

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO**

**O JOGO ESTÉSICO:**  
**UMA POSSIBILIDADE DE EDUCAÇÃO INTEGRAL**

**MIRIAM BENIGNA LESSA DIAS**

Doutoranda

**Profa. Dra. Dinorá Fraga**

Orientadora

Porto Alegre, janeiro de 2007

CATALOGAÇÃO INTERNACIONAL NA PUBLICAÇÃO (CIP)

---

D541j Dias, Miriam Benigna Lessa  
O Jogo Estésico : uma possibilidade de educação integral [manuscrito] /  
Miriam Benigna Lessa Dias. – 2007.  
f.

Tese (doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul,  
Faculdade de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação,  
2007, Porto Alegre, BR-RS.  
Orientadora : Dinorá Fraga da Silva.

1. Jogo – Teatro – Educação. 2. Professor – Formação – Educação  
integral. 3. Jogo estésico. 5. Apometria. I. Silva, Dinorá Fraga da. II. Título.

CDU – 371.13:371.383.1

---

Bibliotecária Maria Amália Penna de Moraes Ferlini – CRB-10/449

**MIRIAM BENIGNA LESSA DIAS**

Tese apresentada ao curso de Pós Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul para obtenção de título de doutora em Educação.

**Porto Alegre, janeiro 2007**

Tese apresentada à Banca examinadora

Profa. Dra. Cleoni Fernandes

Profa. Dra. Rosa Maria Martini

Prof. Dra. Terezinha Flores

## AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar quero agradecer a quatro professoras que influenciaram, cada uma a seu modo, meu gosto pela educação:

Mirian Jessy Lessa Dias, minha mãe, (in memoriam), dedicada alfabetizadora;

Olga Reverbel, irreverente professora e colega de Teatro na Educação;

Antonia da Silva Medina, disciplinada e delicada orientadora que me incentivou a realizar o mestrado;

Dinorá Fraga, orientadora desta tese, que acreditou e incentivou as minhas *viagens*.

Aos colegas do NIETE, em especial a Neuza Armellini, Vera Wolff, Prof. Farhang, e Nelson Dresch, bem como a todos os alunos da Disciplina Educação e Espiritualidade desta Universidade e aos alunos da 1ª turma da Centrarte de Caxias do Sul.

Agradeço também aos amigos do Grupo Xangô, companheiros das horas difíceis, das conquistas e das alegrias, em especial ao Sr. Alarico Pavão, Marlene Cezimbra, Dr. Augusto R. Moreira, Jose A. Arnt(Zequinha), Mario Santos, Fernando Cabreira e Jose Augusto Severo, e como não poderia deixar de ser aos Guias Protetores do grupo Xangô e da Casa do Jardim.

Aos amigos Airton de Oliveira, Fábio Cunha, Luis Floriano Poyares e Carlos Théo Lahorgue( in memoriam).

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho às minhas filhas, Carla, Carina, Camila e, em especial, ao meu neto Rodrigo, que nasceu trazendo muita alegria e esperança.

## RESUMO

Esta pesquisa trata das percepções corporais e da necessidade de se trabalhar com o sentir na formação de professores, partindo do Jogo Teatral e ampliando para o Jogo Estésico.

A pesquisa propõe formas de percepção, que incluem e ampliam as percepções dos cinco sentidos, perseguindo estados ampliados da consciência, numa busca pela transcendência do ser humano, a partir do sensível, recorrendo para esse enfoque à perspectiva de *ser integral* de Ken Wilber e aos estudos de Apometria, desenvolvidos por José Lacerda de Azevedo.

A metodologia se apóia no conceito de vivência, pois a considero um ato de criação e assumo a inseparatividade entre sujeito que observa e sujeito que é observado. O Método orienta-se por uma Fenomenologia baseada em Merleau-Ponty complementada pela visão da Hermenêutica Imaginativa de Márcia Sá Cavalcante Schuback.

Finalmente, após o trabalho de interpretação das vivências, realizando os diálogos necessários com os autores escolhidos e criando novos significados, avalio que o trabalho constituiu-se como contribuição para a formação de professores, através de novas percepções da realidade, necessárias para uma educação integral, tal como é compreendida nesta tese.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação integral – Formação de Professores – Jogo Estésico

## **ABSTRACT**

This research deals with the corporal perceptions and the need to work with feelings when training teachers based on the Drama Game and expanding into the Esthetic Game.

The research proposes forms of perception that include and expand the perceptions of the five senses, pursuing expanded states of the conscience in a search for the transcendence of the human being based on being sensitive and using this focus with the perspective of the "whole being" by Ken Wilber and the Apometry studies developed by José Lacerda de Azevedo.

The methodology is supported on the concept of interaction because I consider it an act of creation and assume the inseparability between the subject that observes and the subject that is being observed. The Method is guided by a Phenomenology based on Merleau-Ponty complemented by the vision of the Imaginative Hermeneutics of Márcia Sá Cavalcante Schuback.

Finally, after the work of interpreting the interactions, carrying out the dialogues needed with the authors chosen, and creating new meanings, I consider the work as being a contribution toward the training of teachers by means of new perceptions of reality, which is needed for an integral education such as what is covered in this thesis.

**KEY WORDS:** Integral education - Training of Teachers - Esthetic Game

## SUMÁRIO

<b>RESUMO.....</b>	<b>V</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>VI</b>
<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>01</b>
<b>Capítulo I - REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>11</b>
<b>Capítulo II – UM DIÁLOGO ENTRE A TEORIA E O MÉTODO.....</b>	<b>50</b>
3.1. Vivências de Relaxamento .....	55
3.2.- Meu Corpo e o Corpo do Outro.....	58
3.2.1 - Ação x Reação .....	60
3.2.2 – Espelho.....	60
3.2.3 - Nossas Mãos.....	63
3.2.4 - O Cego e o Guia.....	66
3.3 – Vivência do Corpo no Espaço.....	70
3.3.1– Composição de Quadros.....	70
3.3.2 - Reprodução de Obras com o Corpo.....	75
3.3.3 - Cores x Emoções .....	76
3.4. - Jogo de Bolinhas.....	79
3.5 - Criação de Cenas Espontâneas.....	82
3.6 - Criação de Cenas Planejadas.....	86
3.7 - Diálogos espontâneos.....	89
3.8- Vivências de Desafios/ Portal.....	91
3.9 – Vivências de Comunhão/ Mandala.....	93

3.10 –_Vivências de Apometria .....	99
3. 10.1–_Vivências de Apometria I.....	99
3.10.2 –_Vivências de Apometria II.....	103
3.10.3 –_Vivências de Apometria III.....	105
3.10.4 –_Vivências de Apometria IV.....	108
<b>Capítulo III – (IN) CONCLUSÕES.....</b>	<b>113</b>
<b>Referências Bibliográficas.....</b>	<b>117</b>

## 1. - Introdução

### 1.1 - Minha Proposta de Educação

Começo lembrando as palavras de Carlos Drummond de Andrade:

Restam outros sistemas fora do solar a colonizar.  
Ao acabarem todos  
só resta ao homem  
(estará equipado?)  
a difícilima dangerousíssima viagem  
de si a si mesmo:  
pôr o pé no chão  
do seu coração  
experimentalizar  
colonizar  
civilizar  
humanizar  
o homem  
descobrir em suas próprias inexploradas entranhas  
a perene, insuspeitada alegria  
de con-viver. (1983, p.449).

Ao apresentar este trabalho com fé e otimismo, sinto a necessidade de destacar que sou doutoranda numa Faculdade de Educação Pública, num país com quase 12% de analfabetos e com apenas 1/3 da população que completa os quatro primeiros anos de estudo. Por isso, meu profundo respeito por todos estes brasileiros que, de uma forma ou de outra, financiam este trabalho. Pessoas de diferentes etnias e credos religiosos, mas que na hora do futebol se reúnem para vibrar com os mesmos gols. E muito embora tenhamos *gols contras*, seguimos acreditando que é neste movimento da vida de prós e contras, de investidas e de recuos, de tentativas de acertos, que traçamos nossos rumos.

Sou latino-americana, espero e trabalho para ver este continente se desenvolver e diminuir sua estratificação social e efetivar o direito de educação para todos, sempre respeitando, é claro, as diferenças culturais pelas quais somos formados.

Também faço parte de uma humanidade que assiste guerras ao vivo pela TV, e que se conecta e recebe imagens simultâneas do mundo. Imagens do universo, como as do planeta Marte, onde um robô, pela primeira vez, registra evidências de que, nele, há abundância de água. E eu cresci ouvindo “não há vida em Marte, é só pó vermelho”. Agora os cientistas confirmam: “há água em Marte, sim!”

É graças aos nossos cientistas que estamos usufruindo novos conhecimentos e nos desfazendo de crenças que nos limitaram por tanto tempo. Há, sim, a importância da ciência que comprova e nos auxilia a vivermos melhor, na saúde, no trabalho, no lazer e na cultura, mas há aqueles estudiosos que por sensibilidade e/ou intuição, percebem aspectos da vida que não se comprovam de forma tradicional e nos deslumbram com outras visões de vida.

As questões das ciências, das artes e das religiões sempre me despertaram interesse e, neste momento, recordo uma passagem da Bíblia que diz: “do pó vieste e ao pó irás retornar”; e antes que eu retorne ao pó, proponho um estudo que atente para a importância da escola oportunizar o desenvolvimento do ser humano de forma integral; uma escola na qual os questionamentos sejam rotina; onde haja uma predisposição para a construção do conhecimento e para o auto-conhecimento, ambos com abordagem científica de investigação, libertos de pré-conceitos; um espaço onde possam ser contempladas como objeto de estudo as percepções mais sutis dos alunos e dos professores.

Ao mencionar percepções mais sutis, refiro-me aos *níveis* estudados por Ken Wilber (2001, 2004, 2005) que vão “desde o ego isolado e individual”, de um lado, até os estados de “consciência da união” e “união espiritual”, de outro. No estudo deste autor, existe um *espectro da consciência*<sup>1</sup>. Esta tese abordará os níveis existencial e o espiritual. Outra base teórica orientadora do trabalho é a da Apometria<sup>2</sup>, para qual recorro a Azevedo (1999, 2002). Portanto, utilizo as idéias de Ken Wilber, somados aos estudos de Azevedo, assim como de Viola Spolin (1979) e Huizinga (1996) sobre Jogo Teatral e aos estudos de Antonio Damásio (1996, 2000) na relação corpo e mente, para embasar esta pesquisa, apoiada por outros autores,

---

<sup>1</sup> Para Wilber (2005, p. 108): “O espectro da consciência consiste em pelo menos doze níveis de percepção, entre os quais: o nível instintivo, o freudiano, o lingüístico, o cognitivo, o existencial e o espiritual.”

<sup>2</sup> AZEVEDO (1999, p. 81): Nome dado ao desdobramento espiritual ou bilocação. Consiste na separação do corpo astral (ou mental) do corpo físico. Emprego de campos-de-força magnéticos, onde uma contagem projeta uma sucessão de pulsos energéticos sobre o corpo astral ou mental da pessoa, possibilitando o seu desdobramento.

que me auxiliam a complementar a compreensão do ser integral. São eles: Ingrid Koudela(1996), Matteo Bonfitto(2002), Fayga Ostrower(1978), Jarintoniski(1978), Pastorino(1970), Mindell (1989), (Duarte(2001) e Gardner(1995,1997, 1998) entre outros. Nesta pesquisa utilizei o Jogo Estésico, denominação que proponho a partir do Jogo Teatral como uma possibilidade de favorecer a expansão de consciência dos professores com os quais trabalhei. Denomino de Jogo Estésico a um conjunto de vivências que utilizam jogos teatrais, atividades plásticas e musicais que se propõem a atuar em níveis mais sutis de percepção, seguindo a concepção de que há um *espectro da consciência*, nas palavras de Wilber.

O Jogo Estésico atuaria além dos cinco sentidos, acentuando a sensibilização do educador (e do educando) para uma vida de maior encantamento pelo mundo e pela transcendência pessoal, sem conotação metafísica, num clima de ludicidade e de princípios éticos. Parece que, assim, é possível vislumbrar uma educação mais próxima aos meus anseios.

Tenho claro, como professora de teatro, que essa área de estudo abrange conteúdos específicos de conhecimento, com uma linguagem própria, que é a linguagem teatral, com metodologia, pedagogia, expressão estética, suficiente por si só, sem precisar estar a serviço de outras áreas de conhecimento e sem necessitar servir como um *meio*, abordagem muitas vezes dada ao teatro na educação, infelizmente, ainda hoje. No teatro, a aprendizagem ocorre tradicionalmente *no fazer*, e é pelo *sentir* que o ser humano se expressa e amplia sua visão de vida. Nessa tarefa, nós, professores, precisamos atentar e tentar auxiliar a expandir a construção deste conhecimento. A arte encerra mistérios e diferentes leituras e vivenciá-la pode tornar-se uma grande aprendizagem. Pode vir a ser um imenso auxílio para nos entendermos uns com os outros. Uma pessoa não é somente o que *parece ser* ela é muito mais do que se mostra, toda pessoa é um mistério a ser desvelado.

No teatro, há a preocupação do voltar-se para si, sensações do próprio corpo, emoções, percepções pessoais, num movimento proprioceptivo, interagindo sempre com o outro e elucidando o sentir e compreender a forma do outro sentir. Nesse jogo, simultâneo consigo e com o outro, vão se configurando as relações do grupo, o “eu” dentro do grupo e a maneira do grupo ser e reagir, para cada um. Para que sejam articulados a esses aspectos mencionados, está incluída a educação dos sentidos no estético, deixando permear noções do ético num processo de

descoberta, reflexão e troca com outras leituras com relação à mesma vivência. Isso significa sensibilizar para a estesia cotidiana, como forma de sentir-se ligado à vida e de vivê-la plenamente. Portanto, sendo professora de teatro, recorro à riqueza dessa área de conhecimento para aprofundar estudos quanto às percepções no sentir e a existentes no seu fazer. A educação faz parte deste grande movimento que é a vida, e ao romper com a idéia do conhecimento estanque, linear, ela desbloqueia o *caminho único* e possibilita que aflore outros níveis de conhecimento que também dão sentido à educação e, no meu entender, pouco conhecido nos fóruns onde se estuda e discute a sistematização dos conceitos sobre educação e ensino.

Um dos caminhos que pretendo investigar é o denominado de educação integral que, apesar de ouvir quase que diariamente em diferentes espaços sociais acerca de sua importância, não é o que eu percebo nos ambientes os quais frequento, como locais de estudos vivenciais e experiências educacionais. Um destes espaços é o acadêmico voltado quase que unicamente, para a educação mental. Vejo nesse local desconsideração completa às manifestações sutis que ultrapassam os cinco sentidos, é só observar, com atenção, as emoções e as diferentes reações do corpo físico dos alunos e professores, durante o exercício cotidiano de sala de aula.

Os próprios professores seguidamente expressam o pouco sentido corporal que possuem, evidenciados através de problemas de saúde, como os da voz e da coluna vertebral ou, ainda, nas dificuldades de expressão em palestras e (ou) salas de aula (DIAS, 2000).

Fora dos ambientes formais, onde se processa a educação sistematizada, vejo que o corpo físico também fica quase esquecido nos atendimentos espirituais, nos quais trabalho como voluntária. Esse fato também se evidencia nesse atendimento, chamado de Apometria, onde há um grupo organizado e preparado para atender as pessoas que buscam auxílio. Seguidamente, é recomendado tranquilidade e relaxamento corporal nesses atendimentos. Entretanto, como se chegar a esses *estados* físicos se não houver a consciência do corpo, da respiração, do distensionamento dos músculos, dos aspectos corporais? Inúmeras vezes atendemos pessoas que deveriam ir ao médico ou a um psicólogo e essas procuram apenas o atendimento espiritual. Como de praxe, o grupo as aconselha a procurar um atendimento médico adequado. No entanto, percebo que muitos resistem às

recomendações por considerarem o tratamento espiritual suficiente, como se esse estivesse desvinculado do corpo. E, nesses casos específicos, fica evidenciado o quanto atribuem a fatos externos suas reações corporais, bem como procuram explicações externas como se o próprio corpo não fizesse parte deles mesmos.

Embora aceite a *composição* do ser humano em diferentes *níveis*, segundo Wilber, isto não nega as especialidades existentes em cada um desses níveis. Se alguém está com problemas físicos, deverá ir ao médico, muito embora este fato não descarte as implicações psicológicas e espirituais do caso de saúde do corpo físico. O que pretendo pontuar aqui é o quanto as pessoas que procuram por atendimento espiritual desconsideram o corpo físico e o quanto fica desvinculado da idéia do *ser*.

Em contrapartida, no meio teatral, onde há profissionais que exercitam com versatilidade o corpo físico e aprofundam a percepção dos sentidos, percebo, em muitos, a despreocupação com as questões espirituais, desconhecendo o quanto há nas suas atividades de envolvimento que vão além dos cinco sentidos. Muitos não percebem os *vários níveis* em que atuam, nem com o próprio grupo de trabalho, nem com a platéia.

Nessas relações *há algo mais* do que os cinco sentidos e embora muitos sintam e expressem essas diferentes percepções através de depoimentos verbais sobre algumas sensações e emoções “estranhas”, poucos demonstram ter algum conhecimento sobre isso. Trabalham além das emoções e sensações físicas, mas não as identificam, ignorando outras dimensões, prejudicando assim suas atuações profissionais e mesmo suas vidas pessoais. O ator, ao manter a concentração em si mesmo, ou num determinado ambiente ou personagem, pode estar trabalhando com aspectos que vão bem mais além do que um treinamento físico ou habilidade de interpretação. Nesta pesquisa, não contemplei o trabalho com atores, embora seja um campo rico e importante a ser estudado, menciono aqui, como um outro campo de minha experiência, onde a visão integral do ser humano também não faz parte da formação profissional. Certamente, vivenciar o sensível no trabalho cotidiano é um fato que oportuniza aos atores a expansão das percepções mais sutis, mas não é regra, é uma escolha. O privilégio do artista com relação a outros profissionais é que, embora possa não ter essa visão integral do ser humano, no seu *fazer* exercita uma unidade, como diz BONFITTO (2002, p.140): “O *fazer*, com seu *sentir* e

*perceber transforma o pensar. E o pensar, com a força de sua elaboração, transforma o fazer”.*

Nessas três áreas de experiência pessoal (teatro, educação e atendimento espiritual) observo que poucas pessoas parecem cientes da visão integral do ser humano. Há uma concepção de um ser humano fragmentado. Para haver um entendimento de que o ser humano é um todo, considero que será preciso mudar a educação na forma de perceber o mundo externo e identificar de que maneira são significadas estas percepções.

Também, a recente experiência de ser supervisora da 5ª Bienal do Mercosul realizada em 2005, sensibilizou-me ainda mais para a necessidade de se contemplar o ser integral na formação dos mediadores, responsáveis pelo atendimento direto com o público visitante ao evento. No contato com vários mediadores, percebi que muitos deles, embora tivessem sido preparados através de cursos intensivos sobre arte e alertados sobre os diferentes públicos que teriam de recepcionar, tinham problemas de expressão do corpo (incluindo a voz) e também problemas de sensibilidade para perceber os visitantes, para fazer uma *leitura* do grupo que estavam mediando, como por exemplo, a forma destes compreenderem as obras, o ritmo, o interesse e tantas outras particularidades de relações que facilitariam o seu trabalho e o aproveitamento da visita.

