

PRÁTICAS CORPORAIS COMO POTÊNCIA DA VIDA¹

CINTHIA MAYUMI SAITO²

ELIANE DIAS DE CASTRO³

RESUMO

As intervenções sobre o corpo apresentam caminhos para se construir a participação, refazer laços sociais e construir melhor qualidade de vida. O trabalho desenvolvido propôs-se a discutir as práticas de consciência corporal como dispositivos que favorecem o conhecimento e a apropriação do corpo, a potencialização da vida e a participação de sujeitos em redes sociais. Para isso, foram utilizados os seguintes procedimentos: revisão bibliográfica, estudo teórico e acompanhamento de um grupo de atendimento em terapia ocupacional, com aplicação de técnicas de consciência corporal e análise dos registros de atendimentos do grupo e dos desenhos realizados pelos participantes ao longo da intervenção. A intensificação das relações pessoais no grupo, com maior tolerância e receptividade e a sensibilidade às situações cotidianas mais aguçadas foram importantes resultados observados nesse processo. Novas referências bibliográficas foram pesquisadas, proporcionando um deslocamento conceitual e uma atualização dessas práticas para o campo da terapia ocupacional.

Palavras-chave: Terapia Ocupacional/Tendências; Terapia Ocupacional/ Instrumentação; Terapias Mente-Corpo/Tendências; Terapias Mente-Corpo/Instrumentação; Corpo Humano.

BODYWORKS AS POWER OF LIFE

ABSTRACT

Body interventions are ways to construct participation, to redo social bows and to build better quality of life. The developed work proposed to discuss bodyworks awareness as a way to propitiate the life powerness and subjects' participation in social nets. The following methods were used: bibliographical review, theoretical study, and a group of occupational therapy was followed up through the application of bodyworks awareness techniques and analysis of written records and draws done by the participants during the activities of this group. The forbearance and fondly relationship within group members and more sensibility to daily situations were important results of this process. New bibliographical references were researched enabling a conceptual displace and an update in concerns of corporal approaching in Occupational Therapy.

Keywords: Occupational Therapy /Trends; Occupational Therapy Instrumentation; Mind-Body Therapies/Trends. Mind-Body Therapies/Instrumentation; Human Body.

¹ Este artigo é desdobramento do Projeto FAPESP 02/10358-3 e teve aprovação da Comissão de Ética para Análise de Projetos de Pesquisa – CAPPesq, do HC- FMUSP, protocolo de pesquisa 160/03. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

² Terapeuta Ocupacional do CAPS Infante-Juvenil Recriar (Guarulhos/SP). Mestre em Ciências no Programa Ciências da Reabilitação pela FM/USP. Endereço eletrônico: cinthiamsaito@yahoo.com.br

³ Docente do curso de Terapia Ocupacional da USP. Mestre em Artes e Doutora em Ciências pela ECA/USP. Coordenadora do Laboratório de Estudo e Pesquisa Arte, Corpo e Terapia Ocupacional e do Programa Permanente Composições Artísticas e Terapia Ocupacional (PACTO) do Curso de Terapia Ocupacional da USP.

INTRODUÇÃO

A atuação do terapeuta ocupacional exige ações que possam de fato responder à complexa demanda da população atendida. O grande desafio é a construção de um conhecimento crítico e inovador, que articule múltiplas ações, viabilizando o discurso humano e social, situando a prática para além de uma fragmentação do saber, tão frequente na área da saúde (LIMA et al., 2009).

Problemas como desvantagem social, situações de vulnerabilidade, riscos e/ou desfiliação de redes sociais são vividos pelas pessoas atendidas que, em função de problemáticas diversas (físicas, sensoriais, psicológicas, mentais e/ou sociais), não se encaixam num modo de ser e agir aceitos ou compreendidos socialmente. Para validar experiências e permitir a experimentação de outras novas, vemos a necessidade de mapear, identificar, criar estratégias para atender às demandas apresentadas pelas pessoas atendidas, experiências concretizadas através do corpo, onde o ser acontece: pela ação e pelo gesto o homem cria e transforma (SAFRA, 2005).

No mundo contemporâneo, somos compelidos a vivenciar e realizar gestos ditados socialmente. “Velocidade, abstração e relatividade formam o tripé de inúmeras experiências humanas posteriores ao advento do automóvel e do avião, (...) suscita muito mais o uso de reflexos do que reflexão” (SANT’ANNA, 2001, p. 16).

A ação do homem tende à automatização, perdendo significado e sentido. Para as pessoas atendidas em terapia ocupacional, a serialização e mecanicismo apresentam-se também como importantes obstáculos para a inserção e participação na vida social. Criar recursos para enfrentar essas questões e propiciar às pessoas a experimentação de maneiras próprias de ser e viver, através de uma conexão com o corpo vivo, seus

ritmos, sensações e observações constituem uma forma de operar os acontecimentos da vida e de se relacionar consigo mesmo, com o outro e com o mundo.

