

O CORPO E OS MOVIMENTOS NUM CONTATO COM O INTIMÍSSIMO HUMANO

* WILSON DO CARMO JR

1. INTRODUÇÃO

O homem é um ser desamparado quando lhe falta consciência. O desamparo causado pela inconsciência fertiliza a ignorância e consequentemente estimula a repressão. Cientistas sociais e estudiosos humanistas vêem com muita clareza a relação entre a fenômeno da consciência como medo de acesso ao conhecimento e a liberdade para criar, viver e compreender as mutações, quer seja à luz de si mesmo, quer seja à luz da sociedade. O ser humano está permanentemente vulnerável aos conflitos internos e externos, correndo o risco de perder-se no emaranhado processo de busca e conquista, vista como pessoa individualmente física, emocionada ou vista como componente de um corpo social com responsabilidades e compromissos para que a estrutura sobreviva.

Buscar a consciência de si e do mundo deveria ser entendida como uma permanente investigação das situações vividas no processo intelectual, emocional e integralmente física, pois, o corpo é quem representa o ser como unidade participante do universo; é o corpo humano, no estado físico, quem se alista, interfere e ocupa um lugar num determinado tempo e num determinado espaço. Seria possível dizer-se presente sem tocarmos ou presenciarmos a estrutura somática, em que a pele humana é a fronteira de si mesmo com o universo? Portanto, a busca da identidade e da consciência, vista como a grande iniciativa humana para uma organização física, emocional e intelectual, tem no próprio corpo a inauguração de um encontro verdadeiro e

* PROFESSOR DO DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO INSTITUTO DE BIOCIÊNCIAS - UNESP/RIO CLARO/SP

Incontestável.

Descoberto por FREUD (s/d., 1972) e dimensionado por toda uma geração psicanalítica, o inconsciente tem perseguido o homem na sua escalada. Não se trata de explicitar toda a complexa estrutura que constitui o inconsciente, mesmo porque foge ao objetivo central deste trabalho. Porém, torna-se necessário enfatizar que o corpo humano, como estrutura física, trás consigo o fenômeno do inconsciente, nitidamente representado pela conduta e pela postura. E com essa estrutura física explícita, amplia-se o universo de investigação.

Para chegarmos à raiz do entendimento como o inconsciente governa o homem, integralmente representado pelo seu corpo, recorre-se às investigações no nível de análise psicológica e para entender como o inconsciente se apossou do homem no decorrer da sua história, recorre-se aos estudos da antropologia, vista como um estudo proeminente da cultura humana, da moral e dos costumes no espaço histórico.

Para caracterizar todas as manifestações da consciência no percurso da vida experimenta-se constantemente a flutuação entre a nossa individualidade e as exigências sociais. Se houvesse uma observação com maior interesse e atenção sobre o comportamento humano, ver-se-ia que os conflitos surgem pela não habilitação, e mesmo orientação para que se entenda e compreenda as oscilações a que se submete o homem no exercício da vida. Entende-se que essa compreensão e entendimento estão representados por uma experiência de aprender a linguagem dos sentimentos, ou seja, compreender o fluxo das emoções, tanto quanto se dispõe a aprender uma tarefa motora, ou o exercício intelectual de uma equação. Todos os processos necessitam de uma experiência genuína.

Nos trabalhos de JUNG (1985a, 1985b, 1986), na abordagem do inconsciente a que o ser humano está submetido, mostra o inconsciente pessoal e o inconsciente coletivo. O primeiro contendo componentes de ordem pessoal e o segundo impessoal, chamado pelo autor de **coletivo**, sob a forma de categorias herdadas ou arquétipos. Com a hipótese de que esse último aparece em níveis mais profundos e em estados relativamente ativos.

Sob o ponto de vista homem e sociedade, KOESTLER (1978) criou o termo **holom**, que constitui um organismo vivo e uma organização social como entidades semelhantes a Jano (deus romano de dois rostos

opostos). Uma forte tendência auto-afirmativa do ser humano, para preservar sua autonomia individual e uma tendência integrativa, para funcionar como parte de um todo maior. O autor cita Gertrude Stein:

"Um todo é uma parte é um todo. Cada subtudo é um "sub" é um todo. No animal vivo ou planta, assim como no corpo social, cada parte deve firmar sua individualidade, pois, do contrário, o organismo perderia sua articulação e se desintegraria. Mas ao mesmo tempo a parte deve submeter-se às exigências do todo - o que nem sempre é um processo agradável."