Ao longo da realização deste estudo, tenho acompanhado, do alto da minha janela, os operários que constroem um enorme edifício. Seus pequenos corpos desenham formas no ar contra um céu azul, ao sol escaldante do verão. E, à tardinha, quando faço minha meditação ou ouço Ave-Maria de Gounod, suas silhuetas confundem-se com os ferros e concretos, que crescem rapidamente.

De onde eles trabalham, têm uma vista fantástica de toda a cidade, enquanto eu, quando escrevo com os olhos na tela, procuro ter uma visão vasta da educação com temor de *acimentar* idéias e perder a maleabilidade para que estas sejam usufruídas por outras pessoas. Por alguns instantes, interrompo o meu trabalho e tomo água mineral (garrafinha gelada) no mesmo instante que o operário empina sua garrafa (talvez um pouco mais quente), e numa sincronia bebemos no mesmo espaço de tempo, com o mesmo movimento. Foi uma sensação estranha e o que eu tinha estudado em Semiótica como teoria, neste momento ocorreu comigo. Vivenciei uma ruptura, um fascínio perante tal sintonia de gestos, vivenciei uma estesia. Mas,

retomo os estudos e sinto meu corpo pesado na cadeira, já o corpo do operário é ágil, pula de um andaime para outro com perfeito equilíbrio (um erro pode ser fatal) e, logo, volta a colocar o tijolo sobre tijolo, num ritmo constante e preciso. Certamente eu teria dificuldade em realizar sua ação física, e ele, talvez, não tenha familiaridade com o teclado deste computador. No entanto, utilizamos nossas mentes, sentimos sede e necessitamos de água. Somos seres da mesma raça, de gêneros diferentes. Eu tive oportunidade de fazer faculdade, ele provavelmente não. Ele constrói casas, eu moro. Eu planejo aulas, seu filho assiste.

Existem muitos paralelos de igualdades e desigualdades para traçar entre nossas duas vidas. Todavia, uma coisa fica clara para mim: seria muito bom se eu exercitasse melhor meu corpo e soubesse construir não somente paredes mentais, seria muito bom se ele tivesse a oportunidade de construir suas idéias e pudesse expressá-las como estou fazendo agora, pois certamente ele teria interessantes idéias sobre educação e eu sobre movimentos corporais nas construções. E, no instante de *nossas sedes*, senti a conexão existente entre os seres humanos e me veio à mente os milhares de gestos sincrônicos que a todo instante acontecem.

Neste instante as andorinhas cortam o céu rompendo meus pensamentos. Elas denunciam o verão com seus vôos. E sinto então, com esta ruptura, a conexão dos seres humanos com os pássaros e o céu e uma emoção de amplitude invade meu ser. O corpo relaxa e minha mente se aquieta, ficando apenas a sensação de *pertencer* a um sincronismo maior. O que significa este sentimento? Que percepção é essa?

Como será que o pedreiro percebe as andorinhas? Nossos corpos exercem funções vitais semelhantes. As andorinhas precisam ser registradas nos nossos cérebros para que, no próximo verão, possamos saber, ao vê-las, que são andorinhas. Há, no entanto, registros únicos no meu cérebro diferentes dos registros efetuados pelo cérebro do operário, assim como, as sensações que ele deve ter tido ao tomar a água, bem diferentes daquelas que registrei, muito embora a composição H<sub>2</sub>O seja a mesma e nossos corpos tenham tido que efetuar os mesmos mecanismos para absorvê-la.

A Medicina atual é capaz de fazer registros incontáveis sobre as funções idênticas dos nossos organismos, e de funções específicas do gênero e do sexo. Também a Psicologia pode, com tranqüilidade, listar nossos perfis, e a Sociologia

pode identificar nossos comportamentos de classe, mas há um campo vasto de estudo de como se expressa nossa individuação. Na Educação, o ensino das artes, quando bem orientado, busca contemplar uma singularidade de expressão, mas há, no entanto, aspectos do ser humano ainda negligenciados como objeto de estudo na Educação, e nem mesmo nas artes são encontrados. Aspectos, como por exemplo, campos sutis de percepção, e ampliação de consciência. São estes aspectos que motivaram esta pesquisa.

Estará na hora de deixarmos fluir outros canais de comunicação e de obtermos outras *leituras* de nós mesmos? Quem sabe navegaremos em novas ondas, miúdas ou gigantescas, que movimentarão outras composições das *nossas águas*.

A educação integral contemplando o aspecto espiritual, não implica o voltar-se para a religião, embora isso possa acontecer, com o objetivo de estimular dogmas e rituais, negando o questionamento de caráter científico. Muito pelo contrário, atentar para o aspecto espiritual do ser humano é auxiliar a liberá-lo de amarras e conceitos pré-concebidos, é traçar uma trajetória individual de descobertas através dos próprios sentimentos e percepções no seu cotidiano.

O que proponho para a Educação é o estudo da complexa composição humana ainda não considerada na educação atual. Seria ampliar, na escola, o foco atual centrado no intelectual, incluir o corpo de forma mais intensificada, como consciência em expansão, ampliando seu entendimento do conceito de ser integral.

As inovações tecnológicas e as descobertas científicas a respeito do ser humano estão cada vez mais aceleradas, mas esses fatos ao contrário de nos acomodarem, incitam-nos a querer maior conhecimento. Com uma educação integral a ser proposta neste trabalho, certamente faremos melhor proveito também dos avanços tecnológicos. Este princípio de um novo século sugere uma retomada de questões éticas que iniciam por atitudes pessoais, evidentemente inseridas numa ética global.

A dimensão espiritual está contemplada nesta ordem de argumento. Se por um lado, a tradição religiosa nos afastou do contato saudável com o nosso corpo, fazendo-nos acreditar que esse é de menos valia comparado ao valor da nossa *alma*, pó outro lado, a tradição acadêmica também se encarregou de afastar-nos

dele, pois nesse campo de estudo, o corpo fica em segundo plano para dar lugar ao intelectual, no qual o mental é primazia sobre o físico, como se estes fossem dissociados. O estudo desta dissociação é aprofundado na obra de Damásio (2000), um dos autores que sustentam este trabalho.

Na busca de maior compreensão do que significa ser integral, partindo de minhas vivências para integrá-las neste estudo às teorias escolhidas, volto-me ao meu passado. Retomo a uma expressão poética para continuar pensando.

Sonho com meu passado e crio meu futuro.

Sempre há a presença sutil dos meus ancestrais e a imagem dos meus herdeiros.

Meu coração se acelera e sinto pertencer à humanidade inteira.

Tenho a sensação de pertencer a *muitos tempos*, ser atemporal.

Meu corpo se dissolvesse na brisa, nos sons, é como se cada célula captasse um momento diferente de vida, de espaço. É fascinante e assustador.

Temo desprender-me e dissipar-me no infinito.

Minha mente se esforça e volto a pensar que sou uma só.

Fito minhas mãos, respiro e calço os chinelos.

Inquieto-me com as necessidades triviais: sou uma pobre mortal!

Esta pesquisa expressa neste texto de tese, é assim construída.

No **capítulo I** apresento as idéias dos autores que embasam esta pesquisa: Wilber, Azevedo, Spolin e Damásio, tendo ainda o auxílio de autores como: Koudela, Ostrower, Jarintonsky, Duarte e Gardner. Apresento as idéias desses autores e incluo minha própria proposta de educação denominada de Jogo Estésico, partindo de minha experiência nos campos da arte-educação, do teatro e da espiritualidade.

Quanto ao método, utilizo uma abordagem da Fenomenologia Hermenêutica de Merleau-Ponty (2006) e de autores com possíveis diálogos com este, que são: Wilber, Azevedo, Dilthey e Cauquelin, conforme entendimento que será explicitado no **capítulo II**. Também faz parte desse capítulo a interpretação das vivências realizadas com os alunos, e da minha prática como voluntária num grupo de espiritualidade. A metodologia se apóia no conceito de vivência, pois a considero um

ato de criação e assumo a inseparabilidade entre sujeito que observa e sujeito que é observado. Por isso, este estudo não tem caráter de busca de generalizações ou regularidades, característica da chamada ciência moderna, mas de busca de compreensão de vivências propostas para os objetivos deste estudo.

E por último às Conclusões, que denomino de **(In)conclusões**, onde expresso minhas reflexões e as implicações da possível contribuição das teorias sobre a educação, principalmente na formação dos professores.

## CAPÍTULO I

### 2. REFERENCIAL TEÓRICO

A abordagem inicial da minha pesquisa trata das percepções corporais e da necessidade de se fortalecer o *sentir* no espaço educacional, (dirigidas a princípio para a formação de professores). Uma vez contemplada esta etapa, digamos assim, exploro as possibilidades de trabalhar percepções mais sutis, onde haja um aprofundamento gradativo ou, melhor dizendo, uma expansão destas percepções.

Para tratar dos cinco sentidos e do *sentir*, utilizo Merleau-Ponty, transcorrendo sobre a percepção do real e do imaginário. Discorro também sobre o corpo e sobre sua significação além da dicotomia sujeito objeto. Por considerar ainda necessário, no campo da educação, fortaleço a estreita relação do corpo com a mente, através dos estudos do neurologista Antonio Damásio que aponta uma nova visão, na complexa relação corpo/mente/sentimentos, derrubando o princípio cartesiano que separava até então, o corpo da mente, embora eu reconheça que infelizmente, essa separação ainda é predominante nos meios educacionais.

A seguir, trato de outras formas de percepção, que incluem e ampliam as percepções dos cinco sentidos, perseguindo estados ampliados da consciência, numa busca pela transcendência do ser humano, a partir do sensível, recorrendo para esse enfoque à perspectiva de *ser integral* de Ken Wilber e aos estudos de Apometria, desenvolvidos por José Lacerda de Azevedo.

Recorri às vivências, onde as teorias citadas, acima, se mesclaram à metodologia, (teorizadas no capítulo III).

As vivências foram realizadas em três grupos distintos: com alunos da disciplina EDU-02035, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, juntamente com os professores responsáveis pelo NIETE (Núcleo Interdisciplinar de Estudos Transdisciplinares de estudos do Espírito); com alunos da 1ª turma do CENTRARTE

(Centro de Estudos de Arte Terapia) de Caxias do Sul, e com o grupo Xangô de atendimento espiritual pertencente à Casa do Jardim (Instituição Filantrópica de Atendimento Espiritual), localizada em Porto Alegre.

A maioria das vivências realizadas com os alunos ficou no nível de sensibilização, pois havia despreparo desses com relação ao trabalho com o corpo e com vivências de expressão. Num sentido geral, não ultrapassaram a proposta do Jogo Teatral e em poucos momentos, conseguimos atuar no Jogo Estésico. Esse fato não foge ao processo de educação que proponho, pois é exatamente numa escala de crescimento e aprofundamento/ampliação que esta *construção do sensível* pode se tornar viável. Já, nas vivências de Apometria, a atuação predominantemente se deu através da percepção da consciência ampliada, ou através do desdobramento<sup>3</sup> como se costuma dizer nos atendimentos de Apometria.

Para fortalecer o trabalho com o jogo teatral me apoiei, além dos autores específicos da área, também nas referências sobre as percepções dos estudos de Merleau-Ponty, que considero pertinente. Segundo o autor, a percepção intersensorial:

[...] a coisa visual (o disco lívido da lua) ou a coisa tátil (meu crânio tal como eu o sinto ao apalpá-lo), que para nós se mantêm as mesmas através de uma série de experiências, não são nem um *quale* que subsista efetivamente, nem a noção ou a consciência de uma tal propriedade objetiva, mas aquilo que é reencontrado ou retomado por nosso olhar ou por nosso movimento, uma questão á qual eles respondem exatamente. (2006, p. 425):

Para o autor a experiência ou realidade com um objeto é uma realidade de plena existência quando atinge a todos os sentidos, como a um pólo único, permitindo agir semelhante á idéia do *foco* do Jogo Teatral. Considera que um fenômeno só se aproxima da existência real se for capaz de sensibilizar a todos os sentidos e não apenas para a visão ou para o tato, por exemplo, mas uma experiência plena. Fala da presença do corpo como mediador entre as relações e as coisas ou entre os aspectos dessas coisas, pois considera que “a natureza inteira é a encenação de nossa própria vida”. Sobre percepção, Merleau-Ponty escreve:

---

<sup>3</sup> AZEVEDO(1999, p.37) O *desdobramento* se resume em essência na separação do *corpo astral* (ou mental) do corpo físico. Trata-se de técnica anímica e o seu maior êxito está em sua aplicação em médiuns, para contato fácil e objetivo com o mundo extrafísico.

Nessa medida, toda percepção é uma comunicação ou uma comunhão, a retomada ou o acabamento, por nós, de uma intenção alheia ou, inversamente, a realização, no exterior, de nossas potências perceptivas e como um acasalamento de nosso corpo com as coisas. (2006, p. 429).

Ainda, quanto à percepção, esclarece que não necessariamente precisamos de um objeto real na nossa presença, pois pode ser também uma “unidade de valor”, podemos perceber o que não está frente aos nossos olhos, perceber todo o nosso ambiente, o ausente e o presente.

Segundo Merleau-Ponty:

A percepção natural não é uma ciência, não põe as coisas à quais se dirige, não se distancia pra observá-las, ela vive com elas, ela é a “opinião “ou a” fé originária “que nos liga a um mundo como à nossa pátria, o ser do percebido é o ser antepredicativo em direção ao qual nossa existência total está polarizada. (2006, p. 431).

Essa passagem de Merleau-Ponty pode nos trazer muitas reflexões, me parece que ele se enquadra no Paradigma de uma ciência que não separa sujeito do objeto, mas que se une, se polariza, *se vive com elas*. Para mim, esse ponto é fundamental, pois a vivência é o suporte, é o espaço onde ocorre toda a prática das teorias abordadas nesta pesquisa. Para que se possa perceber, precisamos vivenciar, *sentir na pele* a experiência.

Outra reflexão interessante para este estudo é quanto à diferença que o autor estabelece entre o sentido do mundo real e o do imaginário. No mundo real, o sentido é o mesmo que a existência, ele se instala na matéria, já, no imaginário, é a matéria que adquire sentido e forma.

E quanto ao sujeito perceptivo Merleau-Ponty esclarece:

Viver uma coisa não é nem coincidir com ela nem pensá-la de uma parte à outra. Vê-se então nosso problema. É preciso que o sujeito perceptivo, sem abandonar seu lugar e seu ponto de vista, na opacidade do sentir, dirija-se para coisas das quais antecipadamente ele não tem a chave, e das quais, todavia ele traz em si mesmo o projeto, abra-se a um Outro absoluto que ele prepara no mais profundo de si mesmo. (2006, p. 436).

O referido autor ressalta a importância do corpo, e a sua ressignificação para que possamos compreender nossa relação com a natureza e como os estímulos da percepção nos revelam essa interação.

As palavras do autor, ora estudado, corrobora com a reflexão que atualmente fazemos dentro dos novos paradigmas, onde o corpo não está dissociado das nossas percepções. Segundo Merleau- Ponty,:

Desde que se pare de pensar a percepção como ação do puro objeto físico sobre o corpo humano e o percebido como resultado “interior” dessa ação, parece que toda distinção entre o verdadeiro e o falso, o saber metódico e os fantasmas, a ciência e a imaginação, vem por água abaixo. (1999, p.35).

Esse autor dá elementos teóricos para pensar sobre percepção e sobre a *experiência de habitar o mundo por meio do nosso corpo*, o que realizo recorrendo aos jogos teatrais, onde, através do lúdico, me proponho a agir com esta filosofia da não-separação.

Adotei como reflexão inicial, nesta pesquisa, o Jogo Teatral, baseado nos princípios do jogo de Huizinga, e no Jogo Teatral de Spolin, secundado por Koudela e Ostrower.

Para Huizinga o jogo é livre, separado, improdutivo, regrado e fictício. O Jogo Teatral é **livre**, porque o jogador não pode ser obrigado a jogar: ele escolhe; é **separado**, porque é circunscrito em espaço e tempo precisos; é **improdutivo**, porque não produz bens, não é fabricado; é **regrado**, porque não há legislação anterior, e a cada novo jogo se convenciam novas regras; é **fictício**, porque é vivência irreal em relação à vida corrente.

Spolin, no que se refere ao Jogo Teatral propriamente dito, afirma que:

Todas as pessoas são capazes de atuar no palco. Todas as pessoas são capazes de improvisar. As pessoas que desejarem são capazes de jogar e aprender a ter valor no palco [...] aprendemos através da experiência, e ninguém ensina nada a ninguém [...] se o ambiente permitir, pode-se aprender qualquer coisa, e se o indivíduo permitir, o ambiente lhe ensinará tudo o que ele tem para ensinar [...] através da consciência direta e dinâmica de uma experiência de atuação que a experimentação e as técnicas são espontaneamente unidas, libertando o aluno para o padrão de comportamento fluente no palco. Os jogos teatrais fazem isto. (1998: p. 3).

O Jogo Teatral pode ser jogado por qualquer pessoa de maneira livre, espontânea e o seu caráter fictício, circunscrito num tempo e espaço limitados, irreal, proporciona a criação de regras para aquele momento único, sem a preocupação de produzir bens concretos e produtivos. O prazer de jogar<sup>4</sup> é o de enfrentar um desafio, buscar a solução de um problema lançado ao grupo, onde a incerteza e a invenção irão determinar os rumos para chegar a novas regras, sem compromissos prévios. As questões, **ONDE**, **QUEM** e o **QUÊ**, formam a estrutura do jogo, havendo a intervenção do professor, caso o **foco**<sup>5</sup>, o problema proposto, seja desviado. O lúdico, a descontração e o humor norteiam o jogador.<sup>6</sup>

A respeito do jogo, Koudela afirma:

A técnica de Jogos Teatrais propõe uma aprendizagem não-verbal, onde o aluno reúne os seus próprios dados, a partir de uma experimentação direta. Através do processo de solução de problemas, ele conquista o conhecimento da matéria. O foco é ao mesmo tempo catalisador para o jogo e uma forma de criar unidade orgânica na improvisação. (1992, p. 64).

Os Jogos Teatrais têm sua origem nas brincadeiras espontâneas. Segundo Koudela (1992), os jogos sempre propõem um desafio, os jogadores lidam com a realidade próxima. Os estudos de Koudela se basearam em Spolin, que aborda a espontaneidade da seguinte maneira:

[...] um momento de liberdade pessoal quando estamos frente a frente com a realidade e a vemos, a exploramos e agimos em conformidade com ela. Nessa realidade, as nossas mínimas partes funcionam como um todo orgânico. É o momento de descoberta, de experiência, de expressão criativa. (1998, p.4).