As práticas de consciência corporal, na terapia ocupacional, apresentam-se como potente instrumento de transformação do cotidiano da população atendida, à medida que se tornam experiências do próprio sujeito, propiciam a apropriação de si e instauram uma condição de trabalho que promove a consciência e a criação de um cotidiano e de uma saúde em constante cuidado e produção. Nessas práticas, à medida que as vivências prosseguem, as pessoas se reconhecem como sujeitos de direitos, de responsabilidades, necessidades e desejos, com singularidades expressas a cada momento de vida (CASTRO, 1992).

A partir do exposto, apresentamos a pesquisa “Práticas Corporais como Potência da Vida: ressonâncias entre o corpo e a vida sociocultural”, desenvolvida como monografia de conclusão de curso de graduação em Terapia Ocupacional. Iniciamos com uma discussão teórico-conceitual de elementos que surgiram a partir da intervenção proposta e que orientaram nossas ações. Múltiplas concepções estão articuladas: concepções de corpo, de práticas de consciência corporal, de potência da vida e de redes sociais, e foram processadas no decorrer das intervenções. O acompanhamento de um grupo auxiliou-nos na seleção e no estudo desses temas, escolha que proveio de uma intensidade e de uma repetição no âmbito das ações desenvolvidas. Nesse contexto, componentes teórico-conceituais foram dando contorno às intervenções e resultados práticos dispararam pesquisas teóricas.

CORPO

Aprofundando os estudos sobre o corpo e discutindo as interferências e modificações que ele sofre, torna-se mais difícil dizer o que é um corpo humano. O conhecimento que ele encerra, atrai o interesse de

diversas áreas que o constituem e o transformam, desenvolvendo a cada dia novos conceitos de corpo que implicam a abordagem do ambiente, do passado e do futuro. Ao reunirmos esses elementos, podemos considerá-lo objeto histórico submetido à gestão social que também o ultrapassa e o constitui (SANT'ANNA, 1995).

Como objeto histórico, o corpo é um processo constituído sempre pelo que o rodeia. A forma como é visto, tratado, conceituado, corresponde ao momento histórico-social. Considerá-lo um processo é resultado das transformações de conceitos, da maneira como a humanidade o viu, o tratou e como o vivenciou. Nessa abordagem não podemos discuti-lo por si só, pois como diz Merleau-Ponty: “a coisa e o mundo me são dados como as partes de meu corpo (...) em conexão viva comparável, (...) idêntica à que existe entre as partes de meu próprio corpo” (MERLEAU-PONTY *apud* FARAH, 2004, p. 282).

Para Favre (2004) o corpo é um *continuum* existencial, que se constrói com a experiência: uma corrente de eventos que afeta a produção de corpos e territórios existenciais, que prossegue em nossas vidas. É compreendido como autogerativo, auto-organizativo, e autorregulado, que capta e produz experiência sensorial organizando as respostas a partir de si mesmo, para saber como se comportar e prosseguir formando uma continuidade de si. Para a autora, o mesmo ato de gerar corpo, gera ambiente – não existe um sem o outro. Dessa forma, este conceito considera que podemos ver a nós mesmos como corpos entrelaçados, como um ambiente articulado a outros ambientes, formando ecologias e tendo como modos de vinculação gestos apropriados ao estágio maturacional no qual cada um se encontra.

Espinosa (1989) afirma que o indivíduo é formado por um coletivo de corpos e o encontro entre eles realiza-se para cada um de maneira única, singular, afetando-os,

sendo esta composição responsável pela distinção de cada ser.

É no corpo e através dele que percebemos o mundo e nele operamos. Segundo Gil (1997), o corpo escreve no espaço a cada movimento e é superfície de inscrição onde se registram acontecimentos individuais e coletivos; é operador de linguagem, incorporando-a, o que lhe permite ser capaz de elaborar uma linguagem não-verbal e expressar-se com ela.

O estudo teórico e a atualização conceitual orientaram a prática e o seu entrelaçamento com a teoria. Novos territórios existenciais se estabeleceram. Construir ações em terapia ocupacional tendo o corpo como dispositivo de intervenção exige uma contextualização do ambiente, da população e de como esta é afetada por ele. Essas ações promovem uma diversidade de conexões entre os sujeitos e, portanto, favorecem as relações sociais e também a produção de subjetividade frente às experiências vivenciadas e às percepções que delas se desprendem.

PRÁTICAS DE CONSCIÊNCIA CORPORAL

As *práticas de consciência corporal* propiciam uma nova presença e possibilitam: “estar consciente da presença do próprio corpo como organismo perceptivo e atento a tudo que nele ocorre” (ALEXANDER, 1983, p.10), provocando mudança nos sujeitos. A sensação consciente proporciona o reconhecimento de si e a (re)descoberta de percepções não captadas ou esquecidas no desenrolar da vida cotidiana, às quais não atentamos em função da mecanização do fazer. Os praticantes podem, então, perceber a sensação corporal que experimentam na atividade e nela se reconhecerem.