A efetivação do homem no mundo, a sobrevivência no ambiente terrestre poderá depender da consciência de si e do mundo. O ser humano como organismo indefeso, introvertido e sonhador terá que filiar-se às proposições do universo em constante mutação.

2. O CORPO, CONSCIÊNCIA E MATURIDADE

Sabe-se que a consciência não é dada de graça. Depende de um trabalho árduo, muito pessoal, que se inicia no momento do nascimento, resultando em seguida a construção de si, sob o domínio de uma cultura.

Nietzsche e Heidegger, citados por HANNA (1970), partilhavam da mesma opinião a respeito dos homens. Ambos sentiram a imaturidade humana, perceberam que os homens estavam esquecidos de - ou não tinham chegado a - uma plena atenção quanto ao que eles eram ou ao que era seu mundo. Eles perceberam que os homens não estavam inteiramente acordados e que o acontecimento futuro seria semelhante a um despertar. Entenderam que a humanidade estava na infância, e que, como crianças, os homens não se aperceberam que eram crianças enquanto a semente do crescimento não os impulsionasse à plena consciência da maturidade.

Além disso, tanto NIETZSCHE (1978) quanto HEIDEGGER (1938) perceberam que essa nova consciência não era uma realização intelectual: não poderia ser ensinada ou aprendida; aconteceria, simples-

mente ao fim do processo de crescimento, não se tratava de um novo entendimento intelectual e sim de uma nova visão, uma nova atitude. Certamente, a maneira mais simples para que um homem descrevesse a si mesmo como homem, seria colocar o dedo sobre o peito e dizer para si mesmo: "Eu sou homem"! Em certo sentido foi isso o que fez NIETZSCHE repetindo: "Homem Nobre", "Super Homem". A estratégia de HEIDEGGER foi inventar uma nova palavra para homem: "Dasein", a criatura cujo ser é aqui. Essa formulação engenhosa é valiosa para a realidade somática do homem: o homem não é uma criatura que simplesmente existe, antes de tudo ele está aqui, ele está localizado, situado, corporificado aqui.

Poucas pessoas alcançaram essa lucidez, essa consciência. Outras se agarraram a mitos elaborados às pressas, a partir de uma colcha de retalhos de informações isoladas, contraditórias e confusas. Assim, de um lado erigem-se os mitos de diferentes linhas da psicologia e das ciências em geral, a partir de técnicas exteriores, que sofrem da falta de uma metodologia pensada até o final de suas conseqüências. Por outro lado há a ocorrência de correntes místicas de muitas origens, que vêm satisfazer uma carência de expressão sentimental, indo de encontro às sensações propriamente ditas, dando demasiado valor à irracionalidade e à aventura das pressões do inconsciente.

"Muito do que acreditamos ser óbvio e universal em relação ao corpo humano é, na verdade aprendido socialmente. Nossa cultura está de tal forma introjetada que pode causar-nos espanto constatar, em outras culturas, características que seriam sob o nosso ponto de vista, inconcebíveis" (AGUIRRE, 1986, p. 2). Entende-se, sob esse aspecto, que a relação do homem com suas necessidades naturais é uma questão cultural, além de psicológica e biológica. Portanto, a construção da consciência depende fundamentalmente em observar os valores propostos pela família, pela igreja, pela escola, em relação ao corpo, ao prazer, mas com uma visão aberta para aceitar a evolução e repensar permanentemente, como observaram REICH (1972, 1977, 1978); FOUCAULT (1984a, 1984b, 1979); SZASZ (1976a, 1976b); LACAN (1966).