O jogador, no Jogo Teatral precisa sentir-se livre para jogar, sem julgamentos que possam inibi-lo, sem ter sobre si a preocupação do certo/errado. Deverá ter um espaço onde sua própria compreensão determinará seus atos, e não dependa de

<sup>4</sup>Nesta pesquisa, o termo é o utilizado por Spolin:(1998, p.342) "... alegria, divertimento, entusiasmo, confiança; intensificar o objeto; relacionar-se com colegas jogadores; envolvimento com o ponto de concentração; jogar gera energia que se libera (objetivo); a expressão física de uma força vital; um termo que no teatro improvisacional pode ser usado em lugar de ensaio; *Vamos jogar!*"

<sup>5</sup> Atenção dirigida e concentrada numa pessoa, objeto ou acontecimento dentro da realidade do palco; é a âncora (o estático) que torna o movimento possível. SPOLIN(1998:340).

<sup>6</sup> Jogador: termo utilizado segundo Spolin (ibidi) com o sentido de: "aquele que joga, pessoa treinada para criar a realidade teatral, aquele que joga com objetos, em lugar de jogar consigo mesmo.(1998:342).

uma avaliação externa, de aprovação/desaprovação. No Jogo Teatral, busca-se incentivar o autoconhecimento e a eliminação do julgamento. A realidade, aqui, se restringe à realidade física, primeira instância necessária a ser *cuidada* na escala de evolução do ser humano, não como parte isolada, mas como foco a ser trabalhado.

A constante espera pela aprovação/desaprovação, nas palavras de Spolin “passou do autoritarismo dos pais para o do professor e, finalmente, para toda a estrutura social” (1998, p.7). Por isso, a importância do exercício do Jogo, em que há o incentivo para o desenvolvimento da expressão e o estímulo para o desbloqueio das resistências e inibições, que tanto podem prejudicar as atuações pessoais quanto os relacionamentos sociais.

No jogo, é necessário preservar um ambiente que favoreça a expressão espontânea e um clima que estimule o imaginário, desafiando o aluno para criar novas soluções perante as propostas dadas.

Em relação ao sujeito criativo, Ostrower refere:

Ao indivíduo criativo torna-se possível dar forma aos fenômenos, porque ele parte de uma coerência interior que absorve os múltiplos aspectos da realidade externa e interna, os contém e os “compreende” coerentemente, e os ordena em novas realidades significativas para o indivíduo. Como ser coerente, ele estará mais aberto ao novo e mais seguro dentro de si. Sua flexibilidade de questionamento, ou melhor, a ausência de rigidez defensiva ante o mundo, permite-lhe configurar espontaneamente tudo o que toca. (1978, p. 132).

A preocupação com a linguagem corporal também faz parte do processo do Jogo Teatral. No jogo, há a busca do gesto sincero do jogador, primando-se pelas ações verdadeiras e não estereotipadas. Procura-se trabalhar o relaxamento, o aquecimento, o ritmo dos movimentos e a respiração. A postura corporal, a posição da coluna e a forma de sentar-se, por exemplo, fogem à simples imposição de etiqueta e respeito. Na prática do Jogo Teatral, estes conceitos impregnam-se de conscientização corporal, de bem-estar, de saúde, de naturalidade, espontaneidade e expressividade.

JARINTONSKY(1978) esclarece que a expressão corporal favorece o processo de afirmação e desenvolvimento da personalidade e que a linguagem corporal é um patrimônio potencial inquestionável do ser humano. Fala, ainda, da

possibilidade da educação desta linguagem, onde o ser humano possa desenvolver a linguagem corporal criativa que abra seus canais de comunicação e expressão.

O ritmo em que nós, seres humanos atuais, vivemos, é acelerado e faz com que nos passem despercebidos vários aspectos de nossas vidas. E, como decorrência, a educação nas escolas faz o mesmo com nossas crianças e jovens, que, na maioria, como nós, estão entorpecidos pela emergência da vida que lhes impusemos. A avalanche de informações diárias, valorizando os discursos teóricos, faz com que nos afastemos das vivências, quer no cotidiano, quer nas salas de aula. Embora muitos já possuam sofisticados aparelhos de comunicação, os “canais” corporais de comunicação e de expressão ainda são pouco explorados pela grande maioria. Encontramos pessoas diariamente se comunicando com extrema desenvoltura por telefone ou por computador (um exemplo disso é o *orkut*<sup>7</sup>), e, no entanto, são tímidas e receosas ao se expressarem numa comunicação face-a-face.

Para dar mais sentido, ou melhor, enriquecermos nossas vidas, é necessário ficarmos atentos às rupturas, aguçar nossos sentidos e nossa percepção de mundo. Quantas vezes, ao término do dia, nos damos conta que passamos por várias pessoas, espaços, belezas da natureza e situações como se estivéssemos vendo uma tela distante, sem contato, sem proximidade. Inúmeras vezes não registramos as expressões, os sons, a cor do céu ou a luz do sol, e muitos outros dias assim poderão se repetir, ao longo de nossa existência. Teríamos uma vida mais rica e interessante se captássemos cada momento e usufruíssemos dele.

Como percebermos o mundo, com seus detalhes estéticos e *únicos*, se nosso ritmo é cada vez mais acelerado e superficial, no sentido de que, na educação que proporcionamos as nossas crianças e jovens, o ritmo pessoal está subordinado a horários, visões e leituras comuns? Como valorizar a percepção pessoal quando a sociedade busca a padronização? Onde, então, a possibilidade de estesia?

Para enriquecer uma situação de vida que pode estar *anestesiada*, proponho uma reeducação e novas posturas perante a educação, nas palavras de Duarte:

Deste modo, a educação estésica refere-se primordialmente ao desenvolvimento dos sentidos de maneira mais acurada e refinada, de forma que nos tornemos mais atentos e sensíveis aos acontecimentos em

---

<sup>7</sup>Site de comunicação através da Internet, em que se fazem depoimentos pessoais e criam comunidades virtuais.

volta, tomando melhor consciência deles e, em decorrência, dotando-nos de maior oportunidade e capacidade para sobre eles refletirmos. (2001, p. 185).

Por isso, acredito que educar os sentidos intensificando os momentos vivenciais no espaço educacional e oportunizar o seu aprimoramento é contribuir para uma melhor qualidade de vida, tarefa fundamental para os arte-educadores e certamente, para todos que atuam na educação. Dar maior atenção à linguagem corporal e proporcionar momentos nos quais os alunos percebam o seu corpo e exteriorizem suas percepções, é educar esta linguagem tão presente e tão esquecida nos meios educacionais. Como nos fala Buchbinder:

O corpo percorre uma história tecida de palavras, ações, afetos, contatos, sensações. É um corpo pessoal, individual, e também nesse corpo está o corpo familiar e social. Cuidando do corpo, estaremos dando atenção aos sentimentos e emoções. (1996, p. 82).

Essa forma de tratar o corpo é compartilhada pelo neurologista Damásio que afirma:

Torna-se mais claro, após essas palavras, o quanto a razão e a emoção estão vinculadas. Como fala o autor, a maioria de nós pensa que a razão é pura, mas não é, pois está embasada na emoção.

O esclarecimento que nos traz Damásio é de suma importância, pois elucida aspectos relativos às emoções e sentimentos. Não muito raro, encontramos nas escolas, avaliações confusas, onde esses conceitos são avaliados de forma isolada. Damásio demonstra através de seus estudos de neurologia, o quanto as emoções embasam a razão. “*A alma respira através do corpo e sofrimento quer comece no corpo ou numa imagem mental, acontece na carne*”. Damásio (1996, p.18).

Recorro aos estudos de Damásio também no que concerne à estreita relação entre mente e corpo e como reforço para análise das atividades ao que ele denomina *Marcadores Somáticos*, pois fortalecem a importância da experiência nos processos da educação e da socialização. Fala, também, de um sistema interno de preferências e de regras éticas e convenções sociais.

Nas palavras de Damásio:

Toda a construção do conhecimento, do simples ao complexo, do imagético não verbal ao literário verbal, depende da capacidade de mapear o que ocorre ao longo do tempo, *dentro* de nosso organismo, *ao redor* do nosso organismo, *para* e *com* o nosso organismo, uma coisa seguindo-se da outra, causando uma outra, infinitamente. (2000, p.243).

Segundo Damásio, a consciência só ocorre quando temos conhecimento e isto só se dá quando mapeamos a relação entre o objeto e o organismo e que ela só surge “quando o objeto, o organismo e a relação entre ambos podem ser representados uma segunda vez”. Ele nos fala:

Quando evocamos um objeto, quando permitimos que disposições tornem explícitas suas informações implícitas, recuperamos não só dados sensoriais, mas também os dados motores e emocionais associados. Quando evocamos um objeto, evocamos não apenas características sensoriais de um objeto real, mas as reações a esse objeto que tivemos no passado. (2000, p.208,209).

A origem imediata do objeto do qual você se torna consciente é diferente, na percepção real ou na evocação, mas a consciência de apreender algo, seja percebido, seja evocado, é a mesma”.(2000:237)[...]Se tanto as próprias ações como os planos para as ações podem ser origem de mapas de segunda ordem, então a consciência central pode surgir até mesmo antes, pois os planos para os movimentos necessariamente ocorrem antes dos movimentos, assim como as reações que finalmente causam as emoções ocorrem antes de essas emoções serem exteriorizadas.(238).

Para o autor referido, existe a consciência ampliada:

[...] a preciosa consequência de duas contribuições capacitadoras: primeiro, a capacidade de aprender e, com isso, guardar registros de uma infinidade de experiências, conhecidas previamente graças à consciência central; segundo, a capacidade de reativar esses registros de modo que, como objetos, eles também possam gerar “um sentido do self no ato de conhecer “e, assim, ser conhecidos”. (2000, p.253).

DAMÁSIO(2000) agrupa o sistema sômato-sensitivo em três divisões fundamentais:

1- Relacionada ao interior do organismo que permanece sempre ativa e que está sinalizando para o cérebro o estado dos aspectos internos do corpo. “O cérebro é efetivamente a audiência cativa do corpo, como já mencionei”.

- 2- A divisão músculo –esquelética comunica ao sistema nervoso central o estado dos músculos que unem aos ossos e que
- 3- A divisão que comunica as sensações do tato discriminativo. Refletem as alterações sofridas na pele por sensores especializados.(2000,p.196)

O autor acredita que o self tem um precedente biológico pré-consciente, o proto-self e que as manifestações mais simples do self emergem quando o mecanismo que gera a consciência central atua sobre esse precursor inconsciente.

Para Damásio:

[...] tornamo-nos conscientes quando internamente nosso organismo constrói e exhibe um tipo específico de conhecimento sem palavras – o conhecimento de que nosso organismo foi mudado por um objeto - e quando esse conhecimento ocorre junto com a exibição interna destacada de um objeto. (2000, p.218, 219).

A consciência serve para ampliar o alcance da mente e, com isso melhorar a vida do organismo que dispõe dessa mente com um alcance maior.(2000, p.382) o poder da consciência provém da ligação eficaz que ela estabelece entre o mecanismo biológico de regulação da vida do indivíduo e o mecanismo biológico do pensamento.(2000, p.383).

O autor considera a consciência moral como a última instância no encadeamento do conjunto.

Damásio:

[...] a consciência permite à mente desenvolver as propriedades que tanto admiramos, mas ela não é a substância dessas propriedades. Consciência não é consciência moral. Não é o mesmo que amor honra e misericórdia, generosidade e altruísmo, poesia e ciência, matemática e invenção técnica. A propósito, torpeza moral, angústia existencial e falta de criatividade também não são exemplos de estados de consciência ruins. A consciência da maioria dos criminosos não está comprometida. Sua consciência moral pode estar. (2000, p. 390).

Se considerarmos os estudos de Wilber o seu conceito de consciência vai além, e inclui o estágio de moral a que Damásio se referiu.

Wilber:

Da mesma forma, Lowem ressalta que a maioria das pessoas dissocia corpo e mente e constrói um bloqueio ou barreira entre psique e o soma: “o bloqueio também tem o efeito”, diz ele, “de separar e isolar a esfera psíquica da esfera somática. Nossa consciência nos diz que uma atua sobre a outra, mas devido ao bloqueio não se aprofunda o suficiente para podermos sentir a *unidade subjacente*. (2004, p.165,166).

Gostaria de frisar que Wilber sugere caminhos de evolução humana, calcados na Psicologia e que estou ciente disso, não esquecendo que minha área é a arte-educação, e por isso, sempre voltando minha atenção para a formação na escola, também com a intenção de transcendência. A proposta inicial é trabalhar de forma prática com suas teorias, cuidando primeiramente do corpo, sem desvincular as outras dimensões, (ou campos) do ser humano. Para mim, o Jogo Estésico e a Apometria contemplam caminhos possíveis de vivências para a formação de um ser integral.

As alterações nos currículos escolares com relação ao conhecimento do corpo-mente-emoções são quase inexistentes. A educação, neste sentido, fica em nível individual, quando poderia e deveria, também, fazer parte das aprendizagens vivenciadas na escola.

Teríamos, no ensino acadêmico, a oportunidade de desvelar e sistematizar os recursos da mente-corpo-espírito inseridos num grupo, no qual haveria a possibilidade de exercitar o relacionamento grupal e se traria maiores possibilidades de atuar criativamente e harmoniosamente na sociedade. Facilitar a percepção sobre si mesmo e a do outro leva a pensar o quanto o ser humano necessita vivenciar os processos que as artes oferecem; resgatar a importância da estética na educação, com o sentimento de que essas fazem parte do processo de construção de todo ser humano, independente do nível em que se encontra, é tentar resgatar a educação do ser humano pleno, inteiro.

Sugiro, como uma das formas possíveis, a sensibilização do próprio corpo através do Jogo Estésico, pois ao praticá-lo exercitamos o gesto espontâneo, a ação no prazer do momento, do efêmero. Estar presente integralmente, no aqui e agora é tornar-se vivo, atuante a cada momento, e a esta prática considero como uma expressão da espiritualidade. Nas palavras de Wilber:

A verdadeira prática espiritual não é algo que fazemos vinte minutos, duas horas ou seis horas por dia. Não é algo que fazemos uma vez por dia de manhã ou por semana aos domingos. A prática espiritual não é uma atividade entre outras atividades humanas: ela é o terreno de toda atividade humana, sua fonte e sua confirmação. ( 2001, p.199).

Na vivência do Jogo Estésico, o jogador atua livre com seu corpo, deixando extravasar as emoções momentâneas, sem julgamento. E, nos momentos de criação de personagens, pode exercitar a capacidade de refletir sobre reações físicas e emocionais, facilitando a compreensão de suas próprias emoções e sentimentos. Ao se confrontar com o pensamento das personagens, por suas atitudes e implicações e dimensões que essas assumem, têm a chance de maior tomada de consciência sobre a complexidade das ações e reações que envolvem as relações dos seres humanos. O exercitar-se possibilita a procura do equilíbrio, deixando o acerto/erro de lado e encarando a vivência como uma *tentativa* de evolução. Wilber nos fala:

Mas esse amortecimento do corpo só se consegue a um preço alto. Pois, se é verdade que o corpo é a fonte da dor, também é verdade que é a fonte do prazer. Ao eliminar a fonte da dor, o ego ao mesmo tempo mata a fonte do prazer.( 2001, p. 137).

O fazer teatral, através do Jogo Estésico, pode ser vivenciado para o *experimentar* da vida, onde o processo e o produto são construídos pelo sentir. A tentativa de se superar, de transcender, só se dá pela prática do viver. A expansão da consciência de cada um faz parte deste processo de experimentação, na qual, o reconhecimento de seus próprios sentimentos, possibilita o crescimento e a transcendência. Encaro, portanto, a expansão da consciência também como uma dimensão de descoberta a ser sentida, estudada e construída.

O estudioso de psicologia cognitiva, Howard Gardner em seus últimos estudos sobre inteligências humanas, inclui a inteligência espiritual, a qual denomina Inteligência Interpessoal:

A inteligência interpessoal emprega capacidades centrais para reconhecer e fazer distinções entre os sentimentos, as crenças e as intenções dos outros. No início do desenvolvimento, essa inteligência é vista como a capacidade das crianças pequenas de discriminar entre os indivíduos de seu meio ambiente e perceber o humor dos outros. Em suas formas mais

desenvolvidas, a inteligência interpessoal se manifesta na capacidade de compreender os sentimentos e atitudes dos outros, agir em função deles e moldá-los, para o bem ou para o mal. Essa inteligência possibilitou que Madre Tereza, Mão Tse-Tung e Martin Luter King executassem seu trabalho. (2003, p. 221, 222),

Como vemos Wilber pode dialogar tanto com Gardner, como também com Mindell. Na interpretação das vivências quanto a um corpo mais sutil, recorri ao conceito de *corpo onírico* de Mindell:

A pessoa governada apenas pelo tempo e pela pressão social não está em contato com o espírito do corpo ou com o self e experimenta a sua própria pessoa como uma partícula no campo, um objeto cuja vida é dirigida por circunstâncias exteriores e coagida por forças irreconciliáveis. Ao contrário, o indivíduo que percebe e manifesta a vida interior, dança e tem a experiência quântica da vida...Um indivíduo mais sensível experimenta a si mesmo como um campo próprio e dança sem esforço. (1989, p. 28).

A interdependência entre as circunstâncias exteriores e interiores, estão contempladas na visão de ser integral de Wilber.

Também, utilizarei os estudos de SHUBACK (2000) sobre a *hermenêutica imaginativa* para a interpretação das vivências, a autora afirma que: "... toda escolha interpretativa já se sustenta no movimento da vida". Ainda, citando Shuback:

[...] é o horizonte do futuro e a responsabilidade do homem por um mundo melhor que fundamenta o teor de verdade de toda compreensão e interpretação que orienta a hermenêutica imaginativa. [...] Mas de que modo se pode entender esse mundo melhor como horizonte de interpretação? Entendemos por um mundo melhor o mundo que permite a preservação e a potenciação da vida. (2000, p. 28).

A Hermenêutica é a "arte" de compreensão também nesse segundo sentido de expor na interpretação o papel do intérprete. Para a compreensão real de um texto, pode-se então reivindicar a vivência do intérprete, a capacidade que o ser humano possui de transpor-se para os processos espirituais de um outro sujeito.(2000, p.18).

Ao considerar outras dimensões além dos cinco sentidos, como a expansão da consciência e aspectos do *sagrado* no cotidiano, continuo com WILBER (2005) na busca de aprofundar a compreensão sobre o conceito do ser integral no que tange ao que denomina de *homem integral*.

[...] existe na realidade um espectro da consciência, atingindo desde o ego isolado e individual, de um lado, até os estados de “consciência da união” e “união espiritual”, de outro. Esse espectro geral da consciência consiste em pelo menos doze níveis de percepção, cada um com uma estrutura bem reconhecível (incluindo os níveis instintivo, freudiano, lingüístico, cognitivo, existencial e espiritual).(2005, p.108).

É preciso considerar que estes níveis não são estanques, separados, eles se justapõem, sendo que o grau mais elevado inclui o anterior e, assim sucessivamente, estando o nível espiritual presente em todos os níveis.

Em Wilber encontramos dezessete níveis básicos do espectro total, são eles: matéria, sensação, percepção, impulso, imagem, símbolo, conceito, regra, formal, lógico-visual, psíquico, sutil, causal e não-dual; nas suas palavras, esse espectro está, muitas vezes, simplificado em matéria, corpo, mente, alma, e espírito. WILBER (2005, p. 125).

