

Pensamento Biocêntrico



30

Pensamento Biocêntrico

Revista

Pensamento Biocêntrico

Número 30

Julho / Dezembro de 2018
Semestral

ISSN 1807-8028

Pensamento Biocêntrico	Pelotas	Nº 30	p - 1-159	Jul/Dez 2018
------------------------	---------	-------	-----------	--------------

CORPO EDITORIAL

Agostinho Mario Dalla Vecchia (Pelotas, Brasil), Feliciano Flores (Porto Alegre, Brasil), Geny Aparecida Cantos (Florianópolis, Brasil), Gaston Andino (Montevideo, Uruguai), Cezar Wagner, Ruth Cavalcante e Cássia Regina (Fortaleza, Brasil), Ismênia Reis (Teresina, Brasil), Stela Piperno (Carlos Paz, Argentina), Carlos Pagés (Buenos Aires, Argentina), Gabriela Mader (Colonia, Alemanha), Luis Otávio (Barcelona, Espanha) e Mônica Turco (Bolonha, Itália).

SUMÁRIO

- 07 BODANZA, UMA INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA OU PARA
DIGMÁTICA
Feliciano E. V. Flores
- 37 A MÚSICA E SUA CAPACIDADE DE DEFLAGRAR VIVÊNCIAS
NA PERSPECTIVA DA BODANZA
Rita de Cássia Surrage de Medeiros
Lilian Rose Marques da Rocha
- 71 O RESGATE DA SEXUALIDADE SAGRADA:
A DANÇA DE SHIVASHAKTI
DIÁLOGO ENTRE BODANÇA E O NEOTANTRA
Clarissa Simões dos Reis
- 109 ORGANIZAÇÃO E EVOLUÇÃO DO SER VIVO NUMA
ABORDAGEM BIOCÊNTRICA
Geny Aparecida Cantos
- 133 METODOLOGIA DE APLICAÇÃO DOS PRINCÍPIOS
ECOLÓGICOS EM SESSÕES DE BODANZA COMO ESPAÇO
DE REFLEXÃO POLÍTICA EM DEFESA DO MEIO AMBIENTE
Olga Santana Sales
- 157 EL “ÉXITO”
Gastón Andino

BIODANZA, UMA INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA OU PARADIGMÁTICA

Feliciano E. V. Flores

RESUMO: O presente trabalho consiste numa análise passageira e preliminar do conceito de “Para-digma”, levantando alguns possíveis exemplos, e sua expressão mais acentuada no “Novo Para-digma da Ciência” caracterizado por Fritjof Capra. A partir deste preâmbulo, no entanto, o foco principal se dirige à análise da proposta de Rolando Toro para uma inversão da estratégia epis-temológica ou paradigmática através dos fundamentos teóricos e da metodologia do Sistema Biodanza.

INTRODUÇÃO

Neste artigo, após fazer uma breve caracterização do tema Paradigma ou Paradigmas e citar alguns exemplos, pretendo examinar mais detalhadamente o que Rolando Toro propõe, no meu entendimento, como uma “inversão epistemológica” ou “novas propostas paradigmáticas” nos fundamentos teóricos do Sistema Biodanza.

Originalmente, Rolando Toro fala em “inversão epistemológica” quando se refere ao enfoque do Sistema Biodanza priorizando a vivência sobre a consciência, a emoção antes da razão. Neste enfoque, ele critica a percepção “analítica” do ser humano, com o estabelecimento de tipos, níveis ou categorias,

própria de grandes teóricos da Psicologia. Para Toro, esta é a visão de um ser humano dividido, categorizado e desintegrado. Em resposta, Rolando busca sublinhar a gênese vivencial da consciência, do pensamento e das operações formais em geral.

A seguir, sugere que esta epistemologia, na qual 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 – precisa mudar sua estratégia.

“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. (TORO, 1991)

Esta é, portanto, sua principal proposta de inversão epistemológica.

No entanto, existem outros aspectos na teoria do Sistema Biodanza que, se não se caracterizam como inversão epistemológica, podem ser considerados como propostas de novos paradigmas, novas visões do pensamento predominante na nossa cultura atual.

É sobre estas propostas paradigmáticas, as quais, no meu entender, identifico na fundamentação teórica de Biodanza, que pretendo me debruçar no final deste artigo.

A. PARADIGMA

Paradigma vem do termo grego *paradeigma*, que significa “modelo” ou “padrão”.

Na filosofia grega, *paradigma* era também considerado como a fluência (fluxo) de um pensamento ou ideia.

Platão utiliza esse termo no seu diálogo *Parmênides*, em que as ideias primordiais na narrativa são chamadas por Sócrates de “paradigmas” (*paradeigmata*), como modelos eternos que são copiados no mundo sensível. Ele também usa a palavra “*paradeigma*” ao contar o mito de Er (*A República*, livro X) como uma forma básica que engloba todo o destino da pessoa.

Mais tarde, o conceito começou a ser usado especificamente na Gramática ou na retórica para se referir a uma parábola ou uma fábula.

Em Linguística, Ferdinand de Saussure (1857-1913), utilizou o termo paradigma para se referir a um tipo específico de relação estrutural entre elementos da linguagem.

O termo “Paradigma” ganhou maior destaque quando o norte-americano Thomas Samuel Kuhn (1922-1996), físico e filósofo da ciência, lançou em 1987, seu livro “*A Estrutura das Revoluções Científicas*”.

Kuhn designou como paradigma as “realizações científicas que geram modelos que, por período mais ou menos longo e de modo mais ou menos explícito, orientam o desenvolvimento posterior das pesquisas exclusivamente na busca da solução para os problemas por elas suscitados.”

Ao perpassarmos todo o texto de seu livro, vamos notar que Kuhn apresenta mais de 20 significados diferentes para “paradigma”. Mais tarde, em nova edição de 1969, ele acrescentou um “posfácio” em que admitia só 2 sentidos. (KUHN, 1994)

Mas, resumidamente, Paradigmas, para Kuhn, seriam:

“Modelos consensuais adotados pela comunidade científica de uma época”.

Não vou entrar nos detalhes que Kuhn descreve sobre os processos que ocorrem no campo científico até que haja uma

mudança de paradigmas levando ao que ele chama de “revolução científica”.

Como podemos notar, o conceito de Kuhn se refere à área científica, particularmente das ciências ditas “duras” ou experimentais.

No livro “*A Teia da Vida*” (CAPRA, 1997), assim como na sua última obra “*A visão sistêmica da vida*” (CAPRA & LUISI, 2014), Fritjof Capra busca generalizar a definição de Kuhn do campo científico para o campo social caracterizando-a como “uma constelação de conceitos, valores, percepções e práticas compartilhadas por uma comunidade, formando uma visão particular da realidade que é a base da maneira pela qual a comunidade se organiza.”

B. EXEMPLOS DE PARADIGMAS

Considerando esta visão mais ampla, podemos identificar certos paradigmas nas diferentes áreas do conhecimento, inclusive a contraposição que ainda se observa entre alguns deles:

Na **Educação** se destacam dois paradigmas:

- **ensino**: é o modelo predominante na estrutura escolar atual. Há um programa pré-estabelecido com os conteúdos (currículos) que devem ser ensinados aos estudantes. Consiste, portanto, em um modelo que atua de fora para dentro através da transferência de conhecimentos. Essa palavra vem do Latim *insignare*, “gravar, colocar uma marca em”, de *in*, “em”, e *signum*, “marca, sinal”.

- **aprendizagem**: embora seja definida como um processo de mudança de comportamento mediada por fatores emocionais, relacionais e ambientais que levam a uma mo-

dificação do comportamento do indivíduo em função da experiência, esta proposta favorece a busca autônoma dos conhecimentos desejados por parte do aprendiz. Consiste num método relacionado com o ato ou efeito de **aprender**. Busca-se que o estudante descubra o “**sabor do saber**” e o “**prazer de aprender**”. (FLORES, 2006)

Também na **Medicina** existem dois paradigmas predominantes:

- **tratamento**: este método consiste, fundamentalmente, na aplicação de remédios depois da doença instalada. O seu objetivo é minimizar ou curar os sintomas detectados através de um diagnóstico. É o que caracteriza a chamada **Medicina alopática** ou convencional que utiliza medicamentos para produzir no organismo do doente reação contrária aos sintomas que ele apresenta.

- **prevenção**: este procedimento busca os meios para evitar a manifestação das doenças. Consiste em um conjunto de ações que visam, por antecipação, evitar a doença na população, removendo os fatores causais, ou seja, visam a diminuição da incidência da doença. Tem por objetivo, ao invés de curar ou tratar os sintomas de uma doença, a promoção de ações que evitem sua manifestação. É o que caracteriza a chamada “**Medicina preventiva**”.

Na **Sociologia**, resumidamente, contrapõem-se duas visões:

- **indivíduo**: para os seguidores de Max Weber (1864-1920), a preocupação central da Sociologia deve ser compreender o indivíduo e suas ações.

- **sociedade**: já para aqueles que seguem as ideias de Émile Durkheim (1858-1917), a sociedade sempre prevalece sobre o indivíduo.

No momento atual, em que vivemos uma pandemia, muitas opiniões têm sido manifestadas por ambas as visões. Alguns argumentam que são atingidos em sua *liberdade individual* quando os governos decretam o uso obrigatório de máscaras ou o fechamento do comércio. Outros consideram que o *interesse coletivo* na manutenção da saúde da população é mais importante na prevenção do contágio e que as perdas econômicas não podem ser comparadas às perdas de vidas.

Na **Economia** podemos observar duas tendências predominantes:

- **competição**: no predomínio das relações comerciais dominadas pelo capitalismo, o assim denominado “mercado” impõe uma disputa por vantagens sobre o concorrente. Um grande número de compradores e vendedores independentes competem por mercadorias idênticas e negociam livremente entre si. A maior ou menor capacidade de realizar esta concorrência se denomina “competitividade”.

Esta visão predomina em muitos âmbitos da sociedade. O sistema escolar é fortemente influenciado por conceitos desportivos na sua pior acepção de competição e superação do adversário. Esta modalidade desportiva consiste nos “saltos de obstáculos” das provas, testes e exames, na “conquista” das notas e na “vitória” de passar de ano. Nas escolas, em geral, se pratica o mais nefasto darwinismo social: a luta pela vida e a predominância do mais forte. Tudo isto justificado pela pretensa preparação do aluno para ter sucesso futuro na *livre e sadia competição* no mercado de trabalho. (FLORES, 2006)

- **cooperação**: consiste no ato de colaboração na busca de um projeto ou objetivo comum. Pessoas ou grupos se unem buscando um consenso de ações que sejam van-

tajosas para todos os membros. Mesmo com a predominância da competição capitalista, cada vez mais tem surgido a organização de “cooperativas” e se desenvolvido o conceito de cooperativismo. Este movimento se caracteriza como um sistema econômico que faz das cooperativas a base de todas as atividades de produção e distribuição de riquezas.

Em uma interpretação equivocada da proposta de Darwin, tem sido incentivada a ideia da competição como principal motor da evolução. Contrariamente, Lynn Margulis (1938-2011) afirma que, sem a cooperação, os seres vivos não teriam chegado ao atual estado evolutivo.

Nas **Ciências** tem ocorrido uma grande revisão paradigmática desde o livro de Kuhn citado anteriormente.

O paradigma ainda predominante nas ciências deriva das ideias de René Descartes, Francis Bacon e Isaac Newton e leva a denominação de **mecanicista** ou reducionista.

O novo paradigma, chamado de **sistêmico** ou holístico, tem como raízes os trabalhos realizados desde Leonardo da Vinci, entre os séculos XV e XVI, até as ideias de Goethe, William Blake e George Cuvier na passagem dos séculos XVIII para XIX. Também servem de base para este novo paradigma a descoberta da célula (Robert Hooke, 1663) que se consubstanciou na Teoria Celular (Schleiden e Schwann, década de 1830) e na noção de organismo. Hoje em dia servem de suporte ao novo paradigma a Teoria da Complexidade e a visão da Ecologia Profunda.

C. PARADIGMAS UNIVERSAIS

Antes de uma análise mais detalhada do Novo Paradigma Científico, que farei mais adiante, quero trazer exemplos de pa-

radigmas ditos “universais” que são assumidos por quase toda a humanidade, em determinadas épocas. São visões paradigmáticas antigas que, no entanto, continuam coexistindo nos tempos atuais:

PARADIGMA COSMOCÊNTRICO: acredita-se que uma visão cosmocêntrica do mundo deve ter surgido com os primeiros seres humanos ao serem confrontados com os mistérios das estrelas, com as variações do clima e das estações e com os demais seres com os quais conviviam. No entanto, historicamente, admite-se sua expressão maior com os filósofos gregos pré-socráticos. Superando a visão mítica e mágica predominante até então, estes filósofos buscaram dar explicações sobre a natureza, o funcionamento e a origem do mundo que os cercava. Originalmente, estes filósofos viam nos quatro elementos (Água, Terra, Fogo e Ar) a origem de tudo o que existia. Com isto, começou a passagem do Mito ao *Arché* (Princípio de todas as coisas).

PARADIGMA TEOCÊNTRICO: paralelamente a uma visão Cosmocêntrica, a atribuição da origem de tudo a divindades começa com as cosmogonias gregas, egípcias e judaicas. A Teogonia de Hesíodo, o Gênesis de Moisés, a Enéade e a Pedra de Shabaka dos egípcios são alguns dos textos que atribuem a divindades a origem de tudo. Do monoteísmo judeu, derivado do Egito, o Teocentrismo se consolidou com o surgimento do Cristianismo. A Teologia da Igreja Romana passou a dominar o pensamento e as visões de mundo até o fim da chamada Idade Média (fins do século XV d. C.).

PARADIGMA ANTROPOCÊNTRICO: o fim da Idade Média (1453) foi marcado pelo início do chamado *Renascimento* (Itália, no início do século XV) que trouxe, como uma de suas características, o Antropocentrismo. Esta nova visão de mundo colocava o Homem como centro do universo e a mais perfeita obra de criação da natureza, em detrimento do pensamento medieval, no qual

a religião era o centro de tudo (Teocentrismo). Com a invenção de imprensa, a reforma protestante, o declínio do sistema feudal, o surgimento da burguesia e as grandes navegações, o paradigma Antropocêntrico foi se fortalecendo e alcançando proeminência com a eclosão do *Iluminismo* (França, séc. XVII – XVIII). No Iluminismo a **razão pura** passa a ser o fundamento de explicação e compreensão da realidade. O Homem é um ser racional.

PARADIGMA BIOCÊNTRICO: este paradigma é representado pelo Princípio Biocêntrico, proposto por Rolando Toro Aranda como fundamento do Sistema Biodanza, e considera a *Vida como princípio de tudo o que existe*. Na visão biocêntrica de Toro, a vida é o valor maior, a origem, a causa primeira, a razão de tudo existir. No entanto, este princípio, e seu decorrente paradigma, não deve ser confundido com movimentos de Biocentrismo que, embora considerem o valor intrínseco e primordial da vida, não a têm como origem de tudo.

D. REVOLUÇÕES DO CONHECIMENTO

Ainda é possível citar como exemplos de paradigmas, e de suas mudanças, as várias e grandes Revoluções do Conhecimento:

IMPRESSA: No período do Renascimento, uma das invenções que provocaram uma verdadeira revolução no terreno da escrita e da leitura foi a *imprensa*, isto é, a máquina de impressão tipográfica inventada pelo alemão **Johann Gutenberg** (1454). A característica marcante desta invenção foi o uso da prensa e dos tipos móveis, letras gravadas em madeira ou chumbo, e que podiam ser rearrumados formando palavras e frases.

COSMOLOGIA: No campo da Cosmologia, a revolução mais marcante foi a teoria do Heliocentrismo. Proposta desde o séc.

III a.C. pelo filósofo grego Aristarco de Samos, foi sistematizada somente no século XVI d.C. por Nicolau Copérnico (1473-1543). Este modelo foi expandido e aprimorado por Johannes Kepler (1571-1630) e defendido e reafirmado por Galileu Galilei (1564-1642). Sua explicitação foi fortalecida por Isaac Newton (1642-1727) através de sua lei da gravitação universal.

FÍSICA: Nesta área do conhecimento, a mais importante revolução foi também trazida por Isaac Newton com seus estudos da composição da luz e, principalmente, as três leis do movimento dos corpos (Inércia, Dinâmica, Ação e Reação) e a citada lei da gravitação universal.

QUÍMICA: Antoine-Laurent de Lavoisier (1743-1794) é considerado o “pai da química moderna” por ter descoberto vários elementos, entre eles o oxigênio e seu papel na combustão. Foi o primeiro a sistematizar uma lista de elementos químicos e colaborar na nomenclatura química. Outra grande contribuição foi sua “lei da conservação das massas” (1789): “na natureza, nada se cria, nada se perde, tudo se transforma.”

BIOLOGIA: A Teoria da Evolução foi a mais importante revolução dentro da área da Biologia. Charles Darwin (1809-1882), depois de uma viagem de mais de cinco anos pelas costas da América do Sul onde aportou, fez expedições e coletou amostras, construiu uma teoria sobre a evolução das espécies que revolucionou o pensamento científico (e religioso) da época. Sua ideia básica é a de que as espécies foram mudando gradualmente ao longo dos tempos através de um mecanismo que denominou “seleção natural”. Em seu livro “*A Origem das Espécies*” (1859), defendeu que todos os seres vivos têm ancestrais em comum e que as variações decorrem de mutações e da adaptação ao ambiente, podendo serem transmitidas para a geração seguinte.

PSICOLOGIA: Com Sigmund Freud (1856-1939) surgiu um modo diferente de entender a mente humana. Criando o método da Psicanálise, Freud se aprofundou no estudo dos processos mentais inconscientes, fundando uma nova área do conhecimento. Suas teorias a respeito do inconsciente, da infância, das neuroses, da sexualidade e dos relacionamentos humanos levaram a compreender melhor a mente humana e o comportamento dos homens e a entender melhor a sociedade.

NOVOS PARADIGMAS DE PENSAMENTO NAS CIÊNCIAS

Como já foi dito acima, a Ciência moderna vem passando por uma urgente e profunda revisão paradigmática. A visão anterior e antiga, caracterizada como mecanicista, vem sendo substituída por conceitos mais ecológicos e holísticos.

Uma boa descrição desta nova visão pode ser encontrada em CAPRA & STEINDL-RAST (2001) e em CAPRA & LUISI (2014). A primeira descrição esquematizada pode ser também lida nos *Cadernos de Biodança* (1994, nº 1, p. 28~29).

Vou fazer um resumo dos principais aspectos desta revisão paradigmática denominando o paradigma antigo, dito mecanicista, reducionista, cartesiano, baconiano, newtoniano, apenas como **mecanicista**. O novo paradigma, denominado sistêmico, holístico, ecológico, citarei apenas como **sistêmico**.

A. MUDANÇA DA PARTE PARA O TODO.

Mecanicista: a análise das partes leva à compreensão da dinâmica do todo.

Sistêmico: somente a dinâmica do todo permite compreender as propriedades das partes. O todo represen-

ta mais do que a soma de suas partes. As propriedades essenciais dos sistemas são próprias do todo e não das partes que os formam.

B. MUDANÇA DA ESTRUTURA PARA O PROCESSO.

Mecanicista: existem estruturas fundamentais que dão origem aos processos.

Sistêmico: as relações entre as estruturas são manifestações de processos subjacentes. Uma estrutura não pode ser isolada num sistema.

C. MUDANÇA DA QUANTIDADE PARA A QUALIDADE.

Mecanicista: as relações e os padrões podem e devem ser medidos e quantificados.

Sistêmico: todos os processos de conhecimento requerem uma análise qualitativa. Os valores dos conhecimentos são reconhecidos por seu grau de complexidade.

D. MUDANÇA DA MEDIÇÃO PARA O MAPEAMENTO.

Mecanicista: os objetos e suas possíveis relações devem ser medidos e pesados.

Sistêmico: os objetos e suas relações devem ser considerados em um contexto. Neste mapeamento encontramos configurações que se repetem em padrões de organização em redes, ciclos, etc.

E. MUDANÇA DA CIÊNCIA OBJETIVA PARA A CIÊNCIA EPISTÊMICA.

Mecanicista: o observador descreve os fenômenos objetivamente, com isenção.

Sistêmico: os fenômenos devem ser descritos de forma epistêmica, isto é, incluindo a compreensão do processo de conhecimento. A dimensão subjetiva está sempre implícita na prática científica.

F. MUDANÇA DE OBJETOS PARA RELAÇÕES.

Mecanicista: o mundo é uma coleção de objetos e suas relações não são importantes.

Sistêmico: cada objeto é, por si mesmo, uma rede multidimensional de relações encaixada em redes maiores. As relações têm importância intrínseca e preliminar.

G. MUDANÇA DA VERDADE PARA A POSSIBILIDADE.

Mecanicista: o conhecimento científico pode alcançar a certeza absoluta e final.

Sistêmico: as descrições da realidade são aproximativas e limitadas. A ciência não busca a verdade enquanto correspondência entre a descrição e o fato, mas se ocupa em obter descrições que apontem possibilidades nas características apresentadas.

PARADIGMAS EM BIODANZA

O objetivo principal deste texto, como destaquei no início, é examinar a proposta de “inversão epistemológica ou paradigmática” apresentada por Rolando Toro nos fundamentos teóricos do Sistema Biodanza.

Uma introdução a esta proposta pode ser lida em “Teoria da Biodança: coletânea de textos. Tomo I – Parte I – Capítulo IV – item 01”, editado pela ALAB, 1991.

Antes de analisar a proposta com mais detalhes, seria oportuno caracterizar o que Rolando considera como paradigmas dentro da teoria do Sistema Biodanza.

“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.” (TORO, 1991)

Para Rolando, portanto, os paradigmas que ele considera, dentro da teoria do Sistema Biodanza, são pontos de partida que geram as premissas básicas daquela teoria. Resultantes de uma rede de grandes intuições, conferem uma poderosa coerência ao Sistema. Estes paradigmas precedem quaisquer propostas teóricas ou metodológicas, uma vez que é a partir deles que elas se estruturam.

Os paradigmas a que Rolando se refere aqui são, posteriormente (TORO, 2009 e TORO, 2014), denominados “Conceitos Teóricos de Valor Heurístico”.

Por Valor Heurístico, penso que Rolando tem a ideia de considerar estes Conceitos ou Paradigmas como instrumentos para descobrir, revelar e esclarecer o sentido fundamental da proposta de um Princípio Biocêntrico e das demais propostas de inversão epistemológica.

Vou tentar resumir estes conceitos deixando para o final o paradigma do Princípio Biocêntrico, visto que este engloba todos os outros.

1. PRINCÍPIO NEGUENTRÓPICO DE AMOR E ILUMINAÇÃO

O termo neguentrópico significa o caminho da organização que caracteriza os seres vivos. Segundo Erwin Schrödinger (1887-1961), em seu livro “*O Que é Vida*” (1997): “Ela (a vida) se alimenta de “*entropia negativa*”. Esta entropia negativa foi depois denominada “*neguentropia*”.

Neguentropia significa “ordem a partir da desordem”. Mais especificamente, organização através de um desvio da entropia exigida pela segunda lei da Termodinâmica. Mais detalhes no livro acima citado...

O princípio proposto por Rolando significa que a organização biológica se dá pela força do Amor e por nossa possibilidade de Iluminação.

“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.” (TORO, 1991)

Nossos “*desempenhos biológicos neguentrópicos*” geram mais vida na Vida!

2. EXPANSÃO DA EXISTÊNCIA A PARTIR DO POTENCIAL GENÉTICO

O ser humano nasce trazendo em seu genoma (conjunto de todos os seus genes) potenciais herdados que foram desenvolvidos no processo evolutivo. Estes potenciais são altamente diferenciados e se expressam em funções, instintos e vivências (TORO, 2014). Sua manifestação, durante a vida, depende das condições e influências ambientais e, mesmo, das nossas próprias atitudes.

Assim sendo, na visão de Rolando, podemos expandir nossa expressão no mundo a partir da ativação de nossos potenciais. Nossas ações, nosso comprometimento, nossa disponibilidade para a vivência da transcendência nos permitem buscar novas formas de diferenciação, de autonomia e integração.

A via de acesso a esses estados de aperfeiçoamento é o amor. (TORO, 2014)

Segundo MATURANA (1999), o amor é um fenômeno biológico.

*“Nós, humanos, somos animais amorosos. - ... o **amor** é a base de nossa existência humana”.*

(MATURANA, 1999)

O amor, portanto, é um **imperativo biológico** herdado com nossos potenciais.

3. PROGRESSO BIOLÓGICO (EVOLUÇÃO) AUTOINDUZIDO ATRAVÉS DA VIVÊNCIA (TRANSE REGRESSIVO)

O ser humano tem a potencialidade de, autonomicamente, conduzir seu processo evolutivo através de ações anti-entrópicas.

*“A metodologia vivencial de Biodanza, através das cinco Linhas de Vivência, permite desencadear processos de diferenciação evolutiva induzidos por estados cíclicos de regressão ↔ consciência. As cerimônias de regressão podem fortalecer a homeostase e a autorregulação autopoietica. Estes processos **biológicos** resultam da disposição autônoma e voluntária do indivíduo na sua entrega à Vivência.*

*Portanto, a **autoevolução** pode ser um progresso biológico resultante da decisão livre e consciente do próprio indivíduo!” (FLORES, 2018)*

“A única maneira de garantir um futuro evolutivo progressivo para a humanidade é o homem dar uma mão (participar, tomar parte) no processo. Embora seja necessário muito mais conhecimento, é sem dúvida possível o homem guiar sua própria evolução (dentro dos limites) ao longo de linhas desejáveis.” (SIMPSON, 1960, in FLORES, 2018)

Neste sentido, é importante que cada um desenvolva sua autonomia e assuma a opção por gerir sua própria evolução. A evolução pessoal é a evolução da Humanidade!

4. PULSAÇÃO E PERMEABILIDADE DA IDENTIDADE

Nossa identidade é biológica e não cultural. Somos uma singularidade orgânica, psíquica e comportamental.

“A Identidade é ‘o único e seus atributos’, o que cada pessoa ‘é’ essencialmente frente a qualquer outro sistema de realidade”. (TORO, 1991)

A identidade se caracteriza por dois paradoxos: (1) somos hoje o mesmo que fomos, mas mudamos; (2) nossa identidade somente se evidencia na relação com o outro que nos reconhece.

“A percepção da própria Identidade nos dá a referência absoluta: sou o mesmo que fui quando menino; mudei, mas sou eu mesmo; estou mudando, mas serei sempre o mesmo em essência”.

a. A Identidade se torna evidente somente através do outro.

b. A Identidade tem uma essência invariável, uma vez que se transforma constantemente devido a sua dimensão espaço-temporal”. (TORO, 1991).

Conseqüentemente, a identidade é permeável ao tempo, à presença do outro e, particularmente, à música.

“Para Rolando, o processo ontológico de construção da identidade encontra seu caminho ideal no êxtase musical. Através da música ‘a consciência se transforma em vivência e a vivência retorna de novo à consciência’. A música, conectando caminhos energéticos que ligam o inconsciente vital ao psiquismo celular, penetra no âmago da compreensão do ser-si-mesmo”. (FLORES, 2018)

5. O PONTO DE PARTIDA AUTORREGULADOR É A VIVÊNCIA

Na metodologia de Biodanza, a Vivência tem prioridade sobre a Consciência. Isto significa que todos os processos de autorregulação e auto-evolução têm seu ponto de partida na Vivência, nos estados de percepção intensa e apaixonada de estar vivo aqui e agora.

A consciência, por sua vez, reconhece, registra e dá significado aos novos estados de integração, regulação e otimização. (FLORES, 2018)

“Vivência é a experiência vivida com grande intensidade por um indivíduo em um lapso de tempo aqui-agora (‘gênese atual’) abarcando as funções emocionais, cenestésicas e orgânicas”.

“A raiz geradora das vivências é o substrato orgânico do inconsciente vital”.

“As vivências são o dado primordial da identidade”.
(TORO, 1991)

Na vivência eu sou eu. Chego à minha essência!

As vivências são individuais e únicas. São originais e de caráter íntimo. Sendo “evocadas”, não podem ser controladas pela consciência.

Além dos paradigmas citados podemos ainda caracterizar o que Rolando Toro denomina “Conceitos estruturais de Biodança”.

São eles: o Inconsciente Vital, a Inteligência Afetiva, os Potenciais de Vida, as Linhas de Vivência, a Música, a Dança, o Grupo, o Encontro, a Carícia, a Corporeidade, a Identidade, a Vivência e, mais recente, o Inconsciente Numinoso.

Os paradigmas acima expostos estão tão intimamente correlacionados que poderiam configurar num só paradigma: O Princípio Biocêntrico.” (TORO, 1991).

Este Princípio, como paradigma fundamental da Biodança, será destacado na descrição e análise dos principais pontos que caracterizam o que considero como novas propostas paradigmáticas de Rolando Toro.

PARA UMA INVERSÃO DA ESTRATÉGIA EPISTEMOLÓGICA OU NOVAS VISÕES PARADIGMÁTICAS NO SISTEMA BIODANÇA

1. UNIVERSO COMO HOLOGRAMA VIVO.

Esta primeira visão paradigmática vem substituir o Paradigma Antropocêntrico através do **Princípio Biocêntrico**.

Além de enfatizar a Vida como valor maior, este Paradigma Biocêntrico considera o Universo como um holograma vivo, isto é, a Vida preenche o Todo. Nesta proposta, o Universo é organizado em função da vida. Portanto, o universo existe porque existe a vida e não o contrário.

Além disto, a manifestação da Vida nos seres vivos terrestres, incluindo os seres humanos, se revela como um milagre, uma manifestação do Sagrado, uma Hierofania!

Para nós, seres humanos, a Vida é, portanto, o valor supremo da existência!

“O Princípio Biocêntrico é o primeiro e fundamental paradigma da Biodança, constituindo-se na proposta mais avançada e mais desafiadora de Rolando Toro. Conceber o Universo como um sistema vivo e a Vida como justificativa e razão de tudo o que existe pode parecer uma ideia fantasiosa, mas, surpreendentemente, se revela como a mais fabulosa intuição do nosso tempo.

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 sim constitui-se na estrutura geratriz que guia a construção do universo.” (FLORES, Cadernos de Biodança, nº 2, 1995)

A intuição do universo como um sistema vivo vem desde a filosofia grega e se revela, inclusive, na visão moderna de vários cientistas. Citando resumidamente:

TALES de Mileto (625 a.C. a 548 a.C.): hilozoísmo epicureu (séc. III a.C.), considerava a matéria (e, por extensão, todo o Universo) como um organismo biológico.

PLATÃO (426 a.C. a 348 a.C.): “O universo foi criado como um animal dotado de alma e razão.” (Timeu)

GRIBBIN, John (1995) em seu livro “No Início”, capítulo 8, descreve a Via Láctea como uma Galáxia Viva.

DE DUVE, Christian (1997) escreveu “Poeira Vital: a vida como imperativo cósmico” e, em seu último capítulo, O Cosmo Vivente, afirma: O universo é uma sementeira de vida.

VILLAVERDE, Léo (2000) escreve “Biocosmos – O Universo Vivo”.

IMPEY, Chris (2009), em “O Universo Vivo”, analisa a possibilidade de vida em outros mundos.

GARDNER, James (2009), em “O Universo Inteligente” levanta o tema de uma inteligência universal, de uma consciência cósmica, tema já levantado por Peter RUSSEL (1991).

LANZA, Robert (2009), em sua proposta recente e desafiadora contida na obra “Biocentrism”, traz novamente o tema de uma consciência precedendo o universo e afirma, quase usando as mesmas palavras de Rolando Toro, que “A vida cria o universo, e não o contrário, como estabelecido pela ciência tradicional”.