No contemporâneo aceleramos o ritmo de nossas ações para responder à velocidade dos acontecimentos e do intenso fluxo de informações impostos pelas variadas dinâmicas sociais. A partir de ritmos cada vez mais velozes, operamos sob

expectativas de formas de dominação opressoras e anti-humanas. O volume de experiências e informações exige que as assimilemos e logo estejamos prontos e ávidos por mais, o que nos distancia dos ritmos biológicos e dos contatos com a natureza e com outros seres humanos, além de dificultar nossa comunicação e expressão no mundo e favorecer os processos de exclusão. Nesse contexto o corpo responde automaticamente, muitas vezes sem sequer perceber ao que responde.

Podemos observar que as diferentes estratégias capitalistas de organização social nos invadem causando sofrimento, desfiliação, sujeitando as subjetividades, criando modelos que não contemplam as necessidades fundamentais do humano. Nos serviços de atendimento em terapia ocupacional, recebemos populações que expressam este sofrimento na dificuldade em acompanhar os acontecimentos da vida no ritmo imposto socialmente. Os estados de tempo com que convivemos (da Internet, do *fast-food*) afetam a subjetividade, invadem os princípios organizados do ser, fragmentando-os.

Segundo Safra (1998, p.105), “o homem tem necessidade (...), de (...) encontrar elementos e proporções de seu ser (...) nos diversos acontecimentos humanos”.

A população atendida sofre ainda mais com essas estratégias de organização capitalista. As pessoas encontram dificuldades em responder às exigências de idealização social e, por vezes, são cobradas (ou cobram-se mais), já que expõem as limitações e imperfeições humanas. Tentam, assim, superar diferenças com gestos que busquem conduzi-los a certa normalidade. Por isso entrar em contato consigo mesmo e com o próprio corpo, (re)conectar-se com o corpo vivo, seus ritmos e sensações, resgatar o pulso orgânico para potencializar a vida, tornar-se uma tarefa árdua frente à experiência de abrir um espaço no qual essas conexões vitais possam acontecer.

No trabalho desenvolvido com as práticas corporais, o sujeito torna-se sensível às ações, ao ambiente, percebe seu corpo, como ele se encontra, suas tensões e cansaços, e aprende como reage ao ambiente e aos acontecimentos da vida, podendo também manejá-los. O tempo de assimilação e experimentação da ação não é ditado, respeita-se o ritmo e os limites individuais. Notamos, nos relatos das pessoas acompanhadas nessas experimentações, que com a autodescoberta o sujeito se utiliza de uma “nova consciência” também nas ações cotidianas: o córtex motor reconhece novas formas de agir, possíveis de serem utilizadas no dia-a-dia, modificando padrões habituais, possibilitando outros meios de operar, estar e reagir ao mundo. Essa “nova consciência” se refere a uma redescoberta do ser humano, da corporeidade, da indivisibilidade corporeamente, apontada por uma geração de estudiosos do século XX, entre os quais podemos citar: Laban, Gunther, Alexander, Feldenkrais, Keleman, e outros (ROSENBERG, 1983).

POTÊNCIA DA VIDA

Com a virada dos anos 80, vamos nos deparar com um cenário histórico-mundial no qual forças econômicas passam a ultrapassar fronteiras nacionais e começam a operar com um modelo de capitalismo global, que Guatarri (2005) denominará de Capitalismo Mundial Integrado. O cotidiano, como pano de fundo de nossas vidas, se torna imerso num novo cenário de história cultural e social, onde os corpos serão atravessados pelo mercado constituído por um interjogo de poderes, valores e interesses comerciais, marcando os processos de produção de corpos. Esse cenário exigiu uma atuação no campo profissional, na qual o trabalho de acompanhar o conhecimento do corpo não se faz separadamente da análise das implicações desse contexto sobre a vida dos sujeitos, seus cotidianos, seus corpos e subjetividades (FAVRE, 2006).

Dessa forma, podemos pensar que o contexto social em que vivemos só poderá ser analisado se levarmos em consideração o modelo de organização econômica vigente. O Império, segundo denominação de Hardt e Negri (2001), corresponde à atual fase do capitalismo globalizado, surgindo como uma nova modalidade de controle que recobre a totalidade da existência humana, num funcionamento em rede. Trata-se de um poder que “se encarrega positivamente da produção e da reprodução da própria vida na sua totalidade” (PÉLBART, 2003, p. 82). O consumo foi desmaterializado: consumimos, na contemporaneidade, formas de vida, de subjetividade, de modos de viver e se comportar. E a participação das pessoas em redes de sentido e de potencialização da existência fica, em sua grande maioria, submetida a uma adesão às ofertas do capital, com suas formas pré-definidas.

“Que possibilidades restam de criar laço, de tecer um território existencial e subjetivo na contramão da serialização e das reterritorializações propostas a cada minuto pela economia material e imaterial atual?” (PÉLBART, 2003, p. 22). Como pensar tais possibilidades para a população atendida pelos terapeutas ocupacionais, à mercê das novas formas de exclusão com um desligamento dessa rede intempestiva?