Nas vivências relatadas na Apometria, as pessoas estão habituadas, sensibilizadas para abrir campos de percepções não só do plano físico, mas do astral e do mental, pois é um espaço onde esta sensibilidade faz parte do atendimento. Lembro, no entanto, que muitos dos trabalhadores embora tenham percepções ampliadas, ficam *a desejar* no cuidado com o corpo e nos estudos teóricos, como já havia dito no início deste trabalho quando me referi à proposta de ser integral. Saliento que o fato de percebermos e, até, atuarmos com expansão de consciência, não nos garante que tenhamos pleno equilíbrio nos outros níveis.

Tanto na visão do ser integral de Wilber, como na Apometria e no Jogo Estésico há princípios que se mantêm; o respeito pelo corpo, o amor próprio, a liberação das emoções positivas ou negativas, a liberação do sentimento de culpa, a necessidade de expressar para ser auxiliado de forma individual ou grupal, a troca com o outro, o aspecto do efêmero, onde o que importa é o *passo seguinte*, tentando ver o passado como tentativa de acerto, onde há coisas para se *salvar* na memória e outra para se *deletar*. Em todos os campos das vivências permeia o sentimento de evolução, de despojamento para que o crescimento realmente ocorra. Quer estejamos atuando no plano físico, astral ou mental, o profundo sentimento de amor é o que serve de base, é a ética perante si próprio, perante o outro, perante entorno e o cosmos. A busca da harmonia num profundo sentimento de eternidade é

que nos faz valorizar todo momento vivido, a cada instante as transformações estão ocorrendo, e por isso mesmo, a importância de se valorizar o momento, desde os pequenos atos, as sensações, as percepções, as relações pessoais e sociais.

No Jogo Estésico, a proposta inicial é trabalhar com o estético e, também com o estésico. A partir dos depoimentos dos alunos que participaram nas vivências procurei resgatar o sentir através do Jogo Teatral, e em nível mais profundo, propus o Jogo Estésico, onde procurei sensibilizar e atuar em níveis mais expandidos de consciência. Já nas vivências da Apometria, a atuação é, primordialmente, pela expansão da consciência, considerando que nelas já estão incluídas as percepções dos cinco sentidos, até mesmo porque é através destes que as percepções se expressam. O sentir no cotidiano, na vida.

Com um profundo sentido pela busca do ser integral e ciente de que minha atuação na educação é a de quem não só propõe, mas compartilha e, que, neste processo, vai descobrindo e reinterpretando as vivências é que selecionei as atividades propostas para a nova etapa da pesquisa que foi o contato com os alunos.

Não pretendo fazer do Jogo Estésico mais uma proposta de terapia. Acredito que se pudermos oferecer na escola, vivências com uma abordagem de transcendência, como sugiro no Jogo Estésico, estaremos facilitando o crescimento de um ser integral, e oferecendo um espaço viável de construção do conhecimento que poderá sensibilizar o aluno para uma vida mais autônoma, mais consciente, mais plena e feliz.

Os estudos do neurobiologista Antonio Damásio despertaram em mim um profundo interesse e satisfação pois, através deles, elucidei inúmeros questionamentos surgidos na minha prática de sala de aula, enquanto professora de teatro. Confesso que a primeira vez que li o “O erro de Descartes” DAMÁSIO(2000), senti um enorme alívio, pois vi ali valorizados aspectos negligenciados na educação, como: emoções, sentimentos, e a importância do corpo na construção de todo conhecimento humano. Como professora de teatro, sempre dei ênfase ao corpo, como só poderia ser, e aproveitei esse autor de outra área de conhecimento para meus estudos e prática de sala de aula.

Ressalto que usufruí os estudos desse autor, pois ele é extremamente didático e de fácil compreensão mesmo para profissionais que não pertençam à área

médica, e reconheço não poder entrar no mérito de muitas questões levantadas por ele, um neurocientista, profundo conhecedor da complexa constituição do cérebro humano. Minha utilização talvez se refira a aspectos filosóficos de sua teoria. No momento em que vivemos, de religação de saberes, digamos que o aprofundamento se dê muito mais pelas possibilidades de interconexões do que pelo uso de informações, que por si só, tornaria o uso do corpo conceitual uma disciplina inatingível para o uso de outras áreas. Respeito enormemente sua contribuição para a ciência e reconheço em inúmeras passagens, o seu espírito ético e comprometido com o ser humano, como neste trecho: Damásio:

[...]mas devo dizer que os sistemas educativos poderiam ser melhorados se insistisse na ligação inequívoca entre as emoções atuais e os cenários de resultados futuros, e que a exposição excessiva das crianças à violência na vida real, nos noticiários e na ficção audiovisual desvirtua o valor das emoções na aquisição e desenvolvimento de comportamentos sociais adaptativos. O fato de tanta violência gratuita ser apresentada sem um enquadramento moral só reforça sua ação dessensibilizadora. (1996: p.278).

Um cientista preocupado com estas questões só pode merecer o meu apreço, mas com relação a alguns questionamentos que ele faz a respeito da capacidade da mente humana e sobre futuras possibilidades de comunicação entre as pessoas, ousou discordar, pois num determinado momento de seu livro, Damásio(2000, p.384), lança um questionamento: *“Algum dia experimentaremos a consciência de outra pessoa?* E, logo em seguida, responde que atualmente não vê essa possibilidade. E, Continua com indagações extremamente intrigantes, discorre sobre a possibilidade de um tomógrafo do futuro e das possibilidades que este teria para ler a mente humana. Considera que, embora com aparelhos de grande capacidade de leitura ainda assim não vislumbra a possibilidade de fazer um ser humano ler a mente de outro. Do ponto de vista de uma máquina eu acredito que realmente a ciência possa estar longe de atingir essa possibilidade, mas se consideramos o assunto sob outras perspectivas de ciência, sob novos paradigmas, inseridos na física quântica, há os que já obtiveram algumas respostas com relação a esse questionamento, o meu grupo de Apometria é um exemplo. Trago para essa discussão, portanto, minhas experiências vividas nos atendimentos da Apometria, tomando a iniciativa de fazer uma reflexão sobre o questionamento por ele levantado.

Quem sabe, levando em conta a expansão da consciência, ou outros inúmeros estudos sobre o tema, efetuados no mundo inteiro, como, por exemplo, a telepatia, possamos investigar, mais a fundo, outro tipo de comunicação não mensurados por aparelhos externos ao nosso corpo, mas a de usufruir a nossa própria capacidade humana, ainda pouco explorada no meio acadêmico e no campo da educação.

Considero oportuno, a partir de agora, inserir os estudos de Ken Wilber, pensador que tem uma abordagem integrativa, e sugere um modelo do espectro da consciência, que inclui o corpo, a mente e o espírito.

Dentro da proposta deste trabalho, a concepção de integração de pensamento e emoção não basta. É preciso ir além, e para isso, continuo com Wilber:

A idéia de reabsorver o corpo pode inicialmente surpreender as pessoas como sendo uma noção estranha. O limite entre ego e a carne está tão profundamente enraizada no inconsciente da pessoa comum que ela reage à proposta de curar essa divisão como uma curiosa mistura de perplexidade e tédio. Acreditando que o limite entre a mente e o corpo é fixo e real, não imagina por que alguém poderia querer mexer com ele, e muito menos dissolvê-lo. (2001, p. 133).

Com a minha experiência na educação, que é o Teatro apoiado nos princípios do Jogo Teatral, destaco a relevância da educação dos sentidos e proponho a inclusão de um novo olhar, na complexa relação entre corpo e mente embasada nos estudos teóricos de Wilber que nos esclarece:

Possuímos pelo menos três modos de conhecimento – sensorial, simbólico e contemplativo. Esses modos correspondem ao corpo físico, à mente e ao espírito. Isto é bastante simples, mas fica um pouco mais complicado quando você compreende que a mente, por exemplo, pode olhar não apenas para o seu próprio nível, mas também para os outros dois, e em cada caso você obtém um tipo de conhecimento fundamentalmente diferente. (2000, p. 89).

Aprofundar conhecimentos de como se processa a integração corpo-mente-espírito nas relações de aprendizagem em sala de aula, visando à formação de um

ser humano integral, acredito ser um desafio para nós professores de um novo milênio que inicia.

Proponho a inclusão, nos espaços educacionais, de atividades que contemplem o ser humano no seu todo, proporcionando a passagem pelo processo de construção de conhecimento nos três modos distintos: sensorial, simbólico e espiritual. A educação numa perspectiva mais profunda, que possa ir além dos cinco sentidos, aguçando no ser humano toda sua potencialidade estética, na vivência do processo artístico, com o reconhecimento do corpo e o aprofundamento do estudo do espírito. Espírito, aqui, não *fora* do corpo, como parte, mas na acepção de Wilber, de que a linha espiritual de desenvolvimento é a linha de desenvolvimento máximo, e que esta se desdobra através das mesmas esferas em expansão da consciência, que vão do interesse pré-convencional (egocêntrico) ao interesse convencional (sociocêntrico), ao pós-convencional (universocêntrico) e ao pós-pós-convencional (de bodhisattva).

A educação integral cumpre mais um importante papel na evolução do homem sensível, criativo, integrado, estético, ético, contemplando o homem na sua totalidade, presente no *aqui e agora*, a cada instante, e não num ser humano distanciado da sua realidade, mas o sagrado, o espiritual, no seu dia-a-dia. A arte como possibilidade de expressão, de autoconhecimento e de transformação, do *pequeno gesto* ao ser cósmico.

O estudo do corpo como linguagem e comunicação, ponto de partida para perceber os sentimentos, o bem estar, o prazer, a alegria e os bloqueios corporais, é, reitero, a proposta desta pesquisa. E o exercício de jogar, *jogar-se*, de forma lúdica para poder refletir e evoluir. Quando estou nos atendimentos de Apometria, percebo claramente que na maioria dos casos, se a pessoa tivesse tido a oportunidade de expressar-se, ou de lidar com seus problemas na escola, quando ainda eram *mais leves*, as soluções seriam mais fáceis. Muitas pessoas que procuram atendimento para a saúde deixam bastante claro que os problemas começaram na infância, estavam *registrados* no campo astral, ou no etérico e ainda não no campo físico. Às vezes, pequenas situações trabalhadas em sala de aula, com atenção e sensibilidade tornariam a vida dessas pessoas mais harmoniosa. Um exemplo é a timidez que muitas pessoas sentem para falar em público ou mesmo para um pequeno grupo, ou ainda uma simples entrevista particular. Ao longo da

minha carreira, conheci centenas de pessoas com sérios problemas de timidez, tirando algumas exceções de casos mais graves, a maioria seria tranqüilamente resolvida nos exercícios de sala de aula, com jogos de expressão, onde se pode *desmistificar* essa *resistência* de se expressar.

Quando incluo numa mesma pesquisa, Jogo Estésico e Apometria é porque percebo uma caminhada, onde para se contemplar os níveis mais sutis do ser humano, os níveis mais elevados de consciência é preciso, primeiramente ou, concomitantemente, atuar nos primeiros estágios de desenvolvimento, nos estágios “inferiores” e nos estágios “intermediários”. Considero que a escola possa trabalhar nos estágios “intermediários”, que segundo Wilber (2004, p. 20) entre eles estão: adaptação social, ajuste mental, integração do ego, organização sintática, e avanço conceitual, deixando claro que os níveis mais elevados sempre incluem os anteriores. Portanto, as vivências de Apometria são uma tentativa de registrar a possível experiência nos níveis mais sutis, lembrando que não há uma *separação* propriamente dita, tudo está interligado, justaposto, mas ainda precisamos destacar por questões de aprendizagem. Provavelmente, no futuro, estas conexões serão naturalmente aceitas e consideradas sem a necessidade de se chamar a atenção para isso. Quando Wilber fala dos níveis superiores e inferiores e da evolução, permite que tenhamos maior esclarecimento:

De fato, o superior vem *depois* do inferior e *se desprende* do inferior, mas não provém *do* inferior. Na atualidade, é de conhecimento geral que em cada etapa do desenvolvimento ou da evolução surgem elementos que *não podem* ser explicados unicamente em termos das etapas anteriores. O próprio Piaget deixou isso muito claro, o mesmo fez Polanyi. Logicamente, ontologicamente, psicologicamente ou metafisicamente não se pode obter o superior do inferior. Os modos superiores podem aflorar porque e unicamente porque foram dobrados, como potencial, nos modos inferiores; no decorrer da evolução, eles se cristalizam e se diferenciam dos modos inferiores. (2004, p.197).

As minhas experiências com o Jogo Estésico e com a Apometria colocaram na prática, o exercício e a experimentação, de certa forma, de alguns estágios da evolução humana citadas nas teorias de Wilber, coincidentemente contempladas também nas minhas vivências anteriores ao meu conhecimento de sua obra.

Trabalhar com o corpo é, sem dúvida, a primeira instância, sentir o concreto, aqui e agora, e ao mesmo tempo a sua efemeridade. O corpo lembra que nós seres humanos temos uma parte finita que um dia irá morrer, e fazemos de tudo para fugir a esta lembrança. E numa tentativa de esquecer da morte, nos detemos no mental, na abstração mental, no ego, perdendo assim o contato com a unidade do corpo com a mente, como fala Wilber:

O homem perde a unidade do corpo e da mente, a unidade de sentimento e atenção que é a característica do centauro. Toda a nitidez da atenção-sentimento fica rompida e distorcida; em seu lugar permanece o pensamento compulsivo, por um lado, e o corpo dissociado, por outro. Assim nos encontramos no nível do ego: o homem identificado com uma reflexão mental de seu organismo total, com uma auto-imagem.(2001, p.106).

O autor esclarece que uma auto-imagem mais ou menos acurada é uma auto-imagem livre.

Quando tomamos contato com o nosso eu transpessoal não corremos o perigo de desprezar o corpo, ou o meio ambiente, ao contrário, por termos liberado esses limites, tudo o que fazemos, fazemos com mais atenção, tornamo-nos mais receptivos, levamos a vida de forma mais leve, dando maior significado ao cotidiano, não ficamos mais aprisionados por ele, pois começamos a ter a intuição de que somos imortais, não com um ego imortal, mas com um eu transcendente.

Considero pertinente trazer, para maior esclarecimento, uma vez que foi referendo, nas vivências, os significados de *sombra* e de *persona*, pois inúmeras vezes aparecem pessoas com esse problema sobre o qual Wilber fala:

Distorceu sua auto-imagem numa tentativa de torná-la mais aceitável, e acabou negando facetas de si mesma. Desenvolveu um retrato fraudulento de si mesma, uma auto-imagem incorreta. Em resumo, desenvolveu uma *persona*, e todos os aspectos inaceitáveis de seu ego parecem agora ser externos, estrangeiros, parte do não-eu. Eles são projetados como a *sombra*. (2001, p. 109).

Wilber:

Quando percebemos que uma projeção que parecia existir “lá fora”, é, na verdade, nosso próprio reflexo, uma parte de nós mesmos, então arrancamos esse limite específico de entre o eu e o não-eu. Daí em diante, nosso campo

de consciência torna-se mais expansivo, mais aberto, mais livre e mais desarmado. (2001, p.114).

O autor considera que após a liberação do limite entre o ego e o corpo, uma unidade mais profunda pode ser descoberta, onde se pode tocar numa consciência que transcende o indivíduo “que pode levá-lo para fora dele até o mudo vasto e sutil do transpessoal”.

Wilber:

[...] a percepção sensorial em si, desembaraçada da camada de esquematização do ego e da cultura, começa a introduzir no plano da vigília uma clareza e uma riqueza que são impressionantes. A essa altura, a percepção sensorial já deixou de ser apenas “vegetal “ou” animal “ou meramente” orgânica “– é antes uma espécie de percepção supersensorial (e quase, mas não exatamente, supra-sensorial), um influxo de energias superiores, sutis e até transpessoais. (2004, p.79, 80).

Essa percepção é também considerada com uma das fases iniciais do *insight* místico (quando a pessoa ascende ao plano do centauro (ser mitológico com o corpo de animal e mente de homem em perfeita união) e em seguida o transcende).

Para Wilber, a grande transição para as esferas superiores, sutis e transpessoais do ser, se dá através da integração do corpo, do ego, da persona e da sombra, o que denomina de centauro existencial. Também nesse sentido, a meu ver, as vivências da Apometria e do Jogo Estésico se somam e formam um *exercício* prático na busca pelo ser integral.

O estado da consciência, para Wilber, quer nos demos conta ou não é consciência da unidade, porque considera que já somos a totalidade de nossa experiência atual, somos o cosmo, e que o *eu* separado é uma ilusão. Fala, ainda, que a percepção interior de que não existe um eu separado sempre foi óbvia para os místicos e sábios de todos os tempos. Nosso eu supremo é sem limites, não havendo distinção entre o sujeito e objeto, o observador e observado, o vivenciador e o vivenciado formam um *continuum*.

Para Wilber:

O que mais importa em relação ao sutil inferior – o astral psíquico – é que a consciência, ao diferenciar-se ainda mais da mente e do corpo, é capaz de em alguns aspectos, *transcender* as capacidades normais do corpo-mente bruto e, portanto, atuar sobre o mundo e o organismo de maneira que, aos olhos da mente comum, são muito fantásticas e artificiais. De minha parte, creio que elas são uma extensão natural da função transcendente da consciência. (2004, p.87).

O quadro que segue demonstra o Eu Sutil Inferior e o EU SUTIL superior na visão do mesmo autor:

	O EU SUTIL INFERIOR	O EU SUTIL SUPERIOR
Estilo cognitivo	percepção e cognição clarividentes; extra ego e extra sensorial	intuição real e inspiração literal, forma arquetípica, iluminações audíveis, revelações de luz e som
Elementos afetivos	transpessoalmente sensível, supra-sensorial (estágio além do centauro super-sensorial)	enlevo, contentamento, liberação extática na superconsciência
Fatores motivacionais	siddhi; impulsos paranormais e para psicológicos	karuna, compaixão, amor e gratidão irresistíveis
Modo temporal	transaxial ou transfísico; tempo do “ponto-fonte”; capaz de entender as mensagens do mundo com pré-cognição ou pós-cognição	Transtemporal, caminhando para a eternidade
Modo do eu	astral-psíquico	Divino arquetípico, supereu, supermente

Como já referi, o Jogo Estésico se propõe a trabalhar inicialmente os níveis que contemplam a autorealização, e a auto-expressão. Quando me refiro aos níveis mais sutis, considero que vivências efetivas realizadas na escola também possam contemplar a transcendência, mas não vejo como uma meta, mas como um caminho de gradual sensibilização, embora todos os níveis estejam presentes a todo tempo.

Trabalhar com o sensível é libertador e nos faz vislumbrar um eu mais significativo, uma vida mais vibrante, um mundo mais encantador. E percebendo-se sensível, o ser humano se sente capaz de aprimorar-se e melhorar as coisas à sua volta, dar mais colorido à sua vida e à vida dos que o cercam.

Wilber fala que:

Desenvolve-se um profundo senso de responsabilidade, não no sentido de que esta no controle consciente de tudo o que acontece, mas na medida em que não precisa mais culpar ou agradecer a ninguém pelo modo como se sente. No final das contas, você é a origem profunda que produz todos os seus processos voluntários e involuntários, e não uma vítima. (2001, p. 14).