Como complementação desta análise do universo como um sistema vivo, sugiro a leitura de meu artigo “Considerações sobre o Princípio Biocêntrico” incluído em FLORES (2006), na página 173.

**PRIMEIRA NOVA VISÃO PARADIGMÁTICA E INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA:
A VIDA EM TODO O UNIVERSO!**

2. VIVÊNCIA PRECEDE A CONSCIÊNCIA.

Vivência (*Erlebnis*) é um conceito da filosofia alemã que foi assumido, analisado e destacado por Wilhelm Dilthey (1833~1911) para descrever a percepção mais profunda da realidade no “aqui-e-agora”, isto é, do instante vivido.

O pensamento contemporâneo dá prioridade à razão, à consciência, à experiência objetiva.

No entanto, a percepção do mundo, através dos nossos sentidos, se dá, primeiramente, pelo sistema límbico, denominado “cérebro emocional”, que é a sede das emoções, dos instintos, dos afetos.

Todas as mensagens sensoriais, com exceção das provenientes dos receptores do olfato, passam pelo tálamo antes de atingir o córtex cerebral.

Portanto, primeiro sentimos, depois pensamos. É a emoção que organiza o pensamento.

A metodologia de Biodanza dá prioridade à vivência sobre a consciência. Por isto, fechamos os olhos, não falamos, não cantamos, absorvemos a música, entregamo-nos ao movimento da dança, damos lugar ao sistema límbico e silenciemos o córtex.

É pela vivência que ampliamos a consciência e adquirimos uma percepção mais refinada do mundo externo. Porque esta percepção do mundo se gera na Afetividade!

SEGUNDA NOVA VISÃO PARADIGMÁTICA E INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA: A EMOÇÃO PRECEDE A RAZÃO!

3. SUPERAÇÃO DAS DICOTOMIAS.

Vivemos em mundo predominantemente maniqueísta, numa constante divisão e oposição entre o Bem e o Mal. Esta dicotomia se repete e se reforça em vários outros aspectos de nossa cultura.

Rolando Toro afirma que vivemos em uma Cultura cindida ou dissociativa marcada por dicotomias que separam as noções de corpo e alma, homem e natureza, matéria e energia, indivíduo e sociedade, sagrado e profano, etc.

Estas visões predominam patologicamente em todos os âmbitos do saber: na Educação, na Psicoterapia, na Medicina, na Sociologia e nas Ciências Humanas em geral.

Uma cultura cindida, dicotômica e dissociativa desqualifica a vida dessacralizando-a e sabotando seu valor intrínseco. É uma cultura que está a serviço de valores contrários à vida.

No entanto, estas dissociações vêm sendo pouco a pouco superadas através de propostas renovadoras de vários pensadores e cientistas: Henri Atlan (Auto-organização), Gregory Bateson (Ecologia da Mente), David Bohm (Ordem Implicada), Fritjof Capra (O Ponto de Mutação), Paul Davies (Deus e a nova Física), Albert Einstein (Relatividade), James Lovelock (Gaia), Edgar Morin (Complexidade), Ilya Prigogine (O fim das certezas), Rupert Sheldrake (Campos morfogenéticos), etc.

Portanto, a evolução da ciência e do pensamento complexo se orienta atualmente para a integração de conceitos que permaneceram separados durante muitos séculos.

A proposta de Rolando é pela superação das dicotomias e construção de uma Cultura Biocêntrica.

TERCEIRA NOVA VISÃO PARADIGMÁTICA E INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA:
UNIÃO DE OPOSTOS! FIM DAS DISSOCIAÇÕES!

3. EXISTÊNCIA COMO PROJETO EMOCIONAL.

O que é a existência? O que é existir?

Existimos porque estamos vivos. Sabemos que estamos vivos com a consciência. Nós nos “damos conta” que estamos vivos.

Mas percebemos, sentimos a Vida em nós pelo instinto, pela emoção. Temos um Inconsciente Vital!

Somos (o nosso Ser) porque percebemos a Vida em nós.

Como “Ser Vivo”, nossas características biológicas definem nossa natureza: um ser de existência que manifesta a Vida.

*“Minha **natureza** é manifestar a **vida** em mim. Minha existência **expressa** a Vida no mundo!”*

(FLORES, 2004)

Através da expressão de nossa existência, da nossa expressão existencial, a Vida passa a ser a manifestação do milagre da existência através de nossa Criatividade. Sim, pois “expressão” é o exercício da Criatividade e, portanto, “expressão existencial” é recriar a própria vida no mundo através de nosso potencial criativo.

O milagre da nossa existência está na nossa singularidade, na nossa identidade. Somos únicos, singulares e indivíduos, isto é, indivisíveis. A vida em nós é o milagre dos encontros de amor que nos precederam e que, finalmente, nos deu origem, isto é, existência no mundo.

Dançar a Vida, portanto, é um projeto criativo e emocional de expressão da Vida.

QUARTA NOVA VISÃO PARADIGMÁTICA E INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA: A VIDA COMO EXPRESSÃO EXISTENCIAL!

4. AUTONOMIA NA AUTO-EVOLUÇÃO

Ao propor o *Princípio Neguentrópico de Amor e Iluminação*, Rolando Toro lança a proposta e o desafio de uma auto-evolução.

“Este princípio postula que o sistema vivo humano não é somente capaz de autorregulação, autonomia, mas também de auto-evolução.” (TORO, 1991)

Rolando, portanto, acredita que o ser humano tem potenciais para assumir sua própria evolução. Assumir significa tomar para si.

Nós mesmos, autonomicamente, podemos assumir a tarefa de sermos os agentes de nossa transformação.

Esta é a proposta expressa no Modelo Teórico de Biodança no eixo da Ontogênese.

Ontogênese significa “gênese do Ser”, a construção de nós mesmos.

A proposta de Biodança, expressa no Modelo Teórico, é a de que, através da Cinco Linhas de Vivência, nós somos agentes da construção, transformação e integração de nosso Ser.

Somos capazes e responsáveis pela gênese de nós mesmos, por nossa auto-evolução!

QUINTA NOVA VISÃO PARADIGMÁTICA E INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA:
SOMOS AGENTES DE NOSSA EVOLUÇÃO!

5. DESEMPENHOS BIOLÓGICOS ANTIENTRÓPICOS.

Na Apostila de “Aspectos Biológicos de Biodança”, ao analisar a seletividade em relação ao meio ambiente, Rolando Toro levanta a seguinte hipótese:

“Será tarefa do futuro investigar até que ponto a atividade criadora - como essência do princípio existencial -, o amor e a autodoação, o êxtase cósmico, a atividade poética, etc., são performances biológicas antientrópicas que tendem a uma biossíntese evolutiva.” (TORO, 2009).

O que seriam “performances antientrópicas que tendem a uma biossíntese evolutiva”?

Só podemos concluir que seriam os nossos desempenhos, nossas ações, nossos comportamentos, nossas atitudes, nossas atuações no mundo em que vivemos e que, seguindo a proposta de Rolando, trariam **mais vida à Vida.** (FLORES, 2018)

E que atos seriam estes?

Na expressão de nossos Potenciais de Vida, através de cada Linha de Vivência, existem as possibilidades de pormos em prática ações que representam “criar mais vida na Vida”.

Na Vitalidade pode ser cada ato de cuidado, acolhimento e proteção; na Sexualidade, o encontro em fusão amorosa; na Criatividade, nossa própria ontogênese e a construção do mundo; na Afetividade, a presença amorosa junto ao semelhante; na Transcendência, o amor incondicional a tudo o que existe e a percepção da sacralidade da Vida!

QUINTA NOVA VISÃO PARADIGMÁTICA E INVERSÃO EPISTEMOLÓGICA:
NOSSAS AÇÕES TRAZEM MAIS VIDA À VIDA!

CONCLUSÃO

O conceito de Paradigma perpassa as diversas áreas do conhecimento e podemos identificar seus variados exemplos em diferentes enfoques.

Na fundamentação teórica de Biodanza Sistema Rolando Toro encontramos a proposta de uma inversão da estratégia epistemológica ou paradigmática.

O que significa isto?

Uma inversão epistemológica se refere à metodologia de enfoque e análise da natureza dos conhecimentos científicos.

Para Rolando Toro, a epistemologia predominante segue um itinerário demasiadamente antropocêntrico e racionalista, tomando seu objeto de conhecimento partindo do particular para o geral.

Desde que se assumiu a noção de que “o todo é maior do que a soma das partes”, passou-se a considerar, como propõem os autores de *Biologia Revisada* (HARMAN & SAHTOURIS, 2003), buscar o conhecimento a partir de visões mais holísticas e ecológicas.

“Se a ciência começasse com a Biologia, no lugar da Física, pareceria a coisa mais natural tratar do todo antes das partes.” (HARMAN & SAHTOURIS, 2003)

“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”. (TORO, 1991).

Como já foi caracterizado anteriormente, o novo paradigma da ciência se fundamenta nesta nova visão: “somente a dinâmica do todo permite compreender as propriedades das partes.”

Uma nova epistemologia exige considerar noções mais atualizadas como, por exemplo, a Teoria da Complexidade, a Teoria Quântica, a Visão Holística (conceito de Hólón) e a dinâmica ecológica.

Assim, quando Rolando Toro propõe uma inversão epistemológica já está apontando para uma revisão paradigmática. E uma mudança paradigmática dentro de uma área de conhecimento implica uma ruptura ou inversão epistemológica.

O primeiro e mais importante paradigma proposto por Rolando é, nas palavras dele, “*la intuición de un Universo Vivo*”, do que decorre o Princípio Biocêntrico!

Ao nosso nível de Seres Humanos, Rolando acentua a Vida como valor maior, como milagre de expressão existencial. Também afirma a precedência do sistema límbico sobre as funções corticais: a emoção precede a razão.

Além disto, ao considerar vida como expressão existencial, Rolando reconhece em nós as potencialidades para gerir nossa ontogênese e sermos agentes de nossa própria evolução. Acentua também que nossas ações criativas e amorosas podem contribuir para gerar mais vida na Vida, num processo de organização anti-entrópica no mundo em que vivemos.

Do ponto de vista cultural, Rolando relembra que vivemos numa cultura dissociada na qual devemos superar e dissolver as dicotomias baseadas numa visão maniqueísta.

Disto podemos concluir que toda a teoria e prática metodológica do Sistema Biodanza proposto por Rolando Toro consiste, fundamentalmente, numa inversão epistemológica que se traduz em novo paradigma, o Paradigma Biocêntrico.

BIBLIOGRAFIA

- CAPRA**, Fritjof, *A Teia da Vida: uma nova compreensão dos sistemas vivos*. São Paulo, Brasil: Editora Cultrix/Amana-Key, 1997.
- CAPRA**, Fritjof & **STEINDL-RAST**, David. *Pertencendo ao universo*. São Paulo: Cultrix, 2001.
- CAPRA**, Fritjof, & **LUISSI**, Pier Luigi, *A visão sistêmica da vida*. São Paulo, Brasil: Editora Cultrix/Amana-Key, 2014).
- De DUVE**, Christian. *Poeira Vital: a vida como imperativo cósmico*. Rio de Janeiro: Campus, 1997.
- FLORES**, Feliciano E. V. *Espírito e Natureza: um reencontro?* Revista Pensamento Biocêntrico – Pelotas - Nº 01 - p– 43-49 Out/dez 2004.
- FLORES**, Feliciano E. V. *Educação Biocêntrica: por uma educação centrada na vida*. In: FLORES, F.E.V. (Org.) *Educação Biocêntrica: aprendizagem visceral e integração afetiva*. Porto Alegre: Evangraf, 2006.
- FLORES**, Feliciano Edi Vieira. *Vida é Dança – Biologia e Expressão Existencial*. Porto Alegre: Evangraf, 2018.
- GARDNER**, James. *O Universo Inteligente: inteligência artificial, extraterrestres e a mente emergente do cosmos*. São Paulo: Cultrix, 2009.
- GRIBBIN**, John, *No Início: antes e depois do Big Bang*. Rio de Janeiro: Campus, 1995.
- HARMAN**, Willis W. & **SAHTOURIS**, Elisabet. *Biologia Revisada*. São Paulo: Cultrix, 2003.
- IMPEY**, Chris. *O Universo Vivo: nossa busca por vida no cosmos*. São Paulo: Larousse do Brasil, 2009.
- KUHN**, Thomas S. *A estrutura das revoluções científicas*. São Paulo: Perspectiva, 1994.
- LANZA**, Robert & **BERMAN**, Bob. *Biocentrism: how life and consciousness are the keys to understanding the true nature of the universe*. BenBella Books, Inc., 2009.

- MATURANA**, Humberto. *Transformación en la Convivencia*. Santiago (Chile): Dolmen, 1999.
- RUSSELL, Peter**, *O Despertar da Terra: o cérebro global*. São Paulo: Cultrix, 1991.
- SCHRÖDINGER**, Erwin R. J. A. *O que é vida? O aspecto físico da célula viva* (seguido de *Mente e matéria e Fragmentos autobiográficos*). São Paulo: Ed. UNESP, 1997.
- TORO**, Rolando. *Teoria da Biodança - Coletânea de textos*. (TOMOS). Fortaleza: Editora ALAB, 1991.
- TORO**, Rolando. *Apostilas do Curso de Formação Docente em Biodança*, 2009.
- TORO**, Rolando. *O Princípio Biocêntrico: Novo Paradigma para as Ciências Humanas. A Vida como Matriz Cultural*. Santiago (Chile): Cuarto Propio, 1ª ed., 2014.
- VILLAYERDE**, Léo. *Biocosmos, o universo vivo: a contestação do big-bang*. São Paulo: Cultrix, 2000.

A MÚSICA E SUA CAPACIDADE DE DEFLAGRAR VIVÊNCIAS NA PERSPECTIVA DA BIODANZA

Rita de Cássia Surrage de Medeiros*
Lilian Rose Marques da Rocha**

RESUMO: Este artigo objetiva apresentar, através dos avanços da Neurociência, as relações entre música, cérebro e emoções aplicadas no contexto do Sistema Biodanza. Visa, de outra forma, despertar o olhar do Facilitador de Biodanza para elementos intrínsecos às músicas e que futuramente podem servir como critérios mais refinados e eficazes na escolha das peças musicais, a serem utilizadas em Biodanza. Trata, ainda, do poder transformador da música estabelecido no tripé música - movimento – vivência, que evoca a força do estado vivencial no autoconhecimento do ser humano e no processo de expansão da consciência. Este estudo evidencia que, dentre os princípios que edificam o cerne metodológico da Biodanza, a música possibilita alcançar um estado de profunda conexão do participante consigo mesmo, com o outro e com o Universo que o cerca. Outrossim, aborda, aspectos da Semântica Musical, exemplificando linhas de vivência, exercícios e a riqueza musical na aplicação dos mesmos.

Palavras-chave: Biodanza. Emoções. Semântica musical. Sistema nervoso. Vivência.

1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Escrever a respeito da música e seus efeitos é desafiador e instigante, misterioso e transcendente. Em qualquer lugar onde haja seres humanos, a música permeia seus ambientes. Seja em

* Mestre em Biologia Animal pela Universidade de Brasília. E-mail: <ritasurrage@gmail.com>.

** Farmacêutica e Analista Clínica. E-mail: <lilian24@terra.com.br>.

festas, enterros, cultos, rituais, hospitais ou comícios políticos, a música está sempre presente, intimamente relacionada às lembranças, emoções e aos sentimentos humanos. Até o presente momento, todas as culturas pesquisadas no âmbito da história humana apresentaram algum tipo de relação com a música, seja através de registros históricos documentados ou instrumentos musicais primitivos encontrados em meio às escavações (LEVITIN, 2010).

A relação da música com o homem é tão antiga quanto a própria história da humanidade. Mitos arcaicos vinculam o universo à fenômenos rítmicos de pulsação e vibração ordenados dentro de um plano harmônico que se inicia na percepção do próprio corpo e do meio que envolve o homem. A alternância do dia e da noite, as fases da lua, o bater do coração e a respiração, a alternância dos passos no ato de caminhar, o vai vem das ondas do mar e muitos outros exemplos nos leva a perceber pulsos constantes e periódicos, ritmos (TORO, 2005).

Lendas antiquíssimas provenientes da China, Índia e Grécia descrevem relações não compreendidas entre a música que exerce um poder misterioso sobre a natureza e um ser iluminado. A música, ao longo dos séculos, possui um histórico de relação com a cura física e psicológica, com o lazer e os atos de celebração (TORO, 1991a). Cotte (1988) traz interessantes aspectos do simbolismo da música afirmando que, segundo tradições imemoriais, o Criador era tido como um canto de ressonância infinita e a Criação era considerada como a cristalização desse canto. Partindo-se desse princípio, é compreensível o pensamento de Pitágoras, segundo o qual a estrutura da música bastaria para explicar o arcabouço do Universo.

O poder curador e transformador da música vem sendo estudado progressivamente junto à expansão do conhecimento nas áreas da Psicologia e Medicina, especialmente no campo

das Neurociências, em consequência do acentuado avanço das imagens computadorizadas. Em especial, a Neurociência tem desenvolvido estudos cada vez mais complexos buscando a relação da percepção auditiva da música com o movimento, linguagem, memória e especialmente o profundo vínculo com as emoções (ROCHA; BOGGIO, 2013). Por fim, um tema rico e que merece atenção é o de que a música é um instrumento capaz de gerar mudanças dinâmicas e permanentes na consciência individual (STEWART, 1987).

Rolando Toro Araneda, chileno, antropólogo e poeta, em apurado trabalho de pesquisa e observação, percebeu o grande potencial da música entrelaçada a outros elementos. Foi assim que ele idealizou, criou e difundiu o Sistema *Biodanza* que desde então vem se desenvolvendo e se aperfeiçoando. Atualmente é conhecido ao redor do mundo simplesmente como Biodanza.

A *Biodanza* propõe um caminho de re-conexão com a vida, colocada no eixo da percepção de mundo, como centro da ação e referência da realidade. Sua proposta é assegurar uma contínua atenção aos fatores positivos que preservam, estimulam, mantêm e nutrem a vida (VIOTTI, 2006).

Promove ainda a inclusão ecológica, a integração externa e interna, o desenvolvimento psíquico saudável, alegria de viver e expansão de consciência promovendo mudanças fisiológicas, emocionais e existenciais profundas (ALMEIDA, 2009).

A metodologia estabelecida por Toro (1991a, 1991b) se baseia na indução de vivências integradoras geradas por um conjunto de princípios inseparáveis e coerentes entre si que são a música, movimentos corporais (dança) e situações de encontro em grupo. A proposta de Rolando Toro não se resumiu simplesmente a unir esses elementos e sim sistematizá-los de forma que o Sistema *Biodanza* seja altamente eficaz, o que tem sido demonstrado amplamente desde sua criação. Com sessões organizadas dentro

de um modelo teórico estruturado, são propostos exercícios vivenciais, alinhados a músicas cuidadosamente escolhidas que têm o potencial para desencadear vivências integradoras dispostas em cinco linhas a saber: vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência. Através desse roteiro seguro, é possível traçar uma via de contato consigo mesmo, com o outro e com o mundo de forma leve, prazerosa e profunda.

Uma vez que a música é um elemento profundamente transformador da mente e do coração humanos e que incide em emoções e sentimentos, este artigo tem por objetivo principal dar pequena contribuição aos progressos investigatórios atualizados acerca das reações do cérebro humano frente à música, despertando emoções dentro da perspectiva da *Biodanza*. O desencadear de vivências no que tange as músicas apresentadas durante os exercícios, geram diferentes emoções proporcionando riso, choro, arrepios, júbilo, entre outras. As vivências originam sensações próprias da ativação da área cortical e sub-cortical que controla a emoção no cérebro e sistemas vinculados (TORO, 2005).

O mote gerador desse artigo é ainda colaborar com o facilitador de *Biodanza* a entender melhor os mecanismos do cérebro e suas reações no que tange a eficácia da *Biodanza*, analisada sob a ótica musical, além de sugerir estratégias futuras que poderão ser empregadas na seleção de músicas para *Biodanza*.

2 O SOM PLENO DE SENTIDO, A MÚSICA

Antes da música, eis o som, resultado de vibrações sob a forma de ondas propagadas pelo ar, captada pelos ouvidos e interpretada pelo cérebro dando-lhe configurações e sentidos. A partir dessa propagação oscilatória, os corpos vibram como resposta, na própria acepção do termo. O som movimentava-se desenhando o ambiente num movimento de complementariedade, rapidamente e de forma fugaz. Essa característica do som permite que muitas culturas o percebam como um modelo de essência universal (WISNIK, 1989). No ocidente, o som sempre foi abordado como algo misterioso com suas características onipresentes e evanescentes (PINTO, 2001).

Descobertas recentes da Cimática, um ramo científico que estuda as ondas propagadas em superfícies, evidencia por meio de observações visuais do som em um meio físico (areia, fumaça ou água), que ocorrem emanações esféricas em forma de bolhas sônicas que expandem e contraem de acordo com a periodicidade da fonte inicial, levando a criação de formas geométricas específicas de acordo com a vibração realizada (THE DEVELOPMENT..., [201-?]).

Segundo Meyer (1992), a física quântica consegue explicar os efeitos da vibração dos sons sobre o organismo humano. Para este ramo teórico da Ciência, toda matéria está em constante vibração e tudo que vibra possui uma frequência (oscilações por segundo) característica. Os sons e as células de nosso corpo entrariam em ressonância, reverberando a sintonia respectiva por todo o corpo, a depender do estilo vibracional do som, podendo trazer estados de equilíbrio ou desequilíbrio. Isso nos leva a crer de que forma as músicas podem atingir em diferentes níveis físicos os seres humanos, alterando inclusive seus estados frequenciais.

A música, segundo o clássico conceito de Med (1996, p. 11) é “a arte de combinar sons, simultânea e sucessivamente, com ordem, equilíbrio e proporção dentro do tempo.” A compreensão do que é a música não é tão simples como parece e não se extingue aí. Existem variadas correntes de musicólogos e teóricos que tentam definir a música não apenas como uma arte mas também como ciência. Logicamente, a matéria prima da música é o som intercalado ao silêncio e só a partir dessa organização é possível gerar o que chamamos música. Os quatro elementos principais e estruturantes da música são som, melodia, harmonia e ritmo (BRUSCIA, 2016). Além desses, existem inúmeros outros tais como timbre, altura, andamento, unidade de sentido, entre outros. Podemos conceituar melodia como sendo uma sequência de sons dispostos sucessivamente gerando o que pode ser chamado de concepção horizontal da música (MED, 1996). A harmonia, um termo de entendimento complexo dentro da música, é acrescentar à melodia, um acompanhamento ou acordes que possibilitem uma combinação adequada, harmonizando o ambiente em que a música vibra (BUCHER, 2001).

É bem verdade que a música raramente pode ser entendida como simplesmente uma organização sonora dentro de um lapso de tempo. É muito mais que isso. Trata-se de som e movimento num sentido lato e pode ser entendida como uma forma de linguagem que possui seus próprios códigos (PINTO, 2001).

2.1 Música, cérebro e emoções

É notório que o cérebro humano representa uma das maiores obras-primas de que se tem notícia. Ao longo dos séculos, os estudos sobre ele tem ampliado aspectos fascinantes e ainda hoje estamos distantes do desvendar completo desse misterioso órgão por excelência.

O córtex cerebral é constituído por uma intrincada rede com mais de cem bilhões de células nervosas individuais (neurônios) conectadas em sistemas denominados circuitos neurais que constroem a impressão do mundo exterior, controlam a maquinaria complexa das ações humanas, coordenam a homeostase (equilíbrio interno) e decifram todas as sensações, emoções e sentimentos existentes (KANDEL et al., 2014; LEVITIN, 2010). O cérebro é pregueado e forma circunvoluções separadas por fissuras e sulcos. Vale destacar dentre os aspectos gerais, que o cérebro se divide em dois hemisférios onde cada um deles está associado com processos sensoriais e motores no lado contralateral do corpo. O hemisfério direito está relacionado a processos espaciais, com o holístico, a criatividade, o espiritual, consciência musical, concepção artística, a imaginação, intuição, entre outras atividades que seguem a mesma linha. Já o hemisfério esquerdo é a sede da linguagem, responsável pelo pensamento analítico, operações lógicas, funções racionais e cognitivas do ser humano (KANDEL et al., 2010; TORO, 2005). No entanto, sabemos hoje a respeito do processo denominado neuroplasticidade ou plasticidade neuronal, capacidade do sistema nervoso de mudar, adaptar-se e moldar-se a nível estrutural e funcional quando sujeito a novas experiências como decorrência de acidentes ou distúrbios físicos de diferentes naturezas. É possível tecer certas generalizações a respeito das funções cerebrais e suas intrincadas relações, todavia, o comportamento humano envolvendo emoções e sentimentos é bastante complexo não podendo ser reduzido a simples mapeamentos (LEVITIN, 2010).

Cada área da imensa rede neural é responsável por complexas operações que levam ao controle motor, memória, sensações, linguagem e emoções. Desde a virada do Século XIX, pesquisadores descobriram a importância da amígdala, hipotálamo e tálamo como estruturas fundamentais no processamento emocional. Além dessas estruturas, áreas corticais e

sub-corticais participam ativamente, mediando e respondendo ao estímulo emocional consciente e/ou inconsciente. Dentre todas as estruturas cerebrais, o Sistema Integrador-adaptativo-límbico-hipotalâmico (SIALH) possui relações intrínsecas e diretas com a expressão instintiva, à deflagração vivencial, às emoções e à afetividade (TORO, 2005). Portanto, o SIALH recebe a informação por meio de estímulos e responde por meio de três sistemas conhecidos: Sistema Endócrino (produção de neurotransmissores), Sistema Nervoso Autônomo (Simpático e Parassimpático) e Sistema musculoesquelético que reage fisicamente a manifestação dos comportamentos (KANDEL et al., 2014). Por sua vez, o sistema nervoso autônomo está formado pelo sistema simpático - adrenérgico e pelo sistema parassimpático - colinérgico que atuam em concurso, estimulando ou moderando a atividade geral dos órgãos (TORO, [entre 1990 e 2009a]) (Figura 1).

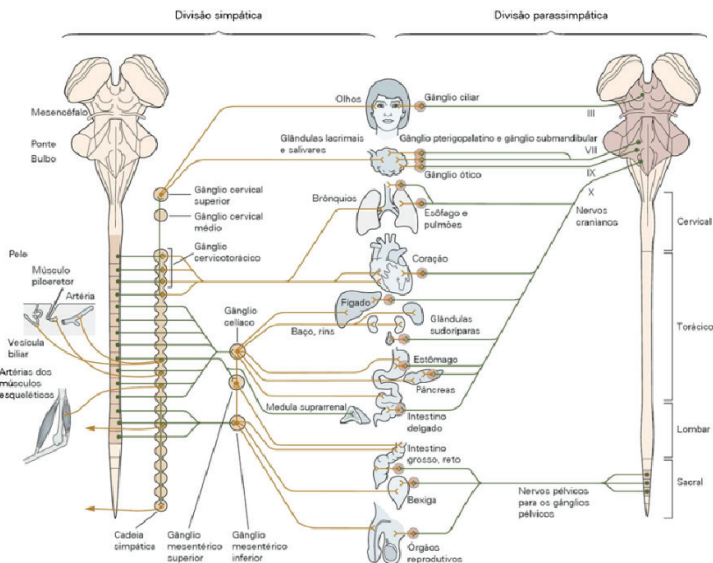
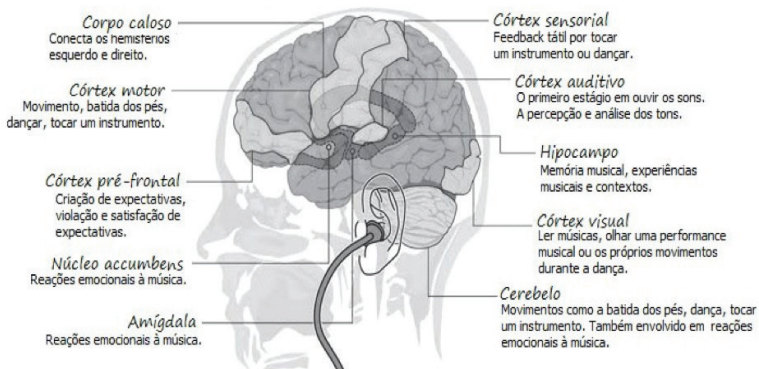


Figura 47-2 Divisões simpática e parassimpática do sistema motor visceral. Os gânglios simpáticos localizam-se próximo à coluna espinal e inervam praticamente todos os tecidos do corpo. Alguns tecidos, como os músculos esqueléticos, são

regulados apenas indiretamente através da irrigação sanguínea. Os gânglios parassimpáticos são encontrados em estreita aposição a seus alvos, entre os quais não estão incluídos a pele ou os músculos esqueléticos.

Figura 2 – Estruturas cerebrais envolvidas na atividade da percepção musical



Fonte: Rocha (2020).

Nota: Figura adaptada por <mindasks.blogspot.com> a partir de Levitin (2010, p. 306). Recebida por e-mail.

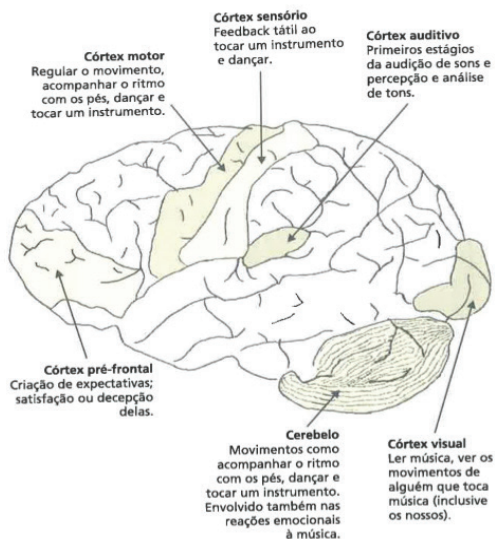
Percepção musical é o processo de ouvir e entender música. O ser humano é capaz de perceber, organizar e vivenciar quaisquer informações de ordem sensorial. Zatorre, Belin e Penhume (2002), pioneiros no estudo da música à luz da Neurociência, detalham a relação entre o córtex auditivo e o papel do hemisfério direito no processamento da música. Um ato considerado relativamente simples como ouvir música se inicia nas estruturas sub-corticais - núcleos cocleares (ouvidos), segue ao tronco cerebral, avança para o cerebelo e em seguida atinge o córtex auditivo de ambos os lados para posterior processamento da informação e resposta. As áreas recrutadas envolvem as regiões corticais (córtex pré-frontal, córtex pré-motor, córtex motor, córtex somato-sensorial, lobos temporais, córtex parietal e córtex occipital), além do cerebelo e áreas do sistema límbico incluindo amígdala e tálamo (OVERY; MOLNAR-SZACKA-

CS, 2009). A Figura 2, evidencia o grande número de estruturas cerebrais envolvidas na atividade da percepção musical.

Há fortes correlações da música com o cerebelo quando no acompanhamento do pulso musical (tempo) e em outro contexto instigante, músicas que se aprecia ou já são conhecidas. Igualmente o cerebelo tem um papel importante em alguns elementos da emoção como alerta, medo, raiva, calma e instinto gregário bem como no próprio processamento auditivo (LEVITIN, 2010).

