia Artística . Psicoterapia Ocupacional
- d. De Comunicação: Comunicação verbal e/ou compromisso corporal do paciente.
- Mímica e Pantomima (J.L. Barrault, M. Marceau, E. Noisvander, A. Jodorowsky)
  - Quarto Caminho (Gurdieff, Ouspensky)
  - Psicossíntese (Roberto Assagioli)
  - Ludoterapia (Winnecott)
  - Expressão Corporal (Patrícia Stokoe, Maria Fux)
  - Treinamento Autógeno (J.H. Schultz)
  - Relaxamento Progressivo (E. Jacobson)
  - Relaxamento de Herbert Benson
  - Regulação Ativa do Tônus (B. Stokvis)
  - Método de “Concentração-interiorização” (Roff Gelewski)
  - Anti-ginástica (Therese Bertherat)
  - Rítmica de Dalcrozce
  - Movimento Consciente (Feldenkrais)
  - Tepsicoretranseterapia (TTT) (Akstein)
  - Sistema Laban
  - Psicodança (Chace)
  - Dançaterapia (Alice Bovard-Taylor, Mary Whithouse, Gabrielle Roth)
  - Laborterapia
  - Kinesiterapia
  - Descontração Ativa (J. Faust)
  - Psicoterapia Psicomotora (Pesso)
  - Psicocalistenia
  - Dança do Self (Blanche Howard)
  - Grupos Rajneesh
  - Za Zen
  - Tai Chi Chuan (Huang Ai Chung-liang)
  - Capoeira
  - Aeróbica (Kenneth H. Cooper)
  - Relaxamento por movimento passivo, para crianças (Wintrebert)
  - Psicofonia (Marie Louise Aucher)
  - Psicoterapia Ambiental
  - Eurritmia (Rudolf Steiner)
  - Musicoterapia (Rolando Benenzon)
  - Eutonia (Gerda Alexander)

- Terapia Gestáltica (Fritz Perls)
- Posições Geratrizes (Ethienne Decroux)
- Educação Vocal (Roy Theatre)
- Grupos de Encontro (Carl Rogers)
- Análise Transacional (Eric Berne)
- Terapia Primal (Arthur Janov)
- Processo Fischer-Hoffman
- Terapia Radical (Claude Steiner, Ronald Laing, David Cooper, Thomas Szasz)
- Cosmodrama (Pierre Weil)

e. De Contato: Simetria da relação terapeuta-paciente. Contato corporal. .

- Regulação Ativa do Tônus Muscular (Stokvis)
- Análise Bioenergética (Alexander Lowen)
- Massagem Terapêutica (George Downing)
- Reeducação Psicotônica (Ajuriaguerra, Cahen)
- Jogos Terapêuticos (New Games Foundation)
- Relaxamento Analítico (R. Jarreau e R. Klotz)
- Massagem Integrativa (Agnes Geocze)
- Massagem Do In (Jacques Lagrange)
- Tui-Na (Y. Manaka)
- Massagem Rítmica (Margarethe Hauschka)
- Massagem Psíquica (Roberta DeLong Miller)
- Psicobioenergética (Livio Vinardi)
- Relaxamento Carácter-Analítico (W. Reich)
- Técnica de Integração Sensitiva (Rolando Toro)
- Descompressão Fracionada (P. Sandor)
- Calatonia (P. Sandor)
- Reeducação da Resposta Sexual (Master e Johnson)
- Terapia do Sexo (Helen Singer Kaplan)
- Terapia Integrativa (José Ângelo Gaiarza)
- Reintegração Estrutural (Jesse Accioly)
- Técnicas Ativas (Juan José Tapia)
- Gestalterapia (Walter Ribeiro)
- Dança (Contração-Descontração) (M. Graham)
- Dança (Equilíbrio) (Doris Humphrey)
- Judô (Kendo)
- Artes Marciais (Peterson)
- Ai Ki Do
- Psicodrama (J. Moreno)
- Dança Psicodramática (J. Moreno)
- Encontro Aberto (William C. Schutz)
- Rolfing (Ida Rolf)

f. De Carícia: A relação terapeuta-paciente muda para uma relação amigo-amigo. A ação terapêutica é exercida pelo grupo, proporcionando continente. O contato adquire a qualidade de carícia ou regaço afetivo.

- Bioenergética (Wilhelm Reich)

- Somaterapia (Roberto Freire)
- “Sensitivity Training” (Esalen Institute)
- Biomúsica (Rolando Toro)
- Sensibilização e Relaxamento (Gunther Bernard)
- Despertar Sensorial (Selver e Brooks, Schutz)
- Massagem Sensual (Gordon Inheles-Murray Todris)
- Bioenergética (Octavio Rivas)
- Biodanza (Rolando Toro)

Considerando estes critérios de classificação das terapias, podemos descrever Biodanza como uma terapia:

- De grupo
- De estrutura semiaberta
- De composição heterogênea
- Científica
- De caráter ortodoxo
- Integral
- Corporal
- Imanente e transcendente
- De contato

## **Referências**

### 1. - Curas em transe Umbanda, Quimbanda e Candomblé (Trases de possessão)

- Curas Vodou
- Imposição de mãos
- Curas xamânica
- Terapia Mediúnica de Fisher e Hoffman

### 2. - Psicopintura

- Dactilopintura
- Cerâmica
- Colagem
- Teatro Terapêutico
- Psicocine
- Literatura Autobiográfica
- Biblioterapia
- Expressão Corporal
- Dançoterapia
- Rítmica de Dalcroze
- Ginástica Consciente
- Consciência pelo Movimento, segundo Moshe Feldenkrais
- Técnica de Rudolf Von Laban
- Método Carl Orff
- Método Kodali

### 3. - Cosmodrama (Pierre Weill)

- Técnica combinada de Expressão Corporal e Psicoterapia de Grupo (D. Litovsky, P. Chanoit, H. Nicolas)
- Análise Transacional combinada com Psicodrama e Terapia Gestáltica
- Técnicas Ativas (Tapia)

4. - Psicanálise Profunda (C.G. Jung)
  - Terapia com LSD
  - Cosmodrama (Pierre Weill) (Psicologia Transpessoal)
  - Psicodanza (Rolando Toro)
5. - Psicanálise
  - Análise Transacional
  - Psicodrama
6. “Aversion Therapy and behaviors disorders on Analysis” (Stanley, J.) (Rechman and Teasdale Univ. of Miami Press, 1969)
7. “Shock Tactics” (Ivar Lovaas) (Uso do castigo através do choque elétrico)  
James Q. Simmons and O. Ivar Lovaas - Use of pain and punishment as treatment with childhood schizophrenics. American Journal of Psychotherapy. 1969)
8. “Psicoshock” (William Penn Patrick): Golpes, injúrias, violações sexuais, com o propósito de despertar novas respostas frente ao mundo a partir do trauma. Leadership Dynamic Institute (EEUU)
9. Massagem violenta a nível de sinovial, sobre contraturas, com o objetivo de “quebrar” couraças caracterológicas
10. Parte do conceito de que as doenças mentais têm uma base orgânica e que se pode obter mudanças terapêuticas modificando, através de drogas, o metabolismo cerebral
11. Método de diagnóstico e tratamento através da análise e interpretação dos conteúdos do inconsciente pessoal
12. “The Psychoanalysis of Children” (Melanie Klen, 1969)
13. Dessensibilização sistemática
14. Aplicação das concepções existenciais de Heidegger à Psicanálise
15. Técnica de elevação de consciência
16. É o emprego do transe cinético no tratamento e profilaxia de psiconeuroses e doenças psicossomáticas. Akstein observou que, durante o transe cinético das seitas afro-brasileiras de Umbanda, Quimbanda e Candomblé, ocorre uma intensa liberação emocional, benéfica do ponto de vista psicoterapêutico. A TTT se baseia no mesmo tipo de transe, com as mesmas músicas, mas descartando o elemento místico
17. Concentração com música e movimento. Consciência do mundo interior
18. Diálogo e comunicação compreensiva (O paciente confia seus problemas e desafoga a tensão)
19. A mudança de ambiente pode, de per si, ter efeitos terapêuticos. Ao distanciar-se de pessoas “tóxicas” e ao se ver enfrentando novas adaptações, o doente tem a possibilidade de pôr em ação novas potencialidades
20. O psiquiatra Eric Berne desenvolveu a Análise Transacional (AT) como uma nova teoria da conduta, que permite a compreensão rápida e operatória do comportamento
21. “Todos somos um” (William C. Schutz)
22. “O Grito Primal” (Arthur Janov)
23. É o controle da cura da alma pela comunidade. Seu objetivo é o de desmistificar as práticas opressivas da Psiquiatria institucional e a escassez, artificialmente provocada, dos recursos psiquiátricos. A Psiquiatria Radical se propõe alcançar recursos psiquiátricos utilizáveis para grande número de seres humanos, de modo que as pessoas podem se curar da alienação umas as outras, sem necessidade de recorrer à mistificada opressão da Psiquiatria institucional.

# 14. PSICOTERAPIAS: ARS MAGNA

## DISTRIBUIÇÃO DAS TERAPIAS SEGUNDO CRITÉRIOS INTEGRADORES OU ANALÍTICO-COGNITIVOS

TERAPIAS VERBAIS COGNITIVAS		TERAPIAS ANALÍTICAS		TERAPIAS HOLÍSTICAS	
<p>Programação Neurolinguística</p> <p>Psicanálise Existencial (L.Binswanger)</p> <p>Logoterapia - Viktor Frankl</p> <p>- Rollo May</p> <p>Psicossimiose (Assagoli)</p> <p>Self Actualization - Abraham Maslow</p> <p>Psicoterapia centrada no cliente - Carl Rogers</p> <p>- Jacqui Schiff</p> <p>- Pamela Levin</p> <p>Técnicas Ativas Radix</p> <p>Sonho Vigil dirigido</p> <p>Psicoterapia Transacional</p> <p>GESTALT THERAPY (FRITS PERLS)</p>	<p>Psicanálise Lacaniana</p> <p>Psicanálise Profunda (JUNG)</p> <p>Abordagem Antropológico-Cultural</p> <p>- Erich Fromm</p> <p>- Karen Horney</p> <p>- Harry Stack Sullivan</p> <p>- Alfred Adler</p> <p>- Otto Rank</p> <p>- Gordon Allport</p> <p>Análise Transacional</p> <p>- Eric Berne</p> <p>- Roberto Kertesz</p> <p>Terapia Multimodal</p> <p>- Arnold Lazarus</p> <p>Análise Direta</p> <p>- John Rosen</p> <p>Psicanálise da Expressão Corporal</p> <p>- Jean de Du</p>	<p>Racional-Emotive Therapy (Albert Ellis)</p> <p>Neodoutvinismo Humanista</p> <p>Conduvívismo</p> <p>- B.F. Skinner</p> <p>Ida Roff (Roffing)</p> <p>J. A. Galassa</p> <p>Autoconsciência pelo Movimento</p> <p>- Moshe Feldenkrais</p> <p>Análise Bioenergética</p> <p>- Alexander Lowen</p>	<p>Terapia Primal</p> <p>- Arthur Janov</p> <p>Eutonía</p> <p>- Gerda Alexander</p> <p>Dança Sufi</p> <p>Psicodrama</p> <p>- Jacobo Moreno</p> <p>J. Rojas Bermudez</p> <p>Acupuntura Do-In Diquitupuntura</p> <p>Tai-chi-chuan</p> <p>F. Madíres</p> <p>Arte Terapia</p> <p>Dancoterapia</p> <p>Psicodança</p> <p>Transe Cinético</p> <p>Therese Berthel</p> <p>Somatoterapia</p> <p>- Roberto Freire</p> <p>Terapias com drogas expansoras de consciência (LSD-25, Mescalina)</p>	<p>Medicina Psicossomática</p> <p>- Franz Alexander</p> <p>- Dumbár</p> <p>- Ferruccio Antonioli II</p> <p>Psiquiatria Transcultural</p> <p>- Burton-Bradley</p> <p>Psiquiatria Radical</p> <p>- Claude Stainer</p> <p>- Ronald Laing</p> <p>- David Cooper</p> <p>Psicodrama</p> <p>- Jacobo Moreno</p> <p>J. Rojas Bermudez</p> <p>Psicoterapias Orientais</p> <p>- Yujiro Ikemi</p> <p>Alquímico</p> <p>BIODANZA (ROLANDO TORIO)</p> <p>Comunidade Terapêutica (Psicoterapia do Oprimido)</p> <p>- Alfredo Morat</p> <p>Musicoaterapia</p> <p>- Rolando Berenzon</p> <p>Drama Integração</p> <p>- Thais Bianchi</p> <p>Biodinâmica</p> <p>Sensitivity Training</p> <p>Massagem Holística</p>	<p>TERAPIAS ANALÍTICAS</p> <p>TERAPIAS VIVENCIAS</p>

## 15. BIODANÇA E AS PSICOTERAPIAS

Poderíamos começar a pensar tudo de novo. Inverter os axiomas iniciais que surgiram há milhares de anos como natural resposta à angústia que provocou a doença.

Se o objetivo da Psicoterapia é curar doentes, o objetivo da Biodança é desenvolver os potenciais de saúde. A alternativa então, é trabalhar a partir da doença ou mesmo dos fatores de otimização biossocial.

A proposta de uma mudança a partir da parte sã parece excluir a essência da psicoterapia tradicional.

Eis aqui um esquema comparativo entre Psicoterapia e Biodança:

### a. Fundamento

A Psicoterapia tem estrutura cognitivo-verbal	Biodança tem estrutura corporal-vivencial
Está baseada na Psicologia Experimental	É interdisciplinar. Inclui as Artes, a Filosofia, a Antropologia, as Ciências Sociais, etc.
Se baseia na Psicologia da personalidade	Não está centrada na personalidade
Usa linguagem científica	Utiliza indistintamente linguagem científica e poética

### b. Objetivos

Estritamente terapêuticos (curar as doenças)	Estritamente educativos (desenvolvimento do potencial humano)
Transformar o indivíduo	Transformar os valores alienantes
Tornar conscientes os conflitos inconscientes	Criar uma nova sensibilidade frente à vida

### c. Instrumentos

Diagnóstico (anamnese, entrevistas, técnicas projetivas, associação livre, análise de sonhos, etc.)	Treinamento através de exercícios de "música-movimento-vivência"
Tratamento: conscientização através de análise, interpretação, aconselhamento, etc. Elaboração verbal dos conflitos	Desenvolvimento das potencialidades biológicas, afetivas, criativas, sexuais e transcendentes

### d. Áreas de Aplicação

Neurose, psicose, transtornos de conduta e adaptação. Psicopatias. Deficiente mental, etc.	Destinada a todas as pessoas. É aplicada nas áreas de: Educação e profilaxia Reabilitação Lazer Criatividade Auto-regulação orgânica
--	--

## Resumo

### Psicoterapia:

- Possui um enfoque essencialmente terapêutico.
- Parte da doença (conflito).
- Baseia-se no estudo da personalidade.
- Utiliza métodos de diagnóstico e categorias nosológicas.
- Torna conscientes os conflitos inconscientes. Estuda a evolução clínica da doença.
- Faz interpretação e elaboração verbal dos dados (análise).
- Sua etimologia é Psyché = Alma.

### Biodanza:

- Tem um enfoque essencialmente pedagógico: o desenvolvimento das potencialidades humanas.
- Baseia-se no estudo do Homem como unidade biológica e social. Não interessam os problemas pessoais.
- Não utiliza os métodos de Diagnóstico da Psicoterapia nem categorias nosológicas.
- Utiliza sistemas de controle evolutivo das potencialidades.
- Trabalha com técnicas de integração baseadas na estrutura “música-movimento-vivência”.
- Seu fundamento é Bios = Vida.

Se optarmos por pensar tudo de novo, enfrentaríamos uma dramática alternativa filosófico-existencial: trabalhar com a doença ou, ao contrário, fazê-lo com a energia de redenção e criação.

“Biodanza Clínica”, especialidade de Psicólogos e Psiquiatras, se propõe um delicado esforço interdisciplinar e de complementação. Enquanto a Psicoterapia aborda o conflito, Biodanza cultiva a parte não conflitiva: as cinco Linhas de Vivência. Enquanto a primeira registra a doença, a segunda registra a evolução.

Biodanza Clínica não mistura seus procedimentos com os de outras Psicoterapias. Os métodos de diagnóstico e as pautas de prosseguimento são próprios de Biodanza.

O que o Professor de Biodanza Clínica aporta, por sua condição de Psicólogo, é um critério sobre a dinâmica do transtorno e uma qualificada informação sobre a biografia do doente. Isto lhe facilita, sem dúvida, o uso dos instrumentos próprios de Biodanza para alcançar eficácia em cada quadro clínico.

O futuro dirá se é válido este esforço de integração entre Biodanza e Psicoterapia.

Dentro da linha oriental da Psicoterapia, técnicas como a Meditação Transcendental, Técnicas de Massagem do tipo Do In, Tui Na, Medicina e Psicologia Acunpuntural, Yoga em suas diferentes modalidades, Tai Chi Chuan, Técnicas de combate, do estilo Karatê, Tai Kwon Do, etc., a proposta é, no geral, a busca de uma harmonia consigo mesmo usando a dialética taoísta de harmonização dos opostos e dentro de uma cosmogonia em que a vida em si mesma, como essência divina, é desvalorizada, a expensas de uma evolução ontocsmológica na qual os indivíduos se desprendem do Karma. Faz exceção a estas propostas a meditação Zen. Sem dúvida, o tema do encontro humano autêntico, profundo, encantador e extásico, praticamente não existe. Somente o Tantra utiliza o encontro amoroso sexual como acesso ao êxtase.

O aporte oriental na psicoterapia do encontro, é mínimo.

## 16. MUDANÇA E HOMEOSTASE

O conceito de “mudança” que subjaz nas técnicas de integração humana, sejam de tipo religioso, psicoterapêutico ou pedagógico, propõe uma série de interrogantes que é necessário elucidar com cautela e sensibilidade.

1. Que sentido tem a mudança dentro do indivíduo como sistema?
2. Qual é a profundidade da mudança e que níveis de integração alcança?
3. Que consequências tem a mudança na vida do sujeito? Existe nicho ecológico para a mudança? É uma mudança sustentável?
4. Como controlar os riscos implícitos na mudança?
5. Que consequências tem a mudança para as pessoas que rodeiam o sujeito?
6. Pode se medir ou avaliar de um modo objetivo a natureza e a profundidade da mudança?
7. Que consequências acarreta a mudança na economia energética entropia x neguentropia do sistema, uma vez que este alcança o novo degrau de equilíbrio interno?

A maior parte dos sistemas de desenvolvimento humano não se colocaram seriamente estas perguntas. Por outro lado, tais interrogantes abrem uma infinidade de novas perguntas, difíceis de responder.

Em Biodanza, propomos algumas respostas provisórias, sujeitas a retificação com o avanço das ciências, em especial da Biologia.

1. A mudança deve ser feita no sentido de aumentar a integração do sistema, isto é, seu equilíbrio ultra-estável e sua capacidade de otimização funcional. Para isso, a mudança deve surgir das necessidades profundas da pessoa, isto é, da fonte instintivo vivencial.
2. A profundidade da mudança deve ser avaliada em relação à quantidade de subsistemas que envolve em um ciclo completo, isto é, à complexidade do processo integrativo abarcado. Assim, por exemplo, há mudanças a nível motor, sensitivo motor, cognitivo motor, mudanças das respostas instintivas e viscerais, de nível afetivo, isto é, mudanças da qualidade e intensidade do encontro inter-humano, mudanças de amplitude de consciência, etc.
3. A mudança deve se dar em “feedback” com o ambiente. Não pode ser traumática nem destrutiva. Para que as mudanças sejam sustentáveis é necessário que sejam homeostáticas e ecológicas. Os ecofatores integram a biosfera e funcionam em ciclos, não como projéteis isolados. Uma ação violenta sobre o sistema neurovegetativo (como, por exemplo, a que produzem certos exercícios de catarse) não induz mudanças homeostáticas nem sustentáveis. A simples descompensação neurovegetativa desencadeia desordem entrópica e não integração.
4. O autocontrole do processo de mudança requer um treinamento prévio em fluidez e criatividade, uma normal capacidade de resposta em “feedback” e uma progressividade no referido processo de mudança.  
As mudanças bruscas não são orgânicas nem integrativas. Geralmente só contribuem para aumentar os níveis de desordem interno.
5. É necessário avaliar responsabilmente e com ternura, as possíveis consequências que a mudança do indivíduo terá em seu meio ambiente. A mudança não deve ser considerada uma ação solitária, mas sim um ato verdadeiro e de efeito nutridor. A mudança deve se retroalimentar com o meio ambiente próximo (ecossistema familiar, de trabalho, etc.).
6. A avaliação das mudanças pode ser feita utilizando como parâmetros os “índices” de cada linha de vivência e estimando as variações da economia energética (entropia-neguentropia) do sistema.  
Os índices de cada linha de vivência são referenciais aproximativos e podem ser considerados como conjuntos de fatores poderosos de integração.

A pergunta fundamental em qualquer sistema de mudança é: O que mudar? Como? Através de que sistema? Terá profundidade essa mudança?

Existem diferentes opções de mudança: Psicanálise, Terapia Gestáltica, Análise Transaccional, Bioenergética, Psicodrama, etc.

Veremos um panorama das mudanças que se pode obter através de Biodanza.

- 1ª Ordem: São as que se espera que se produzam no Curso de Iniciação.
- 2ª Ordem: Em Cursos mais avançados são cruzadas barreiras mais profundas.
- 3ª Ordem: Mudanças radicais.

#### • **Mudanças de 1ª. Ordem:**

##### 1. Integração ao próprio corpo

A maioria das pessoas estão dissociadas: não sentem partes do corpo ou do corpo inteiro; percebem-se a si mesmos com um esquema corporal centrado na cabeça. Os graus de dissociação são variados. Ex.: mulher frígida: não sente seus genitais. Se estivesse bem conectada com seu corpo teria capacidade para sentir, sem depender de seu par. Mulher histérica: está dividida em 2 partes, superior e inferior.

Nossos atos não têm interioridade. Uma parte somente tenta mostrar as emoções: riso que é um esgar da boca, sem alegria; ato sexual mecânico.

A dissociação corpo-alma foi um valor cultural durante muitos séculos. Integrar corpo e alma representa uma mudança nos valores culturais.

##### 2. Transformação das defesas

As rigidezes motoras representam nossa defesa contra o meio. Reich as denominou “Couraças caracterológicas”. A técnica que ele propôs é a Bioenergética, da qual, posteriormente, foram feitas variantes por Lowen, Rolf, etc. Todas tentam romper ou dissolver a couraça caracterológica através de massagens, golpes ou movimentos bruscos.

##### 3. Auto-regulação orgânica

Recuperar energia, equilibrar a balança neurovegetativa, o ritmo cardíaco, a pressão arterial, através dos mecanismos de autorregulação.

Os problemas que se tenta resolver a partir da angústia, são mal resolvidos. Isto deve ser feito a partir da saúde.

##### 4. Integração motora

As dissociações motoras são as seguintes: (enumeração). Em Biodanza são apagadas as fronteiras entre os diferentes centros, o que eleva o nível de saúde: elimina as dores de cabeça, cólicas etc.

Obs.: Estes quatro itens correspondem à Linha de Vitalidade.

##### 5. Despertar do desejo

Experimentar o corpo como fonte de prazer, sem culpa. Se não se sente desejo, tampouco se sentirá prazer.

Em Biodanza se desenvolve a dessensibilização da culpa. Experimenta-se o desejo como algo natural e saudável.

##### 6. Aumento da comunicação

Olhar nos olhos, sorrir, escutar os outros; relacionamentos com mais força magnética.

##### 7. Expressão das emoções

Há pessoas que não demonstram o que sentem: têm raiva e sorriem; têm pena e desejos de chorar e se mantêm duros; estão emocionadas e permanecem indiferentes. Quando uma pessoa expressa suas emoções, os outros sabem como relacionar-se com ela.

Estas qualidades são apenas de sobrevivência. O mínimo para ter uma vida saudável. Daqui se parte para a evolução.

As dissociações são produzidas pelos valores de nossa civilização. Em Biodanza fazemos exercícios que integram. Ex.: se uma pessoa tem enxaqueca, aprende a sentir.

Pergunta: Em que idade as patologias começam a ser adquiridas?

Resposta: Na mais tenra idade.

Exemplo de bloqueio da Criatividade: uma criança não consegue comer com os talheres. Atira-os ao chão, mete a mão no prato e come. Resolveu seu problema. A mãe bate em suas mãos e o obriga a agir da maneira convencional.

Uma criança gosta do doce de leite. Procura uma cadeira, arrasta-a, sobe nela e alcança o pote. Achou uma maneira de resolver o problema. Recebe então um castigo.

Busca-se localizar a parte de nós mesmos que resiste a mudar. Há aspectos da conduta e certos padrões de resposta geral que mudam. Mas outras se conservam com extraordinária estabilidade. Devemos reconhecer que algumas destas respostas estão somatizadas e mudá-las significa uma mudança da homeostase. Assim, por exemplo, a conduta toxicômana ou os umbrais de resposta ao “stress”.

Há outras características, sem dúvida, aparentemente não somatizadas ou somatizadas a níveis muito diferenciados, que o indivíduo não muda, porque as percebe como parte essencial de si mesmo e mudá-las significaria negar-se por completo. Por esta razão, a via para mudá-las seria a transformação do Ego em identidade como condição prévia.

Na esquizofrenia ocorre que o delírio compromete em profundidade a autopercepção. O sujeito experimenta o delírio como parte essencial de sua natureza e a negação do delírio o coloca em perigo.

## 17. NÍVEIS EVOLUTIVOS EM BIODANZA

Evolução é o processo de mudança de um sistema vivo. As mudanças não são necessariamente de otimização. O Homem promove seu próprio crescimento através da educação e de outros sistemas de desenvolvimento pessoal.

Como estimular os níveis de crescimento no Homem? Quais serão os indicadores de crescimento real?

Cada sistema de desenvolvimento humano oferece modelos diferentes para estimar o crescimento, a saúde ou a plenitude existencial. Biodanza propõe três níveis de crescimento em cada linha de vivência.

Estes níveis de crescimento representam mudanças biológicas, expressão de potenciais genéticos, processos de integração, aumento da complexidade das conexões neurológicas, expansão da consciência e amplificação da percepção. Todas as mudanças alcançadas em Biodanza têm um substrato biológico e só podem ser consideradas como significativas quando se estabilizam na forma de funções estruturadas.

### 1. Níveis de crescimento na Linha da Vitalidade

#### a. Transformações de 1º Grau

- Aumento notório da energia vital e da disposição à ação
- Integração motora: ritmo, coordenação, flexibilidade, fluidez, eutonia, elasticidade, unidade e harmonia dos movimentos

#### b. Transformações de 2º Grau

- Aumento das motivações para viver
- Auto-regulação sistêmica. Equilíbrio neurovegetativo (simpático-parassimpático). Eliminação de sintomas psicossomáticos

#### c. Transformações de 3º Grau

- Renovação biológica
- Integração neuroendócrina
- Aumento da resistência imunológica

## 2. Níveis de crescimento na Linha da Sexualidade

- a. Transformações de 1º Grau
  - Diminuição dos preconceitos sexuais
  - Diminuição da repressão sexual
  - Despertar da fonte do desejo
- b. Transformações de 2º Grau
  - Aumento da capacidade de orgasmo tanto em frequência como em intensidade
  - Integração da Sexualidade com a Afetividade
  - Assunção da identidade sexual (comportamento coerente com a identidade sexual)
- c. Transformações de 3º Grau
  - Êxtase sexual como experiência transcendente. Orgasmo cósmico

## 3. Níveis de crescimento na Linha da Criatividade

- a. Transformações de 1º Grau
  - Expressão de emoções de alegria, tristeza, ternura, erotismo, raiva, medo, etc.
  - Dança-canto. Capacidade de criar a própria canção e dançá-la.
- b. Transformações de 2º Grau
  - Reformulação da existência (onde quero viver?, com quem vivo?, ?que desejo fazer com minha vida?)
- c. Transformações de 3º Grau
  - Criação de obras artísticas com nível de formalização estética: poesias, pinturas, cerâmicas, fotografias, danças, músicas, etc.

## 4. Níveis de crescimento na Linha de Afetividade

- a. Transformações de 1º Grau
  - Eliminação de relacionamentos com pessoas tóxicas
  - Criar e estimular relações nutritivas
  - Celebrar rituais de vínculo (aniversários, visitas, correspondência epistolar, etc.)
- b. Transformações de 2º Grau
  - Capacidade de dar e receber continente
  - Afetividade nutritiva
- c. Transformações de 3º Grau
  - Ação e luta social pelos desamparados

## 5. Níveis de crescimento na Linha de Transcendência

- a. Transformações de 1º Grau
  - Consciência ecológica
  - Percepção holística do universo
- b. Transformações de 2º Grau
  - Capacidade de regressão e transe
- c. Transformações de 3º Grau
  - Estruturação de um continente interno
  - Vivência de formar parte da totalidade cósmica
  - Amor infinito, êxtase, íntase
  - Iluminação (capacidade de iluminar a vida dos outros)

## NÍVEIS EVOLUTIVOS SEGUNDO O MODELO TEÓRICO DE BIODANZA

LINHAS DE VIVÊNCIA	TRANSFORMAÇÕES DE 1º GRAU	TRANSFORMAÇÕES DE 2º GRAU	TRANSFORMAÇÕES DE 3º GRAU
<b>Vitalidade</b>	Aumento da energia vital Integração motora	Forte motivação para viver Auto-regulação sistêmica (supressão dos sintomas psicossomáticos)	Renovação biológica
<b>Sexualidade</b>	Despertar da fonte do desejo Desrepressão sexual	Orgasmo Consciência da identidade sexual	Êxtase erótico
<b>Criatividade</b>	Expressão através da voz-movimento Expressão das emoções	Reformulação da existência	Criação artística
<b>Afetividade</b>	Eliminação de relações tóxicas Rituais de vínculos	Capacidade de dar e receber continente Afetividade nutritiva	Ação e luta social pelos desamparados
<b>Transcendência</b>	Consciência ecológica Percepção holística do Universo	Capacidade de regressão e transe	Estruturação de um continente interno Êxtase, íntase

## Capítulo IV – PARA UMA INVERSÃO DA ESTRATÉGIA EPISTEMOLÓGICA

### 01. PARA UMA INVERSÃO DA ESTRATÉGIA EPISTEMOLÓGICA

É notório o fator projetivo na estruturação de Modelos Teóricos sobre as “funções mentais”.

A obsessão cultural dos grandes teóricos da Psicologia girou em torno de uma percepção analítica do Homem, inclusive no mais monista deles, Carl Gustav Jung. A puerilidade do modelo de tipos psicológicos, que descreve as quatro funções básicas da psique (pensar, sentir, perceber, intuir) não resiste a uma confrontação séria do ponto de vista epistemológico; assim mesmo, sua definição do Eu:

*“Um complexo de representações que, para mim, forma o centro de meu campo de consciência e que me parece de uma grande continuidade e identidade consigo mesmo”,*

parece extremamente confusa. Esta linguagem provém de uma visão do Homem dividido. É extraordinário que Jung, assim como a maior parte dos psicólogos fatorialistas atuais, não viu as funções mentais dentro de uma visão organísmica unitária.

Sabemos, pelas investigações de Piaget, que tanto a percepção como o pensar não podem ser compreendidas isoladas da motricidade e da ação.

Sabemos, além disto, pelas investigações com o quarto de Ames, que a percepção se estrutura gestalticamente a partir da Afetividade. O pensar é apenas um sistema capaz de realizar operações icônicas ou semânticas a partir da forte pressão das vivências. É a emoção que organiza o pensamento. Pensemos na estruturação das ideias delirantes, nas ideologias como sistemas de ideias emocionalmente supervalorizadas e na organização de estruturas icônicas, imaginárias ou semânticas, onde, sempre, o fator afetivo constitui a trama subjacente. O “sentido”, tanto nas estruturas icônicas como semânticas, provém da vivência. As funções mnêmicas, as associativas, a análise e a síntese, estão sujeitos a processos de seletividade que provêm da esfera da vivência. Todas estas funções se desenvolvem a partir de gérmenes emocionais. A intuição e o sentir não são senão formas da esfera da emoção. A distribuição, portanto, destas quatro funções mentais em um sistema cartesiano, é tão ingênua como inverossímil.

Por outra parte, é hora já de sublinhar a gênese vivencial da consciência, do pensamento e das operações formais em geral. Somente quando a perspectiva para uma imagem do Homem mudar seu ângulo visual e o centrar, não na consciência nem na razão, mas sim na Afetividade, as ciências do Homem poderão superar as imensas barreiras existentes atualmente para a compreensão do humano. Erros imperdoáveis da Psiquiatria e da Medicina, o fracasso das Psicoterapias atuais e a impossibilidade de uma profilaxia, se devem a que o centro de atenção dos investigadores está na consciência, o que impede de ver que a gênese do projeto existencial se inicia nas emoções e não no pensamento. A Epistemologia tem que mudar sua estratégia.

### 02. O NÚCLEO EMOCIONAL DA EXISTÊNCIA

Que a estrutura da existência tenha motivações inconscientes, não é estritamente verdadeiro. Que seja necessário dar pautas conscientes a nossa existência, é ainda menos verdadeiro. Que nossa existência seja o resultado e um conjunto de decisões, é, finalmente, inteiramente falso. Nossa proposta é que a existência é o desenvolvimento de um projeto e que o núcleo propulsor desse projeto é de natureza emocional. Esse núcleo é algo muito mais complexo que o que comumente se denomina “motivações instintivas”.

A estrutura da existência tem suas bases na resposta que parte da nossa própria identidade a três grandes enigmas: Onde quero viver? Com quem quero viver? Que quero fazer?

A existência plena é a resposta favorável que, com nossos mínimos atos, damos a essas perguntas.

A existência doentia é a resposta que nos separa dia a dia do caminho que emocionalmente foi traçado em nosso coração.

A pessoa saudável escuta sua emoção e percorre esse caminho até o final. O doente se perde em um labirinto construído por suas próprias decisões. A insatisfação, o mau humor, o sentimento de frustração, de fracasso, a frequente sensação de vazio e sem sentido, as respostas neuróticas e outras formas mais graves da patologia, como as condutas psicopáticas, surgem da desconexão com esse núcleo essencial da identidade, podendo o fenômeno resumir-se no que seria a tríplice traição contra si mesmo.

O primeiro núcleo, sobre o “onde viver”, é a resposta à nostalgia mais profunda de um paraíso ecológico, que indubitavelmente existe, mas que deve ser conquistado. É nossa necessidade de útero, regaço, ninho, que conduz o Homem a uma espécie de eterno retorno em busca de suas origens. O sentimento de caverna está vinculado à ideia de útero. Mircea Eliade encontrou alguns equivalentes entre útero, guarida, casa. Esse lugar é diferente para cada um. É a terra da promessa.

O segundo componente deste núcleo afetivo da existência, “com quem viver”, reclama uma longa peregrinação em busca de uma comunicação essencial, autêntica, encantadora, com outras pessoas. Um submergir-se na espécie, no Eros Indiferenciado, até descobrir a alma gêmea, essa ressonância única, perfeita, essa intimidade que produz a companhia. O drama existencial não radica em não encontrar o(a) companheiro(a), mas em não poder reconhecê-lo.

A terceira força que impulsiona nossa existência está, como as anteriores, vinculada à essência de nossa identidade. Que quero fazer? De entre todas as infinitas opções, qual é minha verdadeira profissão? Qual é minha vocação? Vocação provém de voz, chamado divino, é o que nasce da essência de nossa identidade. Alguns requerem ensaiar múltiplos trabalhos, realizar tarefas difíceis ou abandonar-se na “vacuidade” criadora, até encontrar o ofício de sua mais formosa potencialidade. Que pessoas, desorientadas dentro do labirinto de nossa civilização, alienadas, não caminham por essas rotas interiores, andam como os mortos, guiados pelas lamentações. Lembram a arrepiante “Décima Elegia”, de Rainer Maria Rilke.

Os três componentes afetivos do núcleo existencial, estão profundamente ligados. Muitas pessoas querem estar no lugar onde está seu amor e fazer algo para as pessoas queridas e com elas.

Os povos nômades uniram o que faz a sobrevivência e o trabalho com o onde viver. John Perse canta essas multidões errantes e seus ofícios:

*“Homens, gente de poeira e de todas as usanças, gentes de negócio e de ócio, gentes dos confins e gentes de além (...) farejadores de sinais, de sementes e confessores de sopros no Oeste (...) Oh, buscadores de olhos de água na crosta do mundo, oh, buscadores, oh, descobridores de razões para ir-se a outros lugares...”*

Froebenius distingue duas noções profundamente vinculadas, que caracterizam o Homem sedentário e o nômade: o que encontra seu ninho ecológico e se estabiliza em algum lugar e aqueles que buscam eternamente lugares para viver. Fala então de “espírito de caverna” e “espírito de distanciamento”.

O destino do Homem, o desdobramento de sua semente existencial, não está fatalmente determinado. O projeto se configura e se realiza na fidelidade a essas emoções fundamentais e está formado por movimentos sensíveis na raiz da nostalgia.

Três exercícios ativam a sensibilidade que vincula nossa existência à “nostalgia do ser”:

1. Buscar o lugar nosso lugar de maior ressonância com nosso corpo dentro do espaço da sessão. Não se trata de um ato imaginativo, mas de um ato sensível.
2. Buscar, no meio do grupo, com os olhos fechados, o contato com as pessoas com quem mais gostaria de estar. Reconhecer, nesses contatos, as afinidades profundas.
3. Dançar sua própria dança, isto é, fazer exatamente os movimentos que nascem espontaneamente de si mesmo.

### 03. VIVÊNCIA: INSTANTE VIVIDO

O ponto de partida para o desenvolvimento humano em base profunda é a renovação das vivências. As vivências de amor e comunhão ativam e harmonizam as funções límbico-hipotalâmicas.

O conceito de “vivência” foi criado por Dilthey, que o definiu como “instante vivido”. Esta definição alude a uma temporalidade “aqui-agora”; a vivência emerge no instante que se está vivendo. Como a água de uma vertente, as vivências surgem com espontaneidade e frescura. As vivências possuem a qualidade do original e têm uma “força de realidade” que compromete todo o corpo. As vivências não estão sob o controle da consciência. Podem ser “evocadas”, mas não dirigidas pela vontade. Em certa medida, estão fora do tempo, da memória, da aprendizagem e do condicionamento.

O poder reorganizador que possuem as vivências, se deve a essa qualidade única de surgir como a primeira expressão afetiva de nosso organismo, com sensações corporais fortes. As vivências constituem a expressão original do que é mais íntimo de nós mesmos, anterior a toda elaboração simbólica ou racional.

Estas considerações nos induzem a rechaçar categoricamente a absurda pretensão de “elaborar, interpretar e racionalizar as vivências”. Tal atitude provém de um psicologismo deformante. A inteligência cognitiva não é o instrumento apropriado para “organizar” as vivências. Pelo contrário, as vivências é que são os conteúdos nutrentes da existência - são elas que devem orientar e dar sentido à existência. A consciência tem o papel de registrar e resolver os problemas com o mundo externo, mas não dirigir as vivências. As comovedoras sensações que surgem das vivências, têm que ser assumidas e não interpretadas.

Biodanza desperta vivências que têm um valor organizador e integrador em si mesmas.

Estas vivências se aprofundam porque se tornam aprendizagem visceral, adquiridas de forma prazerosa.

O fenômeno da aprendizagem compromete todo o organismo e não só a parte cortical.

Há três níveis de aprendizagem:

- Cognitivo
- Vivencial
- Visceral

Se uma aprendizagem não abrange estes três níveis, as respostas serão dissociadas. Por exemplo, uma pessoa pode considerar intelectualmente que tem direito a exercer livremente sua sexualidade, mas emocionalmente sente-se insegura e assustada e visceralmente pode ter uma diarreia nervosa.

Estes três níveis de aprendizagem estão relacionados neurologicamente e podem influenciar-se entre si, mas possuem também uma forte autonomia. A percepção dos significados que afetam a existência pode influenciar sobre o emocional e o visceral. Tomemos como exemplo o significado que uma má notícia pode produzir: uma emoção de profundo sofrimento e, a nível visceral, espasmos cardiorrespiratórios e até mesmo a morte.

As terapias cognitivas que trabalham a nível verbal, com significados, se baseiam justamente na vertente que vai do córtex até a região límbica e hipotalâmica, ou seja, têm como ponto de partida os significados das vivências. Sem dúvida, a compreensão dos significados não modifica as respostas imediatas frente à vida, quando muito, afetam a nível de decisão.

Biodanza trabalha principalmente com vivências montadas sobre grandes significados gerais tais como o valor e a importância do contato na relação humana.

Podemos considerar Biodanza como um sistema de desenvolvimento e integração humana, que estimula a produção de vivências integradoras através de exercícios de comunicação e contato. Sua ação se baseia, portanto, na atuação do sistema límbico, centro da conduta flexível e das vivências, da emoção e dos instintos. O sistema límbico possui funções importantes, como as do hipocampo, da amígdala cerebral e do hipotálamo, o qual regula as diversas funções da hipófise e, através dessa glândula, o resto do sistema endócrino; é considerado um dos centros regulado-

res das emoções de raiva, medo, desejo sexual, fome, cuidado com a prole, etc. Vivências místicas e êxtase têm sido produzidas por estimulação da parte média superior do lóbulo límbico.

Investigações realizadas com animais sugerem que a estimulação de áreas do hipotálamo e de certos núcleos do mesencéfalo, provocam sensação de prazer. Por sua parte, Walter Rudolf Hess e outros descobriram também ali os centros de controle dos processos digestivos, sexuais e excretórios. O sistema límbico e o hipotálamo são as formações neurológicas correspondentes ao mundo da afetividade e das vivências do instinto. Estas formações neurológicas são inibidas, controladas e moduladas por impulsos do córtex cerebral. Os sistemas de educação, com seus valores e ideologias a serviço da repressão dos impulsos, têm produzido um fortalecimento das funções corticais em detrimento das funções hipotalâmicas. Biodanza, através de exercícios de semi-transe, suspende temporariamente a função inibidora do córtex, para permitir a liberação das emoções e vivências.

#### 04. PRIORIDADE DAS VIVÊNCIAS EM BIODANZA

No processo consciência-vivência se reforçam as defesas do ego patológico.

- Consciência
- Vivência
- Vísceras

Enquanto a direção da existência não se modifica; todas as manifestações externas, de fachada, mantêm o esquema patológico.

No processo vivência-consciência, se produzem as mudanças existenciais em profundidade, a modificação secreta, mais além das mudanças de fachada,

Trabalho na vivência e na sinceridade.

As psicoterapias tradicionais acreditam nas mudanças a nível da consciência, que deve impor-se nos automatismos viscerais. Ex.: Yoga. A consciência deve alterar o mecanismo da respiração. Atuam a partir de um esquema de poder. A consciência deve dominar o corpo com seus instintos (o corpo como escravo).

O Facilitador de Biodanza deve ter coerência vital com a metodologia.

O processo da vivência é de Síntese Existencial, que não necessita da decodificação, a análise da consciência.

Na vivência não há conflito (desejos, cansaço, prazer, etc.). O conflito se estabelece entre a consciência e a realidade. Esta colocação é de Franz Alexander (que se baseou em Hess). Menciona as funções Ergotrópica e Trofotrópica.

- Função Ergotrópica

Impulso dinâmico de interação com o mundo. Predomínio de adrenalina.

- Função Trofotrópica

Tranquilidade fisiológica, para o desenvolvimento das funções orgânicas (sono, paz, ternura). Predomínio de noradrenalina.

- Perls:

*“A escolha é sempre uma Instituição (Tribunais de Justiça, Super Ego)”*.

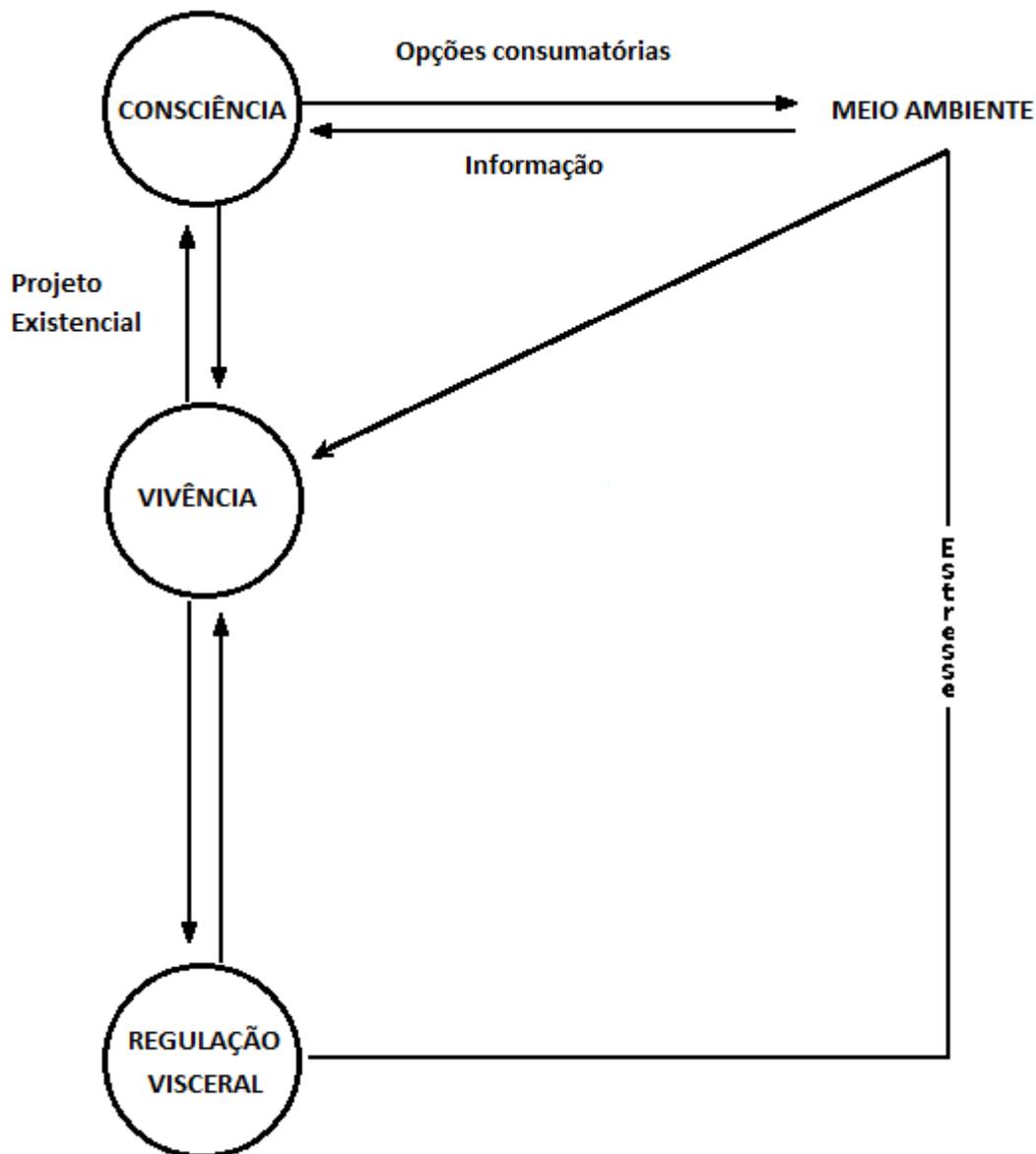
Diante do conflito com o meio ambiente, a consciência deve planificar, discriminar, decodificar, fazer a análise existencial em profunda cumplicidade consigo mesma (veracidade). A vivência deve assumir a pessoa, tomar tal força, que a pessoa não controle. As iniciativas devem partir da vivência interior (temperatura, brilho dos olhos). Mais tarde, a consciência deve ser informada. Se é informada de imediato, a pessoa faz sutis racionalizações e reforça seus mecanismos de defesa. Os conflitos se instalam, então, nos órgãos.

- Consciência: Análise, decodificação, defesa.
- Vivência: Síntese.

Orientar nossa vida a partir das vivências: “Estou excitado, com desejos, me bate o coração...”.

Nossa cultura impulsiona a funcionar com prioridade absoluta da consciência. Não com simultaneidade nem complementação.

#### Prioridade da Vivência:



## 05. EMBRIOLOGIA DAS VIVÊNCIAS

Parece que é hora de tentar um estudo genético das vivências, da maneira que Jean Piaget realizou com respeito às funções operacionais.

O conceito de vivência foi proposto por Dilthey e definido como “instante vivido”. A vivência possui, assim, a palpitante e comovedora qualidade do vivido aqui e agora, com intenso compromisso corporal.

Este “instante vivido” não surge como emoção isolada, separada de seu contexto orgânico e biográfico. Em realidade, as vivências surgem da vertente instintiva e estão sujeitas a mudan-

ças determinadas por experiências anteriores. Por esta causa, podemos legitimamente falar do desenvolvimento de “Linhas de Vivência” em um sentido embriológico. Sem dúvida, as vivências são modos de reagir e experimentar a vida, com raízes instintivas que podem ser modificadas por fatos biográficos.

As Linhas de Vivência são impulsos teleonômicos em torno dos quais se organizam funções orgânicas, performances e decisões em relação ao meio.

Frente a circunstâncias semelhantes, duas pessoas experimentam vivências diferentes.

As vivências foram agrupadas em cinco linhas ou canais de circulação dos potenciais teleonômicos. O fundamento desta divisão das linhas de vivência será exposto em capítulos posteriores.

▸ Linha de Vitalidade

Esta linha se origina no instinto de conservação, nos múltiplos mecanismos encarregados de manter a homeostase e a regulação intraorgânica.

▸ Linha de Afetividade

Tem, como a anterior, um fundo biológico de sobrevivência, solidariedade e coesão à espécie.

▸ Linha de Sexualidade

É gerada no instinto sexual, que assegura a reprodução e o fluxo genético.

▸ Linha de Criatividade

É o impulso a estabelecer novas e variadas relações ecológicas e a transformar o meio ambiente.

▸ Linha de Transcendência

É o impulso de renovação e reciclagem dos padrões embriológicos.

Colocamos nossa ênfase na origem biológica das vivências e em sua função teleonômica, embora, como veremos, seu desenvolvimento adulto está impregnado de qualidades cada vez mais sutis e complexas que, com frequência, fazem esquecer sua gênese orgânica. Quando se fala, por exemplo, de Criatividade ou de transcendência, muitos autores esquecem o substancial componente visceral e corporal destas funções.

Se, durante os primeiros meses de vida, a criança encontra as condições ambientais apropriadas para estruturar neurologicamente suas respostas, as Linhas de Vivência desenvolvem a plenitude do projeto humano. Esta fase larvária na gênese dos padrões de resposta vivencial foi denominada etapa das "Protovivências".

Para diminuir a atividade cortical, são utilizados os seguintes recursos:

- Exercícios a olhos fechados, eliminam o lóbulo occipital.
- Movimentos sensíveis, não dirigidos, eliminam o córtex motor.
- Em silêncio, eliminação da área parietal, centro da linguagem.
- Estimulação límbico-hipotalâmica.

A atividade repressora do córtex tem mecanismos para se conservar, apesar de todas as mudanças. Verdadeiro sistema homeostático. Inércia tão estruturada na patologia, que segue funcionando.

Estudos historiosóficos para fazer um espectro da patologia de nossa cultura: o freio das emoções está neurologicamente reforçado pela aprendizagem.

Biodanza trabalha com vivências de:

- Vitalidade
- Sexualidade
- Criatividade
- Afetividade
- Transcendência

As vivências experimentadas durante a aula não são um corte transversal do tempo vivido, mas sim são como as pérolas de um colar, têm um matiz próprio. Algumas pessoas não conseguem sentir, porque a linha de Afetividade está obstruída.

Fazendo um estudo das Linhas de Vivência, chegamos às protovivências.

Foram descobertas respostas da criança dentro do ventre materno, à música (aceleração do ritmo cardíaco ou diminuição da “chutes” etc.). Pareceria ser que a vivência fundamental é a vivência oceânica, descrita por Freud e, posteriormente, por Jung, de não ter limite corporal, estar dissolvido em uma totalidade sem limites, flutuando. Durante o transe, a pessoa vive esse estado.

Protovivência: vivência que a criança tem nos primeiros dias e primeiros 6 meses de vida. A criança entra em um duplo processo:

a. Cognitivo: Muito bem estudado por Piaget (como se estrutura a aprendizagem de tamanho, peso, quantidade, etc.) e pelos Etólogos (o surgimento da aprendizagem precoce e aprendizagem súbita –“flash learning”). Timbergen (em crianças pequenas e em animais. “Imprinting”).

b. Paralelo a isto, se dá o desenvolvimento de uma linha vivencial, que curiosamente não estava estudada. Com o mesmo método de Piaget, Rolando Toro estudou a estrutura do mundo das vivências. Estudos isolados de alguns aspectos da vida emocional da criança já tinham sido realizados. Rolando Toro: o espectro.

#### 1. Protovivência de Vitalidade: movimento

Se uma criança é levada nos braços, pela mão, nos ombros, é embalado, começa a desenvolver esta linha: o ímpeto vital.

... Não basta o amor. É necessário também o movimento.

#### 2. Protovivência de Sexualidade: contato

Se uma criança é acariciada, sua proto-sexualidade é estimulada, o que prenuncia uma boa Sexualidade, completa, diferentemente nas crianças reprimidas. Para que esta criança se desenvolva, os pais devem compreender que as crianças têm Sexualidade.

#### 3. Protovivência de Criatividade: expressão

A criança começa a fazer ruídos, pequenos murmúrios, gritos onomatopéicos, em que manifesta uma proto-linguagem. A mãe, se é atenta, começa a entender o que a criança quer expressar. Lentamente, a linguagem começa a se desenvolver; o sim e o não, o protesto, o sorriso. Se uma criança aprende nos primeiros tempos a desenvolver sua expressividade e não é abandonado na imobilidade, desenvolve potencialmente a Criatividade.

#### 4. Protovivência de Afetividade: nutrição

A criança nutrida com amor, recebe continente, segurança. Se é abandonada, experimenta uma série de transtornos que Spitz descreveu: depressão anaclítica, marasmo e morte, embora tenha higiene, alimentação, vacinas.

As pessoas que amam querem comer o ser amado. Surgem fantasias antropofágicas.

#### 5. Protovivência de Transcendência: harmonia

A criança não deve ser constrangida, arremedada. Certas pessoas as põem nervosas, tiram sua tranquilidade. Devem receber um regaço harmônico.

Estas Linhas de Vivência estão relacionadas com instintos e emoções:

- Vitalidade: Instinto de conservação.
- Sexualidade: Instinto sexual (impulso a fundir-se fisicamente com outra pessoa e a sentir o próprio corpo e o do outro como fonte de prazer).
- Criatividade: Instinto exploratório.
- Afetividade: Instinto comunitário (de fazer conexão com todas as pessoas).
- Transcendência: Instinto de fusão (instinto de fusão com a totalidade, de abandonar-se no meio cósmico. Abandonar o ego e partir. Durante o dia, a pessoa constantemente se abandona. Só os doentes estão sempre vigilantes, para não perder o controle sobre a realidade. A vigilância se dá com grande força no paranoico).

A estrutura sexual patológica se instala nos primeiros anos de vida. Os pais, inconscientemente, impõem três tabus fundamentais:

- O tabu do incesto
- O tabu poligâmico
- O tabu bissexual

A criança, normalmente, irá amar seus dois pais. Como está bem integrada, normalmente vai desejar o contato de ambos. Sem dúvida, dolorosamente terá que aprender a amá-los, mas não a desejá-los; a preferir o pai do sexo oposto e a rechaçar em si mesma seu amor pelo pai do mesmo sexo.

Freud percebeu os conflitos, mas não pode fazer uma interpretação correta, devido a seus preconceitos. Para Freud, o incesto devia ser reprimido e interpretou a atração "edipiana" como uma etapa passageira. A ideia de que a criança menino entra em competição inconsciente com seu pai pelo amor da mãe, decorreu da incapacidade de Freud para imaginar que a criança poderia amar e desejar a ambos os pais, sem competir e que normalmente a criança poderia desejar o amor a três. Foi reiteradamente observada a tendência das crianças a querer introduzir-se na cama dos pais e ficar no meio, entre ambos.

Na realidade, seu desejo não é separar os pais, mas sim desfrutar de um duplo contato. Talvez a tendência normal do ser humano, se não fosse reprimido através destes três tabus culturais básicos, seria:

- O amor incestuoso (que, generalizado, significa amor não dissociado do sexo)
- O amor simultâneo a duas ou mais pessoas (poligamia)

A proposta de uma embriologia das vivências tem o caráter de uma Teoria Geral das Vivências. Parece que já é hora de tentar um estudo genético das vivências da maneira que realizou Jean Piaget a respeito das funções operacionais.

Longos anos de investigação realizadas com grupos de vivências em Biodanza permitiram levar a cabo este empreendimento intelectual que se impunha com urgente necessidade dentro das ciências humanas.

A primeira etapa consistiu em fazer um inventário das vivências mais frequentes experimentadas por nossos alunos nas sessões de Biodanza.

Este inventário deu como resultado os seguintes grupos de vivências:

a. Grupos Iniciais

- Euforia
- Desejo sexual
- Calor corporal
- Relaxamento geral
- Sentimento de liberdade
- Harmonia
- Medo
- Culpabilidade
- Sensação de ridículo
- Insegurança

b. Grupos Intermediários

- Prazer corporal
- Sensualidade
- Excitação sexual (genital)
- Fraternidade
- Segurança em si mesmo

- Ímpeto vital
- Plenitude
- Ternura
- Atração erótica indiferenciada
- Atividade bissexual

### c. Grupos Avançados

- Sentimento de renovação (renascimento)
- Profunda harmonia
- Alegria íntima
- Exaltação criativa
- Serenidade
- Êxtase
- Amor e compreensão amorosa

A segunda etapa desta investigação consistiu em agrupá-las em relação as suas qualidades afins. Para tal, usou-se o método fenomenológico. Pode-se comprovar que configuram determinadas “Linhas de Vivência”.

Assim por exemplo, as vivências de ternura e fraternidade estavam ligadas a vivência de dar e receber continente. Estas vivências desembocam, finalmente, nos sentimentos de amizade e altruísmo.

Deste modo, pode-se diferenciar cinco “Linhas de Vivências”, todas se originando da vivência primordialmente denominada “Vivência Oceânica” (intrauterina).

Sua diferenciação se origina nas protovivências (vivências marcantes na primeira infância). O desenvolvimento de cada linha de vivência conduz às emoções e sentimentos específicos, cuja máxima intensidade denominamos Experiência Suprema.

As Linhas de Vivência podem eventualmente combinar-se; em alguns casos se reforçam e outros, tendem a interferir entre si.

O estudo dessas relações permite fazer um diagnóstico do mundo vivencial de qualquer pessoa. Certos indivíduos têm reforçado durante toda sua vida alguma linha de vivência e esquecido outras. Por exemplo, algumas pessoas desenvolvem muito a linha de vivências “místicas” e desmerecem a linha “erótica”. Outras desenvolvem a linha “erótica” sem atender a linha “afetiva”.

O indivíduo normal desenvolve as cinco Linhas de Vivências. Se uma só delas está ausente ou debilitada, o indivíduo está gravemente doente.

O estudo genético das vivências permite fazer as prescrições necessárias a cada indivíduo. O processo de integração e desenvolvimento se realiza estimulando e reforçando as linhas de vivência que estão pouco desenvolvidas.

No quadro que apresentamos em continuação, descrevem-se as protovivências, as cinco linhas de vivência, os sentimentos associados e as experiências supremas que correspondem a cada linha. No quadro mostram-se também as vivências patológicas, que estão representadas nas linhas antagônicas.

QUADRO 01

<b>PROTOVIVÊNCIA</b>	<b>LINHA DE VIVÊNCIA</b>	<b>EMOÇÕES E SENTIMENTOS ASSOCIADOS</b>	<b>EXPERIÊNCIA SUPREMA</b>
Movimento	Vitalidade	Alegria Ímpeto Vital	Gozo de viver
Contato	Sexualidade Eros Diferenciado Eros Indiferenciado Eros Genital Eros Sensual	Desejo-Prazer Intimidade com Outro (S)	Fusão Orgásmica
Expressão	Criatividade	Exaltação Criativa	Transe Criativo Êxtase Estético
Segurança	Afetividade	Ternura Solidariedade Fraternidade	Amizade-Altruísmo
Harmonia	Transcendência	Intimidade Cósmica Intimidade consigo mesmo	Êxtase-Íntase

Regressão  
(Transe)

QUADRO 02

PATOLOGIAS	SINTOMAS	VIVÊNCIA	PROTOVIVÊNCIA
Hipocondria Abulia Astenia (fadiga crônica)	Sentimento de inutilidade Falta de energia Reação paralisante	Depressão	Fragilidade corporal (Superproteção)
Impotência-Frigidez Perversões Histeria (Conversões)	Repressão da sexualidade (incapacidade para desfrutar) Repressão sexual Dissociação psicossomática	Rechaço ao contato e a carícias  Medo do sexual	Carência de contato e carícias  Repressão da genitalidade
Psicopatias Violência, crimes Síndrome maniaco- -depressiva Toxicomania: álcool, cocaína, anfetamina	Destrutividade Onipotência Rebeldia Reação de ataque Culpabilidade hetero-referencial	Opressão	Raiva (marginalização, rechaço)
Depressão Neurose de angústia Síndrome de abandono Toxicomania e álcool Tabaco, tranquilizantes Transtorno psicossomático	Frustração Angústia Insegurança Desvinculação Egocentrismo	Solidão	Carência de continente (abandono)
Síndrome paranoide Delírio sensitivo de auto-referência Toxicomania: alucinógenos	Submissão Ritualismo Mecanização Reação de fuga	Sensações globais de ameaça	Medo (Submissão da autoridade)

VIVÊNCIA  
CÓSMICA  
(Experiência  
intrauterina)

Todas são  
alterações  
da identidade  
(sensação de  
inconsistência)

QUADRO 03

EMOÇÕES	LINHA DE VIVÊNCIA	PROTO-VIVÊNCIAS	EXPERIÊNCIA INTRA-UTERINA	PROTO-VIVÊNCIAS	PROTO-VIVÊNCIAS	LINHA DE VIVÊNCIA	EMOÇÕES
Raiva	Destrutividade	Agressão Rejeição		Movimento	Vitalidade	Autonomia Alegria	
Medo	Fragilidade (insegurança) Dependência	Superproteção Carência de contínente		Contínente Nutrição	Segurança	Afeto Fraternidade	
Sexofobia	Frustração	Carência de contato corporal Repressão		Contato	Sexualidade	Desejo Prazer	
Ansiedade	Fracasso	Asfixia		Respiração	Criatividade	Exaltação criadora	
Angústia global	Autismo Desconexão	Confinamento solitário		Palpitação, tremor	Transcendência	Êxtase Percepção pura	

VIVÊNCIA	FD	PROTIVÊNCIA	PSICODINÂMICA	ES	PSICOPATOLOGIA	FTP	ARGUMENTO CORPORAL
<b>Vitalidade</b>	Limitação de movimentos espontâneos Superproteção (mãe Jocasta)	Medo de morrer Asfixia	Dependência oral	Sentimento de inutilidade Temor ao futuro Insegurança	Apatia Reação paralisante Hipocondria Abulia Fadiga crônica Transtornos do sono	Bloqueio B adrenérgico e/ou atividade adrenérgica Astenia Alergia Asma Infarto	Fragilidade Debilidade (falta de energia) Paralização (petrificação)
<b>Sexualidade</b>	Carência de contato e carícias (mãe com medo do contato) Repressão sexual de impulsos incestuosos e masturbatórios	Medo ao contato Ansiedade	Puritanismo Negação da própria identidade sexual Bloqueio do desejo Dissociação sexo-afeto	Medo de ser rejeitado Culpabilidade Frustração	Sexofobia Dificuldade de entrega Machismo-feminismo Perversões Histéria Impotência-frigidez	Bloqueio da sensibilidade sexual Bloqueio do orgasmo Dissociações motoras	Frieza corporal (congelamento) Ipsoinflamação
<b>Criatividade</b>	Reação materna Opressão-castigo (mãe hostil dominadora) Repressão expres. Repressão do impulso exploratório	Raiva Medo de expressar-se	Hostilidade reprimida	Resentimento Covardia Destrutividade Maledicência	Síndrome maniaco-depressiva Egocentrismo Estereotipia exp. Conformismo Ritualismo Extravagância	Transtornos gastro-intestinais Úlcera gástrica Colitis ulcerosa Cólon espástico	Rigidez Robotização (desintegra-se, apodrecer)
<b>Afetividade</b>	Carência de amor Abandono Indiferença (mãe imatura, incapaz de assumir o papel materno) Falta companheiros	Solidão Incomunicação	Dependência afetiva Medo de sentir amor Relações tóxicas (dar sem receber)	Carência afetiva Sofrimento de perda Dor moral Fome de afeto	Colapso afetivo Bulimia Anorexia Depressão reativa Ansiedade Sindr. de abandono	Detenção do desenvolvimento Bloq. parassimpático e/ou ativid. simpática Hipertensão Psoríase Arritmia deformante Miastenia gravis Transt. imunológico	Despedaçamento Secar-se
<b>Transcendência</b>	Experiências de medo de algo desconhecido Falta de limites Mãe contraditória	Desconforto corporal Desarmonia Medo global	Transtorno profundo da identidade Angústia de fundo Sentimento de catástrofe (receber sem dar) Mitomania	Sentimentos de terror Medo do sobrenatural Onipotência Autodesprezo	Esquizofrenia Delírios de grandeza, de amação e perseguição Alucinações Toxicomanias Depressão ansiosa Auto-confinamento	Transtorno do metabolismo cerebral	Inconsistência Inanição Tornar-se espírito ou espectro Volatilizar-se Corpos múltiplos Transformação do esquema corporal

FD - Fatores determinantes (stress da 1ª infância, "imprinting")

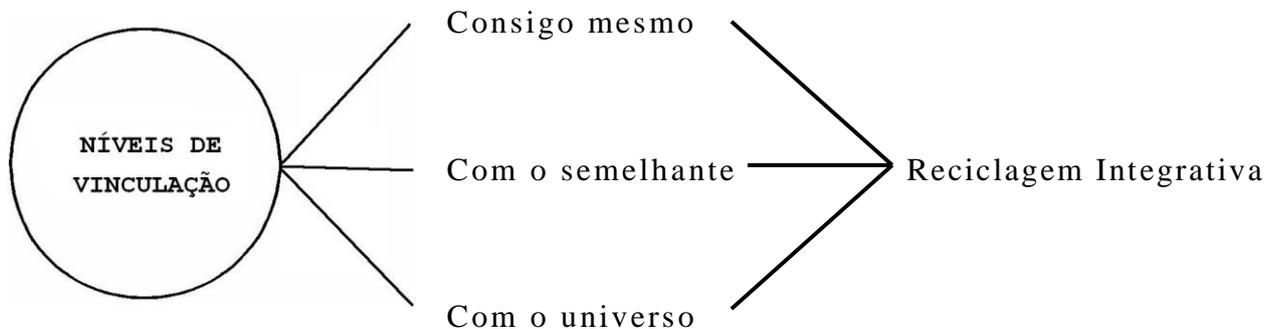
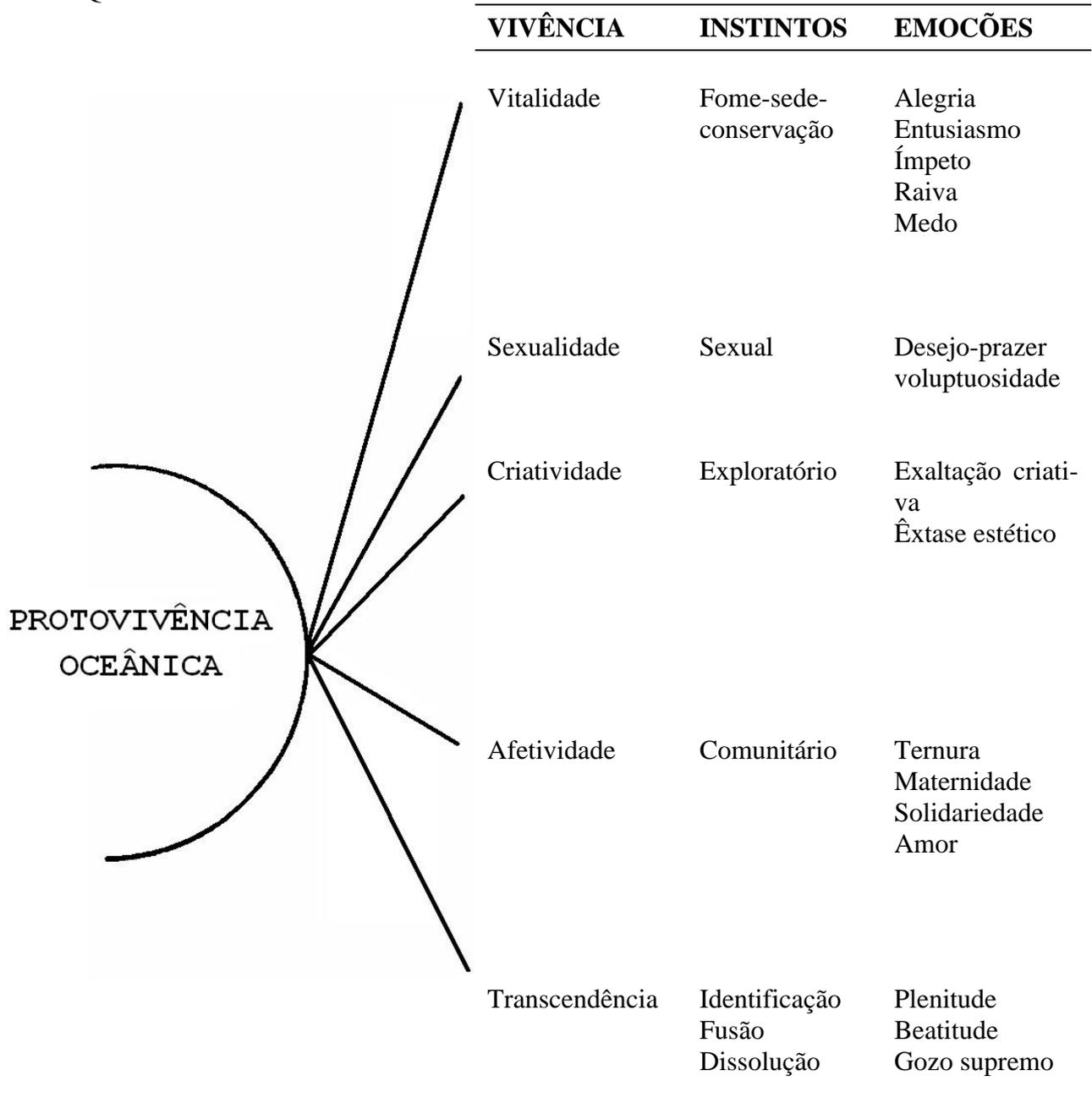
ES - Emoções e sentimentos

FTP - Fisiopatologia e transtornos psicossomáticos

QUADRO 05

PROTOVIVÊNCIA	VIVÊNCIA	FRONTEIRA EVOLUTIVA	FUNÇÃO	EXPERIÊNCIA MUTANTE	PATOLOGIA TÍPICA ADULTA
Movimento	VITALIDADE	Do medo	Atividade Jogo Luta	Plenitude	Hipocondria Astenia
Carícias	SEXUALIDADE	Do contato	Carícias	Voluptuosidade Fusão orgásmica	Neurose Impotência
Expressão	CRIATIVIDADE	Da expressão	Intuição Fantasia Formalização	Criação artística ou científica	Destrutividade
Âmnios/segurança /alimento	AFETIVIDADE	Do ego	Dar continente Altruismo Maternidade	Autodação eucarística	Depressão-psicopatia Doenças psicossomáticas
Harmonia	TRANSCENDÊNCIA	Da identidade	Harmonia	Gozo supremo Êxtase-iluminação	Esquizofrenia Câncer, toxicomania

QUADRO 06



## QUADRO SOBRE AS FRONTEIRAS EVOLUTIVAS

1	Instinto de conservação	Auto-regulação e homeostase	Ímpeto vital	Alegria e agressividade	Renovação celular
2	Deflagração do desejo	Expressão do desejo	Consumação e elaboração	Descoberta da identidade sexual	Fusão orgásmica
3	Expressão de emoções	Descida ao caos (diversidade)	Poder formalizador (unicidade)	Integração Yin-Yang	Criação artística
4	Percepção Estética do outro	Ressonância afetiva	Doação e recepção de continente	Amor comunitário	Autodoação eucarística
5	Intimidade com o cósmico	Vivência de totalidade	Abandono do ego (transe)	Amor universal (beatitude)	Experiência suprema

- 1 - Vitalidade
- 2 - Sexualidade
- 3 - Criatividade
- 4 - Afetividade
- 5 - Transcendência

### 06. PARA UMA FENOMENOLOGIA DAS EMOÇÕES

Embora seja certo que existem padrões básicos de respostas emocionais, tais como alegria, tristeza, amor, ódio, medo, as emoções no ser humano se dão quase sempre combinadas e alcançam uma grande complexidade. Toda resposta emocional é uma “gestalt”, que tem estrutura, intensidade, matizes, coloridos e significações próprias.