A responsabilidade a que se refere Wilber, em que cada pessoa é responsável pela sua própria vida é um dos princípios perseguidos pelo Jogo Estésico quando propõe experimentar, ousar, repetir, expressar e refletir a própria ação e foi esta proposta, também, de responsabilidade pessoal pela própria trajetória de vida, que me despertou interesse nas vivências realizadas na Apometria, pois também persegue este objetivo. Aliás, uma postura completamente diferente do que até então eu tivera em outras práticas espiritualistas, nas quais havia uma atitude passiva. Esse foi mais um motivo pelo qual incluí minhas vivências de Apometria neste trabalho, por também destacar esta responsabilidade pessoal, com profundo sentimento ético por si mesmo, o que certamente leva ao respeito com tudo o mais. A visão de que cada um é o agente principal de sua trajetória modifica totalmente a postura perante a vida. E conseqüente, perante todas as instâncias, como na educação e na condução de uma vida espiritual. Evoluir em cada etapa humana é tarefa individual, mesmo que haja a necessidade de ajuda, e não só nesta existência, mas ao longo da jornada vivencial. Sentir-se criador, ponto de luz, modifica toda uma postura e inicia uma nova maneira de encarar a vida, indo muito além do material, assumindo e compartilhando da vida num sentido mais amplo, mais transcendental. Portanto, a próxima etapa deste trabalho, que passarei a tratar a partir de agora, é sobre a Apometria. Quero esclarecer que ao participar das vivências desta técnica como médium<sup>8</sup> predisponho-me com cautela, com reflexão e espírito crítico, não me iludindo de que seja algo *fantástico ou artificial*, e acredito que estas experiências sejam uma extensão natural da função transcendente da consciência humana, como já citei anteriormente pelas palavras de Wilber quando fala do *transcender*.

No livro de Azevedo há também um esclarecimento com relação à capacidade humana quando transcende ao corpo físico e sobre nossas possibilidades de ação nessas dimensões:

---

<sup>8</sup> Azevedo(1999,p.213): "Médium é o intermediário, ou quem serve de mediador entre o humano e o espiritual, entre o visível e o invisível. É médium todo aquele que percebe a vida e a atividade do mundo invisível, ou quem lá penetra, consciente ou inconscientemente, desdobrado de seu corpo físico".

Não há mistérios nessa forma de operar energias mentais e cósmicas, **nem deve haver**. A contagem apenas cadencia o fluxo dos impulsos ou **pulsos** energéticos, não há mística em torno do número sete, nem no tom de voz, nos atos ou gestos do operador. Descarte-se qualquer idéia de ritual ou ritualização do ato volitivo; trata-se de um simples e amoroso **querer** alicerçado na certeza de que o que se quer será obtido ou realizado. Em todos os fatos, vimos **fenômenos**. Fenômenos que, por isso mesmo, obedecem a leis bem definidas, tanto que pudemos estabelecer enunciado da maioria delas. (1999, p.94).

Percebe-se na leitura das obras de Azevedo (1999,2004) e de Pastorino (1970) a preocupação com o aspecto científico da espiritualidade, onde não há espaço para milagres, mas para descobertas que a cada dia estão sendo aceitas com naturalidade pela física quântica. E o mesmo com relação a princípios e leis, mesmo da física tradicional, como as definições de *vibração, freqüência, onda, corrente, amplitude, indução, campo magnético*, e inúmeras outras que esclarecem os fenômenos em atendimentos espirituais.

Apometria é uma vivência que fortalece uma visão de ciência e de responsabilidade de nossos atos, em todos os estágios da evolução humana, quer desta existência, quer de vidas passadas. A princípio esta idéia pode ser assustadora, mas é fascinante, pois todo o ser humano é cocriador da vida, e nisto não há nenhuma novidade, pois há muito tempo Paulo de Tarso, disse aos filósofos atenienses, nas alturas do Areópago: “*Nós somos de estirpe divina*”. E, Tertuliano, escreve no segundo século: “*Toda alma humana é crística por sua própria natureza*”. Há também uma passagem em que Jesus diz que: “Vós sois deuses”.

E, Jesus, assim como os outros líderes espiritualistas da humanidade, Krishna, Buda, Maomé, Confúcio, Moisés, Gandhi, Francisco de Assis, Lutero, Luter King, Tereza de Calcutá, antes de serem mestres, eram seres humanos, como nós o somos. Somos potencialmente divinos, mas nossa jornada de aprendizagem ainda está sendo trilhada. Quando enfatizo da necessidade de trabalharmos o sensível nas escolas, despertando para o sentir, para a ética, incluindo todos os conhecimentos, inclusive o tecnológico, é por acreditar que nós, seres humanos, nos tornaremos melhores, cada vez mais, de forma integral, intelectualmente e afetivamente, obtendo, com isso, um mundo de mais harmonia e paz e isto para mim é expressão de espiritualidade.

Wilber:

Com a capacidade de se colocar no lugar do outro, a linha espiritual começará a estender seu interesse máximo do eu para o grupo e suas crenças (mítico-grupal). A partir daí, ela aprenderá a assumir uma perspectiva mais universal, com o interesse por todos os seres sencientes como tais, e essa será a plataforma dos próprios estágios espirituais transpessoais, que terão como fundamento a libertação da consciência de todos os seres sencientes, sem exceção. (2005, p.194).

Segue dois quadros ilustrativos relativos às dimensões consideradas na composição do ser integral, o primeiro, de Wilber (relacionada à Maslow). WILBER(2004) na tabela 3, e no segundo quadro, os campos considerados na Apometria, segundo AZEVEDO (1999, p.30), na tabela 4.

Wilber Modo aproximado de Percepção do eu	Maslow (hierarquia de necessidades)
Pleromático Urobórico alimentar	Fisiológica
Corpo axial Corpo prânico Corpo-imagem	Início da Segurança
Afiliação-cognição	Segurança
Ego Inicial/ <i>persona</i>	Pertencer
Ego intermediário/ <i>persona</i>	Auto-estima
Ego tardio/ <i>persona</i>	
Ego maduro Faixa biosociais	
Centauro/existencial	Auto realização
Sutil inferior Sutil superior	Transcendência
Causal inferior	
Causal superior	
Final	

(tab.3)

Apometria do Espírito à matéria		
Corpos espirituais	Átmico	Eu - Tríade-Divina
	Búdico	Individualidade
Corpos matérias	Mental superior	(Ternário superior)
	Mental inferior	Ego – Quartenário Inferior
	Astral	- Personalidade
	Etérico	
	Somático	

(tab. 4)

Como se pode observar nas tabelas há uma correlação muito estreita quanto às *dimensões* e *corpos* que compõem o ser humano. Em ambas, se pode perceber uma ascendência, que vai do corpo físico, do corpo-mente bruto a estágios mais elevados, num caminho de transformação e superação até a transcendência.

Inúmeras vezes, nas vivências do grupo de Apometria, quando trabalhamos com expansão de consciência, nós nos questionamos sobre as imagens que nos vêm a mente durante os atendimentos, como por exemplo a de um Orixá<sup>9</sup>, ou a de um ancestral, serão reais? Serão criações da nossa mente? Serão nossos próprios arquétipos? Esses questionamentos também estão presentes nos estudos de Wilber(2004), quando se refere a *possível existência da esfera sutil*. Considera que o nível sutil superior é o próprio Arquétipo superior da pessoa e que esse é uma intensificação e expansão da consciência. Esse é apenas um exemplo das várias possibilidades de comparações entre a nossa prática e os estudos de Wilber. Muitas correlações poderão ser feitas a partir das dimensões expressas nas tabelas, mas

<sup>9</sup> Encontramos a palavra correspondente, Orishá .Segundo FERAUDY(2004, 89); A palavra Orishá quer dizer “luz do senhor”ou “Mensageiro do Senhor. ...A matéria é um fluxo do Pai através da energia e do espaço,porém, esse reflexo continua existindo na matéria por ele criado....podemos chamá-los de as *Sete Emanações de Luz procedentes do Pai Bram por meio do Filho*....Por serem reflexos, cada qual ordena uma série menor de construtores, cada qual com uma cor vibratória específica...São concebidos na Teosofia como o Primeiro Logos. São seis no Hinduísmo, entre os egípcios encontramos os Sete deuses Misteriosos; entre os judeus, os sete Sephiroths .

terão que ficar para próximos estudos, pois no momento seria inviável pela necessidade de um período mais longo e, numa certa medida, poderia fugir aos propósitos desse trabalho.

A partir da tabela pode-se perceber que a Apometria tem uma concepção setenária do ser humano, composta da Tríade Divina, e do Quartenário Inferior. Destaco que a Apometria também é embasada na Ciência que se integra numa perspectiva holística, vislumbrando um ser humano comprometido consigo, com os outros, com a natureza e com o Cosmos.

A Apometria embasada, portanto, na Ciência, na Caridade e no Amor, está a serviço da pacificação, da harmonização. Sintoniza com a proposta de construção de uma cultura de Paz que não se restringe à dimensão física. Considera que a vida tende sempre para a plenitude. A vida não nasce nem morre. Somente nascem e morrem *as formas* com as quais se vestem e se expressam a Vida. Daí, a necessidade de respeitarmos a Natureza e todos os seres vivos, vegetais e animais.

Com esta perspectiva, a Apometria compreende que é na vontade humana, no discernimento espiritual, na compreensão de uma jornada evolutiva que se torna possível ao ser humano o reencantar-se com o Mundo na sua atual existência.

Considero pertinente, em primeiro lugar, trazer um histórico sobre a Apometria, na tentativa de situar o leitor, pois sua trajetória é recente e ainda não divulgada no meio acadêmico.

No ano de 1965, no Hospital Espírita de Porto-Alegre, localizado na zona sul da capital, o presidente desta entidade convidou alguns amigos para formar um grupo de trabalhos mediúnicos, (um grupo de pessoas onde alguns precisam ser médiuns que se reúnem para dar atendimento espiritual a uma pessoa).

Utilizaram uma casa de alvenaria, localizada no terreno do hospital que era cercada de árvores e flores, e por isso chamaram Casa do Jardim. Na época, era Presidente do Hospital, o Dr. Conrado Ferrari e o vice-presidente, o Sr. João Amado Venancio, homens de grande cultura e vivências espiritualistas, na verdade, espíritas, com enormes serviços prestados à codificação de Kardec<sup>10</sup>.

Entre os convidados, encontravam-se o Dr. José Lacerda de Azevedo e sua esposa, dona Yolanda e o Dr. Alfredo Geraldo Shermann, renomado oftalmologista, tendo sido ele o fundador do Banco de Olhos de Porto Alegre (RS).

Chegou, nessa época, em busca de tratamento cirúrgico ocular, o Sr. Luiz J. Rodrigues, farmacêutico e bioquímico, natural de Porto Rico e residente no Rio de Janeiro. Em conversa informal com o Dr. Shermann, disse não ser espírita, mas que tinha apresentado no VI Congresso Espírita Pan-Americano, em Buenos-Aires, em 1963, uma tese denominada **Hipnometria**, sendo uma nova técnica de diagnóstico e tratamento espiritual.

Convidado para fazer uma demonstração de sua técnica na Casa do Jardim, aquiesceu, sendo então convidada toda a equipe de trabalhadores para assisti-la. Procedida a sessão, a qual foi dirigida pelo Sr. Rodrigues, este não impressionou aos assistentes, à exceção do Dr. Lacerda e do Sr. Ferrari que ficaram motivados para novas experiências.

O Dr. José Lacerda de Azevedo era médico (CRM 288), formado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, em 1950, ex-professor de Física da escola Técnica do SENAI de Porto Alegre. Espírita desde a juventude, de inteligência brilhante, culto, observador arguto e de um caráter íntegro. Sua esposa dona Yolanda companheira de todas as horas, com ele compartilhava, como extraordinária médium, dotada de altíssima sensibilidade e amorosidade, todos os momentos e trabalhos na Casa do Jardim. Foi a primeira pessoa a ser desdobrada<sup>11</sup> e testada na nova técnica. Consciente, lúcida, ia relatando tudo o que percebia, aumentando o entusiasmo do Dr. Lacerda pelos experimentos. Nesse clima de confiança mútua e de descontração, a Apometria começou a se desenvolver, consolidando novos conhecimentos e ampliando nossas incursões e ações no plano *astral*<sup>12</sup>.

Segundo o Dr. Azevedo:

O Sr. Rodrigues chamava sua técnica de **hipnometria**, nome que nos pareceu impróprio; ele não se valia de qualquer espécie de sono, nem buscava induzi-lo. Fazia simplesmente, uma contagem pausada, regressiva, que começava pelo número correspondente à idade do

<sup>10</sup>(Larousse,1990, p.1885) Kardec, codificador do espiritismo, publicada em 1857. [...]conhecedor de várias línguas e professor de Química, Matemática, Astronomia, Física, Fisiologia, Retórica, Anatomia Comparada e Francês. Foi discípulo de Pestalozzi.

<sup>11</sup>- Azevedo(1999,p.36 )O *desdobramento* se resume em essência na separação do *corpo astral* (ou mental) do corpo físico. Trata-se de técnica anímica e o seu maior êxito está em sua aplicação em médiuns, para contato fácil e objetivo com o mundo extrafísico.

<sup>12</sup>- Corpo astral segundo Azevedo(1999, p.38):[...]imaterial e de natureza magnética.[...] não se condensa [...]pode ser modelado pela ação da força mental. [...]uma das mais importantes funções do corpo astral é a da sensibilidade.

paciente. Finda a contagem, este se encontrava fora do corpo. (1999, p.81,82).

Foram realizadas duas sessões hipnométricas e, o grupo suspeitou, já na primeira, de que a técnica deveria consistir no emprego de **campos-de-força magnéticos**<sup>13</sup>, já que, para haver desdobramento, é necessário alguma forma de energia. Na realidade, a contagem deveria projetar uma sucessão de pulsos energéticos sobre o *corpo astral* ou *mental* do paciente, desdobrando-o. Embora tivessem êxito, nem mesmo o Sr. Rodrigues sabia explicar os motivos pelos quais eram obtidos os resultados. Logo de imediato, em uma série de experimentos, o grupo reconheceu que a técnica funcionava e isso os levou a abandonar a designação “hipnometria”, substituindo-a por **apometria** que lhes pareceu mais exata, por não ter conotações com o conceito de sono.

No sentido *literal*, o termo **apometria** é composto das palavras: “*apo*” que significa “*além de*” e “*metron*”, “*medida*”, compondo a idéia de “**além da medida**”. De uma forma mais *restrita*, podemos conceituá-la como uma técnica anímica de desdobramento induzido por impulsos mentais. Num sentido mais *amplo*, diríamos, que a Apometria é uma terapêutica anímico-mediúcnica-espiritual.

Como *Regras de Ouro da Apometria*, estão: o amor, a caridade, a humildade, o prazer de servir, inseridos na ética do Evangelho Segundo o Espiritismo.

Considero saudáveis estas regras e incluo todas as demais crenças, filosofias, religiões, enfim, todo movimento pelo respeito e aprimoramento pela vida. O que não considero ético, é que haja uma imposição de uma filosofia, ou religião, ou crença que se imponha, se autodenominando de *único* caminho, ou que venha a atuar sem o espírito crítico, o livre arbítrio. Essa questão na formação de professores precisar ser resguardada e alertada.

AZEVEDO aponta as forças empregadas na Apometria:

---

<sup>13</sup>Campo magnéticos segundo PATORINO(1979, p.53):[...]a região que envolve a massa magnética, e dentro da qual esta consegue exercer ações magnética.[...] Uma corrente elétrica, passando por um condutor, produz um campo magnético em redor desse condutor, como se ele fosse um ímã.[...]Esse fenômeno explica por que em torno de todo círculo de pessoas sentadas à mesa mediúcnica se forma um campo magnético.

1- Força Mental - a mente é ferramenta operatriz que molda, move e direciona, com ilimitado poder, essa energia do infinito oceano cósmico. O pensamento é energia radiante – onda em propagação – tem que ser regido pelas mesmas leis a que está sujeita a energia eletromagnética. [...] a energia mental tem **vetor de fluxo**, o pensamento tem direção e um ponto de aplicação – que é o objeto do pensamento. Este fluxo age sobre a energia cósmica, plasmando-a.

2- Força Zeta – Além dessas energias - a cósmica e a mental – tão sutis que são compatíveis com campos ou dimensões espirituais (principalmente a astral), há uma outra, tão sutil e importante quanto aquelas, atuando nesses trabalhos de apometria.

Trata-se da energia proveniente do corpo físico, esses prosaico mas, extraordinário manancial energético[...]**energia que, seguramente, se movimenta e é dirigida por nossos atos de vontade.** Com essa fonte de energia à sua disposição (porque seu próprio corpo), o operador apométrico pode formar poderosos campos -de –força magnéticos.

As energias em ação – [...] ao se condensar o **plasma cósmico** (talvez seja esta a melhor denominação para a energia cósmica diferenciada, Espaço), um rebaixamento de frequência se produz em sua massa, de modo que esse plasma, já agora transformado em energia radiante por ação de energia grosseira **desfechada** pelo corpo físico, através do ato de vontade passa a funcionar como onda portadora; torna-se fluxo contínuo, sob comando da mente orientada pela vontade. (2004, p.97).

Embora com nomenclatura diferenciada, a obra de Wilber expressa pareceres muito semelhantes aos da Apometria, esclarece Wilber:

A evolução, onde quer que aconteça, manifesta-se como uma série de transcendências, ascensões, emergências – e emergências de *todos* de ordem superior. Lembrar é na verdade relembrar, ou voltar à unidade, e é por isso que a evolução consiste em uma série de todos sempre superiores, até existir apenas a totalidade. A evolução é holística porque é a natureza recordando Deus. (2004, p.198).

Para o procedimento de uma Vivência de Apometria, reunido o grupo mediúnico, procede-se à abertura dos trabalhos, através do recolhimento e da Prece. Criam-se, mentalmente, os campos magnéticos de proteção e procede-se à

higienização áurica( limpeza de quaisquer influências magnéticas negativas) dos médiuns e do ambiente.

Em seguida, induz-se o desdobramento dos médiuns, por emissão de impulsos energéticos mentais, emitidos pelo dirigente, reforçados por contagem de 1 (um) a 7(sete), com estalar de dedos, que liberam energia Zôo e também a sintonia dos médiuns com a equipe espiritual.

Os médiuns se desdobram quase de imediato, e assim, podem entrar em contato com inteligências do plano físico e com outras dimensões. Podem também se deslocar, e realizar tarefas em ambos os planos.

O procedimento é seguido, tanto nos trabalhos denominados de *atendimentos à distância*, sem a presença física do consulente, como nos trabalhos em que ele se encontra frente ao grupo de Apometria. Procura-se acolher a pessoa com o máximo de amorosidade possível, respeitando e ouvindo as causas pelas quais procurou auxílio.