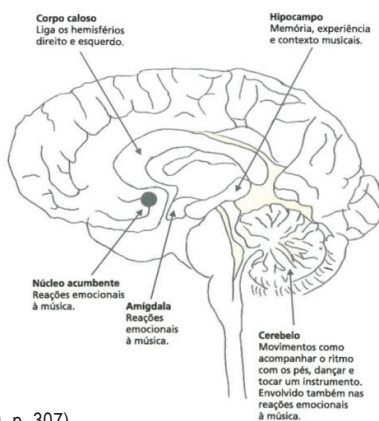
Examinando a um nível mais apurado, as emoções que sentimos ao ouvir música envolvem estruturas profundas do arquicérebro (cérebro primitivo ou reptiliano) e amígdala localizada no Hipotálamo, também conhecida como sentinela das emoções. O cérebro funciona eminentemente em regime de paralelismos, com uma ampla rede de operações interconectadas por neurônios, sendo raro encontrar uma estrutura única responsável por somente um aspecto cognitivo ou sensorial. Portanto, com a música e emoções ocorre o mesmo (LEVITIN, 2010). Nas ilustrações a seguir, Levitin (2010) apresenta os principais centros de processamento da música no cérebro visto lateralmente onde a porção frontal localiza-se a esquerda (Figura 3) e o interior do cérebro observado sob o mesmo ponto de vista (Figura 4).

Figura 3 – Visão lateral do cérebro e o processamento musical



Fonte: LEVITIN (2010, p. 306)

Figura 4 – Interior do cérebro e o processamento musical



Fonte: LEVITIN (2010, p. 307)

2.2 A vivência

É fundamental a abordagem do significado e papel transformador da vivência por tratar-se de uma prioridade dentro da metodologia proposta para a Biodanza.

Nas palavras do próprio sistematizador, a “vivência é a experiência vivida com grande intensidade por um indivíduo no momento presente, que envolve a cinestesia, as funções viscerais e emocionais.” (TORO, 2005, p. 30).

O estabelecimento desse estado epistemológico proporciona um profundo momento consciencial, uma conexão profunda e única consigo mesmo. As vivências suscitam um estado interno de integração, precedem a consciência e embora sejam passageiras, deixam profundas marcas em quem as experimenta. Podem ocorrer nos níveis vivencial, cognitivo e visceral e ainda que apresentem independência, estão conectadas a nível neurológico (TORO, 2005). Isso significa dizer que a vivência tem um valor intrínseco com efeito imediato de integração “sem passar pelos filtros analíticos da razão” no dizer de Almeida (2009). Estar por alguns instantes nesse estado existencial, de uma fresta aberta no espaço e no tempo pode ser também algo assustador, porque perdermos, mesmo por segundos, o contato com a realidade (GUERGUEN NETO, 2009). Posteriormente ao estado vivido, o indivíduo pode analisar o que sentiu e trazer à luz da razão, tirando suas próprias conclusões. Como parte do trabalho, evita-se a análise ou interpretação psicológica por parte do facilitador de Biodanza.

2.3 A música na Biodanza

Utilizar o som como ferramenta para promover saúde e bem-estar é uma prática antiquíssima. Segundo a American Music Association (2020), a música utilizada como “influência

de cura” alterando o comportamento humano remete aos escritos de Aristóteles e Platão. No Antigo Testamento, conta-se que Davi ao tocar sua harpa amenizava a depressão do Rei Saul (GROUT; PALISCA, 2014). Na Grécia Antiga, o mito de Orfeu nos apresenta uma profunda relação entre o ser humano e a música universal, ambos exercendo poderes sobre a natureza. Nessa história, o poeta e músico Orfeu, encantava com sua lira feras selvagens e corações humanos, amadurecia os frutos e estremecia as rochas sob a vibração de seus acordes (TORO, 2005).

A música é uma linguagem universal, onde cada pessoa, independente de sua cultura, a sente de maneira diversa. A experiência subjetiva de cada indivíduo é consequência do caráter complexo da música que desafia o pensamento analítico. Considerando-se o ambiente cultural, a música tem o poder de alcançar a todos igualmente, estampando sua marca coletiva num código emocional e simbólico (PAGÉS, 2013).

Na perspectiva da Biodanza, a música é um dos elementos deflagradores de emoções vivenciais e sentimentos que assomam à flor da pele. Através da música-dança-vivência, é proporcionado um desenvolvimento psíquico saudável, integração consigo mesmo e com o outro, alegria de viver além de outros inúmeros benefícios. O movimento pleno de sentido (dança) desencadeado pela música é o resgate da natureza íntima e instintiva do Ser, quando se convoca à alma a dançar livremente, sem coreografias estabelecidas. Trata-se de um potente caminho de autotransformação quando a linguagem íntima e silenciosa nos aproxima de nossa verdade. Com a Biodanza driblamos a racionalidade da mente, acessando a espontaneidade e o prazer da vida. Os vínculos afetivos surgem e/ou se reafirmam, permitindo uma saída do automatismo tão comum na atualidade e levando a um caminho baseado na afetividade.

A música tem o dom de induzir e transformar estados emocionais dando aos movimentos um significado funcional que reflete o nosso íntimo (GODOY, 2008). É possível se conectar com a música e atingir um estado de profunda vinculação consigo mesmo. No binômio música - movimento, a música representa um papel central na Biodanza nos convidando a integração e por conter em si, as sementes do movimento corporal. Entendida como arte, a música possui extensa representação neuropsicológica com acesso direto à afetividade (WEIGSDING; BARBOSA, 2014), linha cerne da Biodanza.

Toro ([entre 1990 e 2009a]) encontrou na linguagem musical a possibilidade de operar mudanças de caráter íntimo e permanente, atravessando as barreiras intelectualizadas da mente e falando diretamente aos corações. A música age diretamente em alterações fisiológicas ao nível de sistema nervoso autônomo.

Na metodologia proposta por Rolando Toro, no que concerne a música, há definições importantes que devem ser esclarecidas para o artigo em questão. As músicas são escolhidas cuidadosamente para serem aplicadas nas sessões de Biodanza através de critérios definidos a serem tratados adiante. Elas devem apresentar, nos primeiros instantes, o estímulo necessário ao despertar os estados emocionais e biológicos como proposta de um desenvolvimento coerente. Trata-se da prolepse musical, a previsibilidade do que se espera já nos primeiros acordes, que ressoa de algo desconhecido a motivar potenciais biológicos e emocionais. A prolepse leva a ativação de uma resposta afetivo-motor-expressiva (TORO, [entre 1990 e 2009c]).

Toro (2005) aconselha somente o uso das músicas orgânicas. Segundo ele, música orgânica é aquela que contém atributos biológicos (fluidez, ritmo, harmonia, tónus e unidade de sentido) estruturados a partir de um núcleo emocional ou de um

componente fortemente expressivo capaz de gerar resposta motora, estimulação visceral, emoção e expressividade. Segundo ele, músicas inorgânicas são aquelas que tornaram-se mais reflexivas e abstratas, abandonando a métrica, a fluidez e deixando-se levar por atributos descontínuos. Ocorrem por exemplo, a quebra do ritmo, da harmonia, das tonalidades e ao tempo que foram introduzidos elementos aleatórios, tais como dissonâncias extremas, silêncios fora das pausas tradicionais, volumes diferenciados, etc. Portanto, na categoria de músicas inorgânicas enquadram-se a música contemporânea, techno, concreta, serial e sintética, dentre outras de mesmo estilo. Vale ressaltar ainda que a moderna ASMR (Autonomous Sensor Meridian Response), febre entre os adolescentes de hoje são sinais sonoros e visuais que induzem respostas sensoriais e estão igualmente enquadradas como inorgânicas uma vez que não trazem qualquer relevância para o trabalho proposto pela Biodanza. Eventualmente, músicas inorgânicas podem ser utilizadas com propostas específicas em exercícios da linha da criatividade.

A seleção de músicas a serem utilizadas em Biodanza são de fundamental importância para o alcance de resultados eficazes. A música representa a semente deflagradora do movimento e se integrada leva como consequência a um movimento igualmente integrado (CRUZ, 2012). A semântica musical é a metodologia usada para seleção de músicas pautadas nos estudos dos significados emocionais das mesmas e adequadas a evocar qualidades emocionais distintas dentro da linha de vivência específica. Portanto, critérios rigorosamente definidos foram estipulados por Toro (2005) quando da criação do método proposto. Destacam-se os seguintes critérios elencados: coerência entre prolepse e desenvolvimento musical, conteúdo emocional definido e intenso, tema musical estável e tema musical que expresse um estado de ânimo elevado.

As músicas selecionadas são provenientes de diversas origens, épocas e regiões. Podem ser eruditas, populares, nacionais ou internacionais, primitivas, ocidentais ou orientais (TORO, [entre 1990 e 2009c]). O criador do Sistema Biodanza, após meticolosas e pacientes pesquisas nos deixou um legado de músicas, exercícios e consignas, material compilado e organizado pela International Biocentric Foundation (2012) na “Lista Oficial de Exercícios, Música e Consigna”. Apesar desse catálogo ser vasto e robusto, facilitadores experientes e interessados em colaborar com o crescimento da Biodanza, atualizam essa listagem de músicas vinculando-as aos exercícios nas linhas de vivência específicas.

Em resumo, as músicas selecionadas para a Biodanza precisam ter um conteúdo autêntico e integrador revelando doses emocionais e psicológicas profundas (conscientes e inconscientes) na forma pessoal e coletiva. Sua seleção não segue critérios puramente estéticos e sim funcionais específicos, respeitando-se as pausas fisiológicas básicas (ritmo e frequência cardiorespiratória) possuidoras de um poder deflagrador no convite à organicidade, à integridade e à plenitude do Ser, adequando os níveis de regulação homeostática (CRUZ, 1999; GODOY, 2008). A estrutura musical semântica escolhida deve se adequar a cada uma das linhas de vivências. Deve ser capaz e trazer uma linguagem emocional intrínseca que, unidas ao movimento corporal e em contato ao grupo, permitem o desabrochar das experiências que possibilitam a re-conexão consigo (GODOY, 2008).

Mas não só a Biodanza se utiliza do poder transformador da música. Outras terapias foram tocadas pelo mesmo condão restaurador e atuam de forma diversa, cada qual explorando elementos diferenciados. Dentre elas podemos destacar a Musicoterapia, o Movimento Vital Expressivo (MVE) ou Sistema Psicocorporal Rio Aberto, Yoga da Voz e Corpo Sonoro, dentre

outras. Além de terapias formais que possuem metodologias estruturadas, como as já citadas, existem ainda práticas independentes onde a música é utilizada de forma livre de técnicas.

3 METODOLOGIA

A metodologia usada, de natureza qualitativa, buscou subsídios teóricos num levantamento bibliográfico realizado em livros, apostilas do curso de formação para facilitador de Biodanza, monografias, teses e dissertações, material de outros cursos de assuntos correlatos e sítios na internet, objetivando criar um arcabouço que amparasse a idéia de que a música é uma poderosa ferramenta deflagradora de vivências, elemento fundamental da Biodanza.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO

Grout e Palisca (2014) revelam no seu grande tratado “História da Música Ocidental” que no período barroco (1660-1750) havia a conhecida “Teoria dos Afetos” onde compositores conseguiam criar, através de intervalos melódicos específicos, estruturas próprias que provocavam emoções por meio da música. Várias informações vêm corroborar que a música é, desde muito, um palco onde as emoções e sentimentos emergentes são os verdadeiros protagonistas dessa história. Os elementos da música estão interconectados uns aos outros de forma estável e harmônica, estabelecendo uma ordem vigente (PINTO, 2001).

Segundo Levitin (2010), algumas músicas possuem uma misteriosa força de atração sobre as pessoas. Essa espécie de poder mágico se deve, segundo ele, à forma como as subdivisões são feitas e na acentuação de determinadas notas no ato da composição musical. O autor prossegue dizendo que tais músicas

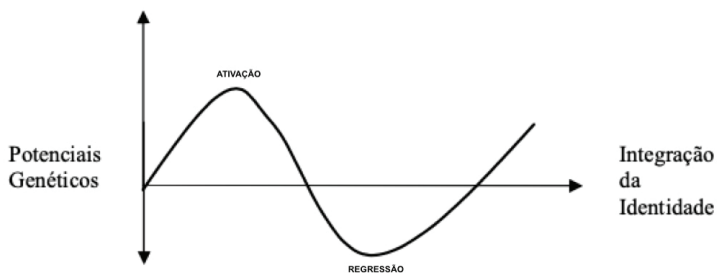
são tão irresistíveis ao ouvido que equivalem a um livro que não conseguimos parar de ler. Decifrar a organização interna desses fatores que fluem interdependentes na música, associando-os às emoções que se pretende desencadear, pode ser um passo seguinte no estudo da semântica musical para o uso na Biodanza.

Como já dito, a Biodanza opera buscando alcançar o equilíbrio entre a ação adrenérgica e colinérgica dos Sistemas Nervoso Simpático e Parassimpático respectivamente (Figura 1), de forma a alcançar um ambiente neurovegetativo de harmonia interna. Para o alcance desse equilíbrio, a metodologia propõe estruturar a sessão numa curva senoidal onde a aula propriamente dita começa com uma etapa de ativação e progressivamente aprofunda-se numa fase que leva à regressão, retornando ao final da sessão para um novo período ativado (Figura 5). Podendo apresentar-se em todas as linhas vivenciais, a regressão é um processo biológico de retorno ao estado de origem com profundo papel restaurador, tanto fisiológico como emocional (TORO, 2005). No momento da sessão designada como regressão, a curva sofre uma queda fisiológica como observado, identificando a ativação do sistema parassimpático e a consequente desaceleração dos sistemas cardiorespiratório, entre outros. As músicas utilizadas no momento regressivo são de caráter diferenciado daquelas tocadas na ativação. São músicas com uma linha melódica mais acentuada, mais lentas e com maior expressividade emocional. Entretanto, vale salientar que esta não é a única via de acesso ao estado regressivo, existindo ainda outras formas de alcançar este estado como por exemplo, o transe atingido pelo ritmo, como veremos logo adiante.

Analisando-se o gráfico da curva da sessão de Biodanza, podemos perceber que a curva da proposta musical (Figura 6) logicamente acompanha a mesma inclinação apresentada na curva da sessão, por tratar-se a música justamente seu mote or-

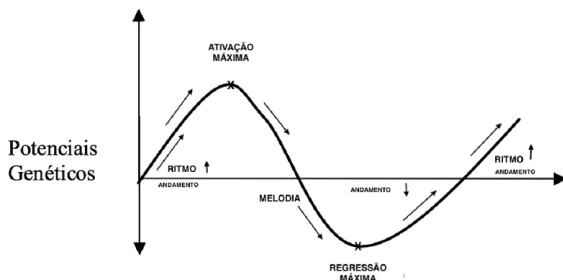
denador. Na fase de ativação da aula, o componente musical predominante é o ritmo/andamento e no momento de regressão, a melodia. Simplesmente é a música que dará o tom da aula. Cada sessão possui sua própria curva que pode ser mais acentuada ou mais sutil dependendo do tipo e nível do grupo e da linha vivencial enfocada. Por exemplo, num grupo de idosos ou deficientes, a ativação e regressão precisam ser mais leves e se evidenciam nos gráficos como curvas suaves acima e abaixo do eixo principal (Integração da Identidade).

Figura 5 – Curva senoidal (geral) de uma sessão de Biodanza



Fonte: PERALVA (2005, p. 12)

Figura 6 – Curva musical



Fonte: ROCHA (2018)

A percepção musical merece destaque por fazer parte do processo do despertar das emoções. Após compilação das informações aqui apresentadas, vale salientar que além das emoções, o SIALH também tem um papel importante na percepção musical envolvendo vários parâmetros básicos da música. Embora sejam necessários ainda muitos estudos complementares nessa linha de raciocínio, parecem existir cruzamentos corticais envolvendo informações sensoriais relativos à percepção musical x emoções, uma vez que ambos, segundo referências aqui apresentadas, são processados nas mesmas áreas corticais. Dessa forma, tanto a percepção primária do som quanto seu entendimento semântico são extraordinariamente modulados pela experiência emocional de se ouvir música (ROCHA; BOGGIO, 2013).

A proposta da Biodanza une três pilares já destacados anteriormente que são a música, a dança e o grupo que permuta afetividade, todos reverberando como ecofatores positivos possuidores do poder deflagrador vivencial onde se potencializam reciprocamente alcançando assim a homeostase do sistema orgânico, regulação do SIALH gerando bem estar, plenitude e consequentemente melhoria da qualidade de vida num espectro amplo.

As músicas na Biodanza são utilizadas para criarem um ambiente harmônico, objetivando o alcance da homeostase fisiológica e emocional e sempre indicam uma das cinco linhas de vivência no qual se almeja prioritariamente trabalhar, podendo os exercícios pertencerem a mais de uma linha. A quantidade de músicas disponíveis para os exercícios é abundante, o que traz ao facilitador amplas possibilidades de ousar em sua criatividade quando no planejamento das sessões. Uma mesma música pode se prestar a trabalhar linhas de vivência diferentes desde que a proposta do exercício (movimento) e consigna conduzam a tal.

Na primeira metade do Século XX, pesquisadores motivaram-se para o estudo aprofundado da unidade rítmica e seus efeitos no corpo humano. Como vimos, o ritmo está presente

na natureza e dentro de nós mesmos. Na música, ele se expressa como pulsação marcada em intervalos periódicos e regulares, podendo ter pulsos mais ou menos salientes com métricas também mais ou menos definidas. É fácil observar o predomínio dos elementos de percussão, sem ignorar a importância da polifonia da voz e dos instrumentos de sopro e corda (PINTO, 2001). Repertórios de música afro-brasileira, músicas regionais folclóricas tais como a ciranda e diversos sambas são exemplos de músicas que exploram com abundância o ritmo. Resultados relativamente recentes (CARLSEN; WITEK, 2010) obtidos no Instituto de Musicologia da Universidade de Oslo/Noruega relacionaram a complexidade do ritmo ao estímulo de dançar. Como resultado secundário obtido a partir dessa pesquisa, demonstrou-se que a batida ritmada do som cria a sensação de previsibilidade e expectativa, ambas fontes de emoção.

É bem conhecido na Biodanza, o poder das músicas de ritmo euforizante com melodia alegre e envolvente que possuem ação estimulante sobre o sistema simpático fomentando a motricidade, trazendo a consciência da realidade e gerando vivências integradoras (TORO, [entre 1990 e 2009d]; PAGÉS, 1995; PERALVA, 2005). As músicas ritmadas e rápidas estão relacionadas preliminarmente à exercícios na linha da vitalidade, promovendo deslocamento que geram calor, transpiração, riso e liberação da respiração. Dentre os exercícios dessa linha, podemos destacar o caminhar sinérgico e fisiológico, as rodas inicial e final, roda progressiva, roda eurrítmica, roda guerreira, jogos construtivos e conectivos, danças com ritmos tropicais (samba, batucada, cumbia e ciranda) e sincronização rítmica, entre outros.

Como bem afirma Toro (2005), o ritmo também pode ser usado para alcance do transe coletivo ou individual com alto poder de cura e eficácia. Cerimônias de transe e renovação existencial são milenarmente conhecidas. O som dos tambores ou outros instrumentos de percussão musicais possibilitam a entra-

da nos passos de dança marcados com os pés, tais como a afro ou outras com o mesmo fim, onde o ritmo exerce papel principal. Pessoas permitem-se abandonar ao êxtase com perda circunstancial da identidade e integração à totalidade. Em danças sagradas, o fenômeno do movimento sempre se deu por um encantamento de integração com o cosmos. Atingindo o ápice, dança e música são inseparáveis, o corpo se transforma em música, fenômeno denominado por Toro como mediunidade musical.

Por ser um exercício básico de comunicação afetiva, as rodas estão sempre presentes na Biodanza, seja iniciando, finalizando ou incluídas ao longo das sessões. Enquadradas prioritariamente nas linhas da vitalidade e afetividade, provocam a integração preliminar e a intimidade entre o membros do grupo. Os participantes ficam de mãos dadas e na posição da roda, se permitem trocar olhares, simulando o encontro da comunidade humana, que instintivamente já fazia uso dessa formação desde tempos imemoriais. A roda representa uma mandala simbolizando um espaço de transformação (GODOY, 2008). Os participantes se deixam levar então pelo ritmo da música girando muitas vezes, marcando o pulso com os pés. Quanto mais perceptível e saliente o ritmo, melhor a sincronização com o ritmo biológico.

Não apenas nas rodas, mas em geral nos exercícios da linha da vitalidade, a mensagem inserida na letra da música, permite integrar as sensações emocionais da percepção cognitiva com a mensagem transmitida. Usadas na ativação, inicial ou final da sessão, a letra tem um impacto positivo especial usando temas de otimismo, leveza, alegria e esperança. É comum observarmos nessas rodas, os participantes estarem em estado de muita alegria e animação, cantando juntos toda a letra da música proposta ou ao menos, os refrões. O fato de cantar também envolve um nível a mais na ativação fisiológica por ativar o córtex cerebral referente a linguagem. A integração das emoções à ação

se encontra movida a partir de uma mensagem musical que permite a manifestação coerente do movimento junto às sensações geradas pelo som (PAGÉS, 1995). Em termos neurológicos, a passagem do ritmo à melodia é similar à travessia emocional do instinto à emoção (PERALVA, 2005). O ritmo então é o elemento predominante nas músicas utilizadas para rodas destacando-se em especial os sambas como por exemplo “Canta, canta minha gente” e “Vai ou não vai” de Martinho da Vila, além de muitos outros.

Além das rodas, o caminhar em Biodanza é um exercício básico na metodologia proposta por Toro (INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION, 2012) e também está vinculado aos exercícios da linha da vitalidade. Existem vários tipos propostos de caminhar que se relacionam ao objetivo o qual propõe o facilitador. A aprendizagem do caminhar tem uma condução antes metafórica que física, sendo a expressão notória da atitude do ser humano frente a vida. É um modo de expressão existencial, a procura por integrar-se ao mundo seguindo em direção as suas realizações pessoais e à plenitude. Nessa busca, a música ritmada “pede” um caminhar com todo o corpo. O objetivo geral é o de aumentar a integração motora e acentuar o sinergismo espontâneo entre braços e pernas. Muitas são as músicas sugeridas para o caminhar. No entanto, damos aqui especial destaque ao jazz nascente, originário da cidade de New Orleans/EUA, com origens entre 1916-1925 destacando-se os grupos Tradicional Jazz Band, Dixieland Jazz Band, Antiqua Jazz Band e The New Orleans Banjo Band com músicas tais como “Doctor Jazz” e “Hello Dolly” (Tradicional Jazz Band), “Sweet Georgia Brown” e “The Darktown Strutter’s Ball” (The New Orleans Banjo Band). A primeira vista, pode soar estranho que o jazz possua realmente o embrião rítmico necessário ao caminhar mas vale salientar que não trata-se do jazz contemporâneo e sim dos primeiros conjuntos embrionários do estilo citado, possuidores

de um ritmo inequívoco. As músicas utilizadas são em geral, instrumentais com ênfase aos instrumentos de sopro (trompete e saxofone) que estimulam em suas notas, a motricidade. Além dessas músicas, destacamos ainda as brasileiras tais como “Andar com fé” e “Toda menina baiana” (Gilberto Gil), “Esperando na janela” (Targino Gondim) ou as internacionais “I’m yours” (Jason Mraz) e “Caminando por la Calle” (Gipsy Kings).

Os jogos têm um papel fundamental na ativação das sessões de Biodanza, importantes na linha da vitalidade, afetividade e criatividade. Alegres e descontraídos promovem a integração do grupo, alegria de viver, o experienciar do lúdico, a ativação da atenção e a liberação da auto-expressão, entre outros objetivos. A prática de jogos conduzem o participante a desenvolver aspectos humanos próprios tais como o sinergismo, autorregulação sistêmica e expressão espontânea de sentimentos e emoções (CARVALHO; FILIZOLA; LELLIS, [2013]). Diversas músicas utilizadas nos jogos lúdico-vivenciais são categorizadas como infantis e trazem um arcabouço referenciando lembranças da fase de infância/adolescência e podem deflagrar vivências singulares. São exemplos de músicas infantis utilizadas nos jogos: “O passo do elefantinho” (Trio Esperança), “O sapo não lava o pé” (A galinha pitadinha), “O carimbador maluco” (Raul Seixas) e “Farofa-fá” (Orquestra e Coro Carroussel). Outras ainda, não infantis, possuem temática alegre, leve e divertida. São exemplos de músicas para este segmento: “Isso aqui tá bom demais” (Dominguinhos), “Bicharada” (Chico Buarque), “Theme the Pink Panther” (Quincy Jones) e “Fazendo música, jogando bola” (Pepeu Gomes), apenas para citar algumas.

Destacamos aqui detalhes importantes na escolha musical que o facilitador deve atentar ao preparar sua aula. A mesma música pode apresentar diferentes versões, dois ou mais intérpretes, que nos dois casos pode vir a alterar completamente a

proposta da linha de vivência a qual se propõe. Este é o caso da música “I don’t worry, be happy” interpretada por Bob MacFerrin, que traz um contexto de leveza, alegria e puro ritmo sendo adequada ao caminhar na linha da vitalidade/afetividade. No entanto, a mesma música na versão de Martinália nos leva a uma temática musical na linha da sexualidade por ter sido criada uma alteração leve no ritmo, que tornou-se mais cadenciado o que provoca a ideia de sinuosidades. Tal ocorrência é mais comum do que se imagina e é importante estar atento para que na hora da escolha da música, seja igualmente selecionada a versão exata que se pretende usar.

É comum os facilitadores empregarem para o momento regressivo da curva, músicas eruditas tais como sinfonias, sonatas, concertos ou mesmo peças avulsas de compositores diversos. No entanto, outros tipos de músicas, não menos belas são corriqueiras no uso de exercícios determinantes. Podemos destacar “Because” (The Beatles) no exercício Segmentar de pescoço, “In a sentimental mood” (Duke Ellington e John Coltrane) para a Extensão Máxima, “Oxygène, parte I” (Jean Michel Jarre) para o Caminhar em Câmara Lenta (ou Caminhar do Astronauta) e por fim, o eminente Zamfir com “Thais” no exercício Batismo de Luz. É impossível separar a estrutura musical da emoção sutil que a transporta. A melodia incorpora o valor afetivo, comunicante, doce ou sensual. A música é sem dúvida alguma, o mediador entre a emoção e o movimento corporal (PERALVA, 2005).

Como mais um exemplo de momento regressivo, citamos a peça romântica de Franz Liszt, “Liebestraum”, Notturmo S 541, nº 3 in As-Dur-Liebestraume indicada pela International Biocentric Foundation (2012) para a dança expressiva melódica livre, exercício enquadrado na linha da criatividade. Essa dança tem por objetivo desenvolver a expressão e a capacidade de inovar,

se manifestando com abertura peitoral nos movimentos sutis e pulsantes dos braços, modulação sensível de tonicidade em mãos e punhos. Ao ouvinte atento, a apaixonante e melancólica música de Liszt comunica-se emocionalmente por meio de sistemáticas violações de expectativas que ocorrem no domínio do piano. O tema principal vai crescendo lentamente, preparando-nos para o auge da peça pautado por acordes e uma dinâmica forte. Ocorre ao longo da música, alternância de tonalidades até que Liszt aumenta a velocidade e conduz-nos até ao clímax da peça seguido por uma outra cadência, bastante técnica, que devolve a dinâmica e retorno ao tema inicial da obra (ALVES, 2017). É evidente a repercussão corporal da peça no exercício proposto. A magnífica peça de Franz Liszt apresenta picos de deflagração que são hiatos de entrega, de abertura do inconsciente que se revelam como oportunidades únicas ao longo da música. O convite é a abertura peitoral, movimentos ondulantes de braços e mãos e o mergulho no som aveludado do piano envolvendo um abandonar-se ao movimento sequencial das notas. Dependendo da linha de vivência proposta, a música escolhida pode ter maior ou menor número de picos de deflagração vivencial.

O exercício conhecido como Posição Geratriz de Valor, na linha da Transcendência, tem por objetivo potencializar a identidade e deve ser realizado com músicas cuja essência reflita energia Yang conjugando expressividade ampla de força, coragem e determinação. Nos exercícios de transcendência, é trabalhado o harmônico, o ilimitado, o oceânico e eterno (GODOY, 2008). A música mais utilizada para este exercício é “Assim falou Zaratustra” de Richard Strauss (SANTOS, 2009). Um tema ousado gerando uma prolepse com uma sequência simples de três notas tocadas por um trompete que consegue trazer a ideia do eterno, do profundo e cheio de significado, dando ênfase a harmonia com a combinação simultânea de sons (BLANC, 2010). E em perfeita sintonia com a música, os participantes

desse momento mágico, são convidados a se colocar na postura orientada pelo exercício que propõe o transcender, assumindo a grandiosidade de si mesmo.

Destaca-se a notória sinergia entre música-movimento-vivência quando supomos aplicar o mesmo exercício com músicas diferentes. Por exemplo, o exercício de auto-acariciamento de mãos (carícia das próprias mãos) pode ser trabalhado com o grupo na linha da afetividade ou na linha da sexualidade. No primeiro caso, o exercício pode ser realizado com a música *Adagio - Concerto em re menor para Oboé, arcos e BC - 2, SF 935* promovendo uma profunda conexão consigo mesmo e o despertar do prazer para o auto-cuidado. Música mais conhecida do compositor barroco Marcelo Alessandro (1669-1747) tem como instrumento principal o oboé, instrumento de sopro que com seu toque melancólico e doce nos leva a um profundo processo de introspecção. Por outro lado, se a linha a ser trabalhada for a da sexualidade, pode ser utilizada a música *Allouette* (Denise Emer) onde a melodia e a harmonia criadas geram outra nuance no exercício, dessa vez, na linha da sexualidade. Pode-se ainda variar o exercício para acariciamento de mãos a dois. A consigna e a demonstração do exercício pelo facilitador, igualmente desempenha papel de importância. Considerados também agentes desencadeadores secundários do processo vivencial, conduzem através da palavra e movimentos, a postura inicial dos participantes frente ao exercício e conseqüentemente, a geração da expectativa de execução. Portanto, o mesmo exercício com diferentes músicas terão respostas heterogêneas. Indo mais além, uma música vinculada a determinado exercício, produzirá em cada membro do grupo, vivências afins com matizes e intensidades completamente diferentes. É válido afirmar ainda que cada indivíduo tem a sua percepção musical própria e dessa forma, apresentará feedback emocional e cognitivo igualmente

diverso. As estruturas cerebrais, glandulares e nervosas que traduzem as emoções as quais a música atingiu são as mesmas. No entanto, cada Ser responde diferente às sonoridades apresentadas. Essa riqueza de respostas emocionais e os sentimentos dela resultantes, entre outros aspectos, é o que gera a grande riqueza do processo da Biodanza.

A proposta da metodologia trazida por Toro estabelece que os exercícios sejam realizados pelos participantes, de preferência, em silêncio, para que o sentir seja evidenciado, calando-se o lado racional do cérebro e facilitando o acesso ao estado vivencial. Exceto em determinados momentos, tais como o relato verbal (no início da sessão) ou em exercícios específicos onde a expressão oral é incentivada.

Segundo Rocha (2005), embora a voz em Biodanza não tenha o devido destaque, seu uso deve ser incentivado por ser uma via distinta da entrega à emoção. É também um meio de dissolver as couraças que causam tensões corporais. A voz tem seu papel em exercícios integrados a movimentos pélvicos, abdominais, diafragmáticos, peitorais e cervicais alinhados em perfeita sintonia com braços, pernas, pés e mãos revelando nos exercícios corporais a expressão e emoção.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo possui a prerrogativa de levantar a ponta do véu que cobre os mistérios da ação da música na Biodanza relacionando-os às emoções que afloram nas sessões no âmbito das diversas linhas de vivência. Não é nossa pretensão cobrir os vastos aspectos da semântica musical e sim semear conhecimentos recentes na área da Neurociência para colaborar na brilhante metodologia proposta pelo mestre Rolando Toro Araneda.