Um posicionamento profissional frente a este cenário contribui para a complexa construção da noção de cidadania e de como os corpos são afetados por esta organização do cotidiano e da vida, particularmente em nosso país onde a paisagem de desigualdades e injustiças sociais é tão tocante. O aprisionamento das forças vivas está submetido aos modelos subjetivos ofertados pelo capital, que se aproveita e explora o poder dos modos existentes e faz com que sujeitos sejam afetados por afecções tristes, usando a expressão de Espinosa (1989).

Para Espinosa (1989) as subjetividades compõem nos seus encontros *lutas de potências*, cujos embates podem ser assertivos ou não. No primeiro caso, os

sujeitos são afetados por afetos-sentimentos alegres, cujos resultados levam ao aumento da potência de agir ou da força de existir. No segundo, os sujeitos são afetados por afetos-sentimentos tristes, diminuindo a potência de suas ação (DELEUZE, 2002). À medida que impedem a emergência de subjetividades únicas e próprias a cada modo de existência, as possibilidades do ser no mundo (ou as potências de agir) são impelidas ao funcionamento desse capitalismo globalizado, gerando então a angústia dos afetos tristes (PÉLBART, 2003).

Para Favre (2006), as práticas e os conceitos de corpo vão enfrentar esses cenários e novos estudos vão ampliar o entendimento do corpo como processo, como produto e produtor de processos físicos e sociais, continuamente “canalizando e secretando a si mesmo como uma força protoplasmática líquida”, gerando e sustentando ambientes físicos e sociais como resposta à sua necessidade conectiva e formativa (FAVRE, 2006, p.9).

Os trabalhos de consciência corporal abrem espaço para a emergência e a descoberta de modos de existir particular de cada sujeito, pois favorecem o olhar singular para cada existência, possibilitando a afirmação da essência do ser que, segundo Espinosa, se constitui como um direito, apenas pelo fato de existir (DELEUZE, 2002).

As atividades grupais de consciência corporal, elaboradas criticamente frente ao contexto acima exposto e conduzidas com cuidado e atenção, podem favorecer que os participantes sejam afetados pelos afetos alegres, aumentando a disponibilidade para encontros naquele mesmo grupo ou em outras redes de sentido – dispara-se uma maior possibilidade de ação subjetiva. As visões formativas, que conectam corpos aos contextos histórico-sociais, apresentam a compreensão de que somos “móteis e pulsáteis”. Assim, formam-se conexões internas e externas que podem ser exercitadas como práticas de si, como exercício para a vida, para o trabalho, para a ação e criação no

mundo. Tais conexões consigo mesmo e com outras pessoas e acontecimentos, auxiliam no trabalho de organizar a experiência como uma forma somática, que sustenta e matura a vida, que presentifica ações, cultivando singularidades e um “poder-potência”, como diria Toni Negri com Spinoza, uma potência conectiva (NEGRI e SPINOZA *apud* FAVRE, 2006, p. 12).

REDES SOCIAIS

O trabalho corporal realizado em grupos possibilita uma nova experiência na construção das relações sociais, o que de forma processual vai permitindo novas aproximações e identificações num “campo corpante”, usando o termo de Favre (2004), onde sensações e percepções possam ser reconhecidas, num processo de troca e cooperação entre os participantes que vai se constituindo gradativamente. Nesse âmbito, os participantes vivenciam o estabelecimento de novos vínculos, a partir dos quais há a produção de novos contextos para a ampliação da existência e o estabelecimento de novas redes sociais. O grupo de intervenção torna-se um primeiro lugar de estimulação da troca e participação.

Guatarri (2005) faz referência à importância de trabalhos que operam em linhas de recomposição da práxis humana nos mais diversos domínios. Para o autor, propostas pedagógicas capazes de inventar novos mediadores sociais criam possibilidades de ressingularização individual e coletiva e participam da reconstrução da existência humana, favorecendo novas modalidades do ser-em-grupo, de composição de redes sociais.

Considerando as relações sociais em rede e cada sujeito como um ponto componente dessa trama, deparamo-nos com corpos compostos e entrelaçados (ou não), a partir do modo como cada ser se relaciona com os acontecimentos da vida. Se as redes sociais são todas as relações percebidas como significativas para o sujeito e contribuem para o reconhecimento do próprio indivíduo e para a sua autoimagem (SLUZKI, 2006), a forma

como os sujeitos estão vivendo seus corpos pode refletir seu nicho de relações interpessoais.

Nesse sentido, os trabalhos corporais realizados em grupo promovem uma articulação dos corpos, proporcionam um lugar de interação onde os corpos se transformam e se formam, num processo de investimento no qual se organizam experiências compartilhadas. Nesses encontros vivenciamos outras maneiras de vinculação, mudamos as formas de nos relacionarmos, pois as experiências de contato consigo mesmo e com outros, proporcionada pelas vivências do corpo, tocam novas camadas da experiência de viver. Assim, corporificar (instaurar no corpo) e compartilhar a experiência abrem contatos que favorecem também a criação de novas redes sociais.