A literatura, a pintura, a poesia, a música, são capazes de suscitar vivências sumamente complexas e sutis, de uma grande intensidade. Um poema, uma canção, podem arrancar lágrimas. Um conto pode provocar pavor, gargalhadas ou insondáveis sentimentos de mistério. Na pintura está toda a iconografia das paixões, instintos e emoções humanas. Bruegel, Jerônimo Bosch, Dürer, Leonardo da Vinci, Rembrandt, Goya, revelaram - junto com seu gênio pictórico - a mais profunda penetração psicológica do ser humano.

As emoções possuem sempre várias dimensões. O ódio, por exemplo, pode ir unido ao desespero. O abatimento, unido à dor. A surpresa pode ir combinada com pânico. O desejo, com timidez, etc. Um mesmo sentimento de alegria pode ter qualidades muito diferentes. A alegria eufórica que estala em uma festa, é uma forma completamente diferente da alegria íntima que arranca lágrimas de felicidade. A alegria estática suscitada ao escutar “A Paixão Segundo São João”, de Bach, é diferente da provocada pela visão do oceano ao amanhecer.

Os grandes gênios literários, poetas e romancistas, são quem melhor têm descrito as emoções.

O medo, com seus letais matizes e suas arrepiantes máscaras, foi descrito por Edgar Allan Poe, Bradbury, Lovecraft. A angústia sem saída frente a malignidade humana, foi expressada por Kafka. As emoções sutis frente aos fatos cotidianos, a alegria ingênua, os temores simples, o pudor, estão nos contos de Katherine Mansfield. A paixão lesbiana, com seus abismos e praze-

res, está genialmente descrita em “A Bastarda”, de Violetta Leduc. O amor homossexual em sua manifestação puramente sublime, não genital, em “Demian”, de Hermann Hesse e em “Morte em Veneza”, de Thomas Mann. O amor homossexual de um homem por um menino, está descrito por Oscar Wilde em “O Sacerdote e o Acolito”. Os tormentos da culpabilidade estão genialmente tratados por Dostoievski. As mais complexas emoções no trato com as pessoas e a compreensão profunda dos sentimentos reprimidos estão em “As Ondas”, de Virgínia Woolf. O inquietante amor de um homem maduro por uma adolescente, em Nabokov.

O sentimento de fatalidade e de impotência frente ao destino, em Ésquilo. A alegria dionisíaca, os instintos sem freio em “As Bacantes”, de Eurípides.

Shakespeare foi um dos mais geniais visionários das paixões humanas. A malignidade, a ambição, a vingança, em “Macbeth”. A rebelião contra os desígnios do universo depois de haver perdido o poder e a glória, em “O Rei Lear”. As dúvidas metafísicas, em “Hamlet”. O amor puro de adolescentes em “Romeu e Julieta”. O amor não correspondido que, em seu desconsolo, busca a loucura como único refúgio, na divina “Ofélia”. Os ciúmes que levam ao assassinato, em “Otelo”.

A lista de obras e autores seria interminável, mas sem dúvida a descrição e o testemunho das paixões humanas, das emoções e sentimentos, tem sido realizada pelos gênios da literatura e não pelos psicólogos que, em geral, têm uma visão reduitiva, simplista e superficial do mundo das vivências.

A psicologia tem um enorme vazio no estudo de sentimentos fundamentais, como os de plenitude, fraternidade, desejo sexual, êxtase, intimidade, assombro e, por certo, das vivências estéticas e místicas.

O estudo das emoções em Psicologia tem consistido principalmente, em descrevê-las, classificá-las e estabelecer seus efeitos neuro-humorais (psicossomáticos). Isolar emoções parecidas como tristeza, pena, melancolia, amargura, sofrimento moral, consistiu no trabalho sutil da Semiologia psicológica.

À semelhança de um químico, o psicólogo tem estado preocupado com a tarefa de isolar elementos e descrever suas características. Sem dúvida, é útil recordar que a Psicologia é uma Ciência do Complexo e que trabalha essencialmente com situações gestálticas.

O estudo fenomenológico das vivências dá um passo decisivo quando se trabalha com uma ótica gestáltica e se estuda, não as emoções isoladas, mas sim a combinação delas, o que produz entidades psicológicas completamente novas e de características surpreendentes. Assim, por exemplo, a melancolia combinada com raiva, dá o impulso para atos criativos, o que permite sair da prostração.

## SENTIMENTOS E ESTADOS EMOCIONAIS

EXPANSORES DO EU	DEPRESSORES DO EU
Amor	Amargura
Desejo	Impotência
Alegria	Angústia
Euforia	Melancolia
Raiva (agressividade)	Tristeza
	Medo

## **Emoções:**

- Vitalidade  
Alegria, ódio, medo (fuga).  
A pessoa vital ri às gargalhadas e é alegre.
- Criatividade  
Exaltação criativa.  
O entusiasmo da pessoa quando consegue conceber a obra de arte ou encontra solução para um problema.
- Sexualidade  
Desejo, voluptuosidade, prazer.  
O desejo é saudável em si mesmo, embora não culmine em prazer.  
Voluptuosidade: Capacidade de experimentar o prazer em todas as suas formas: beber, comer, caminhar, fazer uma obra de arte.  
Estão ativadas as aferências. A capacidade de gostar de muitas coisas faz com que também se goste do sexo.
- Afetividade  
Amizade, altruísmo, amor comunitário.  
Amor: Combinação das Linhas de Sexualidade e Afetividade no Eros Diferenciado.
- Transcendência  
Êxtase, estados de plenitude.

Estas cinco Linhas de Vivência são trabalhadas em Biodanza e têm um desenvolvimento genético. Quando se resolvem mal, dão lugar à patologia. Estudaremos as vivências que determinam a patologia e as protovivências que as desencadeiam.

## **07. A EXPRESSÃO DAS EMOÇÕES EM BIODANZA**

O mundo das emoções é o menos conhecido pela Psicoterapia e melhor explorado pela literatura e poesia. Os que trabalham com emoções em psicoterapia deveriam conhecer mais Dostoiévski, Kafka ou Virginia.

As emoções se dão sempre como conjuntos gestálticos, cheias de matizes e não como categorias isoladas na nosologia psicológica.

Algumas técnicas psicoterápicas empregam o método de “expressão de emoções”, baseado na hipótese de que se pescam as emoções e se as jogam para fora, senão buscam caminhos insidiosos e se manifestam cedo ou tarde em forma patológica.

Freud postulou que a repressão sistemática dos impulsos sexuais gera neurose.

Margolin afirma que toda emoção que não se expressa se acumula nos órgãos e acaba gerando transtornos funcionais.

A Análise Transacional emprega “Maratona de Emoções” que dariam possibilidade de expressão da “criança livre”, permitindo a análise do argumento vital.

No Psicodrama se expressam as emoções reprimidas no diálogo com o Ego Auxiliar. Logo se interpreta a dinâmica das emoções que surgem em situações “como se”, de modo que o doente aprende a reagir melhor no futuro.

Alguns exercícios de Terapias de grupo consistem em expressar intensamente a raiva, frustração, dando socos sobre uma almofada, insultando os membros do grupo ou quebrando objetos.

A hipótese consiste em que descarregar as emoções reprimidas teria efeito terapêutico. Isto não é exatamente assim. Só se produz um alívio temporário da tensão.

Sem dúvida, o indivíduo não expressa com espontaneidade suas emoções frente a situações

concretas, enquanto que o doente as freia, dissimula ou oculta quando não as descarrega sobre vítimas inocentes. O saudável seria então que os indivíduos tivessem a espontaneidade e a sinceridade necessárias para responder de maneira adequada a cada situação.

Estimular a produção global de emoções em situações irreais, tais como insultar o “ego auxiliar”, golpear almofadas para descarregar a raiva que se tem contra alguém, resulta numa ficção, uma ação teatral que se desenvolve dentro do campo da fantasia.

Esse tipo de “desabafo” e “expressão” das emoções é puramente condutual, não possui vitalidade nem organicidade das ações integradas e situações reais. Segundo entendo, estes exercícios somente reforçam a capacidade de expressão das emoções (em situações fictícias).

Charles Darwin, em sua obra “A Expressão das Emoções no Homem e nos Animais”, observa que toda emoção que se expressa reiteradamente se reforça. Aqui se cumpriram as leis do reforço da aprendizagem aplicada ao mundo emocional. Uma pessoa que expressa com frequência a raiva, desabafa temporariamente, mas se torna cada vez mais raivosa.

A aprendizagem não só se cumpre a nível cognitivo. Existe aprendizagem dos afetos e emoções e também aprendizagem visceral.

Assim como se aprende a raiva, o medo, a agressividade, a tendência à depressão, podemos aprender também o altruísmo, o erotismo, a bondade.

Expressar as emoções não é livrar-se delas, senão reforçá-las.

Em Biodanza reforçamos, em situações reais, a produção de emoções saudáveis de plenitude, afeto e respeitosa vinculação humana.

As emoções e vivências positivas são “premiadas” com bem-estar, prazer, o que contribui para estabilizar esse tipo de aprendizagem afetiva.

A parte “sombria”, formada por emoções negativas como “angústia”, “ódio”, “medo”, “depressão”, etc., tem expressão em Biodanza somente dentro de um contexto criativo, porque só a arte pode abarcar e conter o mal e fazer com ele algo valioso e pleno de sentido.

A tristeza pode surgir durante os exercícios, quando diminuem as defesas com relaxação das zonas tensas do corpo. Os exercícios de sensibilização facilitam às vezes o choro. Em Biodanza não se “reprime” o choro nem se o estimula. Quando surge espontaneamente, em algum aluno, se abraça, “se lhe dá continente” em silêncio. Depois de fluir a emoção através do pranto, o aluno se sente aliviado. O importante é que no momento da tristeza, sua identidade desolada encontre amparo e proteção.

Então, Biodanza trabalha no reforço de emoções positivas e na expressão coerente a respeito delas em circunstâncias reais.

Não se reforçam emoções negativas como ódio, angústia, medo.

Na tristeza se acalenta com um abraço.

A agressividade se descarrega na criatividade vital.

O desenvolvimento da espontaneidade afetiva e erótica não permite acumulação de tensão agressiva, produto da repressão e ressentimento.

Na criatividade pode-se dar curso a uma violência que gera harmonia.

As emoções podem expressar-se através de caminhos saudáveis ou patológicos.

Em Biodanza se reforçam só as formas de expressão saudável.

Entre as emoções positivas que a Biodanza reforça, podemos enumerar as seguintes: desejo sexual, afeto, bondade, segurança em si, plenitude, serenidade feliz, amor.

Muito mais importante que a expressão das emoções como desabafo, é a expressão adequada e sincera delas; a coerência da expressividade.

A pessoa doente não possui essa coerência expressiva. Sua expressão está dissociada. Pode ter um olhar triste e estar sorrindo; manifestar medo nos olhos e uma falsa segurança nos lábios apertados.

Uma das dissociações mais forte é a do rosto em relação ao resto do corpo. Uma pessoa pode mostrar sensualidade nos movimentos corporais e indiferença no rosto (caso típico na histeria).

A dissociação na expressividade representa sempre diversos graus de patologia. A integração expressiva do rosto e do corpo são sinais de saúde.

## 08. COMO SE “ELABORAM” AS EMOÇÕES EM BIODANZA

O conceito de “elaboração” das vivências está associado na mente do terapeuta à compreensão verbal e consciente delas, para ver sua adequação com respeito à realidade.

Em Biodanza não se realiza a elaboração verbal das vivências por considerar-se inútil e até prejudicial.

Compreender o nível cognitivo das novas vivências não faz avançar o processo terapêutico, apenas pode baixar temporariamente a nível de culpa.

Assumir as vivências, com todas as suas consequências afetivas e corporais, é a verdadeira e profunda elaboração. Se uma pessoa se enamora ou se erotiza, nada tem a compreender. Tem que aceitar esse desejo com sinceridade e naturalidade, mesmo que traga inquietude, medo e sofrimento.

A elaboração das vivências se faz a nível corporal. As vivências produzem trocas imediatas no aqui-e-agora das auto-regulações neuroendócrinas.

Os desejos são plenos de profundo afeto, ternura e fraternidade. O “juízo crítico” repressor que a consciência exerce não participa.

Os sentimentos começam a sedimentar-se em forma orgânica, sem a intervenção de “decisões” mentais.

Nosso organismo não toma “decisões”, expressa Fritz Perls, ele se guia pelas “preferências”. Esta postulação obriga a escutar as necessidades profundas do corpo e a compreender que o corpo é sábio, nobre e gentil. A repressão de nossas vivências pela parte “fascista e policial” que temos introjetadas é, justamente, nossa patologia.

Aprender a escutar o corpo é um dos objetivos fortemente enfatizados em Biodanza. Os sinais que devemos escutar em nosso corpo são facilmente reconhecíveis. Tenho fome? Que desejo comer? Tenho sede? Preciso de mais líquido? Devo mudar de ambiente? Preciso mover-me, caminhar, dançar? Preciso de mar, um pouco de sol, ar puro? Tenho frio, tenho sono, estou cansado? Sinto desejos sexuais? Gostaria de fazer amor? Preciso de carícias?

Temos que conciliar-nos com nós mesmos em lugar de termos uma existência baseada na tomada de decisões, que no fundo, são expressões da tirania do mundo exterior.

Escutar o corpo e seguir suas informações requer uma saudável conexão consigo mesmo. A integração afetivo-cenestésica e afetivo-práxica, são processos que se facilitam através dos exercícios de Biodanza.

Se uma pessoa reprimida começa a “sentir” com força sua sexualidade e não sabe “pôr um limite” a seus impulsos, poderia isso ser perigoso para ela e prejudicar sua vida?

Sim. Pode ser perigoso para ela o estilo de vida que levava, baseado na repressão e na negação de si mesmo. Pode ser que perca o emprego, o cônjuge e suas amizades, mas isto só a prejudicaria na aparência. No fundo ela inicia, como um adolescente inexperiente, sua vida sexual e tem uma aprendizagem com base no “ensaio e erro”.

O fato de “pôr limite” aos impulsos precisa esclarecimentos. O “pôr limite” aos impulsos não deve vir de uma autoridade externa (dos pais, dos terapeutas, das leis, da religião, do cônjuge etc.). A única pessoa que deve pôr, ou não, limites a seus impulsos é a que vive esses impulsos e aquela com quem deseja satisfazê-los. Nada mais tem que intervir na relação íntima entre duas pessoas. Se esta relação traz consequências não desejadas, tem-se que assumir e sofrer essas consequências. Isto é saudável. Cada indivíduo tem que responsabilizar-se por seus próprios desejos e ações. Recorrer a padrões externos para “ter limites” é sempre patológico.

Pergunta: Como são trabalhados os sentimentos negativos? Eles existem em nós.

Trabalha-se em “feedback”. Se recebemos amor, respondemos com amor. Se recebemos agressão, devolvemos agressão um pouco maior. Se a força que está contra nós é muito forte, escapamos (como os animais, que enfrentam ou fogem).

O mecanismo de oferecer a outra face possibilita que o agressor te pulverize.

Ref.: Poema de Eduardo Alves Costa,

### Um Passeio com Maiakovski

Na primeira noite,  
eles se aproximam  
e colhem uma flor  
e não dizemos nada.  
Na segunda noite  
já não se escondem:  
pisam as flores,  
matam nosso cão  
e não dizemos nada.  
Até que um dia,  
o mais frágil deles  
entra sozinho em nossa casa,  
nos rouba a lua  
e, conhecendo nosso medo,  
nos arranca a voz da garganta.  
E porque não dissemos nada,  
já não podemos dizer nada.

Se não há resposta, o agressor, em vez de ficar tranquilo, insiste.

A agressão não pode ser descarregada em situação inadequada ou contra algo ou alguém que não seja o fator que agride (um animal, uma pessoa, uma almofada, etc.).

É necessário coragem e risco existencial para agir numa situação adequada. A elaboração da raiva se dá no “em si” da realidade e não dentro de uma fantasia neurótica (expressão de emoções em situação “como se” reforçam um mecanismo hipotalâmico).

A agressividade é um impulso saudável que deve ser desenvolvido. A destrutividade é a patologia da agressividade.

A agressão no neurótico é a transformação da libido frustrada (Freud). Quando a tendência amorosa não pode se realizar, o eros torturado toma caminhos patológicos e se transforma em destrutividade. Eros se transforma em Tanatos.

A agressividade remanescente que possuímos, junto à nossa capacidade de amor, pode dar origem a uma obra criativa.

A agressividade se relaciona com o contato, o limite corporal, a sobrevivência, o polo de identidade.

## 09. PRANTO PRIMAL

Ocasionalmente, o aluno de Biodanza pode começar a chorar durante algum exercício, em especial durante a Regressão ao Estado de Infância, as Posições Geratrizes de Maternidade e Intimidade, carícias em um Grupo Compacto, depois dos exercícios de Transe, no Canto do Nome, no Canto Sufi.

Nestes casos, consiste sempre na liberação de emoções reprimidas, ao se suprimir a ação frenadora do córtex. Estes prantos, sem dúvida, têm diferentes matizes:

- a. Pranto produzido por revivência de uma experiência triste: (Lembrança de uma separação amorosa, etc.).
- b. Pranto de beatitude: a emoção de amor e de beleza pode ser tão forte que as lágrimas comecem a fluir docemente pelo rosto.

- c. Pranto histérico: o que surge com dificuldade e logo se libera convulsivamente. Sua principal motivação é chamar a atenção e pedir carícias exclusivas.
- d. Pranto primal: é um pranto que surge de uma zona profunda, antiga e desconhecida e que se dá com soluços muito sinceros. Este pranto não tem uma causa consciente nem se baseia em uma recordação triste.

Eventualmente este pranto pode levar a uma espécie de “insight” existencial:

- “Tenho vivido muito sozinho. De agora em diante me darei mais às pessoas”.
- “Nunca tive confiança em mim mesmo. Mas agora já sei que dentro de mim há amor”.
- “Nunca tinha sentido que as pessoas são tão lindas”.

Em todos os casos, os companheiros de grupo devem dar continência à pessoa, através de um abraço fraternal, sem reprimir, por nenhum motivo, o curso de seu pranto. Pelo contrário, se lhe dá a entender que pode chorar, que isto lhe fará bem e se sentirá aliviada. No caso da histérica (pranto que se prolonga indefinidamente, com altos e baixos), sucessivos companheiros lhe dão abraços curtos, em posição de pé e se reforça sua identidade com música ativadora.

## 10. REFLEXÕES SOBRE AS EMOÇÕES

Quando Gregory Bateson formulou, pela primeira vez, o conceito de ecologia da mente, estava inaugurando, talvez sem sabê-lo, uma nova forma de pensamento para as Ciências Humanas. O valor heurístico desta abordagem tem incalculável importância no desenvolvimento dos modelos biológicos, psicológicos e terapêuticos.

Há dez anos, iniciei a investigação sobre o “par ecológico” e sobre a “família ecológica”.

A proposta é de que as relações humanas que têm um caráter de continuidade e frequência íntima criam uma rede neuroendócrina devido à interação entre os membros do par. Esta rede representa verdadeiras funções novas dentro do sistema vivo de cada um.

Poderíamos dizer que as pessoas que nós frequentamos se instalam em nossas células. Esta é a razão pela qual a separação dos amantes seja vivenciada como uma morte. Mas não se trata apenas de uma morte psicológica, com fantasias autodestrutivas. A meu ver, a separação dos amantes é uma catástrofe biológica. Investigações sobre a Psicologia do Câncer revelam que uma alta porcentagem de pessoas descobrem o surgimento de seus sintomas no transcurso de dois ou três meses depois de uma grave perda afetiva.

Hipoteticamente, podemos sugerir que a depressão é causada pela perda, cujas variáveis bioquímicas, em especial sobre o metabolismo cerebral e o sistema imunológico, favorecem o surgimento dos focos cancerígenos.

É evidente que a perda influi, de múltiplas maneiras, nos processos de auto-regulação do organismo, aumentando temporariamente a entropia do sistema.

Penso que o “stress” emocional forte produz turbulências nos circuitos de integração, criando as possibilidades de mudança e evolução, mas também, provocando uma certa instabilidade nos mecanismos reguladores.

Neste ponto de nossa meditação, desejo aventurar uma hipótese: o “stress” emocional se reflete em diferentes níveis de profundidade no organismo:

- 1º Nível - É o psicológico;
- 2º Nível - É o da motricidade (alteração do tônus);
- 3º Nível - É o da sensibilidade cutânea;
- 4º Nível - É o da regulação neurovegetativa;
- 5º Nível - O mais sensível e, ao mesmo tempo, o mais profundo, é o imunológico.

1. Relacionamentos tóxicos podem induzir instabilidade psicológica grave, ansiedade e angústia.

2. A repressão crônica de emoções (afeto, hostilidade, desejo sexual, alegria, tristeza, etc.) criam couraças musculares, rigidez motora, transtorno do movimento.
3. A repressão sexual e a culpabilidade podem afetar o nível da sensibilidade cutânea, produzindo parestesias (adormecimento de certas regiões do corpo).
4. O medo, os ciúmes e a angústia podem influir sobre o nível neurovegetativo, provocando diarreia (quando o “stress” tem caráter agudo), se o “stress” se prolonga, pode desencadear úlcera gástrica, colitis ulcerosa e cólon espástico.
5. Quando se ocorre a separação dos amantes, há um profundo transtorno endógeno do humor, com consequências imediatas sobre a estrutura imunológica.

## 11. BIOLINGÜÍSTICA

Chamarei Biolinguística o estudo das linguagens a partir de sua origem biológica. Sua definição precisa seria “estudo das linguagens dos sistemas vivos”.

Os seres vivos falam. Manifestam conteúdos significativos através de estruturas expressivas, através de movimentos, mudanças de cor e, principalmente, sons. Os sistemas vivos não apenas se limitam a desenvolver uma programação, mas se comunicam, emitem sinais significativos. Os sistemas vivos têm uma condição hierofânica, isto é, são capazes de manifestar, num código próprio, estados internos especiais.

Sendo o universo um campo biológico unificado, todas as linguagens existentes, desde a de um vírus, um inseto, um pássaro, até os riquíssimos e expressivos sons dos mamíferos superiores, são suscetíveis de serem compreendidos, já se integram numa matriz universal de significação. Para as pessoas, altamente perceptivas, falar com os coelhos, os gansos, os gatos, os cachorros, cavalos, etc., é a coisa mais simples. Falar com as plantas, as flores e as árvores é fácil nos estados supremos de consciência. A linguagem do bebê pode ser hoje compreendida, desde os sons que produz dentro do útero, os prantos que emite o recém-nascido e a riquíssima gama de sons dos primeiros dias de vida, que vão evoluindo até expressões mais estruturadas, até se converterem em palavras e frases.

Biólogos e pediatras são capazes de se comunicarem, através de proto-linguagem, com os animais e com os bebês de poucos dias ou semanas. Os estudos de Ruth Friedman sobre a evolução da expressão musical na criança, desde o primeiro dia de vida, são um exemplo desta direção das pesquisas rumo a oni-compreensão dos infinitos idiomas existentes, através da escala evolutiva.

Inicialmente, esta ideia demasiado abrangente parece mais uma proposta literária do que científica. Não obstante, considero que chegou a hora de estabelecer uma metodologia que abarque a descrição, classificação e filiação evolutiva das proto-linguagens, começando por pesquisas bilinguísticas no ser humano. Esta investigação pode dar acesso a outras formas de comunicação, com pessoas surdas-mudas, com doentes mentais, com animais e com seres e inteligências de outros planetas.

### a. As linguagens pré-verbais ( I )

A linguagem se desenvolve fortemente ligada ao corpo, ao movimento e às emoções, diferenciando-se lentamente através dos primeiros anos de vida e tornando-se cada vez mais conceitual. Desde o grito, o murmúrio, o pranto, o riso e outros sons vocais que expressam estados anímicos e sensações corporais, a criança chega pouco a pouco à linguagem verbal cognitiva, de escassa expressividade.

Ruth Friedman realizou o admirável estudo documental do processo evolutivo da linguagem e do canto na criança, registrando desde o primeiro grito ao nascer até o surgimento das primeiras palavras estruturadas.

O componente hereditário neuromotor da linguagem foi também objeto de intensos estudos. O desenvolvimento da linguagem na criança dentro de padrões mais ou menos estáveis em

relação com a maturação neurológica foi estabelecido por Arnold Gesell em seus magnos estudos sobre o desenvolvimento infantil. Os relógios biológicos do desenvolvimento sincronizam a capacidade neurológica para a aquisição de um vocabulário crescente e sua estruturação em frases e orações. Os níveis de comunicação e contato com as pessoas do meio ambiente, em especial com os pais, facilitam ou inibem este desenvolvimento da linguagem dentro dos padrões previstos.

Descobertas recentes, ligadas à estrutura cerebral, parecem indicar que o cérebro especializou seus lóbulos: um lóbulo-contiguidade (lógico, linear, verbal, analítico), o esquerdo, e um lóbulo-similaridade (paramórfico, icônico, pré-verbal), o direito.

O homem ocidental desenvolveu predominantemente o hemisfério esquerdo de seu cérebro.

A linguagem verbal se gerou, como é sabido, filogenética e ontogeneticamente, das linguagens pré-verbais. As palavras articuladas e organizadas em uma frase não são senão a expressão refinada das ressonâncias viscerais que os objetos e acontecimentos produziram no homem primitivo.

O “Sim” e o “Não” são nossas respostas viscerais a fatos que aceitamos ou rejeitamos. Se as palavras não correspondessem a essa ressonância visceral, a linguagem não poderia ser adquirida com essa facilidade com que as crianças a aprendem.

Biodanza emprega basicamente linguagens pré-verbais. A carícia é a mais intensa linguagem pré-verbal.

Não necessitamos, portanto, fazer a análise verbal das vivências e sensações da maneira como propõe Schutz em seu livro “Todos Somos Um”. Essa proposta, justamente, desloca as defesas a níveis mais complexos e impede a sinceridade que tanto preocupa a este autor. A análise das vivências como método terapêutico é desaconselhável em Biodanza.

Biodanza, ao ensaiar as proto-linguagens corporais, através de danças arquetípicas e de vinculação com outras pessoas, realiza a “incorporação” desta forma de linguagem, obstruída e reprimida a expensas da linguagem verbal.

O aluno inicia um processo de restituição de uma de suas mais excelsas potencialidades: a linguagem dos instintos e emoções, a linguagem primordial, o original que há nele.

#### b. As linguagens pré-verbais ( II )

Com o advento das disciplinas corporais como técnicas de evolução, surgiu a interrogação sobre o valor da linguagem como instrumento de transformação. São utilizados, assim, os termos “Disciplinas não verbais”, “Linguagem corporal”, “Proto-linguagem”, etc., para aludir a técnicas que não empregam a linguagem verbal.

Se as defesas se originam e estruturam no mundo simbólico, como poderão estas ser manipuladas suprimindo a linguagem?

Pois bem. Dentro de um sistema como Biodanza, em que não se trabalha a linguagem nem os mecanismos de simbolização, as defesas diminuem muito ou não se manifestam e as ações se realizam livres de censura. Isto permite reforçar padrões de respostas instintivas e afetivas que normalmente se encontram bloqueados pela censura.

O comentário verbal e a análise psicológica dos fatos ocorridos em um regime livre de censura, desencadeiam novas estratégias de defesa. A verbalização elabora argumentos mais sutis e sofisticados. As defesas ficam, assim, instaladas em uma zona inacessível à manipulação terapêutica.

Pois bem. Como trabalhar com uma pessoa, eliminando a linguagem verbal e sem produzir uma dissociação entre o mundo vivencial e o mundo simbólico? Cremos que a resposta está em recorrer à proto-linguagem, constituída por sons viscerais, gestos e movimentos arcaicos, que pertencem ao inconsciente coletivo.

#### c. A linguagem verbal, uma aventura desesperada para a intimidade

A linguagem verbal é uma criação tipicamente humana, capaz de regular os níveis de comunicação na função de unir ou separar os seres humanos.

Certo exercício de linguagem nos isola e nos encerra na solidão. Com palavras e com mentiras, com espigas de ilusão, construímos nossa morada.

A evolução e diversificação da linguagem em linguagens técnicas, científicas, filosóficas, psicológicas, cria novos agrupamentos humanos de comunicação exclusiva.

A especialização da linguagem vai produzindo um estreitamento de sua função expressiva e vai fechando as portas à compreensão inter-humana.

De todas as linguagens especializados, a mais inumana e empobrecedora é, sem dúvida, a linguagem psicológica e a da psicoterapia. As sessões de psicoterapia de grupo reproduzem, paradoxalmente, a situação da Torre de Babel. Exemplos desta total falta de empatia e de ressonância estão presentes na casuística das obras de Fritz Perls. Os membros de um grupo terapêutico se sentem, com frequência, tão desalentados que preferem ficar em silêncio, pela impossibilidade de serem compreendidos.

Alfred Korzybski (General Semantics), profundamente preocupado pela situação de incomunicação na psicoterapia, se remete ao indizível como base da existência. Há um abismo entre os estratos mudos do ser (“silent levels”) e a verbalização (“verbal level”).

O mesmo autor assinala outras duas esferas. Uma, em que o acontecer objetivo atua sobre o sistema nervoso e outra, imediatamente relacionada com a primeira, em que a reação nervosa se transforma no sentir orgânico (organismal). Korzybski busca o elo entre os estímulos que chegam aos nervos e a vivência que despertam esses estímulos. O autor faz uma diferença entre o território (“territory”) e o mapa (“map”),

O caminho que vai do sentir orgânico e sua formulação em linguagem é complexo e acidental.

Poderíamos formular a hipótese de que nossa linguagem é uma extensão de nós mesmos e que nossas palavras constituem a semântica do ser. Sem dúvida, isto não é assim, porque o homem é capaz de dissociar a vivência da expressão, isto é, pode construir falsas linguagens.

Se minhas palavras são uma expressão de mim mesmo, uma extensão minha, semelhante às extensões de meu corpo, uma secreção absolutamente real, então minhas palavras deveriam ter o sentido total do que eu sou como homem. Mas isto não é assim, devido a que, em sua trajetória de formalização, a linguagem rarefaz seus vínculos com a origem e incorpora elementos da cultura adquirida através da memória. Estes elementos adulteram a pureza ou veracidade do que nos propomos dizer.

Assim, a linguagem surge dentro de uma dialética de expressão e simulação, de veracidade, de autenticidade e falsidade.

Assim, é possível que a linguagem do movimento corporal, das expressões e dos gestos, salvem com maior eficácia o abismo do indizível e o comunicável.

Benjamin Leo Whorf observou que a variedade étnica das estruturas da linguagem se baseiam no fato de que cada povo tem uma construção diferente da realidade. Isto é assim, não só para povos diferentes, mas também para cada indivíduo. Cada um de não tem uma construção diferente do real. A linguagem do esquizofrênico, do obsessivo ou do histérico, corresponde também a estilos diferentes de construção da realidade.

Uma realidade desintegrada, uma realidade reiterativa e circular ou uma realidade acentuadamente expressiva, geram linguagens desintegradas, compulsivas ou hiperbólicas.

Quando Lacan exalta o poder fundador da palavra e propõe a primitiva relação entre intimidade e linguagem, leva até as últimas consequências a valorização de uma linguagem com existência própria, capaz de gerar condutas.

Por caminhos diferentes, Heidegger inventa uma linguagem para aprofundar a estrutura do ser e, em sua aventura criadora, aniquila os objetos que examina. Wittgenstein propõe a criação de universos autônomos a partir da linguagem, onde, dependendo das premissas iniciais, qualquer coisa pode ser verdadeira.

A poesia concreta constrói situações icônicas com palavras distribuídas no espaço, abandonando a continuidade semântica e exaltando os valores semióticos, de modo que o leitor reconstrua o mundo com seus próprios aparelhos de percepção.

Esta exegese do valor concreto da linguagem, que de modo diferente formulam Lacan, Heidegger, Wittgenstein e poetas como Mallarmé (O Golpe de Dados), Pound, Haroldo de Campos, Joyce, são os epígenos de uma concepção individualista e absolutista do mundo.

Isto não significa uma desqualificação, mas somente a indicação de fatores que geram comunicação através da linguagem.

Não me são estranhos as vertigens e prazeres que geram estes abismos de solidão.

Sem dúvida, penso que a única maneira possível de encontrar o caminho para a intimidade através da linguagem, é considerar as palavras que designam o objeto como parte do homem que expressa o objeto. À semelhança da Física de Heisenberg, em que o observador forma parte do objeto observado, as palavras não possuem uma realidade autônoma, senão que são a substância, a secreção biológica da interação entre a parte incomunicável e silenciosa e aquilo que finalmente se formula.

É aqui onde surge a noção de poesia como o caminho direto entre a vivência e a palavra; onde a conexão original com o sentir orgânico se conserva sempre. É na poesia onde se salva o abismo entre o ser e não ser. A mutação visceral consiste na transformação de sensações em consciência fulminante. Aí surge a veracidade, qualidade de nudez, cópula energética com a realidade que nasce do encontro no diálogo, uma dimensão da esquiva noção de liberdade. A poesia, uma oportunidade para a liberdade.

Se somos os mentores siderais da vida, nossas palavras podem ser as pontes de conexão com outras vidas, com outros mistérios de consciência e outros âmbitos do coração.

Nossas palavras se tornam, na poesia, o néctar para a nutrição dos humanos com os humanos, sob as estrelas.

Na linguagem poética estabelecemos a trama de um mistério fabuloso: a intimidade.

Na linguagem poética nos envolvemos com o mistério do outro, estabelecemos um pacto: palavras simples, verdadeiras, diretas, extensões da vida na vida.

O poder curativo das palavras não o encontraremos jamais no idioma da psicologia, mas na linguagem poética capaz de restabelecer vínculos originários.

#### d. Linguagem pré-verbal e linguagem poética na abordagem das estruturas defensivas

Na perspectiva psicanalítica traçada pela linha Freud-Lacan, os sistemas de defesa se instalam no nível simbólico e, portanto, - afirmam alguns psicanalistas - só podem ser abordados mediante o instrumento da linguagem verbal.

Tal afirmação deve ser reconsiderada. Wilhelm Reich estabeleceu que as estruturas de defesa têm concomitantes corporais e se manifestam em rigidezes crônicas da musculatura e tensões viscerais. Esta concepção foi reiteradamente confirmada pelas psicoterapias denominadas “não verbais”.

Devemos reconhecer que as estruturas de defesa abarcam diversos planos, que incluem as respostas neurovegetativas, neuro-hormonais, motoras, afetivas e cognitivas.

O aparelho defensivo abarca inclusive o processo onírico, tal como o descreveu Freud, através do mecanismo de censura dos sonhos. Os diferentes mecanismos de defesa se expressam tanto nas respostas viscerais e motoras como nas de caráter verbal cognitivo.

Evidentemente, então, a repressão impregna a totalidade das respostas do indivíduo.

#### ► **Deslocamento das defesas**

Em Biodanza fazemos objeções à chamada “elaboração analítica” das vivências. Nossa observação demonstra que esta análise induz um deslocamento das defesas para lugares inacessíveis a sua manipulação terapêutica. Depois da elaboração verbal o problema persiste, só que deixa de ser importante para a consciência.

A linguagem conjura os terrores. Quando os monstros e fantasmas podem ser designados por um nome ou compreendidos como mecanismos, perdem sua qualidade aterrorizante. A palavra cumpre, assim, a função de exorcismo e pode produzir efeitos estimulantes, hipnóticos, alucinógenos, ansiolíticos ou timolépticos. A palavra tem, sem dúvida, como deflagradora do nível simbólico, poderes neuroquímicos. Nossa objeção não atinge a linguagem verbal em geral, mas a

forma analítica linear de associação por contiguidade, usada frequentemente por metodologias pretensamente científicas. Postulamos, mais bem, uma linguagem poética que transcende a palavra em seu sentido sintagmático. Propomos uma visão poética icônica que promove, com exatidão e profundidade, o fato semiótico, recordando que este não é sinônimo do fato linguístico.

Em Biodanza, nos propomos abordar o sistema defensivo em seus níveis pré-verbais, através da protolinguagem do movimento corporal, do coro primal, o pranto e certas expressões onomatopeicas vinculadas ao instinto. Em tais condições, é fácil desmontar arcaicos mecanismos de defesa e substituí-los por condutas que se realizam dentro de um contexto de máxima segurança e solidariedade amorosa.

Devemos recordar aos que utilizam a linguagem na psicoterapia, que a explicação de um mecanismo alivia, mas não cura. O mecanicismo de certas concepções terapêuticas parte de um vício epistemológico que atualmente é fácil reconhecer nos procedimentos condutivistas, na Análise Transacional e, às vezes, na Terapia Gestáltica. Isto consiste em uma ingênua racionalização de mecanismos basicamente irracionais que se originam em uma lógica da vida e não nos padrões culturais.

Os problemas humanos podem ser abordados, sem dúvida, a nível simbólico, através de uma poética na qual a palavra realiza, verdadeiramente, a síntese vital, criadora, capaz de dar acesso a uma modificação profunda.

O alarido como forma poética, o protesto político, a elegia, o canto de amor, a indução de estados de consciência cósmica e de êxtase através da linguagem poética, são elementos poderosos que poderiam ser empregados na cura das angústias existenciais. O bruxo poeta, o exorcista, o biólogo-poeta, são quem realmente têm acesso à manipulação das defesas ocultas no nível simbólico. Os jogos da verdade na terapia privada e nos encontros de grupo, estão plenos de subterfúgios e a essência do núcleo neurótico se oculta em discreto silêncio.

O poeta Allen Ginzburg coloca seus fantasmas na nudez de seus versos; sua angústia, sua paixão homossexual, seus remorsos, o amor por sua mãe louca, etc. No reino de sua linguagem sem freio, vive as alucinações da droga e canta sua ternura pelos abandonados. Antonin Artaud, desde o inferno dos hospitais psiquiátricos alcança, através do poema, a lucidez extrema e a saúde genial em meio do martírio.

Se quiséssemos distribuir os poetas dentro do Modelo Teórico de Biodanza, na magna constelação dos símbolos do inconsciente coletivo que é, ao mesmo tempo, a consciência vigia da humanidade, faríamos a seguinte proposta:

a. Poetas da Linha de Vitalidade:

Walt Whitman  
Pablo de Rocka  
Saint John Perse

b. Poetas da Linha de Sexualidade:

William Bourroughs  
D.H. Lawrence  
Pierre Louys  
Violette Ledouc

c. Poetas da Linha de Criatividade:

Stephan Mallarmé  
Edith Sitwell  
Ludwig Zeller  
André Breton  
Vielimir Khlebnikov

d. Poetas da Linha de Afetividade:

Gabriela Mistral  
Pablo Neruda  
Pedro Tierra

e. Poetas da Linha de Transcendência:

Novalis  
Milosz  
Rilke

Esta distribuição é apenas aproximativa, já que os grandes criadores integram todas as Linhas de Vivência. Dentro dos parâmetros do Modelo Teórico, poderíamos agrupá-los do seguinte modo:



No nível simbólico, os poetas são os terapeutas da espécie humana, os visionários plenos de lucidez, suscitando, através da linguagem verbal, o processo de liberação e conjuro do caos. Quando Rilke expressa em um poema sua vivência de crescimento em círculos concêntricos, realiza no poema o mesmo modelo de espiral infinita de uma Cantata de Bach:

“Vivo mim vida em círculos concêntricos  
que crescem e se distanciam sobre o mundo.  
Talvez o círculo maior não chegará a se fechar  
nunca apesar de meu esforço.  
Giro em torno a Deus nesta viagem sem idade  
desde há milhares de anos.  
Quem sou? Ainda ignoro.  
Um falcão, uma tempestade ou uma imensa  
canção?”

Para quem permanece prisioneiro em pequenos problemas e no imanentismo de uma vida alienada, Victor Frankl propõe uma Psicoterapia de Altura. Rilke ensina como alcançar essa perspectiva. Os poetas dão, à humanidade neurótica, um ponto de referência cósmico, um novo modo de identificação e uma percepção do transcendente.

## 12. EXPRESSÃO GENÉTICA DOS IMPULSOS

Chamaremos “impulsos inatos” a certas linhas de força organizadoras de conduta que, partindo do código genético, possuem aparentemente um caráter teleonômico destinado a conservar a vida e canalizar a expressão dos potenciais genéticos. O termo “instinto” foi desvirtuado por uma psicologia sem antecedentes biológicos nem etológicos. Os impulsos inatos (ou instintos) constituem verdadeiros “mandatos biocósmicos” que estruturam através da vida as motivações biossociais.

A Psicologia, a partir de John B. Watson, fundador do Condutivismo, atacou vigorosamente a doutrina dos instintos e sustentou que o comportamento é modulado amplamente pela aprendizagem. Margareth Mead e Ruth Benedict, através de seus estudos antropológicos em povos primitivos, concluíram que não há evidências para pensar na existência de motivações humanas universais. Veremos mais adiante que estes autores não conseguiram compreender a raiz biológica dos padrões de resposta social aparentemente tão diferentes. Os estudos etológicos de Eibl-Eibesfeldt e Konrad Lorenz dão fortes evidências de que tais diferenças culturais são aparentes. Murphy (1954) sustentou que o número e variedade de motivos sociais específicos manifestados no comportamento humano são virtualmente infinitos e que a matéria prima do comportamento humano não são os instintos, mas a cultura. Estes autores são os representantes de uma filosofia antropocêntrica caduca e superficial. Os impulsos inatos chamados instintos estruturam, na realidade, o desenvolvimento nos sistemas vivos e através deles se expressam os potenciais humanos.

Nossa posição “biocêntrica” não é, portanto, um “reducionismo biológico”, mas a consequência de um pensamento que tem referências universais: os sistemas vivos.

## 13. INSTINTOS

O instinto é uma conduta inata, hereditária, que não requer aprendizagem e que se desencadeia frente a estímulos específicos. Sua finalidade biológica é a adaptação ao meio, para a sobrevivência da espécie.

Segundo Darwin, uma conduta é instintiva desde o momento em que se realiza sem experiência prévia e é repetida por grande número de indivíduos da mesma espécie.

De acordo com Mc Dougall, o instinto é uma disposição psicofísica herdada, inata, que determina que o indivíduo perceba certos objetos específicos e que o impulsiona a atuar de forma precisa ante eles.

Mc Dougall propunha que toda conduta, inclusive a conduta social do ser humano, era explicada em termos de impulsos inatos.

Investigações posteriores demonstraram que a conduta podia ser seriamente influenciada pela aprendizagem de padrões culturais.

Skinner chegou a negar a importância dos instintos. Os psicólogos culturalistas foram especialmente influenciados pelas investigações antropológicas de Margareth Mead, que observou enormes diferenças de comportamento em tribos primitivas, de acordo com o contexto cultural de cada povo e sem considerar as bases instintivas universais do comportamento humano.

Somente as pesquisas de etólogos modernos como Vítus B. Droscher, Eibl-Eibesfeldt e Konrad Lorenz, esclareceram, através de pacientes observações, que os instintos possuem uma poderosa força no comportamento, ainda que a aprendizagem e a experiência modifiquem estes impulsos de diversas maneiras.

Segundo a abordagem de Biodanza, a cultura obstrui, desorganiza e perverte os instintos, dando origem à patologia social e individual.

Nossa tarefa mais urgente é restaurar a base instintiva da vida e buscar a orientação desses impulsos primordiais.

### a. Uma poética dos instintos

Reparentalizar, voltar à origem, recuperar a criança livre, conectar-se com a energia cósmica, restaurar o orgasmo são algumas das propostas da moderna intuição em psicoterapia. Toda essa semântica se refere, no fundo, ao reconhecimento do significado do primordial. É um girar em torno à ideia de que a saúde há de vincular-se à fonte originária da vida.

Superando os eufemismos, creio que devemos reencontrar o significado do conceito de instinto e restabelecer seu valor para a terapia, a antropologia e a educação.

Parece grotesco que num hospital psiquiátrico estejam mais preocupados com um processo de socialização dos doentes, através de grupos operativos, do que em lhes restaurar a dentadura e melhorar sua alimentação (instinto da fome), facilitar-lhes as relações sexuais e amorosas (instinto sexual.), brindar-lhes uma privacidade mínima (instinto de guarida), etc.

Também é surpreendente a insensibilidade dos sistemas de educação que, em lugar de restaurar os instintos, estão preocupados em reforçar a visão cognitiva e a percepção simbólica e abstrata.

Existe um medo generalizado a respeito dos instintos e, ainda mais, uma atitude de violência frente a qualquer manifestação do primitivo. Minha abordagem é a de salvar esta selva interior e realizar não uma ecologia da mente, no estilo de Bateson, mas sim uma ecologia dos instintos. É necessário olhar as manifestações instintivas sob uma perspectiva poética de exaltação da vida e da graça natural.

Organizei sistematicamente os instintos, com base em dados etológicos e neurofisiológicos. Os instintos constituem uma rede sistêmica, com representação bioquímica e projeção direta sobre o comportamento e o estilo de vida.

A aprendizagem pode permitir a manifestação dos instintos ou obstruí-los, pervertê-los e desorganizá-los. A obstrução consiste em impedir sua manifestação. A perversão é o desvio do sentido biológico do instinto. E a desorganização é a dissociação caótica dos instintos.

A concepção sistêmica dos instintos considera não apenas a inter-relação entre eles, como também suas formas orgânicas de auto-regulação.

O instinto básico se relaciona com o impulso de sobrevivência e, em íntima relação com este, organizam-se os outros instintos.

O instinto de sobrevivência e conservação da vida se relaciona dinamicamente com a força da identidade. É neste ponto onde minha concepção dos instintos se vincula com o modelo teórico do Sistema Biodanza e com o Princípio Biocêntrico, formulados por mim.

A evolução individual não se baseia nas performances alcançadas dentro de nossa cultura, mas sim no desenvolvimento e integração dos cinco canais de expressão do potencial genético (vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência). O processo de integração induz estados de plenitude. Estes estados permitem ao ser humano transcender sua própria programação biocósmica sem trair os gérmenes da vida. O futuro não está completamente contido no passado. O potencial genético é uma força ativa que pertence ao presente e possui um dom de gênese atual.

A transcendência consiste em criar mais vida a partir da vida.

Contrariamente ao que sustenta a grande maioria dos místicos orientais e ocidentais que, para alcançar o estado supremo, a conexão com o divino, é necessário abandonar os instintos e negar o corpo, nossa abordagem sustenta que não há possibilidade alguma de evolução e transcendência quando se traem as forças que conservam a vida e que a nutrem.

A transcendência não consiste em “transcender” o corpo ou dominar os instintos, mas sim em permitir que se manifestem como hierofanias.

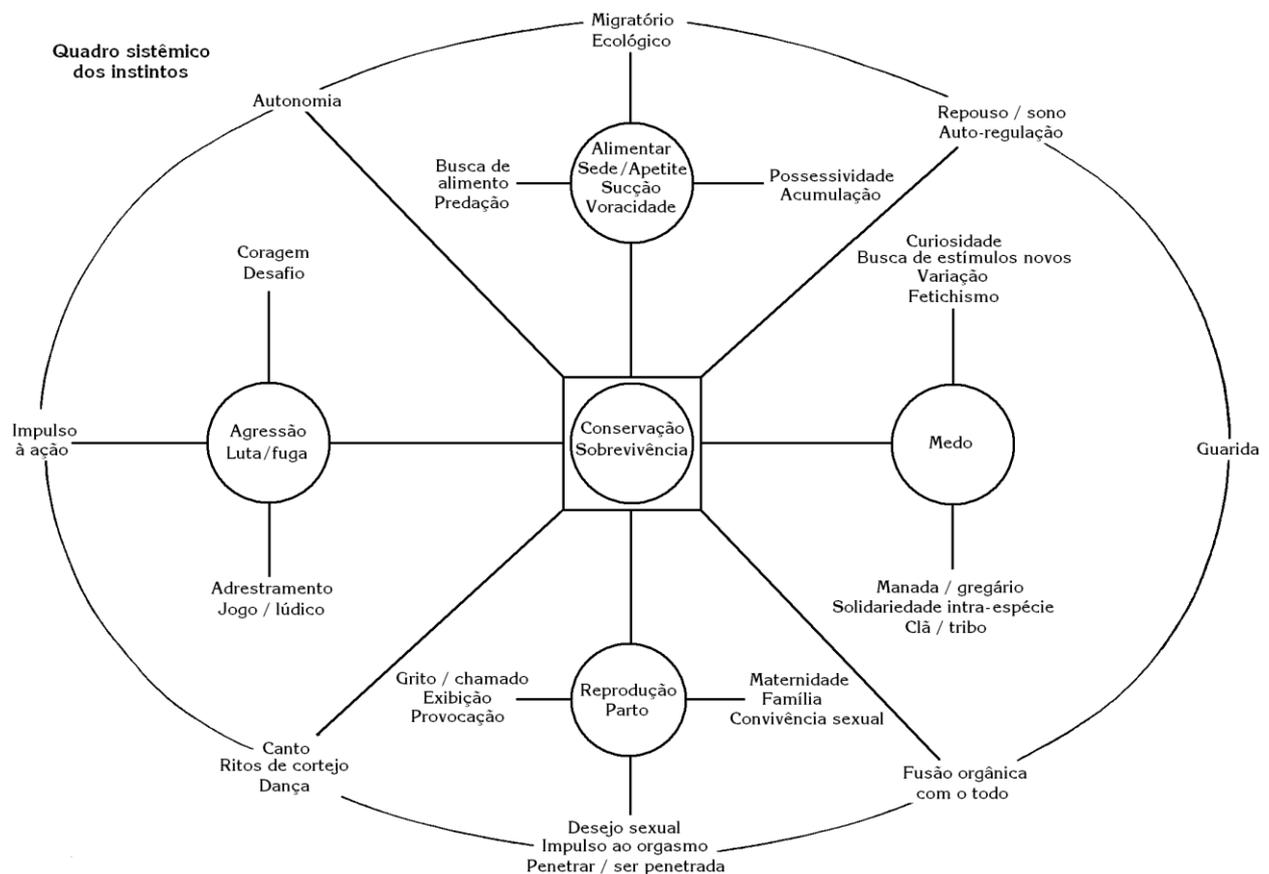
Foram os trabalhos de Lorenz, Timbergen, Eibl-Eibesfeldt e Droscher que tornaram possível a fundamentação de uma etologia humana, acabando com a disputa entre “instintivistas” e “culturalistas”. Sabemos hoje que as adaptações filogenéticas determinam o comportamento animal e humano. Estas adaptações abarcam:

- 1) O nível motor, como coordenações hereditárias
- 2) O nível receptor, como mecanismos acionadores inatos
- 3) Mecanismos de impulsos endógenos (viscerais)
- 4) Disposições inatas para a aprendizagem

Muitas ações instintivas são reforçadas por mecanismos motivadores e estados internos como fome, sede, necessidade sexual. Nestes casos, os estímulos do ambiente são selecionados pelo animal em relação com a necessidade. Como o ambiente se modifica constantemente, as solicitações são mutáveis e os animais devem modificar adaptativamente seu comportamento, através da experiência, para sobreviver.

Para realizar modificações profundas (aprendizagem), o Projeto Minotauro cria um “ambiente” com solicitações extremas, que são, ao mesmo tempo, âmbitos de estimulação instintiva. A ação estimuladora se exerce no nível motor arcaico, no nível receptor (com mecanismos de desencadeamento inato), no nível dos impulsos endógenos (viscerais) e, finalmente, nas disposições inatas para a aprendizagem.

### b. Quadro sistêmico dos instintos



### c. Características dos instintos

Os instintos são:

#### 1. Inatos

As condutas instintivas se realizam sem aprendizagem, mas se reforçam com a experiência. Constituem a programação genética para a sobrevivência.

## 2. Invariáveis

Possuem pautas fixas e se executam sempre na mesma forma e sequência.

## 3. Específicos

São compartilhados por todos os membros da espécie e as vezes de espécies afins.

## 4. Involuntários

São desencadeados ante certo tipo de estímulos externos ou internos, como respostas adaptativas.

## 5. Sequenciais

Continuam até sua consumação, mesmo que em ausência do estímulo que o provocou.

## 6. Diferenciados

Possuem uma estrutura mais complexa que o simples reflexo incondicionado, mas a fronteira resulta imprecisa no caso de cadeias reflexas de certa complexidade.

## 7. Função de Sobrevivência

Tem um sentido de sobrevivência para o indivíduo e para a espécie. Todos os instintos se organizam em torno da conservação da vida.

## 8. Autorregulados

A força do impulso instintivo diminui a medida em que se satisfaz. A auto-regulação dos instintos tem base orgânica. Por isso não existe perigo na liberação.

### d. Bipolaridade dos instintos

Os instintos apresentam frequentemente aspectos complementares entre si, o que torna possível sua auto-regulação. Assim, por exemplo, o ato de sugar, no bebê faminto, estimula o fluxo de leite na mãe, num verdadeiro sistema complementar de reflexos neuroendócrinos. No homem, o impulso de penetração genital é complementar. com o desejo, que a mulher sente, de ser penetrada.

As relações entre os instintos são complexas e possuem um caráter sistêmico.

Ainda assim, muitos instintos parecem ter seus opostos complementares. A bipolaridade dos instintos é, em realidade, uma expressão da lógica da vida, que permite resolver problemas adaptativos numa escala muito ampla. Assim, frente a um perigo, o animal tem várias opções: luta, fuga ou reflexo de imobilidade.

Há um hábito cultural de associar o instinto ao “irracional”, no entanto, a função instintiva revela uma forma de inteligência cósmica que possui sua própria lógica.

#### - Aspectos Instintivos Bipolares e Complementares

Migratório

Território. Nidação, guarida

Variação. Busca de estímulos novos

Sedução

Fome

Luta

Instinto gregário

Repouso

Regressivo

Exploratório. Nomadismo

Necessidade de regularidades

Ocultamento. Mimetismo

Saciedade

Fuga

Intimidade

Movimento, ação

### e. Instintos e Biodanza

- Os instintos são influenciados pela aprendizagem: podem ser obstruídos, reprimidos, pervertidos ou estimulados por influências ambientais.

- Ainda que todos os instintos permaneçam como padrões arcaicos do comportamento, alguns se manifestam com maior força em determinadas etapas da vida. Durante estados de regressão podem-se reativar respostas instintivas arcaicas.
- A força dos instintos se vincula ao desenvolvimento da identidade individual. Quando os instintos são obstruídos ou desviados de seu sentido primordial, através dos valores culturais, o indivíduo tende a desorganizar-se. A singularidade e diferenciação individual é nutrida pelos instintos.
- A aprendizagem orientada sobre base instintiva aumenta a auto-regulação, a vitalidade geral, a criatividade, a capacidade de vínculo e integração.
- Em Biodanza pretende-se:

Estimular os sinais e as pautas uniformes que se manifestam na conduta natural dos animais e do ser humano. Estas pautas estão destinadas a conservar a vida e a permitir sua evolução. A abordagem proposta no Projeto Minotauro não implica excluir a experiência e a aprendizagem. Propõe-se “desaprender ‘padrões culturais anti-vida e restaurar as fontes primordiais de organização da vida no ser humano.

Charles Darwin chegou a afirmar que os instintos são, para a sobrevivência das espécies, tão importantes como a estrutura corporal.

Os potenciais instintivos só se manifestam com plenitude quando existe um meio ambiente adequado. Assim, por exemplo, o canto dos pássaros: quando se separa um pássaro de seus pais no momento do nascimento, mantendo-o isolado, ele não consegue cantar depois, como os outros de sua espécie. Isto demonstra que o fator de aprendizagem pode determinar a eclosão ou a obstrução de um instinto, porque, neste caso, o pássaro recém-nascido necessita escutar o canto de seus pais e imitá-lo, o que representa aprendizagem.

Também as brincadeiras de luta dos felinos com seus filhotes constituem um adestramento e estimulação dos instintos de defesa (luta-fuga).

Podemos imaginar o efeito que uma civilização doente pode causar sobre o sistema dos instintos, que têm por missão a conservação da vida.

Existe uma escala de respostas vitais frente ao ambiente, que vão se tornando gradualmente mais complexas e que têm a mesma filiação genética:

1. Resposta dos tecidos aos agentes estranhos ao organismo (reação imunológica)
2. Irritabilidade celular
3. Tropismos
4. Automatismos viscerais
5. Reflexos inatos ou incondicionados
6. Condutas inatas sequenciais
7. Instintos
8. Vivências e emoções

As “danças dos quatro animais” reforçam características universais dos instintos como expressões da vitalidade.

Garça	Expansão, domínio do ar, espaços livres, respiração
Tigre	Acometividade , vigilância , impulsividade, agilidade
Hipopótamo	Bem-estar cenestésico, prazer no contato com a água, fome e saciedade
Serpente	Sensualidade, contato com a terra, harmonia

**VOLUME I**

**PARTE II**

**MODELO TEÓRICO DE BIODANZA**

**- Coletânea de Textos -**

# VOLUME I

## PARTE II - MODELO TEÓRICO DE BIODANÇA

### Sumário

#### Capítulo V - MODELOS DE TRANSMUTAÇÃO DE ENERGIA

01.	Evolução dos Modelos de Transmutação de Energia	152
02.	Classificação dos Modelos de Energia	163
03.	Transmutação da Energia por Movimentos de Fluidez	166
04.	Transmutação da Energia por Contato	166
05.	Transmutação da Energia em Biodança	167

#### Capítulo VI - MODELO TEÓRICO

01.	Introdução	168
02.	O Modelo Teórico de Biodança	169
03.	Identidade	177
04.	Regresso à Origem	190
05.	Linhas de Vivência em Biodança	205

#### Capítulo VII - LINHAS DE VIVÊNCIA

01.	Linha de Vitalidade	206
02.	Linha da Sexualidade	230
03.	Linha de Criatividade	254
04.	Linha da Afetividade	274
05.	Linha de Transcendência	284

## Capítulo V – MODELOS DE TRANSMUTAÇÃO DE ENERGIA

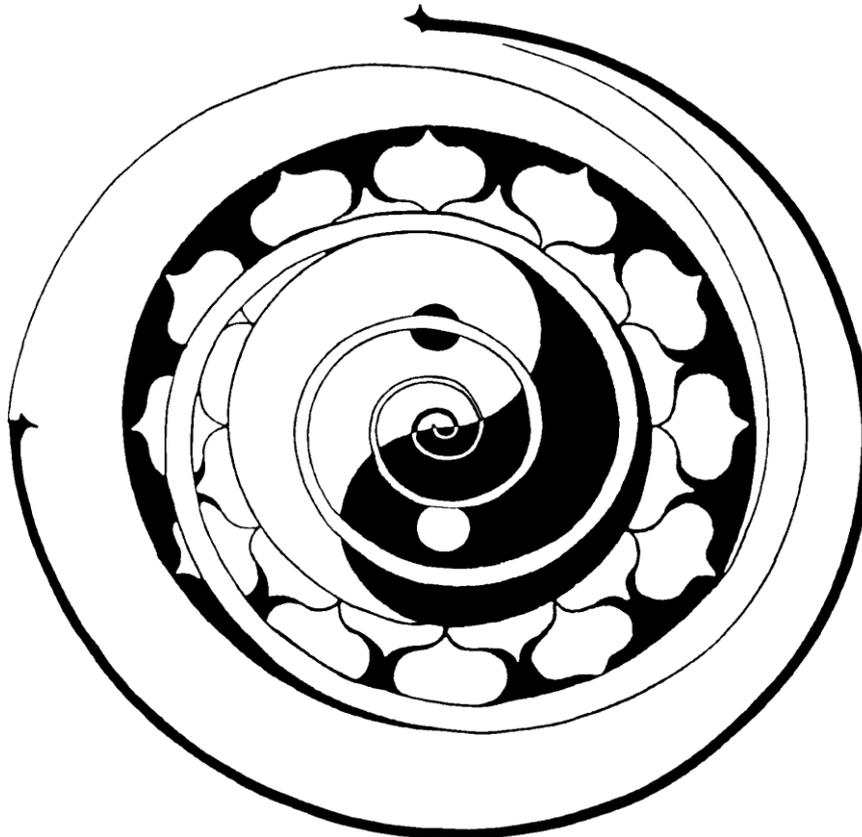
### 01. EVOLUÇÃO DOS MODELOS DE TRANSMUTAÇÃO DE ENERGIA

#### ‣ Antecedentes

Desde os alvares da história, os distintos povos têm manejado modelos energéticos para explicar o funcionamento dos organismos e do próprio universo.

No Xamanismo, o xamã realiza uma série de rituais para conjurar as forças cósmicas e transformá-las em potenciais curativos. Estas práticas implicam na transmutação da energia do corpo do xamã, através do transe.

O Yoga usa um modelo energético baseado no conceito dos chacras. Uma energia primordial deve ascender desde o chakra muladhara, onde dorme a serpente kundalini, passando através de sucessivos chacras localizados no corpo e nos quais a energia se refina até alcançar o lótus de mil pétalas da consciência absoluta, o que equivale ao nirvana. A condição para a ascensão da energia kundalini é que os canais estejam abertos ao prãna, o que se consegue através da ciência da respiração, chamada prãna-yoga. Assim, a energia sexual transmuta-se progressivamente até se transformar em consciência iluminada.



Kundalini, o Modelo Freudiano de Sublimação da Libido e o Modelo de Teilhard de Char-din, de Evolução dos Sistemas Vivos por aumento da complexidade e diferenciação, são todos modelos ascendentes, em que se parte de uma forma primitiva e pouco diferenciada até formas altamente diferenciadas.

No modelo Cabalístico, parte-se do amorfo e ilimitado, paterno (Kether) ao diferenciado, materno, reino da manifestação (Malkut).

No modelo catártico usado em Psicoterapia, há simples liberação de energia e assemelha-se muito aos modelos hidráulicos de alta entropia.

Os modelos cíclicos de Transmutação da Energia Biológica e os modelos de Contato, Encontro e Acariciamento da Biodanza, têm em comum a estrutura sistêmica, em que a energia é retroalimentada em “feedback”, conservando-se a ultra-estabilidade do sistema (homeostase) e gerando estruturas funcionais cada vez mais diferenciadas, capazes de autossustentação ecológica (transtase). O modelo de transmutação por vivências de contato e encontro induz processos de auto-organização em que os produtos da desordem entrópica são utilizados para integrar estruturas mais complexas (elevação do nível neguentrópico).

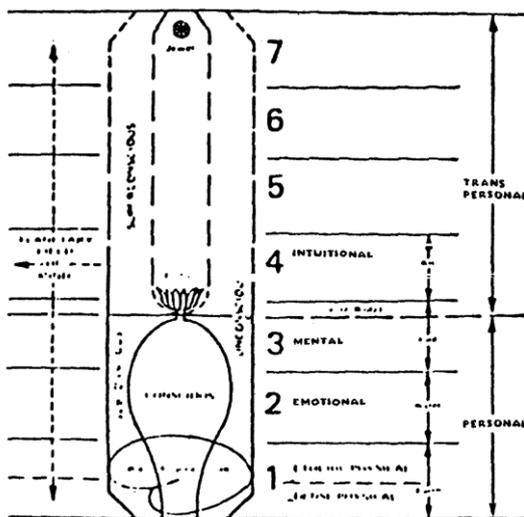


FIGURA 06 - ESQUEMA DOS SETE PLANOS DE CONSCIÊNCIA SEGUNDO A INTERPRETAÇÃO SIMBÓLICA DA SUBSTÂNCIA E DAS ESTRUTURAS PERCEPTIVAS HUMANAS (MODELO ESOTÉRICO).

1. O inconsciente inferior
2. O inconsciente médio
3. O inconsciente superior ou superconsciente
4. O campo de consciência
5. O ser consciente ou “Si Mesmo”
6. O ser transpessoal
7. O inconsciente coletivo

Na Mística Cristã são oferecidos exemplos de transformação evolutiva da consciência, de estados inferiores e superiores, como no caso da subida ao Monte do Carmelo, de São João da Cruz e a ascensão às Sete Moradas, de Santa Tereza d'Ávila.

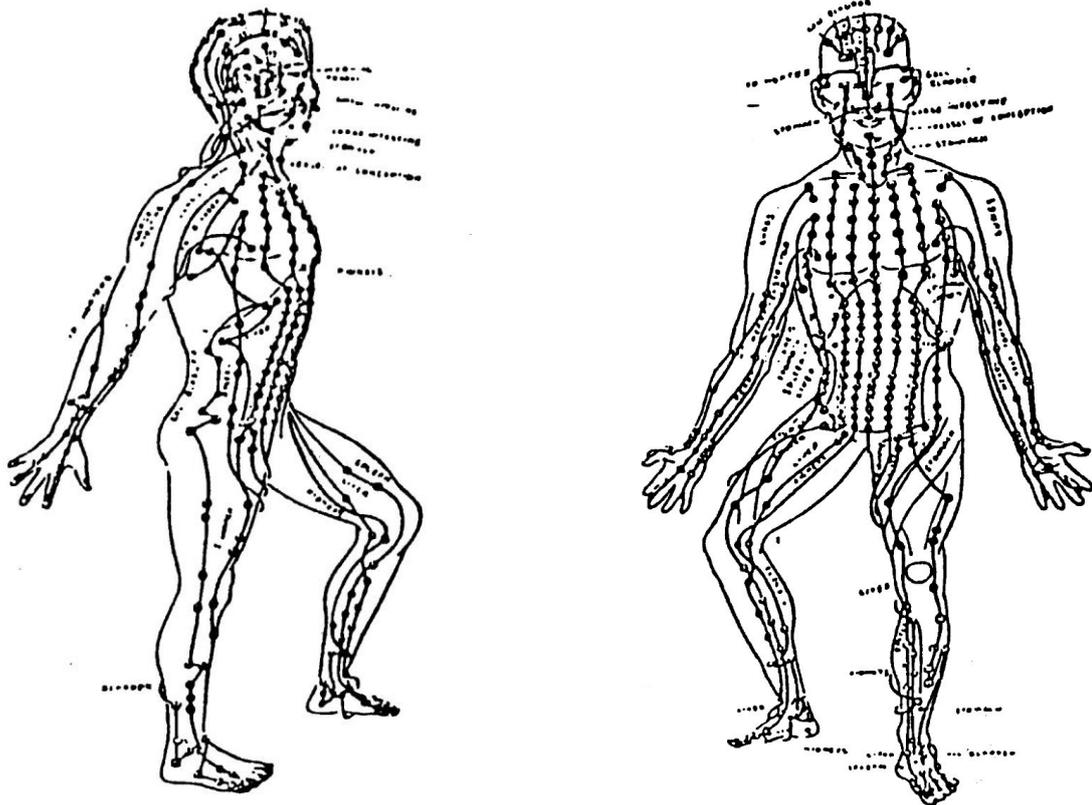
Em todas estas concepções está presente a ideia de uma transformação da energia, de estados primários a estados superiores. Na Teoria da Sublimação, de Freud, que propõe a energia sexual como a origem da criatividade e da cultura, este modelo adquire o aspecto de uma hipótese científica. Assim, a religião, a arte e as invenções, não seriam nada mais que formas sublimadas da energia sexual.

O conceito de sublimação foi contestado por Jung. Os fatos demonstram que não existe nenhuma correlação entre a atividade criativa e a sexualidade.

Reich propõe uma teoria acerca do poder organizador da energia orgânica.

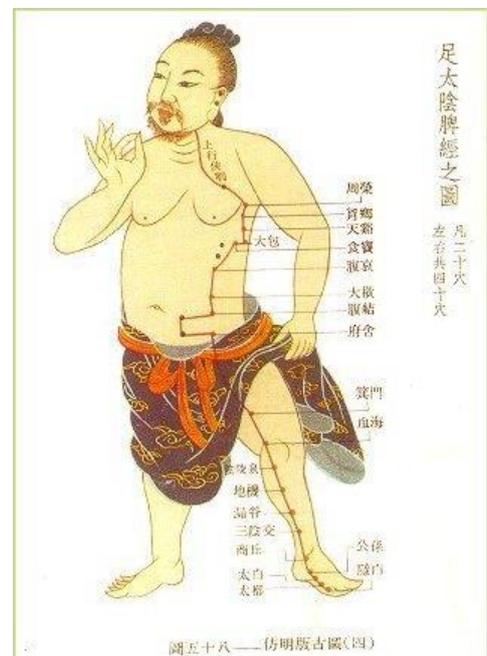
A Bioenergética da linha de Lowen utiliza um modelo catártico da energia e propõe certos exercícios para liberar as tensões internas e permitir a circulação da energia.

Certas técnicas orientais, como o Do-In, o Tui-na, a Acupuntura e a Digitopuntura propõem a circulação da energia Ki através de meridianos distribuídos ao longo do corpo, os quais correspondem aos distintos órgãos. De acordo com este modelo, a enfermidade se produz quando a energia se detém em algum dos pontos localizados nos distintos meridianos.



Meridianos e pontos de Acupuntura.  
Modelos usados em Do In e Digitopuntura.

Modelo Integrado de  
Tai Chi com o I Ching.  
(Huang Al Chung Liang)



Antigo esquema de Acupuntura

FIGURA 07 - MODELO INTEGRADO DE TAI CHI COM O I CHING  
(HUANG AL CHUNG LIANG)

No modelo de energia utilizado pela Acupuntura ou Do-In e a Digitopuntura tem sua origem na China Antiga. Os sábios orientais não abriram o interior do corpo para estudar seus mecanismos. Abordaram o organismo como totalidade e, através da prática, estabeleceram meridianos de energia correspondentes a diferentes sistemas orgânicos. Estes meridianos possuem pontos correspondentes aos distintos órgãos, os quais estão localizados, de uma maneira precisa, sobre a superfície do corpo. Quando a energia não flui corretamente através do meridiano, o terapeuta põe agulhas ou mochas nos pontos afetados, para restaurar a circulação. Este modelo é interessante no sentido em que trabalha com o corpo como unidade, pensando não apenas em sistemas de tensão psicomotora, mas também em conjuntos complexos que abarcam pele, sistema nervoso, vísceras e energia cósmica.

Os últimos avanços da Bioenergética tendem a abandonar o modelo catártico para incorporar conceitos embriológicos fundamentais, trabalhando com os conjuntos de origem ectodérmica, mesodérmica e endodérmica.

É um fato relevante, o de que os distintos modelos tendem a evoluir a esquemas de totalidade, que abarcam conjuntos complexos e não partes isoladas.

Existem várias doutrinas esotéricas que propõem um modelo de campos de energia formando um corpo para cada nível de consciência.

- Corpo mental:  
Seria formado de matéria proveniente do plano mental. Seu mecanismo alimentaria os processos de pensamento racional e intelectual.
- Corpo astral:  
Derivado da matéria do plano astral. No corpo astral, o indivíduo faria a experiência de suas emoções e experimentaria os prazeres e sofrimentos da existência.
- Corpo etérico:  
Estaria situado entre os corpos astral e mental. Seu veículo e denominado duplo-etérico. É um aparato de percepção clarividente, supersensível às correntes energéticas.

Annie Besant em seu livro "O Homem e seus Corpos" descreve estes campos.

O termo denominado aura vem do grego "brisa ligeira". A aura seria o resultado dos campos áureos dos corpos astral e mental.

Esta anatomia sutil humana descreve o corpo como um campo de energia irradiante, com circuitos espirais de energia, alimentados por energia solar, com um sistema de antenas capaz de captar as outras consciências e correntes mentais que o impressionam.