Independente da cultura a que pertença, pudemos perceber que a música é capaz de provocar calafrios, lágrimas, risos além de muitas outras sensações emocionais. Talvez não tenhamos ainda as ferramentas que nos possibilitem detectar com clareza, ao examinar uma peça musical, quais são os elementos nela presentes que provocam o torvelinho de emoções suscitados na prática da Biodanza. A escolha das músicas ainda não pôde alcançar a análise em particularidades minuciosas, cabendo esse requinte unicamente aos gênios da composição ou estudiosos da musicologia. Tais particularidades contemplam reações químicas emocionais aos intervalos e linhas melódicas, à perfeição da quinta ou mesmo à harmonia das oitavas, não sabemos. No entanto, fica demonstrado a eficácia da Biodanza desde o início de sua aplicação.

Concluiu-se ainda que a integração de áreas corticais do cérebro e sistema límbico faz com que a emoção seja influenciada diretamente pelo seguimento musical. A capacidade da música despertar emoções, apesar de ter sido amplamente estudada, merece ainda a continuidade de pesquisas mais detalhadas para desvelar o quanto o cruzamento das ações corticais que envolvem a música e emoções pode ser algo íntimo e pessoal. Apesar do aumento crescente do número de pesquisas em Neurociência da música na última década, há ainda muitas perguntas sem respostas.

O estudo da semântica musical em Biodanza é crucial para que o facilitador, de posse desse admirável recurso possa trabalhar com as nuances musicais, combinando acuradamente a música com o movimento e gerando assim a tão almejada expansão de consciência e harmonia do ser humano.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Eliana. Os sete poderes transformadores da Biodança. Revista Pensamento Biocêntrico, Pelotas, n. 12, p. 81-94, jul./dez. 2009.

ALVES, Bianca. “Liebestraum nº 3”, de Franz Liszt. In: DEPARTAMENTO DE LÍNGUAS DO COLÉGIO LUSO-FRANCÊS. Grupo de Português. Lusografia, Porto, PT, 8 jul. 2017. Disponível em <<http://lusografias.lusofrances.pt/liebestraum-no-3-de-franz-liszt/>>. Acesso em: 25 jul. 2020.

BLANC, John. Nova Visão - Assim Falou Zaratustra – Strauss. In: BLANC, John. Música clássica por John Blanc, São Paulo, 7 maio 2010. Disponível em: <<http://concertosincero.blogspot.com/2010/05/quem-decide-agora-e-voce-mes-de-abril.html>>. Acesso em: 30 mar 2020.

BRUSCIA, Kenneth E. Definindo musicoterapia. 3. ed. Dallas: Barcelona Publishers, 2016.

BUCHER, Hannelore. Harmonia funcional prática: uma abordagem natural para desfazer o mito da complexidade da harmonia. Vitória: Editora O Autor, 2001.

CARLSEN, K; WITEK, M. A. G. Simultaneous rhythmic events with different schematic affiliations: microtiming and entrainment in two contemporary R&B grooves. In: DANIELSEN, Anne. (Ed.). Musical rhythm in the age of digital reproduction. Abingdon: Routledge, 2010.

CARVALHO, Noeme; FILIZOLA, Mônica; LELLIS, Cristina. Jogos de expressão para grupos em geral. Brasília: Edição das autoras, [2013].

COTTE, Roger J. V. Música e simbolismo: ressonâncias cósmicas dos instrumentos e das obras. São Paulo: Editora Cultrix, 1988.

CRUZ, Sérgio. Especialização Biodanza e voz: a dança, música, canto e a arte de ser - abordagem teórico vivencial - módulo I. Revista Pensamento Biocêntrico, Pelotas, n. 18, p. 7-57, jul./dez. 2012.

THE DEVELOPMENT OF MUSIC MADE VISIBLE - HALO DRUM. Cymascope, Carlisle, [201-?]. Disponível em: <https://www.cymascope.com/cyma_research/musicology.html>. Acesso em: 29 jul. 2020.

GODOY, Maria Tereza Búriço Marcondes. Critérios para a seleção de músicas em Biodanza. Revista Pensamento Biocêntrico, Pelotas, n. 9, p. 135-143, jan./jul. 2008.

GROUT, Donald J.; PALISCA, Claude V. História da música ocidental. 6 ed. Lisboa: Gradiva, 2014.

GUERGUEN NETO, Francisco. Dinâmica de grupos: processo, facilitação e biodança. Porto Alegre: Editora Calábria. 2009.

INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION (IBF). Lista oficial de exercícios, músicas e consignas. Brasil: IBF, 2012. Apostila do curso de formação docente em Biodanza.

KANDEL, Eric R. et al. Princípios da Neurociência. 5. ed. Porto Alegre: AMGH Editora, 2014.

LEVITIN, Daniel J. A música no seu cérebro: a ciência de uma obsessão humana. 2. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.

LISZT, Franz. Liebestraum nº 3. Intérprete: Bianca Alves. In: DEPARTAMENTO DE LÍNGUAS DO COLÉGIO LUSO-FRANCÊS. Grupo de Português. Lusografia, Porto, PT, [c1850]. Disponível em <<http://lusografias.lusofrances.pt/liebestraum-no-3-de-franz-liszt/>>. Acesso em: 25 jul. 2020.

MED, Bohumil. Teoria da música. 4. ed. Brasília, DF: Musimed, 1996.

MEYER, Leonard B. Emotion and meaning in music. Chicago: The University of Chicago Press, 1992.

OVERY, K.; MOLNAR-SZACKACS, I. Being together in time: musical experience and the mirror neuron system. Music Perception, California, v. 26, n. 5, p. 489-504, June 2009.

PAGÉS, Carlos. Biodanza e música. Cadernos de Biodanza, Porto Alegre, n.2, 1995.

PERALVA, Anna Cristina Menezes. Os sete poderes transformadores da Biodanza. 2005. 93 f. Trabalho apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Facilitador de Biodanza, Associação Escola de Biodanza Rolando Toro, International Biocentric Foundation, Rio de Janeiro, 2005.

PINTO, Tiago de Oliveira. Som e música. Questões de uma antropologia sonora. Revista de Antropologia, São Paulo, v. 44, n. 1, p. 222-286, 2001.

ROCHA, Lilian Rose Marques da. Gráficos [mensagem pessoal]. Mensagem recebida por <ritasurrage@gmail.com> em 14 maio 2020.

ROCHA, Lilian Rose Marques da. Semântica musical. 2013. Notas pessoais de aula do curso de formação docente em Biodanza da International Biocentric Foundation.

ROCHA, Lilian Rose Marques da. Voz e poesia: a linguagem poética da biodanza. 2005. 56 f. Monografia apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Facilitador de Biodanza, Associação Escola de Biodanza Rolando Toro, International Biocentric Foundation, Porto Alegre, 2005.

ROCHA, Viviane Cristina da; BOGGIO, Paulo Sérgio. A música por uma óptica neurocientífica. *Per musi*, Belo Horizonte, n. 27, p. 132-140, jan./jun. 2013.

SANTOS, Maria Lúcia Pessoa. Biodanza, vida e plenitude: metodologia e aplicação. Belo Horizonte: Edição da autora, 2009.

STEWART, R. J. Música e psique: as formas musicais e os estados alterados da consciência. São Paulo: Cultrix, 1987.

STRAUSS, Richard. Assim falou Zaratustra. Intérprete: Orquestra Filarmônica de Berlim. In: BLANC, John. Música clássica por John Blanc, São Paulo, [c1986]. Disponível em: <<http://concertosincero.blogspot.com/2010/05/quem-decide-ago-ra-e-voce-mes-de-abril.html>>. Acesso em: 30 mar 2020.

TORO, Rolando. Aspectos fisiológicos da Biodanza. Brasil: International Biocentric Foundation, [entre 1990 e 2009a]. Apostila do curso de formação docente em Biodanza da International Biocentric Foundation.

_____. Biodanza. 2. ed. São Paulo: Editora Olavobrás; EPB, 2005.

_____. A dança da vida. Fortaleza: Associação Latino-Americana de Biodança, 1991a. (Coletânea de Textos Teoria da Biodança, Tomo I, Parte I).

_____. Estrutura unitária: música-movimento-vivência. Fortaleza: Associação Latinoamericana de Biodança, 1991b. (Coletânea de Textos Teoria da Biodança, Tomo II, Parte III).

_____. Metodologia II: a sessão de Biodanza. Brasil: [entre 1990 e 2009b]. Apostila do curso de formação docente em Biodanza da International Biocentric Foundation.

_____. Semântica musical. Brasil: [entre 1990 e 2009c]. Apostila do curso de formação docente em Biodanza da International Biocentric Foundation.

_____. A vivência. Brasil: [entre 1990 e 2009d]. Apostila do curso de formação docente em Biodanza da International Biocentric Foundation.

VIOTTI, Liliana. Biodança: uma nova linguagem. *Revista Pensamento Biocêntrico*, Pelotas, n. 6, p. 81-85, jul./dez. 2006.

WEIGSDING, Jessica Adriane; BARBOSA, Carmen Patrícia. A influência da música no comportamento humano. Arquivos do Mudi, Maringá, v. 18, n. 2, p. 47-62, jan. 2014.

WISNIK, José Miguel. O som e o sentido: uma outra história das músicas. São Paulo: Companhia das Letras, 1989.

ZATORRE, R. J.; BELIN, P.; PENHUME, V.B. Structure and function of auditory cortex: music and speech. Trends in Cognitive Sciences, [S.l.], v. 6, p. 37-46, Feb. 2002.

O RESGATE DA SEXUALIDADE SAGRADA: A DANÇA DE SHIVASHAKTI - DIÁLOGO ENTRE BIODANÇA E O NEOTANTRA

Clarissa Simões dos Reis

Ainda no início da década de 90, nasceu o trabalho intitulado Sexualidade Sagrada, obra idealizada pelas facilitadoras Sônia Reis e Isa Freire. Tomadas pelo sentimento contra-cultura subversivo e festivo da geração Woodstock, iniciadas na arte do encontro afetivo - Biodança e, mergulhadas em leituras como O Retorno da Deusa de Edward Whitmont e Deusa Interior de Jennifer Woolger e Roger Woolger, além dos estudos em Mitologia Grega como Eros e Psiquê. Naturalmente, como para a maioria de nós, também as experiências íntimas de prazer empobrecidas tiveram um significativo lugar na idealização e facilitação deste trabalho, partindo de uma motivação pessoal e se estendendo, solidariamente, ao outro, provavelmente igualmente insatisfeito e aquém de sua potência sexual.

Em 2001, as imersões de Sexualidade Sagrada foram suspensas devido a um acidente sofrido por Sônia. O trabalho, até 2018, passou a acontecer somente dentro das Escolas de Biodança do Brasil, quando em 2019, recebo o legado de Sônia, minha mãe, e Isa, nossa amiga. O propósito deste trabalho me toma o coração de sentido e passa a ser o meu tema de monografia e a minha “menina dos olhos”.

Eu, Clarissa Reis, idealizo-o a partir do que ele foi e, também, deixo nele a minha própria identidade, meu ineditismo,

mantendo as vivências de Biodança na íntegra e, agora, expandindo-o para uma conversa com a escola filosófica-espiritual do Tantra, bem como com as práticas da Terapia Tântrica Ocidentalizada ou do Neotantra. Então, o nomeio como o Resgate da Sexualidade Sagrada: Dança de ShivaShakti. O trabalho passa a ser oferecido para pessoas aprofundadas em Biodança, independentemente se essas eram vinculadas às Escolas e se torna o campo de pesquisa para meu trabalho de conclusão, o qual me daria o título de facilitadora de Biodança mais tarde.

Ao longo do trabalho nos deparamos com os conhecidos, sofridos e, infelizmente, não tão incomuns transtornos sexuais - frigidez, anorgasmia, impotência sexual, ejaculação precoce, compulsão sexual. No entanto, o que não esperávamos era o frisson e o íbope que receberíamos de alguns do nosso próprio coletivo. A resistência de alguns dentro da comunidade Biodanceira. Nesse sentido, o recorte deste trabalho privilegia os fenômenos que ocorreram na comunidade de Biodança. Para quem se interessar em conhecer os resultados e análise do trabalho vivencial dos participantes, sugiro a leitura da monografia O Resgate da Sexualidade Sagrada.

Considerando o público aprofundado em Biodança e, também, a proposta ousada de seu mentor Rolando Toro, logo de início, fomos surpreendidas com dificuldades que imaginávamos estarem superadas, indicando para nós sintomas de adoecimento neurótico como sentimentos de medo, vergonha e preconceitos. Os motivos para que isso ainda ocorra dentro da nossa abordagem estão explanados ao longo de nossas discussões e conclusões acerca do tema e do presente trabalho.

Cabe nesse momento lembrar da conceituação edificante da Organização Mundial de Saúde – OMS, quando se diz:

“A sexualidade é ‘uma energia que nos motiva a procurar amor; contato, ternura e intimidade, que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados, é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual; ela influen-

cia pensamentos, sentimentos, ações e interações e, por isso, influencia também a nossa saúde' ” (2014.1)2)3)4)

Nesse sentido, consideramos a sexualidade como fator determinante para a saúde humana, sendo incluída, pela própria OMS, como um dos aspectos fundamentais para a qualidade de vida. Para Toro (1991) sexualidade é a própria sacralização do amor. Toro entende que o tema da sexualidade deve pautar-se na percepção do feminino e do masculino como vivências essenciais e diferentes. O autor é um defensor do esforço ao reencontro do sentido sagrado da sexualidade, como emoção primitiva da conexão entre os seres. Através da harmonização e integração dos dois arquétipos – feminino e masculino –, da vivência do sujeito humano à experiência da deidade.

Eis o nosso objetivo geral do trabalho: restaurar o aspecto sagrado à sexualidade humana, concebendo-a como um modo de unir-se, o sujeito humano, à sexualidade cósmica, como um veículo para se alcançar o numinoso, bem como compreender os fenômenos reativos dentro de nossa coletividade.

1. Sexualidade: A Gênese da Vida e o Culto à Grande Deusa

Com o intuito de restaurar a sacralidade da sexualidade, vamos precisar problematizar a nossa cultura anti-vida, altamente castradora do nosso entusiasmo pela vida. Trago então uma preposição: Como está a relação do ser humano com a vida? Como a concebemos? Se é ela – a vida – quem nos concebe? A maior parte de nós vive num ambiente artificial nas grandes cidades. Longe dos bosques, do contato com um ar puro, dos riachos, dos pássaros, vivemos em verdadeiros cativeiros, nos quais tantas vezes somos bombardeados pelos meios de comunicação por notícias da pior qualidade: infanticídio, feminicídio, violência/assédio, corrupção, degradação do meio ambiente, entre tantas outras práticas anti-vida. O mesmo se dá, tantas vezes,

em roda de amigos, na intimidade do lar, nos espaços de trabalho, nas igrejas, filas dos mercados.

Sinto a presença do medo a ser instalado. Percebo reações defensivas e combativas. Nasce um corpo assustado, sem espaço vital, encolhido e encurtado e com sua capacidade de gozar a vida gravemente comprometida. Pergunto-me: concebemos a vida pelo seu avesso? (Sobre) Vivemos numa cultura que desqualifica, maltrata e sacrifica a vida? E o mais assustador: sentir num nível visceral, que existe uma certa dose de satisfação masoquista inconsciente, pré-consciente ou consciente no estilo de viver mortificado (Freud, 1972).

Porém, nem sempre foi assim. Longe do puritanismo hipócrita e da libertinagem adoecida de uma boderlização generalizada, a educação sexual para além do controle de natalidade e prevenção de doenças sexualmente transmissíveis, mas, sobretudo, incluindo, também, a conscientização de sua dimensão sagrada é a nossa alternativa segura para a vivência da sexualidade saudável e plena. Paradoxalmente (e para alguns é óbvio, para outros é retrocesso), poderemos avançar bastante acerca de nossa compreensão de sexualidade bebendo na fonte de nossa ancestralidade.

Em algum momento da história da humanidade, homens e mulheres viviam em maior harmonia entre si e integrados com a natureza. A relação entre religiosidade e sexualidade era estreita (Zeldin, 1996). O ser humano gozava de sua relação com toda a manifestação da natureza livre de sentimentos neuróticos, como a culpa e a vergonha.

De forma didática, faremos uma visita à história da sexualidade para compreender seu caráter sagrado vivenciado por nossos ancestrais e nossas alternativas de caminhos pelos quais podemos retornar a vivência da sexualidade espiritualizada.

No período paleolítico, quando se tem os primeiros registros do homo-sapiens, os casamentos aconteciam de forma coletiva. As crianças eram responsabilidade de todos do clã e não se sabia quem eram os genitores masculinos, mesmo porque não se sabia que os homens teriam alguma participação na procriação da espécie (Navarro, 2007).

Às mulheres era conferido o status de Deusas exatamente por sua capacidade misteriosa de gerar a vida. Assim, apenas se reconhecia a linhagem materna. Fertilidade era causa atribuída a elas e não havia nenhuma relação de entendimento entre sexo e procriação. Em tempos remotos, ainda no período paleolítico, os monumentos e esculturas com teor sexual, megalíticos representando a Deusa na figura da mulher de seios fartos e ancas largas, indicando sua fertilidade e, possivelmente, a relação com a corporeidade de forma consciente e natural (<https://pt.slideshare.net/cresac/a-sexualidade-no-tempo-1>)

Encontramos sincretismos do culto à Grande-Mãe nas sociedades mais diversas ditas primitivas, onde os rituais eram, essencialmente, sexuais: a Deusa Vênus de Willendorf; Ishtar da Babilônia; Isis do Egito; Astarte da Fenícia; Cibele, na Frígia; Inana, na Suméria; Nukua, na China; Yemanjá, na África; e Shakti, na Índia, para citar algumas. Múltipla e universal, era a Deusa entendida e reverenciada como a própria força propulsora de tudo que é vivo (Navarro, 2007).

Nessa época, a relação sexual acontecia entre pessoas de sexos opostos e de mesmo sexo. As chamadas orgias primitivas eram experienciadas sem tabus e seu exercício estava, essencialmente, vinculado ao prazer e à fertilização da terra, uma vez que se acreditava que tais relações nutriam os campos, fazendo-os frutificar, florir e chover, ou seja, as cerimônias sexuais eram verdadeiras oferendas à Deusa (Engelsman, 1979).

Foi assim até a idade do bronze, segundo Navarro (2007). A figura central mística e religiosa era a Deusa- Mãe, fonte de toda a vida, que provinha a todos as necessidades de alimento, ar, água, calor, abrigo, e belezas naturais. A fertilidade da terra estava profundamente relacionada à fertilidade da mulher, e vice-versa. Para as religiões primitivas, acreditava-se que as liturgias sexuais alimentavam a terra e a faziam prosperar (Shobinger, 1975).

Diferentemente do Deus-Pai punitivo, exigente e castrador, do paradigma religioso patriarcal que predomina, ainda hoje, nas mais diversas tradições religiosas, os povos arcaicos reverenciam a Deusa-Mãe, não como uma governante do mundo, senão o mundo em si mesmo. A experiência com a divindade feminina, segundo a religião natural (provinda da natureza), era de benevolência, generosidade, fartura, beleza e amorosidade (Bolen, 1984).

Atentas ao perigo de devastação dos animais, a agricultura surge como uma invenção feminina (Navarro, 2007), uma vez que perceberam que domesticar os animais seria mais seguro do que exterminá-los. Neste momento, já estava nascendo o período neolítico, quando reinava uma paz primitiva, pois sem a necessidade da figura de um homem caçador, seus atributos de força bruta não eram necessários e, portanto, não havia o sentimento de superioridade dos homens sobre as mulheres. As atividades econômicas eram verdadeiras oferendas à Grande-Deusa Natureza, em retorno honrado e grato a toda abundância por Ela manifestada a nós (Bolen, 1984).

Foram cerca de 15 mil anos de paz em nossa pré-história de raiz matriarcal, na qual as relações entre mulheres e homens eram simétricas e marcadas pela parceria, diferentemente do que possam acreditar aqueles enviesados pela lógica patriarcal, onde necessariamente um dominante (homem) explora outra dominada (mulher), segundo Tannahill (1983). Nessa atmosfera pacífica e colaborativa entre mulheres e homens, há que se ima-

ginar que a sexualidade vivenciada nesse período fosse bastante diferente do que observamos e vivemos nos tempos atuais.

E é nesse lugar das sociedades matrifocais, onde nasce o Tantrismo, na Índia antiga e profunda, a Índia Dravidiana, há mais de 7500 anos antes de nossa Era (Lysebeth, 1994). Nessa tradição esotérica proveniente do hinduísmo, o culto à Deusa-Mãe, a Grande Ancestral, a Shakti, iniciadora de toda a vida e encarnada por toda mulher. O Kaulâvalî-Tantra diz:

“É preciso reverenciar diante de qualquer mulher, seja ela no esplendor juvenil, seja velha, seja bela ou feia, boa ou má. Nunca se deve enganá-la, nem calúnia-la, nem fazer-lhe mal algum. Esses atos tornam qualquer siddhi (realização) impossível” (apud, Lysebeth, 1994, pg. 99).

A civilização matriarcal marcou toda a nossa pré-história, da bacia do Mediterrâneo à Índia dravidiana, nos períodos neolítico e paleolítico. A Deusa-Mãe ou a Mãe-Natureza personificada em toda a mulher - as sacerdotisas, magas, bruxas, feiticeiras, curandeiras, iniciadoras e sacerdotisas na arte de fazer amor, benzedeiras, entre outras, é a religião original da humanidade. São as mulheres as guardiãs dos segredos da natureza, daquilo que provê vida e saúde, além de compreender os abissais da alma humana. O Tantra é a religião viva, dotada de corpo, movimento, som, expressão, respiração, matéria, completamente de acordo com a religião original. Isto quer dizer que o Tantra é, essencialmente, feminino (Rajneesh, 1977). Na contramão está o Deus Pai das religiões e do paradigma patriarcal - dogmático, doutrinário, abstrato, colonizador e que intelectualiza Deus, O tornando separado de nós.

Ao contrário do que o leitor possa imaginar, o homem que participa do culto tântrico à feminilidade não necessita se

desvirilizar. Ele deve reconhecer a mulher como sua verdadeira iniciadora. Isso significa que nossos ancestrais primitivos tinham uma consciência absolutamente revolucionária, pela qual todo o homem (e toda a mulher também) devem passar por Ela (a mulher, a Deusa) para passar a ser, para passar a existir, para que o ser possa ter alma. Para se tornar um verdadeiro homem, ele precisará redescobrir sua feminilidade oculta e reprimida (Feuerstein, 1994).

2. Princípio Biocêntrico: Uma Disciplina Tântrica

Receio apropriações estrangeiras. Contudo, acredito que podemos nos inspirar em outras tradições, no nosso caso as orientais, para nos ajudar a encontrar e incrementar o nosso próprio método, a nossa própria tradição, a nossa própria cerimônia e nossos próprios rituais nativos, pelos quais possamos comungar de um sentido pessoal e coletivo. Inclusive e especialmente, no que concerne à sexualidade, uma vez que estamos à deriva no que diz respeito a nossa energia primordial sexual. Se não fosse assim, Rolando Toro não teria desenvolvido uma teoria e metodologia debruçando-se numa pesquisa antropológica ampla e intercambiante, criando um sistema de desenvolvimento humano sofisticadíssimo - A Arte do Encontro Afetivo: Biodança. Partimos dele e avançamos conversando com outros conhecimentos, inaugurando novos trabalhos vivenciais e integrativos.

Segundo Lloyd (1966, apud, Lysebeth, 1994), a primeira religião humana como experiência numinosa estava fundamentada na sexualidade e no culto à Deusa Mãe, face feminina do divino. Nossa aposta é que é por meio da religião original que poderemos reencontrar nossa verdadeira origem e, assim, pacificar os nossos seres e as nossas relações. Ao que tudo indica, o Tantrismo é o triunfo da religião raiz matrifocal, atravessando a Era do Patriarcado com bastantes perdas e adulterações, não

tenhamos dúvidas, e, ainda assim, permanecendo leal à devoção da Deusa Shakti (sem se esquecer do Deus Shiva), ao princípio do prazer transcendente vivenciado no corpo, que é percebido não como objeto de pecado, o qual devemos temer, mas aquele que é o instrumento de acesso ao Sagrado e templo absoluto de nossa alma nessa existência.

Em contraponto a uma cultura anti-vida, o Princípio Biocêntrico – PB, fundamentado por Rolando Toro, é a nossa bússola e o nosso mapa ao reencontro da religião primitiva, através do qual vamos nos encaminhando para um lugar, no qual podemos recuperar a satisfação pela vida, alocando-a em seu lugar central e, conseqüentemente, confirmando seu caráter sagrado, via realização da sexualidade plena e inerente a todos os seres viventes.

Segundo Cavalcanti e Góis (2015), PB é denominado por um estilo de sentir e pensar que toma como ponto de partida e como referência existencial, a vivência e a compreensão dos sistemas viventes. Este Princípio admite a existência de um universo organizado em função da vida - Biocosmologia, o que está totalmente de acordo com o culto à Deusa, com a nossa religião primária.

A filosofia do PB diz é que nossos movimentos, nossas danças, nossos encontros uns com os outros se manifestam como expressão da vida para nutri-la e fazer gerar ainda mais vida dentro da vida. Não visa alcançar objetivos antropológicos, sociais, políticos, econômicos ou religiosos. O universo, como totalidade, pode ser concebido como um sistema vivente, como um organismo pulsador de vida.

Sendo assim, ainda na visão de Toro (1991), através do PB, a consciência toma uma nova dimensão, no sentido de que se anima pela comovente, grandiosa e orgástica sensação de ser, de se relacionar: material de vida, contato, vinculação de energia viva com outras energias vivas. A consciência se incorpora de

emocionalidade-vivencial: nossos olhos extasiados pela beleza e graça de viver, nossa sensorialidade a experimentar o êxtase, nossos vínculos a se fortalecerem através de carícias verbais e corporais, e também pelas carícias a receber dos raios do sol, da brisa, da terra, do mar, ou seja, um estado de permanente cópula com o universo. A qualidade de nossa evolução consiste na disposição nata de nossos sistema viventes para entrar em fusão e permanente orgasmo com o cosmos - transcendência.

Diante do exposto, entendemos que a internalização do PB é a grande e melhor possibilidade de cura para uma cultura anti-vida, à qual estamos expostos. Este princípio entende que a vida se organiza em convivência e coexistência com o divino, pelo qual o sagrado se manifesta em qualquer situação onde a vida se faz presente. Os estudos sobre biologia celular, segundo o PB, são a própria manifestação do divino que revela a existência de uma verdadeira comunicação inteligente e amorosa entre as comunidades celulares ao integrarem ações bioquímicas de afinidade e cooperação, evidenciando um espírito francamente matrifocal. Em cada partícula, átomo ou molécula, está, ali, a consciência onipresente. A vida é fruto dessa inteligência afetiva e sexual (MOURA, 2017).

A vivência da sexualidade está presente em todas as espécies, em toda forma de vida, seja no acasalamento dos insetos, seja através da penetração das águas doces no oceano. Quanto à vida humana, se perpetua através do encontro entre dois seres, atraídos pela força de eros e pelo profundo pacto de amor entre duas células – o óvulo e o espermatozóide – quando ambos se unem no instante da concepção. Essa sabedoria biocósmica é anterior à cultura e gera os seres viventes (SANTOS, 2009).

Desse modo, podemos dizer que se estivermos sob a regência do PB, harmonizados com a nossa natureza, perceberemos que somos concebidos para eros, para a vida plena

de prazer, para o gozo de viver. A espécie humana é fundamentalmente sexual, capaz de conferir à sua sexualidade sentido maior que a procriação. Basta raciocinar que, na cadência razoável de dois contatos de relação sexual por semana, em vinte anos de relacionamento, teremos a grosso modo, dois mil coitos. Assim, uma mãe de uma criança, teria tido 1999 relações “inúteis” procriativamente, contra uma “útil”, ou seja, fecunda. Isso mostra o quanto a sexualidade humana não está vinculada apenas ao fim procriativo. O que queremos dizer é que a sexualidade é, sim, o instinto que garante a perpetuação das espécies; contudo seu sentido extrapola esse fim e se fundamenta, sobretudo, na experiência saudável da identidade humana. É, portanto, um eixo estruturante do psiquismo e da identidade humana: a graça de viver virtuosamente, em plenitude e alegria.

Nosso mestre Rolando (1991) afirma imperativamente que a energia erótica é energia cósmica que gera vida. Todas as vezes que pudermos nos relacionar eroticamente estaremos nutrindo todo o cosmos, prestando um serviço que gera vida. Com muita segurança podemos aproximar o PB à filosofia tântrica e às demais religiões primitivas que tinham como figura central de seu culto à Deusa.

Dito isso e para fins deste trabalho, ainda em se tratando de um revolucionário e profundo resgate da sacralidade da sexualidade, se faz necessário conhecermos e integrarmos nossas partes ainda ocultas de natureza feminina e masculina. Tanto as mulheres reivindicarem o tanto de masculino que as habita, conferindo-lhes essa força misteriosa da virilidade, da capacidade de penetrar todo o universo com seu yang; quanto os homens acolherem o quanto de feminino há em si. O quanto podem ser doces, pacientes, ternos e amáveis e, assim, penetrar em uma mulher, e na vida, a partir de seu eros feminino, com triunfante vitalidade (Toro, 1991).

Reencontrar o sentido sagrado da sexualidade é, por assim dizer, nos reconciliarmos com a nossa emoção primitiva, doce e impetuosa da conexão. A dessacralização do sexo é uma resposta à dissociação afetivo-sexual promovida por uma cultura anti-vida, que faz conflitar atributos complementares, dicotomizando e fazendo duelar homens e mulheres e, também, as forças feminina e masculina dentro de nós e em nossas relações uns com os outros.

Sempre que um homem entra em contato com sua contraparte feminina, que representa um aspecto da vida não vivenciado nem percebido por ele, excluído de sua atitude consciente, ele se abre para sua feminilidade latente, e a mulher, para sua masculinidade latente. O caráter unilateral de sua vida é abandonado, seu ser total se enriquece, e isso é muito importante para seu caminho evolutivo. A feminilidade que o homem experimenta por intermédio, de e graças a uma mulher objetiva, e às forças inconscientes de seu psiquismo, está mais profundamente enraizada no domínio da realidade do que as forças masculinas, embora estas operem em conjunto com aquela. Quando as forças masculinas a combatem, há o perigo de perder contato com as camadas mais profundas do ser (Guenther, 1979).

Em nosso próximo tópico, estaremos a discorrer sobre o formato que se deu o nosso trabalho O Resgate da Sexualidade Sagrada; como viabilizamos o intercâmbio entre Biodança e a Terapia Tântrica, com suas ferramentas de massagens e meditações, e quais suas implicações.

3. Biodançando e Tantralizando: divergindo, convergindo, avançando e integrando

Biodança é um sistema de integração e desenvolvimento humano, renovação orgânica, reeducação afetiva e de aprendiza-

gem das funções originárias da vida, segundo a definição de seu próprio autor, Rolando Toro (1991). Sua metodologia consiste em induzir uma sequência de danças que desenham uma curva orgânica auto-reguladora através de movimentos de ativação e regressão, onde a arte do encontro humano deflagrado pela música e pela dança proposta é vivenciado como uma experiência plena de sentido existencial. Uma vivência de Biodança é facilitada contando com o modelo teórico e metodológico e prescrita conforme os objetivos do que se quer trabalhar e alcançar.

Sendo assim, as vivências de Biodança foram pensadas, sentidas e facilitadas assumindo o potencial das cinco linhas de vivências - vitalidade, sexualidade, afetividade, criatividade e transcendência, porém com endereço especial à sexualidade - o despertar do desejo, de modo a criar maior sensibilidade aos estímulos de prazer em todo o corpo através da sensualidade e erotismo, ampliando a capacidade orgástica.