Nas palavras de Safra (2002), o corpo pede *um continuum* de experiências que desvendem organizações estéticas que rompam com as condições necessárias para o aparecimento da subjetividade humana; experiências que permitam novos reconhecimentos de si, que favoreçam o ato de gerar simultaneamente corpo e conhecimento, que ampliem a sua conectibilidade e sua experiência de ser-em-grupo. Essas práticas tendem a instaurar um processo de reinvenção das maneiras de ser e estar em grupo, de viver nos diferentes contextos: da família, do trabalho, das relações sociais. Nelas há produção de sujeitos, há produção de saúde, há produção de novas redes sociais.

A partir da construção desse dispositivo de intervenção prática, podemos observar que os trabalhos com o corpo em grupo ampliam as formas de agenciamento dos participantes, que passam a apresentar novos laços afetivos, de confiança mútua, e expressam muita vontade de estar “dentro da vida”, nos seus modos únicos e singulares, e não à sua margem. A experiência afirma que pertencer às redes sociais fortes e sustentadoras constitui fator de proteção à saúde, à medida que as relações sociais favorecem o encontro de um maior

sentido à vida, atribuindo um lugar ao outro a partir da própria relação estabelecida (MURAMOTO e MÂNGIA, 2007).

MATERIAIS E MÉTODOS OU CONSTITUINDO CAMPO NO FAZER COTIDIANO

Partindo dos pressupostos da pesquisa-ação, que “desde o início, se define por incorporar a ação como sua dimensão constitutiva” (MIRANDA e RESENDE, 2006, p. 511), o desenvolvimento deste trabalho implicou a realização e acompanhamento de práticas de consciência corporal. Compreende-se, aqui, a pesquisa-ação como prática que visa a “mudanças na realidade concreta com uma participação social efetiva”, estando os resultados “vinculados à tomada de consciência dos fatores envolvidos nas situações de vida imediata e na participação coletiva para a mudança da ordem social” (ROCHA e AGUIAR, 2003, p. 65).

A prática corporal desenvolvida no campo da terapia ocupacional foi importante para interlocução e observação das relações participante-atividade, participante-grupo e participante-corpo. Este trabalho se constitui como uma pesquisa qualitativa, cuja prática foi desenvolvida junto a um projeto didático-assistencial do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, o Programa Permanente Composições Artísticas e Terapia Ocupacional (PACTO)⁴, no acompanhamento do grupo PACTO Adultos Noite. Diferentemente de muitos grupos de atendimento desenvolvidos na saúde pública, este não é formado a partir de hipóteses diagnósticas e problemáticas similares. Sua formação deu-se a partir do interesse em participar dos ateliês de corpo e arte ou pelas necessidades de convivência grupal, enfrentamento da solidão, ampliação das ações cotidianas, construção de

redes relacionais, entre outros, o que possibilitou a constituição de um grupo bastante heterogêneo. Dessa forma, o nome escolhido para o grupo reflete a população atendida e o horário em que era desenvolvido.

A configuração grupal contava com 15 pessoas (6 homens e 9 mulheres), com idades entre 26 e 74 anos, no período da proposta. O grupo já acontecia há 4 anos e ocorria em atividades semanais de 2 horas, divididas em ateliê de corpo, pausa para café e ateliê de artes plásticas, e apresentava, no momento desta intervenção, um vasto repertório de experimentações corporais, o que proporcionava uma recepção positiva às novas propostas. Foram realizados 12 encontros semanais de 50 minutos cada um.

A proposta de intervenção junto ao grupo foi construída no decorrer do processo com os próprios participantes. Alguns autores foram selecionados: Sandor (1982), Alexander (1983), Feldenkrais (1977), Farah (1995), Gunther (1974) e Ramos (1998), e apresentados como linhas gerais da proposta. As atividades eram elaboradas entre os encontros, considerando o repertório dos participantes, as vivências, os acontecimentos, os desejos expressos. Utilizamos a perspectiva metodológica da pesquisa-ação para acolher os imprevistos do processo de pesquisa pois o planejamento não seguiu uma estrutura rígida, variando conforme a situação pesquisada e as características apresentadas. A correlação teórico-prática permitiu a criação de diretrizes de ação transformadoras para a solução de questões coletivas (THIOLLENT, 1988).

Nos encontros utilizamos exercícios de Consciência pelo Movimento (FELDENKRAIS, 1977), Jogos de Consciência (GUNTHER, 1974), Danças Circulares (RAMOS, 1998) e desenhos dos corpos (com base

⁴ O Programa Permanente Composições Artísticas e Terapia Ocupacional (PACTO) faz parte das atividades de extensão universitária do Laboratório de Estudo e Pesquisa Arte, Corpo e Terapia Ocupacional do Departamento de Fisioterapia, Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

nos trabalhos de ALEXANDER, (1983), elemento articulador de todo o processo.