O Consulente, frente ao grupo, verbaliza o motivo da consulta (anamnese), abrindo-se o seu *campo vibratório* específico e após a *limpeza energética* através de *passes* ele é desdobrado, criando-se um *campo de proteção*, isolando o campo médico do campo espiritual e começa-se a examinar detidamente as percepções que vão surgindo. Assim desdobrados, os consulentes são atendidos com mais eficiência, profundidade e rapidez graças aos recursos disponibilizados pelo *Mundo Maior*. Aliado aos conhecimentos dos médiuns, inicia-se o processo terapêutico apométrico, aplicando-se as técnicas e procedimentos que o caso requeira no momento. O consulente, como todo ser humano, é um ser original. Original vai ser sua história. Lembrando um dos princípios trabalhados também no Jogo Estésico: a cada jogo novas regras, aqui a cada atendimento, para cada pessoa novas experiências serão vividas. É preciso estar com o coração aberto e a mente lúcida e para isso precisa haver uma sintonia do grupo com a pessoa que está sendo atendida, havendo muito cuidado para as percepções e tranquilidade para melhor perceber o que realmente precisa ser realizado.

Segundo Azevedo:

Sob determinadas circunstâncias, artificiais ou naturais, pode o corpo astral separar-se do corpo físico, levando com eles todos os outros envoltórios e o próprio espírito. Normalmente, isso acontece durante o sono, quando o

individuo perde a consciência e as funções vitais são rebaixadas ao mínimo indispensável as trocas metabólicas.

Muitos sensitivos podem se ausentar do corpo com certa facilidade, em transe espontâneo. Mas isso pode ocorrer também a pessoas comuns, em circunstâncias patológicas ou especiais, como choque emotivo forte, enfraquecimento por moléstias prolongadas, hemorragias volumosas, choques cirúrgicos e outros estados anômalos. *As pessoas vão a lugares distantes, podem descrevê-los, avaliar seus atos e os alheios, ter sensações físicas, tudo isso no pleno gozo da consciência – graças a ligação com o cérebro físico, através do cordão de prata.*<sup>14</sup> (1999, p.36, 37).

Depois de aplicados os diversos recursos e procedimentos que o caso requereu, *reenergizamos e reequilibramos* os diferentes *corpos* e *chakras*<sup>15</sup> do consulente e o *acoplamos* ao corpo físico.

Passa-se, então à fase de orientação do consulente, onde ele é esclarecido e estimulado a se integrar na resolução do seu *processo de cura*, independente da origem desta, fazendo-o compreender o motivo ou o porque do sofrimento, como um mecanismo de aprimoramento de atitudes e de reformulação de valores, com base nas leis éticas de respeito a si e pela sua consciência moral. Nesse momento é alertado sobre: o livre-arbítrio, a lei de causa e efeito, que é a própria lei de Amor e Justiça. Procura-se alertar sobre a responsabilidade sobre seus pensamentos, emoções, sentimentos para que a partir daí comece a modificar aspectos necessários para sua transformação.

Com isso, estabelece-se uma *interação* entre os integrantes do grupo de atendimento apométrico e o consulente, onde o *dar* e o *receber* são constantes. Nós, os trabalhadores do grupo, temos plena consciência que os maiores beneficiados somos nós mesmos, pois através dos atendimentos trabalhamos com nossas próprias sombras, nossos desejos, nossos sonhos, nossas ilusões, e nossos desequilíbrios, o que nos fornece uma fonte inesgotável de aprendizagem. No instante em que *entro* no campo de alguém, é porque há uma sintonia, e isso só é possível se eu possuir esse sentimento, tiver tido essa experiência, enfim, já tiver vivido em algum momento, no passado ou no presente para que possa haver a conexão. De uma maneira simplificada, diria que *acionamos* a memória da pessoa.

<sup>14</sup> Segundo Azevedo(1999, p.37):Fio luminosos e brilhante que se liga ao corpo físico através do duplo etérico por milhares de quilômetros, em viagens astrais.Ele não se rompe e mantêm o espírito como *dono* e *diretor* do corpo: através de processo maravilhoso, ainda não desvendado, todas as funções vitais do nosso organismo são preservadas.

<sup>15</sup>Azevedo(1999, p.51):Os chakras são órgãos que pertencem à fisiologia transcendental do ser humano. Fulcros de força ativamente animados, recebem continuamente fluxos de energias cósmica e outras, exteriores ao corpo,

Quando Wilber se refere ao conceito de *inconsciente base*, a meu ver, contempla, com outra nomenclatura, o que na apometria se chama de Lei do Esquecimento.

O resultado de toda essa seqüência de esquecimento é, muito simplesmente, o *inconsciente base*. Assim, dobrados e envoltos no inconsciente base do recém-nascido jazem todos os estados superiores de ser. Eles foram colocados ali pela involução, e existem ali como *potencial não diferenciado*. O desenvolvimento ou evolução nada mais é do que o desdobramento dessas estruturas dobradas, a começar pela mais baixa até atingir a mais elevada: do corpo para a mente, para o sutil, para o causal. (2004, p.196).

Uma das explicações que pode se fazer com relação à facilidade de sintonizarmos com o outro no pano astral pode ser que em todos nós há o *inconsciente base*, acredito que isto facilita a sintonia com a pessoa atendida, consciente ou inconscientemente. Seguidamente, ocorre por parte dos atendentes um forte sentimento de humildade e fraternidade, pois através de outro ser humano, sentimos o quanto frágeis somos em certas passagens da vida, o quanto precisamos uns dos outros, e que qualquer um de nós, em determinado momento da vida já esteve na mesma situação. É gratificante, também, compartilhar das transformações e melhoras das pessoas, perceber, quer neste campo físico, quer no campo astral, houve um crescimento, a *cura* de qualquer natureza. Somos invadidos por um sentimento de solidariedade e de amor fraterno. Podemos vivenciar o lado positivo que possuímos também em nós.

Na educação pelo Jogo Estésico, também procuro desafiar para busca de uma postura de flexibilidade, de busca por um equilíbrio, incentivar as tentativas, o acreditar em si mesmo, encorajar a iniciativa pessoal da mesma forma que se faz nas vivências na Apometria, não com um sentimento de permissividade, mas o de compreensão e sensibilidade e desafio para uma transformação.

Partir da ação física, individual ou com parcerias, considero ser uma primeira tentativa de trabalhar esta postura de flexibilidade, de tentativa de acerto, e se não obtiver o resultado esperado, o almejado, tenta-se novamente. Nas vivências de Apometria, procuramos também manter esta postura com relação aos consulentes e com relação às suas experiências de vida. Muito embora, às vezes

---

que são por ele transformadas através do rebaixamento da freqüência, de acordo com o tipo de chakra. São sete: Básico, Esplênico, Umbilical, Cardíaco, Laringeo, Frontal e Coronário.

seja difícil e tenhamos o ímpeto de julgar, também acontece de entrarmos nos campos da própria pessoa e captarmos sentimentos de raiva, dela ou dos campos com os quais está sintonizada.

A técnica de desdobramento apométrico pode ser aplicada em qualquer pessoa, independente do estado mental, uma vez que a energia *vem de fora*, não dependendo da vontade exclusiva da pessoa.

AZEVEDO:

O maior êxito da Apometria está na sua aplicação em médiuns, para contato fácil e objetivo com o mundo espiritual. (1999, p.82).

Assim como podemos sentir interferências de outros campos que não são somente do campo do corpo físico, no nosso ambiente material, podemos, também, penetrar nesses campos e, limitadamente, vislumbrar algo do *que lá se passa*.

No entanto, ao vivenciarmos as percepções do plano astral constatamos que sua realidade é relativa, é transitória, é como se fosse um espelho do plano físico.

O mudo espiritual é abordado por Wilber com as seguintes palavras:

Eis aqui, finalmente, o outro sentido de Bardo, do “No Meio”, um conceito talvez mais fácil de aceitar aqueles que consideram inaceitável a noção de “reencarnação” ou “renascimento” (embora ambos sejam na verdade *exatamente* iguais): ocorre uma série de fenômenos de involução antes do nascimento de uma pessoa, e toda essa série é reencenada a cada momento. Neste momento, naquele outro e depois, um indivíduo Buda, é Atman, é o Dharma-kaya – *mas*, nesse momento, naquele momento e depois, ele acaba sendo Fulano de Tal, um eu separado, um corpo isolado aparentemente cercado por outros corpos isolados. No início deste momento e de todos os outros, cada pessoa é Deus como Luz Clara; mas no *fim* deste momento – num relance, num piscar de olhos – ela é um ego isolado. E o que acontece No Meio do início e do fim de cada momento é idêntico ao que aconteceu. No Meio da morte e do renascimento, conforme descreve o *Thotrol*. (2004, p.198).

*Corpo astral* é um dos corpos mais próximos à matéria do corpo físico, facilmente percebido na expansão da consciência, é um conjunto de reações sensíveis, criadas pelo ser humano, com suas emoções que tanto podem ser

benéficas como negativas. O ser humano pode aprender nesta faixa de vibração a discernir seus sentimentos e a tomar consciência de seus pensamentos, seus desejos, suas frustrações, que se modifica conforme a sua própria imaginação. Podemos dizer que o plano astral percebido é um reflexo das criações imaginárias, conscientes ou não. Por isso, a importância de aprendermos a perceber esse corpo, um pouco mais sutil do que o corpo físico, para nossa aprendizagem emocional.

Pastorino:

(...) recordemos o que hoje se sabe a respeito das ondas elétricas e das hertzianas, de rádio e televisão: todo o plano material em que nos movimentamos, está permeado, penetrado e cercado pelas ondas radiofônicas, embora delas não tenhamos consciência, senão quando as captamos por meio de aparelhos construídos cientificamente. (1970, p.168).

Quando o ser humano sonha, geralmente permanece nesta faixa vibracional, e o que acontece com as pessoas desdobradas, como nos atendimentos é por ser ainda um campo bastante denso, facilita a percepção no momento da vivência Apométrica. Quando se percebe, por exemplo, em um atendimento que a pessoa se *sente*, se *vê*, deformada, ou com tristeza, ou ainda com raiva, através do plano astral é possível modificar este estado. Acredita-se que este plano é constituído pela energia do sol que, assim como age no plano físico, atua no plano astral, como acontece com a eletricidade, o magnetismo, a luz (cores), o calor, e a gravitação (movimento).

Uma das leis cósmica que mais se evidencia é a lei do Karma, ou lei da Ação, ou lei de Causa e Efeito. Segundo o vocábulo Kaarama, o fenômeno Kaa, significa Vida; Rama significa Fluxo e Refluxo, ou Ação; também no Sânscrito existe a palavra *karma* com o significado de ação, “Lei de ação e reação”, na qual cada indivíduo evolui. Há também o *Karma Coletivo*, quando assumimos ações em grupo.

Quando o ser humano entra em desarmonia, precisará reordenar o seu interior e também os seres que sofreram as conseqüências de seus atos; reajustando assim o equilíbrio; o mesmo ocorre com as ações coletivas. É, através das experiências e oportunidades, que cada ser atinge, ou não, essa harmonia. Está contemplado nessa Lei, o cuidado com a natureza, o que nos faz refletir sobre a importância de nossa postura ecológica. Podemos dizer que é um Karma coletivo o que nós seres humanos estamos contraindo com nosso Planeta.

Azevedo a esse respeito nos fala:

No entanto, todos, sem exceção, somos regidos por leis rígidas que encaminham a nossa evolução rumo a uma destinação em futuro longínquo, que será a volta às nossas origens divinas. (2004, p. 25).

O conhecimento dessa lei data de milênios, provindo quer das revelações espirituais, quer pelas filosofias, sobretudo orientais.

Em estudos e pesquisas laboratoriais de bioquímica, os biólogos descobriram, que dentro do núcleo das células, existe o ácido desoxirribonucléico, mais conhecido pela sigla DNA.

O DNA tem importância biológica fundamental nas células animais, vegetais e bacterianas e em alguns vírus, como depositários de informação genética. Na fecundação, as células masculinas e femininas, os gametas, unem-se para formar o zigoto(ovo), nova célula completa, da qual se forma o novo corpo. Cada cromossomo de um zigoto é constituído por uma cadeia de substâncias químicas complexa, na qual ressalta a importância de uma estrutura ultramicroscópica: o *gene*.

Os genes são distribuídos linearmente ao longo dos cromossomos: são frações de DNA. Em cada zigoto, os genes constituídos pelo DNA, são portadores de um *código cifrado*, que constitui a programação do organismo que começa a formar-se. Essa informação básica preside a todas as transformações químicas no interior das células da qual se origina o corpo humano. Em vista de tudo isso, nasceu a ciência denominada Genética Molecular.

É o DNA que entra na formação química da célula física, e da célula astral e constitui o sistema nervoso cerebral que representa a **mente** da célula, no mais íntimo do seu núcleo.

A estrutura do DNA não depende mesmo do acaso: é a resultante daquilo que nosso espírito determina para si mesmo, automaticamente, por estímulo vibratório próprio, gravando nesse cérebro celular, por meio de reações químicas, todos os nossos atos, palavras e, sobretudo todos os nossos pensamentos e desejos. Esses registros cármicos são o que constituem a **memória perene** que se supõe estar no Corpo ou Campo ou Dimensão Mental Superior e de lá, excitada por

processo por nós ainda desconhecido, revivenciar com toda a gama de emoções e sentimentos, situações do passado, evidenciando as causas pretéritas, que dão explicação para as patologias do presente, tanto no corpo físico como nos distúrbios psicossomáticos.

Sobre o nível de percepção que ocorre nas vivências da Apometria, gostaria de esclarecer que cada pessoa pode perceber diferentes aspectos da pessoa que está sendo atendida. Por exemplo: percepção do nível emocional (triste, preocupado, temeroso, desanimado) ou percepção do nível corporal (problemas de saúde física), percepções do plano mental (aspectos intelectuais), ou de vidas passadas, numa infinidade de situações. Uma questão relevante é o aspecto ético que deve primar estes atendimentos. Precisamos considerar dois focos, um a da pessoa que está sendo atendida, e o outro da(s) pessoas que estão dando atendimento.

A postura de ambas as partes, atendido e atendentes precisa ser de total confiança e entrega no momento da vivência, e de que se mantenha a plena consciência de tudo o que está ocorrendo. Na Apometria a percepção não se dá por qualquer meio químico, como ocorre em várias outras vivências.(como no caso de alucinógenos, cogumelos ou drogas), é uma expansão de consciência que atua apenas por meio de sintonia, sintonia que o grupo de atendentes procura manter com o atendido. É comum que dois ou três médiuns perceberem uma faixa vibratória do consulente e outros médiuns perceberem outra faixa de diferente frequência. O grupo trabalha à medida que vão surgindo as percepções, de forma atenta e *checendo* com os outros participantes do grupo para certificar-se que a percepção corresponde ao atendimento e não é pura imaginação ou criação do médium.

Há que se considerar a cultura em que toda a vivência é realizada, por exemplo, nos casos relatados nesta pesquisa elas foram registradas em um grupo espírita em parceria com a Umbanda<sup>16</sup>, onde a sintonia é feita a partir de *pontos* cantados, dependendo da maneira que o grupo percebe a necessidade do atendimento, que estarão relacionados com arquétipos específicos, como por exemplo, Orixás, Caboclos, Povo do Oriente e demais sintonias vibracionais utilizados na Umbanda. Já em outros grupos de atendimentos de Apometria, a

---

<sup>16</sup> A Umbanda é uma ramificação da AUMBANDAN- o conjunto sagrado das Leis ou o Conjunto das leis Divinas, a Proto-Síntese Cósmica. Neste grupo, as vibrações são de Umbanda, mas não existe nenhum ritual, o procedimento de atendimento é o mesmo para todos os grupos de Apometria.

sintonia é formada a partir de contagem pelos impulsos para sintonia com os campos vibracionais percebidas pelos médiuns.

Além de procurar atender a solicitação da pessoa, dos motivos que a levaram a nos procurar, a proposta da Apometria também é esclarecer sobre a sua autonomia, procurando sensibilizá-la para a importância que ela mesma possui na trajetória da sua vida. A mente, instrumento de expressão e de consciência do espírito, tem condições de atuar em todos os planos dimensionais, conforme a vontade e a energia mental liberada.

A vivência pela Apometria realça o significado da lei do Karma e desperta a responsabilidade pessoal de cada um pela sua evolução, em termos racionais e lógicos.

*A energia mental* impelida por um ato de vontade, pelo querer firme e objetivo, se transforma em *poder*. [...]O pensamento criador é formado pela mente, tornando-se energia radiante que pode ser projetada como um ato volitivo do espírito. AZEVEDO(1999, p.97)

Segundo PASTORINO (1970) o *poder mental modelador* ou *desagregador* que possuímos, atua como numa escala:

- a) a matéria *densa* obedece à força do pensamento, embora com lentidão e por vezes só quando manipulada;
- b) a matéria *etérica*, combinação do plano físico com plano astral, obedece demoradamente;
- c) a matéria *astral* obedece quase que imediatamente;
- d) a matéria *mental* obedece instantaneamente. (1970, p.177).

A apometria procura conscientizar sobre a enorme responsabilidade que temos ao mobilizarmos as energias que emanam livremente de nós. O “vigiai” torna-se consciente e imperativo, na construção de nosso destino, positivo ou negativo. Tudo é uma questão de “escolhas” pessoais e intransferíveis. Uma pessoa precisa estar atenta ao mobilizar as suas energias mentais. Sem essa consciência atenta, estaremos desperdiçando as oportunidades de crescimento.

Segundo AZEVEDO:

A mente, portanto, é uma das forças de que se utiliza a técnica apométrica. Ou melhor, uma **usina** de força. [...] Mas que a energia da mente é de natureza radiante já não há mais dúvida, eis que o pensamento pode transmitir-se à distância e ser captado, mais ou menos integralmente, por criaturas dotadas de especial sensibilidade. Pode, mesmo, agir sobre sólidos, fenômeno fartamente estudado pela Parapsicologia (“efeitos psicocinéticos” ou “PK”). [...] Ora, se o pensamento é energia radiante – onda em propagação – tem que ser regido pelas mesmas leis a que está sujeita a energia eletromagnética. Sabemos que uma onda eletromagnética é composta por dois feixes energéticos de fluxo conjugado (daí a denominação de **eletro e magnética**); estes feixes (ou ondas, ou fluxos) energéticos, entrecruzando-se em dois planos com ângulo de 90°, conservam o mesmo eixo de propagação. Logo, a energia mental tem **vetor de fluxo**, o pensamento tem direção e um ponto de aplicação – que é o **objeto** do pensamento. (1999, p. 97).

Wilber quando fala de Uma teoria Integral da Consciência se refere às pesquisas de energias sutis:

Pesquisas de energias sutis postularam e, em alguns casos, aparentemente confirmaram a existência de tipos mais sutis de bioenergias, além das reconhecidas das quatro forças da física (nuclear forte e fraca, eletromagnética e gravitacional), e que essas energias mais sutis têm um papel intrínseco na consciência e em sua atividade. (2005, p.226).

Encerro esse capítulo com outra citação de AZEVEDO:

Tudo o que vimos até aqui, tudo o que se mostrou, demonstrou, comentou, revelou, resolveu; tudo quanto analisamos e estudamos é de interesse vital para todos os humanos- temos certeza - e, por isso mesmo, fascinante. Os aspectos científicos dos fenômenos abordados são importantes e válidos, sabemos. As equações matemáticas e a Física Quântica que embasaram muitas de nossas pesquisas e achados falam a verdade em sua frieza lógica, e estão bem aplicadas; mas tudo isso de nada valerá se não tiver o Amor como causa e o Amor como objetivo. (1999, p. 283).