“Para desenvolver muito bem o trabalho da linha da sexualidade é necessário compreender sua relação com a vitalidade (conservação da vida); com a criatividade (expressão do desejo e sedução); com a afetividade (capacidade de empatia); e com a transcendência (entrega e abandono do ego)”. Toro e Terren, Curso de Especialização em Sexualidade, Erotismo e Amor no Distrito Federal (junho, 2018).

Iniciamos o trabalho numa sexta-feira à noite, de forma cerimoniosa, com uma vivência de Biodança. O salão de vivência ganhou um áurea de templo religioso, dispendo de imagens hindus como Shiva Nataraja (Deus da Dança), Lacksmi (Deusa da prosperidade e da beleza), a trindade hindu Shiva, Parvarti e Ganesha; decoração com panos de seda; mandalas; incenso e essências; velas; oferendas de frutas e flores. Todos dispostos periféricamente, de forma a priorizar o espaço interno do salão.

Minha mestra mãe e eu vestimos roupas confortáveis, e também, dotadas de elegância, dando um atmosfera solene, nos identificando com as sacerdotisas da Deusa (Qualls-Corbett, 1990). Ela costuma estar toda de branco e eu, em tons de dourado e rosa.

Iniciamos com uma roda de compromisso, onde cada participante se dirige ao centro da roda e verbaliza sua promessa em ser uma guardiã e um guardião da sexualidade sagrada, honrando nossa capacidade inerente que dispomos em viver a vida em júbilo e contentamento. As palavras de cada participante são próprias de sua subjetividade, mas o compromisso é pessoal, coletivo e único, no sentido de criar um clima de de atenção, presença, cuidado e vigilância com o tema, que é caro a todos nós e devemos, portanto, nos responsabilizar por ele, uma vez que é facilmente corrompido com atitudes levianas, pudicas e vulgares.

Abrir um trabalho à noite e lançando uma promessa, também remete ao mistério no nosso feminino profundo expresso no período negro da noite, mais fria, mais úmida, enluarada, provocando, estimulando e acordando as profundezas ocultas de nosso inconsciente. Esse ato de compromisso mobiliza nosso ser inteiro, muitas vezes, revelando nossos temores e ansiedades com o tema e, simultaneamente, excitação, interesse genuíno e disponibilidade ao amor indiferenciado.

É muito pertinente não incorreremos no risco de romançar esse trabalho, uma vez que é na nossa sexualidade onde residem os nossos maiores segredos, feridas e contradições; onde moram conteúdos de nossa sombra que não gostamos nem ao menos fazer uma visita rápida, quiçá conhecê-los intimamente. Talvez esse dado não seja nada publicitário ou comercial, mas a verdade é que a longa jornada rumo à origem da sexualidade – sua sacralidade –, exige de nós encararmos as feras aterrorizantes que moram nos abissais de nossa alma.

A integração afetiva, que é o grande carro-chefe de todo o trabalho em Biodança, facilita o acolhimento do material sombrio, para o qual precisamos evocar toda a nossa capacidade de compaixão conosco mesmos e com os demais. Adentramos um portal e chegamos num ambiente de absoluta proteção, permeado pelas virtudes da amorosidade, benevolência e cooperação.

Nos próximos dias, já pela manhã, também abrimos os trabalhos com as rodas de Biodança num clima de alegria impulsionado pelo dia ensolarado próprio do planalto brasileiro, em meio a vegetação nativa do cerrado, movidos pela consciência masculina do dia. Há muitas brincadeiras, jogos lúdicos nesse momento, uma vez que brincar é algo levado muito a sério por nós nesse trabalho, pois é um grande ato de sexualidade despreziosa, leve, bem humorada, irreverente e, assim, vamos nos autorizando a ousar, a nos tocar mutuamente com maior naturalidade, a explorar os nossos corpos numa aventura entusiasmante das zonas erógenas através da virtude da inocência.

Percebemos também a grande necessidade de se trabalhar a força da identidade através de danças como grito/canto do nome, caminhar com determinação, dança de oposição harmônica, dizer NÃO - estabelecer limites, dança da semente e alguns desafios do minotauro como dança de liberação-opressão, pois entendemos que o tema da sexualidade exige o amadurecimento de uma identidade adulta que se autoriza a gozar a vida desafiando todos os mandatos culturais de efermidade, sejam eles velados e subliminares, sejam escancarados.

A busca de prazer ativo e engajado, quando a pessoa torna-se adulta e capaz de protagonizar seu erotismo e sensualidade, quando ela sabe comunicar como e onde quer ser tocada ou estabelecer os limites que se fizerem necessários dentro de uma experiência sexual, compõe uma vivência ego-sintônica. O

oposto psicológico a essa posição ativa de luta e fuga é a regressão infantil, na qual a necessidade ou o desejo sexual não é mais imperioso (LOWEN, 1982).

As danças que para sua maior potência pedem o desnudamento, como: samba a cinco; sopro sobre o corpo; gozo cines-tésico; dança da serpente; acariciamentos diversos; percepção do outro com os cinco sentidos foram cuidadosamente costuradas dentro da vivência, considerando a progressividade tão característica do rigor da metodologia em Biodança. De forma criativa e prevenindo dogmas que mortificam a vivência com o sagrado, dispomos de recursos que nascem no aqui e agora do momento vivencial para que o ato de se desnudar pudesse acontecer dentro de um rito religioso tão qual os nossos ancestrais faziam quando a religião original, provida de sexualidade, era cultuada. Nesse momento, cada peça de roupa retirada representava algo mais íntimo e simbólico - um gesto de desnudamento da alma: desnudar-se do medo, das dores, da violência, dos nossos vícios egóicos - vaidade, arrogância, orgulho, sentimento de menos-valia, entre outros, conforme a vontade manifesta de cada participante.

Pudemos dançar nossas polaridades feminina e masculina através das danças de expressão da feminilidade e da masculinidade; danças de sedução das mulheres e dos homens; dança de integração yin-yang; danças sequenciais do amor, num nobre gesto de harmonização e integração de nossos opostos complementares tão costumeiramente conflitantes em nossa civilização dicotômica. Algumas danças são citadas, aqui, apenas para fins de visualização para o leitor, que jamais alcançará, como bem sabemos, o esplendor da experiência vivida.

Esse recorte das vivências de Biodança é, notadamente, desenhado e facilitado para um grupo de aprofundamento. No entanto, fomos surpreendidas por alguns sintomas neuróticos e

normativos de quem esteve fora do salão de vivência. Sabemos que um trabalho desse porte começa muito antes do que a data oficial anunciada do trabalho de imersão, e seus desdobramentos podem reverberar para a posteridade. O que não imaginávamos era toda a repercussão para além daqueles que vivenciaram o Resgate da Sexualidade Sagrada - Dança de ShivaShakti.

Ficamos também admiradas com o movimento dentro da própria comunidade de Biodança, em sua maioria, facilitadores, didatas e diretores, chegando a envolver algumas “autoridades”, se é que assim podemos chamar pessoas de prestígio dentro do movimento de Biodança, uma vez que não dispomos de cargos, hierarquia, subordinados, salários e nada ao que se refere à ideia de carreira ou ao mundo organizacional. É verdade que recebemos apoio e incentivo, também, de muitos – a maioria, felizmente – em todo o país.

O alvoroço e a preocupação em torno do trabalho deuse devido ao intercâmbio de conhecimentos e práticas entre as duas abordagens: Biodança e Terapia Tântrica. As possíveis massagens nas genitálias eram e são, sem dúvida, o maior temor. Além de todo o estigma e corrupção que sofre a palavra “Tantra” estando tão próxima ao nome da Biodança. Qual seria o custo deste consórcio? Entro nesse campo porque a controvérsia sobre o tema é, com muita certeza, uma fonte de pesquisa riquíssima.

Ora veladamente, ora explicitamente, recebíamos acusações a respeito de nossa “afronta” em unir duas abordagens que, segundo entendimento dos que não compreendem ou simplesmente resistem, não convergem. Um dos pontos centrais da discussão era a polêmica quanto ao controle da ejaculação estimulado pelo universo tântrico e a suposta defesa de Rolando em relação às respostas naturais e reflexas do corpo. A crítica era fundamental: o problema da domesticação do corpo. Recebemos também a atribuição de estar alterando a própria curva

da vivência de Biodança, comprometendo por sua vez, o próprio modelo teórico, pois como caberia a metodologia da terapia tântrica dentro de uma vivência de Biodança que dispõe de sua própria metodologia?

A possibilidade de toque nas genitálias gerou um grande frenesi. Algumas inferências, inclusive, em relação à suposta falta com a virtude do respeito e a ofensa desse ato dentro de uma vivência de Biodança. Por fim, foi provocado um abaixo-assinado com o objetivo de retirar Sônia Reis do cronograma dos módulos da Escola de Biodança, Escola que ela mesma fundou pela confiança de Rolando Toro em março de 2005, com a motivação de estar com o seu nome “maculado” por estar envolvida com um trabalho que faz dialogar duas propostas que seriam divergentes. O que, possivelmente, denuncia uma rivalização das abordagens que trabalham com desenvolvimento humano, mas não apenas isso, como a rivalização entre os próprios facilitadores, ainda que algumas verdades nos custe admiti-las.

De certo, quem assinasse tal documento estaria logo, também, posicionando-se contrariamente ao nosso trabalho. Muito pertinente identificarmos possíveis atitudes assediadoras, pois vindo a iniciativa das “autoridades”, os demais “meros facilitadores” ficariam bastante constrangidos e inseguros em não assinar o documento sob pena de retaliações. Tivemos notícias de alguns que nos contataram pessoalmente para comunicar sua solidariedade. Uma mensagem que me tocou profundamente: “Clarissa, escrevo rapidinho aqui só para contar que estou chocado com essa movimentação toda sobre o seu trabalho com Tantra. Tenho total empatia pela sua coragem e me incomoda profundamente a forma como essa manifestação está sendo promovida”.

Arrisco-me a expor tais eventos com o intuito maior de compreender o fenômeno da repressão sexual, ainda fortemente presente na contemporaneidade, inclusive, dentro de uma abor-

dagem que tem, entre suas linhas de vivência, a sexualidade, a qual foi incluída por Rolando Toro, ser humano notoriamente conhecido por sua ousadia no campo da sexualidade também, impiedosamente criticado e devotamente aplaudido por essa mesma motivação. Em menor grau, mas presente, obviamente, aproveitou para responder “supostas denúncias” com o fim de esclarecimento. Todos temos o direito fundamental de natureza constitucional ao contraditório e ampla defesa. Isso também nos ajuda a avançar no conhecimento para se produzir ciência.

“Ouvimos tanto sobre o dever de um soldado sacrificar a vida pelo seu país e ouvimos tão pouco sobre o dever de todo o cientista expor a verdade logo que é reconhecida como tal, custe o que custar” (REICH, 1979, pg. 24).

A princípio, o trabalho recebeu o nome de Biodança com Tantra e o título da minha monografia seria algo próximo com “Diálogos entre Biodança e a Filosofia Espiritual do Tantra” ou “Alguns Fundamentos do Tantrismo no Desenvolvimento da Teoria em Biodança”. Logo, isso gerou perturbações e precisei fazer supressões e edições no texto como no trabalho vivencial. O título do trabalho gerou, até mesmo, ameaças de processo judicial, uma vez que Biodança estava sendo defendida como uma marca que não poderia ser comercializada sem as devidas autorizações. Ingenuamente, acreditava ser o nome Biodança com Tantra uma grande homenagem à Biodança. Esse foi o primeiro susto. Amadurecemos e evoluímos para o nome O Resgate da Sexualidade Sagrada, que me pareceu mesmo mais apropriado e mais honroso àquilo que minha mestra mãe começara lá atrás. O nome também nos traria maior liberdade para atuar com as abordagens de integração humana, das quais estaríamos habilitadas (psicologia como formação acadêmica, pós-graduação em Sexualidade Humana e Terapia Tântrica e Psicologia Analítica, Psicodinâmica, Psicoterapia Sistêmica, Psicodrama Triádico e Moreniano, Psico-

logia Analítica, Hipnoterapia Clássica e Ericksoniana, Programação Neurolinguística). O público em geral é quem vem outorgando a qualidade, validade e pertinência do trabalho.

Um sistema de desenvolvimento humano com as qualidades da Biodança sofre, esperadamente, fortes preconceitos e, nem todo o tempo, estamos imunes a eles. Quando, na década de 90, a Biodança ficou estigmatizada por ser considerada uma prática “impura”, exatamente por sua proposta vivencial de liberação sexual, não era incomum os relatos de tantos que fugiam dos salões de Biodança porque essa seria uma abordagem dada à “promiscuidade”. O movimento de Biodança sente, naturalmente, a força opressora na linha da sexualidade e passa a tomar certos cuidados para ser tratada em sua importância e potencial de integração do sujeito humano. Estes cuidados não devem, contudo, serem impeditivos para avançarmos no tema, tão caro à humanidade. O que quero dizer aqui é que aproximar o Tantra da Biodança num trabalho de Sexualidade Sagrada foi sentido como uma ameaça à credibilidade do Sistema Biodança. Afinal, foi devido a muitos esforços e sacrifícios que a Biodança conseguiu encontrar o seu lugar ao sol. O custo? A sexualidade, o prazer erotizado e sensual. A quem beneficiaria? À ordem vigente patriarcal castradora e punitiva. E assim, cegamente, vamos perpetuando um sistema perverso, que não cultua a vida em sua natureza orgásmica biocentrada, mas se presta à obediência inconsciente de uma vida morna para alguns, indiferente para outros, cruel para tantos outros e banalizada para quase todos - a anti-vida.

O termo latino sacrificium (um sacrifício) derivado do latim sacrificus (realizar funções sacerdotais ou sacrifícios), que combinava os conceitos sacra (coisas sagradas) e facere (fazer ou executar). “Sacrifice”. <https://www.etymonline.com/>. 11 de fevereiro de 2021.

Fazer (facere) coisas sagradas (sacra). No caso, o sexo, quando é sagrado, é um sacro ofício. Este é o sacrifício original dos ritos antigos. Curioso perceber como uma palavra como sacrifício foi sacrificada de seu significado profundo e original juntamente com a sexualidade, que era a sua oferenda dos humanos para as Deusas e Deuses. Não mais tardamos em admitir que fizemos isso também em Biodança. Por necessidade, sabemos. Quanto antes nos confessarmos, humildemente, de que essa onda opressora-conservadora também nos naufragou, mais cedo estaremos aptos a nos resgatar.

Fica fácil entender que tudo, absolutamente tudo, que se relaciona com sexualidade foi sacrificado. Façamos um cálculo rápido e superficial e poderemos imaginar o tamanho do prejuízo para a filosofia milenar e matrifocal do Tantra. Somente alguns significados corrompidos que encontramos no imaginário pessoal e social à respeito da palavra Tantra: pornografia, suruba, sexo performativo, desempenho sexual, assédio, abuso, perversão sexual, promiscuidade, prostituição. Alguns deles podem pairar na mente criativa do leitor. Compreensível. Um dia foi assim para nós também. Não se trata de julgar. Trata-se de fazer um belo diagnóstico de uma cultura gravemente adoecida em sua sexualidade para que possamos, enfim, medicá-la, cura-lá, (re)integrá-la.

O resgate da sexualidade plena, saudável e consciente requer a busca de novas concepções acerca do corpo e do prazer: eis onde a terapêutica tântrica revela seu valor. Com essa terapêutica, podemos ressignificar a existência vivida no corpo e rever suas necessidades em seu potencial auto-regulador e curativo. O corpo é o território central da terapêutica tântrica.

Para o tantra, o corpo não é uma carcaça, nem a antítese do espírito - aquele que devemos tratar com austeridade e mortificar para salvar a alma -, senão o seu contrário: é um maravilhoso instrumento, dotado da mais alta tecnologia biológica, e é a sede da consciência (LYSEBETH, 1994).

A terapia tântrica é uma ruptura com o sistema dominante que nega e demoniza o corpo – o que, por si só, já é terapêutico. Há muitos séculos, a ideia de corpo tem sido associada à dor, à doença e à culpa. No tantra, o corpo é veículo para o despertar do prazer e do autoconhecimento, que são estruturantes da saúde e possibilitam a vivência integradora da identidade humana.

A história da massagem tântrica, como conhecemos, tem origem em 1982, com o americano Joseph Kramer que, após passar anos estudando técnicas de respiração e massoterapias, desenvolveu o que ele chamou de “Massagem Erótica Taoísta”. A técnica consistia em, sob o ponto de vista do sistema de meridianos energéticos do corpo, os ensinamentos sexuais Taoístas e da respiração consciente, intensificar o fluxo energético corporal (Gaiarsa, 1985). O objetivo não era a ejaculação, mas, sim, o sentir do fluxo de energia, em como a energia sexual e a excitação circulam pelo corpo e intensificar o fluxo energético (<https://prazeremsentir.com.br/2020/07/29/desmistificando-a-massagem-tantrica-como-funciona-e-porque-funciona/>).

Todo o corpo é um potencial de erotismo. Nosso órgão mais sensível é a pele, que nos reveste por inteiro. Para o despertar do prazer em todo o prolongamento da superfície da pele, utiliza-se, na terapia tântrica com massagem, a técnica denominada “sensitive”, a qual eu gosto de chamar de carícia sensível: uma massagem com toque sutil, através das pontas dos dedos, que tem por intuito o despertar da bioeletricidade de todo o corpo ou aquilo que Reich (1979) chamou de orgone.

Estas descargas bioenergéticas ativam diversos processos psíquicos e biológicos: a sensorialidade; maior sensibilidade; a construção de novas sinapses nervosas; o despertar de memórias traumáticas e suas ressignificações; o despertar de memórias de alegria; insights; elaborações psíquicas; vivência

de unidade corporal; aceitação ao toque e ao próprio corpo; auto-percepção; cura de disfunções sexuais; o despertar do desejo e da energia sexual; e a capacidade auto-reguladora do corpo em expressão de homeostase e cura.

O ato de ser acariciado suscita uma resposta natural nos seres humanos para o pleno desenvolvimento orgânico-emocional. Não pode haver saúde, nem o funcionamento pleno do organismo, se os sistemas vivos não mantiverem contatos frequentes. Desse modo, podemos também nos dar conta do quanto a sexualidade fixada nas genitálias empobrece a nossa experiência do contato íntimo de toda a pele, que é nossa maior zona erógena (MONTAGU, 1988).

Contudo, não incluir as genitálias ou qualquer outra área do corpo, na experiência sexual, provoca experiência subjetiva de fragmentação corporal e, portanto, também no nível da identidade individual. Surge uma sensação de ressentimento da parte do corpo que não é tocada, e o indivíduo experimenta um corte no corpo, uma vivência esquizofrênica, uma censura e a impossibilidade de se viver o corpo em sua inteireza. Por esse motivo, na terapêutica tântrica da massagem, é previsto o toque nas genitálias, com o mesmo princípio da massagem sensitive, mediante a licença de quem recebe. Nesse contexto, o toque é experimentado dentro de um ambiente terapêutico protegido, em uma relação de vínculo de confiança com o terapeuta, que deve tocar todo o corpo, em uma atitude de reverência.

Diante desse cenário, ao pênis, desenvolvemos fixação: seja pelo seu temor, seja pela sua exaltação. À vagina, oferecemos a nossa negligência, profundo ato de desamor, maquiado por discursos e comportamento morais. Muitas são as mulheres que nos buscam enquanto psicólogas, sexólogas e terapeutas sexuais para nos confidenciar que suas genitálias são “depósitos de sêmen” num ato sexual mecânico e rápido, incapazes de

provocar prazer, muito menos o gozo. Outras tantas revelam o quanto desejam receber sexo oral, mas seus companheiros têm “nojo, pois dizem cheirar mal e ser, a vagina, feia”.

É urgente uma verdadeira reforma sexual, que sacraliza o corpo em sua inteireza. Por que então estamos em Biodança levantando a bandeira da “integração do corpo”, se o que está acontecendo é o vestir, mais uma vez, das tarjas pretas nas genitálias, inclusive, com a orientação das atualizações em metodologia de Biodança, a qual reitera a cultura normativa e opressora: não tirem suas calcinhas! Não tirem suas roupas íntimas! Facilmente o pênis escapa para dentro da vagina e pronto! Estaremos confirmando o terrível e temido estigma da década de 90 de que realmente as biodanceiras e biodanceiros são um bando de depravados!

A fala imperativa é para que possamos acordar do coma pretensioso de achar que estamos chegando a níveis profundos de intimidade negando as genitálias, dizendo ao corpo que ele ainda não pode estar inteiro. Não estamos! Ainda não saímos dos grupos de iniciação tímidos, afirmando convictamente que somos aprofundados em Biodança ou radicalizados na vivência.

A medicina que me inspirei para poder sanar a esquizofrenia corporal foi a terapia tântrica, que não é o Tantra raiz, porque isso seria impossível, uma vez que muito foi perdido pelas invasão e colonização dos arianos na Índia Antiga e, mais tarde, também pelos ingleses (Wallis, 2013). Evidentemente, uma tradição milenar (cerca de 30 séculos a.c) passou por inúmeras transformações e, até chegar no Ocidente, mais transformações ainda.

De todo o modo, a terapia tântrica é o eco do tantrismo. A arte da iluminação do Tantra e a Terapia Tântrica ocidentalizada tem em comum o seu olhar genuíno e inocente sobre as nossas genitálias, pela qual se compreende em sânscrito Yoni

- portal da vida, passagem divina, portal de luz, energia potencial da Deusa Shakti e, Lingam (pênis) - coluna de sustentação, bastão de luz, energia potencial do Deus Shiva. No Tantra original as imagens da Yoni e do Lingam são postos no altar, como símbolos sagrados da vida, e, assim, fizemos em nosso trabalho, enaltecendo as sagradas genitálias.

Sendo assim, o salão de Biodança amplo e espaçoso cede lugar ao salão do Tantra, numa troca de cenários amorosamente preparado por nossa coordenadora Marina Sousa, mulher sacerdotisa também. Por suas mãos os adornos ganham expressão de beleza.

Da periferia do salão, agora ganham o centro do salão: guirlandas florais, flores-cores, perfumes, essências, fogo, pedras, incenso. Tantra é beleza. Sexualidade merece a virtude do belo, profundamente erótico. Na periferia, rodeando o salão, o lugar cuidadosamente disposto para cada paridade com o material necessário para a massagem, como os óleos essenciais, entre outros itens.

Um dos significados da palavra Tantra é integração, inclusão, aceitação. Sendo assim, as paridades podem ser mulher e homem; mulher e mulher; e homem e homem, uma vez que as nossas polaridades Shiva-Shakti precisam se casar dentro de nós. As paridades podem já irem formadas ou podemos formar a paridade durante o trabalho, estimulando o encontro erótico-afetivo por esse ambiente e pela facilitação das Deusas e Deuses encarnados pelos terapeutas que prestam o serviço sacerdotal.

As massagens são ensinadas após o descanso do almoço. As refeições são vegetarianas e criteriosamente feitas de forma a auxiliar Shivas e Shaktis a uma boa experiência. No final do dia, ao entardecer, iniciamos as vivências tântricas. Quando a noite chega novamente, estamos, mais uma vez, na energia feminina, onde acontece o ápice da experiência erótica-numinosa. Não há, em momento algum, mistura de metodologias. Isso não seria

possível porque ambas as metodologias, da Biodança e da Terapia Tântrica, dispõem de seus próprios métodos, que são absolutamente autônomos e redondos. As abordagens se complementam em momentos únicos para ambas dentro da mesma imersão.

“Com frequência os terapeutas que tentam misturar técnicas criam um produto híbrido, espécie de hidra de nove cabeças, sem coerência nem unidade. É por este motivo que o livro de Roberto Crema constitui um acontecimento de valor paradigmático dentro dos meios terapêuticos. Com profundo conhecimento de ambas as disciplinas, esse autor meditou sobre as diferenças e semelhanças, para logo deduzir seus aspectos complementares. O presente livro permite ao terapeuta não formado nestas técnicas, recomendar ao paciente um programa apropriado a sua situação. Na prática, ambas técnicas não devem misturar-se, mas podem realizar-se sessões alternativas ou sucessivas de Biodança e Análise Transacional. Isso abre inesperadas perspectivas no processo de mudança. A nova atitude permite complementar técnicas que põe sua ênfase em esferas diferentes: cognitiva, vivencial e/ou visceral, sem confundir os recursos de cada uma delas” (Rolando Toro prefaciando o livro *Psicodança e Análise Transacional: Uma proposta de Integração*, 1983, pg. 6 e 7)

Ao iniciar a liturgia tântrica, os sinos, os tambores e os mantras tocam. A respiração é estimulada dentro de um ato meditativo. Respiração se transforma em mais um som. A respiração consciente e profunda é fundamental, uma vez que todo o fluxo emocional-transcendental depende da qualidade de respirar. A meditação é a do Tratak, que, em sânscrito significa lágrima (Rajneesh, 1994). As paridades se olham nos olhos e por alguns instantes procuram não piscar. Um fenômeno fisiológico-emocional ocorre: as lágrimas começam a escorrer pelos rostos, provocando visões, abertura do chakra Ajna, o da intuição, que fica entre nossas sobrancelhas, o chamado terceiro olho.

Nessa altura, já estamos transcendendo, em intenso ato devocional e de oração. Shiva contempla Shakti, Shakti contempla Shiva, ambos se adorando. Até que é chegado o momento, onde Shakti deita-se e fecha os olhos, num movimento de entrega de sua vulnerabilidade, pois, a essa altura, já estão nuas para poderem ser acariciadas em cada centímetro de pele que as cobre. Inicia-se a sensitive massagem ou a carícia sensível. As músicas tocam sequencialmente dentro de uma crescente, começando das mais melódicas e suaves às mais intensas, à medida que a kundalini (energia primordial sexual) acorda e se movimenta em direção ascendente, abrindo caminho aos sete estados de percepção, as sete rodas - chakras ou sete lótus (padma). Os sete centros são: o períneo ou chakra raiz - muladhara; o umbilical sacral - swadhistana; plexo solar no estômago - manipura; o cardíaco - anahata; o laríngeo - vishuddha; o terceiro olho - ajna; e o coronal - sahasrara (Arundale, 1938)

Essa energia chamada Kundalini dentro da mitologia Tântrica é representada por uma serpente ígnea, liberada a partir da construção do mundo e reside (dorminhoca para a maioria de nós) no nosso primeiro centro energético na região do cóccix, o muladhara. A sensitive massagem é um instrumento que possibilita o despertar da kundalini gradativamente e a sua ascensão passando por todos os chakras, inflamando-os com sua energia cósmica e vital endereçando-a até o último chakra, o lótus de mil pétalas, reconectando-nos com o divino que nos habita.

A Kundalini pode ser também a representação da Deusa Shakti, consorte do Deus Shiva. Quando a kundalini-Shakti acorda, passa pelos sete centros de energia e, finalmente, acessa o último chakra na coroa - Sahasrara, acontece o casamento sagrado entre ela e Shiva, a coroação, o estado do samadhi, êxtase supremo. A jornada da kundalini acontece no nosso interior, integrando nossas energias, yin e yang. Essa é uma tentativa de descrever a nossa comunhão com o divino. O acesso ao numino-

so via corpo e transcendendo; via sexualidade e iluminando-se. Quando kundalini-Shakti chega ao centro do cocuruto se reúne com o Amado Eterno - o abraço divino, suas duas faces reencontradas (Arundale, 1938).

Naturalmente, por toda a explicação anteriormente feita nesse estudo, as Shaktis, como são chamadas as mulheres no nosso trabalho, são as primeiras a receberem. Elas são a encarnação da Deusa e todo o ritual é centrado na energia criadora de Shakti. No outro dia, é a vez dos Shivas, nossos homens, receberem, sendo iniciados na poderosa manifestação de Shakti, realização do feminino neles.

Falando em Shivas, para o melhor entendimento do que seria o controle da ejaculação, fortemente criticado por alguns do movimento Biodança, como algo contrário ao que Rolando acreditaria. Inicialmente acho importante lembrar que nenhum pesquisador detém a verdade ou o conhecimento absoluto. O conhecimento é um processo orgânico, construído historicamente, de natureza refutável e cumulativa. A primeira vacina que sugiro tomarmos é contra o fanatismo laudatório que percebo dentro do movimento de Biodança com a figura de seu precursor Rolando Toro. Tal atitude é um desserviço ao conhecimento e um risco importante de nos encaminharmos para um movimento fundamentalista, frequentemente violento. No nosso caso, uma violência perfeita, ideia primorosa desenvolvida por Marilena Chaui (2017). Isso não quer dizer (antes que eu seja banida de um movimento que me pariu, me embalou e me criou e, por isso, nutro um profundo amor) que eu não reconheça toda a pesquisa e desenvolvimento de um sistema absolutamente transformador como é a Biodança, dedicadamente feito por Rolando. A ele, a nossa eterna gratidão.

Ainda que a falta de concordância sobre esse assunto seja um ponto central que impossibilita uma conversa entre as

abordagens, a dialética é, desde os filósofos antigos, uma fonte de diálogo, por vezes conflitantes, pelo qual os interlocutores ajudam no avanço da construção do conhecimento. Estaríamos a falar de uma questão epistemológica da mais alta relevância no campo da saúde sexual/mental. Mas essa não é a nossa discussão no momento. Em tempo: não temos garantia alguma de que um autor de uma dada teoria ou sistema, se continuasse vivo, mantivesse *ipsis litteris* sua obra, que certamente não foi fundada e, sim, continuada pelos que o sucedem.

Só haveria respeito às tradições e nenhuma resistência contra ela, se a juventude pudesse dizer sem temer, as consequências. Isso recebemos de vós porque é enérgico, honesto, ainda adequado ao nosso tempo e suscetível de desenvolvimento. Contudo, aquilo que não podemos receber, que foi útil e verdadeiro para o vosso tempo, será inútil para o nosso. Nós, hoje jovens, teremos que estar preparados para ouvir o mesmo das próximas gerações (Reich, 1979, p. 23, com adaptações).

Fechando parêntesis, e seguindo com a questão do controle ejaculatório: nas escrituras sagradas sânscritas do tantrismo, a energia nervosa sutil é denominada ojas, que significa ser forte. Assim, ojas diz respeito à força da vida, à vitalidade. Supostamente, os hindus tântricos acreditam que há um grau significativo de ojas no sêmen. Por isso, para eles, a conservação do sêmen tem um valor religioso, pois ponderam que, a partir da observação das experiências introspectivas como meditação e o próprio ato sexual, a descarga seminal traz consigo, também, uma prostração. Não raras são as ejaculações em momento precoce da relação sexual, gerando bastante frustração para mulheres, e mesmo para homens que desejariam aproveitar mais a relação, prolongando o prazer, a felicidade do encontro amoroso.

Não se trata de desenvolver sentimentos de culpa, medo ou vergonha em relação à ejaculação. Isso seria um erro grave. Um trabalho terapêutico que se presta a isso é iatrogênico por definição. Em nosso trabalho quando um homem ejacula, a massagem continua com movimentos mais leves e elevando o sêmen ao centro cardíaco-afetivo, promovendo uma verdadeira alquimia sexual a fim de conectar os dois centros: sexual e afetivo. Trata-se de nos perguntarmos como desenvolver uma sexualidade masculina mais próxima possível da feminina: lenta, crescente e múltipla orgasmicamente. E, antes que os descrédulos se defendam sequestrando mínima dose de esperança dessa possibilidade se concretizar em algum momento, eu e alguns colegas, também terapeutas tântricos e sexólogos, já tivemos a sorte de testemunhar, em nosso trabalho, alguns homens com essa qualidade de sexualidade, que são os incomuns homens femininos, os verdadeiros para uma visão tântrica.