LORENZ (1975, 1986) compreende que todos os corpos vivos tendem à procurar o equilíbrio da energia orgânica, começando na homeosta-

se, em que o organismo tende a funcionar eficientemente, num fluxo vigoroso de energia, provocando a hipo e a hipertensão. O autor observa, ainda, que todos os organismos complexos acumulam e descarregam energia de maneiras específicas e de acordo com suas espécies. A descarga de energia é expressa através de canais neurofisiológicos e com a coordenação característica de cada espécie. E é através do comportamento que se observa como os animais extravazam suas energias. Existe, segundo LORENZ, quatro canais básicos para o trânsito da energia orgânica: a paixão, a agressão, a alimentação e o acasalamento, expressos objetivamente, do ponto de vista da experiência animal, demonstrada pela fúria, pelo medo, pela fome e pela sensualidade. Tais expressões também estão representadas de forma muito específica no próprio corpo, no instante exato de suas manifestações ou projeções no meio, conhecida como somatização.

Observando esses fenômenos, ritualizados pela atitude tomada "ante a" ou "diante de", verifica-se a constituição de vários tipos de padrões motores fixos de comportamentos herdados por cada espécie, que são características reconhecidas da espécie. O homem apresenta seus padrões fixos de comportamento herdado filogeneticamente e ontogeneticamente, e nota-se que a paixão, a agressividade, a alimentação e o acasalamento são fenômenos naturais, não exercitados ou tratados com a legítima atenção, ou encobertos pela inconsciência e a sublimação do extravazar, com pseudosoluções proporcionando o vazio e a insalubridade física e mental, transformando o homem num ser despreparado e com uma permanente necessidade de se auto-afirmar.

Num momento de reflexão, ao presenciarmos o corpo e os movimentos na prática da Educação Física, supõe-se oportuna a pergunta: Seria a prática do exercício físico ou o desporto um anteparo para a sublimação dos fenômenos ritualizados do comportamento, extravazando energia fora do objeto central do desejo e da intenção, sublimando uma ação verdadeira e resolvida? A prática alienada e inconsciente do exercício físico não tornaria o ser humano mais insatisfeito, incorporando a rigidez e a brutalidade?

Na realidade, para que o ser humano assuma seu EU, íntegro na sua consciência, seria necessário repensar sobre si mesmo, rever o verdadeiro significado de seu corpo e o lugar que ele ocupa, intenção com que pratica as capacidades físicas como a flexibilidade, a

resistência, a força, etc. Transportar tais capacidades para os níveis da personalidade, captar e compreender o fluxo das emoções numa correlação legítima e completa.

Ao ser o corpo humano o reduto dos componentes da personalidade e das ações, questiona-se: O que é que em mim me observa, julga meus pensamentos, pensa sobre meus pensamentos, sentimentos e desejos? Quem é esse sujeito que conversa o tempo todo comigo mesmo? Quem é ele que está atrás, além das minhas alegrias ou mágoas? Por que o seu silêncio me fascina?

3. O CORPO COMO INSTRUMENTO NA MEDIDA DE TER OU SER

Para entender o corpo na sua totalidade, torna-se necessário um estudo antropológico, pois, a interferência cultural propõe uma atividade corporal no gesto, hábitos dessa atitude. MAUSS (1974) foi quem se preocupou com tais estudos... Cada sociedade tem hábitos (habitus) que lhes são próprios... Estes variam não simplesmente com os indivíduos e suas imitações, mas sobretudo com as sociedades, as educações, as conveniências, as modas, os prestígios. Assim, cada sociedade prioriza, dentro dos elementos que compõem a utilização do corpo, os fatos da educação como dominantes.

MAUSS destaca um imenso campo de estudos no que se refere ao que chama de técnicas corporais, vista numa abordagem antropológica, definidas como "as maneiras como os homens, sociedade por sociedade, e de maneira tradicional, sabem servir-se de seus corpos" (1974, p. 211).

Ilustra que a Educação Física de todos os membros da família é composta de conteúdos absolutamente essenciais.

DOUGLAS (1974) enfoca o corpo enquanto estrutura extremamente complexa, onde as diferentes partes oferecem um acervo simbólico, caracterizando a ordem social e a cultura predominante. O corpo é visto como um arcabouço de símbolos, reproduz os poderes e perigos creditados à estrutura social. Na visão da autora os rituais primitivos vão recorrer a este estoque de símbolos, refletindo a ordem social e a cultura onde são encontrados.

