

Toques que fazem o corpo falar

Shirley Martins S. Silva

Este relato surgiu do encantamento que é o trabalho corporal; quando a “boca” sente-se incapacitada de falar sobre a vida – sentimentos, alegria, tristezas, raiva, dor, agressividade, medo, etc. – o corpo assume seu lugar, primeiro em forma de “dor”, depois de alegria e contentamento.

S. tem 26 anos, formação superior, hoje trabalha na área de contabilidade de uma multinacional, é inteligente e perfeccionista; fisicamente é alta magra, de gestos delicados, segue os padrões de beleza da atualidade. No entanto, até então, o seu corpo assumia todas as angústias vividas nesses 26 anos.

S. queixa-se de depressão.

“Todo sintoma tem um conteúdo psíquico e se manifesta através do corpo...”(1)

“Os sintomas, é verdade, podem usar uma grande variedade de forma de expressão e, para fazê-lo, todos se valem do corpo para tornar visíveis e palpáveis os conteúdos subjacentes da consciência”.(2)

“A depressão provoca o confronto dos pacientes com o polo mortal da vida...em sua vida, é o polo oposto que se manifesta, ou seja, a apatia, a rigidez, a solidão, os pensamentos voltados para a morte. Na verdade, embora esse aspecto mortal da vida seja sentido com intensidade na depressão, ela nada mais é do que a própria sombra do paciente.”(3)

S. diz sentir-se “estranha”, “esquisita” diante dos outros, diz que tem vergonha de ser olhada pelo outro, que o seu andar é estranho e que até então isolava do contato com o outro, mas que isso passou a incomodá-la, viver sozinha já não está servindo, quer mudar. Questionada sobre o que é ser “esquisita”, S. responde que todos na empresa em que trabalhou diziam que era “esquisita”.

Diante da dificuldade de S. falar sobre seus sentimentos e seu dia-a-dia, foi proposto o trabalho corporal. S. aceitou prontamente. Propus um relaxamento, foi-lhe aplicado o exercício do relaxamento: o carimbo.(4) S. não teve dificuldade em deitar, muito embora seu corpo mantivesse uma rigidez visível pôr mm e pôr ela mesma.

Passamos umas três sessões fazendo o “exercício do carimbo”, onde foi proposto a S. que caso sentisse necessidade, a escrita, a pintura ou argila serviriam como forma de expressão, uma vez que ainda não conseguia expressar-se através da fala. S. passou a comunicar-se consigo e com o mundo através do exercício corporal e da escrita, passou algumas sessões trazendo escritos que fizera durante a semana, e a cada dia podíamos notar o quanto S. estava entrando em contato com o seu “esquisito”, “estranho”.

Quando S. chegava às sessões, após os cumprimentos dizia que não queria falar, queria fazer exercício corporal, aceitava todos os exercícios propostos com muita gratidão, dizia que a cada dia estava sentindo-se melhor, que já começava perceber melhor seu corpo e que já conseguia algumas vezes olhar para o outro.

Em todas as sessões S. falava do quanto os exercícios estavam lhe fazendo bem: “Estou me sentindo bem melhor”; encontramos nós duas o caminho para o bem-viver, as palavras já não eram fundamentais, e a cada encontro, o corpo começava a pronunciar suas primeiras palavras de integração.

Num dos encontros, foi proposto a S. que usasse a bolinha de tênis para massagear o seu corpo; Não havia um modo específico, ela poderia criar; S. então, deitou-se no colchão sobre a bolinha e, como numa dança, começou a massagear sua pélvis da forma que queria e sentia. Passou alguns minutos

massageando-se, criando movimentos ao longo do corpo, até sentir-se satisfeita. Quando parou, S. deitou-se alguns minutos; deixei ao seu lado, argila, lápis de cor, caneta e papel. S. preferiu argila, começou a manipular a massa com dificuldade, senti que a emoção tomava conta de seus movimentos e de seu corpo. S. começou a chorar e disse que tinha dificuldade com argila, não sabia fazer nada, não sabia dar forma; pela primeira vez S. colocou em palavras todas as páginas escritas anteriormente. Apenas ouvi em silêncio: S. parecia uma criança, uma criança que começava a se dispor a entrar no caminho do seu próprio crescimento.