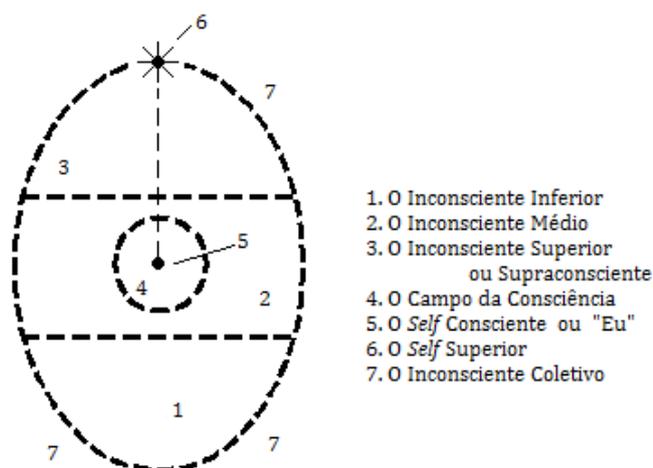
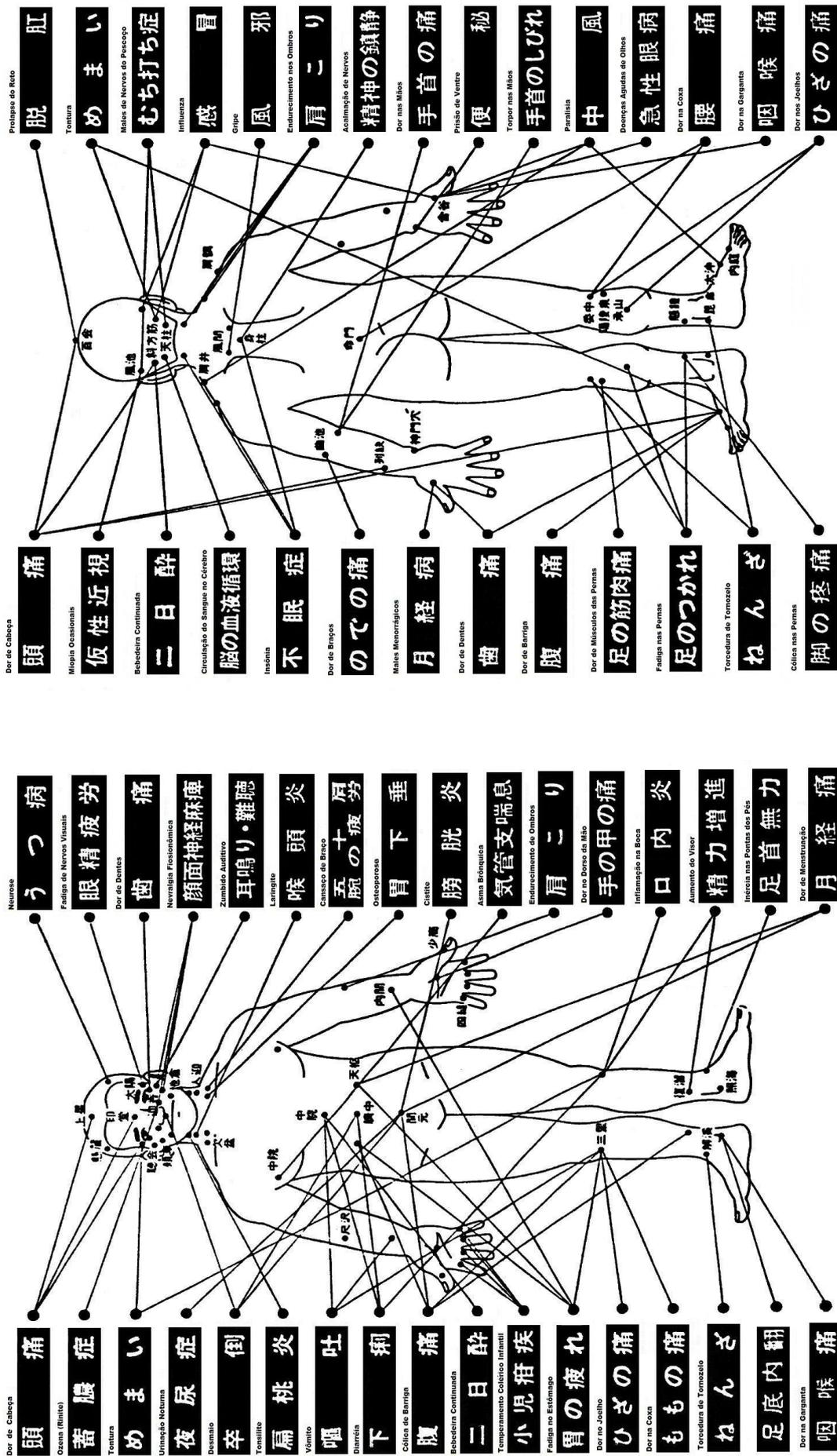


FIGURA 08 - A CONSTITUIÇÃO INTERNA DO HOMEM E SEUS CAMPOS DE CONSCIÊNCIA, SEGUNDO O MODELO DA PSICOSSÍNTESE, DE ROBERTO ASSAGIOLI



FIGURAS 10 e 11 - MAPA DE PONTOS REFERENTES ÀS CONDIÇÕES DE DOENÇAS



FIGURA 12 – MODELO ENERGÉTICO DO YOGA

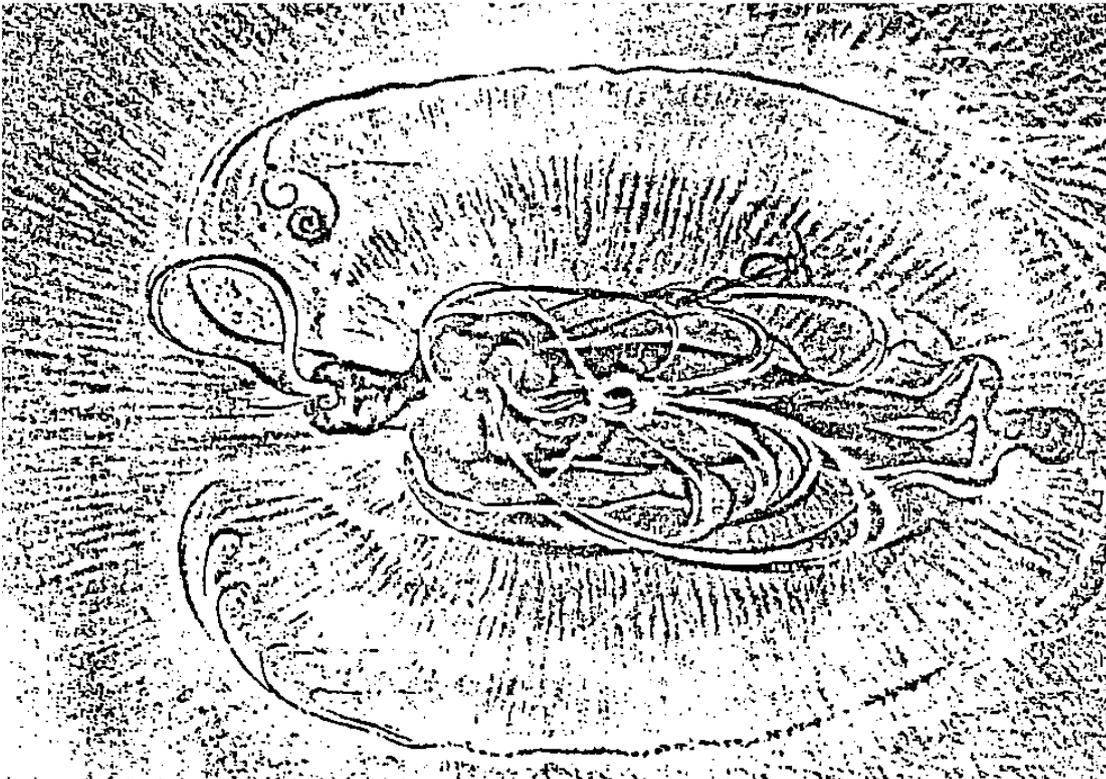


FIGURA 09 – MODELO ENERGÉTICO DO CORPO SUTIL (TEOSÓFICO)

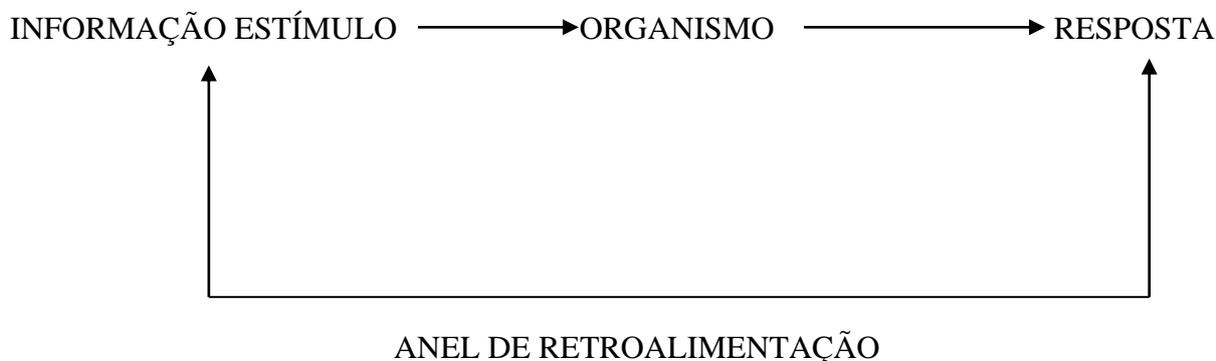
O Tai Chi é a proposta de um maravilhoso modelo do fluxo da energia cósmica no ser humano, através do movimento. Os movimentos do Tai Chi, realizados de forma ininterrupta e fluente, permitem a entrada e saída da energia cósmica. As séries de movimentos se realizam de acordo com a dialética taoísta do Yin e Yang, isto é, através da perfeita e dinâmica harmonia dos opostos. Os movimentos Yin são mais leves e receptivos. Os movimentos Yang são mais fortes e abertos. No Tai Chi se realiza a vitalizante circulação da energia Ki, através do movimento corporal.

Assagioli, criador da Psicossíntese, propõe duas formas de transmutação da energia: a transmutação vertical, que se produz quando o indivíduo se aproxima de si mesmo, harmonizando os opostos (Esta ideia tem parentesco com a concepção taoísta do Yin e Yang e com a teoria junguiana do Self.); e a transmutação horizontal, que se produz através do amor e da criatividade.

As modernas concepções da psicofarmacologia dão linhas de evidência de que quantidades infinitesimais de certas substâncias químicas, como hormônios neurotransmissores e drogas psicodélicas, são capazes de transformar e deflagrar grandes quantidades de energia. O modelo psicofarmacológico permite compreender como um componente semântico - uma palavra, um símbolo - podem ter consequências imensuráveis nas respostas de determinado indivíduo.

Os estudos fenomenológicos, dentro da linha de Merleau Ponty, permitem estudar a percepção subjetiva da energia; sentir-se vigoroso, eufórico ou fatigado, desfalecido.

A Teoria da Informação tem esclarecido o mecanismo da circulação da energia biológica, através do esquema da retroalimentação. A conservação de um determinado nível de energia e a ultra-estabilidade dos sistemas podem ser explicadas pelos mecanismos de regulação homeostática, estruturados sobre complexos circuitos de retroalimentação.



Atualmente a Biologia nos proporciona um maravilhoso modelo acerca da produção, armazenamento e distribuição da energia biológica. Todas as células do organismo possuem, no citoplasma, organelas denominadas mitocôndrias, que são “usinas” de ATP (Trifosfato de Adenosina). A molécula do ATP pode liberar, em função das necessidades do organismo, grandes quantidades de energia para a síntese de proteínas. Por outro lado, os processos de oxirredução dependem de incrementos de oxigênio no organismo.

Nesse ponto o Yoga se aproxima deste modelo, quando propõe que a transmutação da energia requer a presença de prāna.

CHAKRA	LOCALIZAÇÃO	MANTRAS
1. Muládhára	Plexo pélvico (comando dos órgãos sexuais masculinos femininos). Centro perineal. Sede de kundalini Suprarrenais	Lam
2. Svádhístána	Plexo hipogástrico. Comando da excreção e reprodução. Centro abdominal Órgãos sexuais	Vam
3. Manipura	Plexo epigástrico (plexo solar). Comando da nutrição. Centro umbilical Pâncreas	Ram
4. Anáhata	Plexo cardíaco. Comando do sistema vascular. Centro do coração Timo	Yam
5. Vishuda	Plexo cervical. Comando do sistema respiratório. Centro do pescoço Tireoide	Ham
6. Ajná	Medula. Comando do sistema nervoso reflexo. Centro entre os olhos Hipófise	A
7. Sahasrára*	Cérebro. Glândula pineal. Comando do sistema nervoso e cérebro-espinhal. Centro craniano Epífise	OM**

(\*) Não é um chacra e sim um lótus

(\*\*) Nirvana

#### ► O Modelo Cabalístico de Energia

Cabala, do hebreu rabínico Kabbá án, é um tratado filosófico religioso, cujo conteúdo tem um sentido secreto da Bíblia e uma teoria e simbolismo dos números e das letras. O modelo de energia é uma estrutura de dez Sefiroth.

Os Sefiroth são os instrumentos com que o Espírito criou o mundo e através dos quais se manifesta.

Os Sefiroth são, portanto, canais de manifestação e mediação entre o Espírito e o Mundo.

A primeira emanção do reino amorfo e poderoso (Kether: a Coroa) é a simples e desnuda atividade do movimento.

*“O princípio da vida emana dos vórtices puros do Sol do universo manifesto”.*

Os processos de transmutação da energia na Cabala correspondem a uma psicologia maravilhosa. No Poema dos Arcanos, Lubicz Miloz refere-se a Kether, o princípio amorfo, o Pai, o Poder Organizador.

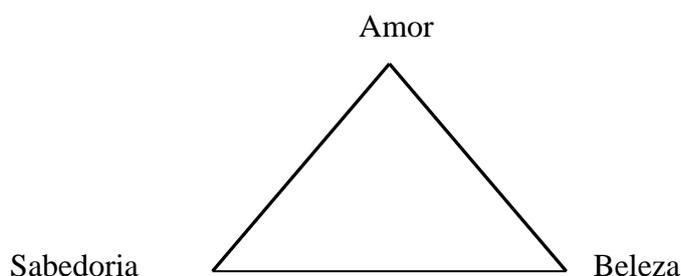
*“O primeiro pensamento do homem foi uma percepção total de seu movimento, uma comprovação instantânea e um amor, uma embriaguez religiosa do ritmo.”*

As relações triádicas dos Sefiroth revelam uma alquimia da energia em transmutação essencial. Assim, por exemplo, a primeira tríade forma um vórtice energético que logo se reflete na segunda tríade:

(1)



(2)



Outro vórtice genésico está formado pelo Poder (severidade), que é modulado pela Misericórdia e a Beleza. Nosso Poder Interior só pode fluir se for exercido através da Bondade e da poética força da Beleza.

A concepção ascendente da Cabala até a Suprema Paz e Harmonia é expressa por L. Miloz no Salmo do Rei da Beleza:

*“Onde as ilhas da Separação,  
desde o império das profundidades,  
escuta como ascendem as vozes  
das arpas solares. Flui a paz  
sobre nossas cabeças.  
O lugar em que estamos, oh Malkuth,  
é o meio da Altura!”*

Na Cabala, Malkuth, o décimo Sefiroth simboliza a feminilidade terrestre, a natureza, convertida em esposa de Deus manifesto, a mãe das gerações, a Grande Mãe.

A misteriosa viagem da energia realiza-se do Esposo Kether à Esposa Malkuth.

Eis aqui um quadro esquemático do simbolismo dos dez Sefiroth.

## SEFIROTH: INSTRUMENTOS MÍSTICOS DE MANIFESTAÇÃO E MEDIAÇÃO.

Nº	NOME HEBRAICO	CATEGORIA DE MANIFESTAÇÃO
01	Kether	Coroa Poder Moderador
02	Crokmah	Sabedoria
03	Binah	Amor e Compreensão Entendimento ativo
04	Chesed	Bondade Misericórdia
05	Geburab	Poder Severidade
06	Tifereth	Beleza e Glória Equilíbrio de Forma Poesia
07	Nesah	Vitória Triunfo da Inteligência e da Justiça
08	Hod	Glória Esplendor
09	Yesod	Fundação
10	Malkuth	O Reino A Criação O Universo

A Cabala Hebraica propõe a ascensão a luz através dos dez sephirot. O sistema dos sephirot simboliza as grandes leis que regem a natureza em todos os níveis: nível das origens, da geração do universo e da humanidade. O desenvolvimento da energia dos quatro mundos:

- Emanativo
- Criativo
- Formativo
- Factivo

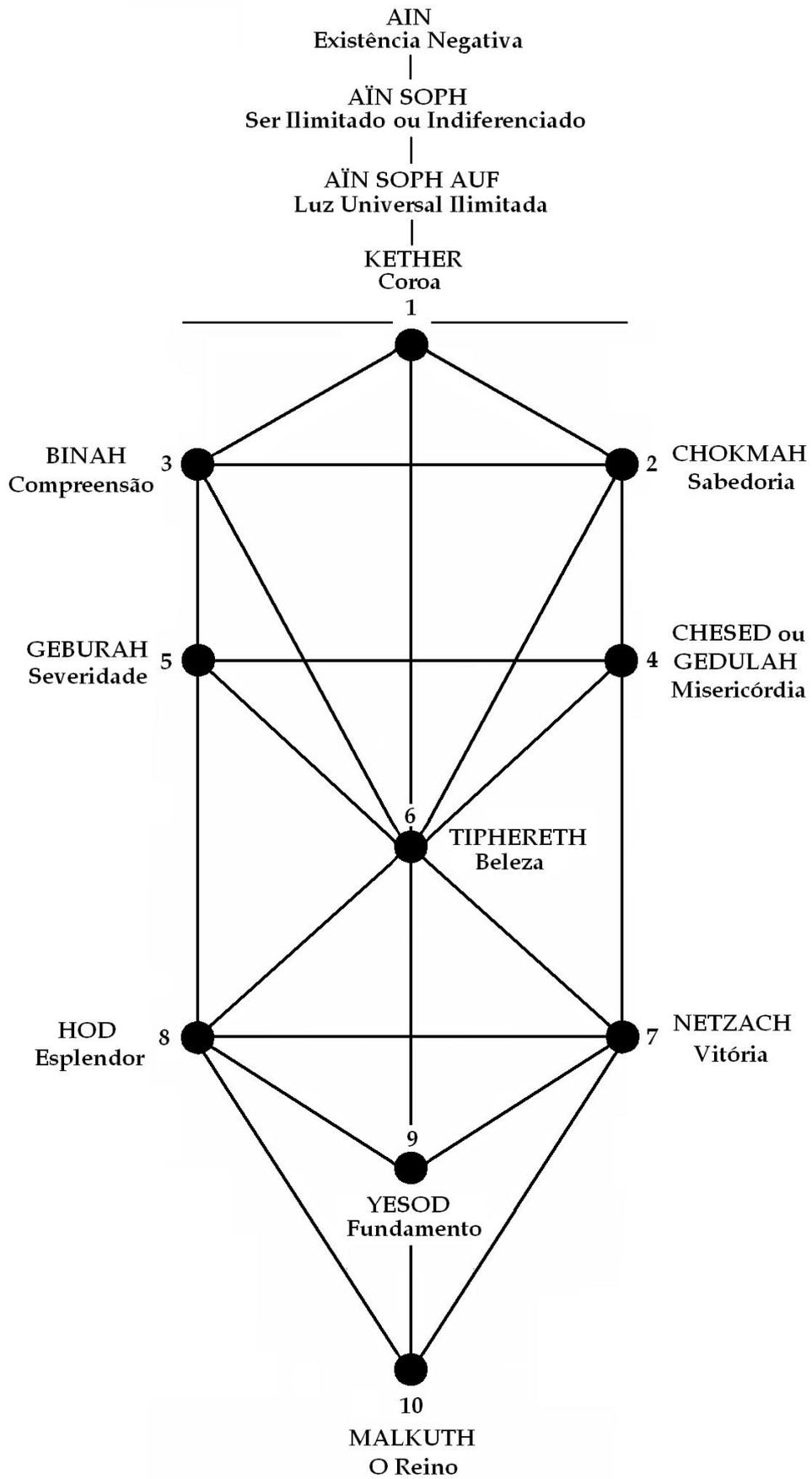


FIGURA 13 - A ÁRVORE SEFIROTAL SEGUNDO A CABALA

## 02. CLASSIFICAÇÃO DOS MODELOS DE ENERGIA

Vamos propor uma classificação provisória dos modelos energéticos para explicar sistemas vivos.

### a. Teorias Religiosas

A energia provém de uma entidade ou um Deus. Mas existiriam sistemas intermediários, cultos e cerimônias, para tomar contato com a energia divina.

Ex.:

- Religiões Arcaicas (Assírias, Egípcias, Greco-Romana)
- Budismo e Cristianismo (Energia Búdica e Crística)
- Entidades energéticas da natureza (orixás do Candomblé)
- Entidade de além-túmulo (Espiritismo Kardecista, Umbanda-“Egnus”)

### b. Teorias Bioenergéticas

Propõem a circulação de uma energia cósmica no organismo humano.

Ex. :

- Mistérios Orfeicos
- Mistérios Pitagóricos
- Sufismo
- Cabala Judaica
- Modelo Taoísta (Integração da Energia Yin e Yang)
- Yoga
- Modelo dos Campos Energéticos da Teosofia (H. Blavatsky, Annie Besant, Leadbeater)
- Tai-Chi-Chuan
- Acupuntura
- Do-in
- Digitopuntura
- Modelo de Energia Orgônica (Wilhelm Reich)
- Modelo Bioenergético de Lowen
- Rolfing (Ida Rolf)

### c. Teorias Psicológicas

Estes modelos intentam representar os dinamismos psicológicos em suas distintas inter-relações.

Ex.:

- Modelo da Sublimação da Libido (Freud)
- Modelo Catártico (Liberação da Energia Reprimida)
- Processos de Individuação (Jung)

### d. Modelos Físicos

Intentam explicar os processos energéticos dentro do universo físico.

Ex.:

- Leis de Gravitação Universal (Newton)
- Relações massa-energia “ $E = Mc^2$ ” (Einstein)
- Modelos da Termodinâmica Clássica (conceito de Entropia)
- Modelo da Termodinâmica Quântica
- Modelo de Entropia e Neguentropia (Boltzman)

## e. Modelos Biológicos

Estes modelos pretendem interpretar os processos energéticos nos sistemas vivos.

Ex. :

- Ciclo de Krebs e energia ATP
- Modelo Biológico baseado na Teoria Geral dos Sistemas (Bertalanffy)
- Modelos Psicossomáticos (Dumbar, Alexander, Mitscherlinch, Rof Carballo, Lopez Ibor)
- Modelos de autonomia biológica (Jerne, Varela, Maturana)
- Modelo Biocêntrico: o universo seria um sistema biológico unitário em que o orgânico e o psíquico são aspectos de uma só realidade (Rolando Toro)

O Modelo Biológico da energia utilizado em Biodanza baseia-se no conceito de transformação cíclica das substâncias que ingressam no organismo através dos alimentos e do oxigênio do ar. Esta transformação cíclica foi descrita por Krebs.

A acumulação e liberação de energia no organismo se processa através da molécula do ATP (Trifosfato de Adenosina).

Em cada célula há várias centenas de mitocôndrias que constituem verdadeiras usinas de energia. As mitocôndrias são estruturas ovaladas que apresentam dobras em seu interior. Estas mitocôndrias possuem duas membranas, uma externa (envoltório), outra interna, pregueada. O ATP se forma nas granulações da membrana externa do retículo endoplasmático rugoso (ribossomos)

O ATP acumula energia estática para ser utilizada segundo as necessidades do momento.

### ESTRUTURA DA MOLÉCULA DE ATP

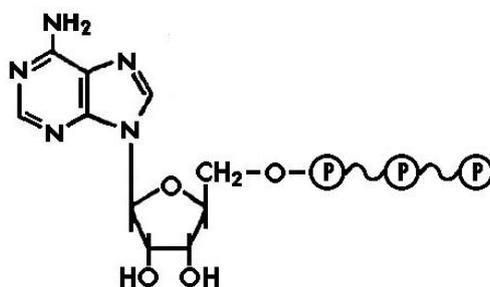


FIGURA 14 - ESTRUTURA DA MOLÉCULA DE ATP.

O ATP é uma concatenação de adenina, ribose e resíduos de ácido fosfórico.

A ruptura das valências da linha ondulada libera uma quantidade de energia 3 vezes maior que a ligação interna entre P-O.

O ATP é um acumulador de energia de alcance universal e que está sempre presente onde se exige sua colaboração para troca e produção de substâncias e para excitação e movimento.

A produção de ATP e sua liberação se processa através de enzimas, que são substâncias reguladoras capazes de estimular intensamente, e em forma altamente específica, o curso de determinadas reações químicas (efeito catalizador).

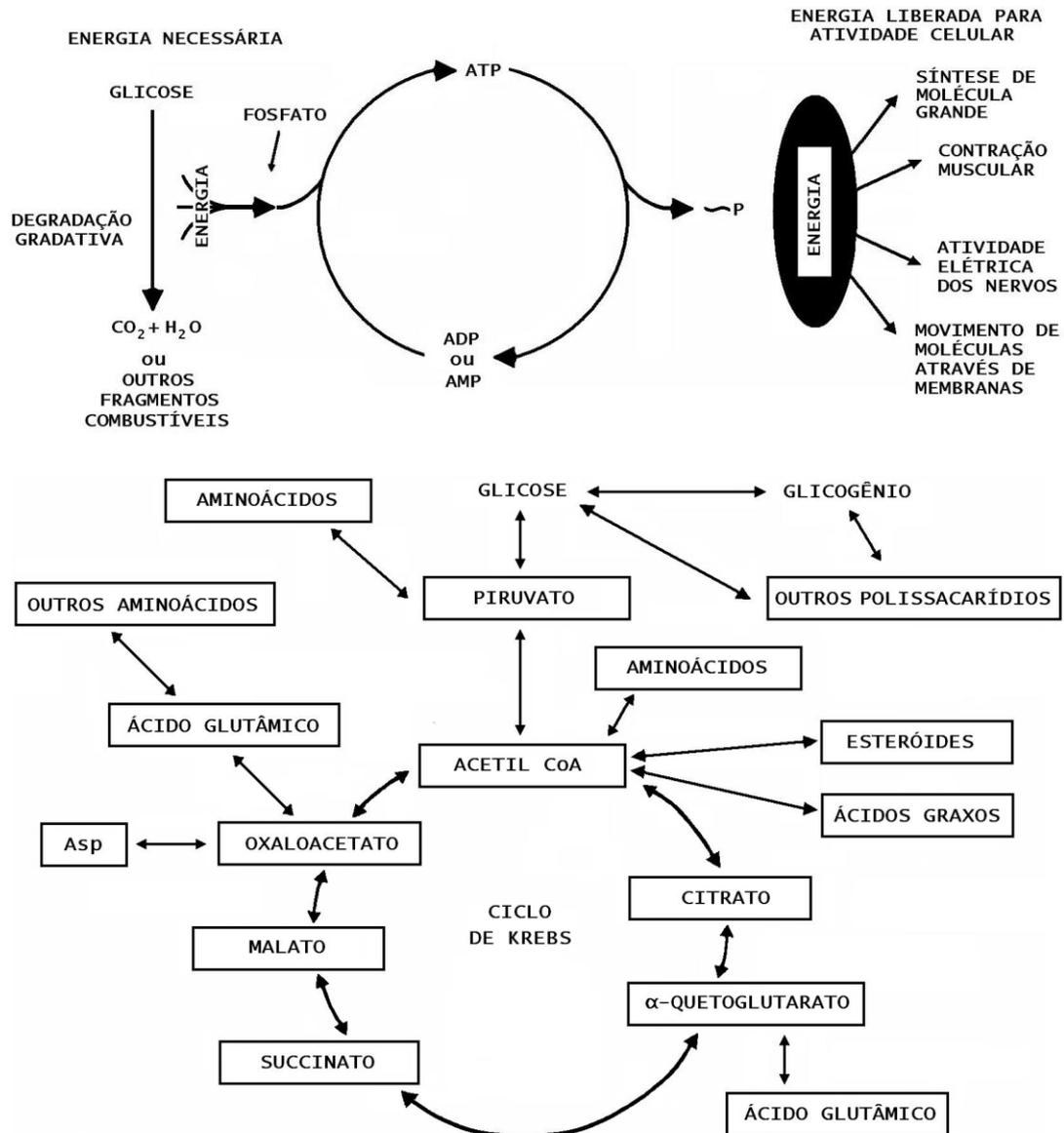
Toda a atividade biológica, toda a formação ou destruição de substâncias, assim como toda a alteração do nível de atividade ou de excitabilidade celulares, em suma, todas as mudanças de estrutura ou de função ocorrem graças às enzimas. Algumas são capazes de transformar, em um minuto, uma quantidade de matéria um milhão de vezes superior à sua massa.

A modo de ilustração apresentamos um esquema simplificado do ciclo de Krebs com as distintas etapas de transformação de substâncias químicas que conduzem à produção de ATP.

O modelo biológico da energia é mais complexo que os outros modelos apresentados neste capítulo, mas tem a vantagem de que sua estrutura possui uma base experimental e não intuitiva.

### f. Modelo Semântico

Sem dúvida, o fator semântico é um poderoso transformador e deflagrador de energia biológica. Assim, uma sutil imagem pode deflagrar um processo erótico que culmine no orgasmo ou um verso poético pode transformar a vida. Certos atos de fé são produto de uma sutil percepção acerca da unidade cósmica. Os símbolos têm, portanto, o caráter de potenciais de deflagração e transmutação da energia. A linguagem, quando utilizada dentro de certas pautas profundas de significação, tem efeito poderoso de transmutação. Em meu modo de ver, a poesia é um misterioso biogerador cósmico.



O Ciclo de Krebs como um centro axial metabólico mostrando detalhes dos vários intermediários a partir dos quais pode ocorrer síntese de outras moléculas.

FIGURA 15 - DINÂMICA DAS CÉLULAS VIVAS: VIAS METABÓLICAS

### 03. TRANSMUTAÇÃO DA ENERGIA POR MOVIMENTOS DE FLUIDEZ

Diversas escolas orientais derivadas de Lao Tsé e Kung Fu Tsé (Confúcio) realizam a transmutação da energia como forma de situar o homem no universo. O sistema de combate chamado Chang Ch'uan consiste em movimentos prolongados e contínuos que não se detêm jamais (“chang” significa compridos no tempo).

Outra técnica de luta chamada Mien Ch'uan, provém dos conceitos suavidade e infinito. Atualmente é utilizada como método de harmonização interna.

Uma forma diferente de luta, extremamente simbólica e sutil, é o Pa Kua Ch'uan, baseado nos oito trigramas principais do I'Ching. Esta técnica é desenvolvida com movimentos circulares das palmas das mãos sobre seu próprio eixo e ao redor do inimigo, liberando grandes quantidades de energia chi. Esta energia é transformada em shen, que mais tarde pode ser exteriorizada e manifestada pelo praticante.

Outra forma sutil de combate é o Tzu Jan Men, que significa “profundo”. Esta forma de luta denomina-se “do subconsciente espontâneo” e tende a proporcionar uma graça natural e relaxada, bem como uma fluidez corporal que tem o caráter invasor, penetrante e suave de shen.

Estas técnicas de luta que utilizam a fluidez, são de um poderoso efeito integrador.

*“Faça com que a alma animal e a alma inteligente se entrelacem em um só ser e não possam separar-se” (Tao Te King, Canto X).*

O Tai Chi Ch'uan é uma das artes de luta e harmonização corporal mais conhecida no ocidente. É formada por uma sequência de 108 movimentos que fluem numa dança de suprema harmonia. Seus movimentos foram inspirados na observação de animais como o tigre, a serpente e a garça.

Todas estas disciplinas baseiam-se no princípio de dualidade da dialética taoísta: princípio yin (passivo, feminino, receptivo, levemente relaxado) e princípio yang (ativo, masculino, penetrante e tenso).

Os exercícios de fluidez da Biodanza são inspirados na sabedoria do Tai Chi e são realizados individualmente, em par ou em grupo.

Permitir o fluxo da energia cósmica através dos movimentos corporais é conseguir a perfeita colocação do homem no universo, fazendo parte da circulação infinita da energia.

### 04. TRANSMUTAÇÃO DA ENERGIA POR CONTATO

Existem diferentes modelos de transmutação da energia por contato:

1. Massagem Tônico-Muscular

Permite a ativação do tônus e relaxamento de tensões musculares. Contribui também para reforçar o limite corporal.

2. Digitopuntura e Do-In

São técnicas de massagem de ativação muscular e das articulações, que ativam a circulação da energia Ki através de meridianos vinculados aos distintos órgãos.

3. Massagem de Integração da Sensibilidade

Ativa as áreas de sensibilidade corporal.

Estas diferentes formas de massagem transmutam a energia por contato, permitindo sua circulação em zonas diferentes do corpo.

Há que diferenciar os conceitos de contato, encontro e carícia.

O encontro, em Biodanza, representa o estabelecimento de uma conexão e circulação de energia entre dois indivíduos. O encontro é sempre nutritivo e implica num processo de transmutação da energia de um no outro. Durante o encontro criam-se campos energéticos de mais variada intensidade e qualidade. No encontro há sempre retroalimentação (“feedback”).

A carícia é o ato mais evoluído e mais complexo que existe no universo. Abarca o contato, o encontro e um conjunto de vivências eróticas e afetivas. Durante a carícia há intensa transmutação da energia vital. A carícia é fonte de prazer e intensifica o desejo de fusão. Tem um poderoso efeito integrador (no adulto dissociado, integra a imagem corporal). As carícias valorizam o corpo da pessoa acariciada e também produzem efeitos integradores na pessoa que acaricia. Ademais, tem efeitos profundos a nível neurovegetativo, metabólico, de regulação homeostática e imunológica.

Utilizando múltiplos recursos de integração, tais como a fluidez, o contato, o encontro, a carícia, o transe, o desafio existencial, a Biodanza induz efeitos acelerados de transmutação, concentração e expansão de energia no ser humano.

As complexas interações energéticas manejadas pela Biodanza através dos exercícios, permitem a transmutação do medo em coragem, do sofrimento em plenitude, da angústia em harmonia, da violência em amor, da fraqueza em força, do desequilíbrio orgânico em autorregulação, da decadência biológica em renovação orgânica.

O estudo realizado sobre a evolução histórica dos modelos de energia, permite ao estudante, não apenas uma visão panorâmica dos esforços humanos por compreender estes processos, mas também uma tomada de consciência acerca dos procedimentos mais adequados ao exercício das técnicas de integração e crescimento.

## 05. TRANSMUTAÇÃO DA ENERGIA EM BIODANÇA

O conceito de energia utilizado em Biodanza corresponde ao da Biologia contemporânea, que inclui os conceitos de ATP (Ciclo de Krebs), mecanismos de oxirredução, homeostase, sistemas de retroalimentação.

Partindo do conceito de programação genética, as diferentes formas ou canais de energia aparecem, já desde o começo, altamente diferenciadas na estrutura instintiva. De acordo com a nossa hipótese, a energia vital seria canalizada em cinco linhas de manifestação. Estas linhas seriam:

- 1. Vitalidade:** Mecanismos de integração, sobrevivência, impulsos lúdicos.
- 2. Sexualidade:** Impulsos sexuais de prazer e mecanismo orgásmico.
- 3. Criatividade:** Mecanismos expressivos criativos.
- 4. Afetividade:** Impulso gregário de coesão e solidariedade com a espécie, impulsos altruístas de bondade, clemência e autoação.
- 5. Transcendência:** Impulso a integrar totalidades cada vez mais amplas. Impulso de fusão com a unidade e harmonia cósmica.

Estes potenciais energéticos se expressam quando encontram, no meio ambiente, os ecofatores específicos. A transmutação da energia é, portanto, um processo de caráter biológico, que se produz pelo encontro dos potenciais genéticos com o ambiente, gerando estruturas semânticas cada vez mais complexas, que se fixam através do RNA (memória).

Apesar da independência original das cinco linhas instintivas, estas se influem reciprocamente. Nossa hipótese é de que as diferentes linhas têm um potencial energético distinto e que existem, entre elas, diferenças não apenas qualitativas, como também quantitativas.

Em resumo, a transmutação da energia se dá pelo crescimento e recíproca retroalimentação das cinco linhas do potencial genético, mecanismo deflagrado pelos ecofatores, cuja carga semântica é variável.

Este modelo pretende demonstrar que os sistemas biológicos e semânticos pertencem a um só sistema maior, que é o organismo humano em integração com seu ambiente.

## Capítulo VI – MODELO TEÓRICO

### 01. INTRODUÇÃO

Um modelo científico é uma "imagem" construída pelo investigador para operar sobre um sistema da realidade. Essa imagem possui características semânticas e plásticas que têm equivalências com o conjunto de fenômenos externos.

O conceito de "Modelo" nos permite pensar de maneira empirista a relação entre um sistema formal (criado pelo ser humano) e seu exterior "natural".

Poderíamos dizer que o investigador faz uma proposta mítica acerca da realidade e logo estabelece relações entre os fatos e essa proposta. Na criação do modelo intervêm: a intuição, a imaginação e os conhecimentos prévios que possui o investigador. No entanto, a concepção mesma do modelo é uma espécie de visão totalizadora *a priori*.

O que interessa, no fundo, não é o modelo como mito ou estética do real, mas as relações de homologia com "esta" realidade.

Estas relações entre o modelo e o sistema em estudo não são unívocas, mas recorrentes: se projetam do modelo para o real e se refletem do real para o modelo.

No entanto, quando o modelo é elaborado em suas relações lógicas intrínsecas e em seus aspectos formais matemáticos ou plásticos, surgem novas características que, ao serem comparadas com o sistema exterior, revelam aspectos desconhecidos desse sistema.

O modelo permite, portanto, descobrir relações novas e formular interrogações que jamais poderíamos fazer se só observássemos os fatos.

O modelo permite orientar a investigação, criar novas hipóteses, manipular relações desconhecidas e compreender os fatos dentro de uma visão unificada.

A vantagem de um modelo sobre uma simples descrição é que sua utilização permite estabelecer relações absolutamente imprevistas que abrem opções novas no campo operativo.

Um modelo é um instrumento de investigação e manipulação do real.

A ciência atual está reconstruindo toda a teoria do conhecimento a partir da noção de modelo.

#### ► Evolução dos Modelos Científicos

Os modelos científicos têm sido fecundos no conhecimento da realidade. Podemos mencionar, entre eles: o das cadeias helicoidais do código genético, criado por Watson e Crick, de extraordinária beleza e engenhosa estrutura; o modelo de organização hexagonal de Kekulé, concebido em sonhos e que deu origem à química do benzeno; o modelo psicanalítico, de Freud, com as três instâncias psíquicas de Id, Super Ego, Ego; etc...

Os modelos científicos estão em permanente evolução. A confrontação permanente do modelo com seu exterior natural implica modificações parciais e às vezes fundamentais.

O modelo do universo de Ptolomeu, por exemplo, foi substituído pelo de Kepler e Galileu; este, foi aperfeiçoado por Newton e, posteriormente, por de Einstein, Eddington e outros.

O modelo de átomo de Bohr-Rutherford evoluiu com o da Mecânica Ondulatória de Louis de Broglie e Planck. A Epistemologia, aplicando sobretudo as ideias de Gaston Bachelard, destaca o caráter "não cartesiano" do desenvolvimento atual do conhecimento.

Com efeito, os modelos científicos representam, desde o instante em que são criados pelo investigador, uma aproximação e/ou simplificação da realidade estudada.

Então, quando o modelo é mais profundamente elaborado, aparecem novas características que, ao serem comparadas com a realidade, permitem descobrir fatos ignorados até então. O modelo é, portanto, um instrumento para compreender a atuar frente ao real.

Um modelo científico é, segundo Garaudy:

*"Uma reconstrução do real, desde o plano humano, e realiza o 'lado ativo' do conhecimento, o papel do 'projeto' no mesmo".*

Assim, o conhecimento é, simultaneamente, "reflexo" do real e "projeto" sobre o real.

Nas ciências humanas, a intuição de um modelo lida com a poesia e com um tipo de revelação religiosa.

## 02. O MODELO TEÓRICO DE BIODANZA

O Modelo Teórico de Biodanza experimentou modificações através de 20 anos de confrontação com a realidade, ajustando seus termos e enriquecendo seus elementos, mas basicamente conserva sua estrutura original.

Este modelo é concebido como um sistema de relações homeostáticas cerradas, mas com sutis acessos abertos a novas possibilidades de equilíbrio. Estes acessos permitem mudanças discretas e de caráter evolutivo, a partir de uma constante reorganização biológica, deflagrada por vivências integradoras e cujo suporte é o potencial genético. Seus diferenciais vão se gerando através do contato inter-humano, em processo aberto de co-criação e integração. O modelo de Biodanza é evolutivo e pulsante e oscila entre a tensão (centrípeta) de incorporação aferente, com aumento da vivência de identidade e a expansão (centrífuga) de dissolução na totalidade, processo este de regressão até os dados genéticos primordiais.

A vivência de si como centro de percepção do mundo e como continente divino do universo (identidade) é tão importante para o processo evolutivo, como a vivência de ser parte integrante da totalidade cósmica.

### ▸ **Harmonia no Modelo Teórico de Biodanza**

As possibilidades humanas são geradas dentro de um sistema que proporciona os potenciais de crescimento, como elementos limitados relativos à estrutura de ordem sobre o campo genético.

O infinito-ponto até onde dispara a ação (imprevisível), é, pois, a marcação de um inacessível do campo, induzindo uma modificação, um retoque das disposições próprias do campo. O novo espaço de exercício dos procedimentos se desprende do precedente. Os novos padrões de resposta e níveis homeostáticos se estratificam de uma maneira inédita.

Os efeitos da nova marcação dos lugares vazios construíveis foram chamados por F. Regnault “refundição”, nos modelos matemáticos.

Observemos que, se o suporte genético brinda a possibilidade recorrente de inscrever uma marca no vazio assinalado pela relação primitiva do campo, o novo estado, por outro lado, é marcado em uma zona imprevisível. O campo estruturado geneticamente representa o suporte, as regras de construção; o ponto não alcançado, infinito e inacessível as refunde e volta a lançá-las, em novo salto integrativo, determinando assim um novo espaço de inscrição, uma diferença no suporte. O ato dirigido para o espaço infinito, no vazio, é o diferencial do suporte genético.

### ▸ **A Expressão Genética**

As investigações atuais sobre o Código Genético permitem concluir que o número de potencialidades que o homem expressa através de sua vida é uma parte mínima do total contido dentro de sua dotação. Existem possibilidades e combinações quase infinitas dentro da dupla espiral. A expressão dos genes está, sobretudo, regulada por um verdadeiro “relógio genético” e alguns genes se expressam tardiamente, enquanto outros o fazem em períodos prematuros da vida. Dentro das cadeias existem enormes segmentos silenciosos de potencialidades inexpressadas e desconhecidas. É importante, então, compreender que o suporte genético, que antigamente foi concebido como uma estrutura selada do destino, atesoura milhares de potencialidades que só esperam a reversão da estrutura rígida do meio ambiente, a criação de novas opções de encontro, em que as 5 linhas de expressão vivencial deflagrem em zonas imprevisíveis do encontro inter-humano.

O clássico critério de que a herança é rígida e fatal, enquanto que o meio ambiente é flexível e multifacetário, deve ser examinado. Visto o ambiente desde o estruturalismo de Lévi Strauss, ficam em evidência as rígidas formas culturais que realmente limitam as opções do potencial genético. É como se os sistemas de valores de cada cultura criassem canais de extrema rigidez, através dos quais o potencial genético deve manifestar-se, dando por isso, origem a sociedades homogêneas em sua patologia e severamente reprimidas em sua criatividade.

Um Modelo Teórico deve possibilitar um intenso processo de remodelação conceitual, questionando seus fatores, permutando a estrutura icônica e semântica, para ajustá-lo às exigências da realidade.

Um modelo não é apenas uma imagem abstrata para interpretar um sistema complexo de fatos “naturais”; é um instrumento para operar sobre a realidade e, portanto, deve manter uma firme coerência com ela.

O Modelo Teórico de Biodanza tem, no polo inferior da vertical, o conceito de “Potencial Genético”, o qual deve se expressar sobre a trama das Linhas de Vivência. O desenvolvimento evolutivo se realiza na medida em que os potenciais genéticos encontram opções para se expressar através da existência. Estes potenciais podem ser obstruídos ou estimulados ao entrar em contato com o meio ambiente. Biodanza cria campos ultra-concentrados para permitir e estimular o desenvolvimento dos potenciais genéticos.

A integração seria o processo de crescimento em que os potenciais genéticos altamente diferenciados se organizam, em sistemas cada vez mais amplos no nível orgânico, com a espécie humana e com o cosmos. Este processo de desenvolvimento não é, necessariamente, coerente com os padrões culturais e com a infraestrutura de valores. É, muito mais, uma sintonização cada vez mais perfeita com a unidade cosmobiológica.

O Modelo Teórico está estruturado sobre um eixo vertical que marca o desenvolvimento humano a partir do potencial genético. É necessário fazer algumas reflexões fundamentais para compreender esta fase do Modelo.

1. Todo nosso potencial está contido em cada uma de nossas células. Isto significa que a natureza assegurou a informação, reproduzindo-a milhões de vezes. Alguns genes permitem ou impedem a expressão de determinadas características. Assim, por exemplo, a inteligência, o tom da voz, nossa sensibilidade cenestésica, dependem da ação conjunta de genes diferentes. A ausência de determinada característica pode ser devida a que um elemento genético não está participando. Em tal caso, esta existe potencialmente, mas não se expressa.
2. Não basta a presença de um ou vários genes para a expressão de uma característica ou para a formação de determinada proteína. É necessária a presença de cofatores.
3. Os cofatores podem ser aportados pelo meio ou pelo organismo. Entre eles podemos mencionar as vitaminas, alguns sais como os de Sódio, Potássio, Manganês, os hormônios, os neurotransmissores.  
Sem estes cofatores, os genes não podem se expressar. Isto explica que o ambiente, com todas as suas situações de acaso ou através da intervenção humana, pode influir nos processos de expressão genética. O aporte de alimentos e vitaminas permite a formação de certas proteínas, indispensáveis para que se manifestem os potenciais. Assim, por exemplo, a desnutrição infantil produz retardo do crescimento ósseo, retardo da linguagem e da inteligência.
4. Um tipo de intervenção jamais antes proposta, é a ativação da expressão genética a partir da deflagração de hormônios naturais, através da estimulação de emoções específicas. Estas emoções específicas podem ser evocadas através de exercícios de luta, passividade, erotismo, alegria, etc.
5. A estimulação emocional é uma ativação de hormônios hipotalâmicos, que vão atuar como cofatores para permitir a expressão de potencialidades humanas, geralmente inibidas.
6. Um dos mecanismos biológicos de Biodanza consiste na ativação, através de vivências específicas, de hormônios sexuais, suprarrenais, tireotróficos, etc., que atuarão como cofatores da expressão genética.
7. Um mecanismo muito vinculado com o anterior é a possibilidade de ativar a secreção de neurotransmissores, como a acetilcolina e outros, facilitando a expressão genética.
8. Foi comprovada a existência de genes precoces que se expressam nas primeiras etapas da vida e de genes tardios que só se expressam depois de certa idade (Série Linear de Aminas Nucleares). Isto sugere a importância de facilitar a expressão genética nos primeiros meses de vida, mas também a possibilidade de dar expressão a potencialidades em idades avançadas da vida.

9. A enorme diversidade que se produz pela combinação dos elementos do código genético, sugere as insuspeitadas capacidades humanas, que só necessitam condições ótimas para se expressar. Esta variabilidade praticamente infinita não se deve somente às probabilidades matemáticas de combinação dos elementos do código, mas também ao fenômeno singularíssimo de que, na tradução do RNA do núcleo para o RNA mensageiro que se organiza no citoplasma, são produzidas zonas de silêncio que permitem uma nova composição e a expressão de novas características das proteínas.
10. Podemos, então, considerar os potenciais genéticos como altamente determinados e com uma grande estabilidade potencial. Não obstante, sua expressão depende das condições desencadeadas pelo meio ambiente e dos cofatores em ação, sejam estes:
  - a. fontes energéticas (ATP), glicose (fonte de metabólitos)
  - b. hormônios
  - c. enzimas
  - d. neurotransmissores
11. Nossas experiências demonstram que determinados exercícios e situações de grupo ativam emoções de efeito ergotrópico, trofotrópico, gonadotrópico, etc., que modificam profundamente o estado dos cofatores e o gasto de ATP.  
Poderíamos extrapolar dizendo que as Linhas de Vivência são produtoras de cofatores.
12. Se nossa hipótese é verdadeira, uma seleção de exercícios e situações de grupo deve provocar a expressão de potenciais genéticos específicos, que se encontram reprimidos pelos valores impostos pela cultura.
13. A hipótese de que na estrutura genética pulsa uma exigência evolutiva, justifica a esperança de uma psicoterapia e de ações educativas e profiláticas.
14. O plano evolutivo - me aventuro a propor - é preexistente, inerente à gênese da vida, e só necessita se expressar. É algo assim como um itinerário de otimização genética.

#### ► **Modelo Teórico de Biodanza (II)**

Um Modelo teórico é uma imagem mental que se compara com a realidade. A primeira forma do Modelo é intuída pelo cientista. Progressivamente se modifica, de acordo com os dados que a realidade fornece.

Os Modelos são instrumentos de conhecimento. O Modelo permite descobrir aspectos que nunca se tornariam visíveis sem ele. Atua sobre fatores que são imperceptíveis a simples vista. A motivação do cientista é operar sobre a realidade, mantendo uma firme coerência com ela.

O Modelo Teórico de Biodanza tem um eixo estável que parte do potencial genético.

O potencial genético deve se expressar sobre a trama das 5 Linhas de Vivência.

Em Biodanza se trabalha com vivências; com o aparelho das emoções.

##### a. Vitalidade

É o ímpeto vital, a energia que o indivíduo tem para enfrentar o mundo. O potencial de equilíbrio, homeostase, harmonia biológica.

##### b. Sexualidade

É a capacidade de sentir desejo sexual e prazer.

##### c. Criatividade

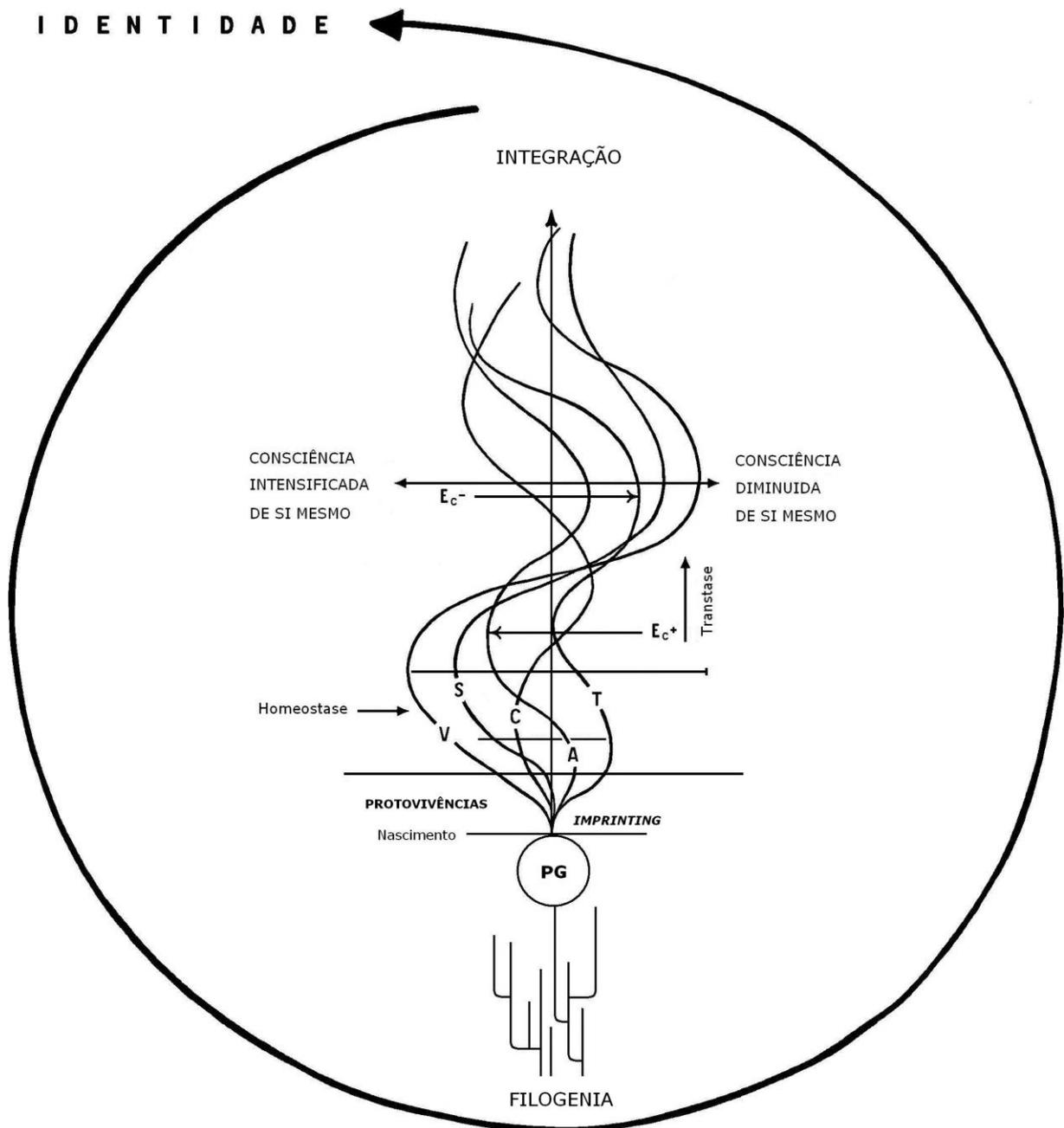
É o elemento de renovação, que deve ser aplicado à própria vida: criar-se a si mesmo e pôr criatividade em cada ato.

##### d. Afetividade

É o amor indiscriminado pelos seres humanos. O útero afetivo que cada um tem, para dar continente aos demais.

##### c. Transcendência

É a capacidade para ir mais além do ego e integrar unidades cada vez maiores.



$E_c^+$  = Ecofator positivo  
 $E_c^-$  = Ecofator negativo  
 PG = Potencial genético

V = Linha da Vitalidade  
 S = Linha da Sexualidade  
 C = Linha da Criatividade  
 A = Linha da Afetividade  
 T = Linha da Transcendência

FIGURA 16 - MODELO TEÓRICO DE BIODANZA

Cada uma destas Linhas de Vivência parte de protovivências que a criança experimenta nos primeiros tempos de vida.

A Vitalidade está relacionada com a protovivência de Movimento e com as funções de atividade e repouso.

A Afetividade, com a nutrição e o contato para dar continente.

A Sexualidade, com o Contato.

A Criatividade, com a Expressão.

A Transcendência, com a Plenitude e harmonia com o ambiente.

No polo horizontal, se encontra o *continuum* Identidade-Regressão.

## **2.1. IDENTIDADE**

É nossa essência. Segundo Santo Agostinho: “O mais íntimo do meu íntimo”. Centro a partir do qual vivenciamos o mundo e nos diferenciamos dele. É a consciência e vivência de ser.

A Identidade muda a todo momento, não é estática. Mas permanece a essência (somos a mesma criança que fomos; agora somos diferentes, mas continuamos percebendo-nos como “Eu mesmo”). Piaget. A qualidade cambiante permite a terapia.

Não existe o “Eu sou Eu”, mas o Eu-Tu. As pessoas entendem a significação de Si Mesmo em presença do outro. M. Buber.

Somos uma parte da espécie, a Totalidade. Por isso, M. Heidegger fala do “ser-com” outro.

A Identidade é corporal, flui através de nosso organismo. E, inclusive, para descrever alguém utilizamos suas características físicas (Carteira de Identidade).

Dentro do corporal, uma das coisas mais características é o movimento. Daí, a conexão com a dança.

A Identidade é permeável à música e à carícia (a música penetra de tal maneira, que a pessoa se transforma em médium: “é” a música). Biodanza em transe, em mediunidade musical, recebemos uma carícia.

O conceito de Identidade não pode ser referido a não ser em relação ao de Regressão. Podemos aumentar nossa Identidade, para atuar no meio, ou diminuí-la, indo progressivamente até a Regressão. A Identidade de cada um é única e diferente, mas em estado de transe nos experimentamos idêntico ao outro. Percebemos nossa essência comum. Esta experiência constitui o ponto de união entre Identidade e Regressão: retorno ao indiferenciado, em que percebo minha própria identidade como parte da Identidade Toda.

## **2.2 REGRESSÃO**

É um trânsito para o indiferenciado. Na medida em que a pessoa diminui sua própria identidade, entra em um estado diferente em que desaparece a atividade cortical, o voluntário e se perde a noção do próprio corpo.

A regressão de Biodanza é progressiva, harmônica; é uma regressão biológica, onde se reativam padrões fisiológicos primordiais.

A regressão não só é saudável por que integra e harmoniza o organismo, mas também porque conecta com a essência sã, sem as patologias culturais.

Estes polos não são um ponto, mas um círculo em permanente movimento (existem antes do nascimento). Evolucionam em espiral para a integração.

As Linhas de Vivência são como canais por onde fluem os potenciais humanos.

O ambiente ativa ou estimula o desenvolvimento dos potenciais (ou os obstrui).

Os níveis de ascensão dependem do encontro com as pessoas. Estes encontros são experiências inéditas. Pela primeira vez aparece um novo dado que marca o processo evolutivo. Se produz uma modificação que altera todo o processo evolutivo.

Cada vez que se dá o encontro dos potenciais com o ambiente, se produz a “Refundição” (termo matemático) que muda o sistema completamente, porque cada Linha de Vivência está em relação.

Uma regressão integrativa e ativa (refundição positiva) implica uma ascensão na rampa evolutiva.

A regressão reforça a homeostase (o equilíbrio, a estabilidade do sistema). E cada ascensão constitui a Transtase (ou evolução): estabilidade em movimento.

O Modelo tem um eixo estável e todo o mais é pulsante. A linha que parte dos potenciais é um sistema teleonômico (com uma finalidade). Os potenciais, que são fixos, se encontram com o “acaso”.

As Linhas de Vivência abrem suas projeções para o universo.

O desenvolvimento evolutivo se dá na medida em que os potenciais genéticos encontram opções para se expressar através da existência.

O homem tem, além dos circuitos fechados do equilíbrio homeostático ou de regulação neuro-humoral, os de criação e evolução, no risco e na aventura de sua liberdade e sua singularidade. O processo evolutivo a partir das potencialidades genéticas e biográficas, gera sua diferenciação.

A integração seria o processo de crescimento em que os potenciais genéticos altamente diferenciados se organizam em sistemas cada vez mais amplos no nível orgânico, com a espécie humana e com o cosmos.

Este processo de desenvolvimento não é, necessariamente, coerente com os padrões culturais e com a infraestrutura de valores. É, melhor uma sintonização cada vez mais perfeita com a unidade cosmobiológica.

A refundição pode ser integradora ou degradativa.

Quando o ambiente impede o desenvolvimento (ambiente repressivo), se produz:

a. Obstrução das Potencialidades, Detenção do um Processo.

Ex.: falta de desejo sexual, de criatividade, etc.

b. Desorganização

Em lugar de ser mantida a homeostase, ela é perdida e há uma queda no processo evolutivo (Esquizofrenia, Câncer, doenças autoimunes)

c. Dissociação

A homeostase se mantém, mas ao preço das neuroses ou das doenças psicossomáticas

Biodanza estimula e promove o desenvolvimento evolutivo:

- Cria campos ultra-concentrados para permitir e estimular o desenvolvimento dos potenciais genéticos (reforça positivamente as 5 Linhas de Vivência, através de exercícios específicos para cada uma).
- Estimula a passagem da Transtase (induz regressão integrativa).
- Conecta com a Identidade profunda, livre de máscaras e papéis que a cultura impõe.

Tudo isto em conexão com o Outro. Não é um desenvolvimento solitário, mas com, para e no outro.

Cada um dos exercícios está cuidadosamente estruturado de acordo com o Modelo Teórico.

### **2.3 DIFERENCIAÇÃO**

Os modelos psicológicos e neurofisiológicos utilizados correntemente em Clínica e Medicina Psicossomática, aportam uma compreensão de importantes mecanismos de funcionamento. O esquema de Homeostase, de Cannon, para explicar a ultra-estabilidade orgânica e o equilíbrio interno, o esquema Pavloviano de estímulo-resposta e os princípios de condicionamento, o modelo da Síndrome Geral de Adaptação, de Hans Selye, constituem progressos decisivos na compreensão do organismo frente a seu ambiente. Sem dúvida, estes Modelos resultam insuficientes, já que todos se referem a um sistema de reação frente às modificações do meio e não são considerados, dentro dessa estrutura, os múltiplos fatores de elaboração, de adaptação interna, que cada organismo realiza em relação com seu código genético, com as aprendizagens precoces

(“imprinting”), ressonâncias mnêmicas e intervenções da consciência, com diferentes níveis de participação. Se nos ativermos aos esquemas mencionados, a resposta de um organismo frente a seu ambiente seria o resultado estrito dos mecanismos de estímulo-resposta, auto-regulação e equilíbrios bioquímicos e neurológicos de compensação. Faltaria ali o fator endógeno, a modificação das respostas provocadas pelas potencialidades do sujeito, por sua história genética e por sua biografia. É esta endogeneidade a que dá à resposta global frente ao mundo um caráter diferenciado e assaz evolutivo. Pois bem. Poderia parecer que nos Modelos mencionados de Cannon, Pavlov e Selye, estaria apenas considerada a dependência fatal com o ambiente. Esta insuficiência dos modelos pode ser compreendida historicamente, se pensarmos que o homem tem deslocado seu centro de gravidade para fora de si mesmo, devido às estruturas de dominação, vale dizer, que os valores culturais, a autoridade religiosa e ideológica, os preconceitos e as exigências socioeconômicas estão pressionando de tal modo o funcionamento da vida humana, que conseguiram deslocar o centro de gravidade funcional do endógeno ao exógeno. O fenômeno da alienação não é só um processo sociológico, senão que compromete as mais profundas estruturas orgânicas.

Em Biodanza voltamos a colocar o centro de gravidade dentro do homem, considerando suas potencialidades criativas, sua endogeneidade, seu destino biográfico, sem desconhecer os mecanismos de adaptação biológica. No Modelo de Biodanza, o homem não tem um destino fatal, determinado pelos circuitos fechados do equilíbrio homeostático ou pelos circuitos de regulação neuro-humoral. O homem tem, além das funções de adaptação e auto-regulação em circuito fechado, as de criação e evolução, no risco e na aventura de sua liberdade e de sua singularidade. O processo evolutivo a partir das potencialidades genéticas e biográficas, gera sua diferenciação. Através do processo criativo e da luta consciente ou desesperada, o homem alcança a realização de expectativas que não surgiriam jamais das meras estruturas funcionais. De sua própria estrutura seletiva se desloca apaixonadamente, com riscos fora de toda medida, em circuito aberto, até um mundo desconhecido, imprevisível e muitas vezes incontrolável.

O Modelo Teórico de Biodanza inclui, portanto, circuitos fechados de ultra-estabilidade e adaptação e circuitos abertos, de evolução e diferenciação.

#### ▸ **Diferenciação (Evolutiva)**

Este conceito tem conotações (psicobiológicas) semelhantes ao de “maturação”, de desenvolvimento, no sentido psicobiológico. Possui, portanto, uma referência genética, no sentido de Piaget.

As potencialidades latentes se integram progressivamente ao funcionamento do organismo, aperfeiçoando suas funções vitais, elevando seu rendimento adaptativo e sua coerência interna.

(Desenvolvimento céfalo-caudal de Gessel; outros conceitos de desenvolvimento).

Aumenta em complexidade e põem em andamento energias e ações cada vez mais sutis e diferenciadas.

A Homeostase muda seus níveis de equilíbrio para aperfeiçoar o sistema e criar novos “feedback”. Aqui começam a ser elaborados elementos de sombra (medo, raiva) dando respostas assertivas que caracterizam o indivíduo evoluído.

Teillard de Chardin oferece um esquema evolutivo que vai do indiferenciado para o diferenciado; do caos de elementos isolados à ordem biológica e espiritual.

(Há degradação pelo medo).

#### ▸ **Relação entre Diferenciação Evolutiva e Diferenciação Seletiva**

Na Diferenciação Evolutiva, o organismo se transforma de acordo com suas leis internas frente a um meio ambiente que estimula ou não as potencialidades genéticas.

Na Diferenciação Seletiva, o organismo se modifica em relação a um complexo formado pelos impulsos genéticos, a aprendizagem e as opções da consciência.

Poderíamos denominar a Diferenciação Evolutiva como um processo ideal de mudança concernente à espécie. E a Diferenciação Seletiva, como um processo biográfico que depende da estrutura seletiva individual.

## ▸ Dissociação e Diferenciação

A resposta corporal pode ser dissociada ou diferenciada.

A dissociação envolve sempre uma alienação patológica da unidade funcional do organismo. A diferenciação, por outro lado, representa sempre uma variação harmônica com respeito à totalidade. Em toda diferenciação tem que estar presente o impulso integrador. O caso de um esquizofrênico, cujos dedos têm movimentos espasmódicos, sem relação a um gesto unificado, é um bom exemplo de dissociação. A dança de uma histérica, com grande mobilidade corporal e rosto indiferente, é um caso muito conhecido de dissociação. O rosto de um indivíduo em transe vodu, em que os olhos estão desmesuradamente abertos, a boca com os lábios fortemente apertados e as comissuras para baixo, enquanto os membros de seu corpo liberam movimentos convulsivos e descoordenados, revela dissociações neuromotoras em diferentes níveis. A rigidez crônica de certos músculos facilita a dissociação motora. Existem formas de dissociação psíquica que se projetam sobre a conduta motora. Muitas pessoas pensam, sentem e atuam de forma dissociada. Assim, por exemplo, desejam comer e rechaçam o alimento.

Muito diferente é a resposta motora diferenciada. Em uma dança expressiva em que os membros se conjugam ao serviço de um poderoso impulso emocional, movendo-se, não obstante, cada parte de forma diversa, rica e variada. Os grandes pianistas, que levam com uma mão a linha melódica e com a outra os acordes, de forma simultânea, para conseguir um efeito de totalidade harmonioso e coerente, são outro exemplo de diferenciação.

A capacidade para evoluir progressivamente de um padrão simples para um mais complexo e variado, sem perder a linha unificadora, durante a interpretação com um instrumento de percussão, é também um bom exemplo de diferenciação.

A resposta diferenciada requer, portanto, uma severa adição ao princípio unificador, enquanto que, no caso da dissociação, se perde dramaticamente a unidade do sistema.

Poderíamos considerar que toda forma de dissociação no ser humano, seja que se dissocie de seu meio cósmico ou social ou que ocorra dentro de seu próprio organismo, é expressão de uma patologia ou, inversamente, todo processo patológico parte de uma dissociação.

A diferenciação, por outro lado, a partir de uma pauta rítmica, uma imagem, uma ideia, uma função, representa sempre um processo evolutivo de desenvolvimento integrador.

O estudo da dissociação do esquema corporal constitui uma preocupação fundamental dentro do modelo teórico de Biodanza. Estas dissociações se tornam evidentes durante o treinamento.

Podemos descrever as seguintes dissociações corporais:

### *1. Dissociação entre a expressão dos olhos e a expressão da boca.*

Ex.: olhos tristes, boca apertada agressivamente; olhos indiferentes e boca sorridente, etc.

A coerência interna que se observa em alguns processos esquizofrênicos, é só aparente. Na realidade, o organismo inteiro tem respostas dissociadas frente à realidade externa e frente a si mesmo. A coerência dos delírios é um esforço supremo para conservar a unidade. São, por assim dizer, os últimos restos do sentido unificador.

Os exercícios de Biodanza permitem fortalecer a unidade e integrar um organismo dissociado, através de reforços da identidade autêntica e através de transe integrativo. Os exercícios de diferenciação criativa e de desenvolvimento evolutivo, só podem ser iniciados quando está completamente restabelecida a unidade. Um doente dissociado deverá realizar exercícios de reforço da Identidade, de Fluidez, Elasticidade Integrativa e de Transe, só até o nível 3 (Grupo Compacto).

Uma das experiências mais difíceis é manter a coerência corporal nos exercícios de contato com olhos abertos. A maior parte das pessoas consegue um bom nível de coerência corporal e expressiva durante os contatos que se dão no Grupo Compacto, com olhos fechados. Esta coerência se perde em grande parte quando os mesmos contatos devem se dar a plena luz e com olhos abertos. É aí onde se evidencia o poder dissociador da cultura e os preconceitos.

## 2.4 HEGEMONIA DA UNIDADE: CONCEITO DE INTEGRAÇÃO

Os processos vivos são coordenados através de uma série de mecanismos de correlação intraorgânica que asseguram, por meio de milhares de “feedbacks”, a unidade do sistema. Desde as grandes estruturas de correlação intra-orgânica de natureza neuroendócrina, até os íntimos processos homeostáticos do metabolismo celular, revelam uma prodigiosa coerência. Os mecanismos de cooperação celular e os de natureza imunogênica mostram ainda mais a força onipresente da unidade global.

Diríamos que cada molécula e mesmo cada átomo do sistema vivo obedece à orientação e à vigorosa inércia de regulações ultra-estáveis.

Denominaremos Integração de um sistema ao conjunto de processos que relacionam as partes com o todo e que tendem a aumentar a estabilidade do sistema.

Este conceito agrega uma conotação nova à definição clássica do que é uma “gestalt” ou sistema integrado. O processo integrador nos sistemas vivos levaria implícita uma tendência inercial, não só a conservar a unidade, mas a aumentar, progressivamente, seu equilíbrio. Este conceito, que denominaremos “Função de Otimização Biológica”, permite imaginar a criação de uma técnica de manipulação de ecofatores que facilite a ultra-estabilidade. Biodanza seria um típico procedimento de Otimização Biológica.

Podemos imaginar que, através da história humana, o índice de Otimização Biológica tenha permanecido quase sem variação, mas, por outro lado, criou condições externas e internas que o permitem atuar em benefício da unidade do sistema.

Otimização Biológica é a tendência de um sistema vivo a aumentar a ultra-estabilidade. Otimização e impulso evolutivo são, semanticamente, semelhantes. A Otimização Biológica no ser humano é, possivelmente, a mesma desde há um milhão de anos. O que mudou foram os meios tecnológicos que regulam o contato com os ecofatores.

O interessante seria, não só estar defendido dos agentes que ameaçam a unidade, mas aumentar os ecofatores que reforçam a estabilidade intrínseca do sistema. Podemos, a partir deste raciocínio, deduzir uma definição provisória de saúde e doença. O organismo saudável é aquele que internaliza ecofatores que reforçam sua unidade e rechaça aqueles que a põem em perigo. Ao contrário, o organismo doente seria aquele que, por falhas de sua seletividade biológica profunda, rechaça os ecofatores que poderiam assegurar a ultra-estabilidade do sistema e, por outro lado, internaliza ecofatores que o põem em perigo. Devemos formular um princípio biológico que, de acordo com minhas informações, não foi pesquisado: a unidade tende a criar mais unidade. O princípio de Otimização Biológica implica que a vida tende a criar mais vida, realizando um processo anti-entrópico que tenderia a aumentar se não existissem ecofatores internos ou externos negativos. Possivelmente, os seres vivos tentam, infrutiferamente, um caminho de eternidade. Através de milhões de anos, os sistemas vivos enfrentam o acaso e respondem com um ato de reforço ou mesmo de enfraquecimento da homeostase global. “Das Leben ist Leben und mehr Leben als Leben” (“A vida é vida e mais vida como vida” - Georg Simmel). Os sistemas autorregulados tendem a aperfeiçoar-se e estão sujeitos à evolução. Os sistemas não autorregulados têm a seu encargo o dramático trabalho de ensaio e erro na elaboração dos ecofatores. Biodanza estimula cinco linhas de impulsos inatos, lançando feixes de ecofatores sobre os potenciais genéticos, induzindo o processo de Otimização Biológica.

## 03. IDENTIDADE

### ▸ Introdução

A revisão de conceito de Identidade representa, a meu modo de ver, a tarefa fundamental da Filosofia Contemporânea. Quando o princípio clássico de Identidade, exposto por Platão na fórmula “A = A”, foi superado por Heidegger na expressão “A é A”, e mais tarde investigado por Piaget para ser aplicado à Psicologia, e por Erickson - na dimensão sociológica - com sua análise acerca da Identidade de Grupo, tornou-se evidente que o conceito de Identidade ocultava complexidades ainda insuspeitadas. Os dois paradoxos da Identidade faziam deste conceito um enigma, ao que parece, insondável:

a. A Identidade se torna evidente somente através do outro. (Esta afirmação superava em profundidade e dinamismo a antiga divisão entre “Mesmidade e Alteridade”, ainda influenciadas pelo Neoplatonismo e pelo Cartesianismo dissociativos).

b. A Identidade tem uma essência invariável, uma vez que se transforma constantemente devido a sua dimensão espaço-temporal.

A expressão de Fischer, de que a Identidade é “a experiência de si mesmo como centro de percepção do mundo”, por ser operatória, apenas aprofunda na dinâmica dessa noção.

O conceito de “Processo de Individuação” de Jung, e a busca do “Self” através do labirinto de opções existenciais, possui o dinamismo das concepções genéticas, mas sofre do solipsismo característico de toda a concepção junguiana.

A integração do “Eu-Tu” e o surgimento do conceito de “Nós”, de Martin Buber, significa também um enriquecimento do conceito de Identidade, já que supera as paupérrimas concepções de Eu propostas por Freud, Fenichel, Berne e Perls, que se enquadram, em realidade, no esquema Platônico, completamente superado por Heidegger. A extraordinária intuição de Buber sobre a intrínseca relação “Eu-Tu” é, lamentavelmente, contaminada por suas concepções acerca da personificação da divindade.

As ideias de Lacan sobre a estruturação da Identidade na “etapa do espelho”, na qual a criança teria a experiência antecipada de si mesmo, foram integradas posteriormente com as concepções de René Spitz, segundo as quais o conceito de Identidade começa muito antes, no contato afetivo com a mãe.

A gênese da Identidade possui dois componentes:

1. hereditário, que disponibiliza os potenciais de diferenciação;
2. ambientais, que dão origem às estruturas tátil-cenestésica e visual.

A importância que Lacan dá à linguagem na estruturação da identidade tem que ser considerada, mas deve ser integrada a seus antecedentes primários: as protovivências de comunicação e as linguagens pré-verbais.

Sem dúvida, os que mais contribuíram para enriquecer o conceito de Identidade no Século XX, foram Heidegger, Merleau Ponty e Piaget.

Todas as concepções sobre a Personalidade, comuns na Psicologia contemporânea (Allport) não passam de um conceito pueril, imanente e que conserva, em grande medida, seu conteúdo etimológico (Per - sonare = soar através de, ressoar, máscara).

Em minha opinião, o conceito de “Eu = Ego” deveria designar somente a expressão patológica de uma dissociação fundamental que nega o “Ser-no-mundo”, de Heidegger. O conceito de Individuação será abandonado cedo ou tarde, por sua conotação solipsista. A Psicologia do futuro trabalhará com o conceito de “Identidade”, conceito que, neste momento, é tão complexo, misterioso e desconhecido como era o conceito de Átomo no ano de 1925.