Os exercícios de Consciência pelo Movimento propiciavam o contato dos participantes com seus corpos, seus movimentos individuais, com a vivência de movimentos lentos, a partir dos quais era possível perceber como eles eram realizados. Os Jogos de Consciência possibilitaram o toque entre os participantes, permitindo a percepção dos limites do outro. As Danças Circulares integraram o grupo à ação coletiva, de forma a aceitar e respeitar as diferenças individuais.

Os participantes realizaram o desenho de si (autorretrato), sobre o qual interferiram durante e no final do processo. As figuras tornaram-se mais coloridas e com movimentos que pareceram ganhar vida com as intervenções no corpo. O desenho do corpo humano configura-se como um registro da experiência, uma representação das inscrições no corpo. Para Machover (1956 *apud* LOPES, 2001), o desenho da figura humana reúne as imagens de si e de outras pessoas presentes na mente, apresentando-se como produtos de nossas experiências, identificações, projeções e introjeções. Nele projetamos, de forma espontânea e variada, o nosso próprio corpo e aspectos das múltiplas imagens que cada um pode construir sobre sua própria experiência.

Os desenhos constituíram parte do registro das intervenções e foram associados aos registros fotográficos, em vídeo e por escrito, realizados pela equipe, o que forneceu uma compreensão diversificada da experiência. O recorte realizado pelo olhar de quem fotografa ou filma apresenta sutilezas, diferentemente do registro escrito que nos oferece uma descrição dos acontecimentos. Esses recortes enriqueceram o trabalho de coordenação das propostas e a análise dos dados.

O material escrito, fotográfico e em vídeo produzido com o registro das intervenções realizadas foi organizado de acordo com os campos conceituais anteriormente

apresentados e correlacionado às práticas de consciência corporal com a ampliação da percepção e o fortalecimento das relações interpessoais estabelecidas no grupo.

DISCUTINDO AS CONSTATAÇÕES EM CAMPO

Os exercícios de Feldenkrais (1977), na sua monotonia e lentidão, permitem ao cérebro assimilar as informações de forma mais vagarosa. O processo de lentificação dos gestos introduz a possibilidade de realizar ações onde um novo ritmo e uma nova qualidade – realizar as coisas devagar – apresentam-se como uma vivência nova e diversa do cotidiano, ampliando o repertório de experiência motora. Assim se constitui um novo conhecimento do corpo e se proporciona maior qualidade de vida. O uso da lentidão e a percepção dos limites transformam-se frente à constante realização da proposta e são apropriados pelo corpo no cotidiano.

Os trabalhos de Gunther (1974) possibilitam uma percepção do tempo, do ritmo, do limite, do corpo do outro, à medida que solicitam interação entre os participantes. Tocar o outro estimula a sensibilidade no contato, que pode ser transferido para o contato com as pessoas do nosso cotidiano.

Aprendemos a lidar com o ritmo de cada um e com o do grupo. Os encontros dos diferentes corpos, ritmos, experiências encarnadas, os múltiplos repertórios e vivências requereram um ritmo de trabalho comum. A cada encontro, a proposta acolhia as necessidades e características expressas. A lentidão não teve aspecto negativo: o vagaroso acolhe as heterogeneidades dos modos de ser, possibilitando que o estar e o interagir com o mundo criem relações de composição, que “resultam na afirmação da vida como um processo no qual cada ser não é nem mais nem menos do que uma dobra, ao mesmo tempo autônoma e dependente em relação ao processo vital” (SANT’ANNA, 2001, p. 95, 96).

Lembramos que as repercussões desta pesquisa não são resultados apenas desta intervenção, mas fruto da história e vivências e das múltiplas composições entre as diferentes pessoas que passaram pelo grupo. A história deste grupo, no que se refere às práticas corporais, fez-se por muitas intervenções, e a história de cada um enriqueceu a experiência de todos.

Nesse âmbito, observamos também um desmanche da rigidez muscular e um aguçamento da sensibilidade como, por exemplo, a observação cuidadosa e atenta a um inseto, durante o ateliê de arte. Eram comuns os comentários: “precisamos fazer isto mais vezes!” Ou “estava muito gostoso!”. As técnicas utilizadas geraram interesse dos participantes, que perguntavam a respeito, o que não ocorria antes, segundo os registros do grupo. A trama histórica permite a tessitura de novas experimentações, de novas apresentações e de relações com os outros participantes.

Notamos também uma maior integração grupal com maior tolerância e receptividade a novas pessoas e a novas experiências, com aceitação e reflexão sobre os desagradados, ao invés do julgamento pela aparência, como parecia ocorrer inicialmente. Alguns se mostraram mais autônomos, conduzindo a vida independentemente com participação de outras redes de vida, além da oferecida pelo PACTO. A adesão às propostas de corpo e assiduidade nos atendimentos engendraram uma potente rede de participação social, de ação e criação no mundo: o fortalecimento de uma rede social.