No encontro seguinte, S. disse que pela primeira vez falara de todas as angústias e medos e que estava sentindo-se melhor. Falara para mim, depois para o namorado, mas antes de tudo, teve a coragem de falar para si mesma. Foi só então que propus a Calatonia de Pethö Sándor: sentia-me pronta para tocar, e S. para ser tocada, propus Calatonia nos pés.

“No original grego o verbo “Khalaó” indica “relaxação” e também “alimentação”. “afastar-se do estado de ira, fúria, violência”, ‘Abrir uma porta “, “desatar as amarras de um odre”, “deixar ir “, “perdoar aos pais”, “retirar todos os véus dos olhos “ , etc. (5)

Na sessão seguinte à aplicação da Calatonia, que recebeu de corpo e alma, S. me disse: “Senti todo meu corpo, parece que o meu andar se modificou, senti os meus passos e durante a semana pude trabalhar melhor “.

Para mim, as palavras de S. confirmaram com muita propriedade, o quanto é eficiente o trabalho corporal. S. sentiu em seu corpo a definição da Calatonia.

Continuamos a trabalhar somente a Calatonia. Ao término das sessões S. não queria falar, preferia ir embora, atitude que sempre respeitei. No de cada sessão seguinte, ela dizia que o trabalho corporal estava lhe fazendo muito bem, e num desses encontros chegou a me dizer: “Com o trabalho corporal o meu corpo está falando muito mais que a minha boca”.

O encontro com S. me fazia entender cada vez mais as palavras do Dr. Sándor:

“A nossa linguagem é rica em denominações e caracterizações emprestadas de categorias da sensibilidade cutânea para descrever vivências afetivas (duro ,mole, cru, ardente, frio, suave, constante, morno, quente, dolorido, etc.). Há aqui as mais complexas sensações cutâneas que nem podem ser postas em palavras de modo adequado.....A origem ectodérmica , comum com o sistema nervoso, explica a possibilidade de uma fenomenologia ampla, que pode ser observada no decorrer da estimulação Calatonica”.(6).

“O contato corporal diferenciado e controlado com o terapeuta permite o desenvolvimento de uma efetiva ressonância bipessoal e a variedade do material surgido, fornece bases para diálogos em termos de exploração biográfica, levantamento amplo e estratificado da situação atual e subsequente planejamento ou preparo dos próximos passos da terapia.”(7)

Após algum tempo, S. diz que vai parar a terapia porque perdeu o emprego, e não aceita continuar a ser atendida sem pagamento; após mais algumas semanas pergunta se pode ser atendida no Posto de saúde onde trabalho como psicóloga, mesmo sabendo que lá o trabalho corporal não terá prosseguimento. S. passa a ser atendida uma vez pôr semana e diz que tão logo volte a trabalhar, quer voltar a ser atendida no consultório.

Quando arrumou emprego, iniciamos nossa Segunda etapa de trabalho corporal, aquele que faz o corpo falar; serão agora duas sessões pôr semana, decisão tomada em conjunto; são duas sessões pôr semana onde o nosso diálogo é a Calatonia.

Nesse retorno, S. está mais tranquila e aberta para o mundo, afetividade, agressividade e o contato com o outro já podem ser percebidos: pôr ela e pôr mim.

Passamos aproximadamente um mês e meio só fazendo Catalogai, o toque sendo a única “palavra” emitida.

Mais uma vez, as palavras de outro mestre podem ser compreendidas pôr mim:

“Nosso trabalho corporal visa, em várias dimensões, reintegrar o paciente consigo mesmo. Em primeiro lugar, o trabalho corporal reconecta o homem com sua natureza mais imediata, o corpo físico, origem do eu corporal, fornecendo sensações e informações que orientam o indivíduo se ele as observa adequadamente. Nesse sentido, o trabalho corporal atua como um instrumento de profilaxia da saúde permitindo a reorientação do cuidado consigo. “ (8)

Após esse mês e meio de calatonia, S. está mais próxima de si mesma e do outro; percebe mais o que está a sua volta, exprime através das palavras acontecimentos da sua infância e do seu dia-a-dia onde o corporal cedeu lugar a palavra; S. fala dos colegas de trabalho, especialmente de um rapaz que senta na mesa a sua frente: “ele é palhaço, arrumadinho, parece que saiu do banho o dia inteiro, faz tudo pra chamar a atenção de todos e de mim; passa o tempo todo me olhando, finjo que não vejo, morro de raiva dele, não sei se é porque é bonito, porque ele é muito bonito! Mas é muito metido, tenho vontade de socar a cara dele; vou me encolhendo e me sentindo pequena”; pela primeira vez entra em contato com a sua “irritação” de forma mais consciente.