Iniciaremos, portanto, uma meditação sobre o conceito de Identidade, com todos os riscos que implica esta aventura intelectual.

O ponto de partida de minha meditação sobre a Identidade está no conceito de Diferenciação Genética, isto é, nos potenciais biológicos de características diferenciais que promovem o processo de seleção natural e evolução biológica. Esta diferenciação está intimamente ligada aos processos de auto-regulação visceral, homeostase, correlação intra-orgânica e proteção imunológica, que estão destinados a conservar a unidade e sobrevivência do indivíduo. Assim, a “angústia vital” (angústia existencial) não seria senão a expressão de uma crise biológica destes mecanismos.

A vivência fundamental da Identidade surge como a expressão endógena do estar vivo. A comovedora e intensa sensação de estar vivo, surgida dessa unidade orgânica, seria a experiência primordial da Identidade.

A vivência de estar vivo estaria afetada constantemente pelo humor corporal e pelos estímulos externos. Mas sua gênese seria visceral. A vivência de estar vivo daria origem a dois estados diferenciados:

- a. As primeiras noções sobre o próprio corpo
- b. As primeiras noções de ser diferente

#### a. Primeiras Noções sobre o Próprio Corpo

A percepção do próprio corpo evolui no tempo através das diferentes formas de “sentir-se a si mesmo” (Ser-no-mundo). Diferentes experiências organizam estruturas de resposta:

- 1. O corpo como fonte de prazer
- 2. O corpo como fonte de dor e sofrimento

O padrão de resposta do corpo como fonte de prazer é suscetível de autoestimulação e se vincula à sexualidade. Ambos os padrões (fonte de prazer, fonte de dor) desenvolvem uma estrutura de seletividade bastante estável que permite ao indivíduo saber o que quer e buscar sua autorrealização.

#### b. Primeiras Noções de Ser Diferente

As primeiras noções de ser diferente se dão no contato com o grupo. A identidade se evidencia no espelho de outras identidades. As primeiras noções de ser diferente conduzem à consciência da própria singularidade e ao ato de pensar-se a si mesmo frente ao mundo. O pensar-se a si mesmo configura a autoimagem que, por sua vez, origina os esquemas de decisão com respeito às próprias expectativas e às ações para alcançá-las. Estas condutas não são autorreguladas e funcionam em relação a modelos de motivação.

### **3.1 AUTOESTIMA**

A vivência do próprio valor e da autoaceitação é complexa. Provém da intensa sensação estar vivo, de sentir-se a si mesmo, de sentir o corpo como fonte de prazer e de saber o que se quer e, por outro lado, de saber-se único e singular, pensar-se a si mesmo, assumir sua autoimagem e decidir programaticamente à práxis. Entre o saber o que se quer e fazer o que se quer, se dá o processo de autorrealização e autocriação existencial.

Da primeira noção do corpo e da primeira noção de ser diferente, emerge a consciência de si mesmo. A consciência de si mesmo processa padrões de resposta ergotrópicos e trofotrópicos de luta, fuga, gentileza, encanto, papéis e normatividade (conformismo), atitude plesioclina-teleclina, autocontrole e padrões de poder.

A complexidade de componentes e estruturas que constituem a Identidade é o que, de certo modo, faz dela uma noção inacessível e difícil de operar. Se nos ativermos ao esquema apresentado (FIGURA 17), descobrimos uma via de acesso às estruturas da Identidade que poderíamos chamar a “via régia”, o instrumento mais sutil e poderoso para penetrar no intrincado mecanismo da Identidade: a Dança.

A dança ativa o núcleo central da Identidade: a comovedora sensação de estar vivo.

A partir dessa sensação visceral, se reatualizam as primeiras noções do corpo e sua percepção como fonte de prazer. Ao mesmo tempo, se acentua a noção de ser diferente e único, ao entrar em contato com outras pessoas.

A autoestima e a consciência de si mesmo se elevam a níveis não habituais. A tendência a sentir-se como “ser-no-mundo”, como parte integrante de uma totalidade, entra em pulsação com a autoimagem, como ser diferente - um.

O sentir-se vivo com e para outro e, ao mesmo tempo, exaltando suas próprias características, reforça todos os circuitos da Identidade saudável e dos padrões de resposta ergotrópicos e trofotrópicos, isto é, a vitalidade.

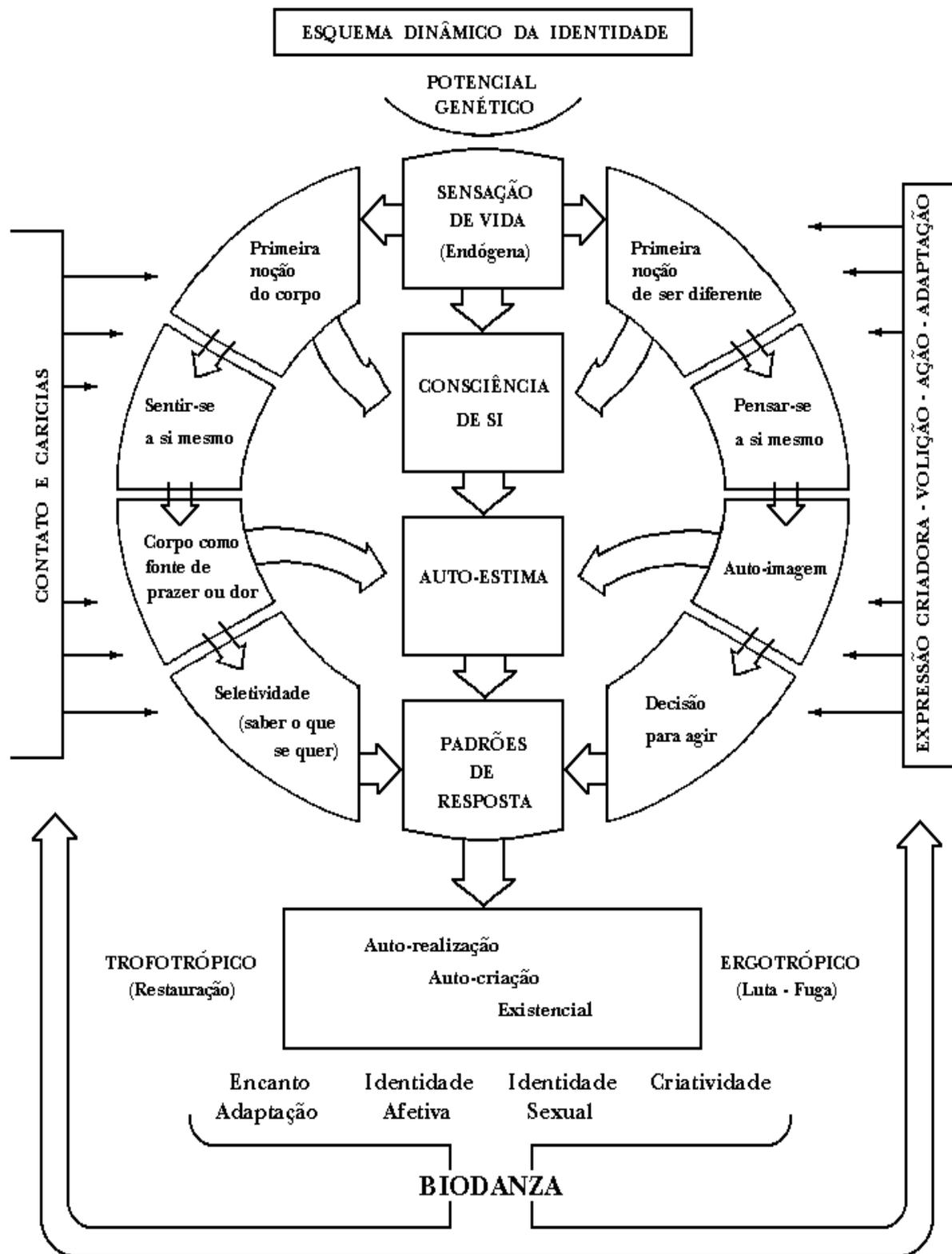


FIGURA 17 - ESQUEMA DINÂMICO DA IDENTIDADE

Durante os exercícios de Biodanza, o aluno é, mais do que nunca, ele mesmo; respeitado, valorizado, querido e aceito. Experimenta seu corpo como fonte de prazer e, ao mesmo tempo, como potencialidade capaz de expressar-se criativamente. Os dois grandes polos entre os quais se recicla o processo de Identidade são, assim, fortemente ativados dentro de Biodanza.

As danças de amor e as carícias, os exercícios de dar e receber continente, ativam a seletividade sexual e a intimidade afetiva. O ser-em-comunicação descobre, progressivamente, sua Identidade sexual e sua capacidade de amor comunitário. Simultaneamente, é ativada a linha de vitalidade e as respostas assertivas (“feedback”) frente à realidade externa, o que reforça a Identidade dentro do grupo. Durante os exercícios, aprende a expressar suas potencialidades de forma criativa, promovendo, assim, o processo de diferenciação evolutiva.

Em tais condições, o praticante de Biodanza tem uma Identidade suficientemente integrada e plástica para alcançar os estados de consciência cósmica através do transe de renascimento.

Aqueles que não conseguiram níveis básicos de integração de sua Identidade, não podem tentar o processo de identificação com a totalidade sem risco de se dissociar.

### **3.2 IDENTIDADE**

O idêntico, em Latim, significa “o mesmo”. A elaboração intelectual do conceito de Identidade é complexa e requer do pensador atual tanta sutileza como a que foi necessária para captar os paradoxos da Física Moderna.

O pensar ocidental necessitou mais de dois mil anos para desenvolver o conceito de Identidade. Sem dúvida, a palavra guia de Parmênides “o mesmo”, segue sendo misteriosa.

A filosofia do idealismo especulativo, configurada por Leibniz e Kant, funda através de Fichte, Schelling e Hegel, um esclarecimento novo à em si sintética essência da Identidade.

O Princípio de Identidade clássico “ $A = A$ ” já foi superado. Esta fórmula utiliza dois termos e, portanto, indica a “igualdade” de  $A$  e  $A$ , e não descreve uma Identidade. Uma fórmula mais apropriada para o Princípio de Identidade é, segundo Heidegger,  $A \text{ é } A$ . Isto significa não só que cada  $A$  é o mesmo, mesmo, mas que diz mais: consigo mesmo é cada mesmo  $A$ , mesmo. Na mesmidade jaz a sintética unidade do conceito. Heidegger propõe escutar a ressonância ontológica do “é” na fórmula  $A \text{ é } A$ . “A interpelação da Identidade fala pelo Ser do ente”.

A abordagem psicológica do Princípio de Identidade requer uma nova perspectiva, desde que deixa de ser abstrato para converter-se em matéria do vivo. Então  $A \text{ é } A$  deixa de ser real, posto que  $A$ , como ser vivo, está em permanente mudança. Este é o primeiro paradoxo da Identidade em Psicologia. Sabemos que João é João e ao mesmo tempo se está transformando em outro, sem deixar de ser o mesmo. Muda a todo momento, mas em essência é João.

A percepção da própria Identidade nos dá a referência absoluta: sou o mesmo que fui quando criança; mudei mas sou o mesmo; estou mudando, mas serei sempre o mesmo em essência.

O segundo paradoxo da Identidade em Psicologia é que não pode se fazer presente como tal a não ser frente ao Outro, diferenciando-se do Outro. A Mesmidade só tem sentido em relação à Outreidade (Alteridade).

O processo de individuação postulado por Jung, alude à consciência do Si Mesmo (“Self”) e tem conotações solipsistas. O Bhagavad-Gita, ao referir-se ao “Invulnerável Morador Interior”, propõe a ideia de que o Ser Absoluto habita em cada indivíduo, isto é, cada ser humano participaria de uma Identidade maior, absoluta e eterna.

A vivência de ser “Único”, isto é, de possuir Identidade própria e diferente, mas ao mesmo tempo em completa conexão com a Totalidade-Outra, é o segundo paradoxo. Na Íntase, a Identidade própria se funde com a Identidade do Todo. O místico está assim em intimidade, não apenas com a Identidade-Outra, mas com a Identidade-Mesma.

São por acaso as transformações de nossa autoimagem, mudanças de lucidez com relação ao Si Mesmo? É um problema que está por ser pensado. Em todo caso, é evidente em Psicopatologia que há pessoas com graves dificuldades para se perceber a si mesmas e, nestas circunstâncias, constroem para si uma falsa identidade que faz as vezes de máscara rígida, como desvio do pavor de não-ser.

A angústia já foi examinada por Freud como temor ao naufrágio do eu. Daí surge a elaboração de mecanismos de defesa e todo tipo de artimanhas do eu.

Piaget teve o mérito de haver abordado o processo de percepção da própria Identidade na dimensão genética, vinculando-o com o desenvolvimento dos processos operacionais e da cognição corporal.

Com efeito, a investigação clínica demonstrou a estreita relação entre percepção corporal e percepção de si mesmo. Em trabalhos anteriores revisamos as alterações da percepção corporal em diferentes quadros clínicos, onde o processo de Identidade está gravemente alterado.

Nos doentes, a alteração da Identidade própria envolve a alteração da Identidade dos objetos e das outras pessoas.

A Identidade do próprio corpo, a Identidade dos objetos e a de outras pessoas está sujeita a uma evolução que não termina a não ser com a morte. Piaget descreveu este processo:

*“A Identidade não se dá como uma totalidade desde os primórdios da vida mental, posto que, para o lactante, a realidade (sem delimitações entre um mundo exterior e o vivido imediato) começa por ser nada mais que quadros móveis suscetíveis de serem reabsorvidos ou desaparecer ou voltar a aparecer.*

*Por outro lado, a identificação progride rapidamente com a constituição e organização dos esquemas de assimilação à ação, e disso resulta que desde o fim do primeiro ano aparecerão duas formas complementares e solidárias de identidades que subsistirão durante toda a vida: a do objeto, com sua permanência substancial e sua localização no contínuo espaço-temporal, e do próprio corpo assim como a do eu que adere a ele; entre ambos se situa a permanência ou Identidade do corpo alheio, que é ao mesmo tempo o objeto exterior que adquire mais rapidamente uma permanência substancial e o modelo em interação com o qual se constroem os esquemas do corpo próprio e do eu”.*

Segundo Arnold Gesell, a criança começa a perceber seu corpo independente e separado do mundo ao redor das 28 semanas, quando suga o polegar de seu próprio pé.

Se entendemos por Identidade psicológica

*“A capacidade de experimentar-se a si mesmo como entidade única e como centro de percepção do mundo, a partir de uma iniludível e comovedora vivência corporal”,*

estaremos aproximando-nos de uma concepção que, embora insuficiente, resulta de grande valor operatório em Psiquiatria.

### **3.2.1 Identidade Normal**

A vivência de constituir uma criatura única, em ressonância e intimidade com todo o vivo, é a característica anímica da Identidade sã. A Identidade saudável vai sempre unida a uma percepção corporal unitária, de limites claros, com tendência à ação assertiva.

### **3.2.2 Identidade Patológica**

É a dificuldade para perceber-se e vivenciar-se a si mesmo.

Suas características concernem ao ser humano-tipo de nossa civilização: movimento corporal acelerador; tensões musculares localizadas, que tendem a se tornar crônicas; agressividade; força nos objetivos (para os quais não interessam os meios); pensamento rígido; afetividade pobre; caráter onipotente, egoísta, competitivo, autoritário, explorador, possessivo, orgulhoso, com forte instinto territorial; afirma seu valor em seus papéis, se orienta para o dinheiro, para a figuração social, para o poder.

Padece de grave dificuldade na comunicação; sua atitude sexual é estritamente genital; sofre em especial de doenças psicossomáticas, acidentes automobilísticos e problemas relacionados com a violência.

### 3.3 IDENTIDADE CORPORAL E IDENTIDADE DOS OBJETOS

Ao nascer, o indivíduo não identifica os objetos nem seu próprio corpo.

Pouco a pouco alguns conjuntos de sensações começam a ser reconhecíveis em relação com conjuntos do meio externo. Progressivamente se estabilizam algumas figuras que são identificadas no trato imediato com elas (ex.: a mãe).

A identidade do próprio corpo, a identidade dos objetos e a de outras pessoas está sujeita a uma evolução que não termina senão com a morte.

Piaget descreveu este processo:

*“A Identidade não se dá como uma totalidade desde os primórdios da vida mental, posto que, para o lactante, a realidade (sem delimitações entre um mundo exterior e o vivido imediato) começa por ser nada mais que quadros móveis suscetíveis de serem reabsorvidos ou desaparecer ou voltar a aparecer.*

*Por outro lado, a identificação progride rapidamente com a constituição e organização dos esquemas de assimilação à ação, e disso resulta que desde o fim do primeiro ano aparecerão duas formas complementares e solidárias de identidades que subsistirão durante toda a vida: a do objeto, com sua permanência substancial e sua localização no contínuo espaço-temporal, e do próprio corpo assim como a do eu que adere a ele; entre ambos se situa a permanência ou Identidade do corpo alheio, que é ao mesmo tempo o objeto exterior que adquire mais rapidamente uma permanência substancial e o modelo em interação com o qual se constroem os esquemas do corpo próprio e do eu. A esta dupla identidade precoce do objeto e do corpo (transformando-se este em um objeto entre outros e aquele em um centro de ações independentes que respondem às do corpo), se agrega também e de modo indissociável uma Identidade das ações transitivas elementares como nas condutas instrumentais em que um movimento do corpo se transmite a um objeto intermediário que pode transmiti-lo a um móvel não contíguo ao corpo” (De “Epistemologia e Psicologia da Identidade”, Jean Piaget e outros; “Investigação sobre a Identidade de um corpo em desenvolvimento e sobre a do movimento transitivo”, Jean Piaget e Gilbert Voyat).*

O desenvolvimento da identidade não depende somente da maturação do sistema nervoso. Está condicionado pela relação com o meio ambiente. Neste sentido é um processo dramático.

Cada indivíduo forja sua própria identidade e descobre a identidade das pessoas e dos objetos que o rodeiam através de seu devenir biográfico.

Diz Piaget:

*“Desde J.B. Baldwin sabemos perfeitamente que o conhecimento do próprio corpo e logo o do eu não é o resultado só de experiências realizadas com respeito à própria ação, mas que depende estreitamente dos progressos da imitação, ou seja, de uma interação contínua entre o que se descobre acerca de outra pessoa e a descoberta sobre si mesmo. Disto surge que entre a constituição do objeto permanente, o interesse sistemático pelo corpo e pela pessoa do outro (as ‘relações objetais’) e a identidade do próprio corpo com informação suficiente sobre este último, existe um conjunto muito poderoso de interações, sem dúvida centradas sobre o corpo alheio - enquanto primeiro objeto permanente e modelo perceptível do próprio corpo - mas de tal natureza que resulta bastante vão buscar prioridades duráveis de influência”.*

O processo de identificação de si mesmo, do próximo e dos objetos não é estático, mas essencialmente dinâmico e transitivo. Poderíamos dizer que existe uma sincronicidade perfeita entre as transformações da identidade do sujeito e as do mundo.

Apesar das mudanças constantes que um indivíduo experimenta, ele se percebe sempre o mesmo. Há aqui um paradoxo: se é sempre um mesmo e sempre diferente.

Isto ocorre também com o mundo percebido. A realidade é a mesma, há uma constante nela, uma espécie de estrutura superestável e, sem dúvida, ela se modifica qualitativa e quantitativamente em cada momento.

É indubitável que na esquizofrenia esta relação se quebra e o juízo de realidade aparece bruscamente alterado. O doente percebe mudanças qualitativas em sua própria identidade e modifica a relação com os objetos. É assim que os objetos se lhe apresentam com uma fisionomia nova, coalhada dos significados daqueles que socialmente lhe são atribuídos. A esquizofrenia e nas psicoses e certas neuroses, partem de uma profunda alteração da própria identidade. É como se ao doente fossem reveladas por autognose, qualidades, papéis e atributos novos. Corresponde a uma futura e iminente investigação, estabelecer a gênese deste processo. Como hipótese se poderia propor o seguinte desenvolvimento:

1. Leves alterações da percepção espaço-temporal devido a mudanças metabólicas.
2. Aparecimento de pareidolias intensas.
3. Configuração de pareidolias a partir de forte carga afetiva, com a conseqüente mudança radical dos esquemas estáveis de identificação.
4. Estabilização do processo alucinatório.

As alucinações não são, como se tem afirmado tradicionalmente, percepções com ausência de objeto. Em realidade, partem sempre de alguma situação pareidólica. Se há um forte predomínio da aceleração das funções corticais, é possível que as alucinações sejam de tipo auditivo. Se, pelo contrário, há uma lentificação do córtex, irrupção de emoções fortes e grave alteração da vivência do tempo-espaço, as alucinações são principalmente visuais. Se há uma forte ativação instintiva, aparecem transtornos neurovegetativos e delírios cenestésicos.

5. Expansão do processo alucinatório.
6. Interpretação das alucinações com base na nova autoimagem.
7. Estabelecimento dos delírios.

Como vemos, a equação sujeito-mundo pode estar sujeita a profundas mudanças qualitativas e quantitativas em sua totalidade ou em algumas de suas partes.

Piaget, na obra antes citada, expressa:

*“O princípio de identidade não se aplica rigorosamente a não ser no centro dos processos do pensamento, onde obriga a conservar idêntica a si mesma a conotação de um conceito A no curso de um raciocínio. Constitui pois um princípio regulador indispensável para a estabilidade do discurso e até para a representação em geral. Por outro lado, quando é aplicado aos objetos, sob a forma do coordenador I (que distinguiremos do identificador I reservado para as noções enquanto tais) não apresenta mais que um sentido variável ainda que preciso, mas subordinado então a conservações quantitativas, ou mesmo aproximativo e em parte convencional quando é utilizado para a designação e sobretudo para a recuperação (ações de distinguir e de reencontrar) de um objeto individual. Neste caso, não há nada surpreendente no fato de comprovar os titubeios e variações das crianças que são interrogadas sobre a identidade de um arame do qual se muda a forma, de um líquido que se transvasa, de uma erva que cresce ou de uma gota de água que absorve outras. E, sem dúvida, o problema se coloca necessariamente uma vez que estas identidades qualitativas são afirmadas muito antes que as conservações e provocam as perguntas espontâneas e mais precoces”.*

Embora as investigações de Piaget estejam orientadas para a exploração dos processos operacionais, penso que elas têm um grande futuro no diagnóstico da esquizofrenia e nas novas concepções psicoterapêuticas que centram sua atenção no fenômeno da Identidade.

Piaget e Daphne Liambey, na obra citada, enunciam os fatores que favorecem o processo de Identidade:

*“De modo geral, a Identidade de um objeto é favorecida por sua unicidade, assim como pela continuidade das mudanças de posição ou de propriedades às quais pode ser submetido, enquanto está em função inversa do tamanho ou da importância qualitativa dessas eventuais transformações”.*

Assim, esses cinco caracteres de unicidade, continuidade, mudança de posição e modificação quantitativa (alongamento, etc.), podem provir de comprovações puramente perceptivas tanto como provocar elaborações ou interpretações nocionais, de tal maneira que existe uma Identidade perceptiva (vinculada ao reconhecimento, etc.) tão característica como uma Identidade conceitual: todos estão de acordo por exemplo em que, seguindo com os olhos um móvel, se “percebe” sua Identidade da mesma forma que se podem perceber suas semelhanças ou diferenças com outros objetos presentes.

Os problemas que devemos nos propor aqui são, pois, antes de tudo, os correspondentes à natureza e à evolução com a idade desta Identidade perceptiva. A hipótese metodológica é que precisamente a análise deste desenvolvimento segundo a idade, será o que melhor nos ensinará em que consiste a natureza destas identidades ou não identidades percebidas.

A aplicação destas noções nas novas Psicoterapias recém se inicia.

### **3.4 IDENTIDADE (DEFINIÇÃO PROVISÓRIA)**

O Princípio de Identidade clássico define Identidade como igual a si mesmo.

Todos os seres vivos, os objetos, os elementos, possuem Identidade (embora não tenham consciência dela), pelo fato de possuir características intrínsecas.

A Identidade de um ser humano é o que esse ser humano é como acontecimento único dentro da diversidade. A identidade é, portanto, a qualidade do Ser.

Quando falamos de Identidade, nos referimos à condição inédita e singular que caracteriza um indivíduo.

Identidade é o Único e seus atributos.

Foram empregados os termos “mesmidade” e “alteridade” para designar o “si mesmo” e o “outro”. Sem dúvida, temos que considerar que não existe Identidade isolada. A Identidade é a unicidade vinculada com o Todo.

#### **▸ Consciência de Identidade**

O ser humano é, possivelmente, de todas as criaturas, a única que tem consciência de sua Identidade.

A consciência da própria identidade é a vivência inequívoca e comovedora de sentir-se vivo. Não é somente um pensamento, é uma vivência corporal. Representa a somatória de todas as aferências corporais que dão ao indivíduo a permanente referência interior acerca de “seu estar vivo”.

A pergunta “Quem sou eu?” aponta para o conceito de Identidade.

Consciência de Identidade é a capacidade para se experimentar a si mesmo como entidade única e como centro de percepção do mundo.

#### **▸ Identidade e Vínculo**

A identificação de objetos e pessoas só pode ser feita por um jogo dialético de aproximação empática e distanciamento formalizador em relação ao dito objeto.

A vinculação com o mundo significa, portanto, perder e ganhar a identidade. Ser e deixar de ser. Só assim se organiza e reorganiza a relação com a realidade.

O “encontro” é a transubstanciação de identidades diferentes.

A Identidade, portanto, é estável e, ao mesmo tempo, dinâmica. É o que em mim permanece, apesar das mudanças.

#### **▸ Identidade e Papéis**

Em que medida cada indivíduo se identifica com o papel feminino ou masculino que os pais lhe propõem? No processo de assumir um dos papéis fica determinada a natureza de sua futura resposta sexual.

O varão é “penetrante” (“yang”) e a mulher, receptiva (“yin”). A criança acaba por aceitar basicamente seu respectivo papel. Sem dúvida, isto nem sempre é assim (homossexualidade).

Durante o ato sexual a comunicação de duas identidades diferentes se transforma em comunhão. Isto implica o abandono da Identidade individual.

### ▸ **Identidade e Amor**

O amor, visto a partir do enfoque do problema da Identidade, é o drama de duas identidades que lutam pela unicidade e a continuidade em uma Identidade maior.

No ato amoroso o sujeito diminui sua própria identidade para se identificar com a outra pessoa. Isto lhe produz prazer.

### ▸ **Identidade e Drogas**

#### Drogas que aumentam a identidade:

- anfetaminas,
- cocaína,
- café,
- chá,
- tabaco,
- estimulantes (como o “reactimerck”),
- pequenas quantidades de álcool.

#### Drogas que diminuem a identidade:

- barbitúricos e hipnóticos em geral;
- álcool em grande quantidade,
- anestésicos,
- maconha,
- psilocibina,
- mescalina,
- dietilamida do ácido lisérgico.

Os alucinógenos, sem dúvida, podem ocasionalmente aumentar a identidade e proporcionar a experiência de Si Mesmo. Por isso seria mais prudente situar os alucinógenos como substâncias que produzem uma grande labilidade da consciência de identidade.

Os alucinógenos facilitam geralmente o transe.

### ▸ **Identidade Social**

Não é possível “descrever” uma determinada identidade. A identidade só pode ser “intuída”. Minha identidade permite, por outro lado, aos demais, reconhecer minha existência como algo diferenciado.

Sem dúvida, as descrições a partir de condutas individuais ou papéis sociais, não aludem à identidade. Só na medida em que essas condutas possuam a qualidade inconfundível do singular, podem dar acesso intuitivo à identidade de um indivíduo.

## **3.5 IDENTIDADE E MÚSICA**

Eu posso identificar-me, em um momento dado, com a “Haleluya”, de Haendel. Que significa isto? Simplesmente, que me deixo conduzir por esse movimento musical até o ponto de diminuir de tal modo a distância entre a música e a própria percepção de mim mesmo, que a fronteira exterior-interior fica abolida e, então, já não estou escutando a Haleluya, mas “eu sou a música”. Produziu-se, então, uma transubstanciação ontológica, um ato de mediunidade.

Este fenômeno tem que ser o paradigma de nossa meditação com respeito ao fenômeno da identidade, posto que de seu exame fenomenológico podemos inferir a qualidade evanescente, ao mesmo tempo que presuntiva, da identidade; sua etérea condição ectoplasmática capaz de penetrar qualquer entidade cósmica, no pavoroso e surpreendente ato de ser e não ser. Como se o ser e o não ser estivessem apenas fixados por um ato de consciência que se abre e se fecha sobre a realidade. A ontologia impossível de Heidegger não encontrou a brecha na pesquisa da identificação musical. Digo que o centro de atenção para a investigação de uma ontologia tem que ser feita através do êxtase musical, por ser a música a “via régia”, isto é, a forma em que a consciên-

cia se transforma em vivência e a vivência retorna de novo à consciência. E é também, o fenômeno da identificação musical, o que nos torna acessível a compreensão da unidade corpo-alma, do *continuum* psicossomático e, enfim, da filiação visceral da linguagem poética.

Afirmei anteriormente que o estado atual do problema da identidade dentro da história do pensamento humano está tão atrasado como o estava o conceito de átomo em 1905 ou o conceito de estrutura genética em 1950.

Os resultados futuros da investigação sobre a identidade serão de consequências fecundas em suas projeções sobre a Psicologia, a Sociologia e a Medicina.

As ideias fundamentais podem resumir-se em 6 pontos:

1. A Identidade de um indivíduo se enche de significação ontológica, somente em presença de outro.
2. A Identidade é imutável e, no entanto, está em permanente transformação.
3. A relação erótica reforça a identidade, uma vez que a torna vulnerável através do contato.
4. A Identidade só é concebível em relação com o nada-tudo (desdiferenciação).
5. A “via régia” para compreender a identidade é o transe musical.
6. Sendo o movimento a expressão de nossa identidade, o acesso a suas modificações só pode ser a dança, em sua condição de veículo para o transe.

Três aspectos essenciais da identidade me interessa examinar:

1. O conceito de Identidade é impensável separado do conceito de Regressão ou Desdiferenciação.
2. A Identidade é permeável aos agentes externos, em especial, à música.
3. A expressão ontológica de nossa identidade é o movimento corporal. A dança, portanto, é uma ação exercida diretamente sobre a identidade. O amor e o desejo sexual reforçam a identidade, uma vez que a tornam vulnerável: um novo paradoxo.

Estas características devem ser agregadas aos paradoxos já conhecidos.

### **3.6 IDENTIDADE E ALTERIDADE**

*“Os frutos sexuais e as flores carnívoras da alteridade brotam do talo único da identidade”* (Octavio Paz).

Na comovedora percepção de si mesmo, no sabor inenarrável de sentir-se vivo, na beleza pavorosa de ser único, estará sempre presente, com a intensidade do ácido sobre o metal, a gravação do “outro”, o diferente, o fundo genital do múltiplo, a alteridade.

A possibilidade de compreender o estranho e ainda mais, de vincular-se, entrar em contato e copular com o estranho, requer uma hermenêutica própria, uma arte de interpretar os signos dessa realidade-outra, em suma, uma espécie de genial aparato biológico de identidade e identificação. Heidegger revelou de modo convincente que o “ser-si-mesmo”, como obviedade ôntica, pode levar-nos à convicção enganosa de que o sentido deste ser se esgota ontologicamente aí, quando em realidade só adquire existência explícita no mundo. Entregar-se a outros, tomar contato, permitir ser absorvido pelos outros, abrir-se, ou mesmo, criar distância, decretar espaços limites de aproximação, evitar o contato, são formas diversas de ser em relação com outros; em outros termos, constituem as expressões atitudinais do inenarrável ser no mundo. Identidade e alteridade são, portanto, as polaridades entre as quais se geram e organizam todas as possibilidades da existência. Heidegger esclarece, com poética determinação, que “não somos uma síntese de corpo e alma, já que a essência humana é a existência”.

Como existentes, nossa identidade é o resplendor de ser com os outros.

De nossa identidade brota a alteridade. Na vivência de nós mesmos se organiza nossa percepção. Do “talo único” de nossa identidade brotam os frutos da alteridade. E ainda podemos agregar ao enunciado de Octavio Paz que se a alteridade se estende até o indiferenciado, deste

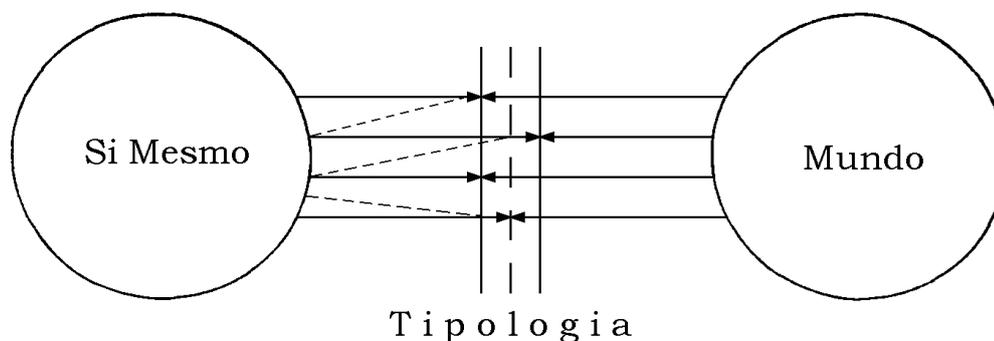
fundo sem fundo regressam os signos mais arcaicos, as mensagens cósmicas de renascimento, para exaltar-nos e reciclar nossa consciência de identidade. A força do contato, a determinação para a fusão com o mundo, reforçam, portanto, a glória de ser. A orgia e a dissolução na alteridade, precedem o próximo renascimento.

Quem vive aferrado mesquinamente a defender os limites de sua identidade, se priva do sabor dos frutos, se esgota em si. As raízes da identidade se nutrem no seio do estranho.

A identidade se renova em atos permanentes de comunhão com o estranho.

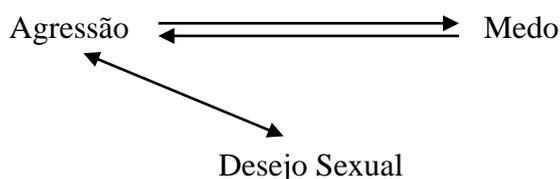
#### ► Características da Identidade

1. Percepção Corporal de Si
  - Consciência de limite corporal (a pele serve para separar)
  - Reflexo no espelho corporal da Identidade
2. Percepção do Outro como Tensão Perturbadora
  - Desejo - Atração; Medo - Rechaço)
3. Ação Motivada (Intencionalidade)
  - Aproximação - Fuga - Agressão
4. Predomínio Ergotrópico - Simpaticotônico - Adrenérgico - Eferente - Cortical
  - Análise, vigilância.
  - Atividade tensional
  - Atividade viso-motora
5. Padrão de Poder (Cultura do Poder)
6. Percepção de objetos desejáveis ou rechaçáveis no mundo
  - Desejo sexual: Ação em busca do prazer (orgasmo)
  - Genitalização
7. Estrutura do Ser-Frente-ao-Mundo

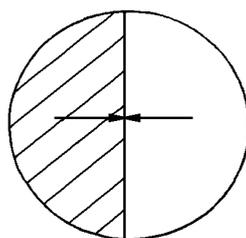


Distanciador (Teleclino)  
Aproximador (Plesioclino)

8. Sistema de Projeção-Introjeção
  - (Desejo, medo, agressão, são respostas a partir de padrões de aprendizagem)
  - Põe-se o medo para fora - a agressão
  - O mundo se transforma em um monstro contra o qual se luta.
  - Sentimentos de ameaça, insegurança, perseguição.
  - Desidentificação e luta contra os aspectos negados.



9. Estado de Conflito e Rigidez  
- Destrutividade



10. Põe-se o amor para fora, como algo do qual se depende.  
- Dependência não ecológica

► **Autoavaliação da Identidade**

É extraordinária a dificuldade que têm as pessoas para discriminar, dentro de uma lista de características, aquelas que realmente correspondem a si mesmas.

Os inventários de autoavaliação, mais do que uma estimativa do próprio perfil caracterológico, pode servir como medida do nível de consciência que a pessoa tem de si mesma, vale dizer, da percepção de sua própria identidade. Há pessoas que se autodescrevem como harmônicas, sensíveis e afetivas, quando a percepção unânime das outras pessoas é de que se trata de um indivíduo rígido, torpe e incapaz de dar afeto.

Toda pessoa dissociada carece das condições mínimas para fazer uma autoavaliação devido a que seus referenciais são externos e não possui a capacidade de autopercepção.

As listas de autoavaliação podem servir apenas como pontos de partida para estabelecer os graus de conforto e desconforto interno, a atitude hipocondríaca ou a de total indiferença em relação a si mesmo. Quando uma pessoa, por exemplo, assinala em uma lista de 100 características, um número superior a 50, é indubitável que está com um exagerado interesse voltado sobre si mesma. Pelo contrário, quando marca um número inferior a 10, poderíamos suspeitar que está desconectado de sua própria Identidade.

► **Crítérios da Identidade Saudável**

1. Ausência de agressão gratuita
2. Capacidade para pôr limite à agressão externa
3. Capacidade de fuga frente a uma força superior (sobrevivência)
4. Capacidade de intimidade
5. Vivência de consistência
6. Estabilidade da consistência frente às dificuldades
7. Autodeterminação do limite de contato
8. Ausência de espírito competitivo
9. Ausência de autoritarismo
10. Alto nível de vitalidade
11. Capacidade criativa
12. Experiência de Êxtase
13. Percepção do semelhante como único, diferente e com valor intrínseco
14. Percepção de si mesmo como criatura com valor intrínseco
15. Respostas em “feedback” com a realidade
16. Motricidade com equilíbrio, energia e sinergismo

### ▸ **Danças da Identidade**

Há movimentos corporais que tendem a reforçar a expressão da identidade e a consciência de realidade. Estes movimentos são induzidos por atitudes psicológicas, cujas características são as seguintes:

- Abertura ao ambiente. Dança com os olhos abertos.
- Movimentos intencionais, voluntários. Sentimento de controle motor.
- Sinergismo muscular. Jogo de músculos antagonistas e protagonistas.
- Tensão dinâmica.
- Formalização de gestos nítidos. Segmentação corporal. Movimento isolado de certas partes do corpo.
- Verticalidade e prumo. Bom apoio dos pés no solo. Firmeza e estabilidade de posição.
- Predomínio de movimentos periféricos sobre movimentos centrais.
- Consciência de limite corporal nítido.
- Energização. Concentração de energia localizada no ventre. Para obter este tipo de respostas podem ser praticadas as seguintes danças:
  - Dança Yang
  - Dança do Mandarim
  - Dança das Mãos
  - Impulso e Salto
  - Dança do Tigre (sinergismo)
  - Aceleração Progressiva Rítmica
  - Dança Guerreira
  - Danças de Destreza e Acrobacia
  - Dança do Ventre
  - Auto-magnetismo
  - Danças de relação com outra pessoa. Aproximação, afastamento, oposição, suspensão
  - Concentração de energia no ventre

### ▸ **Exercícios de Biodança para aumentar a Identidade**

- Canto individual expressivo (emergente)
- Canto melódico (letras m, s, r)
- Grito primal
- Palavra melódica
- Coro rítmico: (Ace-sita-hum, Samba-cananda, camina-bum-va)
- Solo rítmico
- Canto sufi

## **04. REGRESSO À ORIGEM**

*“Submergir-nos no leito de nossa Espécie...  
Retomar a Mensagem”.*

Há uma conexão direta entre a semente e o fruto, entre o programa genético e o organismo no ato de maturação. O segredo da renovação da vida está nessa coerência com o origem.

Sem a capacidade para renovar-se, nenhum organismo poderia sobreviver. Este processo de renovação só é possível através de atos de regressão e progressão, uma espécie de ressonância permanente com o originário.

O conceito de regressão, associado pela Psicanálise ao patológico, foi definitivamente superado por uma série de descobertas biológicas levadas a cabo por Kortland, Z.E. Kuo, Sidney F. Margolin, A.J. Westerman, Holstun e outros, os quais estabeleceram que toda progressão biológica, isto é, toda passagem para uma estrutura mais integrada, complexa e autônoma, requer uma regressão prévia. Kortland, ao descrever o processo de “regressão regenerativa” no desenvolvimento do Cormorão, utiliza o termo de “Reprogressão”. Rof Carballo expressa:

*“Se os sistemas biológicos não fossem capazes de regressar a uma fase primária do desenvolvimento, isto é, a uma fase embrionária de sua estrutura, desdiferenciando-se, o organismo perderia um de seus mais importantes dispositivos de segurança”.*

Se é certo que algumas células altamente diferenciadas possuem escassa capacidade de regeneração, a maior parte dos tecidos, ao serem destruídos, desencadeiam - por mecanismos diversos - um processo de desdiferenciação nas células restantes. Estas células voltam a adquirir a capacidade reprodutora, regenerando o tecido.

*“O resultado do processo regenerativo - expressa Rof - depende, em grande parte, de se esta regressão foi factível e de quão profunda pode ser a desdiferenciação”.*

Alguns organismos, em seu processo de desenvolvimento, voltam, em certos períodos, a uma espécie de atividade premonitória, que Kortland qualifica de “conduta ameboide”, para indicar sua ausência de forma e suas pluriformes possibilidades. Rof fala de “formas intervalares” e Ehrenzweig de “formas inarticuladas”, que têm características de esboço ou esquema, ainda informe e plástico, que aspira encontrar sua forma e expressão.

No ser humano, a possibilidade de regressão se apresenta em todos os níveis. Cada indivíduo tem um leito, sua mãe, que se transborda e volta.

A possibilidade de renovação biológica e existencial está bloqueada por estruturas culturais que reforçam a rigidez do ego. O transe regressivo de renascimento exige uma real humildade. Voltar da qualidade de pessoa à de semente é uma ação anticultural. Enfrentar a imensidade do Outro para alcançar o Todo-Si-Mesmo, requer desdiferenciar-se, sair do tempo histórico e entrar na eternidade do cósmico. Podemos expandir nossa escala de consciência ou podemos estreitá-la; podemos trabalhar em um mundo muito vasto até fundir-nos com ele, ou então ir concentrando a escala da consciência e abrir outro mundo, muito importante, e logo outro mais para dentro e debaixo outro e outro. É a dupla possibilidade de êxtase e de íntase.

O processo de regressão pode ser facilitado através de cerimônias de dança e música que conduzem ao êxtase, dentro de um útero de amor comunitário.

*“Quando amamos, nos ascende aos braços um seiva imemorial e remota... isto que nós amamos não é só um, um ser que há de vir, mas a inumerável fermentação; não uma criatura individual, mas todos os antepassados que, como ruínas de montanhas, repousam no solo profundo de nossa existência”* (“Elegias de Duíno”. Terceira Elegia. Rainer Maria Rilke).

Durante o estado de regressão induzido na sessão de Biodanza, o aluno - como nas cerimônias arcaicas dos povos primitivos - volta à grande fusão subterrânea, ao estado primordial, pré-formal, caótico, à indiferenciação e à fusão com todos os gêrmens na mesma matriz telúrica.

Esta cerimônia não é apenas uma representação simbólica, mas a indução de um estado biológico de renovação e reintegração à unidade biocósmica. É o homem-semente que se decompõe na terra, perde sua própria forma, para renascer com um corpo novo, livre de rigidezes e preconceitos; para regressar com a energia irracional e obscura dos instintos renovados.

A música cumpre, nestas cerimônias de regressão, um papel importantíssimo na dissolução do ego, facilitando a entrega ao “útero” formado pelo grupo. A música vai penetrando, lentamente, a seca e insensível rigidez e os espaços do corpo se expandem, plenos daquela vibração, em doce e confiado abandono.

Muitos dos exercícios realizados em Biodanza preparam o organismo do aluno para este processo de reprogressão, que o libera das doenças. Regressando à terra como ao seio materno, reedita a experiência fetal, pulsando com a vida cósmica em plena e suave voluptuosidade. O renascido é de novo tocado pela graça e devolvido a sua visão interior. A grande aliança do Pai, da Mãe e da Criança se restabelece. E este renascimento não é só um fato individual, mas uma variável integradora do processo da vida.

#### 4.1. TRANSE E PERDA DE LIMITES

Através das danças de transe é possível “dissolver” a couraça caracterológica de que fala Reich. Mas esta couraça representa a corporização dos mecanismos de defesa. Sem ela, o doente fica psicicamente desguarnecido e entra em estados confusionais onde a realidade externa e a interna se mesclam e se confundem. A perda de limites não permite um manejo do destino próprio e o sujeito é um médium das energias e estímulos que o possuem. É neste ponto onde se estabelece uma relação entre Biodança e Análise Existencial. A existência sem limites, a existência dissolvida no Todo, flutuando em uma imensidade que se agita como o oceano. No instante em que se endurecem os limites corporais e o psíquico adquire determinação interna, a existência se restitui ao indivíduo como fragmento isolado dentro do Todo e adquire sua direção própria. O mecanismo de “controle de limites” deve ser, portanto, o ponto chave de preocupação da nova psicologia, porque seu conhecimento e manejo permite influir na consciência de realidade, na percepção, nos sentimentos e instintos, o ânimo e os estados cenestésicos. Mais além de tudo isso, permite o acesso ao possível controle evolutivo de si mesmo.

As respostas corporais de fluidez-rigidez estão intimamente ligadas à produção de limites. A energia do movimento corporal flui e se conecta ao fluxo e refluxo cósmico. As formas leves ou graves de rigidez dissociam e separam o indivíduo da Totalidade. A energia vital no sujeito rígido se bloqueia e as funções orgânicas se transtornam. Biorritmo, bioenergia, são bons termos para designar a conexão ontocosmológica primordial. Permitir que flua a energia entre “tu e eu”, entre “nós”, entre o “universo e eu” é um ato de vitalização absoluta.

Eros: unir vida com vida.

Tanatos: separar, morrer.

Estes conceitos podem ser levados em Biodanza até as últimas consequências. Comunicação: abrir canais para que flua a energia. Pela palavra, pelo olhar, pelo contato corporal, pela linguagem telepática.

##### ► Características da Regressão

1. Perdas de limite corporal
  - Reflexo de Si no espelho cósmico
  - Vivência de ser parte viva da Totalidade
  - A função de contato como meio de vinculação (a pele serve para unir)
2. Percepção do outro como parte de si mesmo
3. Ações e movimentos por relações de calor, energia, ressonância
4. Predomínio trofotrópico - Parassimpático - Noradrenérgico - Aferente - Límbico-Hipotalâmico - Função tátil  
Abandono confiado, relaxamento tônico
5. Padrão de consistência e “sabor”  
Cultura do Êxtase
6. Percepção do prazer em si  
Sensualidade  
Erogenização de todo o corpo
7. Estrutura de ser-no-mundo
8. Espaço interior e exterior formam um *continuum*
9. Amor, medo, agressão, são respostas vivas, em “feedback” e não rígidas, a partir de padrões de aprendizagem
10. Sistema de identificação com o Todo  
O medo e a agressão são parte de mim e são, ao mesmo tempo, expressões cósmicas que posso reconhecer como elementos nervosos “naturais”

11. Ausência do conflito
  - Criatividade
  - Identidade patológica é produzida pelo bloqueio dos processos de Identificação (Regressão)
  - Não existiria uma identidade patológica “isolada”, paralela à identidade saudável
  - Regressão patológica seria o resultado da incapacidade (bloqueio) de realizar o processo de Identidade ou percepção de si mesmo.

#### 4.2. IDENTIDADE E TRANSE NO MODELO TEÓRICO (ALGUNS ANTECEDENTES HISTÓRICOS)

Em 1965, iniciei os primeiros ensaios de dança com doentes mentais, no Hospital Psiquiátrico de Santiago de Chile.

Nessa época me desempenhava como Membro Docente no Centro de Estudos de Antropologia Médica da Escola de Medicina da Universidade de Chile, dirigido pelo Prof. Francisco Hoffman. Nossa preocupação era ensaiar diversas técnicas de desenvolvimento para “humanizar a Medicina”: psicoterapias de grupo na linha de Rogers, Arteterapia (Pintura, Teatro), Psicodrama, etc.

Iniciei, então, sessões de dança com doentes internados, na secção do Hospital dirigida pelo Prof. Augustin Tellez.

Nas primeiras sessões observei que certas músicas tinham efeitos contraproducentes, pois conduziam os pacientes com facilidade a estados de transe. Nesses casos, as alucinações e delírios se acentuaram e podiam durar vários dias.

Indubitavelmente, os doentes que, por definição, tinham uma identidade mal integrada, se dissociavam ainda mais quando realizavam certos tipos de movimentos. Selecionei, então, músicas e danças que pudessem reforçar a identidade. Propus, também, exercícios de contato para dar limite corporal e coesão. O resultado foi interessante: muitos doentes elevaram seu juízo de realidade. Diminuíram as alucinações, aumentou a comunicação.

Ficou, assim, desenhado o primeiro eixo para um modelo teórico que com o tempo foi se aperfeiçoando. Os termos “Identidade-Regressão” pareciam configurar um *continuum* pulsante.

Certo tipo de exercício aumenta a identidade e a consciência corporal, enquanto outros conduzem à dissolução do limite corporal e ao transe. Podia-se, assim, construir uma escala de progressivos passos desde a Identidade até o Transe e vice-versa.

Identidade ----- Transe  
(*continuum*)

Estruturei conjuntos de exercícios e músicas que reforçaram a identidade e outros que induziram o transe:

IDENTIDADE	TRANSE
Caminhar fisiológico	Coros sobre uma sílaba
Extensão máxima (Cinesfera)	Rotação lenta do pescoço
Danças de expressão de vigor e determinação	Dança de relaxamento
Danças de comunicação e encontro	Movimentos em “câmara lenta”
Danças criativas	Rodas de embalo

A experiência indicava que, aos doentes dissociados (psicóticos), tinha-se que prescrever exercícios e músicas pertencentes ao hemisfério da Identidade.

Posteriormente observei que pessoas estressadas, tensas, angustiadas ou com transtornos psicossomáticos do tipo hipertensão e úlcera gástrica, respondiam com espetacular melhoria quando realizavam exercícios próprios do hemisfério de Transe. O transe, tal como foi induzido nas sessões, tinha claros efeitos ansiolíticos.

Cheguei, com o tempo, à convicção de que os estados de Identidade e Transe são absolutamente complementares e abarcam a totalidade da experiência humana.

Durante o transe, o indivíduo tende a dissolver-se na Totalidade do Universo, a perder os limites corporais, enquanto no estado de consciência de Identidade se experimenta a si mesmo como centro de percepção do mundo.

Estes dois estados foram posteriormente modulados com exercícios de contato e comunicação. O Modelo Teórico foi aperfeiçoado com novas experiências para ser aplicado em outras áreas: crianças, adolescentes, anciãos, grupos familiares, etc.

Em 1970 fui solicitado pela Universidade Católica de Chile para criar a primeira Cátedra de “Psicodanza”, denominação que posteriormente reformulei por considerá-la “dissociativa”. Decidi denominá-la “Biodanza” (Dança da Vida).

#### ► **Identidade, Transe e Consciência Cósmica**

Parece que o transe é o processo regressivo de dissolver-se na totalidade do Universo, enquanto a identidade é o processo em que se percebe todo o universo como parte integrante de cada um.

Os processos de identidade e transe são absolutamente complementares e abarcam a totalidade da experiência humana.

A Integração é o processo em que convergem o ser humano e o Universo para formar uma totalidade perfeita.

A inteligência que cria e organiza o Universo é percebida como da mesma natureza que nossa inteligência. Nossa inteligência é só mais limitada, mas da mesma natureza que o universo. Então, há um continuum entre a inteligência cósmica e a inteligência humana.

Entre duas pessoas pode existir a compreensão absoluta, devido a que ambos estão alimentadas pela inteligência universal. A existência da inteligência universal torna possível a compreensão e comunicação inter-humana e torna possível também o amor e a fusão. Os corpos são diferentes, mas a energia e a inteligência que os anima é uma só.

Isto é o que permite a afinidade através do contato. Através das pessoas flui essa energia universal, essa inteligência cósmica. A carícia vem sendo o encontro dessa energia unificadora.

### ***4.3. ALTERAÇÕES DE IDENTIDADE DURANTE O TRANSE***

#### ► **Introdução**

A música e a dança podem induzir alterações da percepção corporal e transe com perda da própria identidade. Este processo é suscetível de ser descrito fenomenologicamente e induzido com fins experimentais e clínicos.

É de suma importância diferenciar os diversos tipos de transe. As variações patológicas da percepção corporal e as graves alterações da identidade na esquizofrenia, não devem ser confundidas com as modificações da consciência induzidas pela música dentro de um grupo terapêutico.

Para os fins da Psicologia e da Psicoterapia são necessários a análise comparativa e o estudo psicodinâmico dos diferentes tipos de transe.

As alterações da percepção corporal em seus diversos aspectos: consistência, tamanho, peso, temperatura, forma, unidade e dinamismo, estão vinculadas aos transtornos da identidade e ao transe.

#### **I. Conceito de Transe**

O conceito de transe provém de “trânsito”, transportar-se, passar de um estado a outro. Seu significado faz alusão à mudança de estado de consciência, que se produz sempre com modificações cenestésicas.

As expressões “cair em transe”, “entrar em transe”, se referem a um mecanismo psíquico em que a pessoa ingressa em um estado de extrema receptividade, abandonando-se às forças internas e externas, com perda parcial ou total da própria identidade. O fenômeno do transe pode ser produzido por diversos meios:

- Pelo ritmo: O efeito persuasivo do ritmo foi usado desde os primórdios da humanidade para alcançar a experiência comum de transe e poder reviver a perda da unidade com os demais ou com alguma divindade.

A comunhão dançante, através do ritmo, produz a regressão a etapas primárias, com perda da identidade pessoal. O transe é uma experiência frequente, e mesmo cotidiana, nas danças religiosas e nas cerimônias xamânicas em todos os povos primitivos do mundo.

- Outras vias para produzir o transe são a sugestão e a hipnose, individual ou coletiva, a autoindução mediúcnica, o sono induzido e certas danças orgiásticas. Neste trabalho, analisaremos algumas diferenças entre as diferentes formas de transe.

Finalmente, deveremos estabelecer a importante diferença entre transe psicótico e transe integrador.

## II. Diferentes Tipos de Transe

TIPOS DE TRANSE	LOCAIS	TIPOS DE CERIMÔNIA	PSICODINAMISMO
De possessão	Abissínia Sudão Nigéria Haiti Brasil Cuba	Zars Bori Candomblé Macumba (*)	Possessão por um loa, uma divindade local ou "santo" ou um demônio
Mediúnico	Oriente Ocidente	Cerimônias Espíritas	Possessão por morto um ou antepassado
Místico Coletivo	Oriente Ocidente	Cerimônias das Igrejas Pentecostais e Igrejas Carismáticas e outras comunidades religiosas	Invocação para que desça o Espírito Santo
Hipnótico	Oriente Ocidente	Sessões de sugestão e hipnose coletiva	Possessão psíquica pelo hipnotizador
Xamânico	Sibéria África Amazonas	Cerimônias de invocação, conjuro e cura	Possessão por uma “potência” da natureza ou força telúrica
Alucinógeno	Oriente Ocidente	Sessões individuais ou coletivas com drogas (Dietilamida do ácido lisérgico, psilocibina, mescalina, maconha; Ayuasca: Santo Daime)	Busca de novos estados de percepção e de vivência de totalidade
Sufi	Ásia Menor	Cerimônia de Sufismo (Dervixes giradores)	Ingresso em uma Unidade que transcenda o Eu
Místico Individual	Tibete Índia (**)	Estados místicos: Lamas, Budistas, Cristãos, Maometanos e outros	Identificação com a divindade
Musical (Biodanza)	América Europa	Sessões de Biodanza	Regressão integradora em um grupo cálido e permissivo

(\*) Santeria

(\*\*) Alguns países ocidentais

Muitas das formas de transe produzidas no vodu (Haiti), nos cultos africanos, na Macumba, no Candomblé e na santeria (Brasil e Cuba), tem uma gênese compreensível dentro do contexto mágico religioso a que pertencem.

Os vínculos que unem o vodu as religiões de Daomé e da Nigéria podem ser comprovados por meio da história e da similaridade do vocabulário sagrado. Mas, as estreitas analogias que apresentam com o Bori sudanês e o culto dos Zars na Abissínia e no Egito moderno, não se explicam tão facilmente. Ao que parece, nos encontramos frente a um fenômeno religioso extremamente antigo, em que o transe adquire um caráter universal. Nas religiões mais diferentes do mundo aparece a possessão e o transe como um fenômeno que apresenta poucas variantes em suas manifestações. Neste trabalho faremos algumas considerações antropológicas a esse respeito.

### ► Transe de Possessão

No transe vodu, um espírito (loa) se introduz na cabeça do indivíduo depois de expulsar o “bom anjo grande”, uma das duas almas que cada homem traz em si. A brusca partida da alma causa estremecimentos e sobressaltos característicos do início deste tipo de transe. Quando o anjo bom parte, o possesso se sente invadido pela sensação de um vazio total, como se perdesse a consciência. Transforma-se, então, não somente no receptáculo do deus, mas também em seu instrumento. A personalidade de deus, e não a sua, é a que se expressa, utilizando suas atitudes e suas palavras. Seus jogos fisionômicos, seus gestos, até o tom da sua voz, refletem o caráter e o temperamento da divindade que desceu sobre ele.

A possessão é a invasão do corpo por um ser sobrenatural que se apodera dele; por isso se diz que loa “monta” seu cavalo, que neste caso é o corpo do possuído.

Alfred Mitraux descreve a fase inicial do transe vodu:

*“A princípio os possessos dão a impressão de haverem perdido o domínio de seu sistema motor. Depois de se sacudirem com convulsões espasmódicas, se lançam como projetados por uma mola, giram freneticamente, se cravam no solo com o corpo inclinado para a frente, vacilam, tropeçam, recobram o equilíbrio, voltam a perdê-lo, para cair finalmente em estado de semi-inconsciência. Uma vez o acesso se deflagra bruscamente, outras se anuncia com sintomas: expressão distraída ou angustiada, tremores leves, respiração ofegante, gotas de suor sobre a fronte. O rosto adquire uma expressão crispada ou dolorosa. Em certos casos, o transe vem precedido por um estado de sonolência. O possesso não pode manter os olhos abertos e parece invadido por um vago torpor. Essa languidez dura muito pouco e desaparece com um brusco despertar.”*

Cada possesso realiza movimentos de acordo com a personalidade do deus que se encarna. Os loas grandes e terríveis agitam seu invólucro carnal com grande violência. Outros, de índole mais doce, evitam fadigas a seus cavalos. Se a pessoa não consegue dominar o ataque nervoso que a agita, um sacerdote ou uma sacerdotisa se aproxima dela com uma sineta na mão e a tranquiliza fazendo tilintar suavemente o instrumento. A multidão que rodeia os possessos os impede de debater-se com demasiado furor e, se caem, muitos braços se estendem para recebê-los. Isso lhes dá um sentimento de segurança física e afetiva que lhes permite abandonar-se totalmente ao transe. O estado de possessão às vezes dura somente alguns segundos, mas outras vezes pode prolongar-se durante horas e até dias inteiros. Em geral, o fim do transe se manifesta com sintomas de cansaço; frequentemente a pessoa se joga, semi-desvanecida, nos braços dos espectadores, permanece imóvel durante alguns instantes, com a boca aberta. Depois, abre os olhos e olha ao redor com o ar assombrado de quem desperta em um lugar desconhecido. Quando o indivíduo cai em transe, desaparece a noção de tempo.

A aparição de um grande loa é acolhida com reboar de tambor que lhe rende honras. Cantoras e cantores multiplicam seu ardor. Abanam o deus, secam o suor que lhe escorre no rosto.

O deus levanta em seus braços aqueles dignos de seu favor ou desliza entre suas pernas abertas. Todos esperam que cure os enfermos: para tanto deve tocá-los e improvisar tratamentos.

### ▸ **Transe Mediúnico**

Os transe de “*medium*”, obtidos nas sessões espíritas, têm certa semelhança com o tipo de transe vodu no sentido em que, de acordo com suas crenças, o espírito de um morto se apossa do corpo do medium para responder perguntas verbalmente, por escrito ou através de recursos mágicos. Neste caso, o medium não é estimulado pela dança e nem pelos recursos rítmico-musicais.

### ▸ **Transe Místico Coletivo**

Nos transe que são produzidos durante as cerimônias das igrejas pentecostais e carismáticas, os crentes são possuídos pelo Espírito Santo. A multidão de fiéis inicia a cerimônia com orações, cânticos ao Senhor e gritos de “Aleluia”. A atmosfera coletiva se carrega de expectativa a espera da manifestação do Espírito. Os fiéis bailam em estado de Transe e obtêm finalmente uma grande beatitude, serenidade e paz.

Alguns autores associam estas manifestações com a histeria, porém tais apreciações têm sido descartadas por estudos clínicos realizados com membros dessas comunidades.

### ▸ **Transe Hipnótico**

Na sugestão e hipnose, individual ou coletiva, os sujeitos delegam sua própria identidade ao hipnotizador. Neste tipo de transe pode-se usar sons de gongo e ritmos musicais, mas estes recursos não são indispensáveis. O importante aqui é a personalidade do hipnotizador, sua voz, seu olhar, seus gestos, etc.

### ▸ **Transe Xamânico**

Nas cerimônias xamânicas do Amazonas e da Ásia, o medium incorpora as potências da natureza, sejam estas animais ou telúricas, e, uma vez em posse delas, exerce pactos de domínio, cominação, conjuro ou cura. Neste caso, durante o transe, o corpo do xamã é habitado pelo deus tigre, pelo deus crocodilo, pelas deidades do vento, da montanha ou do mar. Os dons próprios dessas entidades da natureza são aplicados na cura.

### ▸ **Transe Sufi**

No sufismo, os dervixes giradores alcançam o transe e logo o êxtase através de danças giratórias. Os dançantes abandonam desse modo sua identidade, para ingressar na unidade transcendente. Eis aqui uma descrição do Sama ou dança dos dervixes:

*“Os dervixes estendem os braços horizontalmente, do mesmo modo que as asas de um avião. Logo se lançam em um torvelinho tal, que todas as suas saias superpostas já não formam senão uma grande campânula em torno dos seus corpos. A vertigem da dança os faz perder a sensação do seu corpo e de seu ‘ego’ liberado do corpo.*

*Cada um dos movimentos desta dança tem um sentido simbólico. O ‘shaikh’ (grande sacerdote), que está imóvel no centro da roda, representa o polo, o ponto de interseção entre o intemporal e o temporal, por onde passa e se difunde a graça sobre os dançarinos. O círculo é dividido ao meio, em dois semicírculos: um representa o arco de descida, ou involução, das almas a matérias; o segundo, o arco de ascensão até a luz. Os dervixes bailam, durante certo período, descalços e com as mãos juntas, a cabeça inclinada em atitude de renúncia. Logo, em um certo momento, deixam cair, em um gesto triunfal, o grande manto negro que usavam e surgem, cobertos de branco, os braços que se levantam. Os giros alcançam grande velocidade. Até que o espírito, liberado, se abandona nas mãos de Deus.”*

Este transe dos dervixes é diferente do transe vodu e do transe mediúnico, uma vez que não há posse, mas simplesmente ingresso a uma unidade maior: Deus.

### ▸ **Transe Místico Individual**

A experiência mística tem sido descrita por homens de diversas épocas e lugares. Ocorre raramente em toda uma vida. A perda da identidade é vivenciada como um fato gozoso, com sensação de falta de gravidade, energia pulsante e perda do limite corporal. Desaparece a noção de tempo e espaço e se alcança a vivência do eterno. Finalmente sobrevém um estado de ventura suprema ante o sentimento de fusão com a Essência Divina.

Com algumas variações, esta experiência é descrita nos textos religiosos de maneira parecida. Os budistas, os místicos cristãos primitivos e certas pessoas que, sem pertencer a nenhuma religião, viveram o transe místico, asseguram que se trata de uma experiência indescritível.

#### ▸ **Transe Induzido por Psicodrogas**

As distintas psicodrogas produzem, frequentemente, formas de transe cuja descrição fenomenológica é uma tarefa para o futuro. Sem dúvida, as drogas que menos se relacionam com o transe são aquelas que ativam o córtex cerebral, tais como anfetaminas (benzedrina), cocaína, tabaco e cafeína; enquanto que as chamadas drogas alucinógenas, como LSD-25, psilocibina, mescalina, maconha, etc., provocam estados de transe maior.

O transe produzido por drogas como o ópio é completamente diferente dos anteriores. Longe de intensificar as formas e estruturas da realidade, as transforma em uma dimensão fantástica. A morfina produz a eliminação da dor e da ansiedade e sensações cinestésicas de bem-estar supremo. O álcool ingerido em quantidades variáveis produz também estados de transe com características específicas.

#### ▸ **Transe de Sonho**

O sonho é uma forma de transe natural, na qual o sonhador perde sua identidade para identificar-se com os personagens do sonho, que no fundo são entidades do inconsciente.

### **III. Aspectos Cognitivos e Vivenciais da Percepção Corporal**

É importante distinguir dois aspectos complementares do conceito do corpo:

a. O corpo tal como é conhecido

b. O corpo tal como é vivenciado

O primeiro se refere à atividade cognitiva e foi cuidadosamente estudado por Piaget, Witkin, Wapner e Werner. O segundo se refere à atividade afetiva e foi investigado por Wallon, Spitz, Fischer, Cleveland e outros.

a. O corpo tal como é conhecido

1. As investigações sobre o esquema corporal têm dado importância aos estímulos vestibulares aferentes como fatores decisivos na organização da percepção corporal (Bonnier). Hécaen e Ajuriaguerra destacaram a importância das perturbações vestibulares centrais em caso de hemi-assomatognosia por lesões do hemisfério dominante. Os estímulos vestibulares permitem determinar a posição do corpo e suas direções no espaço.

2. É imprescindível assinalar a importância do setor aferente proprioceptivo muscular e do sentido das posições segmentares do corpo. A interpretação da assomatognosia se centralizou sobre estes fatores a partir dos estudos de Head (1920-1926).

3. O setor exteroceptivo, particularmente as áreas visual e tátil, desempenha um importante papel na construção e permanência do esquema corporal.

4. As funções de representação figurativa ou imaginativa não podem ser excluídas na representação do esquema corporal.

Werner, Wapner e Witkin centram suas investigações na interdependência entre as alterações produzidas na posição do corpo e os índices perceptuais visuais de referência. Em uma série de experiências, estes autores demonstraram que tanto o comprimento de um membro quanto a largura da cabeça são superestimados se estão situados sobre um espaço aberto. Eles concluem que a percepção do mundo interior depende da percepção do mundo exterior e vice-versa.

b. O corpo tal como é vivenciado

As investigações de Spitz demonstraram que existem níveis de integração e desintegração da vivência corporal, que correspondem aos níveis de organização das funções afetivas. Em contraste com as relações cognitivas, que se baseiam em esquemas sensitivo-motores influenciados

pelas referências espaço-temporais, os esquemas afetivos se baseiam em mecanismos sensitivo-motores e sensitivo-viscerais de natureza imediata. Estes esquemas afetivos nunca se tornam completamente independentes das reações tônicas e posturais que permitem sua expressão. O “diálogo tônico” é a principal linguagem da afetividade e, por este motivo, desempenha uma função determinante na aquisição da nossa noção de vivência do corpo. O sistema do eu como eu corporal, de acordo com Spitz (1917), começa no final do terceiro mês de vida, o que coincide com as ideias de um amplo grupo de psicanalistas. Para Piaget, por outro lado, não se desenvolve antes do segundo ano de vida. Segundo Gesell, a separação do corpo como algo isolado do meio ocorre ao redor da 28ª semana, quando a criança suga o polegar do seu próprio pé.

As investigações de Fischer e Cleveland abordaram o tema do corpo tal como é vivenciado. O limite corporal, dado pela pele e também pela estrutura muscular, é sentido de maneira diferente por pessoas diferentes e sua permanência ou desorganização depende do amadurecimento afetivo.

Certos estados patológicos provocam situações de desintegração dos limites corporais.

As drogas alucinógenas não aumentam o tônus, enquanto que a maioria das drogas antipsicóticas aumentam a tonicidade.

Ajuriaguerra sugere que as drogas antipsicóticas produzem uma certa permanência nos limites corporais, ao modificar a ação dos estímulos externos e o modo de relacionamento com o mundo. Os esquizofrênicos que tomam estas drogas podem experimentar a rigidez que é produzida pela elevação do tônus muscular como um alívio, mas certos maníacos a sentirão como uma limitação.

A estimulação aferente parece desempenhar um papel importante na produção da sensação de que o corpo está íntegro e vivo. Isto se demonstra em experiências sobre desaferentização com transtornos da somatognosia ou alucinações cinestésicas.

As modificações produzidas nestas experiências de desaferentização indicam que ocorre perda das referências que possibilitam a estruturação do corpo em relação ao mundo externo, o descenso do umbral de vigilância e os fenômenos de regressão característicos.

As investigações de Fischer e Cleveland têm o mérito de haverem enfatizado a interdependência das atividades cognitivas e afetivas na organização da percepção e cognição do corpo.

Um transtorno afetivo que perturba as atividades cognitivas da pessoa pode provocar uma perturbação em seu esquema corporal. Inversamente, um transtorno das funções sensitivo-motoras e cognitivas terá uma repercussão sobre a afetividade.

A importância do componente vivencial-afetivo nas disciplinas corporais fica, deste modo, comprovada por investigações clínicas e experimentais. Se o movimento da dança não é motivado a partir da afetividade, não se produzirão modificações integrativas.

Todas as alterações da percepção da vivência corporal que se dão nos doentes mentais, sejam elas de caráter leve ou caiam no terreno das alucinações cinestésicas, indicam uma integração deficiente da organização afetivo-cognitiva.

Faremos uma breve descrição e classificação dos transtornos da percepção e da vivência corporal nos diversos quadros clínicos.

#### **IV. Alterações da Percepção Corporal**

Os transe psicóticos e os de origem tóxica estão ligados a graves alterações da percepção corporal. Já dissemos que a percepção alterada do corpo é muito ligada aos transtornos patológicos da identidade.

A percepção do próprio corpo é uma vivência mutável. Nas pessoas normais as variações da percepção corporal são moderadas e nunca crônicas, enquanto que no doente mental há profundas alterações da percepção corporal. Estes transtornos são altamente específicos, localizados e tendem a se tornar crônicos.

O indivíduo normal percebe as distintas regiões e órgãos do seu corpo com intensidade variável, segundo as circunstâncias fisiológicas e psíquicas. Às vezes a percepção corporal terá seu foco nas mãos, outras vezes no estômago ou no sexo.

As variações da percepção corporal se fazem muito intensas no neurótico e no psicótico. Isto se tem podido detectar pelas verbalizações que fazem os doentes, por certas experiências e provas psicológicas específicas, assim como através das expressões plásticas: pinturas, desenhos, gravuras, esculturas. As imagens corporais desenhadas pelos doentes constituem um valioso testemunho para investigar estas alterações.

Não deixa de chamar poderosamente a atenção do estudioso de Psicopatologia da Expressão o fato de que as alterações do esquema corporal apresentadas em suas obras plásticas por psicóticos e por artistas, consideradas as flagrantes diferenças estéticas e motivacionais, apontam os mesmos padrões de desequilíbrio e ruptura do esquema corporal.

Não se trata de comparar as obras do doente mental com as do artista, mas de estabelecer os parâmetros patognômicos a que aludem.

O estudo de centenas de doentes com transtornos da somatognosia ou alucinações cinestésicas, o registro de suas verbalizações sobre sensações corporais antes, durante e depois da Biodanza, a observação de seus desenhos e pinturas, etc., nos permitiu realizar a seguinte classificação dos transtornos do esquema corporal:

### 1. Alterações de Consistência

O corpo é percebido como formado por materiais inanimados e homogêneos: gesso, madeira, material plástico, ar, pedra, vidro, neve, formas ocas, silhuetas, etc. A consistência corporal mudou. O conteúdo vivo foi substituído por material inerte.

As alterações de consistência estão vinculadas a variações profundas do humor. Ocorrem principalmente na depressão, hipocondria, neurose de angústia; mania depressiva e esquizofrenia.

Alguns artistas pertencentes à corrente da “pop-art” e do hiper-realismo, que executam suas esculturas em “papier-maché”, material plástico, metal e gesso, demonstram a oprimente vivência da alteração de consistência. Entre eles podemos mencionar Segal e Júlio Hernández. Os traços tão diferenciados dos personagens são opacos para expressar a diferenciação do espírito. O artista, ao expressar só a matéria, nos comunica sua insanidade pela qual o ser humano se confunde, indiferenciado, com o mundo. O artista, neste caso, nos lança a uma dimensão aterradora, pois o real e vivo - o ser humano - se transforma em um fantasma de matéria pura.

Quando o esquizofrênico expressa as alterações de consistência, verbal ou plasticamente, está pedindo auxílio; está tentando comunicar a pavorosa vivência da insanidade.

As alterações de consistência revelam um empobrecimento do conteúdo da identidade e a queda na insanidade. A vivência corporal perdeu todos os seus matizes, como se houvessem desconectado as vias proprioceptivas que permitem a percepção cinestésica.