Segundo Mello Filho (*apud* MAXIMINO, 1997), na constituição grupal, o grupo inicialmente se apresenta fragmentado, evoluindo para um estágio de integração, contido pelo holding do terapeuta. Como a mãe que conduz seu filho para a autonomia, o terapeuta auxilia o grupo a tecer a sua própria história, favorecendo o acontecimento desse processo.

A maior autonomia dos participantes, a apropriação dos próprios processos corporais e a expressão de

necessidades e desejos engendraram formas singulares à programação, porque para o momento do processo grupal novas técnicas foram assimiladas e a integração das experiências abriu para novas camadas de reconhecimento de si, o que proporcionou uma aproximação das forças da vida operantes no corpo e nos vínculos entre os participantes, e colocou em marcha a continuidade de si como meio de resistir e enfrentar situações de isolamento e de exclusão.

Os trabalhos com o corpo construíram um tecido vivo, vincular, de muito contato e atenção, fornecendo aos participantes uma experiência de comunicação consigo mesmos e com os outros e um fortalecimento dos gestos e das ações em decorrência da experimentação e do desenvolvimento da corporeidade, que abrem mundos e possibilidades.

CONCLUINDO

A intervenção sobre o corpo necessita de discussão e reflexões constantes. Geralmente, nossas lembranças do corpo parecem ligadas mais à dor ou ao prazer. Por exemplo, quando damos atenção às pernas a não ser após um longo e cansativo dia que passamos em pé? Quando damos atenção às nossas costas ou temos consciência dessa parte do nosso corpo, se não há um elevadíssimo grau de tensão ou quando recebemos uma massagem?

Parecemos também esquecer não apenas o nosso corpo físico. Esquecemos que é através do corpo que nos sentimos vivos, que as experiências acontecem, que participamos de redes de vida. Percebemos que através do corpo a vida mostra sua potência. Observando nosso esquecimento, constatamos não se tratar de um simples esquecimento.

A forma como agimos, como pensamos, como vivenciamos o mundo depende de ações, pensamentos e experiências que fazem parte de uma trama histórica muito maior, relacionada à história da própria

humanidade, presente no emaranhado social que nos compõe. Hoje nos é imposto que o cuidado do corpo é realizado através de exercícios repetitivos, após sofrer com a exaustão do excesso de trabalho: “Velocidade, abstração e relatividade formam o tripé de inúmeras experiências humanas (...) funcionando como condição de sucesso, poder e riqueza” (SANT’ANNA, 2001, p.16).

O ritmo social mascara nossa percepção, impossibilitando cada um de nós de assimilar experiências cotidianas no ritmo que nos é próprio. Esse ritmo é tido como lento se não acompanha a velocidade socialmente imposta, é associado com improdutividade. Como diz Sant’anna (2001), a lentidão permite o acolhimento da espessura do tempo, da riqueza das experiências proporcionadas pela variação de ritmos. A experiência pode ser vivenciada de forma não superficial, de acordo com o tempo de que cada um de nós precisa, para então vivenciar a próxima cena.

Na contramão da alta velocidade, as práticas de consciência corporal permitem que seus praticantes realizem as atividades no tempo que lhes é próprio, mas que desconhecem, porque não o vivenciam no dia-a-dia. Conectar o tempo orgânico e recuperar o ritmo pessoal despertam sentidos e permitem vivenciar inteiramente processos singulares, em geral, imperceptíveis sem o trabalho corporal. Possibilitam uma afirmação da potência da vida como potência de agir e da abertura do modo de ser do sujeito em ser afetado pelas paixões alegres.

Entrar em contato com o próprio corpo e vivenciar as práticas aplicadas foram aspectos necessários para se observar e acompanhar outros corpos, entrar em contato com eles, estabelecer um contato que não é possível através da linguagem verbal, conhecendo limites, fragilidades, potencialidades não visíveis em outras formas de interação – exercício de atenção, através

do qual se apreende a sutileza, que nos permite um contato intenso com os diferentes sujeitos, cada um na sua forma de interação. “É que a sutileza, assim como a delicadeza, é fértil; elas sempre gestam outras falas e atos” (SANT’ANNA, 2001, p.125).

Exercício importante, complexo. A intervenção prática, a produção teórica, o ato da escrita a respeito do corpo, a forma de atuação do terapeuta ocupacional são processos constituídos e elaborados gradativamente. O tema, os termos e conceitos estão em constante formulação e são revistos a cada intervenção. Novas denominações surgem, enriquecem e valorizam as práticas de consciência corporal, aqui abordadas numa nova pesquisa conceitual, entendidas como potencializadoras da vida e de novas redes sociais, dispositivo importante nas práticas da terapia ocupacional contemporânea.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ALEXANDER, G. *Eutonia: um caminho para a percepção corporal*. Tradução: José Luis Mora Fuentes. São Paulo: Martins Fontes, 1983.