S. está sempre muito arrumada e elegante, parece que acabou de sair do banho.

“Tudo o que os pacientes sentem como num acontecimento exterior é uma projeção da sua própria sombra (vozes, ataques, perseguições, hipnotizados, intenções assassinas e assim pôr diante) . “(1)

na sessão seguinte, S. fala um pouco da sua infância, diz Ter lembrado após o trabalho corporal de muitas coisas, fala do pai que foi alcoólatra, diz que hoje não bebe mais com tanta frequência, mas se irrita muito com ele; “ele é muito egoísta, tudo tem que ser pra ele e do jeito dele, do jeito que ele quer”.

Hoje o pai é aposentado. A mãe foi professora muitos anos. No período que os pais trabalhavam, S. ficava em casa com os irmão, cuidava da casa e deles; diz que desde aquela época fazia tudo bem feito e sozinha, a mãe estava sempre na escola dando aula, e ela ficava sempre sozinha. Quando foi para a primeira série, a mãe a levava à escola, que era longe. Num dos primeiros dias de aula, a mãe foi embora e ela ficou: “minha mãe me esqueceu naquele lugar, senti tanto medo e pavor, que decidi aprender a ler e escrever o mais rápido possível, pra nunca mais ser esquecida naquele lugar, se voltasse a acontecer, saberia pegar o 6onibus sozinha”.

S. diz Ter aprendido a ler e escrever em seis meses, “no meio do ano já estava alfabetizada e a professora me mandava para fora para não atrapalhar; eu saí e ficava sozinha, algumas vezes brincava com a filha do caseiro da escola. Fui crescendo e me sentindo esquisita e sozinha; no colégio aprendia tudo muito rápido, os colegas só queriam ficar comigo quando tínhamos que fazer prova em dupla, pois sabiam que eu sempre tirava nota boa; muitas vezes a professora me liberava das provas; sempre foi assim, aprendia tudo rápido; fui à faculdade, comprei meu carro, tudo sozinha, jamais me ajudaram; minha mãe faz tudo para meu irmão, pra mim nada”.

Mais uma vez, aprendo na prática corporal as palavras do outro mestre:

“Enquanto mãe e filho ainda formam uma identidade indiferenciada, a relação primal funciona para a criança como possibilidade de relacionamento com seu próprio corpo, com o seu próprio Self, com o “eu” e com o mundo, tudo ao mesmo tempo. A relação primal é a base ontogenética da experiência de estar no próprio corpo, de estar – com -um- self, de estar – unido, de estar – no – mundo”. (9)

continuamos a cada sessão usando a Calatonia como forma de expressão. Após tantas palavras, s. solocita que fazamos trabalho corporal, é assim que S. chama a Calatonia; “sinto-me anestesiada, quando ando sinto o meu corpo, é muito bom’.

O corpo continua falando verdadeiramente sobre a vida.

“Tento, tanto quanto possa, não ter idéias pré-concebidas e não usar métodos já prontos e Ter a idéia de que, eu mesmo, determinarei meu método; procederei da forma como sou”

Carl Gustav Jung

Bibliografia

- 1 . Dethelmsen, Thorwald - “Dahle, Rudiger, a doença como Caminho”, Ed. Cultrix – SP, 10 Edição – 1997
- 2 . Ib.
- 3 . Ib.
- 4 . Farah, Rosa Maria, “Integração psicofísica: o trabalho corporal e a Psicologia de C.G.Jung”. Editora Companhia Ilimitada / Robe Editorial, São Paulo – 1.995
- 5 . Sándor Petho, “Técnicas de relaxamento”, Vetor – editora Psico – Pedagógica Ltda, São Paulo.
- 6 . Ib.
- 7 . Ib.
- 8 . Cortese, Fernando, “Cinesiologia Psicologica, Integração Fisiopsiquica, Hermes n. 3”. Instituto Sedes Sapientiae – 1.998, São Paulo.
- 9 . Newmann, Erich, ‘A criança – Estrutura e Dinâmica da Personalidade em Desenvolvimento desde o início de sua Formação, Ed. Cultrix – SP.