## CAPÍTULO II

### 3 – UM DIÁLOGO ENTRE A TEORIA E O MÉTODO

A exemplo da proposta que fiz com a Teoria no capítulo I, neste capítulo trato da minha relação com as questões de teoria e metodologia. Para isso, tomei como principal teórico Merleau-Ponty e outros de possíveis diálogos com ele, a saber: Wilber, Dilthey, e Cauquelin.

Esta pesquisa foi construída a partir das vivências de Jogos Estésicos e das vivências de Apometria, conforme entendimento apresentado. O registro dessas vivências foram orientados pelos autores escolhidos, num forte movimento de interpretação.

Isto significa que o trabalho não terá como característica a mera aplicação da teoria sobre as vivências, mas a própria atividade de interpretação será uma vivência. Nesse sentido, haverá um diálogo entre teoria e método. Considero a vivência um ato de criação, assim como a interpretação o é. Há atualmente estudos que consideram a inseparabilidade entre sujeito que observa e sujeito que é observado.

Para Wilber:

[...] "o observador" significa a bagagem cultural inteira, sem a qual o significado nem existiria, nem poderia existir, para começo de conversa. Essa grande bagagem intersubjetiva, essa bagagem cultural, oferece o oceano de contextos no qual tanto a arte quanto o artista e o observador devem necessariamente flutuar. (2005, p. 115).

Assim, a abordagem metodológica desta pesquisa se apóia no conceito de vivência e na Fenomenologia Hermenêutica de Merleau-Ponty, pois considero a vivência como um ato que possibilita a criação de sentido para aquele que a experimenta.

Utilizo as palavras de Merleau-Ponty (2006, p. 14) em que diz que: "O mundo não é aquilo que eu penso, mas aquilo que eu vivo; eu estou aberto ao mundo, comunico-me indubitavelmente com ele, mas não o possuo, ele é inesgotável".

Quanto á vivência, reporto-me ao pensamento de Dilthey:

Vivência parece ser o verdadeiro ponto médio entre o geral e o individual, o universal e o singular, o ideal e o real, uma vez que, por constituição, carrega em si uma consciência eficaz e por isso consoladora e protetora de sua origem extra-individual, isto é, na “esfera das coisas comuns” a que pertence e que em certo sentido também lhe pertence. Se esse fundo comum também lhe pertence é porque os indivíduos, na singularidade de suas vivências, co-experimentam valores, objetivos, expressões, significados, crenças e, assim atuando, como que co-participam da criação ou construção desse todo a que pertencem e que lhes pertence também. (apud Amaral 1987, p. 14,15).

Por ter cursado a faculdade de Direção teatral, a vivência com o corpo teve papel fundamental na minha formação, enquanto expressão e estudos dos seus significados e como instrumento de comunicação. Também como Licenciada em Arte Dramática, durante anos convivi como professora junto ao aluno e a sua relação com o corpo, ora percebendo-o entusiasmado e livre corporalmente, ora tendo que incentivá-lo a expressar-se e a reconhecer-se com o seu próprio corpo. Retomando Merleau- Ponty:

Quer se trate de perceber palavras ou, mais geralmente, objetos, há uma certa atitude corporal, um modo específico de tensão dinâmica que é necessária para estruturar a imagem; o homem enquanto totalidade dinâmica deve informar-se a si mesmo para traçar uma figura em seu campo visual enquanto parte do organismo psicofísico. Em suma, meu corpo não é apenas um objeto entre todos os outros objetos, um complexo de qualidades entre outros, ele é um objeto sensível a todos os outros, que ressoa para todos os sons, vibra para todas as cores, e que fornece às palavras a sua significação primordial através da maneira pela qual ele as escolhe. (2006, p. 317).

Nesta pesquisa não faço distinção entre Método e teoria, pois a vivência é um ato de criação; significa sentir e criar. Minha postura não é a de um observador distanciado, mas de um ser que está inserido no próprio ato de criação, pois enquanto oriento a vivência sinto inúmeros caminhos que ela pode tomar, e de acordo com minha percepção com relação ao ritmo do grupo, a intensidade com que os alunos atuam e ao sentido que o grupo dá à minha proposta é que vou encaminhando a vivência. A satisfação (ou não) no exercício da vivência é compartilhada com os alunos. Faço também parte do processo.

Transcrevo aqui o depoimento de uma aluna com relação a uma vivência, e o recebo como incentivo de que existe uma sincronia: “No final da aula percebi o quanto tu estavas incluída no grupo, parecendo que já tinha nos dado aula antes”. (Lisiane Conte).

Com relação a esta relação diz Wilber:

Desse modo, para um entendimento específico de valores, significados, e expressões particulares, sempre recorreremos à hermenêutica fenomenológica. [...] Em última análise, porém, defrontamo-nos com um ser vivo que nos estuda enquanto o estudamos, e essa co-produção representa uma ação conjunta em que ambos os lados saem igualmente enriquecidos ou diminuídos. (1993, p. 174, 175).

Segundo Merleau-Ponty:

[...] toda percepção é uma comunicação ou uma comunhão, a retomada ou o acabamento, por nós, de uma intenção alheia ou, inversamente, a realização, no exterior, de nossas potências perceptivas e como um acasalamento de nosso corpo com as coisas. (2006, p. 429).

Nas atividades das vivências, enfatizo a expressão dos níveis de consciência através do corpo físico. Daí a importância do sensível em meu trabalho. É através da expressão do corpo de um aluno com outro aluno e com o grupo que faço minha interação com eles e que construí esta pesquisa. Segundo Cauquelin :

A hermenêutica passa então a englobar a experiência estética e encontra legitimidade na experiência de constituição do sentido – constituição desenvolvida na confrontação permanente de si e do outro, do ser e do tempo, revelada pelas análises fenomenológicas e ilustrada de maneira exemplar pela experiência do *jogo da arte*. (2005, p.98).

Na seqüência das atividades procurei seguir em cada encontro primeiro as vivências individuais, incentivando uma *leitura* pessoal voltada para o próprio corpo, com suas reações e sensações. Logo em seguida incentivei vivências de duplas, depois em pequenos grupos, nos quais a troca com o(s) colega(s) possibilitou novas posturas e percepções do outro e de si mesmo. Por último, ficaram as vivências em grande grupo, voltando em muitos momentos o foco ao *entorno*, quer assistindo aos

colegas, quer sentindo-se parte deste espaço grupal. Tenho presente de que as experiências não são estanques e em vivências individuais ou coletivas as percepções e os *insights* ocorrem livremente, e inúmeras vezes os resultados são imprevisíveis, o que exige uma postura aberta, criativa e desafiadora também para a proponente.

Para fins desta pesquisa usei nomes fictícios para não comprometer a identidade dos participantes.

### 3.1. Vivências de Relaxamento - (Figuras 1 e 2)

Quando propus as atividades para o relaxamento, solicitei que os alunos deitassem no chão (ou se acomodassem descontraidamente na cadeira), e com isto já houve uma *quebra* de postura física perante o ambiente, aos colegas e ao próprio modo habitual de estar em sala de aula. À medida que o aluno se familiarizava com seu próprio corpo ia naturalmente assumindo uma postura mais descontraída em sala de aula. O corpo fará parte naturalmente da construção do conhecimento, e não mais como algo à parte do mental. Conforme Damásio “*A alma respira através do corpo e sofrimento quer comece no corpo ou numa imagem mental, acontece na carne*”.

Solicitei que os alunos deitados (ou sentados) fechassem os olhos, respirassem fundo e descontraíssem o corpo, tencionado ao máximo todo o corpo e bruscamente o soltassem, repetissem três (3) vezes. Logo em seguida, que escolhessem mentalmente uma cor e pintassem todo o corpo, por dentro e por fora com esta cor. Fui descrevendo o corpo em voz alta, paulatinamente, procurando manter a concentração do aluno no seu corpo. Sugeri que prestassem atenção em alguma parte do corpo mais tensa ou que tivesse com algum problema e procurassem se deter mais neste local, intensificando a cor. A partir deste local fossem expandindo por todo o corpo, como se fosse um *anel colorido* circulando todo o corpo. Finalmente solicitei que abrissem os olhos e lentamente fossem se movimentando até assumir a postura de pé.

“O momento de reflexão e relaxamento me fez realmente pensar e ver que poderia ser capaz de colocar para fora o que me incomoda. Pensei muito na cor azul e tentei me livrar da falta de paciência”. Ana Meirelles

O simples fato de ter solicitado aos alunos que fechassem os olhos também pode ter propiciar um descanso, um relaxamento. E o fato de eu ter orientado oralmente e lentamente o exercício podem ter ajudado ajudou o aluno a prestar atenção para partes do corpo que normalmente não faz, e ao mesmo tempo em que *oriento* há um espaço de liberdade para ele, pois este escolhe uma cor e vai *pintando* seu corpo do seu modo. O que fiz foi alertar para pontos do seu corpo, (de

tensão, bem estar, dor) procurando, desta forma, incentivar a atenção para si próprio, para o corpo que é ele.

Acredito que tendo consciência de seu próprio corpo, tanto alunos como professores terão maior espírito crítico sobre atuações corporais, desmistificando orientações distorcidas, como tantos programas de TV e revistas, que só exaltam o corpo pela beleza externa, pela aparência, muitas vezes num apelo sexual malicioso, e não de bem estar.

“Nossa, fazia tanto tempo que eu não prestava atenção no meu corpo!”  
(Rogério Soares).

“Gostei muito de atividades com o corpo e de contatos com o meu eu”  
(Gabriel Lion).

Lembrando WILBER:

Embora isso pareça algo simples, essa é a própria dificuldade que quase toda pessoa enfrenta quanto tenta unir-se ao seu corpo. Ela realmente não sente as pernas, o estômago ou os ombros; de costume, pensa a respeito das pernas, do estômago e dos ombros. Retrata-os para si mesma e assim evita dar-lhes diretamente a atenção-sentimento. Naturalmente, esse é um dos mecanismos responsáveis pela dissociação do corpo, em primeiro lugar. (2001:139).

As vivências de relaxamento foram realizadas num curto espaço de tempo em função dos horários das aulas, mas sugeri aos alunos que procurassem diariamente encontrar momentos para o relaxamento, a serenidade ou para práticas de meditação.

Meu Corpo e o Corpo do Outro – (Fig. 4)

### 3.2.- Meu Corpo e o Corpo do Outro (Figuras 3 e 4)

Em várias vivências houve a proposta para o *toque* no corpo do colega, com tranquilidade, atenção e *cuidado*. O gesto como forma de transmitir acolhimento e doação, ou o de prestar atenção no que o corpo do colega expressa. Através do toque, poder sentir as tensões, e identificar no outro, e em si mesmo, a reação do corpo, muitas vezes ignorada como podemos constatar nestas declarações.

*“Gostei mais do tocar.”*( Vinícius Barcelo)

*“Quando senti as costas dura da Marisa, pensei, tô igual a ela”.*(Andréa santos)

### 3.2.1 - Ação x Reação (Figura 5)

São inúmeras as atividades que se propõem ao toque do corpo, mas tenho como princípio, em primeiro lugar, propor as mais descontraídas, que envolvam movimentação, digamos *mais espontâneas*, tipo *ação x reação* (um aluno faz um gesto, e o outro reage, como num *diálogo* de gestos, sem se tocar) neste caso, foi só para iniciar a atividade e depois sugerir vivências, onde há uma maior exigência de atenção e comunicação, como na ilustração acima, na tentativa de sensibilizar para processos intersomáticos:

(...) a possibilidade de se desenrolarem processos “intersemióticos” talvez mais complexos, de caráter estésico, quer dizer, que envolvam especificamente a “sensibilidade” dos parceiros, a aptidão que eles têm – antes mesmo de se “comunicar” – para mutuamente se sentir. DUARTE(20001, p.185).

### 3.2.2 – Espelho

Nesta vivência uma pessoa fica em frente à outra. Uma faz movimentos leves e a outra tenta com o máximo de precisão refletir com seu corpo os mesmos movimentos *como num espelho*. O olho de um colega deve ficar atento ao outro para que consigam um movimento o mais *fiel* possível.

“*Não tive coragem de fazer o espelho*”. (Sabrina Vieira)

“*Não consegui me concentrar*”. (Janice Souto)

“O momento mais agradável da atividade foi em dupla, na parte da imitação porque eu e minha amiga nos divertimos com a “brincadeira” que fizemos. Foi um momento de cumplicidade, muito engraçado e que lembrou a minha infância.” (Maria Vieira).

Estas reações expressas oralmente, demonstram o quanto os alunos não estão habituados á voltar à atenção para o próprio corpo. Quantas vezes nos surpreendemos ao nos mirarmos em algum espelho dentro de um shopping ou de uma loja. Olhamos e nos estranhamos semelhante à forma como nos

surpreendemos ao ouvirmos nossas vozes gravadas pela primeira vez. Embora as outras pessoas não nos estranhem, nós *nos* estranhemos... “este sou eu!” Geralmente nos percebemos diferente, mais alto, ou mais forte, ou mais frágil, mais magro, parece mesmo que nosso corpo *nos* é estranho. Como nos diz Wilber:

De fato, meu corpo parece apenas pendurar-se em mim. Eu não me aproximo mais do mundo com o meu corpo, mas sobre o meu corpo. Eu estou aqui em cima, ele está lá embaixo. Minha consciência é quase exclusivamente a consciência da mente-eu sou a minha mente, e possuo meu corpo. O corpo é reduzido do eu à propriedade, algo que é “meu”, mas não “eu”. Em resumo, o corpo torna-se um objeto ou uma projeção. (2001, p.134).

### 3.2.3 - Nossas Mãos (Figuras 6, 7,8 e 9).

Nesta vivência um grupo de alunos fica de olhos vendados em frente á seus colegas. Cada um deverá manusear as mãos do colega á frente procurando perceber tudo o que puderem sobre estas: temperatura, formato, textura, tamanho, enfim todas as percepções e sensações que puder registrar. Depois de determinado tempo todo o grupo se mistura, em silêncio, e o aluno que estiver de olhos vendados deverá manusear todas as mãos dos demais colegas, até identificar as primeiras mãos que manuseou.

Esta vivência embora pareça muito simples, proporcionou inúmeras reflexões, no início, por exemplo, houve um certo constrangimento por parte daqueles que não estavam com os olhos vendados ao sentirem os colegas pegarem suas mãos e ficarem *descobrimdo* particularidades com toda a atenção. No pegar a mão do outro de forma demorada e atenciosa encerra demonstração de afeto, sentimento este, fundamental para o ser humano e, no entanto, tão afastado do cotidiano escolar.

### 3.2.4 - O Cego e o Guia (Figuras 10 e 11)

Esta vivência, há muito tempo incorporada nas aulas de teatro como *exercício de confiança* é rico de significados pela sua proposta. Ele também se propõe a trabalhar os sentidos menos exigidos habitualmente em sala de aula, como o olfato e o tato.

O grupo é dividido em dois subgrupos, um denominado de *cegos*, nos quais colocaram vendas nos olhos, e o outro subgrupo denominado de *guias*. Cada cego teve um guia responsável que o fez se deslocar pelo espaço da sala utilizando um som (criando na hora) que servia de *signal* para que o cego se orientasse. O cego deveria seguir o guia por este sinal, mas o guia deveria cuidar para que este não se perdesse ou pudesse bater em qualquer obstáculo.

Quando um aluno expressou que se sentiu auxiliado, guiado e se surpreendeu com este sentimento nesta proposta do cego e do guia, com as palavras: *“foi muito bom deixar ser ajudado”*, vejo aí contemplada a concepção de Wilber sobre o homem integral. Pois nos faz refletir sobre a diferença que pode ocorrer ao reconhecermos o outro como aprendiz de uma mesma jornada, de uma trajetória humana, na qual é fundamental aprendermos a solicitar ajuda e a sermos solícitos. Pedir sem se sentir diminuído, reconhecendo nossos limites e nossas oportunidades de crescer quando compartilhamos nossas necessidades, nossos sonhos, nossas dificuldades. Mesmo que não obtenhamos auxílio externo, pode ser um exercício de reflexão e crescimento pessoal. Libertamo-nos da sensação de impotência, de passividade e agimos, mesmo que não tenhamos resposta, pois estaremos exercitando um movimento de mudança, de reconhecimento de que algo precisa ser mudado, e isto só ocorrerá com um movimento pessoal.

Penso que todas as vivências, dramatizações foram ótimas e, para mim, ajudaram para que me soltasse ainda mais. Em alguns momentos, cheguei a ficar surpresa comigo mesma, pois sempre fui muito retraída em relação a atividades corporais e, hoje, consegui me soltar”. (Ana Maria Macedo).

Em muitas atividades os alunos riram muito, em algumas situações por realmente acharem graça da proposta ou de reação inusitadas dos colegas, mas inúmeras vezes o riso foi uma reação corporal de liberação do tensionamento corporal, ou pela timidez de se expressarem no grupo.

Proporcionar a atuação e reflexão sobre este contato com nosso próprio corpo facilita nosso reconhecimento sobre nós mesmos. Os limites, os bloqueios, o prazer dos movimentos, os gestos contidos, ou gestos que gostamos de executar. E para isto precisamos exercitar, de forma livre, experimentar. Reconhecer os nossos limites, não somente no aspecto da força física, mas na execução de ações que revelam muito do que somos. O caminhar, o abraço, o aceno, o carinho, o abaixar-se para falar com uma criança e poder olhar nos seus olhos. Reconhecer no gesto vagaroso de um ancião o seu *futuro* gesto. Descobrir no olhar do aluno tímido, talvez, o receio de expressar alguma idéia brilhante, ou quem sabe no andar arrogante de um adolescente, descobrir algum medo, alguma incerteza que ele gostaria de compartilhar. A leitura do corpo vai muito além da simples visão, é um *todo* que pode transcender aos sentidos, por isso é preciso cuidado e atenção para percebermos um *algo a mais*.

### 3.3 – Vivências do Corpo no Espaço

#### 3.3.1– Composição de Quadros (Figuras 12 e 13)

Esta proposta é a de uma montagem de quadros de forma espontânea, sem combinação prévia. Cada um vai se colocando no espaço estipulado, imaginando a formação de um quadro, onde o que importa é a forma e não a *historinha*, (a montagem com personagens ou estórias é outro tipo de exercício), no caso, aqui a proposta é mais plástica. Tento proporcionar um momento de atenção estética, de observação e de criação. Logo que o grupo considera que o quadro criado está *pronto*, solicito um momento para os expectadores observarem e pelo meu comando peço que o grupo desmanche esta forma lentamente (seguem o ritmo que dou com o estalar dos meus dedos) e que montem outra forma (também seguindo o meu ritmo). Houve o envolvimento de toda a sala, de minha parte, dos colegas que assistiram e o do grupo que atuou. Há uma harmonia do grupo que executa a ação, e geralmente o resultado do segundo momento é prazeroso ou interessante quanto ao primeiro momento, quando havia a preocupação de cada um que *entrava* no quadro. Neste instante houve um momento de prazer estético e de encantamento. Os corpos assumiram formas únicas naquele exato instante, acredito que nestes momentos há a expansão de consciência de todos que estavam presentes. Cada pessoa que observou o quadro faz uma leitura própria. Gostaria de lembrar que Kant considerava que a arte possui uma linguagem própria no desenvolvimento estético, a arte uma como forma de comunicação estética.