### 2. Alterações da Integridade

São alterações da vivência de unicidade corporal e psíquica. O esquema corporal é vivenciado como dividido, separado em partes desconexas. As alterações da integridade podem subdividir-se em vários grupos:

#### a. Divisão espacializada

O corpo é vivenciado separado transversalmente ao nível da cintura, em uma porção superior (conotação ética sublime) e uma porção inferior (conotação ética degradante).

Outro tipo de divisão é a separação sagital do corpo, em um lado esquerdo (sinistro, desfavorável) e em um lado direito (favorável).

Finalmente, temos a divisão frontal do esquema corporal: a zona anterior (confronto) e a zona posterior (perseguição).

Estes três tipos de divisão espacial da corporeidade, se dão especialmente em certos quadros clínicos: a divisão anteroposterior, no delírio sensitivo de autorreferência e na esquizoparanoia.

#### b. Separação exagerada de um órgão dentro do esquema corporal

Algum órgão adquire proeminência, de forma crônica, devido a doença orgânica, tensão psicossomática localizada ou hipocondria. Neste grupo de alterações da percepção corporal se enfatiza nitidamente a percepção de um órgão.

c. Incoerência corporal

O esquema do corpo é visto fragmentado por linhas de fratura que rompem sua continuidade e que iniciam formas incongruentes. Ex.: um braço que termina em pinça em vez de mão. Ocorre na esquizofrenia.

d. Incoerência expressiva (olhos tristes, boca alegre)

Estas alterações da integridade se dão na esquizofrenia, histeria, depressão ansiosa e psicose tóxica.

e. Desagregação

O corpo é vivenciado desintegrando-se em múltiplos fragmentos. Ocorre em algumas psicoses tóxicas e na esquizofrenia.

f. Mutilação

O corpo é percebido cortado em pedaços, fragmentado, castrado. Membros separados e cotos são característicos na simbolização deste tipo de transtorno. Ocorre em estados de profunda frustração e dor moral, na depressão reativa do tipo ansioso e na esquizofrenia. As alterações da integridade se originam na perda parcial ou total da vivência de unidade corporal e de unidade psicofísica.

3. Alterações de Forma

O corpo é vivenciado deformado, desproporcionado ou completamente transfigurado. Entre estes tipos de alterações temos:

- a. Exagero dos órgãos
- b. Nihilismo (ausência de órgãos)
- c. Variação do número de órgãos (um olho, dois narizes, seis braços)
- d. Transformação em animais
- e. Transformação em plantas e objetos
- f. Transformação em monstros, demônios e entidades teratológicas

As alterações de forma ocorrem na esquizofrenia, oligofrenia, estados ansiosos, neurose de angústia, surdo-mudez, neurose obsessiva, epilepsia e psicoses tóxicas.

São transtornos da consciência de identidade e da percepção espaço-temporal.

4. Alterações de Tamanho

O corpo é vivenciado agigantado (titânico, onipotente) ou diminuído (tornado pequeno, reduzido a um tamanho mínimo).

As alterações de tamanho aparecem nos transtornos da autoestima, estados de pânico e terror, depressão, mania depressiva, psicose tóxica e esquizofrenia.

As alterações de tamanho ocorrem por transtornos da percepção da própria identidade. A autoestima e a valorização do outro estão alteradas.

5. Alterações do Dinamismo

O corpo é vivenciado pelo doente como algo que ele não pode dirigir nem controlar.

Podemos mencionar os seguintes transtornos do dinamismo: rigidez, espasticidade, crispção, enrolamento, lentidão excessiva, tendência incontrolada para mover-se, paralisia, etc.

O corpo é representado como robôs, espantalhos, personagens estáticos, etc.

As alterações do dinamismo aparecem em estados de terror, neurose de angústia, depressão, mania-depressiva, epilepsia e esquizofrenia (catatonia, flexibilidade cérica).

Estes tipos de alterações são transtornos graves das funções volitivas e do controle voluntário. Representam alteração do “controle da identidade”.

6. Alterações de Peso

O corpo é experimentado como excessivamente pesado, inerte, ou sem peso, etéreo, leve.

Esta alteração está vinculada a transtornos do humor (depressão, euforia) e à experiência de contato com o real.

## 7. Alterações de Temperatura

O corpo é percebido frio, quer seja na totalidade, “como se houvesse gelo nos ossos” ou em algumas regiões localizadas: mãos, cabeça, sexo, pés.

Em outros casos, se vivencia como algo quente. O doente se sente “febril”, “como se uma bola de fogo circulasse por meu corpo” e ainda “como se estivesse me queimando”.

As sensações cinestésicas de frio se relacionam com sentimentos de isolamento e abandono, necessidade de amor e contato.

As vivências de calor às vezes têm relação com os delírios sexuais .

As alterações cinestésicas de temperatura estão relacionadas com a afetividade, o eros e as alterações neurovegetativas.

Temos visto que o transe psicótico é acompanhado de diversas alterações da vivência corporal, chegando, em casos extremos, às alucinações cinestésicas.

## V. Transe Integrador

O transe integrador é frequente nas pessoas sãs.

O transe que leva ao sono e ao sonho feliz, o transe que conduz ao êxtase sexual nos amantes que estão em comunhão total, são exemplos de transe integrador.

Os trances místicos, com suas conseqüências de ventura emocional e supremo bem-estar físico, podem também ser considerados trances integradores.

O transe alcançado através da prática da Biodanza é, sem a menor dúvida, um transe integrador: desaparece a ansiedade e a angústia, se obtém uma vivência de bem estar físico incomparável e um sentimento de plenitude e amor pela vida, difícil, de descrever.

O transe é um estado no qual o eu está diminuído; a vivência do corpo é de harmonia, as tensões musculares desaparecem, a sensibilidade corporal se desloca para a pele, que se torna ultrasensível.

Por momentos, a hiperestesia é tão intensa que os estímulos musicais são percebidos como descargas prazenteiras que estremecem todo o corpo. Os limites corporais se tornam indefinidos. O corpo é experienciado evanescente e voluptuosamente receptivo. Um sentimento de irmandade com tudo o que foi criado surge como a emoção fundamental. O dançarino “é” música.

O praticante de Biodanza se abre às pautas unificantes e gozosas da música, conservando o aumento de energia vital quando recupera sua identidade. Neste processo o velho corpo enfermo se renova. O praticante se transforma em um “renascido”, no sentido místico.

O estado de transe é induzido para permitir a entrada da harmonia, da melodia e do ritmo musical, o que suscita uma vivência de plenitude.

Se durante o transe surgirem situações negativas, a vivência posterior será de desvitalização, frio, isolamento e depressão.

O índice de êxito terapêutico da Biodanza se dá justamente pelo inefável sentimento de harmonia que se obtém uma vez recuperada a identidade.

Estamos conscientes das dificuldades que esta linguagem oferece a certos psicólogos tradicionais, atados ao formalismo nosológico, com escassa informação antropológica e sem as ferramentas da fenomenologia atual.

### ▸ Técnicas do Transe em Biodanza

Em trabalhos anteriores estabelecemos detidamente a diferença entre Transe Psicótico e Transe Integrador.

No transe psicótico, a diminuição da identidade se apresenta com angústia, alterações somatognósicas e vivências desagradáveis. Uma vez terminado, fica uma sensação de fadiga extrema e desvitalização.

No transe integrador, a identidade própria é abandonada para ingressar na identidade do grupo que atua como útero receptivo. Isto permite uma “regressão” renovadora. As sensações físicas são de harmonia, calor e voluptuosidade. No aspecto psíquico, experimenta-se plenitude, amor pelas pessoas que estão próximas, sentimento de beatitude. Uma vez terminado o transe, fica uma sensação de serena plenitude.

Algumas pessoas experimentam, de forma leve, estados de transe integrador durante a hora da sesta, durante os contatos amorosos, em presença da natureza selvagem ou durante a dança. Na medida em que um indivíduo adquire capacidade de transe, alcança também a capacidade de esquecer-se de si mesmo (diminuir a própria identidade) e identificar-se com os demais. Isto lhe permite, não só “comunicar-se” com os outros, mas também “entrar em comunhão” com eles.

O modelo terapêutico que é proposto em Biodanza consiste em estabelecer uma prática psicofísica para poder aumentar ou diminuir a identidade, de acordo com as necessidades reais do indivíduo: lutar e afastar-se ou integrar-se e vincular-se. A saúde se gera na capacidade para desenvolver harmoniosamente a dinâmica entre essas duas modalidades de resposta, podendo chegar a se regular o estado de “Identidade-Transe” dentro de uma gama flexível.

Em Biodanza o transe se dá dentro de um grupo estruturado, permissivo e altamente acolhedor.

Os movimentos que induzem ao transe são gerados a partir de certas atitudes psicológicas especiais:

- Dança com os olhos fechados
- Relaxamento corporal
- Movimentos em câmara lenta
- Atitude “receptiva”, hiperestética (concentração da sensibilidade na pele, percepção “em membrana”)
- Deslocamento em um espaço esférico, sinuoso e circunvalente
- Movimentos de abandono e entrega
- Hiperemotividade musical
- Limite corporal vago e indefinido
- Vivência de harmonia e unidade

Um dos modos de evocar o transe consiste em começar uma dança rítmica (Batucada), tentando conseguir um estado de relaxamento a partir da cabeça, depois os ombros, braços e tronco. Assim, são as pernas que seguem o ritmo, enquanto a parte superior do corpo só recebe os ecos rítmicos. O dançarino entra em um estado parecido com a ebriedade, com perda parcial do equilíbrio. Alguns giros intensificam a perda de identidade. O esforço final consiste em manter o equilíbrio, extremamente instável, adaptando todavia os movimentos ao ritmo musical. Enquanto há consciência do eu o equilíbrio se conserva, mas finalmente a identidade é abandonada e o indivíduo se entrega aos braços dos membros do grupo, que o acolhem com solicitude. O transe é, assim, um fenômeno de grupo no qual um indivíduo se abandona aos demais.

O transe musical que acabamos de descrever se diferencia do transe vodu, do da macumba e dos pentecostais, pelo fato do indivíduo não sofrer “possessão” de nenhuma entidade mágica ou religiosa: simplesmente o dançarino se integra a uma identidade maior (o grupo) por uma decisão prévia.

A prática de Biodanza inclui exercícios progressivos para evocar o transe. Quando um aluno demonstra sintomas de temor frente à queda da identidade, é mantido nos níveis 1 e 2 de transe, enquanto se reforça sua identidade com outros exercícios. Com o tempo, ele se sentirá capacitado para realizar transes mais profundos. O diretor de uma sessão de Biodança deve conhecer a fundo a fenomenologia do processo Identidade-Transe.

► **Exercícios para níveis progressivos de transe:**

1. Dança básica de Transe  
Relaxamento, olhos fechados, movimento em “câmara lenta”, receptividade, ausência de propósitos.
2. Dança de regozijo, lenta, relaxada e persistente  
Bailados ondulantes, sem esforço, destinados exclusivamente a experimentar o prazer do movimento em si.
3. Coro de “Caña Divina”  
O grupo unido, em estado de relaxamento.

4. Dança de ebriedade e abandono  
Com perda do equilíbrio.
5. Grupo Compacto
6. Dança de entrega no plano do solo
7. Abandono relaxado  
Dentro do círculo formado pelo grupo e entrega final da pessoa ao movimento de suave embalo do grupo.
8. Embalo, transporte no ar, Coro de Caña Divina e descida final

Certos terapeutas temem o estado regressivo, por considerá-lo sinônimo de imaturidade e inabilidade psicológica. Alguns exemplos nos ajudarão a compreender a aceção equívoca deste conceito: um homem que depois de um ano de trabalho e opressões chega, em seu primeiro dia de férias, a beira do mar e “pula como uma criança” ou “grita como um animal”, não terá feito uma regressão? E o indivíduo que sofreu algum fracasso e ao chegar a sua casa apoia a cabeça no regaço de sua mulher sentindo-se, de algum modo, reconciliado com a vida, não terá feito uma regressão? Claro que sim. Fez uma regressão.

De nenhum modo é perigoso evocar vivências infantis. A descrição fenomenológica revela que as regressões integradoras são completamente diferentes das regressões psicóticas.

O estudo de processo dissociativo nas neuroses e psicoses tem revelado o caráter de “despedaçamento”, “separação em fragmentos”, “multiplicação de entidades dentro do indivíduo”, etc., experimentado com grande angústia e com perda do acesso à realidade.

Uma fenomenologia cuidadosa do estado de transe durante a Biodanza, revela que a vivência é muito diferente da dissociação. Pelo contrário, a pessoa abandona sua identidade para integrar-se a uma unidade maior (neste caso, o grupo). O sentimento de plenitude e beleza interior, a clareza do Juízo de realidade e a vivência de conexão autêntica com as outras pessoas, que se experimenta depois de sair do transe, são manifestações do que a maior parte dos terapeutas concebe como boa saúde.

#### ▸ **Resumo**

É analisado o conceito de transe em relação com a queda da identidade pessoal e com as mudanças da vivência cinestésica. Os distintos tipos de transe são classificados e descritos, estabelecendo-se a diferença entre transe psicótico e transe integrador. Os aspectos cognitivos e vivenciais da percepção corporal são examinados, enfatizando-se a importância do componente afetivo.

São classificados etiologicamente os transtornos da percepção corporal durante o transe patológico. São descritas as características do transe integrador e tipos de regressão patológica e normal. Finalmente, são feitas referências à técnica de indução de transe em Biodanza.

## **VI. Exercícios para Cinco Níveis de Transe**

- Nível 1:
  - Rotação de pescoço (entrega e abandono)
  - Dança básica de transe (sensibilização)
  - Roda de embalo
  - Fluidez unida a imagens
  - Fluidez em grupo
- Nível 2:
  - Fluidez em par, com contato sutil
  - Dança interior, sem música
  - Batismo de luz
  - Grupo Compacto de transe
  - Dança-Coro ao Sol

- Nível 3:
  - Coro de Caña Divina e Coro Espiral
  - Dança-Coro-Oração
  - Carícia em Grupo 3 e em Grupo 7
  - Elasticidade Integrativa com abandono
  - Flutuação no Âmnios (Posição Geratriz, Código II)
- Nível 4:
  - Regressão por carícia do rosto
  - Relaxamento por suspensão em Grupo 5
  - Posições Geratrizes, Código III
  - Vivência de Eternidade (Posição Geratriz, Código II)
  - Fetalização Cósmica
- Nível 5:
  - Transe de Abandono ao Útero Grupal
  - Canto sobre o corpo
  - Transe através do Canto Sufi
  - Transe rítmico
  - Transe de suspensão na água

#### ▸ Textos Vários

##### Transe

Contato íntimo com a essência, inibição da função repressora do córtex sobre o hipotálamo (harmonia córtico-hipotalâmica).

Reconexão com a origem. Renovação.

Harmonização neurofisiológica concomitante.

1º Ativação simpática

2º Ativação parassimpática

3º Harmonização. Equilíbrio neurovegetativo que atua sobre:

- Ritmo cardíaco
- Pressão arterial
- Ritmo intestinal
- Capacidade respiratória

*“Todo o universo está palpitando, todo está se criando. E tu estás aí, entre duas eternidades, vivo”* (Rolando Toro, em sua aula).

Esta é minha dança: o fluxo de vida impulsiona meu movimento.

## 05. LINHAS DE VIVÊNCIA EM BIODANZA

A estrutura das 5 linhas de vivência é a encruzilhada da unidade psicossomática.

As linhas de vivências são os canais por onde deverá circular a programação biológica em suas expressões vivenciais.

A elaboração desses impulsos genéticos resulta em funções cada vez mais diferenciadas, tais como as emoções, e os sentimentos.

### **1. Linha da Vitalidade**

É gerada no conjunto de funções destinadas a manter a homeostase e atinge os instintos de conservação, da fome, da sede, assim como respostas de luta e fuga e as funções ergo e trofotrópicas. É fácil compreender a raiz biológica dos impulsos vitais e de suas expressões endotímicas.

### **2. Linha da Sexualidade**

Tem sua gênese nos complexos mecanismos da diferenciação sexual e das funções das gônadas e genitais. Atinge o instinto sexual e a função orgásmica, o desejo e a busca do prazer e as múltiplas emoções envolvidas na produção e satisfação do instinto. Também é fácil compreender a origem biológica desta 2ª linha.

### **3. Linha da Criatividade**

Os pensadores da criatividade que carecem de informação biológica, podem ter dificuldade para aceitar a gênese biológica da linha da criatividade. Esta linha se vincula com o instinto exploratório e com impulsos de inovação, presentes nos organismos vivos. Os sistemas vivos apresentam fenômenos de criação atual de vida em cada momento, em cada ponto do sistema. Os conjuntos celulares não são sistemas mecânicos, senão que estão reagindo de forma inovadora em cada momento da vida. Assim o demonstram as atuais pesquisas da imunologia e da biologia celular.

Os conjuntos reagem com absoluta coerência frente às mudanças do meio externo. Este processo adaptativo e integrativo é absolutamente criativo. Por outro lado, os etólogos estudam condutas exploratórias em animais que ocupam primitivos degraus na escala zoológica. Os impulsos inovadores inerentes aos sistemas biológicos culminam na criatividade humana.

### **4. Linha da Afetividade**

A gênese biológica da linha afetiva se relaciona com o instinto de solidariedade das espécies, impulsos gregários, tendências altruístas e rituais de vínculo. A biologia celular demonstra também a existência de verdadeiras comunidades celulares, que integram ações bioquímicas de “cooperação celular”. Os sistemas vivos são poderosos mecanismos de coerência, em que funcionam princípios de afinidade-rejeição e nos quais cada parte se integra ao serviço da unidade biológica. Von Uexküll propôs genialmente que os indivíduos de uma espécie são os órgãos, sendo a espécie mesma o organismo. Assim, um indivíduo dissociado da espécie representa uma doença para a totalidade. Estes impulsos biológicos de cooperação, integração e solidariedade culminam, no ser humano, em sentimentos altruístas e constituem a gênese do amor.

### **5. Linha da Transcendência**

A linha de transcendência tem também uma raiz biológica e uma infraestrutura instintiva. O tropismo e os fenômenos de ressonância biológica que integram os sistemas ecológicos cada vez mais amplos constituem a condição mesma da vida. A busca de harmonia pela totalidade cósmica é uma função orgânica. Culmina na experiência mística. Por isso afirmamos que Deus é feito de hormônios, enzimas neurotransmissoras, etc. O impulso místico e visceral e a experiência suprema implica em profundas mudanças da homeostase.

Nossa proposta é a de que todos esses aspectos que tradicionalmente têm sido considerados da esfera psíquica têm uma origem biológica. São gerados nos íntimos processos celulares e ascendem por diferenciação à qualidade de impulsos, pulsões, ou instintos, transformando-se, no ser humano, em vivências, emoções e sentimentos.

#### ***5.1. A VIVÊNCIA***

A temporalidade da vivência é aqui e agora. A qualidade é ...  
Dilthey; Instante vivido.

Os diferentes estados vivenciais foram categorizados determinando-se 5 grupos. Milhares de vivências que temos cabem dentro desses 5 grupos.

### **Linha de Vitalidade**

Qualidades: ímpeto vital, alegria, agressividade. Sentimento eufórico de estar são (nítido nas crianças: a criança doente é tímida, quieta, triste).

Está relacionada com a capacidade de luta e enfrentamento das dificuldades. A dimensão que cada um dá aos problemas depende do grau de vitalidade que possui.

Pessoa sem vitalidade: peito fundo, caminhar arrastado. Biodanza aumenta o grau de vitalidade.

A agressividade é parte da vitalidade. Mas não deve ser confundida com Destrutividade (destruir o que está vivo, agredir de forma gratuita).

Os autores que abordaram o tema da Vitalidade são:

- Ortega e Gasset: “O Espectador”
- Lopez Ibor: “As neuroses como doenças do ânimo”

Certas técnicas desenvolvem somente a linha de vitalidade. Os indivíduos adquirem um aspecto saudável, boa resistência à fadiga. Camaradagem entre eles, mas não preocupação social. Falta de sensualidade. Bom contato com a natureza, mas sem fusão.

Primeiro ato de vitalidade: abandonar o cigarro.

### **Linha de Afetividade**

Qualidades: Solidariedade, maternidade, paternidade, capacidade de dar continente; bondade, caridade para com os seres vivos, sem sectarismo.

Autores:

- René Spitz: “O primeiro ano de vida” (As crianças sem amor morrem de depressão analítica e marasmo)

- Kaila: (Investigador do sorriso como primeiro reflexo psicossocial)

E alguns filósofos e mentores siderais, como:

- Albert Schweitzer
- Teresa de Calcutá
- Dr. Sabin
- Frederick Leboyer

- Perez Esquivel (Prêmio Nobel da Paz - 1980; propõe a condução das forças do amor. Não ter somente uma tecnologia da violência, mas uma engenharia do amor. Defensor dos Direitos Humanos. Amor é ação).

O amor não é uma ideia abstrata, mas sim um trabalho concreto pelos que se ama.

A Afetividade inclui o conceito de “Âmnios” (ser pai e mãe do mundo): capacidade de receber o outro, sem esperar receber.

### **Linha de Sexualidade**

Qualidades: Desejo sexual, prazer, capacidade para desfrutar do contato corporal.

Quatro expressões da Linha de Sexualidade:

1. Sexualidade Indiferenciada

Índice poligâmico que todos possuímos, diferente em cada indivíduo.

2. Sexualidade Diferenciada

Índice monogâmico. Força de atração por uma pessoa.

Fetichismo:

Conjunto de características que, concentradas em uma pessoa, produzem o máximo de excitação. Padrão de resposta que funciona frente a determinadas pessoas, com maior ou menor força.

Por que você se sente enamorado de uma pessoa e de outra não? Porque essa primeira reúne uma série de condições que ativam respostas em você.

Muitas vezes, ao se encontrar o fetiche, se entra em luta com o meio ambiente social.

O fetiche está reprimido e muitos se negam a reconhecê-lo, por temor a represálias sociais.

O fetiche é o que mais excita sexualmente. Mas não assegura uma boa convivência. Para que haja uma boa relação é necessário que se juntem Fetiche e Ânimos.

Conhecer e assumir o fetiche é uma das coisas que brindam mais felicidade e veracidade.

Em Biodanza, frequentemente as pessoas encontram seu fetiche (porque cai a repressão).

Ânimos e Fetiche não se contêm; se complementam.

O Fetiche é quase sempre uma ideia louca, desajustada à situação real da pessoa (deixá-lo passar ou arriscar-se a viver algo que pode durar muito pouco).

Pergunta: Relação entre Fetiche e Animus-Anima.

Resposta : Animus e Anima são os componentes feminino e masculino que todos possuímos. Às vezes, o fetiche tem conteúdos relacionados com a Identidade sexual (Bissexualidade, Homossexualidade).

3. Sensualidade

Capacidade de sentir todo o corpo como erógeno.

4. Genitalidade

Capacidade de conduzir a excitação ao genital.

Autores:

- Freud: “A libido”

- Reich: “A função do orgasmo”

- Marcuse: “Eros e Civilização”

- Master e Johnson, Helen Singer Kaplan e outros: “Resposta sexual”

### **Linha de Criatividade**

Qualidades: Abrange as seguintes vivências: exaltação criativa (em Ciências, Artes, etc.). Capacidade para opor-se, rebelar-se ante o estabelecido. Buscar novas soluções para antigos problemas.

Autores:

- Jung

- Newman

- Herbert Read

- Kubie

- Barron Welsh

- Escola Bauhaus

Jung propôs que a criação tem como fonte originária o inconsciente. Mostra como os criadores descobrem, muitas vezes durante o sono, a solução de um problema.

Newman sustenta que a criatividade se dá em homens e mulheres são nutrientes. A característica do criador seria a superabundância em tudo (sexo, ambição, ideias). Imagem: pessoa que é como uma árvore que se rompe de tanto dar frutos.

Herbert Read: aplica a criatividade na Educação. As categorias da História da Arte e os esforços de classificação no processo de formalização. Teste: crianças surrealistas, impressionistas, etc.

Kubie: categoria de fluidez como essencial para a criação. O contrário da criatividade seria a rigidez.

Barron Welsh: o artista é impulsionado a pôr ordem no caos. Teste com figuras ordenadas e figuras caóticas (o desafio do misterioso, não resolvido. Foi passado aos maiores criadores da Ciência e das Artes).

### **Linha de Transcendência**

Qualidades: Experimentar a natureza como Ecossistema. O primeiro passo é entrar em contato animal com natureza e com os animais. O segundo, o aspecto afetivo, de amor pela criação: êxtase. O terceiro, íntase. O quarto, iluminação. É o processo de expansão em unidades cada vez maiores.

## 5.2. RELAÇÕES ENTRE AS LINHAS DE VIVÊNCIA

As linhas de Vitalidade, Sexualidade e Criatividade reclamam do componente egocêntrico. As linhas de Afetividade e Transcendência implicam um abandono da tensão egocêntrica.

A linha de Vitalidade está conectada com a de Transcendência no ponto em que em ambas há vinculação profunda com a natureza. A linha de Vitalidade se relaciona com a natureza para nutrir-se dela. A linha da Transcendência se relaciona com a natureza para fundir-se e identificar-se com ela.

A linha da Sexualidade está conectada com a linha de Afetividade em dois sentidos: da Sexualidade para a Afetividade, o que dá origem ao amor indiferenciado, e da Afetividade para a Sexualidade, o que dá satisfação ao impulso incestuoso.

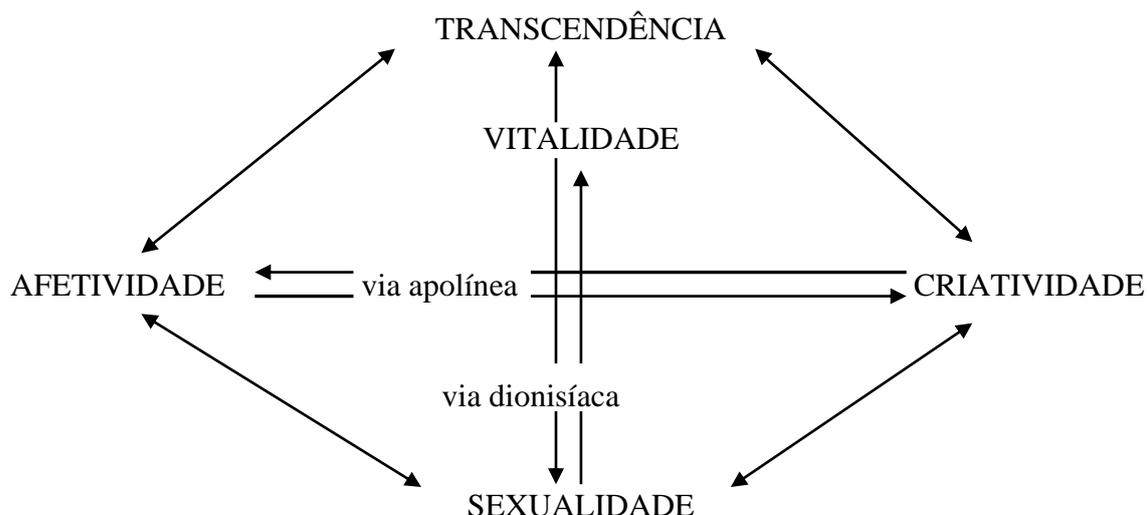
A linha da Criatividade tem relação com a de Vitalidade nas artes populares de expressão dionisíaca, nos artesanatos e carnavais.

A linha de Criatividade tem relação com a de Sexualidade nas artes eróticas, canções, novelas ou poesias cujo tema é a paixão sexual; danças eróticas, danças nupciais, danças de fecundidade.

A linha de Criatividade tem também relação com a de Afetividade na arte social, de denúncia, arte-testemunho e expressões artísticas comunitárias; festivais, hinos, coros.

A linha de Criatividade tem relação com a de Transcendência em todas as formas de arte mística: Coros de Bach, pintura ou poesia Zen, danças religiosas.

A linha de Afetividade tem relação com a de Vitalidade na luta social, altruísmo e trabalho de transformação da comunidade.

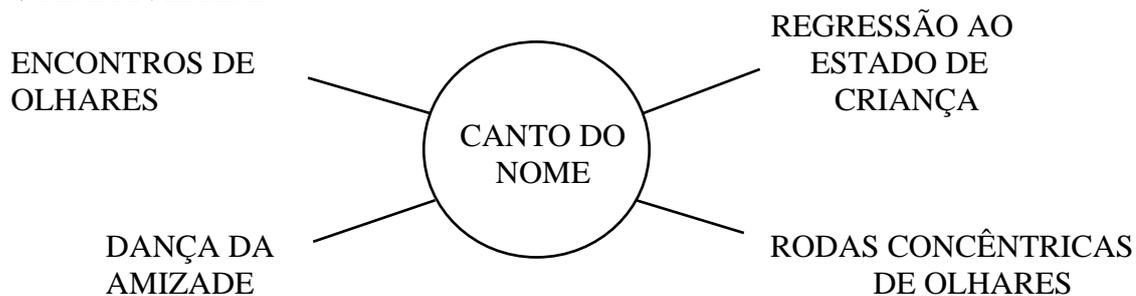


## 5.3. PRINCIPAIS EXERCÍCIOS DE CADA LINHA DE VIVÊNCIA

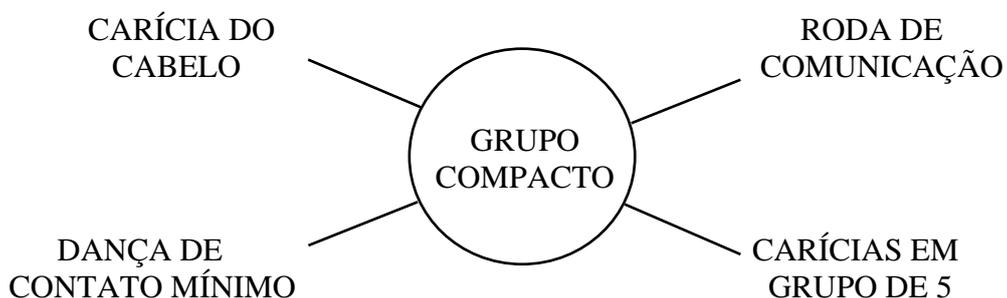
### ► VITALIDADE



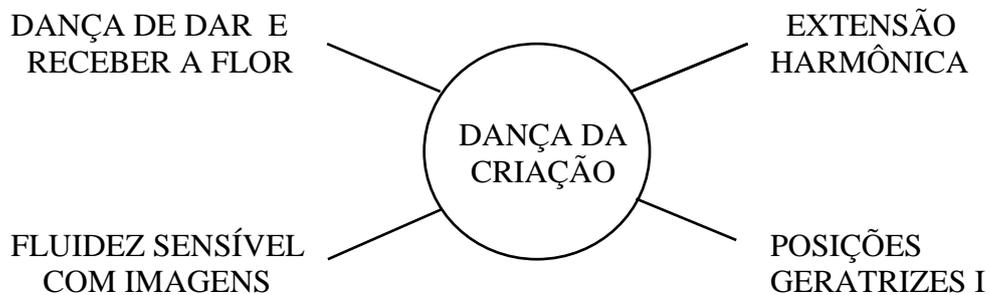
▶ **AFETIVIDADE**



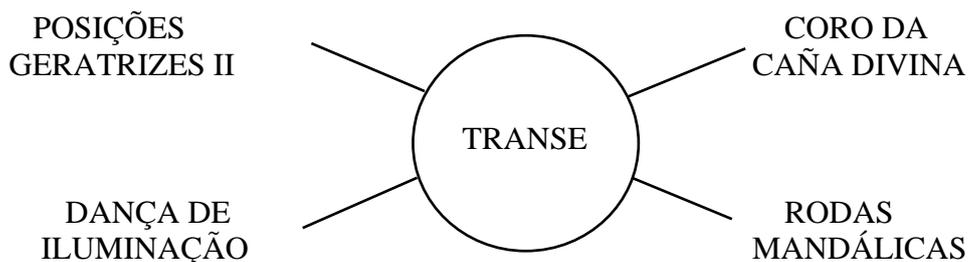
▶ **SEXUALIDADE**



▶ **CRIATIVIDADE**



▶ **TRANSCENDÊNCIA**



#### 5.4. LINHAS DE VIVÊNCIA E NÍVEIS DE MUDANÇA

CATEGORIAS	MUDANÇAS DE 1ª ORDEM (A)	MUDANÇAS DE 2ª ORDEM (B)	MUDANÇAS DE 3ª ORDEM (C)
Vitalidade	Integração ao corpo (superação da fronteira corpo-alma) Transformação das defesas musculares Integração motora Auto-regulação e homeostase	Aumento da autoestima (confiança em si) Eliminação da discriminação (patologia do Ego) Ímpeto vital Aumento da agressividade	Orientação existencial afetivo-cognitiva (refinamento seletivo) Renovação biológica
Sexualidade	Diminuição das defesas e da auto-repressão Despertar do desejo	Eros indiferenciado Orgasmo	Descoberta da identidade sexual (Eros diferenciado)
Criatividade	Expressão de emoções	Integração Yin-Yang Renovação do estilo de vida (mudança da estrutura existencial)	Criação artística
Afetividade	Aumento da capacidade de comunicação	Percepção estética do Outro Amor comunitário	Autodoação
Transcendência	Restauração dos vínculos com a natureza	Visão integrativa da Totalidade (Transe)	Experiência Suprema (Êxtase-Íntase)

A - Sobrevivência

B - Liberação

C - Felicidade amorosa e criativa

#### 5.5. A INTERPRETAÇÃO DOS SONHOS ATRAVÉS DA BIODANZA

Os sonhos são um processo de metabolização das vivências. Uma busca inconsciente do organismo, para conservar a homeostase e o equilíbrio psíquico. Uma função de tornar patente em um espelho onírico, através de imagens, a situação das vivências e seu significado existencial.

Do ponto de vista da Biodanza, poderíamos eleger 3 critérios:

1. A análise das Linhas de Vivência presentes no sonho;
2. A quantidade de movimento, danças ou ação correspondentes a essas vivências;
3. Os níveis de repressão dessas vivências

## 1. Análise das Linhas de Vivência pelo Conteúdo dos Sonhos

### ▸ Linha da Vitalidade

- Sonhos com grande desdobramento de ação
- Sonhos de alegria em meio à natureza. Jogos
- Sonhos de terror por catástrofes cósmicas
- Sonhos de agressão
- Sonhos de perseguição
- Sonhos com animais mortos
- Sonhos com pessoas mortas. Casas destruídas, velhas, escuras, em ruínas (imagem corporal)

### ▸ Linha da Sexualidade

- Cenas de amor
- Ciúmes
- Surpreender outros em atividade sexual
- Sonhos homossexuais
- Ser surpreendido em atividade sexual
- Estar despido em lugares públicos
- Ser acusado por delito sexual
- Acusar a outros sexualmente
- Monstros ou demônios
- Perseguição de animais furiosos (touro, cavalos, leões)
- Queda em abismo
- Objetos que se quebram (cântaros, copos, vasilhas)
- Pessoas despidas
- Casa em chamas

### ▸ Linha de Criatividade

- Sonhos musicais
- Com pinturas e obras de arte (poemas, danças)
- Nascimento e morte
- Sementes que brotam
- Campos, trigais
- Transformação de ambientes, objetos ou personagens (metamorfose)
- Mortos que ressuscitam
- Sonhos prazerosos com barro
- Destruição, escatologia
- Ouro, excremento, argila
- Dança
- Animais pré-históricos
- Superabundância de crianças, frutos, flores, tesouros

### ▸ Linha de Afetividade

- Em cores
- Visita
- Encontro com pessoas queridas
- Conversa com amigos ou conhecidos
- Crianças
- Cenas de ternura e afeto
- Sentir-se um estranho em meio à multidão

- Ser rechaçado
- Impossibilidade para comunicar-se com alguém
- Ser abandonado pelo par
- Em branco e preto
- Amamentar crianças
- Doenças
- Estar em um deserto ou ilha
- A própria casa

▸ Linha de Transcendência

- De iluminação
- De morte e ressurreição
- De voo
- Fluir nas águas
- Espetáculos cósmicos: estrelas, sol e lua
- Planetas, óvnis ou fenômenos cósmicos de iluminação
- Aparecimento de criaturas extraterrenas
- Anjos e demônios
- Transmissão telepática
- Crianças recém nascidas
- Objetos preciosos
- Lugares mágicos
- Anciãos sábios

Em um sonho podem estar combinadas duas ou três linhas. Por ex.: o sonho de amamentar um bebê ocorre em todas as Linhas. O sonho de incesto: afetividade e sexualidade.

Os sonhos que têm mais colorido estão relacionados com a afetividade e vitalidade. Aqueles em que os objetos parecem iluminados, de transcendência. Os sonhos com mais movimento entre os elementos da natureza, com vitalidade. Com fenômenos de transformação, em que os objetos alteram sua consistência, com criatividade.

Sonhos sombrios, com medo, perseguição, angústia, ameaças têm relação com a repressão e com perda da identidade.

Sonhos de agredir, vigiar, surpreender e perseguir outros têm relação com o caráter opressor de quem sonha.

Os sonhos mais coerentes, nítidos e claros têm relação com a identidade saudável. Os sonhos com alterações da imagem corporal têm relação com transtornos da identidade.

## Capítulo VII – LINHAS DE VIVÊNCIA

### 01. LINHA DA VITALIDADE

#### ‣ Conceito de Vitalidade

O conceito de vitalidade, paradoxalmente, não está definido em Biologia nem em Psicologia. Esta omissão é característica do pensamento analítico que predomina nas ciências.

Ortega y Gasset faz uma profunda reflexão sobre o conceito de vitalidade e propõe incluir no estudo axiológico, os valores da vitalidade.

Lopez Ibor destaca a importância do humor vital, como manifestação do endógeno, e suas consequências em Psiquiatria.

No Sistema Biodanza o conceito de Vitalidade é essencial, já que trabalha com categorias como “Estilo de Vida”, Princípio Biocêntrico e Vivência de Vitalidade.

O que perturba os biólogos para abordar cientificamente o conceito de Vitalidade é considerar seu conteúdo semântico muito complexo e abarcador.

A medicina, como ciência aplicada ao controle da saúde e luta contra as doenças, estabeleceu numerosos “índices” que poderiam estar correlacionados com a vitalidade. Assim, por exemplo: pressão arterial, índice de colesterol, metabolismo basal, etc.

Se abordamos o conceito de vitalidade do ponto de vista sistêmico, veremos que a vitalidade é resultante de múltiplos fatores que se integram para manter a estabilidade funcional, permitir sua expressão genética e conservar, apesar das mudanças ambientais, a harmonia do sistema.

Poderíamos estudar, portanto, os fatores que determinam a regulação biológica e seus poderosos recursos de auto-organização (antientropia) e aqueles fatores de desorganização que conduzem à doença e à morte (entropia).

Deste modo, os índices de vitalidade podem revelar tanto os níveis de ordem (Saúde) como os de desequilíbrio (Doença).

Teríamos que discriminar entre centenas de indicadores biológicos, quais são os mais representativos de integração do Sistema.

Esta seleção pode ser feita com certo êxito a partir do conhecimento atual da Biologia. Um conjunto pequeno de índices de Vitalidade pode ser altamente representativo dos níveis de ordem do sistema vivo humano.

Em particular, devem nos interessar aqueles testes biológicos que têm relação mais relevante com os mecanismos de regulação.

Eis aqui uma lista de possíveis índices de Vitalidade:

#### I. Aparelho Motor

##### Tônus Motor

Resistência à fadiga

Potência e auto-regulação cardíaca

Velocidade de resposta perceptivo-motora de evitação de obstáculos

Acometividade e determinação

Estado das articulações

##### Vitalidade de Movimentos

(sinergismo, ímpeto, potência, agilidade)

Eletromiograma

Teste de esforço

Corrida de Evitação

Teste do caminhar

Provas serológicas para o fator reumático

Provas cinéticas do “Ímpeto Vital”

2. Sistema Regulador Neuroendócrino	
Expressão de emoções	Teste de expressividade
Resistência ao “Stress”	17 corticosteroides
Resposta Neurovegetativa	Reflexos Psicogalvânicos
Reflexos Medulares	Teste de Reflexos
Termorregulação	Teste de adaptação às variações térmicas
Potência dos instintos	Teste de Instintos
3. Sistema Imunológico	
Imunidade Humoral	Teste de imunidade humoral
Imunidade celular	Teste de imunidade celular
4. Sistema Cardiocirculatório	
Valores hematológicos	Contagem globular
Índices de coagulação	
Elasticidade das artérias	Fundo de olhos
Sonograma	Exame Sonografia
Pressão arterial	Prova de pH
Onda eletrocardiográfica	Eletrocardiograma
Glicose no sangue	Glicemia
Cálcio no soro/Colesterol (65-170 mg/100 ml)	
5. Sistema Respiratório	
Plenitude da onda respiratória	Espirometria
Capacidade vital	
6. Reparação Celular, Síntese e Degradação	
Velocidade de cicatrização	Teste de veloc. de cicatrização
Vitalidade e nº de espermatozoides	Espermograma
7. Metabolismo e Nutrição	
Acidose metabólica	Metabolismo basal
Alcalose metabólica	
Onda peristáltica do intestino	
Equilíbrio hidrossalino	
Proteínas totais no soro	Níveis séricos de íons
Índices nutricionais	
Taxa de ureia no sangue	
Índice de colesterol	
Glicemia	
Pepsinógeno - HC1 gástrico (Bilirrubina)	

Para o controle da Linha de Vitalidade em Biodanza, foram selecionados dez “Índices de Vitalidade” significativos:

1. Capacidade de esforço
2. Vitalidade do movimento
3. Equilíbrio e estabilidade neurovegetativa
4. Potência de instintos
5. Respostas imunológicas
6. Resistência ao “stress”
7. Elasticidade das artérias
8. Plenitude da onda eletrocardiográfica
9. Plenitude da onda respiratória
10. Índices nutricionais

► Para uma visão holística

Algumas características externas fáceis de reconhecer podem dar uma impressão global de vitalidade: o riso fácil, a força dos instintos, a agilidade dos movimentos, a sonoridade e expressão da voz, a luz e a intensidade do olhar, a harmonia e potência dos gestos.

Durante as sessões de Biodanza é fácil descobrir, pela leitura de movimentos, aquelas pessoas que têm maior vitalidade. Não obstante, a simples potência dos movimentos não é equivalente à vitalidade. Pessoas aparentemente fortes sofrem transtornos graves com Hipertensão, Diabetes, Epilepsia ou graves problemas Psicológicos.

Por outro lado, estados emocionais transitórios de euforia-depressão e períodos de forte motivação existencial podem eventualmente alterar os níveis de vitalidade sem que isto revele o estado real de integração do sistema biológico.

A vitalidade tem componentes genéticos importantes que podem ou não ser expressados durante a existência.

Biodanza proporciona, entre suas finalidades, os cofatores que permitem a expressão dos potenciais genéticos de vitalidade.

Devemos reconhecer que os índices de vitalidade de um indivíduo não são constantes e variam notavelmente em diferentes períodos da vida.

É extraordinária a influência que exercem as motivações existenciais como o amor e a criatividade no valor de ditos índices.

A mudança de ambiente e em especial o contato com a natureza influem também de um modo decisivo.

Evidentemente os índices de vitalidade não são senão a expressão técnico-experimental do estilo de vida e da realidade do ser-no-mundo.

As reflexões apresentadas até este momento incidem especialmente sobre a base estrutural e funcional da vitalidade. Sem dúvida, é indispensável compreender que o âmbito da vitalidade se estende mais além dos índices clínicos, até o que poderíamos chamar vitalidade existencial. É possível encontrar pessoas nas quais os índices clínicos estão com seus valores ótimos e que, sem dúvida, padecem de sérios conflitos emocionais, dificuldade de comunicação, ausência de visão global da existência, etc. O aforismo grego “mens sana in corpore sano” é um reducionismo platônico. Indubitavelmente tarde ou cedo os índices clínicos de vitalidade vão ser afetados pelas outras linhas de vivência: Sexualidade, Criatividade, Afetividade e Transcendência.

O problema da vitalidade, portanto, deve ser estudado desde um ponto de vista holístico, considerando a complexidade das relações do sistema vivo no contexto ecológico. Já von Witzsacker descobriu admiravelmente o caminho que vai “da emoção à lesão”, e é uma tarefa do futuro a descrição do caminho que vai “da emoção à saúde”.

A ativação das cinco linhas de vivência propostas em Biodanza apontam nessa direção.

## ‣ Informações Gerais sobre os 10 índices de Vitalidade

### **1. Tolerância ao Esforço**

A queda da vitalidade se evidencia com frequência pela fadiga e falta de resistência ao esforço.

Os testes ciclo-ergométricos permitem avaliar a capacidade de esforço:

- Tolerância ao esforço
- Potência desenvolvida durante o esforço:
  - a. Potência aeróbica “máxima”
  - b. Potência anaeróbica “máxima”
- Comportamento do aparelho Cardiovascular
- Eletrocardiograma

### **2. Vitalidade do Movimento**

A vitalidade do movimento pode ser avaliada e registrada através da observação direta durante uma série de exercícios em que se considera:

- |                                      |                        |
|--------------------------------------|------------------------|
| • Tônus                              | Exercícios de eutonia  |
| • Acometividade                      | Caminhar               |
| • Elasticidade                       | Extensão máxima        |
| • Velocidade de reflexos (agilidade) | Corrida de evitação    |
| • Ímpeto                             | Dança com deslocamento |
| • Potência                           | Dança Yang             |

Pontuação :            1 = Deficiente (astenia)            2 = Mediano            3 = Ótimo

Depois de realizado o controle e anotadas as pontuações se obtém o termo médio entre os seis valores.

O tônus pode ser medido com maior precisão através do eletromiógrafo.

### **3. Equilíbrio e estabilidade neurovegetativa**

O sistema nervoso autônomo está formado pelos subsistemas:

- a. Simpático (adrenérgico): Atividade ergotrópica
- b. Parassimpático (colinérgico): Atividade trofotrópica

Os exercícios de Biodanza influem na atividade de cada subsistema.

O sistema nervoso neurovegetativo regula o funcionamento dos órgãos, seja estimulando ou inibindo.

A estabilidade e flexibilidade dos mecanismos neurovegetativos constitui um índice importante de saúde.

A resposta neurovegetativa pode ser avaliada através do psicogalvanômetro.

### **4. Potência dos Instintos**

Através de um questionário e situações de prova é possível avaliar a potência dos instintos:

- a. Alimentar (fome-sede)
- b. Maternal e Altruísta
- c. Sexual
- d. Sedução (exibição)
- e. Guarida
- f. Migratório
- g. Luta-Fuga
- h. Exploratório (busca de estímulos novos)
- i. Gregário
- j. Equilíbrio, Paz, Restauração
- k. Autocentrismo
- l. Fusão (dissolução)

## 5. Resposta Imunológica

Recentemente foi comprovada a existência de canais de comunicação entre o sistema nervoso e o sistema imunológico.

Até há pouco tempo se considerava o sistema imunológico como autorregulado internamente sem maior influência do meio externo, nem das emoções.

As atuais investigações em neuro-imunologia demonstram que o sistema imunológico é influenciado pelo sistema nervoso neurovegetativo, via eixo hipotálamo – hipófise – suprarrenal. O sistema noradrenérgico influi na inibição do sistema imunológico. Por outro lado, os estados depressivos podem induzir uma imunossupressão.

A ativação colinérgica, parassimpática, tende a estimular o sistema imunológico.

Investigações recentes apresentam dados que evidenciam que o estado do sistema imunológico influi sobre as células nervosas via mensagens químicas.

Assim, os circuitos de “feedback” entre o Sistema Nervoso e o Sistema Imunológico revelam um complexo e sutil mecanismo de integração funcional. É possível supor, com base nestas investigações, que a harmonização do sistema límbico-hipotalâmico e o fortalecimento das respostas ao “stress” através da integração realizada em Biodanza tenham influência sobre o sistema imunológico.

Os testes para avaliar o estado imunológico de um indivíduo são de dois tipos:

▸ Tese de imunidade humoral

É a medida de concentração de imunoglobinas séricas.

▸ Teste de imunidade celular

Os glóbulos brancos do sangue são separados e se verifica a resposta proliferativa frente a um antígeno. O antígeno induz a capa mitógena.

As investigações sobre os efeitos dos exercícios de Biodanza sobre o estado imunológico recém começaram e devem ser confirmadas por provas experimentais.

## 6. Resistência ao “Stress”

Hans Selye denominou “stress” ao estado de tensão de um organismo submetido a qualquer tipo de agressão, como a ação da dor, frio, fome, estados tóxicos ou infecções ou qualquer outro “agente agressor”, incluindo as injúrias psicológicas. Selye chamou “doenças de adaptação” àquelas resultantes dos mecanismos de defesa córtico-supra-renais, resultantes de estímulos hipofisários. Os trabalhos de Selye permitiram compreender a atuação do eixo Hipotálamo – hipófise – glândulas suprarrenais como um dos principais mecanismos fisiológicos de regulação neuro-humoral. Seus trabalhos permitiram determinar índices bioquímicos de “stress”, tais como os valores plasmáticos e de excreção urinária de 17 hidrocorticosteroides. A importância de estímulos psicológicos na indução de “stress” foi demonstrada por Pincus & Hogland e confirmada depois por Thorn.

## 7. Elasticidade das Artérias

O aforismo clássico de que “o homem tem a idade de suas artérias” possui um significado verdadeiro. A elasticidade das artérias permite a perfeita nutrição dos órgãos, a adaptação às necessidades locais, o alívio do trabalho do coração. As arterioscleroses representam um estado de rigidez do sistema circulatório, com riscos iminentes para a sobrevivência.

Através do exame oftalmoscópico é possível ver o “fundo do olho” e as finas artérias que o irrigam.

A hipertensão provoca alterações em todas as artérias do corpo. A exploração do fundo do olho permite constatar o estado geral das artérias, por ser essa circulação fina uma amostra significativa do estado geral das artérias.

Na hipertensão e arteriosclerose aumenta a irregularidade do calibre arterial (ora estreito, ora dilatado), a palidez da pupila e o espessamento da retina. Nos casos avançados, o aspecto dessas artérias é tortuoso, irregular e congestionado.

## ESQUEMA DE MECANISMOS NEURO-IMUNOLÓGICOS

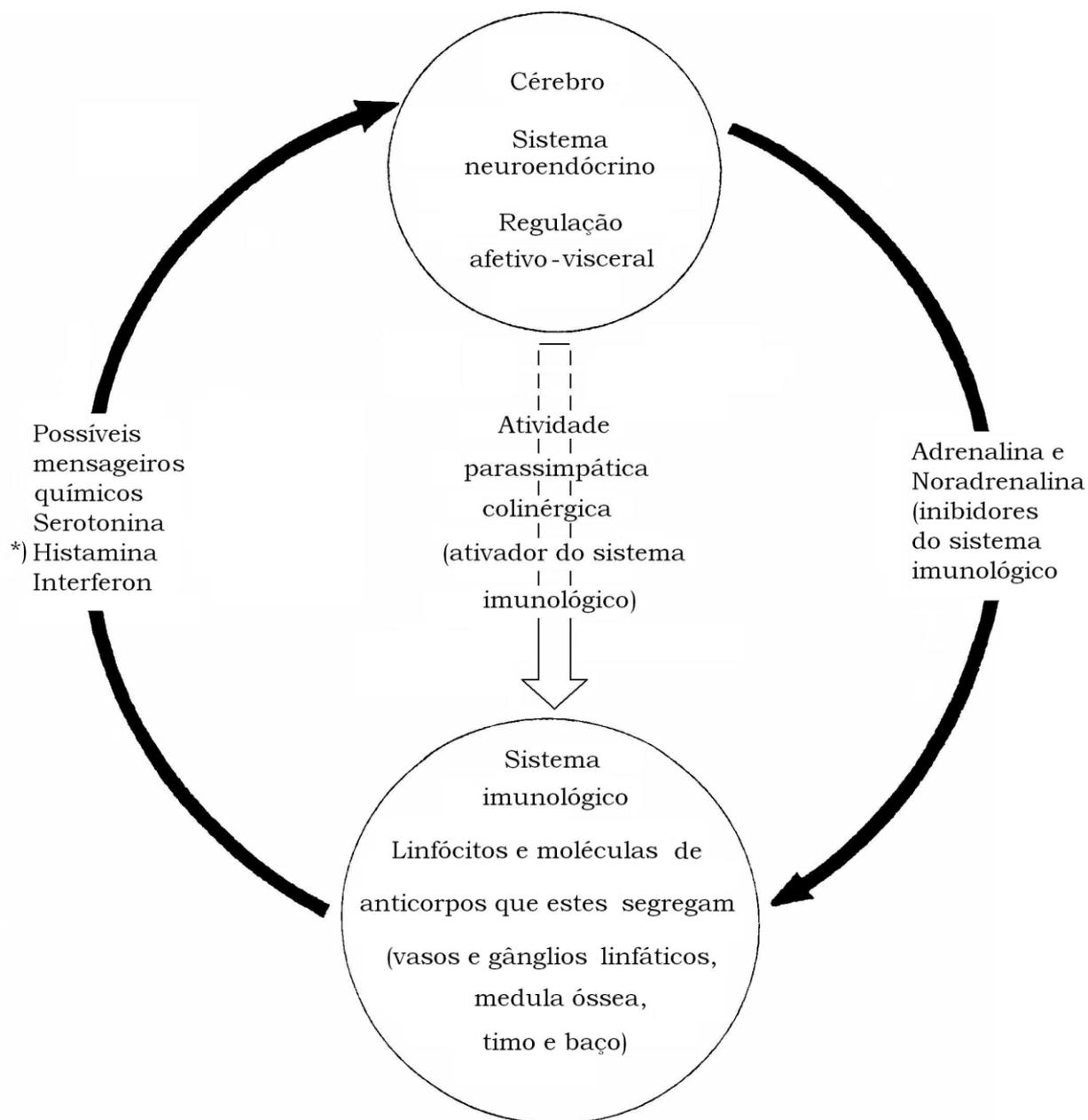


FIGURA 18 - CIRCUITO DE COMUNICAÇÃO E REGULAÇÃO ENTRE O CÉREBRO E O SISTEMA IMUNOLÓGICO. ESQUEMA DE MECANISMOS NEURO-IMUNOLÓGICOS.

(\*) As mensagens químicas que vão do sistema imunológico a centros cerebrais estão no sobrenadante de células do baço em cultivo, estimuladas e por células do sangue humano periférico enriquecido em linfócitos. Estas mensagens ainda têm que ser melhor determinadas.

## **8. Plenitude da Onda Eletrocardiográfica e Pressão Arterial**

A onda registrada no eletrocardiograma permite avaliar a capacidade do coração para transmitir o impulso cardíaco. Quando um impulso se difunde pelo coração, a corrente elétrica gerada pelas cargas iônicas na superfície do músculo cardíaco se difunde nos líquidos que rodeiam o coração e uma parte pequeníssima chega à superfície do corpo. Se são colocados eletrodos na pele sobre o coração ou nas partes laterais conectando-os com instrumentos sensíveis, pode-se obter um traçado do impulso suscitado pelo coração. No eletrocardiograma normal, a curva “P” corresponde à corrente das duas aurículas. As curvas “Q”, “R” e “S” são causadas pelos impulsos ventriculares e a curva “T” depende do retorno dos íons para as válvulas ventriculares a seu nível normal de repouso ao terminar a contração. Os transtornos coronários e outras cardiopatias podem ser diagnosticados através deste procedimento. Devemos recordar que as artérias coronárias que nutrem o coração, se dilatam pela ação simpática e se contraem pela ação parassimpática. Isto deve ser levado em consideração para não prescrever ao enfermo coronário exercícios de semi-transe e que deflagram a ativação parassimpática (colinérgica). Os hipertensos, por outro lado, devem realizar principalmente exercícios de efeito parassimpático para regular a pressão arterial. A mudança de estilo de vida induzido por Biodanza, a expressão de emoções (em especial as de hostilidade), a regulação das necessidades sexuais e a profunda harmonia que se produz ao receber continente afetivo, têm efeito de vitalização da circulação coronária e regulação da pressão arterial sistêmica.

## **9. Plenitude da Onda Respiratória**

A maior parte das pessoas consideradas “normais” apresentam alterações da onda respiratória por maus hábitos respiratórios crônicos ou por causas emocionais que produzem angústia e ansiedade. A espirometria permite estabelecer as perturbações da respiração e estabelecer a “capacidade vital”. O espirograma permite medir o volume respiratório, frequência respiratória e ventilação por minuto. A “capacidade vital” é uma medida da faculdade do indivíduo de inspirar e expirar ar e depende da força dos músculos respiratórios e da resistência da caixa torácica e pulmões à dilatação e à contração. A medida da capacidade vital é muito útil para avaliar o estado funcional do sistema respiratório.

## **10. Estado Nutricional**

Os sinais de desnutrição podem ser detectados por observação direta ou através de exames de laboratório. Entre os sinais mais frequentes de desnutrição podemos mencionar:

- Magreza excessiva
- Fadiga imotivada, falta de energia
- Atitude astênica
- Sinais de avitaminose

Exames de laboratório como o do metabolismo basal, índice proteico, permitem precisar o diagnóstico de desnutrição.

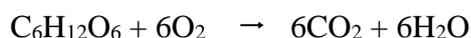
## **11. Respiração**

A respiração é uma ação gloriosa. Na pessoa oprimida, tensa, ansiosa, doente, esta função está gravemente alterada. Os transtornos do ritmo e da amplitude respiratória (dispneia, hiperpneia, amneia) criam círculos viciosos, retroalimentando a causa que as originou. Assim, por exemplo, a ansiedade paralisa a musculatura torácica e o diafragma, o que converte a caixa torácica em um espaço rígido, sem elasticidade. Desta maneira, a respiração é ofegante e a oxigenação será diminuída. Esta situação, por sua vez, aumenta a angústia, criando a vivência de asfixia.

O incremento de oxigênio é essencial para manter a vida. A regulação respiratória está a cargo de centros automáticos localizados no bulbo, mas na função respiratória intervêm também fibras do córtex voluntário e fibras simpáticas e parassimpáticas. Este fato permite que se possa intervir no processo respiratório através da vontade ou sob o efeito de certas vivências.

Numerosas técnicas corporais propõem métodos de respiração. O Yoga, o Tai Chi, o método Cooper, algumas escolas de dança moderna. A Bioenergética, as Terapias Primais, a Ginástica tradicional, etc. Todas essas propostas se baseiam na presunção de que a consciência está capacitada para intervir nas funções autorreguladas e, especificamente no caso da respiração, alterar os ritmos naturais em benefício de uma hipotética vantagem psicológica. A maioria destes autores propõem, através de sua metodologia, adaptar e forçar a respiração aos movimentos corporais voluntários. Assim, por exemplo, durante os exercícios de flexão do tronco se deveria expulsar o ar, enquanto que no ato de extensão se teria que inspirá-lo. Estas técnicas se baseiam em uma concepção estritamente mecânica da respiração, sem considerar em absoluto a respiração celular.

A energia que as células necessitam para realizar seu trabalho osmótico ou mecânico e para a síntese dos constituintes celulares é obtida por reações de oxidação. O oxigênio que chega aos tecidos se combina com as diversas substâncias. Assim, por exemplo, a glicose se oxida de acordo com a seguinte equação:



Esta reação não se dá em um só passo, mas é o resultado de uma cadeia de reações intermediárias, nas quais intervêm numerosas enzimas. Os processos de oxidação e redução constituem a base da respiração celular.

O processo respiratório, portanto, não está somente determinado pelas condições mecânicas do pulmão, mas fundamentalmente pelas necessidades de oxigenação do organismo em relação com o gasto. Realizar, metodicamente, exercícios de hiperventilação, em circunstâncias em que o organismo não necessita suplemento de oxigênio, é de consequências tóxicas.

Nestas propostas se ignora totalmente a existência dos mecanismos reguladores automáticos da respiração, cujo comando está no bulbo e que, através de múltiplos e delicados processos de “feedback” regulam a frequência e expansão torácica, assim como mesmo a quantidade de ar que o organismo necessita consumir nesse momento, em relação ao gasto metabólico. Estas metodologias têm três efeitos iatrogênicos de suma gravidade:

a. Hiperventilação

Com elevação dos índices calcêmicos na musculatura esquelética e acúmulo de ácido láctico, com efeitos tóxicos destrutivos.

b. Hipoventilação

Com anoxia cerebral e necrose de tecido nervoso por asfixia.

c. Desregulação

Com perturbações do sistema autorregulado, pela intervenção de estímulos voluntários do córtex cerebral.

A maior parte destas técnicas propõem um autoconhecimento e uma conscientização do próprio corpo.

Coincidimos aqui com o pensamento de André Gide:

*“Conhece-te a ti mesmo, máxima tão perniciosa como antiestética. Aquele que se observa, detém seu desenvolvimento”.*

A vigilância consciente sobre nossas funções autorreguladas é um dos atos mais dissociativos e destruidores, já que exige, de parte da consciência, a coisificação do próprio corpo. Os que propõem estas técnicas não compreendem que, através de milhões de anos, o sistema de autorregulação respiratória se organizou e que nessa função intervém uma inteligência biológica que não pode ser comparada com as pobres propostas destes mestres.

A expulsão violenta do ar, como se pratica em algumas artes marciais, inverte o processo natural (inspiração = Yang, expiração = Yin) elevando transitoriamente a energia, através de um processo tóxico.

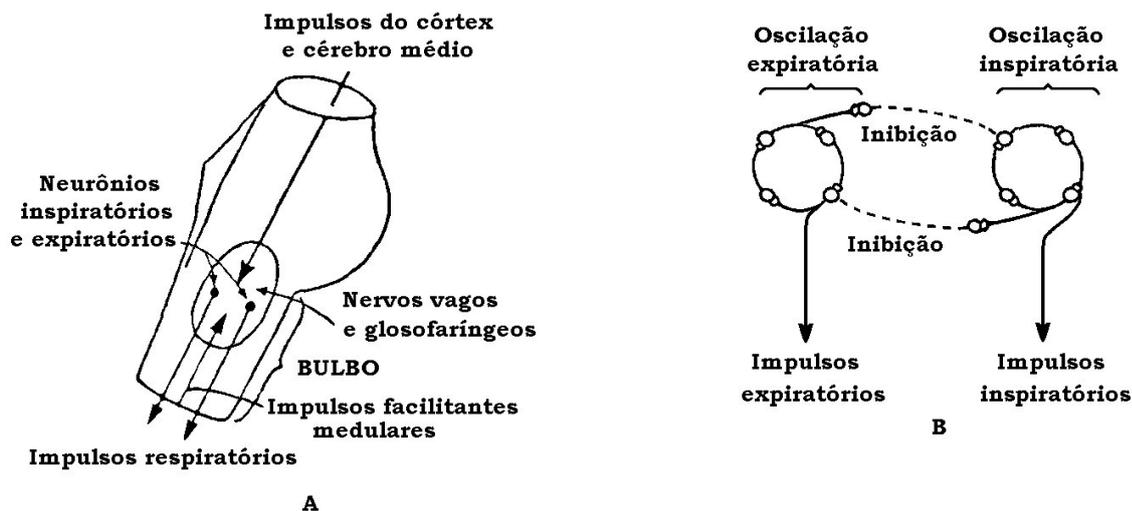
Devemos considerar, além disso, o aspecto biológico da periodicidade biocrônica da função respiratória. A estrutura do tempo é dada por sistemas biológicos de “feedback”, os quais, uma vez formados, oscilam espontaneamente e se sincronizam com as necessidades do organismo em relação ao ambiente. A perda desta sincronização pode acarretar graves distúrbios no equilíbrio e na unidade do sistema vivo.

O processo rítmico respiratório se estrutura com nosso ritmo existencial. Inclusive as mudanças introduzidas pelo acaso adquirem regularidade quando se inserem em pautas rítmicas. Sem dúvida, nosso meio ambiente é, com respeito à composição do ar, extremamente estável. Os fatores rítmicos proporcionados pelo ambiente, como poderia ser uma música de “jazz”, influem sobre o ritmo respiratório dentro de certos limites. O fator melódico e harmônico pode induzir e reforçar a harmonia respiratória.

Poderíamos dizer que o ritmo musical ativa o ritmo respiratório automático. A melodia induz mudanças fluentes de intensidade e amplitude respiratória. A harmonia musical induz um equilíbrio sutil nos períodos da onda respiratória de inspiração, expiração, pausa. A música, portanto, induz sutis adaptações dos mecanismos autorregulados e da homeostase.

Seria necessária uma fenomenologia da vivência respiratória, que se vinculará ao êxtase natural de experimentar a brisa em meio à natureza, as vivências de ausência de gravidade e fluidez no espaço, a de leveza do corpo em uma dança livre, de movimentos abertos, assim como, o estudo fenomenológico de outras vivências relacionadas com a patologia, como a intoxicação voluntária com o fumo do cigarro. O desenvolvimento de uma nova sensibilidade respiratória impulsionaria a descobrir um meio ecológico saudável. Finalmente, não devemos esquecer, dentro da proposta fenomenológica, a correlação entre os sentimentos de opressão existencial e déficit respiratório. O processo de liberação interior, por outro lado, é acompanhado de um fortalecimento da coluna vertebral e da musculatura da caixa torácica, elevando os processos oxidativos do sistema nervoso. A asma e outras perturbações do aparelho respiratório, estão vinculadas profundamente com o mundo das emoções. Existe um respirar do depressivo e um respirar do otimista. O estudo da respiração nos esquizofrênicos, mostra as profundas perturbações da autorregulação respiratória, pela intervenção da consciência do doente delirante. A respiração do ansioso, entrecortada e agoniada, se esgota em uma temporalidade com um futuro sem soluções.

Um dos princípios mais importantes a considerar é o da existência de um padrão motor cardiorrespiratório. A separação destas funções é um dos vícios do conhecimento da fisiologia tradicional. O movimento do sistema muscular esquelético induz mudanças circulatórias e respiratórias dentro de uma absoluta coerência neurofisiológica. A vontade, portanto, não deve intervir na conduta respiratória nem são úteis os exercícios de consciência respiratória.



O segundo conceito importante se refere à existência de um padrão emocional-respiratório. Existe uma respiração natural do pranto e outra própria do riso. Durante o pranto, há uma série de inspirações curtas, de caráter espasmódico. E durante o riso há uma expiração forte, seguida por espasmos da onda expiratória. Nos estados de angústia, há uma aceleração do ritmo, unida a uma diminuição da amplitude respiratória. A angústia é capaz de alterar gravemente o processo respiratório, até o ponto de criar estados de anoxia prolongada. O estilo de vida ergotrópico, no

qual há estimulação dos mecanismos de luta e fuga, há um aumento do consumo de oxigênio e aumento do metabolismo oxidativo, enquanto que no sistema de vida trofotrópico, em que estão estimulados os mecanismos de repouso e restauração, há uma diminuição do consumo de oxigênio e da frequência respiratória.

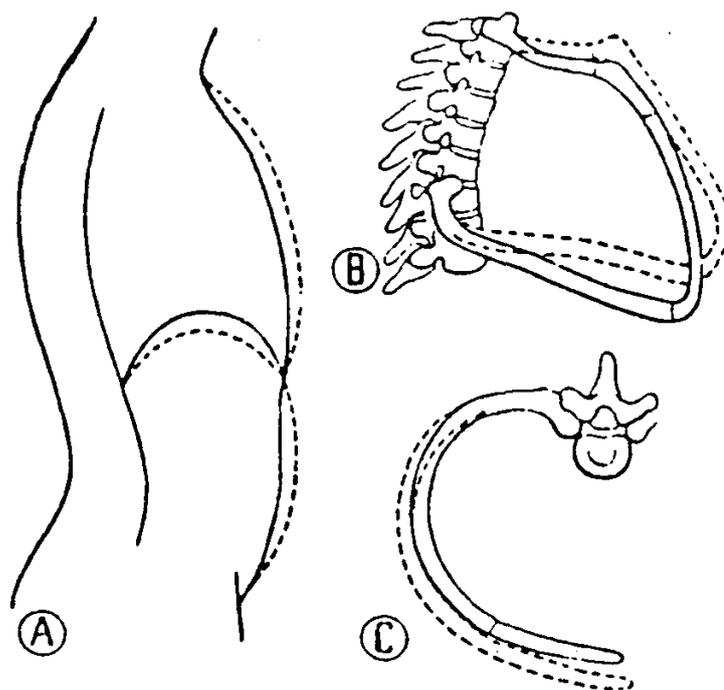
A chegada e proximidade de uma pessoa pode alterar o ritmo respiratório de acordo com a deflagração emocional que sua presença produz.

O ato do caminhar fisiológico, a uma velocidade orgânica, unido à respiração natural, não faz senão reforçar a unidade dos sistemas vivos. O padrão motor cardiocirculatório durante o caminhar harmônica é um ato de concentração de vida.

Quando uma pessoa caminha para encontrar-se com um ser querido, sua motricidade-respiração se estrutura dentro do espírito da vida e a fadiga desaparece.

Respirar dentro da unidade é um ato musical. Respirar toda a essência do universo é um ato místico de concentração de vida. A respiração tem valores energéticos, químicos e mecânicos. Alguns hindus identificam a respiração (Prana) com a vida mesma.

A postura frente à existência determina a forma da coluna, a amplitude respiratória e os níveis de energização. Eis aqui um esquema das modificações no diâmetro do tórax e abdômen durante a respiração. Estas modificações podem ser influenciadas pela vontade, pelas emoções, pelo movimento corporal e por estímulos ambientais, como a música.



*A. Modificações no diâmetro do tórax e abdome durante a respiração. As posições durante a expiração são mostradas em linhas contínuas; as posições durante a inspiração, pelas linhas interrompidas. B. Aumento no diâmetro torácico devido ao movimento das costelas para frente na inspiração. C. Aumento no diâmetro torácico lateral na inspiração. (B e C de C.M. Goss [Ed.]. Gray's Anatomy of the Human Body [29ª ed.]. Philadelphia: Lea & Febiger, 1973. Pág. 310).*

Os exercícios respiratórios em Biodanza têm por objeto a reabilitação dos mecanismos autorregulados, gravemente interferidos por hábitos patológicos.

A “respiração dançante” consiste em relaxar a caixa torácica e os ombros e “permitir” que o organismo absorva a quantidade de ar que necessita, agitando leve e sensivelmente os braços, os caules se separam das costas, harmoniosamente, sugerindo o esboço de asas. Nesta respiração não participa a vontade. Respeita-se a ação do centro respiratório que, as vezes enviará impulsos maiores, outras vezes menores, segundo a necessidade do organismo em cada momento. É muito importante “esperar” a pausa natural depois da expiração. Este tipo de respiração dançante pode chegar a ser muito prazeroso, pela harmonia que suscita.

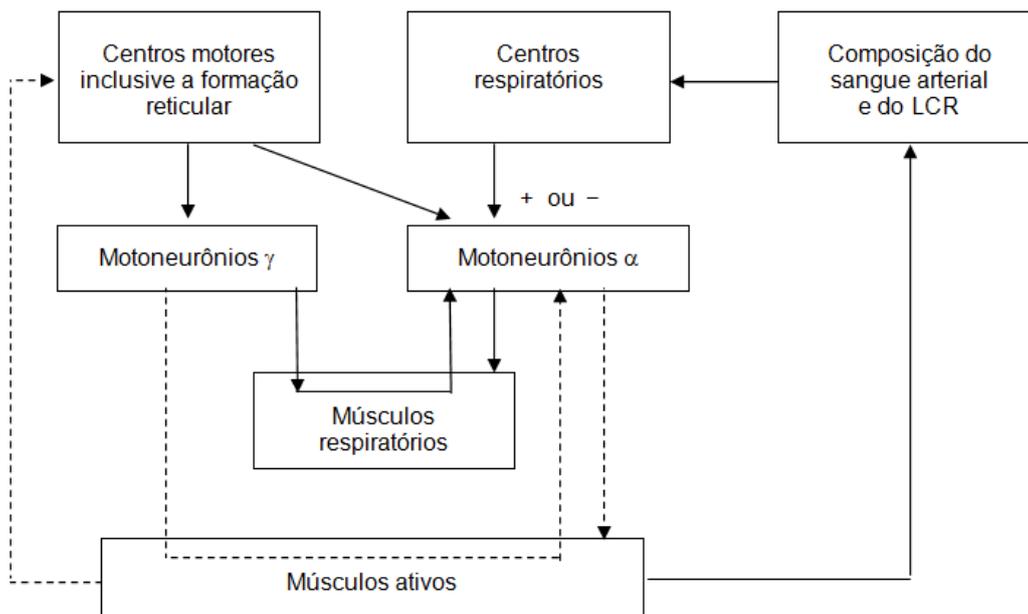
Aprender a respirar é fundamental em Biodanza. A respiração é o caminho mais direto para conectar-se com o próprio corpo e com o universo. Propomos desenvolver uma nova atitude frente à vida e frente ao semelhante, o que envolve novas formas de energização.

A energização que os exercícios respiratórios harmônicos produzem, devolve a vitalidade, o peso e o valor cenestésico aos órgãos que, durante muito tempo, tenham permanecido mal oxigenados. A reeducação respiratória cria uma atitude nova de abertura frente ao mundo e um sentimento gozoso de liberdade.

Sem dúvida, o simbolismo das aves como habitantes do ar e dos espaços sem limites, alude à liberação de sentimentos opressivos de dependência. Este simbolismo foi explorado por Gastón Bachelard, em seu livro “O Ar e os Sonhos”.

Nossa proposta para reabilitar a função respiratória natural consiste em:

- Suprimir as rigidezes que fazem da caixa torácica um depósito estático
- Sensibilizar-se à percepção do próprio corpo frente a seus estados de fadiga, de modo a não ser arrastado a situações tóxicas.