FOUCAULT (1979), nos estudos sobre confinamento e poder declara:

"Como sempre, nas relações de poder, nos deparamos com fenômenos complexos que não obedecem à forma hegeliana da dialética. O domínio, a consciência de seu próprio corpo só puderam ser adquiridos pelo efeito do investimento do corpo pelo poder: a ginástica, os exercícios, o desenvolvimento muscular, a nudez, a exaltação do belo corpo... Tudo isso conduz ao desejo de seu belo corpo através de um trabalho insistente, obstinado, meticuloso, que o poder exerceu sobre o corpo das crianças, dos soldados, sobre o corpo sadio. Mas a partir do momento em que o poder produziu este efeito, como consequência direta de suas conquistas, emerge inevitavelmente a reivindicação de seu próprio corpo contra o poder, a saúde contra a economia, o prazer contra as normas morais da sexualidade, do casamento e do pudor. E assim o que tornava forte o poder passa ser aquilo por o que ele é atacado... O poder penetrou no corpo, encontra-se exposto no próprio corpo... Lembra-se do pânico das instituições do corpo social (médicos, políticos e padres) com a idéia da união livre e do aborto... Na realidade, a impressão de que o poder vacila é falsa, porque ele pode recuar, se deslocar, investir em outros lugares... e a batalha continua" (p. 146).

Um estudo profundo e objetivo dos sinais e gestos, e ações humanas foi desenvolvido por MORRIS (1973, 1977). Um trabalho minucioso, em que observa as atitudes humanas na diferentes culturas, cada situação vivida pelas pessoas, tal como atividade sexual, alimentação, banho, comunicação, enfim, cada fenômeno dentro das suas próprias regras. O autor observa que a maioria das condutas que assumimos, e dos movimentos que fazemos, se seguem uns aos outros, numa seqüência de postura-movimento, e que fazemos milhares de vezes, e na maioria das vezes esse comportamento é desempenhado inconscientemente, espontaneamente e sem a atenção e auto-análise.

Os estudos antropológicos do corpo e dos movimentos humanos, resgatam a grande necessidade da vivência do lúdico, onde a expressão é gratuita e onde as pessoas são movidas por um impulso tão verdadeiramente humano, que a felicidade e o brilho se apresentam como responsáveis pela singularidade e independência do corpo, e a liberdade de expressão está literalmente presente e desprovida do preconceito ou moralismo que impede o potencial criativo e onde não se treina, apenas brinca.

Mas o grande alcance do corpo como ente vivo, encontra-se no

pensamento existencialista de MERLEAU-PONTY (1971, 1975), a concepção fenomenológica fundada por Husserl no início do século XX, que consiste no estudo e descrição do fenômeno com o objetivo de buscar as leis essenciais do real.

O corpo numa abordagem fenomenológica permite uma observação do homem no mundo. Sua conduta, seu comportamento oferecem ao mundo a maneira legítima de ser, de tratar as coisas e os outros nos gestos, no olhar, na mímica e que define verdadeiramente o ser individual.

Para MERLEAU-PONTY, o corpo e o sistema motor como unidade, permite uma relação reversível com a percepção. O autor acredita que o prazer, o agir estão subordinados à maneira de como se consome a apreensão dos objetos ao seu redor, sobre os quais ele inside. A questão fundamental é decidir se temos um corpo ou se somos um corpo. Ser uma consciência, não uma experiência, estar com ele e não ao lado dele.

O corpo, na concepção fenomenológica, é ver que a percepção é o trajeto para destacar os sentidos humanos, proporcionando um contato real com o universo mutável, vivendo a experiência verdadeira do aqui e agora. Perceber o mundo natural e humano e ser consigo mesmo e com o mundo a reversibilidade da existência em termos de liberdade e temporalidade.

A corporeidade deve ser vista na sua totalidade, considerando o corpo como o eixo da percepção existencial, e o centro da percepção universal que lhe compõe e realça.

4. CONCLUSÕES

Repensar o homem, torná-lo presente, um discurso um tanto evidente nos dias de hoje, já atingiu os estudiosos da Educação Física. Para legitimar esse pensamento temos que integrar o que Descartes separou. Temos que rever o homem na totalidade da razão, emoção e ação.