As mulheres os adoram porque podem desfrutar sem pressa da intimidade sexual; conseguem mais facilmente alcançar o orgasmo ou os múltiplos orgasmos. Os ensinamentos tântricos dizem que abster-se de ejacular provoca uma inversão aparente do sêmen. A energia misteriosa que teria sido dissipada passa a ser poupada e, além disso, ampliada, ficando, assim, à disposição espiritual do indivíduo (Feuerstein, 1994).

Contudo, humildemente reconhecemos que, na nossa cultura ocidentalizada, judaico-cristã, durante muito tempo da história, e até os dias atuais, atribuem o pecado ao ato sexual, sendo ele meramente um veículo para procriação, desprovido de qualquer intimidade, erotismo e sensualidade, no qual o homem deve penetrar a mulher vestida, e com o menor intervalo de tempo, descarregar o seu sêmen. Precisaremos de uma boa dose de paciência para alcançar o entendimento e a vivência do sexo sem a ejaculação e com orgasmos secos para o homem. Inimaginável essa inversão. Quanto de nossa sexualidade ainda desconhecemos?

A distância entre as culturas é abismal e o desinteresse das “autoridades” em Biodança (diretores de Escolas e didatas) em tratar o assunto é por si só um sintoma da cultura judaico-cristã do paradigma patriarcal focada no pecado e na ideia de um Deus punitivo e castrador, que vive em nós biodanceiros também. A realidade frustrante da maioria das mulheres sobre sentirem-se um depósito de sêmen, mencionada anteriormente, e sem conseguirem aproveitar da relação sexual com toda a riqueza que ela pode oferecer, está a denunciar uma dessacralização do sexo em níveis incalculáveis. A educação sexual do controle ejaculatório deve acontecer considerando a cultura no tempo, entendendo que este costuma ser um processo longo de conscientização e apropriação do corpo.

Não pretendo esgotar esse assunto aqui, pois existe muito mais a ser posto. O que desejo provocar é uma reflexão a respeito da falta de conversa entre abordagens, como se uma fosse colocar a outra em descrédito ou na vala do charlatanismo. E se for isto, precisamos admitir que a Biodança estaria do lado mais fraco da força, pois é o Tantra uma filosofia infinitamente mais antiga e desenvolvida ao longo dos séculos. Não foi o Tantra quem bebeu na fonte dos escritos e achados geniais de Rolando Toro. Mas, este, sim, bebeu na fonte do tantrismo, como nos indica as suas obras do Tommos. Uma tradição deve, sim, quando bem apropriada por uma nova corrente, trazer legitimidade a ela, e não ser um motivo de confronto e mal estar.

4. Conclusão

Ao desenvolver esse trabalho, mergulhar nesse tema de pesquisa e me deparar com leituras altamente provocantes e ou-sadas do próprio Rolando Toro e demais autores que se debruçaram no assunto, confrontei-me com uma quantidade importante de pessoas se queixando que a linha da sexualidade estava

sendo desenvolvida de forma acanhada e careta e, até mesmo, em alguns grupos regulares, de maneira inexistente, dentro do movimento de Biodança. Entendo que o legado de conhecimento e vivência deixado por Rolando Toro (conhecido pela sua irreverência e espírito transgressor a uma cultura fortemente opressiva) deve ser levado a rigor; caso contrário, um Sistema como o da Biodança pode se distanciar de seu caráter libertário, que ajude a construir uma cultura a favor do prazer, do gozo de viver, fundamentada no Princípio Biocêntrico, na minha visão, expressão matrifocal.

O que já se pode e deve considerar é que o tema da sexualidade foi e vem sendo um alvo fácil para práticas de abuso e violência, inclusive em ambientes terapêuticos e religiosos. Entrar no terreno da sexualidade requer de um terapeuta ou facilitador bastante coragem, foco, atenção e grande reverência entusiasmada pelo tema, sob pena de desprestigiar o trabalho.

A ética nos relacionamentos humanos não deve ser confundida com a moral sexual neurotizante, a qual escraviza os instintos humanos. Todo o esforço de recentes políticas públicas na área, voltadas para a defesa da integridade física, sexual, social moral e psíquica das pessoas deve, portanto, estar atenta a qual moral ela serve: a moral sexual natural - ética nos relacionamentos, ou a moral sexual civilizada – constantemente neurotizante.

A moral sexual natural fala em conservar a saúde e a vitalidade, enquanto que a moral sexual neurotizante estimula os seres humanos a uma intensa e produtiva atividade cultural estimulada por um modelo econômico cruel, na qual a saúde e vitalidade das pessoas sofre danos. Tais prejuízos, causados pelos sacrifícios que lhes são exigidos, acabam por ferir a própria cultura. Exemplo clássico e corriqueiro da moral produzida pela cultura é a negação da sexualidade em ambientes religiosos, onde acontecem as maiores perversidades e escândalos sexuais: um fenômeno psicossocial sintomático de uma forte repressão

da cultura sobre os instintos. Todos os fatores que suprimem a naturalidade da vida sexual e, portanto, a sua sacralidade, devem ser vistos como fatores patogênicos das psiconeuroses.

Não é improvável que muitos terapeutas e facilitadores se mantenham defensivos e receosos em relação ao aprofundamento no tema, dada a realidade de denúncias de assédio sexual, possibilidade de enfrentamento de processos judiciais e outros constrangimentos e, em se tratando de grupo, das situações de interação entre os participantes, as quais escapam ao controle do facilitador, dentro dos grupos de Biodança e para além dele. O prejuízo é não avançarmos num tema tão caro, que é “somente” o ponto de partida da concepção da vida. Se quisermos trazer alguma contribuição significativa à humanidade, precisaremos, corajosa e amorosamente, investir a nossa energia vital na cura da sexualidade e, todo o resto, ocorrerá por desdobramento, como já nos mostrava as valiosas e esclarecedoras pesquisas de Reich (1976).

Estou segura de que um trabalho como o do Resgate da Sexualidade Sagrada - Dança de ShivaShakti é um trabalho totalmente convergente com a ideia do Princípio Biocêntrico, pelo qual a centralidade da vida é soberana. Devolver à sexualidade seu caráter sagrado é, para mim, um grande pleonasma. Uma vez que é através dela que todos os seres que vivem podem se reproduzir e viver em alegria. Isso significa estar em harmonia com as leis da natureza, celebrar à vida que se preserva, recicla e se perpetua graças à força da sexualidade. Isto é tomar a vida como o nosso maior patrimônio.

Todo trabalho que tem como carro-chefe a linha da sexualidade-afetividade, deve contar com a presença de facilitadores amadurecidos na sua própria identidade sexual, a ponto de perceber todas as formas de corrupção da sexualidade desprovida de afetos saudáveis, e poder, com habilidade, gerar consciência e mudança no sentido de cuidar sempre do casamento afetivida-

de-sexualidade, pois, assim, sacralizamos a vida, determinando-a como o bem mais precioso da humanidade e de toda a natureza.

O amadurecimento da/do facilitadora/facilitador em relação a sua própria identidade sexual dará a ela / ele condições de identificar as formas sutis de opressão, abusos e violências, para poder promover, sensibilizar e conscientizar as pessoas sobre as mudanças em seu repertório de comportamento sexual. Tal amadurecimento permite aos facilitadores a coragem de adentrar na linha da sexualidade com assertividade e doçura, ao invés de ignorá-la. O fortalecimento da identidade sexual dos facilitadores em Biodança traz um entendimento doloroso em relação a compreender que todo o mal-estar em relação ao tema da sexualidade exige uma boa dose de aceitação de que, ora podemos estar na posição de opressores/abusadores sexuais e ora podemos ocupar a posição de oprimidos/abusados.

Isso significa dizer que, em se tratando de sexualidade, nos deparamos, em muitos momentos, com uma relação dominador/dominado consentida, ainda que seja fundamental reconhecermos que o dominado seja a parte mais frágil dessa relação. Admitir esse jogo na relação e identificar os personagens (vítimas e algozes) para abandonarmos esses papéis, a fim de vivenciar uma sexualidade madura, consciente e sagrada, é um movimento prospectivo, se quisermos avançar no tema.

Aqueles que confiam a nós, facilitadores, o desenvolvimento de sua sexualidade, contam, também, com o quão caminhamos no exercício da nossa sexualidade coerente, afetiva, madura e calcada na sacralidade, no Princípio Biocêntrico. Nesse sentido, no Resgate da Sexualidade Sagrada - Dança de ShivaShakti estamos comprometidas e comprometidos com o nosso desenvolvimento pessoal na esfera da sexualidade, nas nossas trajetórias de vida, em nosso autoconhecimento. E essa será sempre uma lacuna em nosso trabalho, uma vez que sempre teremos o que trabalhar, onde avançar e o que integrar.

Compreendemos que nenhum ser humano e nenhuma de suas criações - teorias, escolas, abordagens, metodologia, tecnologia – podem ser acabadas, perfeitas e completas, porque é exatamente essa a natureza do conhecimento e da vida: a incompletude, a organicidade, a capacidade de estarmos sempre inaugurando algo a mais, como nos lembra bem a linha da criatividade em Biodança.

Como sugestões para futuros trabalhos envolvendo a linha da sexualidade e o assunto sexualidade sagrada, acreditamos que ainda podemos avançar no estudo de como a sexualidade, dentro da história do movimento de Biodança, sofreu fortes impactos, resistências, preconceitos, discriminação, incompreensões, e como ela, a Biodança, reagiu a todos esses fenômenos de repressão.

Sendo assim, finalizamos esse trabalho, com a sensação de que parte de nossa missão foi concluída e que, de agora em diante, o mergulho deve, merece e precisa ser cada vez mais profundo nesse oceano de prazer e amor. Os desafios são grandes e a nossa vontade é maior.

Por fim, encerro esse trabalho com sinceros votos de ter aberto uma reflexão no campo da sexualidade, avançando no entendimento teórico, metodológico e vivencial, dialogando com abordagens afins e não afins e, naturalmente e só assim, avançando na construção do conhecimento, numa verdadeira atitude de aproximação e integração de saberes, práticas e de pessoas humanas que se disponibilizam a cuidar do sujeito humano.

Referências

Arundale, G. S. Kundalini. Uma Experiência Oculta. São Paulo: Editora Pensamento, 1938.

BOLEN, Jean Shinoda. As Deusas e a Mulher. São Francisco: Paulus, 1984.

- CAVALCANTE, Ruth & GÓIS, Cezar Wagner de Lima. Educação Biocêntrica. Ciência, Arte, Mistica, Amor e Transformação. Sobral: Edições UVA, 2015.
- CHAUÍ, Marilena. Sobre a Violência. Belo Horizonte: Autentica, 2017
- CREMA, Roberto. Psicodança e Análie Transacional. Uma proposta de Integração. Monografia de Formação Docente em Biodança.
- EISLER, Riane. O cálice e a espada. Rio de Janeiro: Imago, 1989.
- ENGELSMAN, Joan. The Feminine Dimension of Divine. Filadélfia: The Westminster Press, 1979.
- FEUERSTEIN, Georg. A Sexualidade Sagrada. São Paulo: Siciliano, 1994.
- FREUD, Sigmund. Um Caso de Histeria: Três Ensaios sobre Sexualidade e Outros Trabalhos. Rio de Janeiro: Imago, 1972.
- GAIARSA, José Angêlo. Sexo, Reich e eu. São Paulo: Agora, 1985.
- GUENTHER, Herbert V. Yoganaddha. The Tantric View of Life. New Delhi: Chaukhamba Publishing House, 1979.
- LERNER, Gerda. The creation of patriarchy. Oxford: University Press, 1986.
- LOWEN, Alexander. Prazer: Uma Abordagem Criativa da Vida. São Paulo: Círculo do Livro, 1970.
- LYSEBETH, Andre Van. Tantra: O Culto da Feminilidade: outra visão da vida e do sexo. São Paulo: Summus, 1994.
- MOURA, Betânia. A Roda das Deusas: Deusa – Arquétipo do Feminino. Fortaleza: Expressão Gráfica e Editora, 2017.
- NAVARRO, Regina. A Cama na Varanda. Arejando nossas idéias de amor e sexo. Novas tendências. Rio de Janeiro: Rocco, 2007.
- QUALLS-CORBETT, Nancy. A prostituta Sagrada. A Face Eterna do Feminino. São Paulo: Paulinas, 1990.
- RAJNEESH, Bhagwan Shree. Do Sexo à Supraconsciência. São Paulo: Editora Cultrix, 1979.
- RAJNEESH, Bhagwan Shree. O Livro Orange. Técnicas de Meditação. São Paulo: Editora Cultrix, 1994.
- REICH, Wilhelm. A Revolução Sexual. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

- REICH, Wilhelm. A Função do Orgasmo. Publ. Dom Quixote, 1979.
- TORO, Rolando. Teoria da Biodança. Fortaleza: Alab, 1991. TORO, Rolando. Biodanza. São Paulo: Editora Olavobrás, 2005.
- SANTOS, Maria Lúcia Pessoa. Biodança: Vida e Plenitude. Belo Horizonte: Edição da Autora, 2009.
- SHOBINGER, Juar. As origens do homem. Rio de Janeiro: Editora Fundação Getúlio Vargas, 1975.
- TANNAHILL, Reay. O sexo na história. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1983.
- Wallis, Christopher D. Tantra Illuminated. The Philosophy, History, and Practice of Timeless Tradition. Boulder: Mattamayura, 2013.
- Zanello, Valeska. Saúde Mental, Gênero e Dispositivo. Cultura e Processo de Subjetivação. Curitiba: Appris, 2018.
- ZELDIN, Theodore. Uma história íntima da humanidade. Rio de Janeiro: Record, 1996.
- [Sem Autor]. A Sexualidade no Tempo. 2013. 44 slides. Disponível em: <<https://pt.slideshare.net/cresac/a-sexualidade-no-tempo-1>>. Acesso em: março, 2019.
- <https://prazerem sentir.com.br/2020/07/29/desmistificando-a-massagem-tantrica-como-funciona-e-porque-funciona/>

ORGANIZAÇÃO E EVOLUÇÃO DO SER VIVO NUMA ABORDAGEM BIOCÊNTRICA

Geny Aparecida Cantos

RESUMO: A evolução dos seres vivos nos mostra que somos o resultado de formas estruturais primitivas com extraordinária capacidade de organização de vida. Isto significa que nossa jornada é uma aventura de seres que sobreviveram às mais diversas adaptações e mudanças em um ambiente inteligente, dinâmico e cooperativo. Em concordância a isso, o princípio biocêntrico inspira-se do fato que o universo está organizado em função da vida e tenta estabelecer critérios comuns, que permitam a expressão de nossos poderes evolutivos. O sistema Biodanza permite estimular ações que priorizem a organização e cooperação como expressão de vida. Assim, as ideias articuladas neste artigo têm por objetivo relacionar o processo de organização e evolução da vida com reflexões em torno de uma abordagem biocêntrica, utilizando o sistema Biodanza.

ABSTRACT: The evolution of living beings shows us that we are the result of primitive structural forms with an extraordinary capacity for organizing life. This means that our journey is an adventure of beings that have survived the most diverse adaptations and changes in an intelligent, dynamic and cooperative environment. Accordingly, the biocentric principle is inspired by the fact that the universe is organized according to life and tries to establish common criteria, which allow the expression of our evolutionary powers. The biodanza system allows stimulating actions that prioritize organization and cooperation as an expression of life. Thus, the ideas articulated in this article aim to relate the process of organization and evolution of life with reflections around a biocentric approach, using the biodanza system.

* Doutora em Bioquímica, facilitadora ditada em Biodanza, Professora de Yoga e Yoga Dance, Líder de yoga do riso e parapsicóloga.

INTRODUÇÃO

Uma característica dos seres vivos é evoluir. A evolução está conectada à transformação e à criação de toda espécie de ser vivo. A vida está em constante transformação com o meio, num equilíbrio instável. O meio foi alterando a vida e a vida foi alterando o meio. A evolução é um constante refazer, onde a vida cria e recria a si mesma, sendo que os padrões de organização celulares são normalmente preservados.

Os seres vivos vivem em uma constante luta pela sobrevivência e desenvolveram várias estratégias para se manterem vivos. A organização foi, sem dúvida, uma das características que favoreceu o processo de evolução dos seres vivos. A célula, a menor unidade de todo ser vivo, possui um padrão de organização que possibilita todas as condições necessárias para obter do meio ambiente o material biológico que necessita para realizar seus processos vitais, tais como nutrição, trocas de energia, e reprodução. O material assim obtido é constantemente transformado e organizado por estruturas internas presentes dentro da célula. Foi somando as capacidades, segundo as necessidades de cada um, que os organismos se organizaram e prosperaram.

Ao analisamos a maneira como a vida se organiza podemos verificar que existem certos níveis hierárquicos de organização, que contribuem para o estudo da vida. Para um melhor entendimento dessa hierarquia, em organismos pluricelulares, dado às suas complexidades, podemos dividir essa organização em estratos. Partindo do mais simples ao mais complexo teremos os átomos que formam as moléculas orgânicas. Estas estão organizadas de modo a formar organelas que se integram na formação de células. Das células passamos para os tecidos, que ocorrem apenas nos organismos multicelulares (animais e plantas). A partir daí seguem as seguintes escalas: órgãos e sistemas. A união de todos os sistemas forma o organismo. Percebe-se,

pois, que todo nosso organismo é um sistema é constituído de células (unidades de vida) que se organizam. As células trabalham juntas num sistema de organização e cooperação, para o bem do organismo.

O princípio biocêntrico elaborado por Rolando Toro considera que o universo se organiza em função da vida. Este princípio abarca a vida em tudo que existe e conecta o ser humano com o cosmo. Consiste em preservar a vida, em favorecê-la e conduzi-la ao seu mais alto valor. A Biodanza, também criada por Rolando Toro, foi inspirada neste princípio e tem o poder de impulsionar condições pelas quais a vida possa ser protegida. Ela utiliza dessa abordagem promovendo um melhor modo de viver, a partir de intensas vivências induzidas pela música e pela dança em grupo.

Considerando estes aspectos, este artigo apresenta saberes do microcosmo primitivo, que deram origem ao ser humano e faz um viés biocêntrico, para compreender todas as formas de vida como um acontecimento cósmico. O ponto forte das reflexões será a cooperação, onde as funções geradoras e mantenedoras de vida passarão pelo reconhecimento e necessidades do outro, pela promoção e qualidade de vida do meio ambiente, que são favoráveis à expressão e a evolução da vida.

O princípio biocêntrico tem como referência imediata a vida, e se inspira nas leis universais que conservam os sistemas vivos e tornam possível sua evolução. (Rolando Toro).

Biodanza é um sistema de integração e desenvolvimento humano, de renovação orgânica, de reeducação afetiva e reaprendizagem das funções originárias da vida. Sua metodologia consiste em induzir vivências integradoras por meio da música, do canto, do movimento e de situações de encontro em grupo. (Rolando Toro).

2.0 NICHO ECOLÓGICO

Uma forma de entender da vida na sua organização e evolução é considerar as relações entre as espécies com o meio ambiente. A preservação do meio ambiente caminha junto com a manutenção dos nichos ecológicos. Pode se dizer que nicho é o “modo de vida” ou formas de ocupação e atuação de um organismo na natureza, dentro de um ecossistema. O nicho ecológico é uma estratégia de sobrevivência de uma espécie, sendo fundamental para a manutenção e a evolução da vida no planeta. O nicho ecológico considera que muitas espécies possam viver em um habitat específico sem que haja competição entre as mesmas. Diga-se que o interesse das espécies em termos de matéria e energia é diminuir, tanto quanto possível, as competições inter e intraespecíficas, de forma que as interações ocorridas levem um benefício entre os seres vivos.

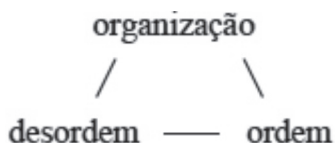
Nas sessões de Biodanza o grupo cumpre a função de nicho ecológico, acolhedor, estimulante e amoroso (Santos, 2009). Nos referimos a ele os referimos a ele para ilustrar como cada um de nós, com nosso modo de vida e com as nossas necessidades encontra, condições favoráveis para o nosso desenvolvimento. Para tal há necessidade de que cada um tenha como meta o bem-estar do todo. Dançamos juntos, interagimos com o outro, num ambiente de ajuda mútua. A dança amorosa de criação nos permite mergulhar no outro e o outro se deixa penetrar movido pelo amor. O salutar amor da união ecológica gerado pelo grupo (nicho ecológico) tem o poder organizar o nosso organismo, dando origem ao fenômeno de solidariedade celular, que nos permite o êxito do nosso desenvolvimento infinito frente à evolução.

Quando me encontro com o outro, começo a ter notícias de mim “”. Rolando Toro

3.AUTO-ORGANIZAÇÃO /TEORIA DO CAOS

A auto-organização assegura a sobrevivência e dispõe de um grande poder de criação. Atlan (1992) diz que a auto-organização é um fenômeno primário que caracteriza os seres vivos em suas organizações, tanto estruturais quanto funcionais. O termo auto, nesse caso, reflete ao fato de que não haver nenhuma instrução do ambiente sobre como a organização ocorrerá. Maturana & Varela (1987) colocam que a auto-organização, além de manter o organismo vivo e estruturá-lo, é uma das características essenciais da vida.

Schroedinger (1997), notou que em sistemas vivos há uma ordenação presente nos processos vitais que emerge espontaneamente de uma desordem inicial, ou seja, a partir da desordem, há uma auto-organização dinâmica. Prigogine (1989) já havia considerado que essas instabilidades sucessivas, não-lineares, são favoráveis ao processo de evolução. Segundo Atlan (1992), a entropia (uma medida de desordem molecular) é um dos grandes princípios físicos que regem a evolução dos sistemas naturais.



Considerando os aspectos acima mencionados, é possível estabelecer uma analogia da auto-organização com a teoria do caos. Essa teoria prevê que uma muda pequeníssima no início de um evento poderia causar resultados totalmente diferentes no final. Esse efeito ficou conhecido como Efeito Borboleta, que é a

relação entre pequenas mudanças meteorológicas e grandes catástrofes. É como se o bater das asas de uma borboleta pudesse gerar um tornado no outro canto do mundo. Isso quer dizer que em qualquer dimensão, tudo que fazemos, desde o nosso caminhar até a palavra tem efeito direto no mundo em que vivemos.

O caos está presente em qualquer sistema natural que tenha algum nível de complexidade e dinamismo. Existe na natureza desde as células, órgãos, organismos, indivíduos e organizações. Por exemplo, um pequeno desequilíbrio de gás carbônico pode prejudicar um ecossistema inteiro. Segundo a teoria do caos é impossível fugir da imprevisibilidade e incertezas que o Efeito Borboleta impõe sobre nossa realidade.

Contudo, há sempre uma ordem escondida atrás do caos. A ordem e desordem cooperam na organização do universo. É uma parte constituinte do meio social. Caos é considerado como um “sintoma” de não-linearidade, como também é o caso da auto-organização. Do crescimento celular desordenado surge a organização e a diferenciação precisas dos tecidos e dos órgãos. Do desorganizado aglomerado de enzimas nascem os sofisticados mecanismos de regulação e homeostase. Do excesso de microrganismos e toxinas que se acumulam na pele e nas mucosas aparece a imunidade, fornecendo adequadamente os limites e as aberturas de troca com o meio (Oliveira & Minayo, 2001; in Gyton, 1996). O sistema vivo está constantemente se desorganizando, se desordenando, se desintegrando, vivendo uma série de pequenas e fugazes mortes cotidianas. Cerca de 90% das nossas moléculas envelhecem e morrem no espaço de um ano. Apesar disso, o organismo é capaz de organizar suas funções fisiológicas e metabólicas, assegurando sua sobrevivência (Guyton, 1996).

Toro (2002) diz que o caos gera vida. Ele parte do princípio de que existe uma força amorosa e poderosa que orienta a

vida no sentido de estabelecer estruturas vitais coerentes. Nesses termos, o amor é uma energia que permite a conservação da vida, constituindo-se como um processo ante entrópico. Se um simples bater de asas poderia ocasionar um tufão do outro lado do mundo, nós também podemos fazer escolhas pautadas no amor. Aceitando as metamorfoses que nos ocorre de forma amorosa, poderemos nos organizamos e evoluir. Diga-se graus excessivos de desordem rompe nossa unidade, levando a prejuízos tanto no meio externo quanto no nosso próprio interior, e isso que é incompatível com a vida. Somos capazes de criar formas e estruturas novas, ou seja, qualidades auto organizadoras a partir da desordem.

O princípio biocêntrico coloca seu interesse em um universo compreendido como sistema vivo. O nosso estilo de vida reflete os parâmetros da vida cósmica e vice-versa. Em outros termos, os nossos comportamentos se organizam como expressão de vida (Toro, 2002). A Biodanza no seu movimento de vida e veiculação da espécie oportuniza o renascer do caos obscuro de nossa época. Por exemplo, as posições geratrizes de harmonia, as mais variadas danças de comunicação em grupo são capazes de despertar uma sensibilidade adormecida, de maneira que o caos possa fluir no movimento e nas constantes interações em grupo, havendo ajustes rumo a uma eficácia maior. A Biodanza cria novas pautas internas para viver, novos espaços onde as pessoas trilham o caminho do cuidado e da afetividade.

“Não haverá borboletas se a vida não passar por longas e silenciosas metamorfoses”. (Rubens Alves)

4. AUTOPOIESE

Uma das características do ser vivo é a autopoiese. Esta palavra significa: auto (por si próprio) e poesis (criação e pro-

dução). A teoria autopoietica tem como ideia básica um sistema organizado e autossuficiente, como ocorre na organização celular e a membrana celular desempenha um papel fundamental nessa organização,

As células que formam um organismo possuem uma membrana celular. Não se tem conhecimento da existência de nenhum tipo de vida sem algum tipo de membrana. Ela é uma barreira fina que demarca o espaço da célula, e tem a capacidade de selecionar o que irá entrar ou sair da célula, sendo capaz de se preservar efetivamente contra as agressões do mundo (Margulis & Sagan, 2002). Esses mecanismos asseguram a sobrevivência, permitindo que as células possam realizar funções vitais como nutrição, liberação de energia e reprodução.

Aliás, o organismo realiza trocas constantes de seus componentes químicos, sem perder sua identidade e memória, sendo que a organização celular sempre é preservada. Isto em essência, é a noção de autopoiese proposta por Humberto Maturana e Francisco Varela (1987). Em outras palavras isto quer dizer que uma célula “constrói-se a si mesma”, ela é autogeradora, devido à cadeia de reações ocorridas no interior de sua fronteira.

Notem que o foco desta abordagem está no padrão de organização do sistema, pois todos os fenômenos vivos são autocriados a partir de seus próprios sistemas internos. Sua ordem é gerada a partir da interação de seus próprios elementos numa rede fechada e circular necessária e suficiente para manter seu próprio sistema. Essa circularidade é uma propriedade dos sistemas vivos auto poéticos e de certa forma serve como um critério para uma descrição abrangente da natureza da vida.

De acordo com a tese central de seus criadores, os seres vivos não são agregados de partes, mas sim padrões de inter-relacionamentos entre suas partes, que dinamicamente se renovam. Por este aspecto podemos ver que a vida é cíclica. Um

sistema autopoético prevê uma adaptação do ser vivo no seu meio. Estamos sempre mudando e nos refazendo sistematicamente. A mudança requer uma sustentabilidade em relação ao meio em que vivemos.

Essa teoria nos ajuda a perceber que as explicações da evolução devem focar suas relações com o mundo exterior, sendo que as abordagens devem encorajar um processo contínuo de construção da identidade. Mudamos, mas mantemos a mesma essência. No contexto da Biodanza, a capacidade de experimentar-se a si mesmo surge na intensa sensação de estar vivo e de se elevar ao mesmo tempo a uma espiral evolutiva. Por esse caminho a identidade é uma expressão da totalidade. A teoria da autopoiese demonstra que a preservação da identidade é fundamental para todos os sistemas vivos.

Nossa história evolutiva associa-se ao sistema social humano. Opera em descrever a manutenção da identidade do ser vivo, garantido pela autopoiese, mas também considera a sustentabilidade do meio ambiente a fim de manter a organização de suas estruturas. Nosso bem-estar depende de como utilizamos os recursos naturais disponíveis preservando o meio ambiente. As ações pautadas na preservação do meio ambiente relacionam-se diretamente com a sustentabilidade de vida das pessoas.

A nossa sustentabilidade como seres humanos, na concepção biocêntrica, está em não agredir o meio que vivemos. Está em regenerar os ecossistemas, promovendo e garantindo a qualidade de vida das gerações atuais e futuras. O ponto de vista biocêntrico nos conecta a uma ética ambiental, onde nossa existência, como membros da comunidade “vida na terra”, tem relações com outros seres vivos e o conjunto de ecossistemas naturais de nosso planeta. Cabe a cada uma de nós desenvolver experiências biocêntricas orientadas na qualidade de vida do meio ambiente, contribuindo um mundo melhor.

Um sistema autopoético está constantemente se autoproduzindo e autorregulando a exemplo do material genético que nunca é transmitido sozinho. Quando uma célula se reproduz toda rede biológica celular participa do processo, ou seja, os genes só podem funcionar dentro do contexto da rede autopoética. Contudo não podemos desconsiderar que a autonomia também faz parte das relações de um dado sistema. A proposta da teoria autopoética, em Biodanza, parte da nossa capacidade de autorregulação, em busca da homeostase. Esta permite ao organismo manter-se em estado de equilíbrio dinâmico, dentro dos limites de tolerância. Na Biodanza a vivência é uma experiência que nos autorregula e nos organiza. A sabedoria é não correr, nem se deter.

A função primária de um sistema auto poético é a auto renovação, recursiva de sua própria rede de componentes autônomos. Tecidos e órgãos substituem suas células em ciclos contínuos. Há uma constante renovação celular dos trilhões de células no nosso corpo. Cada célula tem vida própria e uma expectativa de vida diferente, sendo que quando morrem são substituídas por novas células. A regeneração celular se dá conforme a necessidade. Por exemplo, as células da nossa pele são renováveis a cada 2 ou 3 semanas, as hemácias cerca de quatro meses e os leucócitos, principais agentes no combate às infecções, apenas alguns dias, as vezes pouco mais de uma semana. Calcula-se que os adultos remodelam de 10 a 30% da sua massa óssea a cada ano.

Pela perspectiva biológica o conceito de autopoiese se engrena num sistema inteligente, onde as modificações de um sistema aconteceria à fim de manter sua própria organização. Por exemplo, ao sofrer um corte na pele, ocorre uma sequência de eventos moleculares e celulares que interagem, cicatrizando a ferida. Isso ocorre porque cada célula tem flexibilidade de enfrentar um imprevisto que possa ocorrer. Outro exemplo de inteligência celular é o processo inflamatório. Este envolve várias

células do sistema imune, eliminando as células e tecidos danificados, reparando-os e restaurando-os. Percebe-se, pois, que as células trabalham de maneira integrada cooperando umas com as outras, dividindo o trabalho entre si e juntas executam tarefas responsáveis pela manutenção da vida.

Rolando Toro diz toda essa inteligência não é apenas um tributo autopoético. Para ele o sistema de autopoiese é cognitivo, no sentido que o cosmo é cognitivo. O universo é vivo e inteligente e os seres vivos participam dessa inteligência global. O fluxo organizador da vida cósmica gera estruturas de autopoiese que são capazes de se conservarem, se diferenciarem e de se reproduzirem. A vida não tem sentido fora de si mesma. Somos uma inteligência coletiva, onde tudo está em ressonância profunda com o macro e microcosmo.

Sob esta ótica, e apropriando-se dos conceitos apresentados, podemos dizer a autopoiese é algo acontece conosco e dentro de nós, fazendo parte de toda rede como unidade. Embora sistemas autônomos fazem referência somente a si mesmo, as relações estabelecidas implicam em atuar em um ambiente pulsante, se conectando com o outro e com o mundo de forma criativa, flexível e versátil. Hoje se sabe que a autopoiese, e a auto conservação constitui-se a base de toda célula viva.