*Resumo esquemático da discussão sobre regulação da respiração durante o exercício. Os músculos respiratórios são ativados pelos motoneurônios gama ( $\gamma$ ) e alfa ( $\alpha$ ) (setas com linhas contínuas). Os outros músculos ativos são ativados de maneira semelhante (setas com linhas interrompidas). Os diferentes centros respiratórios são influenciados direta ou indiretamente pela composição química do sangue arterial e pelo líquido cerebrospinal (LCR), principalmente por seus  $PCO_2$ ,  $PO_2$  e  $pH$ . A seguir, estes centros podem facilitar ou inibir os motoneurônios dos músculos respiratórios, dependendo da eficácia da troca gasosa nos pulmões. É extremamente crítico o reabastecimento de  $CO_2$  proveniente dos músculos e o débito de  $CO_2$  dos pulmões. (Os impulsos nervosos aferentes para os centros motores incluem impulsos provenientes de receptores localizados nos tendões e nas articulações).*

## 12. Temperatura Corporal e Biodanza

Durante os exercícios de Biodanza a temperatura corporal muda notavelmente. Isto pode ser observado através da termografia.

A temperatura pode ter duas direções básicas: para fora e para dentro, segundo o predomínio do sistema simpático ou parassimpático, respectivamente. As danças Yang, por exemplo, estimulam o simpático e o sangue flui para a musculatura.

Nos exercícios de relação em movimento se estimula o parassimpático e o sangue flui para as vísceras. Durante o transe musical há uma oscilação violenta da temperatura corporal. A entrada em transe é acompanhada de transpiração gelada; a recuperação da identidade no rito do renascimento se dá com intenso “calor profundo” que invade todo o corpo, com vivência de bem-estar geral. Em toda a pele, nas faces, nas mãos, nos pés, se experimenta intenso calor.

Sem dúvida, durante o transe musical são ativados os centros termorreguladores do cérebro.

Diversos transtornos psíquicos têm, como um de seus sintomas, alterações da temperatura corporal. Estados de repressão crônica são quase sempre acompanhados de mãos e pés gelados. A obesidade frequentemente é acompanhada de corpo frio, como se o “calor interno” não pudesse atravessar o muro de gordura para se comunicar através da pele com o exterior. O eros está dentro de uma fortaleza defensiva, sem acesso às pessoas.

A prática sistemática em Biodanza estabelece uma apropriada termo regulação, no sentido de que realmente a temperatura corporal seja uma resposta face ao contato humano e que a função pecilotérmica (de regulação térmica frente às mudanças de temperatura ambiental) cumpra perfeitamente seu trabalho de compensação. Deste modo, a pessoa que conseguiu uma boa termo regulação não necessita recorrer às próteses da estufa e do ar condicionado.

Do ponto de vista energético, a temperatura corporal se relaciona com o estado de integração psicofísica e com a função respiratória.

A temperatura é vivenciada como radiação de calor de dentro para fora. Esta vivência é muito diferente do calor que se produz com o exercício. A temperatura está também ligada, evidentemente, ao eros. Estar “quente” é sinônimo de estar erotizado.

Respiração, erotismo e regressão são os três elementos chaves na regulação da temperatura corporal.

## 13. Laboratório de Agressão

‣ Antecedentes Paleoantropológicos

A investigação antropológica apresenta algumas hipóteses acerca da pergunta fundamental: É a agressividade uma condição inerente ao ser humano?

Foi levantada a hipótese de que o ser humano descenderia de uma espécie predatória. O mais antigo homínido que se pode supor como ancestral do ser humano é o “Ramapithecus”, que viveu na Índia há cerca de 14 milhões de anos. De acordo com o estudo de suas mandíbulas, mais semelhantes às do ser humano do que das dos chimpanzés, não se pode supor que fosse um animal predatório. Os fósseis homínidos mais primitivos depois do Ramapithecus são os do “Australopithecus robustus” e o mais avançado, o “Australopithecus africanus”, que viveu há cerca de 2 milhões de anos. A maioria dos paleontólogos opina que os “Australopithecus” eram homínidos, mas Simons (1965), por exemplo, acredita que o “Africanus” pode ser considerado como a primeira forma do ser humano.

Os pesquisadores concordam em que este era um animal onívoro, que comia pequenos répteis, pássaros ou roedores, raízes e frutas, mas que não era um caçador. A técnica da caça apareceu na Ásia, uns 500 mil anos a.C.

Em resumo, os “Australopithecus”, embora fossem carnívoros, não eram animais predadores, devido à ausência de um equipamento instintivo e morfológico como o que caracteriza os predadores carnívoros como o leão ou o lobo. Não obstante, alguns importantes paleontólogos, como D. Freeman, identificam o “Australopithecus” como o Adão paleontológico, que cometeu o pecado original da destrutividade, sendo uma “adaptação carnívora” com predileções predatórias, assassinas e canibalescas.

Desta maneira, a Paleoantropologia propõe uma base filogenética para a conclusão sobre a agressão humana como uma adaptação predatória conseguida pelos carnívoros “Australopitecos” do sul da África, no Pleistoceno Inferior.

Erick Fromm e Julian Huxley afirmam, como um fato hoje amplamente aceito, que uma dieta vegetal ou de carne não está relacionada com a agressividade.

Neste momento, grande quantidade de antropólogos afirma que não se pode responsabilizar a agressividade humana aos ancestrais do ser humano.

A pergunta poderia se centrar na Biologia para determinar se existe um gene predatório na raça humana. Os estudos antropológicos sustentam que a motivação do caçador primitivo não era o prazer do ato de caçar, mas sim a realização, em um nível adequado, de suas “perícias”, isto é, o desenvolvimento do próprio homem.

#### ‣ Antecedentes Ecológicos

Sociedades Hedônicas e Sociedades Agonistas entre os Primatas.

Michael Chance, um dos etólogos mais relevantes de nossa época, observou as sociedades de macacos, entre outros os macacos japoneses, rhesus e javanês e, por outro lado, os grupos de grandes símios, como o chimpanzé e o gorila (Chance, 1974).

Os grandes símios constituíam hierarquias fechadas, enquanto os macacos vivem em campo aberto.

Chance qualifica dois tipos de sociedades observadas entre os primatas:

##### a. Sociedade Agonística

Agonismo é um termo utilizado para descrever uma tensão que intervém entre fuga e evitação (esquivança) ou entre fuga e agressão, em uma sociedade cujos membros devem permanecer todos juntos para beneficiar-se com a proteção do macho dominante, quando esta mesma é fonte de ameaça.

Tal estado de coisas gera nestes animais uma tensão que comanda os movimentos de avanço e retrocesso frente ao macho, o que exerce um efeito de ativação sobre os símios.

##### b. Sociedade Hedônica

Chance denominou modo hedônico (e não hedonista) ao dos grandes chimpanzés, que se caracteriza por um comportamento extremamente sensível de contato: beijar, tocar, tocar a mão, apertar a mão, abraçar, o que não acontece na sociedade agonística.

A maioria dos animais que vivem de maneira agonística são separados uns dos outros, sendo a agressão feita através de ameaça; e todas as reações da ameaça são feitas a distância.

No modo agonístico, a ativação está sob o controle do córtex (vigilância). No modo hedônico, as relações são controladas pelo contato. O contato constante tranquiliza e impede o aumento da excitação. As relações sociais estão ligadas a uma recíproca atenção e cuidado. Com seus movimentos parecem dizer que eles estão de acordo.

Em resumo, as sociedades agonísticas de macacos se caracterizam por uma estrutura fechada, rígida, de permanente vigilância, baseada no perigo que representa o macho mais forte e as relações são a distância. Os fenômenos de agressão e fuga caracterizam a permanente tensão dentro desta sociedade.

A sociedade hedônica, dos grandes primatas, como o chimpanzé, se caracteriza por uma relação sensível, de contato e comunhão de objetivos.

#### ‣ Aspectos Fisiológicos

Existe um centro fisiológico da agressão?

Alguns investigadores, como Hess e José Delgado, sugeriram que os impulsos agressivos são controlados por diferentes áreas neurais no cérebro. Foi demonstrado, por exemplo, que a reação de ódio e seu padrão correspondente de comportamento agressivo, poderiam ser ativados pela estimulação elétrica direta de:

- a amígdala
- o hipotálamo lateral
- alguns pontos de mesencéfalo e da matéria cinza central

E que esta mesma poderia ser inibida estimulando-se outras estruturas como:

- o septo
- a circunvolução do cíngulo e
- o núcleo caudal

Foi estabelecida uma dupla conexão entre essas áreas específicas. Conseguiu-se desencadear comportamento intensamente agressivo pela estimulação dos centros inibidores.

Arnold, em 1945, demonstrou a possibilidade de uma base fisiológica da expressão emocional de raiva.

Raiva:

- Movimentos corporais tensos
- Voz tonante
- Vasoconstrição
- Midriasis (dilatação da pupila que dificulta a visão)
- Espasmo intestinal
- Taquipnéia (respiração rápida)
- Taquicardia (batida cardíaca rápida)
- Inibição dos reflexos sexuais .
- Contração da vesícula
- Boca seca
- Suores
- Hiperglicemia (alta taxa de açúcar)

Papes demonstrou a importância dos mecanismos hipotalâmicos nas reações de raiva e formulou que a expressão das emoções depende inteiramente da ação integrativa do hipotálamo. Sugeriu, além disto, que a expressão e a experiência emocional são fenômenos que podem se dar de forma dissociada e que a experiência subjetiva da emoção requer a participação do córtex.

Em resumo, o hipotálamo é o mecanismo efetivador da expressão emocional, mas somente o córtex cerebral permite a experiência afetiva do medo, da raiva, do amor, combinando-as com estados sensoriais.

Não podemos, na atualidade, pensar na emoção de raiva e seu padrão de comportamento agressivo, sem relacioná-la com outras duas emoções fundamentais: o medo e o amor. O medo tem um padrão de comportamento de fuga, evitação ou imobilidade, e o amor, incluído no instinto sexual, tem como padrão de comportamento a carícia e o contato.

Existem algumas evidências de que o medo depende mais da secreção de adrenalina e a raiva, de noradrenalina. Estudos feitos por Ax, em 1959, revelaram esta diferença bioquímica. Em ambos os casos ocorre hipertensão, mas o mecanismo neuroendócrino da raiva e do medo são diferentes.

Funkenstein observou uma correlação entre adrenalina, medo, passividade e depressão por um lado, e noradrenalina, raiva e atividade, por outro, e que esta correlação se estende através das espécies. Ele mostrou que a medula suprarrenal de espécies agressivas, como o leão, contém concentrações relativamente altas de noradrenalina, enquanto que espécies menos agressivas, como o coelho ou o babuíno, tendem a ter mais adrenalina na corrente sanguínea.

A distribuição do sangue nestes dois estados, de agressão e medo, são também diferentes. Recordemos o rosto vermelho, de raiva, e o rosto pálido, de medo. No estômago se observam dois padrões, também diferenciais opostos de reações sob condições emocionais diferentes:

a. Padrão de função crescente

Com aumento de reserva sanguínea, de secreção de ácido clorídrico, de atividade dos músculos estomacais e intumescimento da mucosa. Com a raiva, não só o rosto fica vermelho, mas também a mucosa.

b. Padrão de função decrescente

Em que a mucosa perde sua cor, conforme o sangue se retira, e tanto a secreção de ácido quanto a atividade muscular sofrem redução.

Existe um paralelo entre essas reações e as observadas no resto do corpo. A depressão e o medo são, à primeira vista, emoções qualitativamente bem diferentes. Mas têm em comum o padrão de resposta passiva, que contrasta com o padrão de resposta mais intensa da raiva.

O sistema nervoso simpático e a medula suprarrenal são os órgãos realizadores da reação de emergência, de Cannon. A Síndrome Geral de Adaptação, de Hans Selye, está vinculada com a aprendizagem de fuga e de resposta ao “stress”.

Hess polariza duas funções orgânicas antagônicas:

1. Função Ergotrópica

Que põe o organismo em condições de agredir e defender-se do meio exterior.

2. Função Trofotrópica

Que põe o organismo em um estado de harmonia e tranquilidade, para reparar os desgastes produzidos pelo “stress” e pela luta.

‣ Sistema Ergotrópico

Estimulação dos mecanismos de luta e fuga. Estado de Vigilância

- Aumento coordenado na produção de catecolaminas
- Aumento do consumo de oxigênio
- Aumento do metabolismo oxidativo
- Hipoglicemia
- Aumento da frequência cardíaca
- Aumento da pressão arterial sistêmica
- Vaso-constricção esplênica (diafragmática) e periférica
- Notável aumento do fluxo sanguíneo na musculatura esquelética
- Vasodilatação no músculo
- Hipertonia muscular (estado de excitação)
- Dilatação pupilar
- Pilo-ereção

‣ Sistema Trofotrópico

Estimulação dos mecanismos de repouso, restauração biológica. Proteção contra o “stress”. Estado de relaxamento.

- Diminuição do consumo de oxigênio
- Diminuição da frequência respiratória
- Diminuição da frequência cardíaca
- Diminuição da pressão arterial sistêmica
- Diminuição de ácido láctico no sangue arterial
- Marcada diminuição da vasoconstricção periférica
- Aumento leve da intensidade da onda alfa e atividade ocasional da onda teta no EEG

‣ Controle do Tônus Vegetativo no Organismo

As funções integrativas do SNC alcançam seu mais alto grau de complexidade e de generalização quando o organismo deve adaptar-se a determinadas circunstâncias.

Hess propôs distinguir primordialmente dois estados vegetativos do organismo, um vinculado à atividade e à vigília, e outro à condição de repouso e de sono.

O primeiro deles corresponde à ativação do sistema designado como “ergotropo” (Gr. érgon, εργον = trabalho, atividade; trópos, τροπος = mudança, modificação, direção), e o segundo, o estado “trofotropo” (trophé, ές, τροφή = nutrição).

Entre ambos existe uma inibição recíproca, isto é, quando um deles está em atividade o outro se encontra em repouso (inibido).

Experimentalmente, é possível ativar a um e outro seletivamente; se, por exemplo, se determinados núcleos são estimulados eletricamente: hipotálamo, caudado, intralaminar e formação reticular. Quando a estimulação elétrica é feita com impulsos de alta frequência, então é ativado o sistema “ergotropo”; ao contrário, se a mesma estimulação é feita a baixa frequência, predomina o sistema “trofotropo”.

As vias eferentes são, para um, o sistema vegetativo ortossimpático, e, para o outro, o parassimpático, sendo que ambos - por intermédio de neurotransmissores químicos - exercem determinados efeitos em todos os órgãos enervados por estes dois sistemas vegetativos.

É interessante assinalar que ambos os sistemas são estimulados fisiologicamente por variações ambientais opostas. Assim, por exemplo, se para um o estímulo adequado está representado pelo descenso da temperatura do ambiente (frio), para o outro o é a alta temperatura ambiental (calor).

Algo semelhante sucede com a pressão arterial, com o tônus muscular, com a glicemia, e com o estado de alerta ou de sonolência, dependentes estes últimos do sistema reticular mesencefálico.

Através dos sistemas nervoso central e vegetativo é possível adequar todas as funções vegetativas do organismo, assim como a excitabilidade do próprio sistema nervoso central, em condições de alerta, de emergência e de luta pela sobrevivência do indivíduo.

O ajuste funcional integrativo é diferente durante a condição de repouso, de assimilação digestiva e durante o sono.

#### ‣ Catarse da Agressão

Os modelos hidráulicos da agressividade, propostos pela psicanálise, pela Bioenergética e pela Etologia, são pueris e, teoricamente, inconsistentes. Não explicam como a fúria pode transformar-se, em poucos instantes, em serena doçura, por um acontecimento mínimo: a presença de uma criança, um poema sutil, a contemplação de uma nuvem.

A agressão não tem que ser, necessariamente, descarregada. Os mecanismos de transformação das emoções e vivências se dão em um nível bioquímico e se relacionam com emoções que rompem ou integram o equilíbrio homeostático. O modelo homeostático das emoções permite um acesso mais compreensível, embora insuficiente, à compreensão da transformação da emoção agressiva.

#### ‣ Balanço Ergodinâmico

Pareceria que os conteúdos de agressividade e medo que permanecem guardados dentro da pessoa, ao não se manifestarem nos sonhos, se acumulariam nos órgãos em forma de tensões viscerais.

Ao pôr para fora a agressão ou o medo, no mundo da realidade, através de atos criativos ou agressão real, luta social, esportes competitivos, etc., o indivíduo se libera de seus conteúdos agressivos ou catastróficos.

Mito de Jasão e o Dragão: -Jason mata o dragão e é vomitado por ele.

Somente enfrentando, à luz da consciência, o medo e a agressão, o ser humano fica fora dela.

Leonardo da Vinci: temos que desenhar os monstros e conhecê-los para poder dominá-los.

Investigar os procedimentos para pôr para fora a agressão e o medo.

Ato similar ao da revelação fotográfica: a imagem emerge do escuro.

#### ‣ Medo e Sexo

A atual investigação neuroendócrina estabeleceu sensacionais conexões entre as emoções de raiva, medo e amor.

Foi descrita uma oposição fundamental entre resposta ao “stress” e comportamento sexual.

Existe um antagonismo entre respostas de “stress” e comportamento sexual, restauração dos tecidos danificados e combate à infecção.

Richter realizou um extenso estudo sobre o antagonismo entre medo e sexo. Ao comparar ratos da Noruega domesticados com ratos selvagens, foi demonstrado que o rato domesticado é menos agressivo para com o ser humano e para com sua própria espécie. Mas, a diferença também foi observada em uma profunda alteração no sistema neuroendócrino do rato domesticado: a importância e eficiência das glândulas suprarrenais decaíram consideravelmente nos ratos domesticados e muitas de suas funções foram assumidas pelas glândulas sexuais. Havia uma diferença de um oitavo do peso das glândulas suprarrenais em relação ao dos ratos selvagens.

Outras experiências demonstraram a transferência da função das suprarrenais para as gônadas no rato domesticado; este tem relações sexuais em qualquer época do ano, enquanto o rato selvagem, só na primavera e no outono. As fêmeas do rato selvagem eram menos férteis em todas as épocas e idades.

Anderson (1938) investigou a resposta de medo em relação com o comportamento sexual de ratos, medindo a defecação emocional. Chegou à conclusão que, quanto mais amedrontado está o rato macho, menos potente é em seu comportamento sexual. Na fêmea foi evidenciada a mesma correlação. Portanto, existe um antagonismo fundamental, tanto no comportamento quanto no sistema neuroendócrino, entre o medo (ou, de modo mais geral, comportamento induzido por “stress”) e as funções sexuais. Este antagonismo se apresenta por igual em machos e fêmeas.

## 02. LINHA DA SEXUALIDADE

### ‣ Sacralização do Amor

O ponto de partida para uma intuição da sexualidade humana me parece que deve centrar-se na percepção do feminino e do masculino como vivências essenciais e diferentes.

Apesar de assistir à queda dos tabus sexuais e a um descongelamento da repressão, nunca a sexualidade esteve tão em crise, devido à imensa confusão surgida com o surgimento do feminismo, situação tão absurda como o machismo. Substituiu-se, assim, uma neurose por outra. Talvez se a mulher pudesse obedecer a seus impulsos mais profundos, descobriria que seu sentimento em relação à virilidade masculina é uma força misteriosa, potente, capaz de abarcá-la em sua totalidade e de convertê-la totalmente em energia sexual. Pelo contrário, suas ideologias de reivindicação a convertem em um ser sem doçura, que solapa, castra e abate a maravilhosa força da virilidade.

O homem, por seu lado, se pudesse libertar-se do medo que lhe causa o ímago feminino negativo, poderia entregar-se inteiramente a esse regaço misterioso e fascinante, a essa força primitiva e infinitamente doce do eros feminino e penetrar nela com triunfante vitalidade.

É necessário renascer.

É necessário reencontrar o sentido sagrado da sexualidade, isto é, a emoção primitiva, doce e terrível da conexão.

Lawrence fala, através de Kate, em “A Serpente Emplumada”:

*“Tudo é sexo, tudo é sexo. Como o sexo pode ser belo quando o homem o mantém poderoso e sagrado e quando ele pode abarcar o mundo. Ele é como o sol que nos inunda, que nos penetra com sua luz”.*

Segundo Foucault, a sexualidade nos liberta do esquema de poder; ingressamos na corrente profunda e incondicional da vida.

A dessacralização do sexo é a expressão da dissociação afetivo-sexual. Representa uma evolução neurológica poder fazer uma carícia com amor. O sexo não é um ato pueril. É a celebração e participação de uma fusão misteriosa, cuja natureza transcende o mundo do conhecimento. O magnetismo sexual, pleno de significações, beira a alucinação e se vincula aos estados místicos, ao êxtase e à poesia.

O problema da complementariedade não é tão simples.

Que matizes no tom da voz possuem tal ressonância que se transformam em uma necessidade para o outro? Que intensidade do olhar? Que inquietude no movimento dos olhos, que sombra nas olheiras fazem de seu olhar um acontecimento inolvidável? Que aspecto de criança frágil, que nostalgia de infância sensual e selvagem convertem seu corpo delgado em uma obsessão?

O fetiche é, sem dúvida, uma estrutura tão profundamente incorporada a uma existência feita de contatos, prazeres sutis, lembranças, impressões fugazes, que sua origem logo se assemelha à origem de uma pedra preciosa, cristalizada, opalescente, espessa de luz lunar ou brilhante, multiplicando até o infinito o raio de sol.

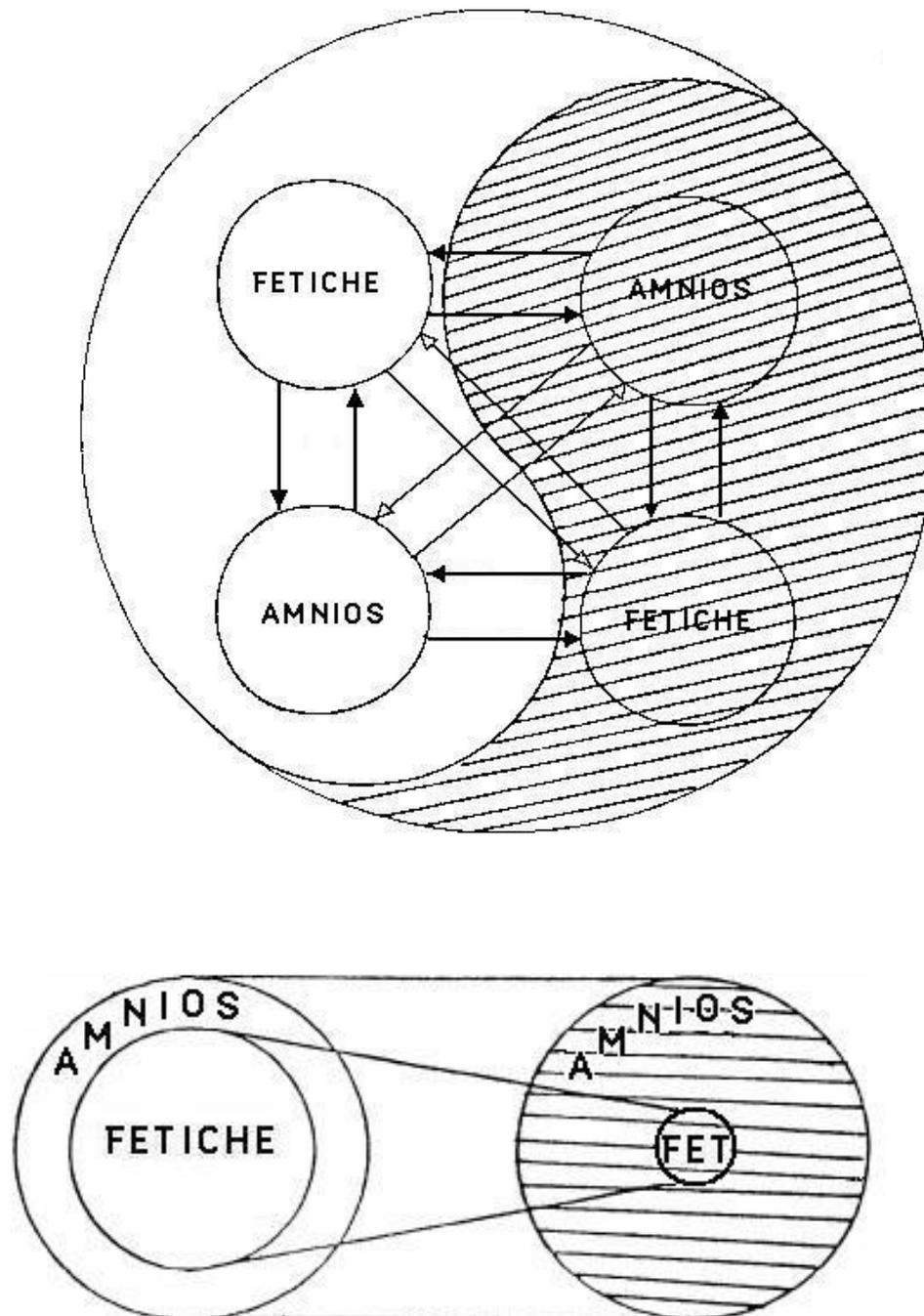


FIGURA 19 - ÂMNIO E FETICHE

O fetiche é o resultado final, perfeito, de uma genealogia erótica iniciada na infância. Quando necessitamos de alguém, imediatamente, com a força do ar que se respira, desde o cristal perfeito do fetiche são emitidos todos os magnetismos e todas as ressonâncias, despertando – por assim dizer – o mundo pré-histórico, pavoroso, preenchido de uma fauna alucinante de leis irracionais e fomes insaciáveis.

O fetiche não provém de processos de simbolização e elaboração afetiva. O fetiche é uma força que convive consubstancialmente com o instinto.

O Âmnios, por outro lado, parece provir da ressonância que a outra pessoa desperta em nosso Desconhecido. Diríamos que o outro começa a cumprir uma função que, dentro de nós, permanecia oculta, como pura potencialidade.

É o Âmnios no útero que permite o nascimento dessas potencialidades desconhecidas. É, por assim dizer, um órgão que tu tens na outra pessoa. De maneira que se estabelece uma fisiologia a dois.

Tu tens a energia, mas teu companheiro tem a harmonia que da curso a essa energia. Tu tens a sensibilidade, mas teu companheiro tem a constância que o processo criativo requer. Tu tens a visionária velhice, mas teu companheiro a túrgida infância.

### › Idealismo e Genitalização

A cultura ocidental se caracterizou pela supremacia masculina. Este fenômeno foi denominado “atitude patriarcal” ou “machismo”. Já na Bíblia está presente esta concepção do papel masculino: “Buscarás com ardor a teu marido que te dominará”. Esta atitude declinou na Europa e nos EEUU, onde a mulher está em processo de emancipação e autoafirmação, até o ponto que, em certos países, se observa uma tendência para o feminismo, tão nefasto como o machismo. O machismo deu origem a esses modelos coletivos do erotismo feminino: a “prostituta” e a “virgem”. A mulher contemporânea sofre ainda um profundo ressentimento devido à condição de inferioridade a que foi submetida durante séculos. As expressões mais extremas de inferioridade da mulher em relação ao homem se dão na imagem da virgem e da prostituta, verdadeiros modelos de referência. Por um lado, se exige a virgindade, avaliando-se como a virtude mais alta na mulher solteira, dentro da sociedade patriarcal. O arquétipo da “imaculada” se torna equivalente a “digna de ser amada”. Muitas mulheres, em pleno século XX, sentem ainda que, ao perder sua virgindade, perdem praticamente seu direito ao amor. A virgem é o modelo da mulher exclusiva, possuidora de um valor espiritual. A imagem oposta é a prostituta. Assim como a “virgem” é a expressão máxima do “idealismo” e do “amor espiritual”, a prostituta é a expressão do “materialismo” e do “genitalismo”. A prostituta é o modelo da fêmea genitalizada, promíscua e ao alcance do desejo do macho. Ambos arquétipos respondem, sem dúvida, à concepção da fêmea-objeto, vale dizer, são formas mecânicas de perceber a mulher, cuja verdadeira realidade existencial é sua condição de pessoa. À atitude machista que considera a mulher como mero objeto que se “possui” e se “compra” ou cujas proporções anatômicas se medem, se comparam e se oferecem, seria necessário opor a atitude antropológica que a considera como pessoa: como um ser que experimenta a vida em todos os seus riscos, que ama e deseja, sofre, teme e goza e que, naturalmente, como ser humano, está exposta ao erro e ao fracasso. As alternativas psicossociais que são propostas à mulher, dentro da tradição machista, são: a de objeto puro de prazer ou de ideal intocável. Por outro lado, a mulher tem, frequentemente, uma imagem do homem equivalente a “objeto útil”. Isto conduz, necessariamente, a um tipo de relação mecânica.

### › Autoritarismo e Opressão Sexual

Ao examinar, através de muitos anos, o curso da vida de pessoas conhecidas, é possível constatar nitidamente um invisível fio de horror unindo os dias e os anos de solidão. Mulheres que ficaram solteiras e que quase não conheceram homem, cuidando e protegendo sua “decência”. E envelheceram frustradas, monstruosas, enlouquecidas de tédio.

Quando meninas, no Catecismo, uma professora lhes exigia fazer todos os dias um sacrifício por amor a Jesus; quando adolescentes, seus pais lhes impediam de ter namorado; quando jovens, rejeitaram todas as tentações da carne e os homens as abandonaram. Entre os 30 e os 60 anos, dormiram sozinhas em um quarto, com um crucifixo frente ao leito e a imagem da santíssima virgem em um canto. E agora, aos 70 anos, quando as amarras da repressão se rompem para dar liberdade ao delírio, a demência senil lhes trás os amantes de alucinação que entram a cada noite pela janela e que as possuem na mais desenfreada das orgias, até tal ponto que, por um resto de pudor, o Cristo é tirado da parede e substituído por um quadro onde dois tigres, na profundidade da selva, se lançam ao assalto sobre sua presa.

Milhares, milhões de mulheres, têm esse destino, com matizes de variação. Mas, sempre é o mesmo. Uma vida de repressão e, ao final, uma anciã que ergue seus vestidos e escapa para a rua.

A vida toma suas compensações tardias. Os preconceitos, os mexericos, as ideias sobre decência, respeitabilidade, dignidade, a idealização neurótica de amores impossíveis e o mais espantoso dos monstros, a repressão católica, o puritanismo religioso, terminam por aniquilar - principalmente nas mulheres - as opções naturais que lhe foram dadas pela vida, para o prazer e para a ternura.

O singular é que toda esta opressão foi institucionalizada pela família, a escola, as universidades, a Igreja e o Estado, com seus sistemas de controle policial sobre a moralidade, com a censura.

Toda esta opressão sexual, examinada por Freud e denunciada por Reich e Russell, Lorenz, Wilde, Huxley, Gaiarsa, tem que ser resolutamente enfrentada e aniquilada.

Ainda existe muita gente “importante” que se considera a si mesma detentora e protetora dos bons costumes. Muita gente autoritária, muitos fascistas domésticos, que opinam com autoridade sentindo-se respaldados pelas instituições de opressão.

Os alunos de Biodanza desenvolvem a coragem de viver e a mais resoluta decisão para encarar os convencionalismos e para responder à violência institucionalizada com independência e autonomia.

#### ‣ Eros e Tanatos

Dois atitudes profundas, que pertencem a um mesmo “campo” psicogenético, se manifestam no ser humano: a atitude erótica e a atitude distanciadora.

Eros, em seu sentido original: o que tudo o une. Vinculação, unir vida com vida. Tanatos, a potência que separa: dissociação, ruptura de todo vínculo. Cada vez que duas pessoas se olham e experimentam a comovedora experiência de estar em contato, em compreensão afetuosa ou apaixonada cumplicidade, está se manifestando o Eros. A vinculação através das mãos ou através de um beijo significa também Eros: união da vida com a vida. O “erotismo cósmico” é a manifestação de uma vinculação essencial com o universo; a capacidade para estar em íntima conexão com as forças e entidades da natureza, sejam os elementos, o mar, o vento, a chuva, a terra, as árvores ou os animais. O erotismo cósmico é uma experiência primordial, anterior ao Eros de par. Toda vez que assumimos uma atitude distanciadora ou estabelecemos a fria e distante relação mecânica com os outros, está se manifestando a separação, a morte, a potência destrutiva e dissociadora de Tanatos. Em nossa existência pode, portanto, predominar Eros ou Tanatos.

O mérito de Freud é haver sugerido que ambas estas potências pertencem a um “continuum”. O instinto de vida e o instinto de morte polarizam nossas ações. Freud deu um passo decisivo nesta direção, propondo a existência de uma

*“energia deslocável, que é em si mesma neutra, mas é capaz de unir seu poder, seja com um impulso erótico ou com um destrutivo”.*

Fenichel, citado por Marcuse em “Eros e Civilização”, formula a pergunta decisiva sobre se a antítese dos instintos de Eros e Tanatos não é a “diferenciação de uma raiz originalmente comum”. Mais ainda se a “compulsão regressiva” em toda a vida orgânica está lutando por uma quietude integral, se o princípio do Nirvana é a base do princípio do prazer. A necessidade da morte aparece sob uma luz completamente nova. O instinto da morte é destrutividade, não por si mesma, mas para o alívio de uma tensão (Freud).

Segundo Marcuse, ao longo da história da civilização as restrições instintivas foram se reforçando. Os sentidos imediatos (o olfato, o gosto, o tato), justamente os mais próximos do prazer sexual, foram subjugados pela civilização. Um poder tão imediato como o erotismo é incompatível com uma sociedade que busca a efetividade da “dominação organizada”; uma sociedade que tende a separar as pessoas, a pôr distancias entre elas e a prevenir as relações espontâneas e as expressões de tipo animal “naturais em tais relações” (Ernest Schachtel).

A repressão do Eros dá lugar a um desenvolvimento tortuoso das energias vitais e à inversão dos impulsos vinculantes, aparecendo a destrutividade típica de nossa civilização, a guerra, a tortura, a exploração, a destruição ecológica. Freud sugeria em “O Mal-estar da Cultura”, que se conseguíssemos a liberdade exterior e interior para expressar o Eros em todas suas portentosas possibilidades, seriam colocadas em perigo todas as instituições que sustentam a civilização. A isso responde Marcuse que

*“entre a sexualidade e a civilização milita a ideia do unificador e gratificador poder do Eros, acorrentado e consumido em uma civilização doente. Esta ideia implicaria que o Eros livre não impede a existência de relações sociais civilizadas duradouras; que repele só a organização super-repressiva de relações sociais sob condições que negam o princípio do prazer”.*

*“As perpétuas restrições do Eros debilitam finalmente os instintos da vida e fortalecem e liberam as forças da destruição” (Marcuse) .*

Uma disciplina que seja capaz de liberar progressivamente as forças do Eros, controlando as relações sociais civilizadas, fazendo-as progressivamente mais sinceras e espontâneas pode abrir a brecha de vitalidade tão necessária nesta civilização enferma.

O despertar do Eros, tendo não obstante o controle da identidade é, sem dúvida, a preparação de saúde que buscamos.

#### ► Erotismo Indiferenciado-Diferenciado

##### - Eros Indiferenciado

O Eros Indiferenciado é o mais arcaico de todos os impulsos de autoperpetuação da vida.

Cada vez que ocorre uma ressonância biológica entre dois organismos, se inicia um processo de reforço da conexão, cuja função é intensificar o processo vital em cada um dos organismos.

O contato sem ressonância, indubitavelmente não tem efeito de reciclagem vital. Quando falamos de Eros indiferenciado, nos referimos, portanto, a uma espécie de tropismo essencial entre os organismos, cujo significado é reciclar processos vitais por complementação e retroalimentação.

O Eros indiferenciado envolve o organismo em sua totalidade, alcançando principalmente os mecanismos reguladores e a homeostase. Isto explica a força coesiva que surge subitamente em um grupo compacto, força que vai aumentando em intensidade se a situação de grupo se prolonga.

Sem dúvida, o caminho natural a que conduziria qualquer Grupo Compacto ao qual não se propõe um limite, seria a fusão orgiástica. A orgia, portanto, é o impulso (anseio) de perder a identidade e dissolver-se em uma totalidade amorfa e anônima, cujo processo é o abandono prazeroso e de liberação absoluta.

##### - Eros Diferenciado

É possível que dentro do oceano de Eros Indiferenciado, dois indivíduos concentrem, com força intensíssima, uma maior quantidade de tropismo e se retroalimentem entre eles com mais unificação biológica que com o grupo como totalidade. A partir dessa concentração da intensidade vital recíproca, é possível que um par se diferencie com muita força da totalidade e inclusive desenvolva processos integradores em todos os níveis: visceral, simbólico, afetivo e intelectual-cognitivo. O Erotismo Diferenciado é, portanto, uma diferenciação e elaboração altamente específica dentro do “oceano” de erotismo inespecífico.

### ‣ Escolha e Decisão de Par

A escolha consciente de par em relação a fatores externos, valores culturais ou situações reflexas de opressão, não representam vínculo real algum. A “decisão” de iniciar vida em par com determinada pessoa significa sempre um ato mental, dissociado da realidade do Eros e é, portanto, uma opção existencial para entrar em um estilo de vida enfermo.

A escolha de par deve se dar por um sentido de “preferência absoluta” e não por um ato de “decisão elaborada culturalmente”.

### ‣ A Revolução Sexual

Apesar de terem ocorrido algumas mudanças nos costumes sexuais, apesar do aumento da expressividade sexual, da queda dos tabus e preconceitos, a revolução sexual anunciada por D.H. Lawrence, Bertrand Russell, Henry Miller, Cassandra Rios e outros escritores, ainda não começou. As condutas sexuais, contudo, seguem obedecendo os padrões da época vitoriana. O tema da sexualidade não pode ser abordado fora do contexto da megamáquina que Munford caracterizou como a aliança do poder político, econômico e militar. Esta megamáquina canaliza a energia humana através dos sistemas de publicidade e perpetua, assim, uma condição humana de opressão, exploração e alienação. Os costumes sexuais são apenas uma expressão dessa estrutura.

Como poderia a sexualidade alcançar sua qualidade de encontro encantador e jubilosamente sensual, sob a forte atmosfera de evanescentes redes de possessividade, de impotência, de depressão existencial, que constituem o inconsciente coletivo desta civilização enferma?

Uma revolução sexual terá que ser sempre decorrente de profunda modificação do sistema em que vivemos, no qual as pessoas possam se fazer presentes, possam perceber a totalidade do outro em toda a glória de sua entrega e receptividade. O ser humano da megamáquina é um ser humano ausente, “há algo dele que está em outro lugar”; é como se a alteração do presente, provocada pela rigidez de seu ego, houvesse baixado o nível de consciência.

Uma nova civilização estabelecerá as realidades básicas da vida e as pulsantes necessidades de sexo e amor”; a expressão artística, o temor cósmico, o sacrifício e a solidariedade; a intimidade mais profunda, o contato. Dentro desse contexto, a sexualidade alcançará sua expressão natural.

Não há liberdade sexual nem revolução amorosa possível enquanto estivermos cativos de um império dominado por mentes ressecadas e esterilizadas que, em busca do poder, sacrificam a vida.

### ‣ Biodanza e Sexualidade

O ser humano como totalidade viva é erógeno, isto é, todo o organismo e qualquer de suas partes possui a capacidade de resposta voluptuosa: o dorso da mão, o base dos cabelos, o lóbulo das orelhas, a comissura dos lábios, a curva suave das espaldas, as penumbras que se estendem desde a umidade genital até a planta dos pés, podem ser acessos sutis ao orgasmo. Isto é, não somente as chamadas “zonas erógenas” (lábios, mamilos e órgãos genitais) são sensíveis à voluptuosidade. Somos inteiramente erógenos. É como se o corpo humano fosse um só genital, suscetível de ser estimulado de dentro por impulsos arcaicos, por fantasias, por estados de ânimo, ou mesmo de fora, pela percepção visual, pelo contato, pelo som.

Diríamos que o organismo reage com tal sensibilidade a qualquer conexão sutil capaz de alimentar suas milhares de aferências, que os centros reguladores ordenam o organismo a abrir-se, pôr-se turgente, erétil, úmido, quente; é como se, originalmente, o ser vivo estivesse sensibilizado até o enervamento para perceber aquilo que pode absorver, incorporar, receber ou aquilo onde pode encontrar um espaço, úmido, palpitante, para ser recebido, para penetrar e inundar.

Um mecanismo oposto complementa, paradoxalmente, esta função erógena da totalidade: a irritabilidade, o enervamento alérgico, o asco, que faz o organismo insensibilizar-se, cerrar-se e criar violentas respostas de defesa. As formas mais elaboradas destas respostas são o medo e a agressão.

Estrutura-se, assim, um comportamento de abertura e fechamento, de afinidade e rechaço, que caracteriza não só o ser humano, mas qualquer estrutura viva.

O organismo saudável dispõe, assim, de um mecanismo primitivo que preserva a unidade da vida e permite sua evolução. O organismo saudável integra os estímulos que reforçam sua unidade intra-orgânica e rechaça aqueles que a põem em perigo.

Pelo contrário, o organismo doente rechaça os fatores que poderiam integrá-lo e incorpora aqueles que, justamente, vão destruir seu equilíbrio. A doença fica definida, assim, como um defeito da seletividade profunda, vale dizer, da discriminação erógena do organismo. Extrapolando, poderíamos dizer que toda doença é um transtorno da função amorosa. É aqui onde temos que concentrar nossa atenção para desviar as consequências psicossomáticas dos transtornos da sexualidade. A interferência cultural neste delicado e arcaico mecanismo seletivo, venera nossa alienação biológica e nos converte em idiotas seletivos.

A repressão exercida sobre a conduta seletiva e sobre a afinidade sexual através de proibições, tabus, preconceitos, induzem um paulatino desvio dos padrões de resposta individual. Isto significa a introdução de erros sistemáticos de seletividade em nossos estilos de vida.

A solução proposta por Biodanza consiste em abandonar esses padrões culturais alienantes para permitir a expressão dos padrões biológicos arcaicos, destinados a restabelecer a ordem homeostática no organismo. A diminuição transitória dos níveis de repressão durante a sessão de Biodanza tem, portanto, uma importância que vai mais além de uma mera contestação contra a tirania e a opressão cultural.

#### ‣ A linha da Sexualidade e Outras Linhas

Com Freud e Reich se dá a importância real à sexualidade. Em Biodanza aumentamos a órbita, a importância e a transcendência da sexualidade.

Correlação da Linha de Sexualidade com as outras Linhas de Vivência de Biodanza:

- Sexualidade com Vitalidade

Sexualidade eufórica, dionisíaca. Muito bem representada no mito do Touro Apis, no Egito, e nos ritos agrícolas.

- Sexualidade com Afetividade

O Amor, exaltado pelos poetas.

- Sexualidade com Criatividade

Arte Erótica, representada pelas Esculturas dos Templos Tântricos (Século X), Poemas, Cantos de amor, desenhos eróticos de Leonardo da Vinci, Ingres, Picasso.

- Sexualidade com Transcendência

É a forma de conceber a sexualidade como um modo de unir-se à sexualidade cósmica, como um veículo para chegar à divindade.

#### ‣ O Desejo Sexual em Biodanza

Experimentar um intenso desejo sexual por uma pessoa, mobiliza o organismo inteiro. O desejo ativa as glândulas sexuais, acelera o ritmo do coração, agita a respiração e mobiliza a realizar ciclos completos de ações para alcançar sua satisfação.

O mais intenso prazer ocorre quando se satisfaz plenamente o mais intenso desejo.

Na realização de um ato sexual sem desejo, não há prazer algum. Em Biodanza existem alguns exercícios destinados exclusivamente a desenvolver o desejo. E quanto mais fortes são os desejos, mais intensa é a busca de comunicação e contato. O aluno aprende a experimentar desejo intenso e trata de satisfazê-los fora da aula, no mundo das dificuldades. A maior preocupação dentro das técnicas de reabilitação sexual se centra sobre a sensibilização genital e o orgasmo.

A obsessão do orgasmo é, do nosso ponto de vista, um dos fatores que mais dificulta a possibilidade de obter prazer.

As pessoas deveriam ter como objetivo uma excelente comunicação, alentando seus desejos recíprocos, sem ansiedade.

É necessário diferenciar entre desejo e ansiedade. A ansiedade sempre põe um componente de medo e culpabilidade.

É sabido que o medo da impotência é a maior causa de impotência.

Exercitar a capacidade para experimentar desejos implica uma aprendizagem a nível cortical (fantasias eróticas), a nível emocional (potência das emoções) e a nível visceral (ativação do hipotálamo, hipófise, glândulas sexuais e mecanismos neurovegetativos). A preparação para o prazer, portanto, não pode estar reduzida ao exercício da sensibilidade genital.

São os exercícios que estimulam o eros indiferenciado os que mobilizam o fundo instintivo e geram o desejo. Esta é a causa pela qual o método de Biodanza tem sido de maior eficácia que os métodos convencionais.

### ‣ A Vagina e o Falo

Se a vagina é o universo de mil portas, a atração do abismo, o oco do mundo, o recôndito, o desconhecido, a espera, o receptivo, o continente, o falo é o que penetra nos infinitos poros da realidade, o que preenche e conduz até os últimos regaços organizadores de vida. A partir destas estruturas, o universo como vagina e o universo como falo, pode-se fazer uma fenomenologia das condutas fetichistas que motivam toda a existência humana.

O sol da manhã, elevando-se radiante, ereto, e logo, o sol do crepúsculo, de vermelho intenso, mergulhando no abismo do mar, poderiam expressar a metáfora cósmica do falo-sol e da vagina-mar.

Quem sabe todas as formas de ansiedade não são senão as manifestações arcaicas de uma carência cósmica, de preencher o vazio, de dar e receber continente, de se perder na entrega e perder-se na recepção, de abrir-se ao universo e de entrar nele.

Quem sabe todas as formas de êxtase são as inundações de beleza que surgem do penetrar e ser penetrado.

### **La Vagina**

“Ese claroscuro del amanecer  
Esa orquídea trémula e indefensa  
Todo lo receptivo abriendo mil puertas  
Todo lo abismal en el claro de luna.  
El universo entero impregnado de esa  
turgencia húmeda  
La brisa rodeando ese borde selvático  
El pantanal, el origen pululante de vida  
absorbente, transformador, germinativo.  
Esa salmuera de mar de orígenes  
que da sabor a todo  
Es suavidad vellosa que no tiene presencia  
que es el anónimo de la tierra  
Ese calor que te recibe  
hablando de nacimientos e de reflejos  
en el agua  
El cosmos convulsionado  
impregnado de olor vaginal  
abriendo mis espacios para la semilla  
Esa resonancia de cántaro  
que contiene a todos los hombres  
Caverna, templo, casa, vertiente, concha,  
océano secreto.  
Ese ‘abierto’ que se ofrece  
en la renuncia de sí  
para ser el ‘pleno’ del desconocido”.

## El Phallus

“Ese fruto de poderosa consistencia  
Esa posibilidad de erección  
que cambia toda la cenestesia de un hombre  
en pocos segundos  
y de la neutralidad con el mundo  
pasa a la penetración,  
a la entrada triunfante  
Esa emergencia eréctil  
que penetra cada poro del universo  
que llena todos los vacíos  
que se sumerge en todos los líquidos  
y fecunda todos los espacios  
Esa turgente, dura y caliente forma  
que, tensa hacia afuera y adelante,  
tiene su gravedad compensada hacia abajo  
en los testículos frutales  
Concentran toda la infinita energía  
que hace el universo permeable  
y también vulnerable  
Desde el arado al cuchillo,  
hasta el sutil pensamiento  
que penetra en las imbatibles defensas  
de la intimidade  
y deflagra allí su energía germinativa.  
La posibilidad de conocer el abismo  
la presencia absoluta en el hueco receptivo  
la donación perfecta”.

### ‣ Dança e Erotismo

Nos caminhos da Grécia arcaica, as mulheres, estendidas no caminho, abertas para receber o navegante estrangeiro, a feminilidade sagrada das sacerdotisas de Gea cumprindo o rito da recepção, a terra aberta à semente e à necessidade fálica. E na floresta, na luxúria das danças ao deus Príapo, de falo descomunal, os deuses geradores de vida expressaram essa poética genital que jaz em cada mulher e em cada homem.

Nos caminhos da Índia, Shiva derramando o sêmen ou nas pradarias de Gales, as mães diluídas no barro, adormecidas na escuridão, germinando seus corpos inchados de sementes, que esperaram sob a terra, todo o inverno, a chegada da primavera.

As múltiplas formas de Afrodite, a prostituta sagrada, Pandemia e Ia dulcíssima Urânia, atravessam desnudas os avatares de uma sociedade insaciável, em busca de um amor sem limites.

### ‣ Antecedentes Histórico-Antropológicos

- Erotismo na Mitologia Grega
- Orgia Primitiva
- Bacanaís e Lupercais
- Danças Nupciais
- Dança do Ventre
- Danças de Fecundidade
- Cerimônias Fálicas

- Yoga Tântrico
- Kama Sutra e Ananga Ranga
- Ovídio: “A arte de amar”
- Salomé e a fascinação da dança
- Danças populares e carnavais
- Tarantela
- “Rock and Roll” e a movimentação da pélvis
- Rumba - Conga - Samba
- “Beat”: movimentos centrais
- Danças solitárias e danças de contato
- Costumes sexuais nos povos primitivos

### ‣ Função Ritual da Orgia

Os primitivos da Nova Guiné e do Norte da Austrália (Leti, Sarmata, etc.) celebram orgias ao começar a época das chuvas (Frazer, “O Ramo Dourado”). À união do par divino, deve corresponder na terra, o frenesi genésico ilimitado.

Quando os habitantes de Oraon celebram no mês de maio o casamento do Sol com a deusa Terra, o sacerdote se une publicamente a sua esposa e, a seguir, se desencadeia uma orgia indescritível (Frazer, “Adônis”).

Os excessos cumprem um papel preciso e proveitoso na economia do sagrado. Rompem as barreiras que separam o homem, a sociedade, a natureza e os deuses; favorecem que circule a força, a vida, os germens, de um nível a outro, de uma zona da realidade a todas as demais. O que estava vazio de substância, se abarrotava; o que estava fragmentado, se reintegra à unidade; o que estava isolado, se funde na grande matriz universal. A orgia faz circular a energia vital e sagrada.

Em muitos lugares, em tempos de seca, as mulheres correm desnudas pelos campos, com o fim de despertar a virilidade do céu e provocar a chuva (Mircea Eliade, “Tratado das Religiões”). Os índios Kana, do Brasil, estimulam as forças reprodutoras da terra, dos animais e dos homens, através de uma dança fálica que imita o ato gerador; a esta dança segue uma orgia coletiva (Meyer I). A liberdade sexual é extrema também nas festas hindus de Bali: são lícitas todas as uniões, exceto o incesto (textos purânicos em Meyer II).

Eis aqui o sentido metafísico e psicológico da orgia:

*“Como as sementes perdem seu perfil na grande fusão subterrânea, desfazendo-se e convertendo-se em outra coisa (germinação), assim perde o Homem sua individualidade na orgia, confundindo-se em uma só unidade viva. Realiza-se assim, uma confusão patética e definitiva na qual não cabe já distinguir nem ‘forma’ nem ‘lei’. Volta-se a experimentar o estado primordial, pré-formal, ‘caótico’ (que na ordem cósmica corresponde à indiferenciação caótica, anterior à criação) para promover, pela virtude da magia imitativa, a fusão dos germens na mesma matriz telúrica.*

*O homem se reintegra a uma unidade biocósmica, mesmo quando essa unidade signifique uma regressão da modalidade de ‘pessoa’ à de ‘semente’ ”*

(Mircea Eliade, “Tratado das Religiões”).

Em certo sentido, a orgia retrocede o Homem a uma condição agrária. A abolição das normas e dos limites das individualidades, a experiência de todas as possibilidades telúricas e noturnas, equivale a adquirir a condição da semente que se decompõe na terra e perde sua própria forma para dar origem a uma nova planta. Entre as funções a orgia que desempenha na economia espiritual e psicológica de uma coletividade, está a de fazer possível e preparar a “renovação”, a regeneração da vida. A orgia, ao reatualizar o caos mítico de antes da criação, torna possível a repetição daquela criação. O Homem volte provisoriamente ao estado amorfo, notúrnico, de caos, para poder renascer com maior vigor em sua forma diurna. A orgia, como a imersão na água, anula a criação, mas, ao mesmo tempo, a regenera (o Homem volta refeito e regenerado).

## › Desejo e Repressão

O conflito entre os desejos sexuais e a repressão interna foi descrito por Sigmund Freud no princípio deste século.

Este conflito desejo-repressão pode ser tão forte que o “eu” não consegue resolvê-lo frente à realidade. A energia instintiva (libido) se submerge então no inconsciente, originando fantasias e mecanismos de defesa, gerando-se ali a conduta neurótica.

Willhelm Reich aprofundou o conceito de “desejo”, dando-lhe dimensão corporal. As pessoas estão comprometidas totalmente quando têm desejos sexuais. O coração acelera suas batidas, a respiração se agita, o tônus muscular se altera profundamente. A “repressão”, segundo Reich, não é somente uma instância psíquica, mas possui também componentes sociais e políticos. A energia do desejo já não submerge no “inconsciente” mas fica retida nos músculos e nos órgãos, na forma de couraça caracterológica e tensão visceral. Os resultados desta repressão crônica são os transtornos do caráter e as doenças psicossomáticas, tais como a úlcera gástrica, a asma ou a hipertensão.

Na Biodanza, criada por Rolando Toro, o conflito entre desejo e repressão adquire novas dimensões. A esfera do desejo não é somente a do impulso sexual. Compreende também impulsos afetivos e altruístas, impulsos de jogo, recreação e expansão vital; impulsos criativos, desejos profundos de encontrar uma vinculação mais ampla e transcendente com o semelhante e com a natureza.

Assim, os chamados “problemas sexuais” são vistos, a partir da teoria de Biodanza, como problemas da totalidade existencial. Um homem impotente, por exemplo, tem sua vida perturbada em muitos níveis; está massacrado por um estilo de vida inadequado, por carências afetivas, por “estresse”, angústia e depressão. Em resumo, está impotente frente à vida. Uma mulher frígida não está só “insensível” sexualmente. Na realidade, perdeu a capacidade de desfrutar também em outros níveis. Está insensibilizada por muitos medos, tiranizada pelos preconceitos e violentada por altos níveis de “estresse” e sofrimento.

Assim, os transtornos da sexualidade são só uma expressão de um desequilíbrio mais amplo e profundo dos impulsos vitais.

O conceito de “repressão” em Biodanza é também diferente daquele sustentado por Freud e por Reich. Possui uma dimensão antropológica e cultural.

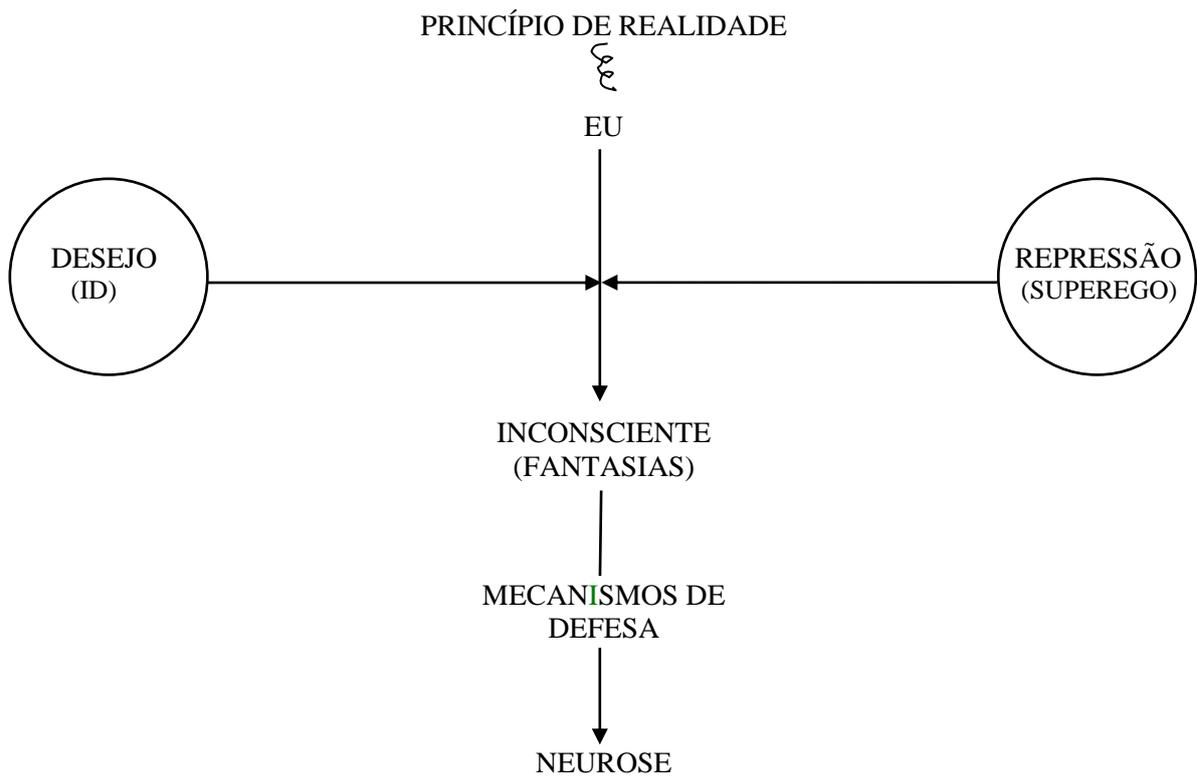
Os valores e mandatos de nossa civilização repressiva foram institucionalizados. Estes valores repressivos são impostas às crianças nos lares, nas escolas, na universidade, na igreja. Toda nossa civilização está sob a tirania de múltiplas formas de repressão: econômica, social, sexual, criativa .

A ação de Biodanza está orientada para transformar a escala de valores do “não vivos” em uma escala de valores: “vive!” Esta transvaloração tem que ser progressiva e sensível.

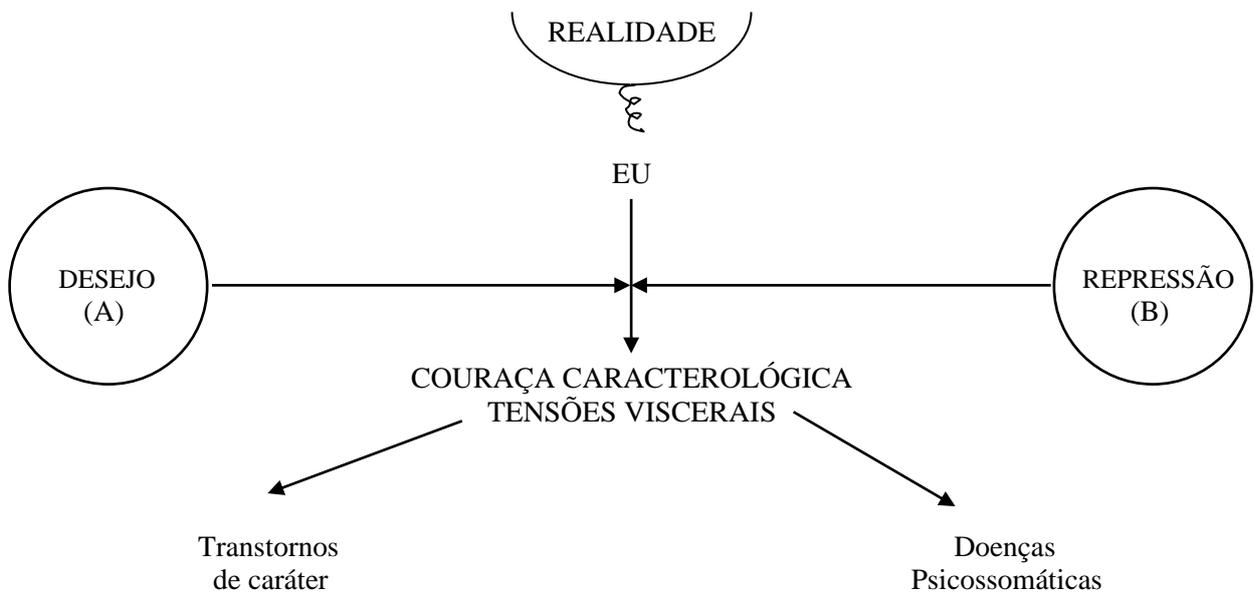
Por outro lado, Biodanza reforça todos os valores positivos e saudáveis que também existem em nossa civilização, tais como a solidariedade, o respeito aos direitos humanos, a busca de alegria, amor e criação, a sensibilidade ecológica, etc.

Esta transvaloração é possibilitada em Biodanza através de exercícios com música e situações de grupo, nas quais as pessoas aprendem a conectar-se consigo mesmas, com as demais pessoas e com o universo.

‣ Sigmund Freud:



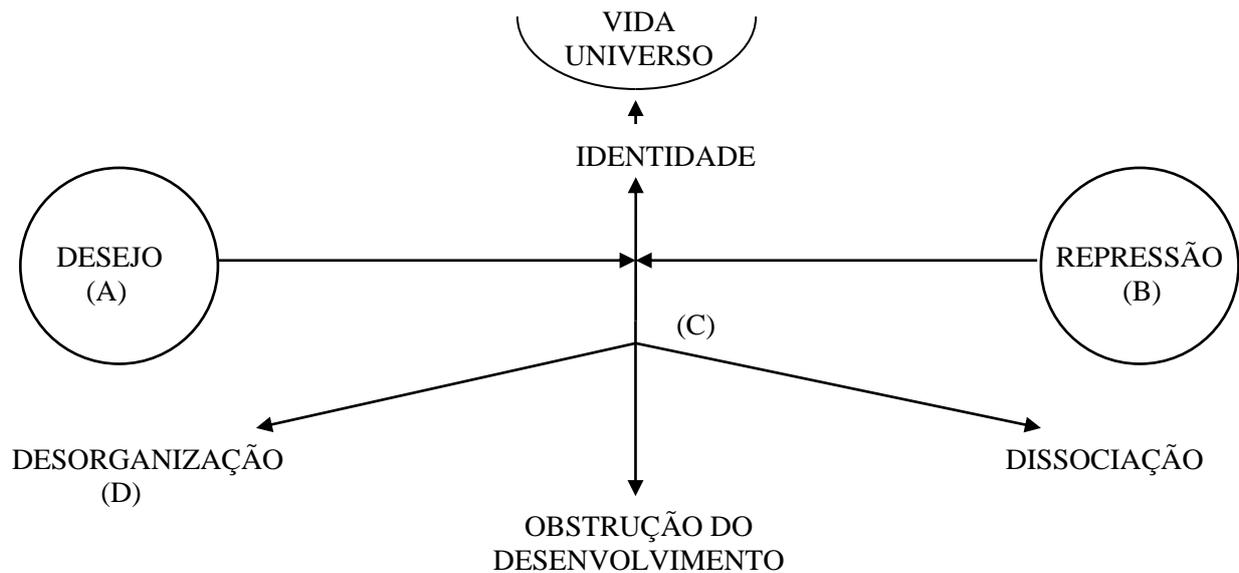
‣ Wilhelm Reich:



(A) Aspectos fisiológicos do desejo. Corporeidade. Dimensão biológica

(B) Aspectos sócio-políticos e policiais da repressão

› Rolando Toro (Biodanza):



(A) – Impulsos vitais  
Impulsos de solidariedade, afeto e ternura  
Impulsos sexuais  
Impulso criativo  
Impulso de transcender o ego

(B) – Valores antivida  
Não te movas  
Não te toques  
Não te exibas  
Não te aproximes  
Não toques nem te deixes tocar  
Não sejas sensível  
Não sintas desejos  
Não te expresses  
Não sejas diferente  
Não desfrutes

(C) – Os valores antivida são institucionalizados no lar, na escola, na universidade, nas igrejas, nas leis, etc.

› Níveis de Repressão Afetivo-Sexual (Escala Rolando Toro):

A presente escala está ordenada hierarquicamente desde os sintomas menores até os mais profundos e graves:

1. Preconceitos sexuais;
2. Racionalização da repressão (ideologias políticas ou religiosas);
3. Humor sexual grotesco (desvalorização do sexo, “porno-chanchada”);
4. Evitamento do contato (medo de sentir);
5. Fetichismo, exibicionismo, voyeurismo;
6. Idealização e dificuldade de ajuste à realidade sexual;
7. Culpabilidade sexual histórica;
8. Culpabilidade sexual obsessiva;
9. Coisificação sexual (ausência de “feedback”);

10. Desvalorização do sexo oposto;
11. Desvalorização do próprio sexo;
12. Identidade sexual não assumida (homossexualidade, bissexualidade, índice poligâmico);
13. Pavor homossexual paranoide (machismo);
14. Expressão psicossomática da repressão;
15. Obstrução do desejo sexual;
16. Contato mecânico sem desejo;
17. Estereotipia afetiva (simulação);
18. Discriminação de pessoas ou grupos;
19. Exploração sexual psicopática;
20. Sadomasoquismo;
21. Agressividade destrutiva (ódio passional);
22. Agressividade fria (tortura e assassinato);
23. Congelamento afetivo (em depressão, esquizofrenia).

‣ Tabu e Repressão

Os tabus sexuais poderiam ser hierarquizados em relação à sua força repressora. Sem dúvida, o tabu da masturbação, por exemplo, não possui a força repressiva do tabu do incesto.

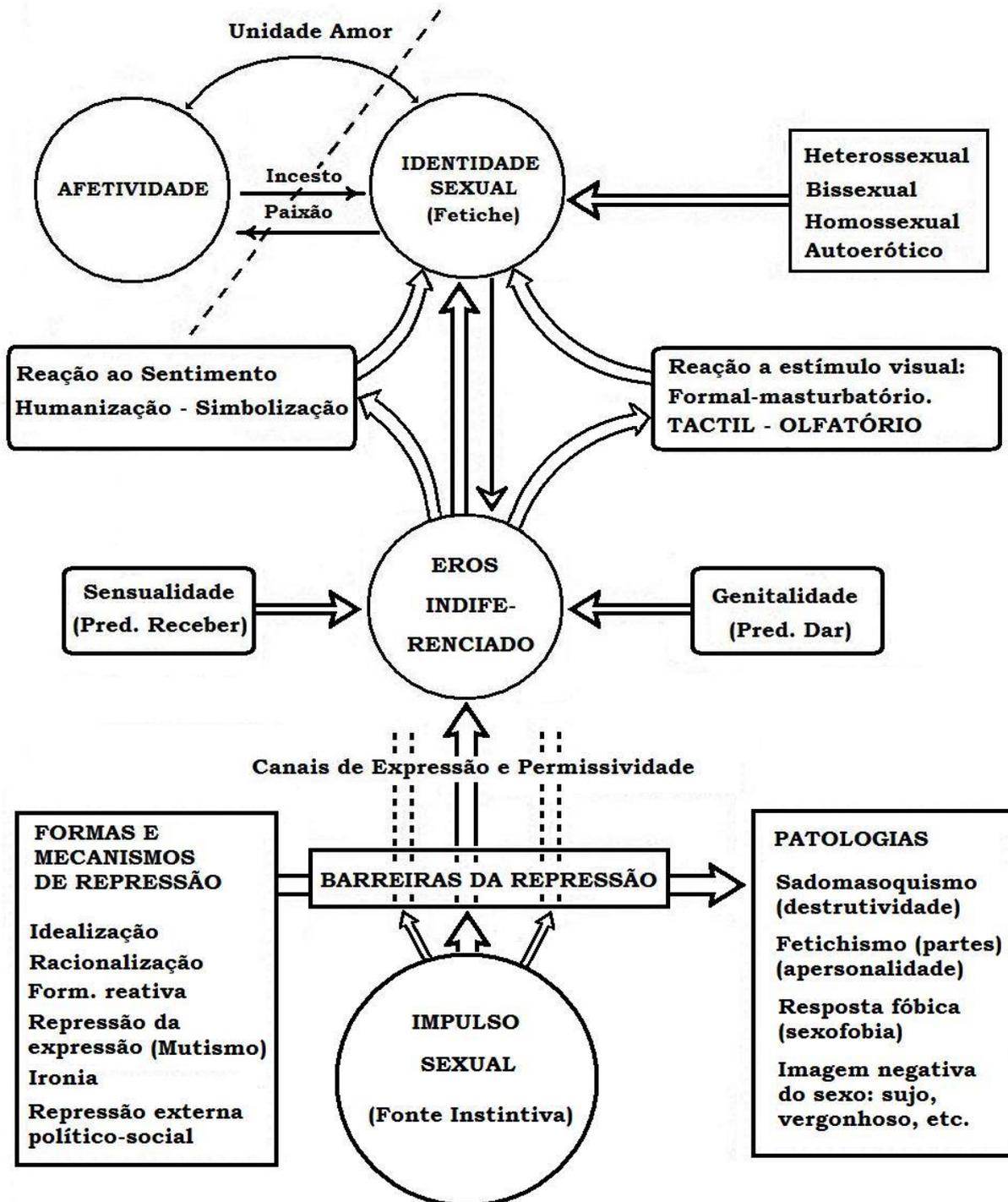
Fazendo uma estimativa subjetiva da força repressora dos tabus sexuais no Ocidente, poderíamos hierarquizá-los, aproximadamente, em uma escala:

1. Exibicionismo
2. Masturbação
3. Voyeurismo
4. Fetichismo
5. Carícias gênito-orais
6. Relações extraconjugais
7. Bissexualidade
8. Triolismo
9. Sexo grupal
10. Incesto

Esta escala permite descrever o nível de repressão das pessoas frente a impulsos “naturais”. Caberia estruturar uma escala de repressão frente a impulsos perversos.

Os critérios de perversão seriam:

- Coisificação  
Utilização do par como objeto sexual (coprofilia, necrofilia, zoofilia).
- Mecanização  
Exercício da prostituição.
- Destrutividade  
Relação sadomasoquista.
- Escotomização (exclusão inconsciente de memórias traumáticas)  
Fetichismo.
- Homossexualidade pura e Transexualismo



### › Bissexualidade

Cada pessoa possui um índice de bissexualidade, desconhecido para si mesma. Este fator de bissexualidade é parte de sua estrutura mais profunda. Os valores culturais geralmente impedem a manifestação deste fator, o que gera rigidez no comportamento, na atividade e nas respostas corporais frente à realidade.

Os exercícios de contato e carícia, assim como os de regressão e os de Grupo Compacto, permitem descobrir, com bastante aproximação, o índice da própria bissexualidade.

Bissexualidade não é sinônimo de Erotismo Indiferenciado. Justamente, encontrar a própria identidade sexual (incluindo o índice de bissexualidade) é um aspecto do Eros Diferenciado.

O Eros Indiferenciado é a ausência de intencionalidade sexual e a aceitação incondicional e prazerosa de contato com todo o vivente, com o primitivo, as plantas, os animais, com os elementos da natureza (água, sol, vento, terra) e – sobretudo – com as pessoas: crianças, anciãos, adultos de ambos os sexos, sem discriminação de nenhuma natureza.

Sem dúvida, existe um vínculo de saúde entre Eros Indiferenciado e Eros Diferenciado: “Não poderia amar-te a ti se não amasse a todas as mulheres” (Cardenal). A pessoa que só está motivada para realizar seu Eros Diferenciado, se empobrece eroticamente.

A mais extrema forma de Eros Diferenciado, sem conexão com o Eros Indiferenciado, são as perversões, que conduzem compulsivamente para objetos amorosos altamente discriminados.

As características das perversões são quatro:

- Alta discriminação do objeto sexual (Eros muito diferenciado)
- Destrutividade
- Escotomização (exclusão inconsciente de memórias traumáticas)
- Apersonalidade

#### ‣ Incesto

Freud e Jung sustentam que a proibição do incesto é essencial para o desenvolvimento da cultura, porque dá origem à imaginação e à consciência.

Robert Stein, em “Incesto e Amor Humano” propõe que o desejo de incesto e sua proibição abrem cada vez mais o mundo da imaginação, dentro da qual é possível transgredir todos os tabus e voltar ao estado paradisíaco e original de integridade, anterior à separação de sua natureza animal e espiritual. O mundo imaginário compensa, com vantagens, as limitações da realidade.

Todas estas posições são falsas. O desejo de incesto é natural e é a chave do paraíso. Sua proibição provoca a separação corpo-espírito e o conflito faz buscar, em um mundo de fantasia neurótica, um paraíso imaginário.

A proibição do incesto cerra, assim, todas as portas ao paraíso real. Transgredir o tabu do incesto significa regressar ao paraíso e liberar-se da opressão que a civilização exerce sobre o homem.

O tabu mais forte no mundo civilizado é o tabu do incesto. Em muitas tribos, como os Trobriandeses, de Melanésia - segundo Malinowski - como também entre os Incas e os Egípcios e em povoações pobres que vivem em promiscuidade, o incesto é normal.

A proibição do incesto, segundo Freud, seria o acesso á consciência. Jung afirma:

*“O que realmente se deseja não é a coabitação incestuosa, mas sim o renascimento (regressão)”.*

A dissociação tem sua origem no tabu do incesto.

#### ‣ Incesto-Amor

Será necessário finalmente, abordar o tema mais difícil, o mais simples por sua vez, o mais evocador e o mais inquietante: o incesto.

Você tinha razão, meu querido Lewis Carroll. Você ofereceu um código à humanidade sobre como um adulto pode estender uma ponte a esse quase inacessível mundo do amor infantil. Jogos de palavras, adivinhações, histórias de transformação, desenhos, surpresas, vestidos e, sobretudo, uma tranquila naturalidade, sem pressa.