O momento é oportuno para repensar humanamente no homem. ROGERS (1961) vê no homem verdadeiro a possibilidade de revisão, mas no homem que se permite a busca do auto-conhecimento e voltado para as experiências interiores. Para o autor esse é um trajeto difícil mas o único que proporcionará a ruptura com os valores estereotipados e valorizará a construção do amor próprio, num si mesmo organizado

consciente das suas idéias e intenções e fundamentalmente presente. E o que é tornar o homem presente, pessoa humana, senão uma olhada para si, via corpo, e partilhar com a vida este corpo?

Reencontrar o corpo e reencontrar a imagem, o que SCHILDER (1981) identificou como a figuração de nosso corpo formada em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós. Tanto o corpo como o mundo necessita de ser construído e nesse sentido, o corpo não se diferencia do mundo, nem mesmo na imagem.

A presença do homem no mundo, no exercício das suas funções vitais, na sua presença e num pisar orgânico junto as pessoas é para a Educação Física um trajeto gratuito. O si mesmo é na realidade o próprio corpo, e o movimento um sentido verdadeiramente humano. Torná-lo vivo, portanto, está ao alcance de quem se propõe a estudar Educação Física, tendo como objeto de estudo o corpo e os movimentos na sua legítima função.

Existe uma resposta social evidente para caracterizar que a experiência do movimento está calcada apenas num sentido ou numa direção; o da contração, ou seja, conseguimos perceber o esforço muscular no momento do encurtamento, o encolhimento. Primeiro muscular (reação mais rápida), logo em seguida pela retração muscular (reação mais rápida), logo em seguida pela retração vegetativa, incluindo a falta de contato. Posteriormente com a repetição da "agressão" ou da "frustração" ocorre a gradual proliferação do tecido conjuntivo, redução do metabolismo local pela restrição circulatória. As áreas mais seriamente contraídas tornam-se concretas, fisiologicamente e psicologicamente menos ativas, tendendo para a degeneração celular.

A revisão do homem não pode ficar limitada ao discurso, é necessário empossar e apossar o "rever" na sua verdadeira concepção. E o que seria esse tratamento, senão, entender e experimentar a descontração? Entende-se, nessa abordagem, que **descontrair** é **regredir**, tanto no sentido fisiológico, quanto psicológico. O que está presente no músculo também está presente na memória. Assim, se entende que cada corpo possui seu componente histórico. Conseqüentemente, o estado de tonicidade muscular depende da contração e da descontração, numa oscilação permanente de experimentar o movimento e perceber as reações do corpo. É o corpo que se move, é a sua história, suas defesas, sua relação sócio-cultural que está presente, numa ma-

nifestação real ou simbólica. Assim, a regressão e a descontração existe a partir de um corpo único. Nessa ótica poderão ser percebidas as reações corporais experimentadas num registro infraverbal, inconsciente, numa unidade indivisível do movimento e do comportamento, profundamente enraizada desde a mais tenra infância.

Sob o ponto de vista psicológico REICH (1978) e mais próximo da Educação Física com GAIARSA (1984), entende-se que neurose é biopatia: perturbação mórbida de todo o sistema vivo, considerando uma estrutura motora em evidência. A neurose é a contração muscular, contra-ação psicológica, ou seja, o neurótico recua diante do objeto desejado, nunca faz o que deseja, portanto, "encurta-se", recolhe-se, incorporando uma postura definida. A relação entre a Educação Física e a descontração está numa proposta de descobrir um "novo homem" na busca da consciência pelo equilíbrio do tonus, proporcionando uma ação voluntária e na identificação do limite do esforço.

Nas aulas de Educação Física é possível rever esse homem, desencurralá-lo da cultura patriarcal, autoritária e tipificada por um encorajamento do caráter contra a própria virtude e natureza, na miséria social que o rodeia. Talvez seja possível entender que a descontração poderá estabelecer um contato direto com o outro, via si mesmo, num momento simbolizado pela história tônica da qual o corpo é o representante concreto.

A proposta para uma educação do corpo e dos movimentos repousa, numa simples iniciativa de utilizar um instante do cotidiano para a descontração. Seria uma espécie de integração das atuações racionais pela prática da descontração. Entender que relaxar é regredir, é experimentar e rever os conflitos, com a única diferença: entra-se em contato com o medo, a vergonha, a frustração, e todas as manifestações que lhe proporcionou a rigidez que freiou o curso do crescimento.