O princípio biocêntrico propõe a potencialização da vida e da expressão de seus poderes evolutivos. Biodanza é, deste ponto de vista, uma poética do vivente, fundada nas leis universais que conservam e permitem a evolução da vida. Todas as ações de Biodanza se orientam em ressonância com o fenômeno profundo e comovedor da vida. (Rolando Toro)

5. ESTRUTURAS DISSIPATIVAS

Antes das células, os primeiros sistemas semelhantes a elas foram às estruturas dissipativas. Na atmosfera primitiva do nosso planeta existiam metano, amônia, hidrogênio e vapor de água. Estes elementos sob altas temperaturas, em presença de centelhas elétricas e raios ultravioletas se combinaram originando moléculas como aminoácidos, polissacarídeos, proteínas, que ficavam flutuando na atmosfera. Eram estruturas chamadas dissipativas, que se organizavam e mudavam de forma espontaneamente.

Eram sistemas “abertos”, porque precisavam se alimentar de um contínuo fluxo da matéria e de energias extraídas do seu meio ambiente para permanecerem vivos. Essas estruturas não tinham capacidade de reproduzirem a si próprias, mas quando o fluxo de energia aumentava, o sistema chegava a um ponto de instabilidade, chamado ponto de bifurcação, no qual possibilitava estados totalmente novos, surgindo novas estruturas e novas formas de ordem (Capra, 1997).

No geral as bifurcações são sinais de instabilidade e também de vitalidade que irão imergir um novo evento. Por estarem afastados do equilíbrio, entende-se que são sistemas fluentes e dinâmicos. Isto significa que estão em constantes interações com o meio ambiente. Ou seja, mudanças estruturais do sistema causam mudanças estruturais no ambiente e vice-versa. Nesse sentido, embora autopoiese seja útil para caracterizar a vida, ela não explica o comportamento dos seres vivos quanto seres sociais e as modificações aleatórias do meio, características essenciais da vida.

Assim, podemos dizer que os sistemas vivos são fechados no que diz respeito a sua organização, mas aberto do ponto de vista material e energético. Isso significa que precisamos definir a célula como um sistema aberto, que é uma das características do conceito de estruturas dissipativas (Maturana

& Varela, 1985). No sistema aberto há uma dependência do ambiente para que as estruturas mantenham suas autonomias.

Um sistema vivo é uma rede multiplamente interconectada cujos componentes estão mudando constantemente e sendo transformados e repostos por outros componentes. Por exemplo, ao analisarmos os componentes das células de diversos seres vivos, vemos que existem elementos que estarão sempre presentes. Absorvemos esses elementos químicos a partir de alimentos e água ingerida. Toda a estrutura dissipativa do organismo participa do processo. Com efeito, a estrutura muda constantemente em congruência com as modificações do meio.

Esse surgimento espontâneo é um dos conceitos mais importantes na compreensão da vida. A presença dos primeiros organismos se deu em um ambiente inorgânico e uma biosfera autorreguladora. As estruturas dissipativas são sistemas comumente encontrados na natureza. Organismos vivos extraem estruturas ordenadas do meio ambiente, usam-nas como recurso no seu metabolismo e dissipam estruturas em forma de resíduo, criando uma desordem no ambiente. O ambiente a partir de um ponto de instabilidade se reorganiza, de modo que os resíduos são continuamente reciclados (Capra, 1996). Assim, uma estrutura dissipativa pode ser entendida por intermédio de processos metabólicos. A regulação metabólica permite, pois, aos organismos dar resposta a estímulos do exterior, permitindo a interação com o seu ambiente. Interrompendo esse fluxo o sistema tende a se desintegrar. Somente as células e os organismos compostos de células fazem esse metabolismo perene.

Esse “padrão de organização” abre espaço para entendermos os seres vivos. Nossa história mostra que somos seres criativos, dinâmicos, onde a vida segue rumo ao novo. Dentro deste contexto, o princípio biocêntrico se coloca na possibilidade de perceber a multiciência que há no mundo, não só no

limite da nossa sobrevivência, mas numa vida completa, que nos englobe como ser único, coletivo e como ser cósmico. A Biodanza nos impulsiona a tomar decisões que sustentem a vida. A conexão com a vida nos remete ousar, ir de encontro ao desconhecido. Nessa trajetória, por meio de um processo dinâmico que envolve a presença do outro, nos apoderamos de ferramentas que permitem o desenvolvimento de potenciais individuais e coletivos, reconhecendo o mundo e criando caminhos que nos propiciam expressões de vida.

Para Toro (2002) as relações constituem a essência do mundo vivo. Ele diz que na comovedora percepção de si mesmo, no prazer de sentir-se vivo, na beleza de ser único, estará sempre presente a figura do “outro”. Impulsos afetivos impedem a manifestação de comportamentos violentos em contextos de interação social. Relações do tipo afetivas regulam a vida humana, proporcionando um sistema equilibrado e feliz, rumo a evolução. O afeto organiza nosso modo de agir com o ambiente e traz benefício mútuo entre o eu e o nós. O afeto nos leva a ter experiências de beleza e amor que estão destinadas a eternidade.

Prigogine (1967) acredita que a mudança conceitual subentendida pela teoria das estruturas dissipativas é não apenas fundamental para os cientistas entenderem a natureza da vida, como também nos ajudará a nos integrarmos mais plenamente na natureza. Para descrever a natureza com precisão, deve-se tentar falar a linguagem da natureza, a qual, é uma linguagem de relações.

Podemos então dizer que essa teoria permite estabelecer paralelos com o comportamento humano. Ainda pensamos na natureza como uma realidade exterior, sem nos sentirmos parte da mesma ou mesmo como parte de nós. Contudo, o mundo que vemos e vivemos fora de nós é o mundo que vemos e

guardamos dentro de nós. Somos capazes de mudar o mundo em que vivemos. A aliança com o outro nos conduz a práticas sociais e a evolução.

“É necessário que o mundo, depois de ti, seja melhor, porque tu viveste nele” Papa João XXIII,

6. A EVOLUÇÃO DE ORGANISMOS

Sistemas abertos desenvolvem-se e caminham em direção as evoluções. Toro diz que as zonas dissipativas do caos foram os caminhos para criar os primeiros movimentos de vida. Mais adiante, novas ordens foram geradas, surgindo estruturas mais complexas e gotas membranosas, as quais conservavam a energia de forma mais efetiva diante das perturbações externas. Surgiram assim as primeiras células que são consideradas os seres vivos mais primitivos. Com base em estudos essas células surgiram na terra há cerca de 3.5 bilhões de anos. Estes eram microscópicos, envoltos por uma membrana e em seu interior ocorriam diversas reações químicas ordenadas e controladas por informações genéticas.

Essas habilidades foram desenvolvidas com muito trabalho e muito esforço. As características de uma geração a outra se deu possivelmente pela molécula de RNA. Para defender essa ideia cientistas associaram que o universo é cheio de simples açúcares e que estas moléculas tiveram um papel importantíssimo na formação de RNA (Purves et al, 2002). Conforme a evolução avançou o RNA deixou de ser autorreplicante e passou a ter outras funções importantes no transporte da informação genética, mas o “carro chefe” dos organismos vivos passou a ser mesmo a molécula de DNA. Isso ocorreu provavelmente como um meio de proteção à vida, uma vez que a molécula de DNA é mais lon-

ga e mais estável do que a de RNA, sendo pois menos propensa a acidente e, portanto, são mais capazes de se auto conservarem.

As primeiras células, assim organizadas, fazem parte dos organismos procariontes (sem núcleo e sem compartimentos). Alguns micro-organismos, como por exemplo, as bactérias, são organismos unicelulares, onde cada célula é um todo. Atualmente essas células podem ser encontradas apenas em bactérias e algas azuis, também conhecidas como cianobactérias.

Vários dados apoiam a suposição que no processo de evolução esses organismos isolados penetraram em outros procariontes e, uma vez em seu interior desenvolveram células mais complexas com inúmeros compartimentos especializados e com membrana nuclear. Nessa fusão, hóspedes e prisioneiros eram a mesma coisa, sendo que um passou a ser indispensável ao outro. Essa hipótese, outrora revolucionária, é agora amplamente aceita, progredindo na descoberta das etapas envolvidas no processo evolutivo. Organismos tais como protozoários fungos, plantas e animais possuem células do tipo eucarionte (com núcleo).

Várias linhas de evidências sustentam que as mitocôndrias são derivadas desse evento endossimbiótico. As mitocôndrias eram bactérias menores que penetraram no interior de bactéria maiores e se hibernaram. Com o tempo o “invasor” passou a usar o oxigênio da célula hospedeira. A medida que ia ficando mais à vontade o predador foi perdendo parte do seu DNA e RNA e passou a produzir de energia para célula, criando assim uma interdependência. Houve, pois, uma fusão onde ambos obtiveram vitórias de cooperação. Hoje em dia sabe-se que as mitocôndrias são totalmente dependentes do total da célula. As células usam a energia gerada nas mitocôndrias e essas usam os ácidos orgânicos que representa o material residual do invasor. Sem a mitocôndria a célula não poderia usar o oxigênio e conseqüentemente morreria (Margulis & Sagan, 2002).

Relações harmônicas de cooperação foram as que levaram à sobrevivência dos seres vivos. Essas relações podem ser bem observadas ao consideramos a megacivilização de microrganismos que coexistem dentro e fora de nós em harmonia e cooperação. Nosso corpo é na verdade uma coletividade de células, bactérias e fungos, vírus, que juntos, em cooperação controlam e sustentam a vida em nós. Quando essa sintonia é perturbada inicia-se a doença. Percebe-se, pois, que nossa saúde é dependente da restauração adequada de comunidades microbianas que existem dentro de nós.

Essa nova visão tem forçado biólogos e demais cientistas a reconhecer a importância vital da cooperação no processo evolutivo. Estamos começando a reconhecer que, a cooperação contínua e a dependência mútua entre todas as formas de vida, têm aspectos centrais no processo de evolução. Com base nessas alianças que ocorreram no microcosmo podemos dizer que os seres humanos contem a autêntica história da vida na Terra e que a evolução do microcosmo definiu os contornos da vida moderna.

O princípio biocêntrico considera que o fenômeno da vida é uma propriedade do sistema como um todo. A visão unificadora se dá na diversidade onde cada um tem sua própria identidade. A união se dá na harmonia, na cooperação, como se fosse uma orquestra, onde cada um aceita as características do outro, e se complementam com o seu potencial, na totalidade. A união se sustenta na manifestação e sustentabilidade da vida, no sagrado que une e abrange todas as formas de vida.

Os cientistas dizem que se a vida fosse competição, não teríamos sobrevivido. Há muito mais cooperação do que competição entre os seres vivos. A competição significa a negação do outro. A vida é muito menos uma luta competitiva pela sobrevivência do que um triunfo da cooperação e da criatividade. Na verdade, desde a criação das primeiras células nucleadas,

a evolução procedeu por meio de arranjos de cooperação e de coevolução cada vez mais intrincados (Tortoga et al., 2005).

A evolução mostra que os organismos existentes derivam uns dos outros, de forma progressiva e em conformidade aos critérios de adaptação. A progressividade está relacionada à sucessão ininterrupta e constante dos diversos estágios de um processo “e existe em todo um processo evolutivo. A vida não pula etapas, ela se desenvolve continuamente e progressivamente. Então, podemos entender que a progressividade se refere a uma qualidade que está associada à própria natureza, à própria vida, ao próprio universo”.

Toro, reconhecendo a natureza progressiva de todo processo de desenvolvimento humano, coloca a progressividade como um dos princípios básicos que orienta o desenvolvimento metodológico do sistema Biodanza. Progredir é realizar-se gradualmente, evitando o confronto com o que não se tolera conviver. É preciso mastigar para depois engolir e digerir. Trata-se, pois, de uma atitude sensível e inteligente perante a vida, não só consigo mesmo, mas também com o outro e com o Universo.

A história nos mostra que a fusão de seres se deu por um processo de simbiose. Contudo a cultura ocidental é a cultura da não vida, pois reforça a competitividade como mecanismo de poder. A competitividade é a negação e dominação do outro. A desconexão dos seres humanos dessa matriz cósmica cooperativa leva a dissociações e nos conduz à profunda crise cultural em que vivemos.

A Biodanza é um convite ao processo simbiótico. Os exercícios (as danças), a estrutura grupal e o processo vivencial, são fundamentais para que o sistema Biodanza funcione. Ela oferece condições necessárias para uma legítima troca amorosa com outro. Nessa troca há permissão para que possamos ser diferentes, de forma a expressar com autenticidade nossos pensamentos, nossas emoções ainda que diferenciem dos demais. Os exercícios são realizados, sem competição e

nem comparação com o movimento do outro, respeitando cada um o seu limite. Isto requer que os mesmos sejam realizados de forma progressiva e com autorregulação. A ideia é manter a vitalidade sem fadiga demasiada, de forma que possamos haver uma integração dos sistemas respiratório, circulatório e muscular. Dependendo do exercício e da intensidade do mesmo, propõem-se intervalos de descanso de forma que haja um equilíbrio entre as catecolaminas simpáticas (adrenalina e noradrenalina) e o neurotransmissor parassimpático acetilcolina.

Toro diz que o grupo funciona como um biogerador de vida. O princípio biocêntrico define um estilo de viver, de sentir, de pensar e agir pautado na conservação de vida no planeta. Osório (2003) diz as civilizações mais primitivas, sobreviveram devido às relações grupais, a fim de garantir sua unidade e sobrevivência. Ressalta que o cooperativismo ganha maiores perspectivas de desenvolvimento laboral e maiores ganhos para os seus membros.

Então vejamos, em um grupo de Biodanza há geralmente há diversificação e isso nos coloca em uma situação que permeia as diferenças e estabelece que o relacionamento se deve dar em “feedback”, evitando conflitos e permitindo melhor desenvolvimento progressivo do grupo. Dançando em grupo, os rituais de aproximação passam pela percepção do nosso limite e do limite do outro. Este é o princípio de reciprocidade. Existe um “tecer” que se processa no amor e por meio de um entendimento recíproco. Essas atitudes têm um êxito mais elevado na comunicação afetiva, resultando na maior liberdade de expressão da nossa própria identidade. Respeitando esses mecanismos naturais, podemos fluir e garantir um processo suave e progressivo de transformação evolutiva (Jaubert, 2015).

Resumindo, podemos dizer que a existência de qualquer fenômeno vivo se faz pelo movimento, onde os visíveis e invisíveis caminham juntos. Nesse caminhar, o homem é fruto

da combinação de organismos no processo de evolução do universo. O homem é o único ser que consegue perceber o microcosmo que tem dentro de si mesmo.

Somos regidos pelas leis naturais que nos sustentam e permite a preservação da espécie. O princípio biocêntrico pauta na sabedoria cósmica que gera, mantém e transforma os seres vivos. De fato, nós, organismos Macrocosmo, vivemos em constante equilíbrio com o Microcosmo. Nos tornamos o que somos hoje por meio da união de bactérias, onde o processo de simbiose prossegue de maneira interrupta. Somos lados de uma mesma unidade, a unidade da consciência cósmica.

Penso que a vida não surgiu da matéria, mas que a matéria se ordena em relação às possíveis estruturas da vida. A causa do universo é a vida.

(Rolando Toro)

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Somos afetados por um processo evolucionário, que avança com base em estágios específicos tornando-nos seres humanos. Conhecer a lógica de progressão desses estágios nos ensina a entender a ter novas visões do que é ser humano. Nossa jornada evolutiva como seres vivos e sociais nos traz características extraordinárias na história do conhecimento humano, em suas inúmeras possibilidades de relações com a nossa sociedade. Somos todos seres sociais. Essa percepção nas experiências da vida é o grande desafio que nos desloca, para novos paradigmas de nossa existência, fornecendo elementos para a compreensão do ser humano na sua relação com o ambiente, cultura e sociedade.

O desejo legítimo de viver das células bacterianas nos mostra que podemos participar do processo da nossa própria evolução e favorecer a evolução das futuras gerações. Somos agentes de transformação e parte integrante de um sistema gerador de vida e responsáveis pelo que pensamos e pelo que fazemos. Somos capazes de criar formas e estruturas novas, ou seja, qualidades auto organizadoras a partir da desordem. Cabe a cada uma de nós resgatar nossas potencialidades e aprender a viver de maneira que possamos fazer a algo de melhor para nossa evolução.

Essa nossa jornada segue entre erros e acertos, onde todos convivem em interdependência uns com os outros. Os enganos nos transmitem vastíssimos conhecimentos. Errar faz parte do processo evolutivo. A experiência está em fazer algo de melhor para nossa própria evolução. O homem, este ser humano desconhecido, tem que conhecer a si para também conhecer o Universo. Se estivermos vinculados à vida, como condição suprema, poderemos organizar uma convivência e coexistência com a criação divina, em todos âmbitos da atividade humana. Se pensarmos, sentirmos e agirmos em comunhão com o todo, poderemos ajustar a nossa própria vida e poderemos ter tudo que o todo tem nessa unificação. O todo é puro amor. É a essência do Universo.

O poder de criação dos divinos e tudo que se encerra nos planos menores não terminam em si mesmo senão no todo. Olhando para vida e tantas identidades viventes, podemos considerar que a humanidade é mesmo uma expressão dessa conexão, adaptabilidade, progressividade e reciprocidade. Podemos considerar esses valores vitais como expressão do vivente. Percebendo a atitude de nossos ancestrais, cultivando a afetividade e a solidariedade dentro de uma visão orgânica unitária poderemos ter mais alegria, mais harmonia conosco, com o outro e com o mundo.

Assim, meditando sobre o Macro e Microcosmo como tudo começou, poderemos expressar a nossa gratidão a muitos que caminharam por esta trilha antes de nós, cujos rastros nós seguimos. Somos pois parte do cosmos, onde tudo tem a ver com tudo.

Somos pois parte do cosmos, onde tudo tem a ver com tudo.

(Leonardo Boff)

8. REFERÊNCIAS

ATLAN H. Entre o cristal e a fumaça: ensaio sobre a organização do ser vivo. Jorge Zahar, Rio de Janeiro, 1992.

CAPRA, F.A. Teia da vida. Uma nova compreensão científica dos sistemas vivos. Ed. Cutrix. São Paulo, SP, 1997.

DALLALANA M.C.S. Do inconsciente vital à consciência cósmica um caminho de conexão com a vida. Monografia apresentada à Escola de Biodanza Sistema Rolando Toro Rio Barra, 2013.

FERREIRA E.M. Biodanza e a expressão da identidade dançando os critérios da identidade saudável em ambiente hostil. Monografia apresentada à Escola de Biodanza Sistema Rolando Toro Rio Barra, 2012.

GUYTON H & HALL G. Textbook of medical physiology. Saunders Company, Philadelphia, 1996.

JAUBERT, K. Progressividade em Biodanza. Monografia apresentada à Associação Escola Rolando Toro, do Rio de Janeiro, RJ, 2015.

MARGULIS, L. & SAGAN P. Microcosmo. Quatro bilhões de evolução microbiana. Ed. Cultrix, São Paulo, SP, 2002.

MATURANA H. & VARELA F. Autopoiese e cognizione. Marsílio, Venezia, 1985.

OLIVEIRA, H. @ MINAYO, M. C. S. A auto-organização da vida como pressuposto para a compreensão da morte infantil. Ciênc. saúde coletiva .v. 6, n.1 , p:139-149, 2001.

- OSORIO, L.C. Psicologia grupal: uma nova disciplina para o advento de uma era. Ed. Artmed, Porto Alegre, RGS, 2003
- PINHEIRO, M. Aspectos históricos da neuropsicologia: subsídios para a formação de educadores. Educar. n. 25, p. 175-196, 2005.
- PRIGOGINE, I. “Dissipative Structures in Chemical Systems”, in Stig Claesson (org.), Fast Reactions and Primal. Processes in Chemical Kinetics, Interscience, Nova York, 1967.
- PURVEZ W, K. et. al. A vida: a ciência da biologia. Artmed, Porto Alegre, RGS, 2002.
- SCHRÖDINGER E. O que é a vida? O aspecto físico da célula viva. Ed. UNESP, São Paulo, 1997.
- TORO R. A. Biodanza. Ed. Olavobrás, São Paulo, SP, 2002.
- TORO R. A. A teoria da Biodanza. Coletânea de textos. ALAB, Fortaleza, CE, 1991.
- TORTOGA, G.J et.al.. Microbiologia, Ed. Artmed, Porto Alegre, RGS, 2005.
- VARELA, H. Da parte para o todo: auto-organização dinâmica em sistemas físico-químicos. Cienc. Cult. v. 63, n.1, p.23-25, 2011.

METODOLOGIA DE APLICAÇÃO DOS PRINCÍPIOS ECOLÓGICOS EM SESSÕES DE BIODANZA COMO ESPAÇO DE REFLEXÃO POLÍTICA EM DEFESA DO MEIO AMBIENTE

Olga Santana Sales*

RESUMO: Este artigo tem como objetivo apresentar a metodologia utilizada para a aplicação de princípios ecológicos em sessões de Biodanza realizadas no estágio de Formação para facilitador de Biodanza, com deficientes visuais na Biblioteca Braille – Taguatinga/DF. Nesta pesquisa, pretendeu-se promover o desenvolvimento de sessões que propiciassem a junção dos princípios: ecológicos, do encontro humano e da Carta da Terra, construindo, assim, um espaço de reflexão sobre as questões ambientais, que estimulassem o despertar da consciência para o cuidado com todas as formas de vida. Trata-se de uma abordagem qualitativa e de caráter pioneiro, alicerçada em autores como Capra (1996, 2006), Santos (2009), Santos e Acácio (2017), Gadotti (2000), Boff (2000, 2001), Leloup (2015), Morin (2007), Weil (2017), entre outros, que sedimentaram a coerência da proposição do estudo, com o pensamento do criador do Sistema Biodanza, Rolando Toro.

Palavras-chave: Biodanza, Meio ambiente, Princípios do encontro, Princípios ecológicos, Carta da Terra.

Considerações iniciais

Constata-se hoje, mais do que em tempos passados, em razão da devastação ecológica que todo o planeta atravessa, a necessidade de uma reculturalização para um reaprendizado afetivo das relações inter-humanas dos homens com a natureza.

Capra denominou esse processo, de alfabetização ecológica. Em 1996, este cientista formulou os Princípios Ecológi-

* Mestre em Planejamento e Gestão Ambiental pela Universidade Católica de Brasília.

cos ou Princípios da Alfabetização Ecológica, baseados na observação da sabedoria da natureza e na análise dos ecossistemas, objetivando a construção de comunidades humanas autossustentáveis e cooperativas, sob uma perspectiva que se estende às futuras gerações.

Um destes princípios, a Interdependência, por exemplo, afirma que a interligação de todos os seres vivos estabelece uma extensa e multifacetada rede de relações, denominada, por Capra, de Teia da Vida (CAPRA, 1996).

Rolando Toro, criador do Sistema Biodanza, inspirou-se em diversas fontes de conhecimento e, dentre estas, no pensamento de Capra, que contribuiu para a elaboração do Sistema Biodanza, especialmente do pensar biocêntrico.

Toro (1991) desenvolveu, em sua teoria, o Princípio Biocêntrico, embasado no respeito e no cuidado com todas as formas de vida. Esta ótica da percepção do real considera a vida como centro e ressalta a importância de cada cidadão na proteção e na evolução da vida. Nesse sentido, todos são responsáveis e coarctíficos da vida.

Além disso, a teoria da Biodanza e a sua metodologia têm como fio condutor o afeto e o cuidado, que se manifesta na escolha e planejamento das atividades vivenciais e das relações do facilitador com seus alunos e destes, entre si.

Rolando Toro, em exposições verbais, ressaltou que facilitadores e alunos de Biodanza são multiplicadores de vida e que, os facilitadores são, singularmente, missionários da vida.

Este artigo tem por objetivo primeiro apresentar metodologia utilizada para aplicação dos princípios ecológicos em sessões de Biodanza, por meio do desenvolvimento de sessões que promovessem a junção dos respectivos princípios ecológicos, do encontro e da Carta da Terra, possibilitando a construção de um

espaço de reflexão sobre as questões ambientais e um despertar da consciência para o cuidado com todas as formas de vida.

A importância do estudo, pioneiro, pode ser apreciada em vários pontos: primeiro, ele trata de um tema que se constitui como uma das maiores preocupações da atualidade, podendo contribuir para ampliar a consciência ecológica de seus participantes. Em segundo lugar, pode ser oferecido a diferentes grupos, como de crianças, jovens e idosos, grupos especiais, entre outros, e ser utilizado em trabalhos temáticos de Biodanza, realizados em sessões consecutivas ou em trabalhos de final de semana.

Outro aspecto interessante, o terceiro, é o embasamento teórico alicerçado em autores de reconhecido valor no meio científico e pedagógico, como, Gadotti (2000), Boff (2000, 2001), Leloup (2015), Morin (2007), Weil (2017) e Capra (1996, 2006).

Para tanto, realizou-se uma revisão de literatura, partindo dos conceitos básicos da Biodanza e dos seus princípios cunhados pelo criador do Sistema Biodanza, Rolando Toro, cujas ideias foram associadas às de outros pensadores das questões ambientais a fim de conferir embasamento para a utilização dos princípios ecológicos em sessões de Biodanza.

1. Aplicação dos Princípios Ecológicos em sessões de Biodanza, como um espaço de reflexão política em defesa do meio ambiente

A Biodanza, segundo seu criador, Rolando Toro Aranda (1924-2010), é um sistema de integração afetiva, que propõe o restabelecimento da unidade perdida entre a percepção, a motricidade, a afetividade e as funções viscerais, assim como objetiva a renovação orgânica, que se traduz pelo restabelecimento da harmonia homeostática, induzida, principalmente, por meio

de estados especiais de transe. Outro aspecto, incluído por Toro (2005), inter-relacionado com os demais, é a reaprendizagem das funções originárias de vida, que retroalimenta o comportamento e o estilo de vida.

O criador da Biodanza ressalta um caráter essencial à prática desta metodologia: o trabalho em grupo. Segundo ele, “a Biodanza não é praticada individualmente; ela resulta eficaz dentro de um grupo afetivamente integrado, que oferece possibilidades diversificadas de comunicação e proporciona um continente protetor” (TORO, 2005, p.33).

Pode-se conceber que a prática grupal ofertada pela Biodanza é, também, um espaço político de reflexão, a partir de experiências vivenciais integradoras que são levadas ao mundo e que influenciam o coletivo. Toro (1991, p. 10) afirma que “uma técnica de grupo é também de massa” pela possibilidade de divulgação e disseminação de ideias e de práticas afetivas e ecológicas.

Este autor (1991, p. 16) reiterava que a mudança por meio “da Biodanza não é uma mera reformulação de valores, mas uma verdadeira transculturação [...]” e ainda, ao trazer o pensar biocêntrico, declarou que:

O Princípio Biocêntrico tem a chave que abre todas as portas. [...] 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 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, transparente (não poluído), de-

fende o respeito pela fauna e pela flora. Agindo a partir do Princípio Biocêntrico, este indivíduo é um pedagogo, um amante, um artista, um poeta. .(TORO, 1991, p.21).

Toda a fala de Toro é um discurso que busca espaços para reflexão política e ação social, o que não significa assumir partidarismos políticos ou ideológicos.

Santos (2009), ao abordar as diversas áreas de aplicabilidade da Biodanza, destaca a “área ambiental”, em que descreve como sendo a realização de:

Projetos de ecologia profunda, onde a pessoa se percebe como parte do ecossistema, desenvolvendo, de forma consciente, ações para conservação da vida e a reeducação para um novo estilo de vida que se preocupa com a preservação do planeta (SANTOS, 2009, p.27).

Gonzalez (2015), facilitadora e didata em Biodanza, nos alerta sobre esse caminho que a humanidade tem tomado, de descartar tudo que nos aproxima de nossa humanidade, até mesmo das relações afetivas. Segundo a autora, nos distanciamos de forma muito perigosa do significado de “Ser-no-Mundo”, diante de um ambiente artificial, planejado, murado, que nos torna apenas mais uma peça de uma engrenagem.

Esta é uma das razões que evidencia a importância de se vivenciar os princípios ecológicos em sessões de Biodanza e desenvolver os saberes abordados por Morin (2007): ensinar a condição humana, ensinar a identidade terrena, ensinar a compreensão, que poderíamos nominar, respectivamente, como, facilitar a condição humana, a identidade terrena e a compreensão.

Dando sequência ao texto, serão apresentados, em seguida, os Princípios do Encontro Humano, Princípios Ecológicos ou Princípios da Alfabetização Ecológica, bem como A Carta da Terra.

Os Princípios do Encontro Humano representam uma proposta de Toro, relatada por Santos e Acácio (2017, p. 103-121), que possibilita ao ser humano o fortalecimento dos três níveis de vínculos relacionais, quais sejam: consigo, com o outro e como o coletivo. Esses princípios enriquecem a Teoria da Biodanza, por meio de seus 12 princípios: “compressão-descompressão, diálogo psicotônico, diversificação, eurritmia, expressividade, fluidez, incondicionalidade, iniciativa recíproca, integração, reciprocidade e sincronicidade”.

Por meio da prática desses princípios, o ser humano se dispõe ao encontro do outro (SANTOS; ACÁCIO, 2017). A aplicação destes, em sessões de Biodanza, oportuniza ao participante se colocar em movimento perante a vida, por ampliar os níveis de consciência, concernente às relações humanas e à grandeza que esses encontros promovem. Nenhum princípio se opõe ao outro e todos estão voltados à consciência universal.

Os Princípios Ecológicos ou Princípios da Alfabetização Ecológica foram formulados por Capra (1996), baseados na sabedoria da natureza e no entendimento dos ecossistemas como redes de autocriação que formam a teia da vida. O autor identifica esses princípios como sendo básicos da ecologia e se pode utilizá-los como diretrizes para construir comunidades humanas sustentáveis. Os princípios formulados foram os seguintes: Interdependência, Sustentabilidade, Ciclos ecológicos, Fluxo de energia, Associação, Flexibilidade, Diversidade e Coevolução. As ideias lançadas trazem uma proposta de criação de uma conexão entre coletividades ecológicas e humanas.

Mantendo, ainda, o pensamento de que os princípios ecológicos podem ensinar o caminho da sustentabilidade, em 1987, a Comissão Brundtland, das Nações Unidas para o Meio Ambiente e o Desenvolvimento, recomendou a redação de

uma nova carta sobre o desenvolvimento sustentável. Porém, somente na Cúpula da Terra (Eco-92), no Rio de Janeiro, é que foi redigida a primeira versão dessa Carta e o Brasil foi considerado “o berço da Carta da Terra” (GADOTTI, 2010, p.13). Este documento é fundamentado “na afirmação de princípios éticos e valores fundamentais que norteiam pessoas, nações, Estados, raças e culturas no que se refere à sustentabilidade”. (GADOTTI, 2010, p.19).

A Carta da Terra aborda, dentre outros assuntos, os direitos humanos, a democracia, a economia, a erradicação da pobreza, por meio de quatro macros princípios: “I- Respeitar e cuidar da comunidade de vida; II- Integridade ecológica; III- Justiça social e econômica; IV- Democracia, não violência e paz”, que se constroem por outros subprincípios (GADOTTI, 2010, p.61-73).