E você tinha razão, meu querido Freud, quando revelava o impossível amor e tratava de compreendê-lo, convertendo-o num possível Complexo de Édipo.

E você tinha razão, estimadíssimo Nabokov, ao pensar que um homem maduro faria qualquer coisa para alcançar esse suave e misterioso desejo que, mesmo não se realizando, tem a força do destino.

E você tinha razão, Sr. Lacan, seguindo os passos de Alice, com toda sua insuportável erudição.

E você tem a maior razão do mundo, querido Polanski, usando um modo de sedução à altura de nosso tempo, oferecendo o mais refinado e poético espaço ao esplendor das meninas em flor.

E sobretudo você tem toda a razão do mundo, meu admirado David Hamilton, quando fotografa a pálida ternura das adolescentes, em cores rosa e branco de neve. Quando fotografa a insegurança de uma sexualidade nascente, mórbida, reprimida e apaixonada, que se dá entre o jogo e o desejo, entre a inocência e a intuição originária do amor, e veste com véus transparentes esses corpos desmaiados, indefesos e absolutamente oferecidos, inermes como um fruto à voracidade de um faminto. Você se aproxima com a segurança do sereno ao tremor genital da flor apenas aberta.

Desde há 20 anos, talvez 40, ou talvez 5.000, quando Jó dormia com suas filhas ou Akenaton penetrava em sua irmã, sabemos agora e sempre soubemos, que esta forma de amor é tão natural e forte e que o tabu do incesto foi a maldição de uma bruxa ciumenta há milhões de anos.

Agora sabemos que a criança busca o amor adulto como impulso primário; busca-o com desespero. E agora sabemos também que o adulto necessita esse amor, que é parte de sua saúde e que é parte de sua alegria e que pode chegar a ser sua única alegria.

Quanta perversão há nesses defensores do tabu do incesto? Quanta monstruosa deformação há nesses puritanos que organizam associações para “ajudar” as vítimas e vitimadores do incesto transformando o problema em psicopatologia ou em assuntos judiciais ou pedagógicos?

Chegou a hora de os investigadores terem a coragem de revelar esse aspecto da natureza humana cuidadosamente silenciado. A queda do tabu do incesto pode dar à humanidade um paraíso aqui.

Incesto:

1. Freud (o dedo na chaga).

Complexo de Édipo.

2. Jung

Mitos sobre incesto. Édipo e Electra. Mircea Eliade. Jó e suas filhas. Akenaton. Incas. Waikas.

Aspectos antropológicos e históricos.

Sociedades para “ajuda” das vítimas e vitimadores do incesto (!!). Leis.

3. Herança consanguínea.

Hibridismo e renovação.

4. Incesto e amor humano (Stein).

5. Extensão do conceito de incesto.

Não só a relação mãe-filho, pai-filha, mas de qualquer adulto com crianças.

6. Estupro e violação de crianças.

Perversão do impulso incestuoso devido ao uso de coisificação e violência.

7. Incesto e arte-literatura.

Oscar Wilde: O sacerdote e o acólito .

Lewis Carroll: Alice no país das maravilhas.

Meninas.

Um código de comunicação.

Nabokov: Lolita.

Contos de fadas e bruxas.

Histórias para crianças.

8. Sexo-amor nas crianças.

Repressão da expressão sexual nas crianças.

O cinema do incesto: “Pretty Baby”, “La luna”, etc.

## Bibliografia sobre o incesto:

- Alice no país das Maravilhas (Lewis Carroll).
- Meninas (Lewis Carroll).
- Branca de Neve.
- Rapunzel.
- A Gata Borralheira.
- Conflitos edípicos e soluções.
- A psicanálise dos contos de fadas (Bruno Bettelheim. Rio: Paz e Terra, 2007)
- Salomé (Oscar Wilde).
- O Sacerdote e o Acólito (Oscar Wilde).
- Obras Completas (Sigmund Freud).
- Incesto e Amor Humano (Stein).
- Lolita (Vladimir Nabokov).
- O Império das Ninfetas (Revista Time).
- Fotografias (David Hamilton).
- A Bíblia
- Filme “La Luna” (Bertolucci)

Hamilton: um acesso à compreensão do erotismo adolescente. O conceito de “ninfeta” e sua força como arquétipo feminino contemporâneo.

King-Kong, Tarzan, Superman, novas formas de expressão fantástica do impulso incestuoso. O erotismo paternal e maternal.

## ‣ Fantasias Sexuais e Perversões

O conceito de perversão sexual tem evoluído indiscutivelmente desde o princípio do século até nossos dias. Esta evolução está em íntima correlação com a queda dos tabus sexuais. Assim, algumas condutas designadas antigamente como perversões, hoje são consideradas apenas como reações da resposta sexual normal. Homossexualidade, exibicionismo, voyeurismo, fetichismo, ninfomania, priapismo não possuem, na atualidade, implicação psicopatológica.

A palavra perversão tem conotações moralistas e repressoras. Aludem a um processo degradativo da resposta sexual.

Na nosologia mais atualizada, uma conduta tem o caráter de perversa se tem uma ou várias das seguintes características:

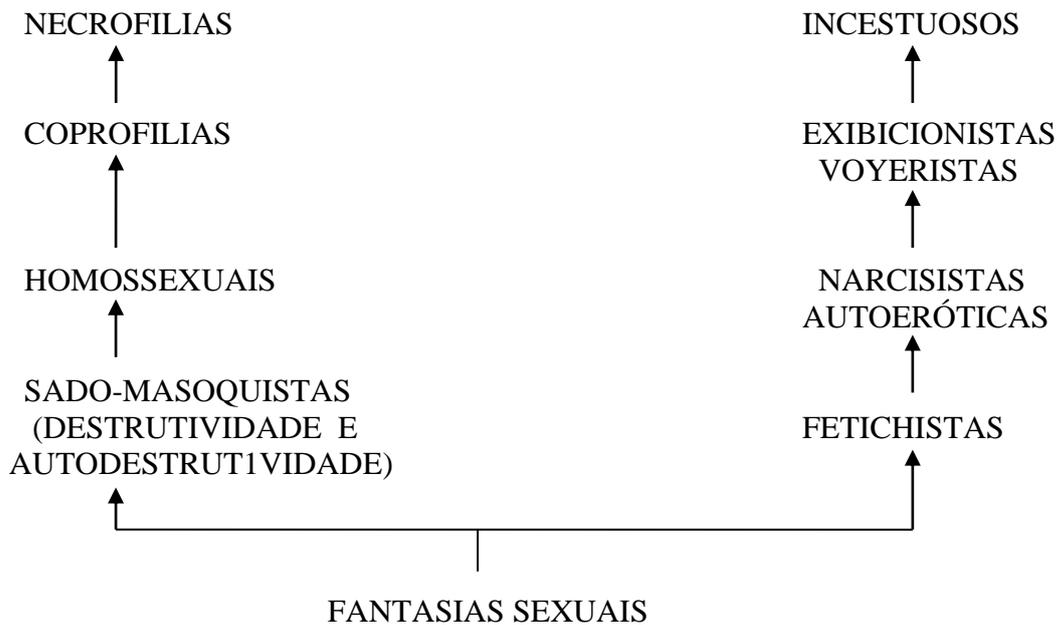
1. Apersonalidade (coisificação)
2. Destrutividade
3. Escotomização (exclusão inconsciente de memórias traumáticas)

Não obstante, estabelecer os limites, formas e quantidades dessas três categorias é praticamente impossível.

Quanto de coisificação há no ato mesmo de fazer-se presente como totalidade pessoal?

Minha resposta é suprimir o conceito de perversão sexual na linguagem da sexologia e considerar qualquer conduta sexual como uma forma privada de resposta. No lugar de falarmos de perversões, falaremos de fantasias sexuais, respostas sexuais, expressão da identidade sexual, etc.

Minhas observações me permitem sugerir o seguinte esquema sobre a expressão da identidade sexual:



Este ensaio constitui uma intuição analítico-existencial e estética do possível duplo curso das fantasias sexuais no ser humano.

Abstenho-me aqui de qualificar as duas linhas como patológicas. A observação e a descrição fenomenológica das distintas condutas sexuais permitem concluir que, sem lugar a dúvidas, todas as pessoas têm algumas destas fantasias em forma consciente ou inconsciente, as quais se expressam nos mais diversos graus de intensidade.

Sem dúvida, na linha sádica há uma profunda dificuldade de comunicação para a intimidade. A destrutividade em que implicam algumas condutas sádicas nos inclinaram a pensar em um desajuste.

Estas duas linhas as vezes se combinam em estruturas mistas de grave complexidade.

Freud estabeleceu a conexão entre tendências obsessivas e homossexualidade. Também, nos doentes obsessivos, observou a divisão do mundo em puro-inferno, limpo-sujo. Além disso, fez maravilhosos estudos sobre narcisismo primário, Complexo de Édipo, incestos. Também é maravilhosa a intuição de Freud no trabalho com “conjuntos” psicológicos.

#### › Frigidez

Não é um problema sexual, mas de toda a personalidade. A mulher não desenvolveu a capacidade de desfrutar de cada coisa. Devido à luta pela vida, se tornou demasiadamente insensível. Não desenvolveu sua capacidade de gozar.

O amor se converte em uma atitude mental: casamento, casa, etc.

##### 1º Despertar a fonte do desejo

Certos exercícios ativam a hipófise e esta envia hormônios a diferentes órgãos. Uma vez que aprende e se dá permissão para gostar de muitos homens, a mulher já pode escolher um deles (desejo indiferenciado).

##### 2º Desfrutar do desejo

A causa não deve ser buscada no homem, mas na mulher.

Em Biodanza se busca desenvolver uma nova capacidade de desfrutar. A situação de carência é modificada.

Desejo e prazer são funções tais como respirar, comer.

Ao sentir desejos, já se ganhou uns 50% da batalha contra a frigidez.

Atualmente, as mulheres exigem: “Temos direito ao orgasmo”. Exigem do homem o que tem que vir delas.

Uma aluna: “Essa é uma forma de lutar contra a repressão do ambiente. ‘Orgasmo’ deixa de ser palavra tabu”.

### ‣ Biodanza nos Transtornos Sexuais e Ginecológicos

#### 1. Mecanismos de Ação

- A vertente afetiva no potencial de excitação genital
- Grande parte dos transtornos sexuais são transtornos afetivos
- O grupo em Biodanza, ativador do potencial sexual indiferenciado
- Ativação da fonte do desejo
  - Dessensibilização da culpa
  - Capacidade de expressão erótica
  - Prática do encontro corporal
    - a. Carícia mecânica e carícia afetiva
    - b. Fenomenologia das posições do coito
  - Elaboração do prazer
- Biodanza como terapia de escolha dos transtornos sexuais
- Os problemas sexuais são problemas sociais (tabus)
- Biodanza é um caminho real de emancipação das mulheres

#### 2. Casuística

- Histeria
- Homossexualidade que se transforma em bissexualidade
- Cólicas menstruais
- Desregulação do processo ovulatório
- Prurido vulvar e anal
- Impotência
- Frigidez
- Esterilidade psicógena

#### Exercícios

- Ponto de partida genital
- Ponto de partida peitoral
- Posição da repressão sexual (“slide” postural)

#### “Slides”

- Hemorragia uterina provocada por medo súbito
- Comparação dos gráficos do orgasmo feminino e masculino
- Fenomenologia de posturas do coito

A sexualidade de um indivíduo é, em altíssima medida, o resultado de sua existência e, portanto, de todo o estresse, sofrimento, das agressões que sofreu, de todas as repressões, de todos os tabus da ideologia, da religião, dos sistemas educacionais. Resulta, portanto, um pouco ilusório, tentar resolver o problema sexual de um indivíduo separando-o do contexto social e cultural em que vive. Há uma relação direta entre sexualidade e estresse.

### ‣ Diagnóstico da sexualidade

- 1) Eros indiferenciado
- 2) Capacidade de dar contato
- 3) Busca de contato
- 4) Ausência de culpa
- 5) Capacidade de “feedback” erótico

- 6) Compressão-descompressão progressiva
- 7) Sedução (dança da serpente)
- 8) Expressão do desejo
- 9) Sensibilidade das carícias (integração afetivo-erótica)
- 10) Euforia dionisíaca
- 11) Sensibilização corporal (sensualidade)
- 12) Genitalização
- 13) Calor erótico
- 14) Coragem para assumir o próprio padrão de resposta sexual
- 15) Erotismo diferenciado (dança de amor)
- 16) Capacidade de obter prazer

### CONTROLE EVOLUTIVO DA SEXUALIDADE

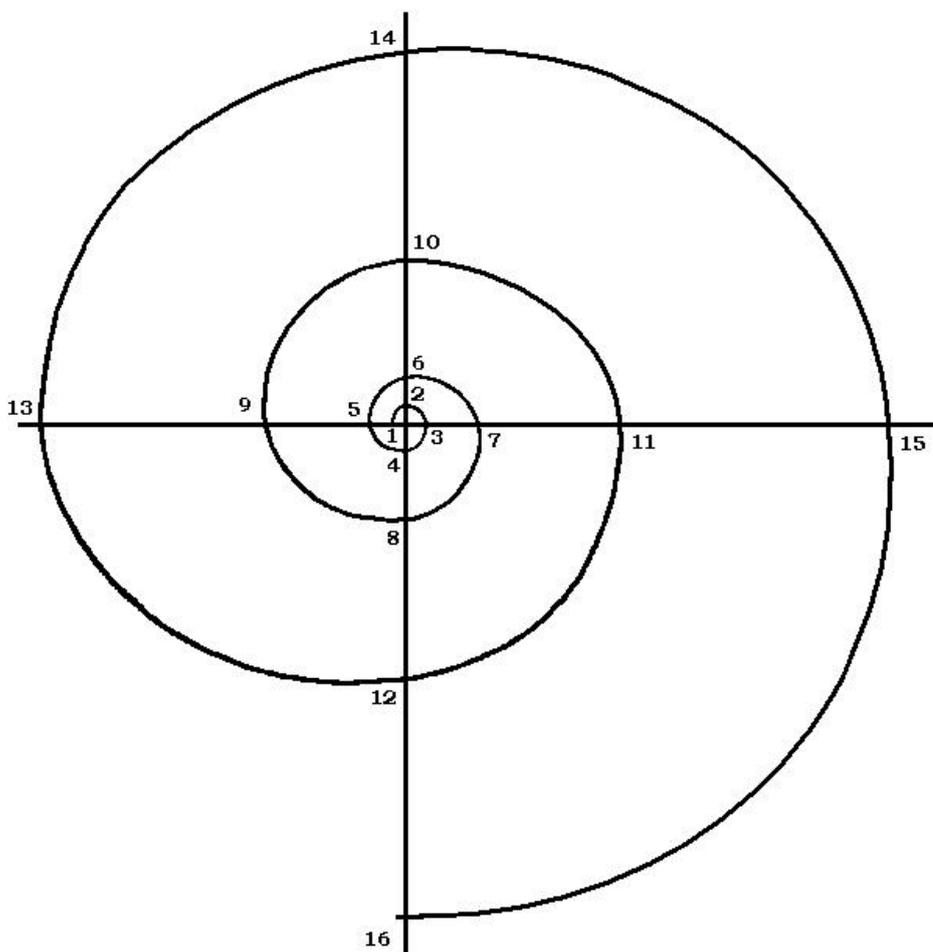


FIGURA 20 - ESPIRAL EVOLUTIVA DA SEXUALIDADE

## › Pesquisa

- “Acho que a masturbação é benéfica para a saúde”.
- “Encontro agrado na masturbação”.
- “Masturbo-me frequentemente”.
- “Gosto de exibir-me nu(a) ou seminu(a)”.
- “Busco oportunidades para exibir partes do meu corpo”.
- “Gosto de olhar pessoas nuas ou seminuas”.
- “Contemplo com agrado fotografias ou revistas com nus”.
- “Gosto de assistir filmes eróticos”.
- “Às vezes me excito olhando imagens com nus”.
- “Às vezes sinto atração sexual por duas ou mais pessoas ao mesmo tempo”.
- “Acredito que o homem e a mulher sejam polígamos e que podem experimentar relações sexuais extraconjugais”.
- “Os homossexuais tem direito à ‘sua’ resposta sexual e as pessoas não deveriam julgá-los”.
- “Acredito que existam em mim tendências homossexuais”.
- “Acredito que a maioria das mulheres tenham tendências lésbicas”.
- “Todo ser humano tem certo grau de bissexualidade”.
- “Gostaria de ter uma ‘relação a três’ com um homem e uma mulher”.
- “Gostaria de ter uma ‘relação a três’ com duas pessoas do sexo contrário ao meu”.
- “Gostaria de participar de uma experiência de sexo grupal com pessoas simpáticas”.
- “Acho que o sexo grupal é uma possibilidade natural de se obter novos prazeres e de conhecer as minhas próprias reações”.
- “Gosto de receber as carícias espontâneas das crianças”.
- “Acredito ser possível uma ‘paixão’ entre uma criança e um adulto”.
- “Gosto do jogo sexual com roupas sugestivas”.
- “Sinto-me culpado quando tenho desejos sexuais”.
- “O amor e o desejo sexual ocorrem separados, em mim”.
- “Tenho reações de impotência ou frigidez”.

## › Prescrições

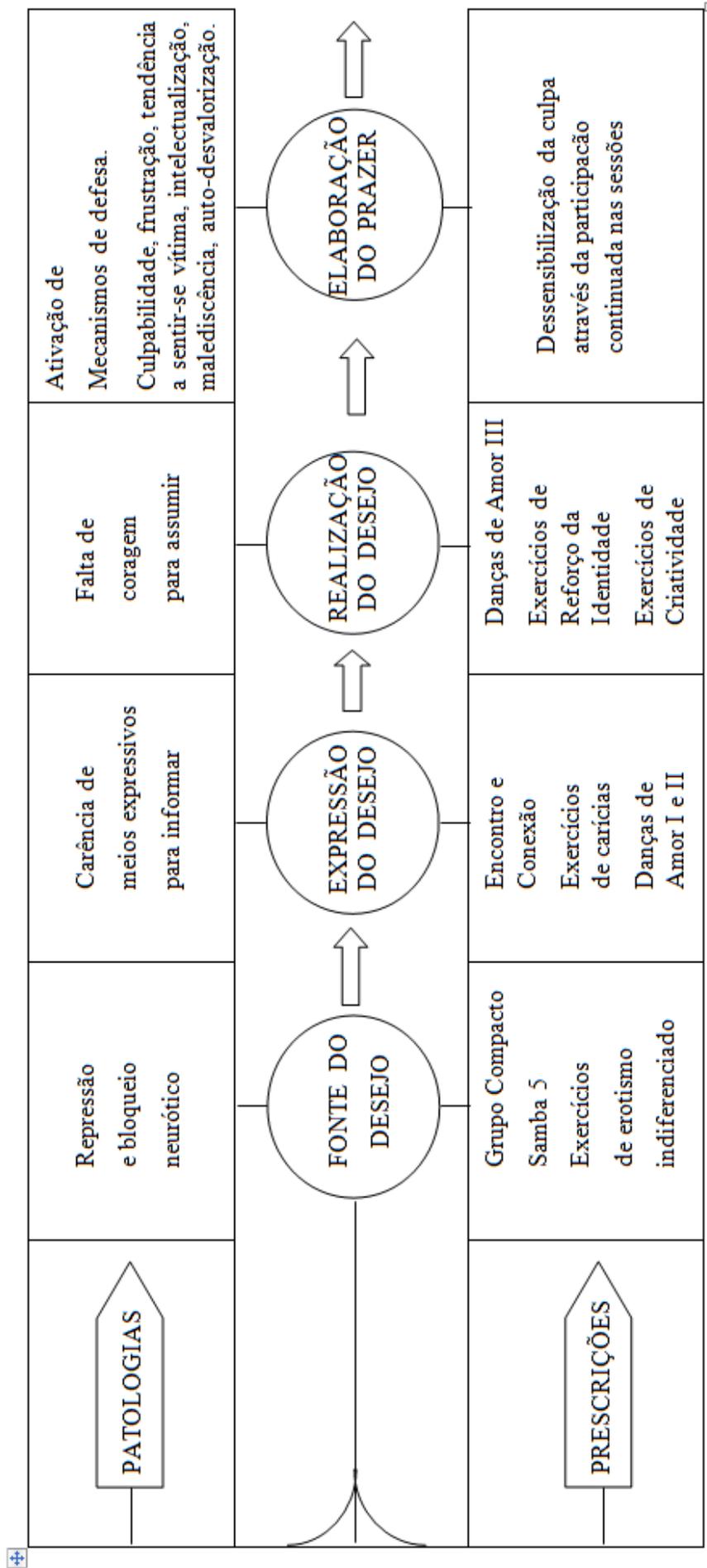
Os problemas sexuais não são tratados em Biodanza a nível forçosamente genital. Também pouco a nível da consciência. A ação de Biodanza inclui:

1. Desrepressão.
2. Despertar do desejo.
3. Integração corporal.  
Trabalho do corpo como totalidade.
4. Descoberta de novas formas de comunicação.  
Facilitação da expressividade.
5. Descoberta da identidade sexual.
6. Clareza sobre o sentido do eros indiferenciado e diferenciado.

‣ Exercícios da Linha da Sexualidade

Exercício:	Roda de comunhão.
Efeito:	Disposição comunitária. Simpatia.
Exercício:	Dança em “feedback”.
Efeito:	Preparação à progressividade do encontro.
Exercício:	Exercícios de carícias
Efeito:	Aprendizagem de formas de acariciar. Vivências de prazer.
Exercício:	Dança de ressonância afetiva.
Efeito:	Sintonia gestual do rosto e das mãos.
Exercício:	Dança de comando pulsante (caminhar confiando).
Efeito:	Capacitar o indivíduo a conduzir seu companheiro(a) e deixar-se conduzir.
Exercício:	Leitura das formas de encontro
Efeito:	Reeducação do estilo de encontro
Exercício:	Grupo compacto de carícias.
Efeito:	Despertar as fontes do desejo. Percepção do tocar e ser tocado.
Exercício:	Dança da fugacidade do encontro.
Efeito:	Percepção do “aqui-agora” do encontro.
Exercício:	Um minuto de eternidade.
Efeito:	Percepção da presença pura, sem ação.
Exercício:	Samba do Juízo Final.
Efeito:	Elevação da vivência de esperança.
Exercício:	Encontros.
Efeito:	Percepção do Eros diferenciado.
Exercício:	Exercícios de contato mínimo.
Efeito:	Sensibilização global.
Exercício:	Criação de um “ninho”.
Efeito:	Estimular o instinto de “ninho”.
Exercício:	Exercícios de regressão ao estado de infância.
Efeito:	Fusão de Âmnios e Eros.
Exercício:	Exercícios de expressão do desejo.
Efeito:	Estimulação da capacidade de expressão do desejo e de dissolução corporal.
Exercício:	Dança do Amor I.
Efeito:	Aprendizagem do comportamento em par estável.
Exercício:	Dança do Amor II.
Efeito:	Reações frente à separação e reconciliação.
Exercício:	Dança de Amor III.
Efeito:	Ajustamento corporal e posturas de prazer.
Exercício:	Dança de harmonização progressiva.
Efeito:	Harmonização amorosa sutil

FIGURA 21 - LINHA DE VIVÊNCIA SEXUAL. PATOLOGIA E PRESCRIÇÕES



### 03. LINHA DA CRIATIVIDADE

#### ‣ Para uma Biologia da Criatividade

##### *1. A Criatividade, uma Função Natural*

Se o ato de viver é uma manifestação sutil do portentoso movimento de um universo biologicamente organizado e em permanente “criação atual”, a criatividade humana poderia ser considerada como uma extensão dessas mesmas forças biocósmicas expressas através de cada indivíduo. Nós somos a mensagem, a criatura e o criador ao mesmo tempo.

Compreendo as dificuldades intelectuais que esta ideia comporta para quem está acostumado a abordar o fenômeno criativo como uma manifestação do espírito. Chegou a hora de assumir que nossa grandeza não está no espírito, mas na existência. E dito de uma forma ainda mais radical, nossa grandeza é nossa vida. Temos, portanto, que abandonar os tradicionais enfoques da Psicologia da Criatividade, para entrar de cheio na narrativa do extraordinário.

O conceito elitista que separa os criadores das pessoas comuns não representa senão um dos tantos preconceitos culturais que, no fundo, reforça a trágica dissociação do homem e sua obra.

Se que estamos separados de nossa própria obra, cada um de nossos movimentos está dissociado de nossa emoção. Os enormes sistemas de alienação exercidos através do trabalho institucionalizado consolidam, de uma forma obscena, a dissociação entre o que sentimos e o que fazemos. Nossa civilização, de forma não declarada, reprime a função natural da criatividade. O protesto frente à posição elitista surgiu com força durante o presente século. Nas concepções da educação pela arte, de Herbert Read, Santiago Barbuy, Rolando Toro, Charles Franz, Roger Garaudy, Gonzalo Toro, Ruth Fridman, Augusto Rodrigues e outros.

Não estamos propondo a atividade criativa como um modo de psicoterapia, na maneira da Arte Terapia, Dançoterapia ou Musicoterapia, mas como o desenvolvimento natural de uma função biológica. Embora eventualmente produzam efeitos terapêuticos reconhecidos, seus objetivos se restringem aos doentes. Uma concepção biológica da criatividade se aproxima do tema da inocência criadora, no sentido de permitir o surgimento, a nível individual, do gênio da espécie. Trata-se de facilitar e não reprimir o ato de frutificar. Nossa proposta é permitir a expressão dos impulsos naturais criativos. A criação é, como a função sexual ou a de autotranscendência, extensão do processo de viver.

##### *2. Repressão da Criatividade*

A repressão da criatividade ocorre a todos os níveis: educacionais, sociais e políticos. Assim como a repressão sexual tem catastróficas consequências na convivência social, através do mecanismo de transformação de Eros em Tanatos, a repressão dos impulsos inatos da função criativa tem também consequências gravíssimas para o indivíduo e a sociedade. A obstrução do impulso criador provoca, a meu modo de ver, os seguintes efeitos:

###### a. Dissociação afetivo-prática

O indivíduo está impedido para realizar o que sente. Isto é, padece de paralisia, no sentido literal da palavra.

###### b. Mecanização

O indivíduo se move a partir de padrões impostos desde fora e repete sequências de movimento sem sentido, alheios a sua vida. Neste ponto, Jaspers adverte:

*“Terrível é o deserto desolado do não ser o verdadeiro si mesmo”.*

A mecanização é um atentado à função global de viver.

###### c. Descompensação e perda da homeostase

A repressão da criatividade impede o fluxo organizador do sistema vivo, ao se quebrar a conexão em “feedback” com o mundo, trazendo, como consequência, graves perturbações nos sistemas autorregulados do organismo.

Não constitui uma audácia afirmar que algumas enfermidades psicossomáticas e a neurose depressiva possuem, como componente etiológico, a obstrução da expressão espontânea dos impulsos criadores.

#### d. Despersonalização

A expressão do criativo é a versão pessoal do gênio da espécie, é o modo de relação entre a identidade e alteridade. A função criadora é aquela que determina a existência individual. A repressão da criatividade, portanto, tem o efeito de despersonalizar o indivíduo, o que se projeta na percepção despersonalizada dos outros.

Os efeitos descritos trazem, em seu conjunto, o apagamento de todos os outros impulsos inatos. A diminuição da qualidade da vida, de seu sentido epifânico e de sua exaltação, vale dizer, da glória de viver.

É por esta razão que a arte irrompe frequentemente como uma ação convulsiva, não apenas como nostalgia de integração do homem com sua obra, mas como gesto desesperado de sobrevivência.

### 3. Aspectos Biológicos da Função Criativa

A função criativa é o impulso inato para expressar nossa superabundância.

O ato criador possui muito de grito, de orgasmo, de dança e de gestação.

A criação tem, com frequência, o aspecto convulsivo da vida, abrindo caminho em meio aos elementos. Reiteradamente, o ato criador tem sido descrito como uma viagem do Caos ao Cosmos.

Antonin Artaud, referindo-se a Van Gogh, descreve este processo com extraordinária lucidez:

*“Van Gogh é pintor, porque colheu a natureza, porque a retranspirou e a fez suar, porque salpicou em suas telas, em feixes, em monumentais paletas de cores, a secular trituração de elementos, a terrível pressão elemental de apóstrofes, estrias, vírgulas, barras que, depois dele, ninguém poderá discutir que formem parte do aspecto natural das coisas”.*

Nesse texto afirmamos a qualidade visceral da criação. Penso que, talvez nessa poética do ato de frutificar, podemos encontrar o sentido de nossas ações.

Poderíamos dizer que o ato criador por excelência é parir-se a si mesmo. Originalmente alude a “poyesis”, parteiro, trabalho de dar à luz. Dentro desta perspectiva, o criativo tem semelhança com a expressão mais profunda do gênio da vida: a autopoiese.

Biodanza propõe apenas diminuir a auto-repressão do impulso criador e facilitar, através da música, do canto, da dança e de exercícios de encontro em grupo, a expressão natural da criatividade. Pomos nossa ênfase na qualidade criativa do encontro humano. Se é certo que os padrões motores são programados biologicamente, o encontro com situações novas de comunicação, com estímulos musicais, com pessoas que despertam vivências novas em um espaço-tempo não cultural, mas biológico, ativa a biogênese. Uma dança está viva, ou então é mecânica e dissociada. Um poema, um desenho, uma canção, possuem ou não energia vital. As obras de arte, assim como os gestos e expressões das pessoas, estão vivas ou mortas. Podemos, na realidade, considerar o gênio da espécie e a função criativa como expressões de um mesmo fenômeno. Unidade, complexidade, turgência, identidade, ontogênese e filogenia, são categorias que abarcam os sistemas vivos e a função criadora. Nossa proposta, portanto, é de que a percepção das obras de arte, tanto como a criação de estratégias terapêuticas, educacionais ou psicoprofiláticas, requerem uma hermenêutica referida aos sistemas vivos.

A abordagem da análise estética ou da Psicologia da Criatividade, me parece empobrecedora, porque aborda o tema da criatividade com instrumentos intelectuais inadequados.

### 4. A Criatividade como Expressão de Superabundância

Newman afirmou que a característica essencial do indivíduo criador é a superabundância. Pois bem, esta riqueza interior, esta abundância de potenciais profundos, existe em todas as pessoas. O artista é apenas aquele que tem a coragem de expressar suas potencialidades.

Pode-se objetar a esta proposta, a existência de pessoas insensíveis, rotineiras, vazias de sentido e, em suma, estéreis em seu comportamento. Podemos supor que essas pessoas são justamente aquelas que mais reprimiram a autoexpressão de seus impulsos criadores. Um fenômeno semelhante ocorre em outros planos de repressão dos impulsos evolutivos. Assim, por exemplo, há pessoas assexuadas e frias, sexofóbicas, puritanas, histéricas e perversas, que não são senão a expressão trágica da repressão cultural sobre seus impulsos sexuais naturais.

O artista é um indivíduo que tem a necessidade e a coragem de frutificar. A vida é superabundância de vida, é riqueza gratuita, luxo e luxúria. Esta plenitude nasce do conjunto orgânico das energias vitais manifestando-se com pleno sentido no mundo. Assim, a criatividade pode se expressar em uma conversação, em uma dança espontânea, no ato sexual, na celebração do desjejum, tanto como nas formas mais elevadas e majestosas da arte universal.

O suntuoso ato de preparar os alimentos ou de elaborar uma cantata, provêm da mesma fonte genética. A assertividade, a percepção seletiva, a liberdade para induzir mudanças, a fluidez, que são características próprias do ato criador, são também atributos dos sistemas vivos.

#### ‣ Esplendor Criativo

O problema do criador pode ser uma luta contra sua própria superabundância. Newman assinalou que a característica do homem criativo é - precisamente - a superabundância da sua imaginação.

Estou de acordo. Mas agregaria: unida à humildade e à paciência. A humildade necessária para tomar um dos múltiplos projetos e realizá-lo bem, como se fôssemos eternos, pensando no tempo infinito que o universo se dá para criar uma pequena flor, um besouro, uma esmeralda. Nossa opulência como artistas não está na superabundância, mas na humildade para abandonar nossas múltiplas opções e colocar em uma só delas nosso sereno amor.

#### ‣ Nós Somos a Mensagem

O gênio da espécie transmite sua mensagem atravessando milhares de ruídos. O gênio da espécie se comunica através de certos indivíduos para transmitir, com rigor absoluto, sempre a mesma coisa. Esta mensagem adquire a forma do Teorema de Pitágoras, das melodias de Orfeu, dos Sonetos de Petrarca, das Cantatas de Bach, dos desenhos de Leonardo da Vinci, das Elegias de Rilke, das fórmulas de Einstein.

Sempre é o mesmo, dito de uma nova maneira; a mesma mensagem de que algo está pleno de sentido, que há uma unidade, uma melodia, uma beleza insuportável, no fluxo do universo. O gênio da espécie se manifesta em indivíduos excepcionais, para dizer sempre seu código de harmonia. Esses indivíduos possuem o olho do êxtase, o ouvido que percebe a música cósmica no silêncio da realidade. Possuem a mão que repete, com um sinal, um gesto muito antigo. O homem de gênio é uma criança que não faz senão balbuciar a mensagem da unidade.

Por isso sentimos que está tudo em ordem frente à pintura de um pássaro realizada por um artista Zen, com uma mancha segura e rápida.

O sofrimento infinito que se arrasta através das Idades e que chega a golpear as estruturas vivas, se acalma nos girassóis de Van Gogh ou no gemido de Ginsberg. Depressão, pavor infinito, tudo está em ordem.

#### ‣ A Existência como uma Embriologia Poética

*“Chegamos tarde para os deuses e muito cedo para o Ser. Do Ser, o homem é poema iniciado” (Martin Heidegger) .*

Se o homem é um animal poético, um poema inconcluso, cada indivíduo está desvelando, através de sua existência, o poema de sua identidade. Poucos de nós somos conscientes do sentido de totalidade e da misteriosa semântica que surge dos atos cotidianos no encontro com o mundo.

*“Permitam-me somente recordar ser agora essa flor de silêncio entre duas grandes hecatombes”* (Ludwig Zeller).

Eis aí uma formulação sobre a beleza e o pavor da consciência de ser em meio ao eterno. Somos esquivos para a essência e temerosos frente ao pavor e a graça de viver.

No projeto poético humano, o tempo e o espaço são estruturados de uma maneira personalíssima. Seria sempre uma tarefa destinada ao fracasso, uma tipificação da existência em relação a padrões de estruturação têmporo-espaciais. Podemos dizer que uma pessoa é mais lenta, mais rápida, que prefere os espaços fechados ou abertos, que tende mais a viver o passado que o futuro, etc. Mas estas descrições caem na mais absoluta abstração e não são bons modelos para descrever uma vida. Binswagner deu um passo adiante quando propôs uma fenomenologia do tempo e do espaço vivido. Essa abordagem tem já um valor operatório, como quando demonstra que um doente esquizofrênico modificou sua estrutura têmporo-espacial quando começou a escrever cartas, mudando para um tempo-espaço mais orgânico. Em esse ato, o doente se projetava ao encontro de pessoas conhecidas no passado e lançava uma sonda através do espaço, em busca de contato.

Uma verdadeira fenomenologia do espaço-tempo vivido, necessariamente tem que ser poética, isto é, deve percorrer as vivências e sentimentos que produzem certos lugares, certos objetos, o encontro com pessoas, o contato da brisa e do sol na pele; mas tudo isso, pleno de epifania.

Octavio Paz, dentro desta visão, expressa:

*“Nossa poesia é consciência de separação, tentativa de reunir o que foi separado (o homem e sua criação, o homem e seu semelhante). No poema, o Ser e o desejo de ser realizam um pacto por um instante, como o fruto e os lábios.”*

A poética do tempo-espaço vivido é, então, uma percepção transcendente e, para poder penetrar no poema da criatura, é necessário entrar em êxtase com ela.

*“Na imobilidade do ar, o fogo deixava cair o ouro de seu pesado alento. Nunca havia visto tão cheia a copa de soluços do universo”.*

*“Imensa, eterna, espantosa Realidade. De todas as possibilidades, tu és a mais extraordinária”* (Lubicz Milosz).

A percepção de estar vivendo um momento único e eterno nesta Realidade tal como é, sem expectativas, sem pressa, sem nostalgia, no vazio onde as coisas aparecem, em uma realidade que respira, nessa atmosfera em que tudo está chegando a ser,

*“quão estranho é vê-la fibra tecida por nós, alongando seus finos filamentos através dos espaços brumosos do mundo exterior”* (Virginia Wolf).

O sagrado original se dá sem conjeturas, surgindo desde sempre com certa inerte desnudez. Poeticamente, ocorre o encontro entre a criatura e os objetos-rostos em um espaço onde sempre estiveram e já não estão mais. Então esta poética é uma cerimônia de contato. Essencialmente. Fazer contato com a corrente de vida outra, em que cada coisa fala de si para ti, a última fronteira, o último verso de nosso poema pessoal é o ato de contato, cuja natureza é voluptuosa e fugaz, cujo exercício enche nossa “copa de soluços”, isto é, se plenifica na dor e na felicidade.

Nesta percepção há um elemento essencial: a natureza de criatura inconclusa, inacabada, em vias de chegar a ser, isto é, submetida na temporalidade.

*“Habitar poeticamente quer dizer: manter-se em presença dos deuses e ser alcançado pela proximidade essencial das coisas”* (Heidegger).

Qual é o tempo vivido de um homem que cava a mina na escuridão da terra? Qual é o tempo vivido de dois amantes que caminham pela rua tomados das mãos? Qual é o tempo vivido de um homem de 60 anos, olhando a chuva através da vidraça?

A vivência desse espaço-tempo pessoal atualiza para nossa consciência, em cada instante, a irreduzível qualidade da vida, pura e incontaminada apesar da violência que emerge pelas fendas de uma condição dissociada. Nessa brisa do encontro e da perda, surge a nostalgia de unidade.

## CRIATIVIDADE

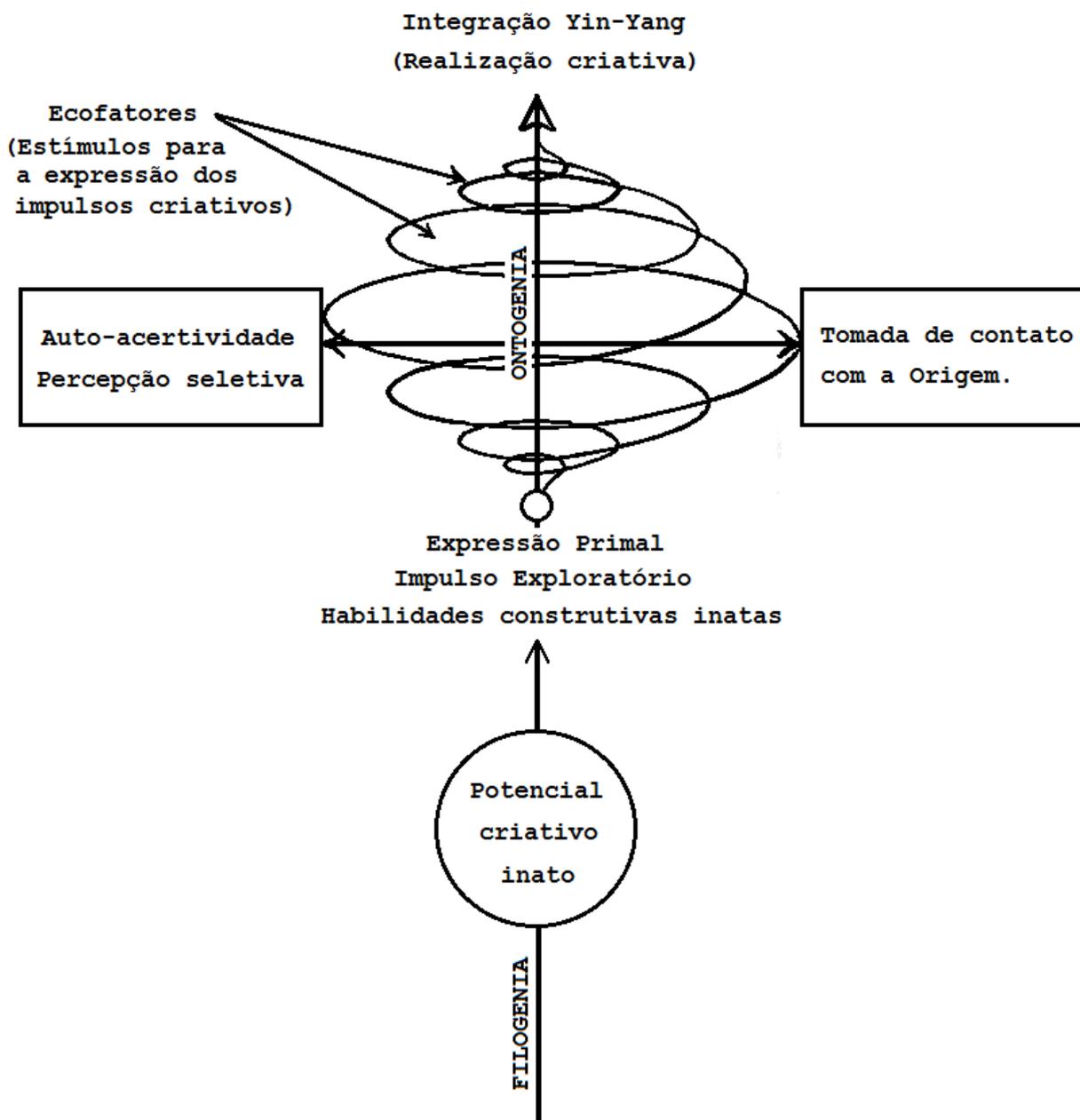


FIGURA 22 - CRIATIVIDADE

### › Imagem Corporal e Poesia

1. Pode ser Dito; mas não Pintado

Quando se expressa o corpo humano na dança ou na plástica ou quando o tratamos poeticamente, o que se projeta não é o corpo tal como se vê exteriormente, mas a forma sensível em que o artista o percebe, em inefável transformação.

O pintor descreve a imagem corporal desde sua própria interioridade. Esta imagem alude a “sua” vivência e não à forma anatômica; a imagem pintada ou revelada no poema é a projeção de uma “corporeidade vivida”.

As transformações da imagem corporal na arte, ocorrem, portanto, sob a pressão de tensões que o artista projeta, embora suas motivações sejam estético-formais.

Na arte altera-se visivelmente a imagem corporal com fins expressivos ou puramente estéticos; sem dúvida, muitas vezes se vai mais além disso: rompe-se o esquema corporal mesmo.

Embora na plástica as alterações do esquema corporal tenham se dado com notável variedade, (lembramos Hieronymus Bosch, Max Ernst, Picasso, Zeller) na Poesia adquirem uma qualidade diferente e uma sutileza inaudita.

Antonin Artaud nos revela com palavras um esquema corporal destroçado:

*“... Abandonado, golpear contra muralhas sem fim uma cabeça que se entreabre e se rompe em pranto, estender sobre uma mesa trêmula um sexo inutilizável e completamente falso...”*

Isto pode ser dito, mas não pintado. As projeções metafísicas e emocionais, as dores, as vivências de despedaçamento, são desenhadas neste caso com força surpreendente.

A linguagem poética abarca zonas inacessíveis por outros meios.

Expressar essas vivências corporais é uma obra interior não isenta de risco.

## 2. Poesia Corporal do Outro

A evocação poética de outra pessoa é uma expressão do modo como o artista se identifica corporalmente e realiza a conexão interna com tal pessoa.

Ao evocar a mulher amada, o poeta experimenta dentro de si a potencialidade dos órgãos dela, as órbitas de seus movimentos, desvelando-se a partir de diferentes centros afetivos. Descobre as semelhanças de sua amada com flores, animais ou astros. As possibilidades de pássaro do paraíso, as evocações de serpente de pântano ou de pomba interior.

De acordo com que princípios o poeta carrega de significados e potências a imagem corporal dos seres que evoca?

De acordo com suas próprias vivências de identificação corporal na relação vívida com a pessoa considerada. Ao exortá-la, exorta-se a si mesmo.

Às vezes são os olhos, os focos de luminosidade corporal, os que o poeta compara com objetos luminosos ou com reflexos destilados de fundos e sombrios lugares. Outras vezes é o sexo, como o centro de gravidade e peso, que carrega de lentidão os membros e os torna sensuais, que o permite identificar a mulher com um felino de movimentos tensos, sinuosos e lentos.

A percepção do sexual é mais misteriosa do que pensam geralmente os sexólogos.

Em que consiste o magnetismo que surge entre dois corpos sexuados? Mergulhar nesse mistério tem sido a tarefa da poesia erótica. O poeta Michaux ensina como “Extrair o ‘pshi’ de uma mulher”.

*“O mago Ani pretende extrair o pshi... da mulher que anseia (o pshi não é o duplo) e atraí-lo para si. É possível abster-se do pshi durante algum tempo; a mulher não percebe, desde logo, nessa privação. O mago, então, acaricia o pshi e pouco a pouco, e embora não sentindo mais que coisas vagas, a mulher se aproxima do lugar onde se encontra seu pshi. E quanto mais se aproxima, melhor se sente, até que coincide, sem sabê-lo, com ele. Em tal circunstância, o amor do homem já penetrou nela”.*

Esta percepção do sentido da atração, suas referências cenestésicas, o caráter de jogo mágico e inconsciente que possui a sedução sexual e os vagos limites corporais que compromete, estão descritos nesta sutil linguagem poética, com mais precisão do que aquela que poderia conseguir um cientista.

Na percepção da corporeidade vivida, o poeta se conhece a si mesmo e conhece aos demais, intuindo a intenção que atua sobre os gestos do outro. A dilatação cálida na transcendência de seu abraço, o niilismo que manifesta sua “ausência de órgãos” e, enfim, suas possibilidades de animalidade, sua vocação de águia ou sua índole de serpente.

A imagem corporal se acende de acordo com leis singulares.

Os órgãos se potencializam com diferentes valores. O movimento de um corpo juvenil que, harmonioso, gera a graça, suscita no poeta a associação mental com um cisne, com uma flor ou com a água que surge de uma fonte.

*“Minha mulher com nádegas de dorso de cisne...*

*.....  
com sexo de gladiolo...”*

*“Minha mulher com seios de crisol de rubis  
com seios de espectro da rosa sob o orvalho  
minha mulher com ventre de abertura de leque  
dos dias com ventre de garra gigante  
Minha mulher com espáduas de pássaro que foge  
em voo vertical” (Breton).*

O movimento do pescoço pode talvez sugerir a leveza e o inefável, como ocorre no soneto XXIII de Garcilaso:

*“E enquanto que o cabelo  
que na veia do ouro se escolheu,  
pelo formoso pescoço branco, erguido,  
o vento move, esparge e desordena...”*

### 3. O Corpo Doente e a Casa do Diabo

Os doentes que se queixam de “subtração de órgãos”, os que vomitam o “mundo envenenado”, os mutilados que sentem a dor do membro fantasma, configuram um âmbito também alterado.

Toda alteração patológica do corpo se revela como uma nova ordem no mundo exterior.

#### ‣ Criatividade: Arte de Origens

Biodanza Criativa se propõe a criar condições internas para a atividade artística. Quais são estas condições? Um estado de calor afetivo, calor no coração, um acendimento do hipotálamo, um regaço interior, espécie de útero primordial de gestação para transformar e elaborar percepções, pensamentos, estados de ânimo e, sobretudo, emoções e desejos e, com tudo isso, gerar uma obra comunicativa, viva, que tenha unidade e qualidade artística. Essa obra pode ser o movimento do próprio corpo.

- Calor - Eros - Emoção  
Capacidade de flutuar dentro da própria gravitação.
- Fluidez  
Condições fluídas. Abandono, rigidez.
- Transe - Âmnios  
Eliminação de defesas.
- Liberdade - capricho - jogo fantástico
- Sensibilização e Receptividade
- Assertividade (Yang)
- Impulso integrador (unidade)
- Tempo de gestação

O desenvolvimento da criatividade através de Biodanza é um processo de saúde que o próprio paciente realiza, comprometendo-se integralmente ao superar os gestos e movimentos monótonos.

‣ Criação

1. Começa com parir-se a si mesmo
2. Toda criação parte de vivências que logo devem se formalizar
3. Dança criativa é pulsação de identidade < = > transe
4. Em toda obra levamos a identidade o mais longe possível
5. Criação começa com pautas simples, núcleos rítmicos, melódicos ou formais, que se reiteram até “permitir” a diferenciação progressiva e harmônica
6. A obra criadora é sempre uma linguagem, algo com significado transcendente e explícito
7. Em Biodanza há caminhos criativos como: posições geratrizes, coros criativos a partir de mantras, etc.

‣ Condições para o Processo Criativo

- Relaxamento das defesas psicológicas
- Abandono da rigidez: fluidez
- Sensibilização e receptividade
- Capacidade de flutuar dentro da própria gravitação emocional

Parentesco:

1. Criatividade
2. Sexualidade (orgasmo)
3. Estados místicos
4. Estados alucinatórios
5. Ação de drogas (LSD)
6. Prorrogação: tempo lento

Ato criativo: Fluidez Yang.

O sexo é parte integrante do ato criativo.

<i>HEMISFÉRIO DIREITO</i>	<i>HEMISFÉRIO ESQUERDO</i>
Música	Leitura
Emoção	Escrita
Sensibilidade	Linguagem falada
Intuição	Funções matemáticas
Criação	Lógica

‣ Biodanza e o Desenvolvimento da Função Criativa

O desenvolvimento da Linha de Criatividade consta de quatro etapas:

1. Expressão Primal

Neste período, o indivíduo realiza suas primeiras manifestações expressivas que foram bloqueadas durante a infância.

Liberação da voz e do movimento.

## 2. Integração Yin-Yang

São descobertas as polaridades energéticas: Yin, o suave, sensível e receptivo; e Yang, o forte, ativo e penetrante.

Integração harmônica de energias opostas.

## 3. Comunicação Expressiva

Esta etapa se caracteriza pela comunicação das vivências e emoções pessoais a outras pessoas. É a busca de uma linguagem pessoal.

## 4. Elaboração Criativa

É a etapa mais avançada, na qual se chega a uma autêntica e plena expressão criativa e, além disso, à elaboração de obras de arte.

### ‣ Expressão

O grito, as vozes onomatopaicas, o canto, o coro, os jogos glóssicos, o uso das mãos e dos pés para produzir sons, a entonação de certos “mantras”, tudo isto acompanhado com elementos simples de percussão, constitui um modo primal de expressão e criação, muito unido com o movimento corporal. Estes exercícios são uma parte essencial de Biodanza.

Eis aqui uma série de jogos psicomusicais que se inspiram em estudos antropológicos sobre o origem da música.

1. O Grito Primal
2. Coro de Caña Divina
3. Canto do Emergente
4. Polifonia Livre (Harmonia)
5. Coro de Alegria Progressiva
6. Canto Sufi
7. Mantra (Oro-Mam-Srim)
8. Coros Rítmicos
  - Ace Zita Hum
  - Zamba Cananda Camina Bum Vá
  - Tam Tain Balika Tum
9. Coros Rítmico-Melódicos
10. Diálogo de Vozes
11. Aproximação e Abraço com Canto Livre
12. Canto Melódico de Nomes Pessoais
13. Concerto para Percussão, Grito e Dança

### ‣ Dança da Criação

A Origem do Mundo é um enigma insondável para a mente humana. Algumas religiões orientais intuem um movimento primordial, um gesto. A Criação emerge de uma dança geratriz. Em outras religiões, como no Gênese judeu-cristão, a origem do mundo é o sopro divino, a voz, o alento de vida, a palavra que designa o nome das coisas, dando-lhes identidade e resgatando-as do informe, do caos.

As cosmogonias em diferentes povos têm, portanto, uma filiação “corporal” ou mesmo “espiritual”. Espírito, respiração, alento, alma, sopro, prana universal.

A Dança de Shiva, que destrói e cria os Universos, pertence às cosmogonias do movimento. O Gênese bíblico, que diz: “No princípio foi o verbo” pertence à linha cognitivo-verbal.

Possivelmente, estas duas linhas representam as opções iniciais do drama da consciência frente a um mistério insondável. Mas, se somos consequentes com a intuição de uma unidade primordial, esta bifurcação do corporal e espiritual não tem razão de ser e representaria bem mais uma catástrofe antropológica: a primeira grande dissociação.

**LINHA DA CRIATIVIDADE  
 PATOLOGIA E PRESCRIÇÕES**

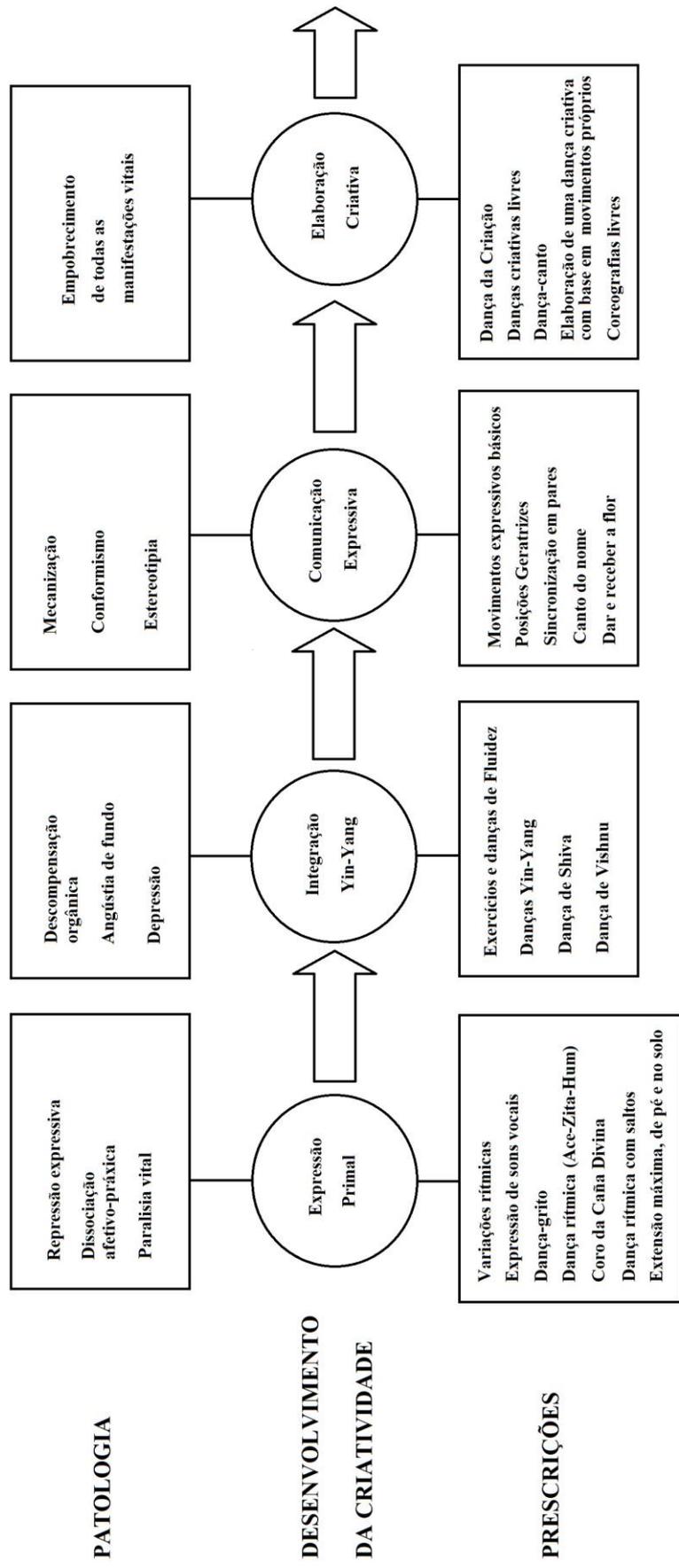


FIGURA 23 – LINHA DA CRIATIVIDADE – PATOLOGIA E PRESCRIÇÕES

Sem dúvida, em todas as cosmogonias se parte de um princípio único, que logo se desdobra, para passar da dualidade à trindade ou quaternidade. Esse princípio único pode ser um demiurgo solitário, um deus inominado e ininteligível, o ovo primordial, a semente de vida, etc. Isto é, é descrito o processo que vai da unidade à diversidade e que foi chamado pelos filósofos “A Unidade Múltipla”. Assim, na Cosmogonia egípcia, o deus Ra separa os irmãos Nut e Geb, criando o espaço da vida e a abóboda celeste. No Oriente, o Tao está formado pela dualidade Yin-Yang. No Gênesis bíblico, Jeová separa os céus da terra, a luz das trevas. As cosmogonias gregas intuem os princípios cósmicos, chegando à quaternidade de Anaximandro, formada pelos elementos Terra, Ar, Fogo, Água.

O princípio geral das cosmogonias consiste na diferenciação progressiva, a partir de um princípio único que, ao diversificar-se, vai gerando uma realidade cada vez mais complexa. No sentido de Teilhard de Chardin, a criação vai se aperfeiçoando evolutivamente, desde o simples ao complexo, desde o indiferenciado ao diferenciado, enquanto no Oriente este processo é cíclico e representa a sucessão milenar de revoluções cármicas. No Cristianismo, este processo é linear e se desenvolve historicamente para terminar com a Parusia, o regresso de Deus, para o Juízo Final.

Frente à dificuldade de unificar a experiência cosmogônica em um sentido abarcador, tomamos os elementos mais universais para reproduzir, em uma dança, a vivência pessoal da criação do mundo, as séries de movimentos que conduzem do caos ao cosmos. Este processo, em nossa concepção, não é em ciclo fechado ou linear: responde a um modelo evolutivo em espiral logarítmica. O Universo, assim, se aperfeiçoa através de sucessivos processos de integração em circuitos vitais cada vez mais diferenciados. O mecanismo integrador é o amor comunitário, a vinculação com a vida.

O objetivo da Dança da Criação é induzir a vivência da criação cosmogônica e despertar na pessoa que dança a potencialidade e a exaltação criativa.

### Etapas da Dança da Criação

#### 1. Semente primordial

O Deus-semente, respirando no espaço cósmico, começa a despertar e a crescer, manifestando suas potencialidades.

#### 2. Fecundação dos espaços com a energia genital.

#### 3. Surgimento da dualidade: Dança Yin-Dança Yang.

Do caos original, separa o princípio feminino e masculino

#### 4. Dança Yin-Yang.

Formada a dualidade, ocorre o matrimônio cósmico, as núpcias entre o feminino e masculino, entre a luz e as trevas, entre o céu e a terra.

#### 5. Criação dos 4 elementos:

Água, Terra, Ar, Fogo

Da dualidade surge a proliferação do múltiplo, em um processo de diferenciação cada vez maior.

#### 6. Separação do céu e da terra.

Separação da terra e das águas.

#### 7. Criação do firmamento.

Criação de plantas e animais.

#### 8. Aparecimento do homem, em permanente evolução.

#### 9. Formação da comunidade humana.

Triunfo do amor.

## › Dança da Conservação e o Mito de Vishnu

Vishnu é o deus da conservação dos ciclos vitais. Representa a forte inércia biológica que reitera e conserva a vida e o universo. É a beleza do permanente, o que gera segurança e confiança. Todos os dias, o amanhecer, o mesmo sol aparecendo sempre para brindar a vida; todas as noites, a lua na obscuridade; a mesma sequência das estações; a notável estabilidade das estrelas na abóboda celeste. Os seres queridos permanecendo dentro de nós. A felicidade de ver sempre um mesmo rosto. As variações que se dão, com harmonia, dentro dos mesmos padrões.

Vishnu estabelece os eixos dentro de um sistema e dá o equilíbrio a nosso corpo sobre ambas as pernas.

Baseados no simbolismo de Vishnu, Rolando Toro e Cecília Luzzi criaram a “Dança da Conservação da Vida”.

Assim como para dar um salto evolutivo (Transtase) temos que mudar as formas de equilíbrio (Shiva), a conservação do novo equilíbrio conquistado, a ultra-estabilidade, requer a Homeostase de Vishnu. Assim como as funções ergotrópicas necessitam da força de Shiva, as funções trofotrópicas requerem a de Vishnu. Em algumas pessoas predomina o que poderíamos denominar como espírito de Shiva, e estão em permanente mudança, enquanto que em outras predomina o espírito de Vishnu, criando um círculo de proteção de tudo aquilo que têm e amam.

A Dança da Conservação induz a profunda necessidade de nos movermos dentro de padrões de estabilidade, com referência a um centro afetivo aderente, pleno de continente. O cuidado do calor íntimo da vida e do lar, guardar o fogo dentro de nós, permanecer no êxtase do cotidiano, conectados à terra e rechaçando as mudanças, dar à vida a solenidade indispensável para fazer dela um lar de crescimento e amadurecimento.

### Etapas da Dança da Conservação:

#### 1. Busca do Centro

Com os pés apoiados no solo, oscila-se com movimentos leves em sentido lateral e anteroposterior, até encontrar o centro. Obtém-se, assim, uma sensação de estabilidade.

#### 2. Variações Simétricas

Movimentos dos braços em torno do eixo central do corpo.

#### 3. Variações assimétricas

#### 4. Posição de Vishnu

O corpo em equilíbrio, apoiado sobre o quadril esquerdo. A mão esquerda tocando a borda externa do osso da coxa. A mão direita levantada a altura do peito, com a palma para a frente, em delicado gesto de deter elementos externos.

#### 5. Rechaço às mudanças

A mão direita avança, em gesto suave de rechaço. É um movimento com decisão e satisfação.

#### 6. Dança simétrica, com movimentos amplos

#### 7. Dança assimétrica, com movimentos amplos

Pondo a prova a estabilidade com mudanças maiores, mas conservando sempre o eixo interior.

#### 8. Cuidando o fogo

Formando com as mãos uma esfera invisível, mantida pelo magnetismo das mãos, se traslada da esquerda para a direita.

#### 9. Guardando o fogo

A esfera é levada até o peito, num gesto de intimidade. Os valores afetivos são conservados dentro do peito.

#### 10. Círculo de proteção

Os braços caem desde o centro e geram um círculo que se cerra sobre a cabeça. O mundo está protegido e a salvo.

#### 11. Posição de Vishnu

## › Dança das Transformações e o Mito de Shiva

Shiva pertence à trilogia de deuses hindus integrada por Brahma, o Criador, e Vishnu, o Conservador de Vida.

Shiva simboliza a eterna transformação do universo, que consiste na cíclica destruição e criação.

É o deus da dança e das transformações.

O processo cósmico é morte e ressurreição, eterna renovação da vida. Dentro de nós mesmos, a ação de Shiva seria a de morrer para nosso velho corpo e renascer para um novo ciclo de vida. A dança de Shiva tem por tema a atividade cósmica, a eterna transformação.

Ananda Coomaraswamy descreve as cinco atividades divinas de Shiva:

- A criação contínua do universo, originada no ritmo.
- Conservação, baseada no equilíbrio e mesura dos movimentos.
- Destruição das formas já superadas, por meio do fogo interior.
- A eterna renovação.
- A encarnação da vida.

Chama a atenção que o Deus da Dança, Shiva Nataraja, seja ao mesmo tempo, o Deus das Mudanças, o que implicaria que as mudanças são induzidas pela dança.

Shiva é representado com o pé direito esmagando a um demônio, o que simboliza a vitória sobre as forças demoníacas da destruição, e o esquerdo no ar, representando o equilíbrio e o impulso de ascensão. A imagem de Shiva possui quatro braços, com os quais realiza a criação e a destruição cíclica do mundo. Está rodeado por um círculo de fogo. A Dança de Shiva é, portanto, um movimento que destrói para gerar o processo de criação.

Inspirado nas Danças de Shiva e em sua simbologia de transformação, Toro criou a “Dança das Transformações”, que possui três atributos essenciais do movimento: Unidade, Equilíbrio e Harmonia.

### Unidade

Significa que todo o corpo se move em perfeita coordenação, integrando suas partes e conectando-se ao todo vivo.

Desde o ponto de vista psicomotor, requer uma integração de vias piramidais e extrapiramidais.

### Equilíbrio

Estabelece a exigência do movimento em relação com a força de gravidade da terra, reajustando a todo momento as estruturas posturais.

Todas as variações são realizadas em equilíbrio instável sobre uma perna, o que requer a integração dos receptores do equilíbrio do ouvido interno com as estruturas córtico-cerebelosas.

### Harmonia

Os movimentos devem ser feitos em perfeita fusão com a música, dando ao corpo a pulsação da vida.

Na etapa de aprendizagem as estruturas sensório motoras, auditivas, visuais e vestibulares se integram. Em etapas mais avançadas ocorre a ampliação do estado de consciência, pela indução de um intenso processo de integração.

A Dança das Transformações proposta em Biodanza inclui, uma vez estabelecido o padrão arquetípico, deslocamentos através do espaço, com grande riqueza de variações, criatividade e harmonia.

O simbolismo da Dança das Transformações sugere a destruição do velho corpo rígido e reprimido, para o advento em um corpo novo, terno e livre. Não pode haver mudanças se não há destruição do passado ou transformação dele. O valor dos três absolutos do movimento (Unida-

de, Equilíbrio e Harmonia), não é somente de integração motora. Há um processo de transcendência nesta dança, que integra níveis altamente diferenciados, o que tem uma ressonância metafísico-existencial:

#### *Unidade*

Todo o corpo está em ação. Não há dissociação possível. A bioenergia flui, reforçando a estabilidade dinâmica do organismo.

#### *Equilíbrio*

Não é só uma função labiríntico-cerebelosa, mas também psíquica: equilíbrio ante diferentes opções ou tentações de mudança. Sempre há possibilidades de mudar de lugar, de trabalho, de amor, etc. Dentro dessas polaridades magnéticas, cada um deve estar conectado com seu centro. Essa qualidade de equilíbrio existencial surge da ressonância com um centro de equilíbrio interior.

#### *Harmonia*

É a perfeita relação em “feedback”; conexão e junção de estímulo-resposta a todo o mundo exterior, de modo que o mundo interior palpita em ressonância até que a barreira entre o exterior e o interior desaparece.

Se esses três absolutos se cumprem, tem início uma nova etapa de renovação existencial. Realizada com grande envolvimento, ativa não somente áreas e vias corticais, motoras e sensoriais, como também centros límbicos relacionados com a consciência cósmica.

#### ► Sete Cantos de Chan Chan



#### I

"Avancé por las calles  
perdidas  
de ausencia  
Te busqué entre los muros  
dormidos  
Fue por el pasadizo de los peces  
más allá del mar.

Crucé los patios y los corredores  
llamándote hermano  
Hundí mi rostro en la raíz del cielo  
y no encontré tu dulzura  
ni al escultor de pájaros  
ni al constructor de balsas.

Pero en el seno de la tierra  
Cayendo a las entrañas del abismo  
Sentí el gemido y las rosas temblando.  
No fue en el cielo  
sino en el barro germinal  
donde encontré tu rostro.

Toqué los surcos abiertos por la furia  
y en la herida de arena  
hallé el secreto estremecido de las vidas  
ausentes.

Llamé por las ventanas  
agujeros del tiempo  
como cuencas vacías  
y apareciste tú  
dulce hermano chimú.

## II

Manancial de la luna  
humedad genital de los estanques  
Cuerpos desnudos  
confundidos con la verde energía  
El pez en la cabeza  
las anguilas por brazos.  
La luna en hachas y cuchillos  
besando las semillas  
Sin-an la terrible derramando leche  
Los pescadores cabalgando  
barcas de totora  
en el océano furioso.  
El mar distribuía el alimento y la muerte.

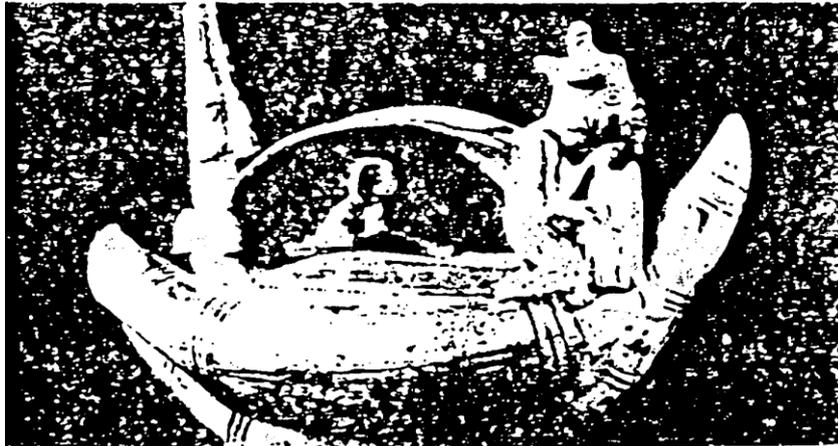


## III

¿Cómo eran tus amores pueblo chimú?  
¿Cómo surgía la música de tus  
quenas sagradas?

¿Dónde hallaste el junco de tus barcas?  
¿Dónde los niños aprendieron la muerte?  
¿Cómo danzaban tus vírgenes para  
el aniversario del rey?

Me tiendo sobre tus lomas  
espaldas de gigante  
Camino por los laberintos  
donde guardabas la cosecha  
los tributos y los sueños de amor.



#### IV

El huracán del tiempo  
acaricia mi rostro, abriendo  
espacios de dolor  
y marcando las fases de la luna.  
Somos el mismo hombre ayer y hoy  
caminando el mismo sueño  
el mismo río de frutos  
el mismo mar de las mujeres  
y el vendaval de la muerte.

Hemos estado juntos hace mil años  
en el beso  
mujer chimú  
Te vi pasar por el patio de los reyes  
con el cuerpo enlazado de zarcillos  
y serpientes.

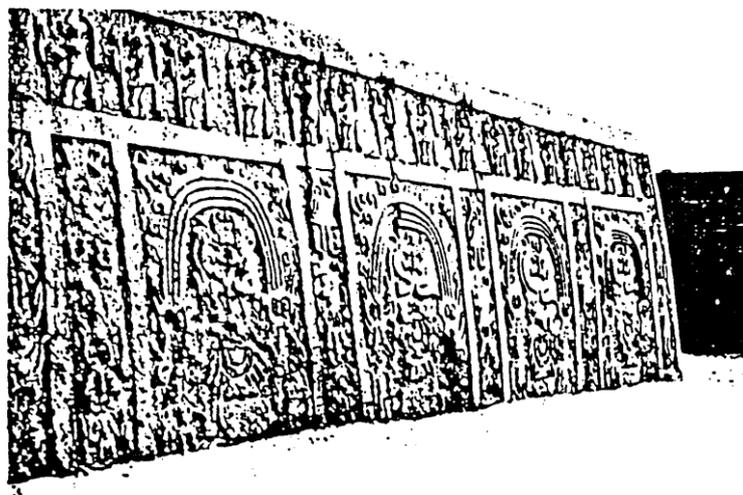
La gloria es el horror  
de ser arena caminando en la brisa...

He vivido mil años  
en esta medusa de ilusión  
en este mar profundo y verde  
Conozco la huaca del Dragon  
el Templo del Arco-Iris  
y el pecíolo de la Noche.

Soy más viejo que la piedra más antigua.  
El huracán fue mi canción de cuna  
Los grandes lagartos mis amigos.

He vivido mil años  
en este agujero negro  
del amor perdido apenas encontrado.

Descubro tu rostro de niña, mujer chimú  
cada mil años.



V

Volveremos de nuevo  
como semillas indestructibles  
generando cada segundo  
de ilusión  
y terrible verdad.

Renaceremos una y otra vez  
en el útero maravilloso  
de la contemplación

Volveremos a los senderos inundados de luna  
a los relojes de agua  
de primavera y llanto.

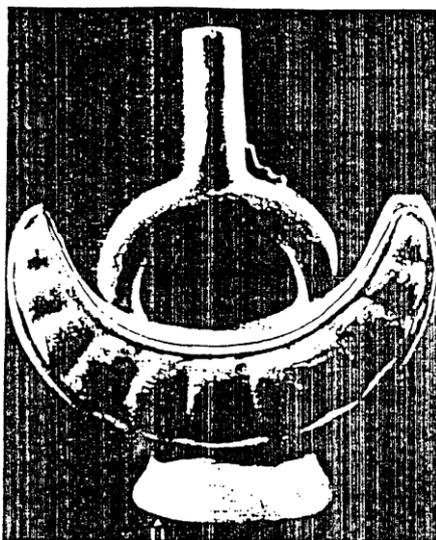
Volveremos en cada pensamiento  
y en cada una de las danzas  
Allí estaremos siempre  
semillas errantes  
Renaceremos para iniciar de nuevo  
el amor.

Volveremos vestidos de barro  
en infinitas nuevas formas  
Volveremos príncipes terribles  
Alfareros,

Joyeros de los ojos de águila  
Sembradores de Kiwicha  
Panaderos, amantes,  
visionarios del cielo  
visionarios del abismo  
Volveremos desde el reino de la muerte  
para encontrarnos y ser frutos  
en el árbol sagrado del mundo.



Volveremos cantando, iluminados  
volveremos pescadores  
                                  agitando redes  
Sacerdotes con vasos de plata  
                                  alzados a la luna  
Sacerdotes del sol  
                                  elevando cálices de oro  
Volveremos  
con lanza de relámpagos  
con un tigre rugiendo en la sangre  
a consagrar de nuevo el maíz.



VI

¡Oh Dios Sardina,  
dadnos abundancia!  
¡Diosa del mar  
salvad los naufragos con tu mano verde!