CASTRO, E. D. A dança, o trabalho corporal e a apropriação de si mesmo. *Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo*, v.3, n.1/2, p. 24-32, 1992.

DELEUZE, G. *Espinosa – Filosofia Prática*. São Paulo: Escuta, 2002.

ESPINOSA, B. *Ética*. São Paulo: Editora Nova Cultural Ltda., 1989.

FARAH, R. Alguns “toques” sobre o tocar. In FARAH, Rosa. *Integração Psicofísica*. São Paulo: Cia Ilimitada & Robe Editora, 1995, p. 485-493.

FARAH, M. H. S. O corpo nas interfaces esportivo-artística e educacional-terapêutica. In: ARCIRO, I. (org.) *Arteterapia de corpo e alma*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004, p. 281-300.

- FAVRE, R. Viver, pensar e trabalhar o corpo como um processo de existencialização contínua. *Revista Reichiana do Sedes Sapientae*, n. 13, p. 75-84, 2004.
- FAVRE, R. Um agenciamento conceitual para honrar e estimular a biodiversidade subjetiva: um modo político de ensinar e experimentar a Anatomia Emocional de Stanley Keleman. *Laboratório do Processo Formativo*. São Paulo, 2006. Disponível em: <http://laboratoriodoproces1.websiteseuro.com/artigos-pesquisa>. Acesso em 21 mar 2009.
- FELDENKRAIS, M. *Consciência pelo Movimento*. São Paulo: Summus, 1977.
- GUATARRI, F. *As Três Ecologias*. Campinas: Papirus, 2005.
- GIL, J. Entrevista com José Gil. In: *Cadernos de Subjetividade*, v.5, n. 2, p. 253-266, 1997.
- GUNTHER, B. *Sensibilidade e Relaxamento: debaixo da sua mente*. São Paulo: Editora Brasiliense, 1974.
- HARDT, M.; NEGRI, A. *Império*. Rio de Janeiro: Record, 2001.
- LIMA, E. M. A., et al. Ação e criação na interface das artes. *Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo*, v. 20, n. 3, p. 143-148, 2009.
- LOPES, S.R.A. *Estudo da Imagem Corporal de Adolescentes do sexo feminino portadoras de escoliose idiopática em pré e pós-cirúrgico*. 2001. 138p. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica do Instituto de Psicologia. Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.
- MAXIMINO, V. S. *A constituição de grupo de atividades com pacientes psicóticos*. 1997. 119p. Tese de Doutorado. Programa de Pós-Graduação em Saúde Mental da Faculdade de Ciências Médicas. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.
- MIRANDA, M. G.; RESENDE, A.C.A. Sobre a pesquisa-ação na educação e as armadilhas do praticismo. *Revista Brasileira de Educação*, v.11, n.33, p. 511-565, 2006.
- MURAMOTO, M. T.; MÂNGIA, E. F. Redes sociais e construção de projetos terapêuticos: um estudo em serviço substitutivo em saúde mental. *Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo*, v. 18, p. 54-62, 2007.
- PÉLBART, P. P. *Vida Capital: ensaios de biopolítica*. São Paulo: Iluminuras, 2003.
- RAMOS, C.L.R. (org.) *Danças Circulares Sagradas – Uma proposta de educação e cura*. São Paulo: TRIOM: Faculdade Anhembí Morumbi, 1998.
- ROCHA, M.L.; AGUIAR, K.F. Pesquisa-Intervenção e a Produção de Novas Análises. *Psicologia Ciência e Profissão*, v. 23, n. 4, p. 64-73, 2003.
- ROSENBERG, A. Prólogo: O lugar da eutonia no espírito da época. In: ALEXANDER, G. *Eutonia um caminho para a percepção corporal*. São Paulo: Martins Fontes, 1983, p.1-5.
- SAFRA, G. Desenraizamento e Exclusão no Mundo Contemporâneo. In: VAISBERG, T. A.; AMBRÓSIO, F. F. *Trajetos de Sofrimento: Desenraizamento e Exclusão*. São Paulo: Instituto de Psicologia, USP, 2002, p.34-40.
- SAFRA, G. *A face estética do self*. São Paulo: Unimarco Ed., 2005
- SANDOR, P. *Técnicas de relaxamento*. São Paulo: Vetor, 1982.
- SANT'ANNA, D.B. *Corpos de Passagem: ensaios sobre a subjetividade contemporânea*. São Paulo: Estação Liberdade, 2001.
- SANT'ANNA, D.B. (org.) *Políticas do Corpo*. São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

Práticas corporais como potência da vida.

SLUZKI, C. E. *A rede social na prática sistêmica.*

São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

THIOLLENT, M. *Metodologia da Pesquisa-Ação.*

São Paulo: Cortez Autores Associados, 1988.

Recebido: 27/09/2010

Revisão: 24/03/2011

Aceite Final: 30/04/2011