A Carta da Terra é um chamado ao bem viver com toda a comunidade de vida. Muitos procuram esse bem viver que traga a paz e a serenidade em vários campos da vida, e, quando não as encontram, acabam enveredando no caminho dos estresses e das doenças. Weil (2017) nos instiga a refletir: em qual lugar conseguiríamos descobrir paz e serenidade? Esse caminho começa pela compreensão do que denomina de “as três ecologias ou as três consciências”. Para Weil, “a roda da arte de viver em paz nos mostra o quanto são interdependentes os diferentes tipos de consciência, de ecologia e de vivência da paz” (p. 33).

Comenta este mesmo autor que a Declaração da UNESCO, em seu preâmbulo, afirma que “uma vez que as guerras iniciam na mente dos homens, é na mente dos homens que devem ser construídas as defesas da paz” (WEIL,2007, p 34). Por conseguinte, depreendemos que a paz sempre esteve presente, porém, não aprendemos a encontrá-la; para tanto, é necessária uma tomada de consciência, uma mudança de atitude.

Weil (2017) ressalta o suicídio coletivo que está ocorrendo ao extinguírmos, em dimensões progressivas, a vida do Planeta Terra, pois viver é a arte de existir e dialogar em paz com a natureza.

Desse modo, para se retomar o caminho perdido pela Humanidade, no sentido de desfazer a separatividade entre o Homem-Natureza, é preciso dançar um novo encontro, resignificando a posição de cada SER neste Universo e a sua importância na relação com o outro.

Nesse caminho, este estudo apresenta a convergência que há entre os Princípios Ecológicos e os Princípios da Carta da Terra com a proposta do Princípio Biocêntrico, que, segundo seu criador, Rolando Toro, (1991, p.6), “se nutre da sabedoria biocósmica. Nosso mestre é a própria natureza”.

2. Eco Metodológico

A metodologia, de natureza qualitativa, buscou subsídios teóricos em pensadores que trouxessem uma abordagem ambiental de cuidado com a vida, em suas diferentes formas e que se aproximassem do pensamento de Toro, como já referido.

Após identificar uma correlação significativa do pensamento de Weil, Boff e Capra com a aplicabilidade vivencial da Teoria da Biodanza, formatou-se o projeto de Biodanza denominado Enxergando a vida com outros olhos, submetido à Biblioteca Braille e a Escola de Biodanza Rolando Toro de Brasília, que tinha como orientação a prática de exercícios que possibilitasse a vivência dos Princípios da Carta da Terra, dos Princípios Ecológicos de Capra (1996), do Encontro Humano, de Santos e Acácio, (2017). A execução do Projeto teve início com o desenvolvimento de 12 sessões de Biodanza.

A pesquisa de campo foi realizada no período de 01/09/2018 a 30/11/2018, aos sábados, na Biblioteca Braille

“Dorina Nowill”, situada na CNB, Área Especial 01, Setor Central, Taguatinga, Distrito Federal.

Participaram da pesquisa 16 pessoas, entre homens e mulheres, sendo oito deficientes visuais, com deficiência total ou subtotal entre 100 e 85%, além de oito videntes, termo utilizado na Biblioteca para designar as pessoas que enxergam, sendo duas monitoras e seis participantes videntes. Os participantes videntes estiveram presentes em 5 das 12 sessões.

Durante o planejamento didático, foram relacionadas todas as categorias de princípios em um quadro que facilitasse a busca do princípio mais apropriado para cada sessão. Em todas as sessões, vivenciaram-se as três categorias de princípios e da mesma forma, os “três níveis de vínculos”, referenciados por Santos (2009), que se inter-relacionam com “as três ecologias ou consciências”, de Weil (2017), Quadro 1.

Quadro 1 – Inter-relação do pensamento de Weil (2017) e Santos (2009)

As três ecologias ou as três consciências (WEIL, 2017)	Os três vínculos relacionais (SANTOS, 2019)
Existem três direções nas quais podemos enxergar a paz. Cada uma delas necessita de uma forma de consciência e de um tipo de ecologia. Essas consciências e ecologias são profundamente interligadas e inseparáveis (p.32-33).	O impulso de vinculação envolve a afetividade, o gesto, a postura e a sensibilidade cenestésica. [...] O encontro é uma forma de despertar a vivência de solidariedade, presença, e de criar condições para que o ‘estranho’ se transforme em irmão (p.335-336).

<p>Ecologia Individual</p> <p>A paz consigo mesmo: dentro de cada um de nós. Há momentos em que estamos em paz e há outros em que estamos tensos e agitados.</p> <p>Há, por conseguinte, necessidade da consciência individual para definir e localizar a paz dentro de nós mesmos para, em seguida, dizer como braça -la. É o que se chama de ecologia interior ou ecologia do ser, que se apoia na consciência individual. A ecologia individual é o estado de harmonia do ser pessoal (p.32).</p>	<p>Vínculo Consigo mesmo</p> <p>Compromisso consigo mesmo, de total fusão da consciência com a própria palpitação da vida. Esse é um ato de cumplicidade com o mais íntimo que há em si mesmo, de autoaceitação incondicional. Progressivamente, a 'consciência' desse ato começa a desaparecer; então já não há desdobraamento, mas a pura "vivência" de si mesmo (p. 335).</p>
<p>Ecologia Social</p> <p>A paz com os outros: Essa paz também é instável nas nossas relações com marido, mulher, amigos, colegas, pais e filhos etc. [...] Harmonia com a sociedade e dentro dela. A ecologia social pressupõe, exige e depende da consciência social de cada cidadão e de uma consciência social coletiva maior do que a soma das consciências individuais (p.33).</p>	<p>Vínculo Com o outro</p> <p>Todo seu ser flui através dos braços lançados para adiante, como se uma força que surge do peito, mas que está alimentada desde os pés, o arrastasse desesperadamente para a outra pessoa. É o desejo de braça-la, de estreitá-la entre os braços, de fundir-se com ela até o ponto em que a própria identidade chega a desaparecer (p.336).</p>
<p>Ecologia Ambiental</p> <p>É a paz com o meio ambiente, com a natureza em torno de nós. A ecologia ambiental é um estado de equilíbrio dos ecossistemas. Esse equilíbrio, tudo o indica, é uma expressão da consciência do universo. Com a intervenção destrutiva, pelo ser humano, do equilíbrio ecológico, foi e continua sendo indispensável o despertar da consciência ecológica individual em cada cidadão do planeta. Ao proceder assim, podemos contribuir em dissolver a ilusão de que somos separados deste universo autoconsciente (p.33).</p>	<p>Vínculo Com o grupo</p> <p>É, na realidade, a entrega ao centro do infinito, sentindo que o lugar em que se está, seja qual for, é parte viva do Todo. A energia que une todas as coisas, flui dentro e fora do organismo e os limites do corpo deixam de ser percebidos (p.336).</p>

Fonte: Weil (2017) e Santos (2009).

As sessões foram pautadas nas observações de Santos e Acácio (2017), sobre o que se aspira alcançar com a vivência. Relaciona-se com o “porquê” e o “para quê” do exercício ou movimento, além do “significado existencial”, traduzido pela projeção da vivência no cotidiano, constituídos pelos resultados duradouros que o exercício provoca.

O planejamento das sessões também manifestava a necessidade observada por Boff (2000) de que a existência de valores sociais expressa o interesse pelos outros, o que pressupõe que esse outro, o indivíduo, esteja inserido em um núcleo social, seja ele denominado de família, comunidade, nação ou humanidade, cujos interesses antecedam os interesses individuais.

Mediante essas reflexões, foram apresentados exercícios que trabalhassem os três níveis de vínculos propostos na Biodanza.

A definição do tema da aula foi orientada pela busca de uma inter-relação entre a categoria de princípios: Carta da Terra, Ecológico e do Encontro Humano, que melhor alcançassem o objetivo geral identificado para cada sessão.

Ao delinear os princípios que mais se relacionavam entre si, escolheram-se os exercícios e as músicas que considerados deflagradores das vivências específicas e foram construídas as respectivas consignas, utilizando o sentido dos próprios princípios, em especial os da Carta da Terra.

A proposta apresentada no Quadro 2, compõem as sessões vivenciadas durante o estágio realizado na Biblioteca Braille.

Quadro 2 – Proposta das sessões de Biodanza

P.E – Princípios do Encontro P.A.E – Princípios da Alfabetização Ecológica P.C.T – Carta da Terra		
Tema da aula	Objetivo da aula	Princípios Trabalhados na aula
1- O significado da primavera em nós.	Cuidar da comunidade da vida em toda sua diversidade.	P.E: Expressividade e Reciprocidade; P.A.E: Interdependência e Diversidade; P.C.T: I - Respeitar e cuidar da comunidade de vida.
2- Assumindo nossa cidadania	Despertar o compromisso com o coletivo a partir do compromisso com nós mesmos.	P.E: Expressividade, Fluidez e Reciprocidade; P.A.E: Fluxo de energia; P.C.T: IV - Democracia não violência e paz.
3- Como me percebo?	Despertar para o cuidado conosco.	P.E: Diálogo psicotônico Compressão-Descompressão; P.A.E: Ciclos ecológicos e Flexibilidade; P.C.T: Respeitar e cuidar da comunidade de vida
4- Qual o meu papel no mundo?	Despertar para o compromisso que todos temos uns com os outros.	P.E: Sintonia, Diálogo psicotônico e Compressão-Descompressão; P.A.E: Interdependência e Ciclos ecológicos; P.C.T: Justiça social e econômica.
5- Como se pode fazer a morte e o renascer de uma situação de forma totalmente renovada?	Compreender a possibilidade de renovação diária em nossas vidas.	P.E: Diversificação, Fluidez e reciprocidade; P.A.E: Flexibilidade e Coevolução; P.C.T: Justiça social e econômica.

6- Onde deixei a minha identidade?	Fortalecer a identidade do grupo.	P.E: Iniciativa recíproca e Diálogo psicotônico; P.A.E: Fluxo de energia; P.C.T: II - Integridade ecológica.
7- Dançando a liberdade de ser	Dissolver as corações do grupo	P.E: Iniciativa recíproca e Diálogo; P.A.E: Fluxo de energia; P.C.T: Democracia, não-violência e paz.
8- É possível sonhar um mundo melhor	Estimular a criatividade no grupo.	P.E: Iniciativa recíproca; P.A.E: Associação; P.C.T: I-Respeitar e cuidar da comunidade de vida.
9- Vivenciar as bênçãos recebidas	Agradecer as bênçãos recebidas	P.E: Expressividade e Sincronicidade; P.A.E: Ciclos ecológicos; P.C.T: IV - Democracia, não-violência e paz.
10- Boniteza de um sonho	Estimular a criatividade no grupo	P.E: Iniciativa recíproca; P.A.E: Associação; P.C.T: I-Respeitar e cuidar da comunidade de vida.
11- Liberdade para ser quem somos	Possibilitar a expressividade do grupo	P.E: Compressão-Descompressão, Eurritmia, Diversificação, Expressividade, Reciprocidade; P.A.E: Interdependência, Parceria; P.C.T: I – Respeitar e cuidar da comunidade de vida.
12- Reciclando nossas atitudes	Estimular a consciência ambiental	P.E: Compressão-Descompressão, Sincronicidade, Sintonia, Diversificação; P.A.E: Ciclos ecológicos, Fluxos de energia e Coevolução; P.C.T: II – Integridade ecológica.

Fonte: Produção da própria autora.

3. Análise e Discussão dos Resultados

A análise de dados ocorreu por meio dos relatos verbais dos participantes, tanto dos deficientes visuais como dos videntes. Os depoimentos foram transcritos na forma como foram relatados pelos participantes, por esta razão, a palavra Biodanza está com grafia diferente; a letra entre parênteses não indica a inicial do nome do participante, de forma a manter o sigilo de sua identidade.

O relato ou partilha verbal aconteceu no primeiro momento das sessões de Biodanza, no qual foram dedicados a este momento cerca de 30 minutos para compartilhamento de emoções, de impressões e de sensações relacionadas à sessão anterior e a outras sessões.

Tais relatos corroboram, dentre outros aspectos, à reformulação de padrões de vida, buscando referenciais mais saudáveis, que potencializam a manifestação evolutiva da vida, consonante com a proposta do Princípio Biocêntrico (Toro, 1991). As Vivências visaram estimular no ser humano exatamente o prazer de estar junto, de estar com o outro e de pôr a vida no centro, direcionar cuidado a essa vida, resgatando seu lado luz.

A vivência dos princípios aplicados neste estudo possibilitou aos seus participantes o desenvolvimento da autoestima, da autoimagem e do autoconceito, de atitudes saudáveis perante a vida, bem como da função de vínculo que levam ao desenvolvimento humano. Santos e Acácio, (2017, p.115) trazem a afirmativa de que “o Princípio Biocêntrico e a Biodanza ensinam a empatia, a seguir o movimento sensível do outro, a amar e valorizar a vida em tudo que a sustenta”.

Alguns relatos dos participantes da Biodanza presentes neste estudo fortalecem o exposto até aqui, demonstrando uma internalização das propostas vivenciais que foram oferecidas nas sessões de Biodanza.

1. (A - deficiente visual): A gente esquece tudo quando está aqui e abre espaço para compartilhar. Você nasce enxergando, depois perde...

A árvore cresceu dentro de mim, fiquei leve (referência a uma vivência de natureza). Chego cedo e fico esperando a aula. Nossa simplicidade se fortalece uns com os outros. A música faz com que você relaxe e tira a pane da vida. Se você não olhar para você, não tem quem olhe.

2. (B - deficiente visual): Senti leveza e fez esquecer o tempo de desafios. Me senti em paz comigo mesma, com todo mundo.

3. (F - vidente): Abri a janela cedo e vi o parque, os pássaros, o cheiro da chuva. Admirando o jardim, chamei o marido para ver. Não ficar preocupada com o passado e futuro. Tô mais calma e mais tranquila, menos ansiosa. E me faz bem e me faz tão bem!

Diante destes relatos, seguimos o pensamento de Morin (2007), que afirma sobre a necessidade de se reconhecer a multidimensionalidade da condição humana e, em consequência, é preciso retomar Toro (2005), quando ele menciona a respeito da possibilidade de desenvolvimento dos potenciais de vida.

4. (A - deficiente visual): Sentir os pingos da chuva, que as estrelas estão brilhando.

5. (C - deficiente visual): A pessoa que estava comigo me mostrou flores que existem na sala. Vi flores lindas, me lembrei que plantava com a minha avó. No roseiral, quando via as flores aqui, me recordei dos girassóis.

6. (F - deficiente visual): Cores, cheiros, perfume e cantar dos pássaros. Eu sinto outros sentidos.

7. (A - deficiente visual): Este tema trouxe reminiscências da infância – situações prazerosas e felizes, em uma época que enxergava.

8. (C - deficiente visual): É boa a sensação de voltar no tempo e lembrar a infância.

9. (D - deficiente visual): O que eu colho aqui é harmonia, paz, felicidade e onde eu ando as pessoas percebem essa paz que sai da minha boca. As pessoas oferecem ajuda e eu agradeço e aceito. Sempre acho alguém que me ajude a atravessar a rua. [...] Eu tenho alguma autonomia, mas mesmo assim preciso de ajuda, até para evitar que machuque meu corpo.

A proposta da Biodanza é exatamente unir e sanar a ferida aberta entre corpo e mente, homem e cosmos, pois todos somos filhos das estrelas. Por isso, Morin (2007) entende que

É impossível conceber a unidade complexa do ser humano pelo pensamento disjuntivo, que concebe nossa humanidade de maneira insular; fora do cosmos que a rodeia, da matéria física e do espírito do qual somos constituídos [...], que restringe a unidade humana a um substrato puramente bio-anatômico (MORIN, 2007, p. 48).

O autor prossegue dizendo que “devemos reconhecer nosso duplo enraizamento no cosmo físico e na esfera viva e, ao mesmo tempo, nosso desenraizamento propriamente humano. Estamos simultaneamente dentro e fora da natureza“ (p. 48). Portanto, “devemos reconhecer nossa identidade terrena, física e biológica” (p. 50).

Estas reflexões de Morin (2007) corroboram com as palavras de Toro (1991) de que somos constituídos do pó das estrelas: “somos originários do cosmos, da natureza, da vida, mas, devido à própria humanidade, à nossa cultura, à nossa mente, à nossa consciência, tornamo-nos estranhos a este cosmos, que nos parece secretamente íntimo” (p. 51).

Ao propor a utilização dos princípios ecológicos em sessões de Biodanza, houve a aproximação de nossa humanidade dentro de

um Universo cósmico, pois, como ressalta Morin (2007), o “nosso pensamento e nossa consciência fazem-nos conhecer o mundo físico”, mas nos distanciam desse cosmos. “Desenvolvemo-nos além do mundo físico e vivo. É neste “além” que tem lugar a plenitude da humanidade” (p. 51).

Assim, a Biodanza, ao trabalhar, em especial, as Linhas da afetividade e da transcendência, possibilitou alcançar esse “além” e encontrar nossa plenitude para chegar ao terceiro nível de vínculo – o vínculo com a totalidade (SANTOS, 2009) e à “terceira ecologia ou consciências” abordadas por Weil (2017) como ecologia ou consciência ambiental.

10. (D - deficiente visual): Procuo pensar antes de falar as palavras. Eu quero a paz para todos, desde a minha casa, a rua, cada esquina.

A junção de Princípios Ecológicos cunhados por pensadores da área ambiental aos Princípios do Encontro formulados por Rolando Toro e citados por Santos e Acácio (2017) quando utilizados em sessões de Biodanza, promovem reflexões sobre as questões humanas e ambientais: eu comigo mesmo, eu com a sociedade e eu com o cosmo. Diante do exposto, o espaço da Biodanza, pode e deve ser um espaço de reflexão política, não partidária, de tudo que envolve o cotidiano e a condição humana.

11. (E - deficiente visual): Em termos de autonomia, como eu vejo um pouco (só 15% de um olho), eu acho que não preciso de ajuda. Eu tento conversar comigo mesma e me conscientizar que preciso de ajuda. Estou aceitando e me conscientizando da deficiência visual e me imaginei dentro da bolha (Vivência de caminhar com a bolha) e a necessidade de equilíbrio, com a deficiência. Frágil como a bolha. Temos que nos blindar de certas coisas, que o mundo está lá fora.

12. (A - deficiente visual): Tenho esperança de voltar a enxergar... Aceitar a situação da falta de visão. O aprendizado e a terapia é pra nós mesmos e a ideia de que tem que aprender consigo mesmo.

O equilíbrio que a bola (Vivência de caminhar com a bolha) traz é o equilíbrio que tenho que ter na vida. Eu me conformo no silêncio, daquele momento de turbulência e o fato de precisar de outras pessoas, dependência. Aceitar. Eu não posso sair batendo a bengala sem saber pra onde vou. Sem rumo, como eu volto depois? E as pessoas lá de casa?

13. (D - deficiente visual): Passei a ter mais responsabilidade comigo mesmo e cuidado.

Como bem afirma Toro (2014), o “Princípio Biocêntrico desconhece toda forma de alienação ou condicionamento autoritário” (p. 48) e, conseqüentemente, toda forma de discriminação do ser humano. E, por essa razão, pode parecer subversiva uma disciplina que tenha suas raízes fincadas no respeito à vida, no direito ao amor e ao contato e no gozo de viver.

14. (G - vidente): A gente, idoso é invisível. [...] Tenho uma filha que eu nem posso conversar, então pra não ouvir ela dizer “menos” (gesto de pedir para falar menos), eu prefiro nem falar, agora aqui e no UNISER eu converso muito.

15. (D - deficiente visual): A minha vida mudou muito, o meu orçamento, a maneira de falar com as pessoas. Me sinto contemplado.

16. (A - deficiente visual): A pessoa senta na roda e se sente valorizado.

17. (A - deficiente visual): Compreensão da eternidade, quando você se aproxima de outra pessoa, o calor humano faz com que você seja reconhecido, melhoria do valor próprio. O

que eu ganho aqui na roda eu levo pra casa. O abraço daqui é diferente do abraço em casa. A gente acaba acreditando na gente. Não tem explicação para o que a gente está vivendo.

18. (E - deficiente visual): A Biodanza é como um remédio... perda (visual) de agosto para cá... me fortaleceu. Não é religião, não é crença, é vida”.

19. (B - deficiente visual): Equilíbrio na vida.

20. (E - deficiente visual): O trenzinho, (vivência do trenzinho) coletivo, pensar em todos.

21. (C - deficiente visual): A família percebe situações mágicas que acontecem, eles pensam que é religião, e eu digo que não tem nada a ver.

22. (A - deficiente visual): A Biodanza dá liberdade de expressão, você com a natureza, respeito com a natureza. A expressão da aproximação, respeito e consideração, respeito de valores pessoais. Com a Biodança a gente expressa e vive melhor, tira o pesadelo em que vive.

23. (E - deficiente visual): A Biodança dá outro horizonte na vida.

24. (E - deficiente visual): Eu sou deficiente, mas tenho meus direitos; ao tentar fazer uma faculdade e a plataforma da faculdade tinha prometido uma coisa e não cumpriu.

25. (C - deficiente visual): A Biodanza me deu autonomia, ninguém vai pensando que vai fazer o que quiser comigo, que não vai!

26. (A - deficiente visual): Trouxe muita coisa para diferenciar a mudança de vida, tempo para parar e analisar que a vida tem continuidade. Ninguém na família trouxe a transformação que a Biodanza trouxe. Pude abraçar uma árvore que eu nunca imaginava que era uma vida. Nós somos o pó, a areia, o vento.

27. (C - deficiente visual): A Biodanza trouxe a agregação muito boa na minha vida. As respostas que eu precisei em casa com amigos, vinham daqui. A Biodanza abriu meus olhos pra muita coisa, ela explicou muitas coisas mais, eu era cego duas vezes mais.

Os relatos verbais transcritos expressaram, claramente, que houve uma radicalização das vivências, uma tomada de consciência sobre o valor de si mesmo, assim como a preocupação com os outros, com a natureza, principalmente pelos colegas deficientes visuais que continuaram no projeto por mais tempo. Houve uma internalização dos “níveis de vínculos” e igualmente das “três ecologias”, um sentimento de responsabilidade consigo mesmo, um crescimento da autoestima e autonomia, apesar da deficiência visual.

É preciso ponderar que, em um grupo de videntes, a percepção dos Princípios Ecológicos e da Carta da Terra foi mais ampla, em decorrência da possibilidade de acesso aos diversos periódicos de notícias e a visão de ambientes. Por conseguinte, observamos que os deficientes visuais apresentaram um aprendizado mais lento, e isso dificultou a compreensão mais ampla do mundo. Entretanto, eles tiveram a oportunidade de fazerem uma sessão de Biodanza ao ar livre, permitindo o contato com um ambiente praticamente desconhecido para muitos. Essa vivência ao ar livre ocorreu no Parque Ecológico Saburo Onoyama, localizado no Setor C Sul ,AE, QSC 26 – Taguatinga Sul, DF, em comemoração à Semana de Meio Ambiente.

4 Considerações Finais

O presente artigo apresentou a possibilidade de aplicar conceitos diversos na metodologia da Biodanza, desde que não se desviasse de sua fundamentação básica, desenvolvida nas cinco Linhas de Vivência.

É importante ressaltar que os Princípios do Encontro Humano, Ecológicos e da Carta da Terra se encontram imersos em toda a teoria e metodologia da Biodanza. Nesta pesquisa, foi possível identificá-los, dar-lhes um direcionamento e uma fundamentação para serem vivenciados em sessões de Biodanza.

A formulação deste artigo confere, naturalmente, uma publicidade a este instrumento, tão fundamental e ainda desconhecido por muitos, que é a Carta da Terra, pois nos permite compreender que os princípios que regem as relações humanas são os mesmos que regem as relações da natureza.

Nesse sentido, evidenciou-se a sincronicidade entre as três categorias de princípios e que, com o desenvolvimento desta metodologia, foi possível alcançar os objetivos propostos ao desenvolver sessões que promovessem a junção dos respectivos princípios, construindo um espaço de reflexão sobre as questões ambientais e despertando a consciência para o cuidado com todas as formas de vida.

Podemos reiterar que construímos o mundo a partir de laços afetivos e que o habitamos não somente pelo trabalho, mas, em essência, pelo cuidado e amorosidade, pois tudo está implicado com a totalidade, em todos os momentos e em todos os cenários. Nenhum de nós pode viver apartado destas relações. Assim, cada palavra, cada ação, mesmo que aparentemente isolada, movimenta uma teia de relações em todo o cosmo.

Ao unir as categorias de princípios em sessões de Biodanza, potencializando as vivências por meio de consignas mais profundas, possibilitou-se que o ser humano percebesse a sincronicidade que existe da Biodanza com a dinâmica da natureza.

Logo, acredita-se que o objetivo deste estudo de apresentar uma metodologia que reuniu, na prática, conceitos e pensamentos de Toro, Capra, Weil e Boff, foi contemplado. Esta

proposta permite dançar no ritmo, na melodia e na harmonia, em sincronicidade com os movimentos ecossistêmicos da natureza, fluindo e coevoluindo na interdependência do Cosmos.

A Biodanza se mostra, à semelhança dos fluxos de energia dos ecossistemas, como espaços abertos para aprendizagem e reflexões, em que se permite educar na biologia do amor, do afeto, da solidariedade e da fraternidade.

5 Referências

BOFF, Leonardo. Princípio de Compaixão e Cuidado. 2 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

_____. Saber cuidar: Ética do humano – compaixão pela terra. 7 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2001.

CAPRA, Fritjof. A Teia da Vida: Uma nova compreensão científica dos sistemas vivos. São Paulo: Cultrix, 1996.

_____. et. al. Alfabetização Ecológica: a educação das crianças para um mundo sustentável. São Paulo: Editora Cultrix, 2006.

CARVALHO, Noeme; FILIZOLA, Mônica; LELLIS, Cristina. Jogos de Expressão para grupos em geral. Brasília: Edição das autoras. (S.I.), (s.n.).

GADOTTI, Moacir. Pedagogia da Terra. 5 ed. São Paulo: Peirópolis, 2000.

_____. Boniteza de um sonho – Ensinar-e-aprender com sentido. São Paulo: Instituto Paulo Freire, 2008.

_____. A Carta da Terra na Educação. São Paulo: Instituto Paulo Freire, 2010. (Série cidadania Planetária 3).

GONZALEZ, Myrthes. Momentos Estruturantes - Uma reflexão sobre a potência do instante vivido. Porto Alegre: Imprensa Livre, 2015.

INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION – IBF. (Centro de Investigação de Músicas e Exercícios de Biodanza) - CIMEB. Lista Oficial de Exercícios, Músicas e Consígnas. (Apostila). Brasil: 2012.

LELOUP, Jean-Yves e CREMA, Roberto. (Coords.) Dimensões do cuidar: uma visão integral. Petrópolis RJ: Vozes, 2015.

MORAES, M^a Cândida. Educar na biologia do amor e da solidariedade. Petrópo-

lis, RJ: Vozes, 2003.

MORIN, Edgar. Os Sete Saberes necessários à Educação do Futuro. 12 ed. São Paulo: Cortez. UNESCO, 2007.

SANTOS, M^a Lúcia P. Biodança: Vida e Plenitude. Belo Horizonte: Edição da Autora, 2009.

SANTOS, M^a Lúcia P.; ACÁCIO, Jorge. Biodança 360 Graus: Metodologia e aplicabilidade. 1 ed. Belo Horizonte: Edição da Autora, 2017.

TORO, Rolando. Teoria da Biodança – Coletânea de Textos – TOMOS I – Parte I. (Org.). Fortaleza: Associação Latino-Americana de Biodança, 1991.

_____. Biodança. 2 ed. São Paulo: Olavobras, 2005.

_____. O Princípio Biocêntrico: Novo paradigma para as ciências humanas – A vida como matriz cultural. 1 ed. Chile: Editorial Cuartoproprio, 2014.

WEIL, P. A Arte de Viver a Vida . 2 ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

EL “ÉXITO”

Gastón Andino

El ser exitoso depende siempre del marco cultural por el que se lo define, está sujeto totalmente a los valores de la cultura dominante. Lo que hoy es visto como exitoso en otros tiempos podría no serlo y viceversa, porque los valores culturales cambian con el tiempo.

La cultura actual dominante es una cultura globalizada que toma aspectos de la cultura occidental-cristiana, de la cultura anglo-sajona y de la cultura oriental creando un mix multicultural donde el eje central es el poder y la ganancia, a cualquier costo, no respetando principios éticos, sociales o espirituales; todo tiene un precio de consumo. Esta se articula en toda una red que va desde lo tecnológico hasta lo ético, todo amalgamado a viejos conceptos de que para ser alguien tengo que tener cierta cantidad de bienes materiales y cierto status social, el viejo concepto de “tener para ser” hoy superado por el concepto “aparentar para ser” es decir creo una imagen de mi mismo a partir de los valores externo-culturales de lo que no tengo ni poseo pero que socialmente es bien visto, entonces soy incluido en el gran circo social. Esto reforzado por el concepto de sacrificio, de que en algún momento seremos “recompensados”, justificando situaciones difíciles a las cuales algunas veces somos sometidos socialmente o por las cuales estamos pasando. Somos presos de los deseos sociales y no de los deseos existenciales; la tecnolo-

gía ha profundizado esta disociación entre lo que siento, pienso y hago. La vida solo tiene significado de acuerdo a si poseo cierto status de cosas materiales y por esto se mide tu éxito o no. El éxito es siempre visto como un aspecto únicamente individual y el suceso o fracaso determina mi valor personal.

La llamada meritocracia se jacta de decirnos que todos nacemos con las mismas posibilidades y condiciones para realizarnos en la vida; que el contexto socioeconómico, familiar, etc. no influye en los proyectos que se quieran desarrollar. Todo se resumiría a las capacidades y habilidades que cada individuo tenga o desarrolle para “darse bien” en la vida. Este concepto es casi un darwinismo social donde todo se justifica en la lucha por la supervivencia y que es el más apto para sobrevivir es el que vence. Un astuto argumento para justificar las desigualdades sociales.

El no ser exitoso, los “fracasos” en la vida son tomados únicamente como algo personal y no como parte de un contexto mayor. No es solo mi deseo y mis ganas de realizar algo que por eso lo logre; muchas personas presionadas por ese mandato social, que para ser felices tienen que ser exitosas, a cualquier precio manipulan situaciones y personas para alcanzar su objetivo, no tienen ética. Podríamos decir que el fin justifica los medios. El “fracaso” tiene tal magnitud, tal impacto personal que nos puede cerrar la puerta para la vida, para algunos el único camino es la autoeliminación, porque la “derrota” es emocionalmente insostenible; también porque en ese momento las “pequeñas derrotas” o episodios similares que he tenido a lo largo de mi vida, emergen y se constelan en ese instante en que “bajo la guardia” y me “pesa la vida”; se me hace insostenible vivir en esas circunstancias. Porque cada uno vive como puede vivir y hace lo mejor de sí para ser feliz y tener una vida digna.

Capaz que en una cultura que valore la vida, las perso-

nas y toda la naturaleza, los valores de ser exitosos sean otros; como la capacidad de cuidar de si y a las personas, ejercer el sentido de la compasión profundamente como dice su significado: con la pasión del otro. Ser auténticamente solidario, no querer serlo por una cuestión de conveniencia sino sentirlo profundamente, que con mi acción cuido y ayudo al otro en su necesidad de ese momento. Ser tolerante con las diferencias sean estas políticas, religiosas o sexuales e incluirlas progresivamente como una postura de vida que convive con la diversidad en toda sus manifestaciones. Tener una vida interna en armonía con la naturaleza enraizada en una visión ecológica de la sociedad y el planeta. Donde toda la sociedad se organice en función del cuidado con la vida en todas sus manifestaciones; del bienestar integral del otro, cuidando de las necesidades básicas de alimentación, vivienda, educación, afecto y arte (entre otras).

Una nueva sociedad en la cual se respire vida, donde el aire puro nos revitalice para tener la fuerza y el coraje para cuidar de la vida y de su manifestación de la diversidad.