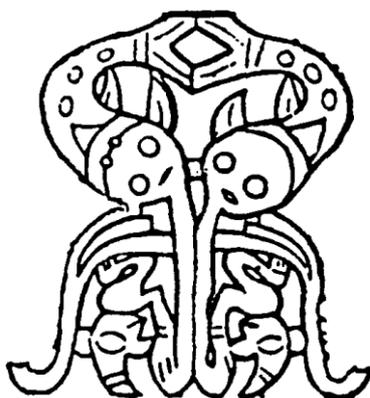
## VII

Porque lo indestructible  
es la vida  
cuando navegas en los ojos  
(Lo indestructible es el instante)

Es posible que vayamos caminando  
entre ruinas  
Es posible que la última visión  
del amor no vuelva jamás  
a las selvas y a los ríos  
Pero lo indestructible tiene forma humana  
miradas, danzas, besos.  
Lo indestructible nos reconoce.  
Lo indestructible aúlla salvaje  
cuando nos encontramos de nuevo.

Soy como tú, hermano Chimú  
ni de piedra milenaria  
ni de acero cruel  
Sino de arena.  
Arena que ríe y ama  
arena pasajera  
que se detiene un instante  
en este agujero del tiempo  
y descubre el amor:  
la Semilla Infinita".

(Rolando Toro)



Índice de Ilustraciones:

Portada: Modelo de cerámica de arquitectura Chimú. En el interior puede apreciarse a sus habitantes a ejerciendo actividades cotidianas. Cultura Chimú de los siglos XI-XV d.C.

Nº 1: Calco de un dibujo mochica pintado sobre una vasija de arcilla. Se trata de una escena en que los pescadores van sobre caballitos de totora tirando de las cuerdas de sus anzuelos.

Nº 2: Representación del transporte marítimo. Cerámica Chimú, siglo XII d.C.

Nº 3: Detalle de un friso del conjunto "Tschudi" en la ciudad de Chanchán, Trujillo. Siglos XIII-XIV.

Nº 4: Relieves ornamentales con las figuras míticas realizadas en barro. Huaca del Dragon, cultura Chimú, siglo XIII d.C., Trujillo.

Nº 5: Grabado a cincel sobre copa de plata.

Nº 6: Detalle de un friso de la huaca del Dragon en la ciudad de Chanchán, ruinas próximas a Trujillo. Siglo XIII-XIV d.C.

Nº 7: Ceramio escultórico del fruto de pacaе. Cultura Chimú, siglo XIV d.C.

Nº 8: Detalle de una copa de plata decorado a cincel.



## 04. LINHA DE AFETIVIDADE

### ‣ Linha de Vivência Afetiva

Se nossa proposta fosse que a essência do ser humano é de natureza afetiva e arrojássemos ao cemitério das imagens aquelas de "Homo faber", "Homo sapiens", "homo eroticus", "homo religiosus", etc., para estabelecer o 'homo amoroso' de coração iluminado, possuiríamos um referencial para estimar saúde e doença, níveis evolutivos e dom de vínculo. Quer dizer que, ao tomar como ponto de partida o núcleo afetivo, estaríamos em condições de visualizar o grau de integração de um ser humano, sua capacidade de contato essencial. É possível que este núcleo afetivo tenha as características de um potencial, no mesmo sentido em que o é a inteligência. A dimensão afetiva individual poderia ser pensada como um degrau dentro de uma vastíssima escala de coeficientes que crescem ou decrescem em forma logarítmica. Algumas pessoas de baixa integração afetiva, poderiam ser consideradas idiotas afetivos, enquanto outras, independentemente de seus níveis de inteligência cognitiva, poderiam alcançar os níveis de genialidade. É importante esclarecer que este coeficiente afetivo não possui correlação alguma com os níveis de sensibilidade nem de inteligência abstratos. Assim, pode dar-se o caso de um torturador ser capaz de entrar em êxtase frente a uma obra de Chopin ou Beethoven.

A ação de Biodanza consiste em integrar, reforçar e desenvolver o núcleo afetivo. Sem dúvida, sua tarefa será extremamente difícil e improdutiva em pessoas que não têm um coeficiente afetivo basicamente integrado. Este coeficiente se relaciona com:

- a. Capacidade de perceber empaticamente o outro;
- b. Capacidade de identificar-se com os estados anímicos do outro;
- c. Capacidade de expressar-se verbal e corporalmente com total sinceridade;
- d. Intensidade da energia amorosa.

### ‣ Importância do Abraço

Frequentemente saudamos, damos a mão cordialmente ou nos despedimos com um beijo ritual, mas raramente experimentamos o abraço. Talvez só nos aniversários, para o Ano Novo ou em uma despedida. A emoção do abraço tem uma qualidade insubstituível. É a proximidade do outro em um ato recíproco de dar e receber afeto, de sustentar o outro em toda sua "humanidade", de assumi-lo espiritual e corporalmente. O abraço possui um matiz religioso mais que sexual. Alude à fraternidade, à comunhão generosa, isto é, tem sua fonte na consciência de pertencer a uma "Irmandade Universal", que mobiliza a energia evolutiva da espécie. O abraço é um meio supremo de perceber o outro, não só como a um próximo mas também como a um semelhante. Através do abraço é possível alcançar o transe de fusão de duas identidades em uma identidade maior. O abraço em Biodanza é um ato de encontro de si mesmo e do outro. Não se trata do pseudo-abraço dos pares que dançam com música em um salão, mas de um ato de progressiva e persistente fusão recíproca. Para que isto seja possível é necessária uma atitude permissiva e aberta e um sincero desejo de receber o outro. Pois bem: a quem abraçar? É bem fácil abraçar uma pessoa estimada e querida, mas é difícil fazê-lo com um estranho. O encontro de Salomão com a Rainha de Sabá deve ter iniciado com um abraço solidário e comovido. Mas São Francisco foi até os leprosos e os brindou com seu abraço. É difícil abraçar a um mendigo ou a um louco. Cada pessoa descobre em sua capacidade de abraçar seu nível de humanização, seu grau de evolução afetiva.

### ‣ Amor Exclusivo e Amor ao Mundo

O salutar impulso de amar tem sido profundamente desviado em nossa cultura individualista. A pessoa que conquista um amor, deseja a exclusividade total. Esta é a regra do jogo: cada membro da união exige fidelidade sexual. O círculo se fecha e a união cai prisioneira dentro deste círculo. Deste modo, não tem acesso a dar e receber amor de outras pessoas e os circuitos eco-

lógicos com o mundo se empobrecem. Por que os casais, compreendendo o marasmo vital em que se enclausuram, persistem em cumprir as regras do jogo? E se se desviam ou ocultam, se consomem de culpabilidade? Nossas investigações têm revelado, sem a menor dúvida, a natureza poligâmica do ser humano. Os hábitos monogâmicos são estritamente culturais, produtos de uma aprendizagem. Por outra parte, a persistência da regra monogâmica do matrimônio burguês, se origina na angústia frente à ameaça da perda do amor. Esta angústia, muitas vezes soterrada, é de tal intensidade que as pessoas preferem ter uma existência falsa e empobrecida, do que sofrer a agonia da perda amorosa. A separação dos amantes é sentida como uma vivência de morte, vivência que tem fundamentos reais, já que são múltiplos os circuitos ecológicos que reciprocamente criam e fomentam a vida em uma união. É assim que se cria um conflito entre a natureza poligâmica normal e a angústia por temor e perda.

Nossa opinião consiste em que cada pessoa avalie, conscientemente os riscos reais de perda e as repercussões que esta perda acarretaria em sua existência. Cada pessoa deverá encontrar o ponto de equilíbrio dentro do nível mais alto de liberdade que lhe seja possível e o nível mais baixo de risco de perda. Como cada união é uma Gestalt diferente e única, esse ponto de equilíbrio é também diferente. O que cada um deve ter presente é quanta liberdade necessita para conquistar seu desenvolvimento, sem perder a outra pessoa. Desta maneira, ambos os membros do par se brindam generosamente níveis de liberdade que permitam o recíproco desenvolvimento. Porém, também, cada um deles trabalha, generosamente, para assegurar ao outro segurança e paz. A solução de "casamento aberto", não é solução real; o casamento aberto, em realidade, é uma amizade amorosa. De acordo com o que temos proposto, toda união que se preza, carrega certo nível de tensão e angústia. Tensão produzida pela angústia de perda e pela angústia de não se estar progredindo (crescendo). Na medida em que uma união compreende este fenômeno, tenta abrir possibilidades de liberdade e de segurança recíproca progressiva.

#### ► O Par Ecológico

Um casal no processo de sua integração é uma fonte geradora de opções. Neste núcleo magnético que é a união ecológica, se iniciam ou morrem potencialidades. De alguma maneira, se reforçam circuitos ecológicos, se estimulam capacidades, se decidem opções de vida, se inibem atitudes, se limitam impulsos e se anulam - talvez para sempre - potencialidades latentes. No ajustamento unido das correntes ecológicas, se cria uma estrutura vital que fomenta ou inibe o crescimento, que melhora ou destrói a saúde, que agrega ou impede a felicidade. Diríamos talvez, simbolicamente, que há pessoas que produzem úlceras e outras que produzem câncer; que existem esposas que feminizam seu marido e outras que reforçam sua virilidade. Em suma, que há amores que dão sentido à existência e outros que, em insidioso envolvimento, lançam o indivíduo ao vazio e à inanidade.

Há mulheres que potencializam a sexualidade de um homem e outras que o castram. Há homens que soltam a transcendência da mulher e outros que a mantêm na trama pueril, na imanência dos fatos cotidianos. Poderíamos, a partir deste enfoque ecológico, conceber o amor sadio como um processo de concretização, no qual cada membro é um detonador que estimula o renascimento permanente do outro. Vale dizer, cada um cria para o outro uma tenebrosa atmosfera; cada um exalta o projeto do outro, ou coloca um expoente para elevar a potência, todas as suas qualidades latentes. O salutar amor da união ecológica é a celebração recíproca do ser do outro, de sua germinativa essência.

O par ecológico é um sistema cósmico de gestação por reforço recíproco de vida.

O esforço de adaptação de cada um nas condições que impõe a estrutura do outro tem, às vezes, uma qualidade traumática. Assim, uma mulher que assume a função de excelente esposa, a custo da renúncia do crescimento de suas potencialidades, responde a esta frustração vital gastando grande parte da economia familiar em consulta médica, devido aos permanentes transtornos psicossomáticos provocados por seu estancamento. Um esposo pode manifestar constantes resfriados e processos infecciosos devido a queda de suas defesas imunológicas provocadas, por sua vez, pela falta de ninho ecológico, quer dizer, pela ausência de um lugar cálido que lhe dê continente, proteção.

De uma união pode resultar a vitória e exaltação de todos os conteúdos vitais de um indivíduo e de todo seu poderio criador, ou pode significar o insidioso processo que o conduzirá inexoravelmente ao vazio e à destruição.

O gesto de saúde em Biodanza, consiste em descobrir o nível de concretização e reforço vital que propõe a Gestalt humana e, uma vez realizada esta avaliação, ter a coragem de renunciar a conservação da união, quando esta é destrutiva.

**Caso 1:** Desde que iniciou sua nova vida em união, R. experimentou compensações notáveis: suas espáduas curvadas começaram a endireitar-se, sua voz insegura, afeminada e sem vitalidade, se tornou agradável e viril. Sua sexualidade débil se fez intensa. Engordou vários quilos, seus movimentos adquiriram ímpeto e segurança, sua pele tomou turgência juvenil, aumentou seu encanto pessoal. Por outro lado, diminuíram suas atividades literárias e apareceu nele uma antiga e irrealizada tendência à pintura e à fotografia. Conseguiu ganhar dinheiro com facilidade. Modificou seus hábitos sedentários, conhecendo assim, em dois anos, numerosos países e viveu experiências jamais sonhadas durante seus 50 anos anteriores.

O que aconteceu? De que maneira sua nova estrutura de união determinou mudanças tão notáveis?

**Caso 2:** L. se casou há dois anos. Iniciou uma viagem de lua-de-mel a Europa. Voltou com delírios e alucinações. Neste desesperado processo desintegrador, tentou queimar-se com gasolina no terraço de sua secção. Perdeu totalmente sua criatividade plástica, e se dedicou à meditação e à construção de uma nova cosmogonia teórica. Sua incomunicabilidade com todas as pessoas adquiriu relevos notáveis e se deteriorou socialmente. Sua principal atividade estava constituída por reiterados exercícios de Tai Chi que, com o tempo, outros especialistas desqualificaram tecnicamente. Enfraqueceu até ficar fisicamente consumido. Teve um filho e atualmente espera outro. Vive separado de sua mulher, porém a vê com frequência.

O extraordinário dos dois casos, é que as esposas de cada um dos casos nomeados, não possuem maldade alguma nem tampouco condições especiais de personalidade que permitam presumir tais resultados.

A hipótese é que em cada caso se criaram circuitos ecológicos diferentes. No primeiro foram reforçadas quase todas as linhas de saúde e vitalidade. No segundo caso foram reforçados os circuitos patológicos.

A união pode resultar, assim, num risco de morte ou numa benção, no sentido em que se configura uma estrutura ecológica que precipita na inaniidade ou eleva para a consistência.

#### ‣ Imanência e Transcendência nas Relações de Amor

O impulso de ciúme ocorre como uma resposta normal dentro de um par, quando um deles desenvolve atividades eróticas com outra pessoa. A comprovação da perda de pertinência da pessoa amada tem, geralmente, um efeito devastador sobre a relação. A crise se dá na zona dos sentimentos de pertencer e de possuir, que estão implícitos no fenômeno denominado amor. A essência do amor é pertinência e posse e implica, portanto, um ato de consagração existencial, uma espécie de pacto religioso que, ao ser transgredido, perde toda sua qualidade epifânica e numinosa, para transformar-se em um fenômeno comum, desqualificado de transcendência. Raramente o fenômeno do ciúme foi examinado através de uma perspectiva transcendente. Alain e Buytendijk fizeram uma fenomenologia da fidelidade, relacionando o "antigo amor" com formas míticas de integridade.

O descrédito que se produziu com relação ao amor leal e fiel, com o advento de uma Psicologia da Liberação e de uma Psicoterapia a partir do erotismo, sem os freios da repressão, criou uma nova trama psicossocial para as relações entre os sexos, nas quais está excluído o amor.

O desenvolvimento experimental de uma psicoterapia exclusivamente sexual, terminou por convencer de que produz mudanças que devem ser reexaminadas. Por um lado, induzem um alívio imediato de tensão e um subjetivo sentimento de revalorização e autoafirmação, que se relacionam com a parte mais rudimentar do ego. Eventualmente pode produzir o fluxo de uma nova corrente vital, a partir da liberação instintiva; não obstante, se a linha da sexualidade se desenvolve em forma pura, não acompanhada da linha de afetividade, criatividade e transcendência, o processo de liberação, que tão auspiciosamente havia começado, entra em um rápido empobrecimento. Isto nos leva a pensar uma vez mais na importância dos processos de integração e não tanto nos de liberação. Seria necessário mudar a estratégia frente aos instintos. Em lugar de usar os mecanismos repressivos próprios de nossa cultura, desenvolver os mecanismos de integração, tal como se propõe no Modelo Teórico de Biodanza, com a integração das cinco Linhas de Vivência.

#### ‣ Amor Possessivo e Ciúmes

O amor possessivo requer uma identificação absoluta, sem respeitar as diferenças do outro, nem tampouco a própria identidade. É, portanto, uma fonte permanente de angústia, devido a que as situações de fusão são transitórias e depois delas é necessário voltar à própria identidade, o que implica ser capaz de estar só. O impulso de fusão pareceria ser um instinto, que poderíamos chamar "impulso paradisíaco".

Não é uma ilusão nem um estado doentio, mas sim uma realidade transitória. Assim, os ciúmes estão implícitos neste impulso de fusão, que é impulso genital. Sem dúvida, o ato de desconhecer a essência transitória deste impulso e a esperança de dar-lhe eternidade, possui elementos delirantes. Diríamos, então, que o amor possessivo, amor de fusão, o medo da separação é o medo de voltar à própria identidade. No amor possessivo, o indivíduo delega ao outro o sentido de sua existência e, ao ser abandonado, vivencia a experiência da morte. Sem dúvida, existe um caminho não romântico para renascer. Voltar à própria identidade e encontrar, nos vínculos novos da identidade, a força do renascimento.

#### ‣ A Família Ecológica

Foi Reich quem, de uma forma aberta, descreveu o casamento como uma estrutura de opressão, na qual a possessividade limita, reciprocamente, o fluxo afetivo e sexual do par. Max Pages, em seu livro "A Vida Afetiva dos Grupos", denuncia a dinâmica através da qual o amor exclusivo por uma pessoa fecha as portas para o amor ao mundo. Berne utiliza o processo de reparentalização como um importante elemento terapêutico. Este trabalho consiste em revisar os mandatos parentais que deram origem a um argumento de vida patológico. Claude Steiner, em sua concepção de "mini-argumento" mostra como os indivíduos têm verdadeiros padrões de resposta frente à existência, estruturados desde a infância. Laing declara que a família é uma verdadeira fábrica de ideologia. Rogers mostra os conflitos próprios do casamento tradicional e propõe novas formas de amor. A possibilidade de parceiros múltiplos já foi proposta genialmente a princípios do século. A maior parte destas opiniões têm que reconhecer certa filiação com as orgânicas concepções de Freud sobre a origem das neuroses e a introjeção do processo repressivo. A convergência dos mais importantes pensadores da Psicologia nos conduz a uma profunda revisão do conceito de família.

Dentro das teorias sobre a gênese da Esquizofrenia, o Modelo Familiar desta doença tem, atualmente, grande aceitação. Se supõe que o doente não é senão o representante mais sensível do grupo familiar e que acumula em si, à maneira de um "bode expiatório", a patologia familiar. Algumas doutrinas de tipo religioso propõem a separação precoce das crianças dessa fonte de toxicidade que representa a família como agente repressor. Os grupos Rajneesh, Fischer, Hoffman, Silo, vêm na influência familiar, a origem de todas as patologias.

*"O condicionamento paterno é a maior escravidão do mundo. Tem que ser completamente desarraigado. Só então o homem será pela primeira vez capaz de ser realmente livre, verdadeiramente livre, porque a criança é o pai do homem" (Rajneesh).*

Todo o conjunto de ideias até aqui mencionadas, possuem uma validade relativa e devem ser seriamente questionadas.

Vamos propor uma hipótese antropológica que não deverá ser confundida com os preconceitos tradicionais sobre a importância da família como célula fundamental da sociedade. No meu modo de ver, a comunidade familiar é, com todos seus defeitos, entre todas as comunidades a mais saudável, por ser a mais orgânica e por desenvolver-se como um nicho ecológico natural, justamente com todos os riscos, carências e patologias de qualquer nicho ecológico. Qualquer outra forma de comunidade resulta em uma espécie de transplante a uma estrutura de grupo artificial e inorgânica. O problema não é a eliminação da família como instituição, para ser substituída por comunidades culturais, subculturais, filosóficas ou religiosas. O problema deve ser colocado dentro de uma nova visão da família, e que cada um de seus membros é um agente de desenvolvimento da totalidade, é respeitado, protegido, cuidado e - ao mesmo tempo - possui as máximas possibilidades de desenvolvimento, espontaneidade e liberdade. Em nenhuma comunidade ou grupo, a criança deveria ter tantas opções como dentro do seio familiar, receber tanto amor como dentro de seu lar. O ser humano necessita um lugar no mundo para iniciar o desenvolvimento de suas potencialidades. Esse lugar deve possuir condições de calor afetivo e liberdade; de nutrição e segurança. O lar, então, deve ser pensado seriamente como um útero maior, onde a criança continua seu processo de amadurecimento. Uma atmosfera não poluída, uma estrutura indutora de harmonia e saúde. Em suma, um núcleo que concentra energia vital e que permite os primeiros encontros humanos de um modo respeitoso e encantador. A posição de Biodanza é considerar o lar, não como uma estrutura de opressão, mas como um nicho ecológico que cria e fomenta vida, sem que isto signifique - de modo algum - perpetuar os valores tradicionais, os preconceitos sexuais, o autoritarismo e a opressão, em qualquer de suas formas. O ponto de vista de Biodanza é, portanto, enriquecer afetivamente o lar e, desde ali, iniciar o desenvolvimento do projeto existencial. O lar não somente teria que ser adequado para a criança, mas também agradável para o adulto. Foi no momento em que se desvalorizaram as tarefas do lar, em que a mulher e também o homem buscaram novas expectativas na vida intelectual e na empresa econômica, é que se geraram milhares de lares frios e impessoais. Conceitos políticos desviaram as naturais respostas biológicas da maternidade e do cuidado afetivo das crianças, a atmosfera de alegria e calor humano do grupo familiar. Um novo conceito de família não deve significar opressão para o homem nem para a mulher. As tarefas do lar não são oprobiosas, mas se constituem em rituais arquetípicos da vida humana: preparar os alimentos, serviço recíproco, celebrações, aniversários, solidariedade, atos de comunhão no sofrimento e na alegria. Para D. Cooper, a família nuclear burguesa

*"se tornou, neste século, a mais perfeita forma de contrassenso... a mais poderosa e destrutiva forma de abstração inventada. O poder da família está em sua função social medidora. Reforça o poder da classe governante de toda sociedade exploradora, proporcionando um modelo para as demais instituições sociais... É totalmente insensato falar da morte de Deus ou da morte do homem enquanto não vejamos, claramente, a morte da família, instituição que, como função social, filtra a maior parte de nossas experiências e priva, assim, nossos atos de toda genuína e generosa espontaneidade".*

Biodanza está na linha de certas correntes juvenis, que tendem a purificar as instituições e que veem o casamento como um ato livre e romântico.

#### › Novas Formas Familiares

##### a. O casamento de "carreira em dupla"

Sem romper as normas habituais, supera a discriminação entre os sexos e os esposos compartilham as tarefas do lar.

b. O casamento de experiência

Margareth Mead propôs a separação entre casamento individual, de limitadas responsabilidades, de fácil separação e sem perspectiva de filhos e casamento parental, posterior àquele, com maior compromisso e estabilidade, para quem quisesse ter filhos. Deste modo, o impulso sexual não levaria a casamentos precoces, com filhos abandonados.

c. O casamento aberto

Com uma flexibilização máxima da relação conjugal, consistiria na reconsideração permanente de manter a união, por ambas partes. É um casamento monogâmico, que vive para o presente, com expectativas totalmente realistas para com o futuro. Flexibilidade nas tarefas de cada um, comunicação honesta e aberta, companheirismo não exclusivista. Cada um mantém sua própria identidade e recíproca confiança. É importante aqui, que cada um ajuda no desenvolvimento do outro (sociólogos: N. O'Neill e G. O'Neill).

d. As comunidades

Têm como anseio a identificação com a natureza, mas também existem nas cidades. Geralmente, com amor livre dentro e fora do grupo.

e. Casamento grupal

No qual há igual disponibilidade sexual e afetiva entre os membros. Requer muito esforço para se manter, devido às pressões emocionais que exige de seus componentes. Sua maior dificuldade é evitar a constituição de relações privilegiadas entre alguns membros.

Ver: "A Crise da Instituição Familiar" (p. 35)  
"O Sexo na Condessa de Noailles"  
"Sexo Grupal" (Roger Bastide)

► Padrões Familiares

	<b>AMOROSO</b>	<b>DEPENDENTE</b>	<b>AUTORITÁRIO</b>	<b>INDIFERENTE CAÓTICO</b>
A	Amor  Amizade	Hostilidade reprimida  Medo  Insegurança	Crueldade  Raiva  Agressão	Ambivalência  Egocentrismo
B	Vitalidade  Afetividade  Sexualidade	Afetividade	Criatividade  Sexualidade	Transcendência
C	Realista  Integrado	Busca de segurança  Trofotrópico	Busca de êxito  Ergotrópico	Estruturado em torno da fantasia  Alucinatório  Delirante

D	Plenitude	Frigidez Impotência	Sadomasoquismo Genitalismo Machismo Feminismo	Polarização sexual Frigidez
E		Histeria Asma Alergia	Hipertensão Úlcera Psicopatia Obsessão Mania	Esquizofrenia Depressão

- A – Emoções
- B – Linha de Vivência
- C – Estilo de Vida
- D – Sexualidade
- E – Patologia

#### ‣ Consciência Comunitária

A consciência comunitária tem que chegar ao estado de desespero. Não se trata de um desespero existencial kierkegaardiano, mas de desespero pelos desvalidos, pelos torturados, pelos doentes mentais encerrados entre quatro paredes, descartados, deformados por carência de contato, desorientados, trêmulos, rígidos e abismados, por falta de amor.

O existencialismo resultou ser a excrescência intelectual do egocentrismo europeu. Viver desesperado... mas ? de que? Da carência de sentido da existência? Mas como poderia a existência ter sentido sem busca desesperada do semelhante? Como poderia a existência chegar à plenitude humana senão através do irmão?

O existencialismo foi uma filosofia da solidão radical do ser humano e essa solidão é apenas o resultado sórdido de uma busca do amor exclusivo, de uma incapacidade radical de amor indiscriminado.

#### ‣ O que posso fazer pelos demais ?

O que tu podes dar: pão e carícias. Regaço e beijos. Cuidado e companhia. As palavras não são um dom intrínseco. O contato é tua contribuição para a evolução social.

x x x

O conceito de “paternalismo” partiu dos intelectuais de esquerda, referindo-se à atitude dos patrões (dependência de uma autoridade maior). A etimologia: dar regaço, dar continente, calor.

x x x

O problema do corpo não é só libertá-lo, mas alimentá-lo (A quem se dirige a mensagem? A que grupo humano?). Libertar o corpo é só para a burguesia?

x x x

Fraternidade e dor: o sentido da fraternidade provém de quem viveu o sofrimento.

x x x

A serpente de duas cabeças do Sistema: o Puritanismo e o Capitalismo.

x x x

Revolução sexual é revolução social.

#### ‣ Violência Institucionalizada

O comum das pessoas reage com extrema violência quando surpreende um ladrão; até o ponto que podem chegar a participar em seu linchamento. Pelo contrário, essas mesmas pessoas manifestam um respeito reverente pelos ladrões institucionalizados: pelos grandes empresários, pelos organizadores de multinacionais, pelos exploradores de operários, que dia a dia roubam de uma maneira insidiosa a vida e o alimento a milhões de pessoas. Os valores culturais, sustentados por nossas universidades, leis e instituições políticas, tendem a conservar e a aperfeiçoar a violência institucionalizada.

O desprestígio do individualismo e dos valores antívida ocorre quando as pessoas têm acesso à vivência cósmica.

O fracasso do movimento “hippie” foi uma tragédia na história do mundo.

Este movimento representava um novo estado de consciência terno, livre e feliz. Mas faltou capacidade de luta e de organização frente a um mundo altamente agressivo e organizado. O êxtase tem que ir unido à força inteligente e à decisão de mudar o mundo. Não interessam as formas externas: o cabelo comprido, as atitudes informais. É algo mais profundo, mais forte, mais decidido e sem drogas.

#### ‣ Diagnóstico da Afetividade e Comunicação

1. Sorriso
2. Olhar
3. Calidez (contato de mãos)
4. Abraço em “feedback”
5. Fluidez em pares
6. Fluidez em grupo
7. Eutonia
8. Sintonia grupal
9. Capacidade de dar continente
10. Capacidade de receber continente
11. Integração afetivo-motora
12. Pranto ou riso
13. Comunicação dialógica
14. Intimidade (canto do nome)
15. Capacidade de vinculação indiscriminada
16. Solidariedade (durante exercícios em grupo)

EFEITO DOS FATORES DE REPRESSÃO E/OU LIBERAÇÃO AFETIVA SOBRE A HOMEOSTASE

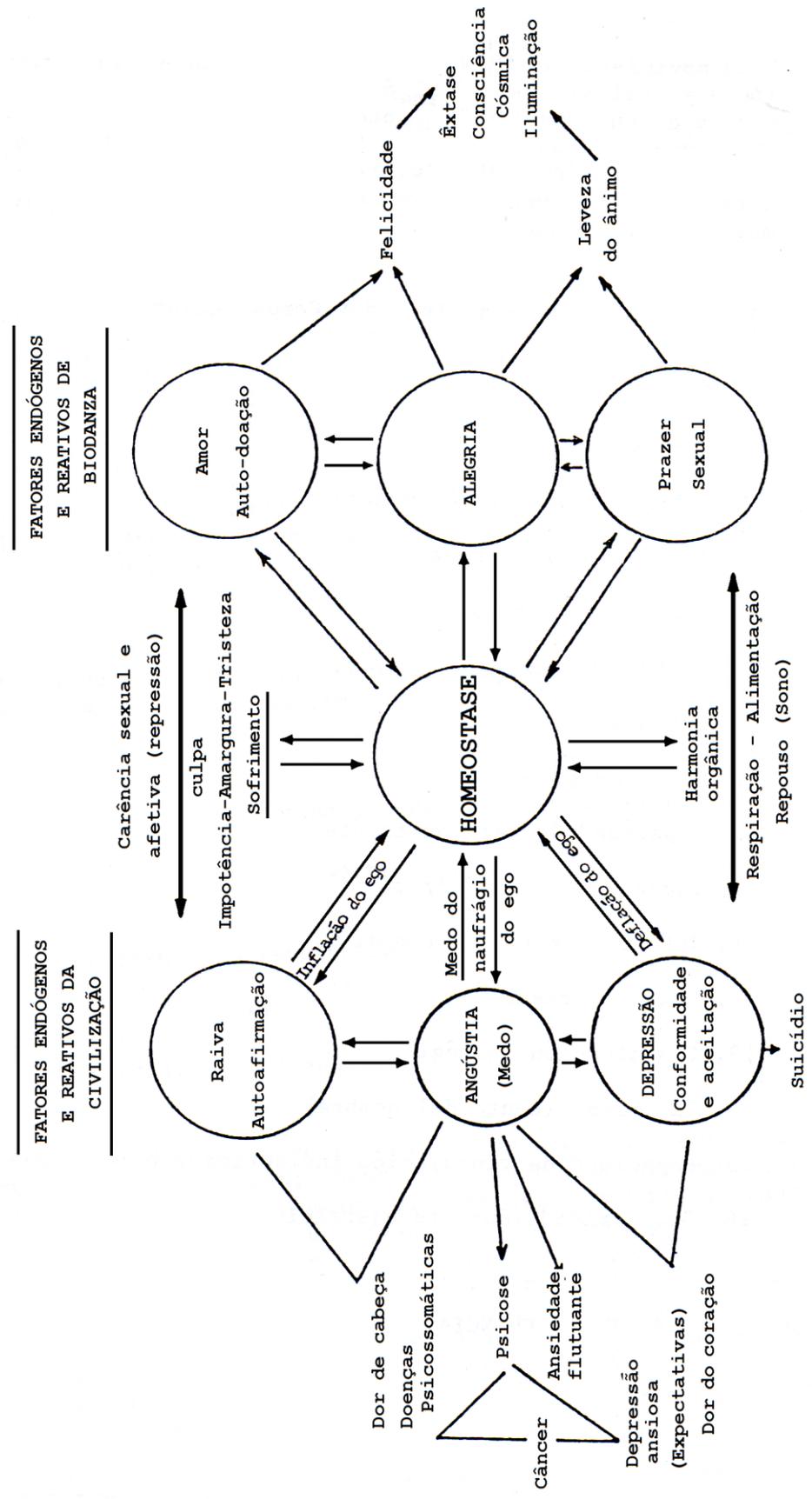


FIGURA 24 – EFEITO DOS FATORES DE REPRESSÃO E/OU LIBERAÇÃO AFETIVA SOBRE A HOMEOSTASE

EQUALIZAÇÃO AFETIVA

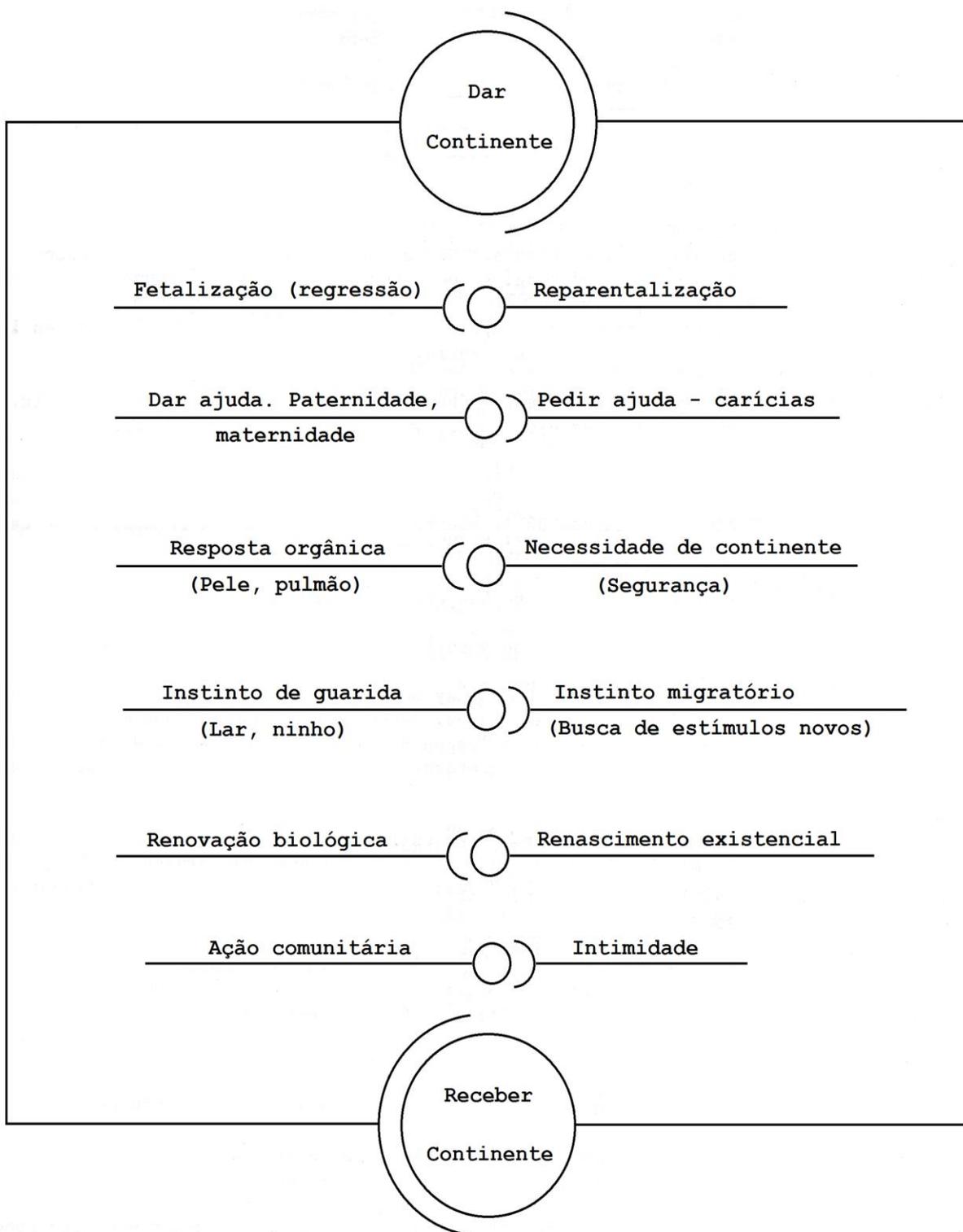


FIGURA 25 – EQUALIZAÇÃO AFETIVA

## 05. LINHA DE TRANSCEDÊNCIA

### ‣ Transcendência

Fala-se, em nossa época, de uma revolução sexual (Bertrand Russell, Wilhem Reich, Helen Singer; Revistas de Sexologia, etc.) no sentido de crise e mudanças. Mas isso não constitui verdadeiramente uma revolução, uma mudança profunda da percepção do sexo.

Mas o que há imaturo é uma revolução dos conteúdos sociais de Transcendência. Há uma necessidade e uma busca de todos. São apresentadas perguntas que antes ninguém fazia. Ao mesmo tempo, há uma erosão das ideologias religiosas.

As religiões propunham Deus fora. As pessoas buscam Deus dentro.

O caminho da transcendência não é um caminho lógico, mas de vivência.

Penso que a busca de transcendência neste momento, constitui uma crise. Assombra-me que as pessoas procurem resposta em ideologias que são, entre si, antagônicas.

Compreendo o Ecumenismo entre os homens, abraçados, na busca da transcendência.

Como é possível mesclar budismo, cristianismo, bramanismo, etc., que são às vezes excluídos e fundamentalmente diferentes?

Vejam o Cristianismo, que temos muito próximo (poucas pessoas rechaçam sua mensagem de amor). Propõe uma vida, um corpo, uma alma que, depois da morte, passará para a eternidade. Sobre essa eternidade diferem as distintas tendências:

- Não há inferno, porque Cristo redimiu

- Há céu, inferno e purgatório

Hinduísmo bramânico: há muitas vidas que vão ser encarnadas. Uma alma e muitos corpos. Depois da morte, há muitas outras vidas, nas quais são pagos carmas. O bramanismo de castas, dos indianos: castas em ordem descendente sustentam uma estrutura socioeconômica.

Buda revelou-se contra esta estrutura. As vidas cármicas podem ser poupadas fazendo exercícios que levam ao Nirvana. Não fala de vida depois da morte. Através da meditação, chegar ao êxtase. Buda tem 4 verdades e 8 caminhos:

1. Tudo é dor, tudo é sofrimento

2. O sofrimento e a dor são decorrentes do desejo

3. Deve-se renunciar aos desejos e amortecer os sentidos. Desprender-se da conexão com a vida.

4. Para alcançar o Nirvana, isto é, a iluminação, tem-se que seguir os 8 caminhos.

Quero que se perguntem se sentem como verdadeiro o que diz uma figura tão bonita como Buda ou Cristo. Há um paralelo entre Buda e Cristo: desprezo pelo corpo. Correntes gregas que exaltam o corpo: Pan, Baco. O prazer, a voluptuosidade, o alimento, o primitivo, selvagem, a euforia de viver, os bacanais, etc.

### Resposta a perguntas:

A Bíblia é, basicamente, formada por dois livros: Antigo Testamento, anterior a Cristo, em que as referências ao amor e sexo não existe. O Deus Judeu é terrível, apavorante. Os preconceitos contra o sexo são tão fortes que ele é punido com a morte.

Deus-pai terrível. Logo, vem o Novo Testamento, que possui diferentes versões e os Evangelhos Apócrifos, onde nunca encontrei uma só menção à reencarnação.

No século V d.C. não se podia seguir matando gente. Ele decidiu aceitar por interesse político-econômico.

Cristo, que salvou a adúltera e amou Magdalena, sempre sentiu aquilo como pecado.

Os textos que sustentam essas ideologias são os que determinam a atuação das pessoas (milhares de pessoas mortas por luxúria).

Santa Teresa: o amor pelo Senhor a preenche ao ponto que não se interessa por nenhuma criatura. “Morro porque não morro”.

Sei que não tenho a verdade, mas a busco. Cada um deve procurá-la dentro de si.

Há uma linha de pensamento religioso que sacraliza a vida e o corpo como expressão de vida. Não é a morada da divindade. Somos em si uma hierofania, uma manifestação do divino. A dessacralização da vida que fazem os Brâmanes significa a desqualificação de cada um de nossos atos. São “os infinitos véus de Maya”, uma ilusão.

Nossa postura é a sacralização da vida. Tem valor em si, seu sentido manifesto e sua divindade sublime aqui-agora. Está pleno de sentido viver.

Outra: a vida como provação, um peso; o corpo como desprezível.

Biodanza não é um sistema alógico, como o Budismo Zen, mas que trata de perceber a inteligência divina, a percepção das leis do Universo.

Biodanza: o corpo sagrado, uma hierofania; esta vida tem sentido em si. Não temos dados de outras vidas, mas sabemos que esta está acontecendo.

O trabalho na separação corpo-alma leva à morte. Harmonia é ação.

A Linha de Transcendência tem relação com a de Sexualidade no amor, na experiência tântrica em que o sexo é um meio de alcançar o Nirvana, no êxtase orgástico de Biodanza.

A união da Transcendência com a Afetividade se dá pela autodoação eucarística, ou seja, pela experiência de brindar-se totalmente aos outros, em atos de amor absoluto, sem discriminação.

#### › Para uma Biologia das Religiões

Uma religião é uma estrutura cultural na qual se organiza um modo de percepção da própria vida em relação com sua duração, qualidade e destino futuro.

Alguns pensadores propuseram a possibilidade de uma infraestrutura psicológica com componentes esquizofrênicos obsessivos, depressivos e histéricos, isto é, diversas expressões de uma angústia de fundo. Com frequência, os arrebatamentos místicos e as experiências de êxtase têm sido associados a componentes esquizofrênicos; os rituais e cerimônias, a fatores obsessivos; a nostalgia de outra vida melhor, a uma perturbação endotímica maníaco-depressiva; a exaltação da expressividade religiosa com gritos, transe convulsivos e condutas regressivas, a componentes histeriformes.

Todas essas interpretações “psicológicas” dos sentimentos religiosos se baseiam, em geral, no mais absoluto desconhecimento sobre o que é a vivência religiosa.

A vivência religiosa é um modo personalíssimo de sentir a própria vida e, em certo modo, de manifestar os níveis de integração entre o corpo e a mente. Sem dúvida, a forma de percepção do próprio corpo, seja como um peso, como uma fonte de angústia, como morada da divindade ou como objeto perecível, vai determinar uma preferência e uma opção. Ao assumir uma fé religiosa, o indivíduo fundamenta um modo de relação particular com seu próprio corpo.

A vivência imediata de eternidade em um aqui-agora provém de sentir a vida em sua máxima plenitude como um dom divino.

É possível que este estado biológico da harmonia e plenitude conceda à consciência o sentimento de que a vida tem um valor intrínseco, eterno apesar de ser passageiro e que não necessita de uma continuidade para além da morte.

Se concebemos, por outro lado, nossa vida como uma sucessão de sofrimentos e uma pesada carga que devemos arrastar, nossa consciência estará aberta à ideia de um paraíso depois da morte ou, no pior dos casos, de um descanso.

Se o hinduísmo bramânico inspirado nos Vedas e em sua última vertente, os Upanishads, propõe a existência de uma alma e sucessivas vidas, através das quais as pessoas deverão cumprir seus carmas, o sentido da vida aqui na terra se torna ilusório e a voluptuosidade, o prazer de viver, são desqualificados. Isto significa que o sistema vivo humano, ao entrar nessa religião, inicia de partida, um processo de “amortecimento”, isto é, de apagamento sensorial e biológico, de desconexão com todo o corporal e, por consequência, de desconexão com o semelhante.

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 que virá depois da morte.

O prazer de viver, que tem seu sentido “agora ou nunca” e “aqui-agora”, não tem cabimento, sobretudo nas formas mais tradicionais do Catolicismo, em que predomina o conceito de pecado ligado ao de voluptuosidade e luxúria. É assim como o ímpeto de viver degenera em conformismo e esperança.

A expectativa de uma vida depois da morte deforma totalmente o tempo biológico, acentuando a Futuridade.

No budismo, se renuncia tanto à dor como ao prazer, os quais estariam ligados entre si. Busca-se, no desinteresse e no vazio interior um modo de desconexão ao prazer de viver. Nesta desconexão está implícita a desvinculação amorosa. Buda abandonou sua mulher no dia seguinte ao que ela deu à luz. Sem dúvida, nesta concepção se propõe um modo de desligamento do corporal, o que significa uma catástrofe biológica e uma desqualificação absoluta da vida como um fenômeno de valor intrínseco. Isto explica porque os Bonzos budistas podem se auto-incinerar com absoluta serenidade.

Na religião asteca, os jovens se ofereciam para ser imolados.

Nas religiões totêmicas, os indivíduos conservam a revivência dos antepassados no espírito do clã. Sem dúvida, eles estão reforçando as potencialidades genéticas manifestadas na história do clã e, por esta mesma razão, a vida destas sociedades tem um caráter mais orgânico e um sentido biocosmológico.

#### › Missa e Processo de Individuação

(“Raízes da Consciência”, de C.G. Jung p. 298)

Considerado do ponto de vista psicológico, o Cristo representa, enquanto homem primordial (Filho do homem, segundo Adão), uma totalidade que ultrapassa e engloba o homem comum e corresponde a personalidade total que transcende a consciência. Nós a chamamos, como já dissemos, si-mesmo (“selbst”). Assim como num nível muito arcaico da visão de Zóximo, o “homunculus” foi elevado ao estado superior de pneuma, o mistério eucarístico transforma a alma do homem empírico que é somente uma parte dela mesma, em sua totalidade expressa pelo Cristo. Nesse sentido, pode designar-se a missa como um rito do processo de individuação.

Na antiga literatura cristã podemos perceber considerações dessa ordem, como por exemplo nos Atos de João (“Acta Joannis”), que figura entre as obras mais significativas que a literatura apócrifa nos transmitiu. A parte do texto que aqui nos ocupa começa pela descrição de uma roda mística organizada pelo Cristo antes de sua crucifixão. Ele ordena aos seus discípulos que se deem as mãos, a fim de formar um círculo. Ele fica no centro. Os discípulos se movem em círculo, enquanto Cristo canta o hino do qual destacarei alguns versos:

"Eu quero ser salvo e eu quero resgatar. Amém.  
Eu quero ser desatado e eu quero salvar. Amém.  
Eu quero ser ferido e eu quero ferir. Amém.  
Eu quero ser engendrado e eu quero engendrar. Amém.  
Eu quero comer e eu quero ser devorado. Amém.  
Eu quero ser pensado, eu que sou todo pensamento. Amém.  
Eu quero ser lavado e eu quero lavar. Amém.  
A única oitava canta hino conosco. Amém.  
O duodenário no alto dança a ronda. Amém.  
Aquele que não dança não conhece nada do que ocorre. Amém.  
.....  
Eu quero ser unido e eu quero unir. Amém.

.....  
Eu sou uma lâmpada para ti que me vês. Amém.  
Eu sou um espelho para ti que me conheces. Amém  
Eu sou uma porta para ti que bates. Amém.  
Eu sou um caminho para ti, o viajante. Amém.  
Se te reunires à minha roda, ver-te-ás em mim, que falo...  
Se danças, reflete no que faço, pois é tua paixão, a paixão do homem que eu quero sofrer!  
Pois nada poderias compreender do que sofres, se eu não tivesse sido enviado pelo Pai co-  
mo palavra (Logos) ...  
Se reconheceres o sofrimento, possuirás a ausência de sofrimento.  
Reconhece o sofrimento e terás o não-sofrimento...  
Reconhece em mim a Palavra da Sabedoria!"

### Experiência Suprema

1. Vivência de Transcendência
2. Experiência Suprema (Cap. livro sobre LSD)
3. Buda. Harmonia. Outra
4. Danças Sagradas
5. Posições Geratrizes
6. Evangelho Apócrifo (Fra Angélico. Botticelli)
7. Êxtase-Íntase
8. Bibliografia
  - Rodolfo Otto: O Sagrado.
  - Angelus Silesius
  - Martin Buber (Eu e Tu) Trad. Newton Aquiles von Zuben. Ed. Cortez y Moraes Ltda. SP. 1977
  - Aldous Huxley: Filosofia Perenne. El loto y el robot .
  - Sigmund Freud .
  - Carl G. Jung

#### Ideias políticas de Freud

- Meister Eckhart
- San Juan de la Cruz
- Santa Tereza de Ávila

#### Filosofia do Oriente

- Tao Te King
- O Torá
- A Bíblia
- O Corão
- Tratado de História das Religiões. Mircea Eliade
- Pierre Weil: As Fronteiras da Regressão

### Tema: Transcendência

Resposta:

É a percepção interna de uma identidade que tem um valor intrínseco, por ter a vida. E que essa pessoa, que és tu, está conectada com o mundo inteiro.

Todas as coisas e as pessoas têm uma familiaridade quase consanguínea contigo; estão intimamente ligadas.

Entre os exercícios de transcendência há alguns que são especialmente preparados para induzir um estado de transe (fusão com a totalidade).

A maioria das disciplinas trabalha com a parte consciente. Biodanza abarca a totalidade.

O medo é o teste para saber se a pessoa está preparada para entrar em transe (necessita afirmar seu ego, não abandoná-lo).

### ‣ Vivência de Transcendência

O ponto de partida para conseguir a Vivência de Transcendência consiste em despojar-se previamente de toda ideia preconcebida acerca de Deus. A percepção da essência divina não necessita, de modo algum, da fé.

A vivência mística é refratária ao processo de simbolização das religiões convencionais.

A personificação da divindade é a negação mesma da vivência de transcendência.

A essência divina, ao ser personificada, permanece fora do ser humano. A tradicional afirmação de que Deus nos elege ou que Deus descende-nos pela graça, impedem a sensibilização do indivíduo à experiência da Totalidade.

A ideia de “ser eleito” não é senão uma expressão da patologia da identidade.

O ser humano tem luz própria e não necessita da “possessão divina”.

As religiões baseadas na possessão ou na fé em um Deus-pessoa, são formas rudimentares e alienantes de pretender a vinculação com o transcendente.

Deus se manifesta dentro do ser humano na medida em que este se vincula à essência de todas as coisas.

Deus não vem de fora; não é uma forma. É a vivência intensíssima de um “sentido” que surge quando o indivíduo “é parte viva” da criação.

Deus é, portanto, uma vivência e não uma presença.

A personificação da divindade é o que tem permitido às religiões o monopólio de um mundo transcendente fictício. A criação de sacerdócios e hierarquias eclesiásticas é, sem dúvida, a negação mesma da transcendência.

Toda pessoa pode ter acesso à experiência divina, sem conseguir permanecer “dentro da totalidade”. Para isso deve abolir o ego que o deixa exilado.

A Experiência Divina não consiste no “encontro” entre a identidade do indivíduo e a identidade de um Deus, senão na identificação mesma com a essência vivente. A vivência da Unidade não exige a Dualidade.

Nunca se é tão “parte” da Totalidade como durante a experiência mística.

Só a grave patologia da identidade que afeta o ser humano desde há muitos séculos, podia imaginar os deuses como projeção antropomórfica.

A profunda experiência de Deus transpõe os limites entre o externo e o interno. Esta experiência, portanto, é a fusão com o todo num ato de dissolução pulsante, em que o Universo, com toda a sua completa e maravilhosa unidade, se manifesta na criatura e ao mesmo tempo a criatura forma parte essencial deste.

A Ciência, em suas mais altas expressões, não é senão a visualização de relações cósmicas que se manifestam na mente do gênio científico. Logo, o gênio é capaz de “ver”. Os grandes descobrimentos são possíveis porque o gênio está “dentro” da natureza, forma parte da “Inteligência Cósmica” e só tem que traduzir um aspecto dessa experiência em uma linguagem acessível ao resto dos seres humanos.

A semântica científica, em sua forma mais extrema, surge de um ato de mediunidade, no qual o gênio se faz de veículo passageiro entre a inteligência cósmica e a inteligência humana, que são da mesma natureza e pertencem ao mesmo “continuum” vivente.

O gênio científico e, com frequência, o gênio artístico, não são senão leitores da transcendência.

#### a. Vivência Mística

Vem acompanhada de uma total mobilização afetiva, na qual se combinam alegria indescrevível (beatitude), sensações corporais de prazer abrasador (orgasmo e núpcias com o universo), sensações corporais de leveza, fluidez, calor-frio e iluminação interna; percepção absolutamente diáfana da relação vivente que existe entre todas as criaturas; sentimento de entrega amorosa e bem-aventurança de formar parte da criação; extensão e fusão da consciência do tempo e do espaço: passado, presente e futuro se fundem num eterno presente.

O “tremendo mistério” e o pavor de que falam alguns místicos cristãos, só se produzem pela fantasia de Personificação. Para qualquer homem integrado, a Experiência de Totalidade se dá como algo natural, como algo perfeitamente reconhecível.

Uma plêiade de investigadores e pensadores contemporâneos têm encontrado linhas de evidências que tendem a mostrar a universalidade da experiência mística e de seu caráter independente das diversas tradições religiosas. Entre eles podemos citar os seguintes: William James, Richard Maurice Bucke, Bene Guénon, Aldous Huxley, Carl C. Jung, Abraham Maslow, Prince e Savage, Walter Pahnke, Pierre Weil, Claudio Naranjo, Rolando Toro, Rodolfo Otto, Ralph Metzner, Richard Alpert e outros.

A Experiência Mística tem sido chamada “Experiência Cósmica”, (Pierre Weil), “Experiência de Totalidade”, “Experiência Culminante” (Maslow), “Experiência Suprema” (Rolando Toro).

#### b. Descrição Fenomenológica

Em estudo fenomenológico desta experiência destacam-se as seguintes características:

- Ingresso no Eterno Presente
- Experiência da unidade do universo
- Compreensão e conhecimento imediato da Realidade
- Total ausência do Ego
- Sentimento de vinculação essencial com todo o existente (pessoas, animais, plantas, sol, água etc.)
- Vivência do essencial
- Sentimento de ser parte da criação
- Morte-Renascimento
- Elação e Plenitude
- Felicidade infinita (Beatitude)
- Amor por toda a Criação
- Sentimento de liberdade
- Desapego frente as opções de nossa cultura
- Ampliação e riqueza de percepção (sons, formas, cores)
- Tremor corporal
- Prazer corporal, voluptuosidade
- Sensação de leveza
- Calafrio
- Percepção direta de energia (em suas múltiplas formas)
- Iluminação interna
- Êxtase-íntase
- Som cósmico
- Clarividência
- Inefabilidade

Efeitos posteriores:

- Mudança de valores
- Perda do medo da morte
- Sentimento de consistência existencial
- Transfiguração posterior (“Transumanização”)

A Experiência Mística pode aparecer às vezes contaminada com certos conteúdos simbólicos e/ou expressões dissociativas que deformam seu sentido puro. Alguns sintomas desta Experiência Contaminada, são os seguintes:

1. Dissociação corpo-alma (Desdobramento)
2. Deformação da percepção de objetos e transformação desses
3. Medo e angústia
4. Alterações formais do esquema corporal
5. Encontro com seres fantásticos
6. Anestesia do corpo
7. Visão alucinatória de objetos imateriais
8. Sentimento de onipotência (poderes mágicos)
9. Alterações patológicas de consistência da realidade (achatamento dos espaços, imobilidade cristalizada da paisagem, imagens pavorosas, transformação da autoimagem, etc.)

A convergência de fantasias de possessão no estado de transe, conduz sempre a experiências psicóticas (demoníacas, infernais).

As religiões, ao personificarem as entidades, são sempre produtoras de monstros e demônios ou anjos: a projeção alucinatória que emerge das “pareidolias” quando a consciência está em transe e o corpo está rígido.

Religiões personificadas, transe de possessão, estados de êxtase com rigidez, convulsões, alucinações, iconografia demoníaca, forças caprichosas que agitam os objetos, deuses terríveis, inquisições, hierarquias eclesásticas, superstição, não são senão as múltiplas formas da profunda patologia da identidade, que tem dimensões histórico-culturais e socioeconômicas.

### c. Conclusão

Dentro da severa concepção de Biodança, a vivência de transcendência é uma das funções naturais do ser humano; a mais reprimida de todas, a mais importante e a mais bloqueada pelas religiões.

A personificação das divindades não é senão uma forma de dissociação, historicamente herdada.

O grande Cisma da evolução humana se produziu há muitos séculos. A catástrofe cultural da humanidade foi a separação do corpo e da alma. A partir desta dissociação se iniciaram todas as dissociações: o criador se percebeu separado da criatura; o ser humano, separado da natureza; o indivíduo, de sua espécie.

A separação corpo-alma foi o nascimento de Tánatos.

Eros representa o impulso de vida que reintegra e unifica o ser humano.

A dissociação corpo-alma nos exilou do paraíso.

Quando os mestres orientais sustentam que a vida é uma ilusão, apenas um caminho, demonstram sua patológica incapacidade de percepção do sentido que está implícito na vida mesma. A vida não necessita de finalidades externas a ela. Tem luz e sentido próprios.

As três vertentes históricas que orientam nossa civilização - as religiões orientais, a cultura greco-romana e a linha judaico-cristã - possuem em comum o princípio da separação corpo-alma, a discriminação, o desprezo pela sexualidade e a repressão silenciosa da experiência cósmica genuína, substituída por cerimoniais, ritos e regras implacáveis da moral religiosa, vazias de significado.

A vivência de Transcendência é uma das mais difíceis de alcançar, porque é a que tem sofrido mais repressão através do processo histórico-cultural.

## ‣ Estados de Consciência Suprema

### 1. Introdução

Os caminhos para lograr uma mais ampla e profunda consciência da Realidade são diversos. A Religião, a Arte e a Ciência buscam, por meios próprios, a via que possa conduzir ao conhecimento unificado do ser humano e do universo.

O santo busca a unificação e o religamento pela contemplação ou o amor.

O sábio chega a ser um humilde seguidor do comportamento da natureza. Para poder conhecê-la deve respeitar seu curso, descrever sua morfologia e sentir suas secretas palpitações.

O artista, por sua vez, tenta revelar realidades internas que são, no fundo, realidades cósmicas. Torna-se, assim, um instrumento lúcido das forças de organização e criação que se fazem presentes nele de um modo imperativo. O artista se experimenta a si mesmo coparticipando na criação universal. Mais do que como um inovador que constrói, se experimenta como um parteiro ou um revelador de formas e harmonias ocultas. Seu trabalho é transformar o Caos em Cosmos.

Os efeitos de Biodanza na Linha de Transcendência, lançam muita luz sobre a Experiência de Totalidade.

O sentimento de íntima vinculação com a natureza e com o próximo, é uma experiência culminante que se tem raras vezes na vida. Experimentá-la apenas uma vez permite iniciar uma mudança na atitude frente a si mesmo e frente aos demais. O saber com “certeza” que não somos seres isolados, mas que participamos do movimento unificante do cosmos, basta para mudar nossa escala de valores. Mas este saber com certeza não é um saber intelectual; é um saber mais comovedor e transcendente. Os egípcios, no Livro dos Mortos, fazem referência ao sentimento de unidade ontocosmológica:

*“Sou a parcela das parcelas da Grande Alma Incandescente”.*

A possibilidade de alcançar um estado de consciência superior, em que cada um possa liberar-se dos hábitos mentais e emocionais que os “desligaram”, é escassa para os seres humanos desta civilização, acossados, nivelados pela estandardização, doentes pela tensão que devem suportar; tiranizados pelo maquinismo.

Isto faz pensar que o uso de Biodanza como acesso à Experiência de Totalidade representa para a humanidade a maior esperança e constitui, desde o ponto de vista antropológico, uma conquista notável no processo evolutivo humano. Sua importância sobrepassa o âmbito da clínica e da investigação psiquiátrica para abarcar o da antropologia, da pedagogia, da arte e de outros setores da cultura.

Nem todas as pessoas que fazem Biodanza alcançam a experiência suprema. Quando a integração psicológica prévia é deficiente, os exercícios da Linha de Transcendência devem ser aplicados com extrema prudência. A experiência de transe deve ser guiada por uma pessoa experimentada que tenha uma formação adequada.

A percepção de si mesmo como intimidade e como abertura amorosa, influi, indubitavelmente, sobre a evolução das pessoas, inundando-as de vitalidade e unidade interna.

### 2. Regressão ao “Primordial”

Um dos instrumentos básicos de cura em Biodanza é o trabalho com o processo de “Regressão”.

A Regressão é uma função natural do ser humano, sua possibilidade de remontar-se ao passado e conectar com a Origem. Para induzir a regressão, usamos em Biodanza cerimônias de Transe. É necessário, durante estas experiências, abandonar a identidade, entregar-se totalmente a um novo continente: o regaço do grupo. O transe implica um “trânsito” de um estado de consciência a outro.

Em Biodanza se procura induzir somente transe integrativos, nos quais se passe sempre a um estado de consciência superior. Sabemos que a regressão, em determinadas circunstâncias, pode ser uma experiência integrativa ou dissociativa.

Biodanza utiliza o transe como método para reciclar os padrões inatos de vitalidade. É um “renascimento”, no sentido das cerimônias primitivas. Volta-se às fontes, ao estado primordial, anterior à aprendizagem e à repressão.

O transe em Biodanza permite ao indivíduo diminuir sua identidade, deixando-se dissolver no grupo para integrar-se na unidade mais ampla e indiferenciada. A pele já não cumpre só a função de “separar”, mas que realiza a de “unir”. A vivência que o indivíduo tem ao sair do transe é de profunda vinculação consigo mesmo, com os outros e com o cosmo. Esta experiência traz consigo um sentimento de esplendor e plenitude, de imensa felicidade e bem-estar corporal.

O grupo representa o útero onde o indivíduo revive as sensações de calor, segurança e harmonia nutrícia. No processo de renascimento, o grupo vai devolvendo amorosamente sua identidade com abraços e carícias cuidadosas como as que se brindam a um bebê.

Todas as pessoas podem entrar em transe. Em indivíduos psicóticos e também em pessoas que estão sob o efeito de drogas tranquilizadoras, o transe é induzido com grande facilidade. As pessoas normais, cuja couraça defensiva não é muito forte, costumam entregar-se também com facilidade ao estado de transe. As pessoas com fortes couraças caracterológicas, rígidas e vigilantes, têm dificuldades e o transe só é induzido depois de repetidas sessões. Os psicopatas, os obsessivos e alguns tipos de doentes paranoicos, apresentam grande dificuldade para entrar em transe. Os doentes esquizofrênicos devem adquirir previamente um nível adequado de integração antes de serem submetidos a estados de transe leve. O trabalho com doentes mentais só pode ser realizado por um psicólogo ou psiquiatra especializado em Biodanza Clínica.

### 3. Classificação e Descrição dos Estados de Consciência Suprema

Podemos agrupar os “Estados de Consciência Suprema” nos dois polos “pulsantes” do Modelo Teórico de Biodanza.

<b>Íntase</b>	<b>Êxtase</b>
Harmonia cenestésica	Embriaguez amorosa indiferenciada
	Êxtase musical
Mediunidade musical	Êxtase orgástico
Vivência intrauterina	Êxtase amoroso
Vivência oceânica	Êxtase altruísta
Iluminação	Êxtase contemplativo
	Orgasmo Cósmico

#### Estado de Êxtase

1. O estado de transe pode se manifestar como um processo de identificação com as múltiplas criaturas do Universo e com a unidade cósmica, ou seja, como um profundo regresso a si mesmo. Este processo é pulsante: do íntimo para o mundo e do mundo para o íntimo; não é um processo de regressão estática. Poderíamos considerá-lo uma “pulsação oscilante da consciência, centrífuga e centrípeta”. O ponto de partida é visual, para entrar na essência da realidade externa.

O aprofundamento deste estado pode levar ao êxtase contemplativo, com pranto diante da beleza indescritível da realidade, unido a uma perda de limite corporal e intenso prazer.

2. Um estado completamente diferente é o que ocorre no encontro corporal com identificação recíproca sensível e no qual se volta também, por momentos, a si mesmo. Aqui, os fatores novos são: o predomínio tátil cenestésico da percepção, a estimulação erótica e a participação de duas ou mais pessoas.
3. O estado (1.) pode ter a variante de identificação profunda com a essência de uma pessoa, chegando a ocorrer uma compreensão absoluta dela, acompanhada de uma intensa emoção de amor e fraternidade. A tal ponto, que a pessoa pode se ajoelhar diante desta criatura (“Viu e amou” - Cristo ante os escravos em Corinto).
4. O estado de êxtase cenestésico, que ocorre de olhos fechados quando se dança com profunda sensibilidade de forma lenta e harmônica, é um estado em que a pessoa se abandona a “ser si mesma” e, de repente, é um *médium* dá música. Vale dizer, a pessoa “é” música.  
Haveria aí uma identificação cenestésica com a música.
5. A intensificação do estado 2, de palpitante fusão com outra pessoa, pode levar ao êxtase orgástico, com hiperestesia e exacerbada voluptuosidade face os mínimos contatos. Este estado pode ou não, ser acompanhado de orgasmo.

### Estado de Íntase

É a súbita ampliação da consciência unida à vivência emotiva de estar vivo por vez primeira e única, concentrando todas as possibilidades do ser.

Esta vivência é acompanhada de um sentimento de pavorosa beleza e plenitude.

Diríamos que nem sequer há participação do processo de identificação, mas um estado intensíssimo da consciência de vida, com todas suas ressonâncias afetivas.

É sentir-se parte viva de uma totalidade orgânica, unido a um sentimento de eternidade (intemporalidade).

A vivência corporal é pulsante, com sensações de calafrio e arrepio.

1. Regressão pela revivência do estado intrauterino. Em posição fetal, sem movimento, recebendo continente, a pessoa entra em um estado que reedita a condição intrauterina e no qual ocorre um cálido sentimento de segurança, abandono e tendência ao sono.

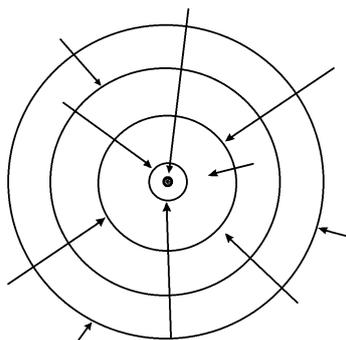
Há uma perda da sensação de limite corporal e o estado se dá em uma espécie de intemporalidade.

2. O estado de íntase, unido a um sentimento de bondade generosa e de amor por tudo o que existe, dá lugar ao estado de iluminação, que se caracteriza por sentimento de leveza, altura, expansão dos limites corporais e transparência. Percebe-se o próprio corpo como um centro, uma fonte, de onde emana luz. É um estado de absoluta felicidade, que tem também um caráter pulsante sutil.

Não vem acompanhado de calor, mas antes de sensação etérea e leve, mas de intensíssima energia luminosa, estados que podem variar de intensidade e tonalidade.

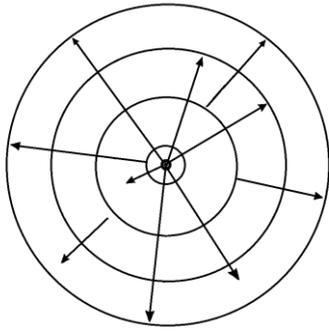
O início do estado de iluminação é um estado de claridade interna.

### ► Canalização da Energia na Experiência Suprema



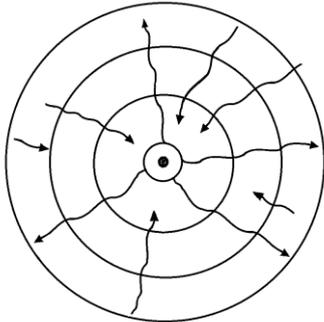
#### 1. Concentração (Fluxo Centrípeto)

Na vivência de Íntase, o fluxo de energia cósmica se concentra no indivíduo. Este se percebe a si mesmo como centro, onde chega à energia cósmica. O mundo está dentro do indivíduo. Identidade máxima.



### 2. Projeção (Fluxo Centrífugo)

No êxtase, o fluxo vai do indivíduo para o universo. O limite corporal se dissolve. Perdem-se as fronteiras entre o externo e o interno. O indivíduo se identifica com a multiplicidade do universo e forma parte da Totalidade.

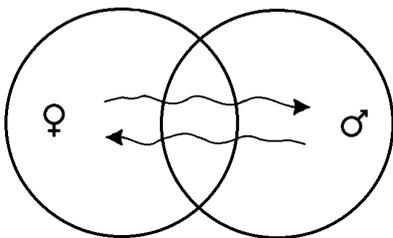


### 3. Iluminação (Fluxo Pulsante)

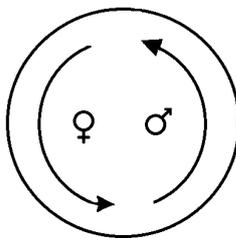
No estado de iluminação, o fluxo de energia é pulsante. Se recebe e se emite energia

### 1. Orgasmo

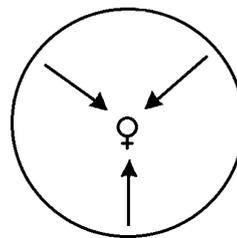
Durante o Orgasmo Cósmico, há uma ressonância e sincronização absolutas de duas fontes individuais de energia que pouco a pouco se fundem. Duas identidades se transformam em uma identidade maior. No momento da descarga orgástica, a vivência masculina é de que a energia se libera e se dissolve para fora. A vivência feminina é de que a energia se concentra dentro de si.



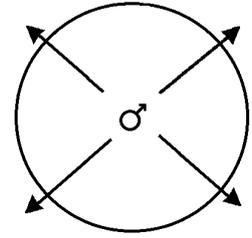
Iniciação



Fusão e Orgasmo



Estado pós-orgasmo



### ► Transe e Experiência Suprema

O transe da Biodança é sempre o trânsito para uma Experiência Suprema.

- **Íntase**

Conexão total consigo mesmo (com “o mais íntimo do meu íntimo”). Vivência de si mesmo.

- **Orgasmo**

Conexão total com o outro (fusão na união de dois).

- **Êxtase**

Conexão total com toda a existência (identificação com cada criatura e com os elementos e objetos do universo).

Essas categorias podem parecer exóticas a uma pessoa marcada pela tradição científica-natural. Com efeito o são. Mas um verdadeiro cientista pode tentar pelo menos a descrição desses fenômenos que, no momento, são de difícil medida. No que me diz respeito, pertencço à tradição científica-natural, mas seria desonesto ocultar essa parte da realidade psíquica, pelo fato de que só algumas pessoas inteligentes duvidam de sua existência.

Certos movimentos corporais tendem a induzir ao transe. Há um tipo de transe individual no qual a diminuição da identidade não tem apoio numa entidade de grupo. Esse tipo de transe solitário não nos interessa.

Em Biodança se realiza o transe dentro de um grupo estruturado, permissivo e altamente acolhedor.

Os movimentos que induzem o transe são gerados sobre certas atitudes psicológicas especiais:

- Ensimesmamento
- Dança com os olhos fechados
- Relaxamento corporal
- Ausência de intencionalidade voluntária
- Movimentos em câmara-lenta
- Atitude “receptiva”, hiperestésica
- Concentração da sensibilidade na pele. Percepção na membrana.
- Horizontalidade, espaço esférico, sinuoso e circunvolvente
- Movimentos de abandono e entrega
- Hiperemotividade musical
- Limite corporal vago e indefinido
- Vivência de harmonia e unidade

A vivência de transe (perda de identidade) é gozosa e deixa posteriormente uma sensação de harmonia e plenitude.

Danças e exercícios para induzir o transe:

- Relaxamento dançante
- Dança hiperestésica
- Dança em câmara lenta
- Dança oceânica
- Exercício de abertura musical e entrega (no solo)
- Dança do hipopótamo (dissolver-se)
- Dança de conexão de movimento (mãos, espáduas)
- Grupo compacto
- Dança das serpentes
- Dança giratórias lentas
- Dança de transe (com vozes)

Exercícios de Psicomúsica para induzir o transe:

- Coro Caña Divina e
- Mantra Tibetano

### ‣ Identidade, Transe e Consciência Cósmica

A experiência lisérgica parece ser uma amplificação da identidade, em que o processo de identificação (reconhecimento das essências) e o de percepção de si mesmo estão aumentados. Ao mesmo tempo, ocorre aperfeiçoamento da integração com o universo.

Parece que o transe é o processo regressivo de dissolver-se na totalidade do Universo, enquanto a identidade é o processo em que se percebe todo o universo como parte integrante da pessoa.

Os processos de identidade e transe são absolutamente complementares e abarcam a totalidade da experiência humana.

A integração é o processo em que convergem o ser humano e o Universo para formar uma totalidade perfeita.

A inteligência que cria e organiza o Universo, é percebida como da mesma natureza que nossa inteligência. Nossa inteligência é só mais limitada, mas da mesma natureza que o universo. Então, há um *continuum* entre a inteligência cósmica e a inteligência humana.

Entre duas pessoas pode existir a compreensão absoluta, devido a que ambos estão alimentados pela inteligência universal. A existência da inteligência universal torna possível também a compreensão e comunicação interumana e torna possível também o amor e a fusão. Os corpos são diferentes, mas a energia e a inteligência que os anima é uma só.

Isto é o que permite a afinidade através do contato. Através das pessoas flui essa energia universal, essa inteligência cósmica. A carícia vem sendo o encontro de essa energia unificadora.

### Dança da Semente

A “vivência de crescimento” é uma das mais profundas e formosas que pode ter um ser humano. Desenvolver cada dia as desconhecidas potencialidades da semente interior. Crescer até o fim de nossos dias. Florescer e dar frutos. A vida humana pode assemelhar-se assim, a uma árvore que, surgindo de uma semente, se faz forte e fecunda, nutrida pela seiva imemorial do amor. Floresce e frutifica de forma tão generosa que seus ramos se despedaçam pelo peso dos frutos.

Até que morre de tanto dar frutos.

O processo de vida está contido na semente e se transmite através de milhões de anos. Em cada etapa surgem novos brotos, novas capacidades. Em cada idade recebemos a graça de novas visões. Todos os momentos de nossa existência têm um valor intrínseco que é preciso saber descobrir.

O exercício de crescimento invoca uma vivência excepcional. Não se trata de “representar” o desenvolvimento de uma pequena árvore. É a música que tem que impulsionar o crescimento, não nossa vontade. Temos que chegar a converter-nos em música e crescer desde as entranhas obscuras da terra até a luz e o alto. “Algo” cresce dentro de nós. Nossa sabedoria consiste em permitir que a energia ascendente se manifeste.