Não existe fórmula mágica ou método milagroso. O que existe é a realidade humana. Não existe esse ou aquele responsável ou habilitado, pois, relaxar é humano, onde o comando é a consciência dos limites e vontade própria.

Seria perigoso freiar a locomotiva da ciência. Por outro lado seria uma proposta para a ciência: criar, não apenas inventar ou antecipar o espírito humano, como se a consciência já estivesse pre-

sente nas coisas e a ordem humana da cultura fosse secundária. "Na verdade nenhum cientista por força da sua ciência, tem o direito de legar seu julgamento sobre crenças pelas quais os homens vivem e morrem" (PENFIELD, 1983, p. 93).

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 AGUIRRE, A.M.B. **O corpo transformador: trabalho de psicologia clínica.** São Paulo, Instituto de Psicologia Universidade de São Paulo, 1986. Dissert. de Mestrado
- 2 DOUGLAS, M. **Perigo e pureza.** São Paulo, Perspectiva, 1974.
- 3 FREUD, S. O ego e o id. IN: **Obras Completas de Sigmund Freud.** Rio de Janeiro, Delta, v. IX, s/d.
- 4 _____. **A interpretação dos sonhos.** São Paulo, Standart, v. 4-5, 1972.
- 5 FOUCAULT, M. **Microfísica do poder.** Rio de Janeiro, Graal, 1979.
- 6 _____. **Uso dos prazeres.** Rio de Janeiro, Graal, 1984a.
- 7 _____. **Vigiar e punir.** Petrópolis, Vozes, 1984b.
- 8 GAIARSA, J.A. **Couraça muscular do caráter.** São Paulo, Agora, 1984.
- 9 HANNA, T. **Bodies in revolt.** New York, Holt Rinehart and Winston, 1970.
- 10 HEIDEGGER, M. **L'etre et le temps.** Paris, Gallimard, 1938.
- 11 JUNG, C.G. **O espírito na arte e na ciência.** Petrópolis, Vozes, 1985a.
- 12 _____. **O eu e o inconsciente.** Petrópolis, Vozes, 1985b.
- 13 _____. **Símbolos da transformação.** Petrópolis, Vozes, 1986.
- 14 KOESTLER, A. **Jano: uma sinopse.** São Paulo, Melhoramentos, 1978.

-
- 15 LACAN, J. **Écrits**. Paris, Du Serviel, 1966.
- 16 LORENZ, C. **A demolição do homem**. São Paulo, Brasiliense, 1986.
- 17 _____. **Hombre y animal: estudios sobre comportamiento**. Madrid, Hermann Blume Ediciones, 1975.
- 18 MAUSS, M. **Sociologia e antropologia**. São Paulo, EPU/EDUSP, v.2, 1974.
- 19 MERLEAU-PONTY, M. **A estrutura do comportamento**. Belo Horizonte, Interlivros, 1975.
- 20 _____. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo, Freitas Bastos, 1971.
- 21 MORRIS, D. **O macaco nu**. Círculo do Livro, 1974.
- 22 _____. **Você: um estudo objetivo do comportamento humano**. Círculo do Livro, 1977.
- 23 NIETZSCHE, F. Assim falou Zaratrusta. IN: **Os pensadores**. São Paulo, Abril, 1978.
- 24 PENFIELD, W. **O mistério da mente**. São Paulo, ATHENEU/EDUSP, 1983.
- 25 REICH, W. **Analysis del caracter**. Buenos Aires, Paidos, 1978.
- 26 _____. **A revolução sexual**. Rio de Janeiro, Zahar, 1977.
- 27 _____. **La funcion del orgasmo**. Buenos Aires, Paidos, 1972.
- 28 ROGERS, C. **Tornar-se pessoa**. Santos, Martins Fontes, 1961.
- 29 SCHILDER, P. **The image and appearance of the human body**. New York, International Universities Press, 1950.
- 30 SZASZ, T. **A fábrica da loucura**. Rio de Janeiro, Zahar, 1976a.
- 31 _____. **Dor e prazer**. Rio de Janeiro, Zahar, 1976b.