Nas palavras de GREIMAS:

“Mas, a consideração da dimensão social abre novamente pelo menos outras duas perspectivas bastante amplas: por um lado, o projeto de uma problemática geral do gosto e, por outro, o estudo incipiente das estesias coletivas e, em particular, do contágio, esta forma de “fazer ser” que não está baseada na persuasão, mas sim no interagir mútuo deles, cada um na presença imediata do outro”. (2002:149).



As Ofertas Festivas (Fig.14) –

Toyokuni (1769 – 1825)



Mulheres de Argel (Fig.16)

Delacroix (1834)

### 3.3.2 - Reprodução de Obras com o Corpo (Figuras 15 e 17)

Na reprodução corporal de telas de artistas de várias épocas e estilos, há diferentes aspectos com relação ao exercício descrito anteriormente. Aqui os alunos em grupo selecionam uma imagem, (os dois grupos ilustrados escolheram respectivamente as obras: **As ofertas festivas** de TOYOKUNI 1769 – 1825 e **Mulheres de Argel** de DELACROIX -1834). Após a escolha combinam a reprodução da mesma, distribuindo os papéis e utilizando recursos plásticos disponíveis. Ao reproduzir com o corpo a personagem do quadro, o aluno cria consciência da posição do seu próprio corpo, e ao reproduzir os gestos expressos na obra, assume outra postura, recria uma personagem de forma lúdica e criativa. Percebo não ocorrer somente à composição das personagens, mas também um *clima*, o grupo se transpõe no tempo e espaço. Na tentativa de intensificar esta experiência, pedi ao grupo que dessem *ação* ao quadro. Geralmente o *clima* do quadro original é apreendido pelo grupo e se mantêm no momento da montagem, e ao apresentarem surge uma releitura da situação proposta pelo autor, ficando evidente que a percepção vai além da simples reprodução de uma imagem, trabalhamos aqui, a inteligência do sensível.

O depoimento desta aluna ilustra o comentário:

“Todos os momentos foram bons, mas a construção do quadro foi *muito* bom, poder liberar“ um pouco “o meu corpo foi uma experiência ótima”.  
(Rejane Silveira)

SHUBACK:

Considerando-se a imagem como a construção que torna visível o que se encontra diante dos olhos, a imagem se define tanto pela visibilidade como pela invisibilidade e, desse modo, também por um âmbito que a nega. (2000, p. 35).

Lembro as palavras de Spolin:

O aluno-ator vai desenvolver-se como uma pessoa alerta, perceptiva e livre, capaz de ir além de sua vida do dia-a-dia. Será capaz de “assumir” um papel. Será vivo, humano, interdependente, trabalhando com seus colegas atores. Será ele mesmo – o ator - jogando o jogo do personagem que escolheu para ser comunicado.

E Como melhor é pensá-lo nestes termos, como um ser humano trabalhando com uma forma de arte, e não como um esquizofrênico que modificou sua própria personalidade para o bem de um papel ou de uma peça! (1978, p.232).

### 3.3.3 - Cores x Emoções

Esta vivência inicia com um relaxamento físico (descrito anteriormente), e logo depois com uma caminhada sobre vários tecidos (TNT) coloridos espalhados pelo chão. À medida que os alunos foram se deslocando entre uma cor e outra solicitei que procurassem expressar fisicamente uma reação quando passassem por cima de cada cor, e registrassem esta reação. Logo em seguida solicitei que continuassem caminhando e procurassem associar cada cor á uma parte do seu corpo. Num terceiro momento pedi que escolhessem uma cor e formassem um grupo com todos que optaram pela mesma cor. Ao formarem os grupos, segundo a escolhas das cores, que criassem um *quadro*, ou uma foto que os remetesse, ou associasse á esta cor. Poderiam usar os tecidos correspondentes. Cada grupo apresentou o seu *quadro* para o grande grupo.

Pode-se perceber de início a surpresa dos alunos perante a proposta, muitos ficaram me olhando e tiveram que passar várias vezes sobre os tecidos até se *entregarem* á solicitação. Resolvi então estipular que eu daria o comando para a reação física, sem avisar, esta decisão facilitou aqueles que estavam só pelo mental. Esclareço que quando trabalho com crianças elas reagem imediatamente, por isso só percebi a necessidade de *comandar*, quando senti que a maioria estava sem ação.

Escolhi a vivência que tive com a cor amarela. Senti muita alegria, felicidade, tranqüilidade, espontaneidade naquele momento. Procurei passar mais vezes por cima do amarelo por estes motivos. (Antonio pereira)

### 3.4. - Jogo de Bolinhas (Figuras 18, 19, 20, e 21)

Esta atividade faz parte de um dos princípios do Jogo teatral que é manter um *foco* previamente estipulado que deve ser perseguido pelos jogadores. Uma forma concreta de chamar a atenção para a importância do foco.

A proposta é não deixar cair a bolinha. Cada pessoa inicialmente joga sozinha (uma bolinha para cada um), depois jogam em duplas e depois em grupos. A proposta foi manter o *foco* na bolinha e jogar (no grupo) jogar sem deixá-la cair.

“Nós somos descordenados”. (João Antonio)

Este enunciado expresso por um aluno corresponde perfeitamente a estas imagens do jogo de bolinhas, onde alguns para não errarem colocaram a bolinha diretamente na mão do outro jogador. Já, em outra situação o jogador olha para todos os lados preocupado em pegar a bola que os colegas arremessam para ele, mas não consegue jogar a sua própria bolinha. Ele fica atento aos movimentos dos colegas (externos), mas esquece do seu próprio movimento.

Em outro grupo, alguns atiraram a bolinha sem se preocupar se o colega iria apanhar ou não, estes, ao contrário do caso anterior se detiveram na proposta de atirar a bolinha, “fizeram sua parte”, mesmo que a proposta fosse para o grupo “não deixar cair”.

Num simples exercício como este, fica evidente a dificuldade em se trabalhar em grupo, em se manter a concentração num foco, em ver o outro, ou se *fazer ver* pelo outro. Num momento posterior proponho um jogo (de vôlei, por exemplo), com uma bola imaginária, e é possível realmente se fazer um jogo, com regras, com *times*, *juiz* e *marcação de pontos*, quando todo grupo mantém um *foco*, quando todos *vêem* uma só bola.

Após o jogo das bolinhas com o qual procurei sensibilizar para a importância de se manter o *foco* para que a comunicação se efetivasse e realmente o jogo acontecesse, propus o *jogo teatral*. Formamos um grande círculo e estabelecemos o *espaço cênico* (local pré-determinado onde ocorre a cena, ou situação). Uma primeira pessoa entra no espaço cênico e propõe uma ação. Uma segunda pessoa

entra no jogo e interage com a primeira, uma terceira poderá entrar ou não, dependendo da proposta realizada. O número de jogadores dependerá da proposta criada pelo grupo que está jogando.

### 3.5 - Criação de Cenas Espontâneas (Figuras 22 e 23)

Numa das situações criadas no Jogo Teatral, uma pessoa se prepara para tomar banho de sol, mas vem uma outra personagem e sacode o corpo e os cabelos e a molha. Ela se seca e se acomoda e em seguida vem outra pessoa (provavelmente uma criança) e joga areia em cima dela, que acaba desistindo de tomar banho de sol e vai embora. Já em outra cena entra uma pessoa que senta no vaso sanitário, mas logo em seguida outra pessoa chega muito apurada para também entrar no banheiro, cria-se o conflito. Sentada no vaso, dentro do banheiro há uma personagem tranqüila e do lado de fora uma desesperada. A personagem que quer entrar bate insistentemente, mas quando a porta é aberta, já é tarde, ela faz xixi nas calças. Em outra cena, uma pessoa tira leite (sugere pelo gesto que de uma vaca), entra alguém pedindo para encher a sua vasilha (um balde), por duas vezes, este serve por duas vezes. Depois entra uma terceira personagem pedindo uma caneca de leite, também é atendida no seu pedido e vai embora. A personagem tira mais um pouco de leite, levanta e se serve, saboreando uma caneca de leite. Termina a cena.

Estas cenas expressam o cotidiano, pode acontecer para qualquer pessoa, e o jogo possibilita que qualquer pessoa possa vivenciar situações de conflito, mesmo de pequenos conflitos. Poder expressar-se nas situações do cotidiano de forma lúdica, parece nos familiarizar com os conflitos da vida. O corpo atua de forma espontânea, rápida. Encarar situações de improviso faz com que as respostas sejam espontâneas exigindo delas uma reação corporal e mental imediatas. Para que ocorra a ação espontânea precisa haver uma integração entre os níveis, físico, emocional e mental.

Quero ressaltar também, a alegria de interpretar expressa pelos alunos, nas vivências de criação de personagens:

“O momento mais significativo foi representar o marido da mulher chata, porque é um saco ter alguém pegando no pé, importunando. Eu gostei porque vivenciei o personagem, incorporei”. (Carla Pereira).

“O que mais me chamou a atenção foi a dramatização mãe e adolescente, pois estou conhecendo um outro lado meu, a extroversão. Pois sou

introvertida e a minha educação foi repressora e contribuiu para isso, pois foi me negada a participar de uma oficina de teatro por ser tímida.” (Carmem Célia)

Muitas vezes os próprios jogadores se surpreendem com suas reações. A tentativa de solução dos *problemas* que se apresentam é desafiador, pois proporcionam o exercício da flexibilidade, da rapidez de raciocínio e da ação corporal espontânea. Falando em espontaneidade esclareço que em muitas ocasiões a exigência de rapidez na elaboração das atividades é exatamente para que os alunos, ou os grupos trabalhem com as primeiras idéias que vierem à mente, caso contrário, a tendência é a de censurar suas próprias idéias; e na tentativa de fazer tudo *certinho*, prejudicam a espontaneidade. Este aspecto da educação tradicional de valorizar, ou melhor, de mostrar só o *arrumado*, o *resultado final*, no caso do teatro a apresentação, reforça a idéia de trabalharmos só o *aparentemente certo*, como se este fosse uma característica da vida. E é entrando num processo de desequilíbrio que aprendemos a encontrar o equilíbrio, não como uma imposição, mas como um processo.

“Há a preocupação de se fazer *certinho*. Temos uma cobrança pessoal”.  
Caroline Ferreira.

“Não fiquei preocupada com o fazer perfeito”. Dirce Fortuna

### 3.6 - Criação de Cenas Planejadas (Figuras 24,25 e 26)

A proposta desta vivência foi a de montar uma cena em que uma das personagens esteja faltando. O grupo combina e monta a cena estática, e quando um dos colegas perceber a personagem que está faltando, ele *entra* na cena e a ação então começa. Para que o aluno *entre* em cena e *acione* a ação precisa perceber toda a situação criada, precisa ter uma visão total da cena. Em dois grupos a proposta foi de um casamento, outro grupo foi um nascimento, outro de um assalto e outro num salão de beleza. Os rituais sociais quase sempre aparecem nestas vivências e permite que as pessoas revivam situações vividas ou criem novas posturas perante elas, desmistificando ou reafirmando os papéis existentes. A surpresa das soluções para as propostas criadas pelo grupo é realizada de forma lúdica o que se pode observar na reação dos componentes do grupo e mesmo na turma em geral.

“Penso que as dramatizações, as vivências foram ótimas e, para mim, ajudaram para que me soltasse ainda mais. Em alguns momentos cheguei a ficar surpresa comigo mesma, pois sempre fui muito retraída em relação a atividades corporais e hoje, consegui me soltar, dramatizar naturalmente”.  
(Alba Moreira)

“Conhecer-se, permitir-se ousar, perder o medo e a timidez durante as atividades foi tudo de bom!” (Cristina Ramos).

Trabalhar com as emoções de forma descontraída pode fazer com que haja uma liberação de nossas tensões e que possamos fazer nosso corpo mais presente e mais leve. Lembro as palavras de Wilber:

Embora o ego não possa controlar as sensações involuntárias do corpo, ele pode e consegue aprender a retirar a consciência do corpo, amortecê-lo e dessensibilizá-lo globalmente. ( 2001, p.136).

### 3.7 - Diálogos espontâneos (Figuras 27, 28 e 29)

Todos caminham pela sala e quando dou um sinal estipulado previamente, eles escolhem o colega mais próximo e trocam um diálogo com as personagens que sugiro, entre estas: duplas de um mesmo grupo, por exemplo: surfistas, idosos, crianças, banqueiros, operários, bandidos, mulheres, homens, ou sugiro o diálogo entre duas personagens diferentes: pai x filho pedindo para ir á uma festa, vendedor x comprador, uma pessoa pedindo algo emprestado x outra pessoa, um casal onde um quer romper o relacionamento e o outro não, enfim estipulando situações de conflitos, mas deixando para a dupla solucioná-lo, ou dar o desfecho que quiser. A cada situação solicitei que trocassem seus pares, o que torna a vivência dinâmica e bastante diversificada. A possibilidade de agir como pessoas completamente diferentes, de credos, sexo ou em situações inusitadas é desafiador e muitas vezes surpreendente. Por exemplo, Inúmeros alunos ao representarem os pais, repetiram *chavões* antiquados e *caretas*, e depois eles mesmos se dão conta de que repetiram *discursos* sem refletir, como este aluno expressou:

Nossa! Nem sei da onde tirei isso que falei. (Raquel Ribeiro)

Início com vivências sem o uso da palavra, para que o aluno sinta a necessidade de se comunicar com recursos corporais pouco utilizados habitualmente. Solicito em muitos casos que se expressem somente com uma parte do corpo. O *foco* pode ser os pés ou as mãos, ou o olhos, ou as costas, enfim, qualquer parte do corpo, pois na verdade quando nos expressamos o corpo todo está presente na expressão. Bem, após exercitar o corpo introduzo a vivências com os sons, corporais, instrumentais e depois então a palavra. A princípio o diálogo espontâneo, e depois gradativamente os diálogos preparados até o texto dramático, o que não ocorreu nesta pesquisa por falta de disponibilidade de tempo. Já num curso mais extenso este processo pode ser bem elaborado onde se obtém belos resultados ao se trabalhar com poemas, por exemplo.

### 3.8- Vivências de Desafios / Portal (Figura 30)

Denominei de *portal* uma atividade em que o aluno caminha e destaca para si mesmo um aspecto seu que o incomoda e do qual gostaria de se livrar. O passo seguinte é relacionar este sentimento ou sensação com alguma parte do seu corpo, *localizar o sentimento*. Após a identificação corporal, a *localização*, sugeri que assumissem *uma nova atitude* corporal ao passarem pelo *portal*, deixando de lado o sentimento ou sensação indesejada. E, a partir de então, que *componham* outra postura corporal relacionada à sensação de satisfação, e de bem estar, logo após passando por todos os colegas e olhando-os com esta nova maneira de se sentir.

Eis alguns depoimentos de alunos após a vivência a qual denomino de “Portal”.

“O momento mais significativo do dia de aula de teatro foi a vivência do portal-experiência sagrada. (Pedro Lemos))

“Eu gostei muito da aula de hoje. Achei lúdica, dinâmica e alegre. A parte que mais gostei, por achar mais significativo, foi a do portal. Este momento foi de emoção, troca, acolhimento do grupo. Um momento de perceber que no contato com o outro, no apoio do grupo, podemos ir adiante, com mais força e encorajamento”. (Regina Silva)

“... por último, tivemos o momento de “descarregar”, passando por uma espécie corredor onde nos livramos daquela dor, mágoa, tendo em vista deixar para trás aquele sentimento. Saí da sala me sentindo leve”. (Elisabete Ribeiro)

Citando ainda Ken Wilber (1997,p.214): “significa que uma prática espiritual verdadeiramente integral colocaria ênfase igual tanto no corpo quanto na mente em cada estágio da evolução geral, do corpo-mente ao corpo-mente sutil e ao corpo-mente causal”.

### 3.9 – Vivências de Comunhão./ Mandala (Figura 31)

A sintonia, a sincronia com o cosmos, com a transcendência, se dá em todos os níveis, pois o corpo está presente com sua forma mais densa, embora haja o sentimento de transcendência.

Quando propus a este grupo que realizassem uma mandala, somente com o recurso do corpo, de forma espontânea, sem ensaio, os alunos ficaram, a princípio, surpresos, mas aos poucos formaram um círculo e montaram uma mandala, com suaves movimentos (música ao fundo para facilitar o envolvimento do grupo). O nível de concentração e a beleza da mandala foram surpreendentes, muitos participantes se emocionaram. A harmonia e o resultado estético obtidos pelo grupo foram gratificantes como se pode constatar por estes depoimentos:

“Sou super tímida, mas na hora me liberei, mas sou tímida”. (Cris Bento)

Este trabalho mexe com nossas emoções, trabalha com emoções e com nosso corpo. (Fábio Castro)

“Foi um dia muito prazeroso. Trabalhamos o corpo e a alma. Foi divertido e, ao mesmo tempo profundo”. (Maria Viana)

Talvez um dos aspectos mais relevantes destas atividades, seja possibilitar ao aluno a integração do ser humano, não como discurso teórico, mas como vivência.

Pude observar em algumas vivências, alunos com atitudes estereotipadas, algo muito comum, quando se realizam estes exercícios. O que se busca, porém é a sinceridade na atuação no Jogo teatral. Precisamos nos deter neste problema, pois tentar fazer com que o aluno se reconheça, e exponha seu corpo ao grupo (ao outro), exige tranquilidade, segurança e bem estar consigo mesmo, caso contrário, poderemos incentivar que ele crie máscaras, estereótipos, que até podem *dar conta do recado* para professores e pais menos avisados, que acreditam que isto é desinibição e espontaneidade. Entretanto, há o perigo de ocorrer um reforço desta máscara que poderá trazer problemas de autenticidade nas suas comunicações. Reconhecer seu próprio ritmo interno, e a relação deste com o mundo exterior é uma

tarefa árdua para todos nós, mas é possível alcançá-la se tivermos oportunidade de dedicar algum tempo para isto. Afinal, ocupamos tanto tempo para assimilação de fatores externos, importantes também, mas muitas vezes sem conexões importantes se não tiverem um significado pessoal. Compreender como reage o próprio corpo, e aprender a ler os seus sinais não só facilita uma vida mais saudável, mas uma vida mais rica de significado. É evidente que encontrei resistência por parte de alguns alunos, ou melhor, eles *se resistiram* e não enfrentaram o desafio, não quiseram ou não puderam entrar no *jogo*, como evidenciaram estes depoimentos:

“Achei que foi pouco tempo” (Vanice Hildebrand).

“Não gosto deste tipo de atividade. Tenho que me predispor. Tive que me preparar”. (Juliana Melo).

Gostaria de ficar mais á vontade. Fazer quando quisesse. (Rosa Soares).

As oportunidades muitas vezes surgem, mas se não tivermos vontade, predisposição, se não nos jogarmos nelas, não serão vivências, serão práticas sem uma conotação maior. Este é um problema diário nas salas de aula, mas é preciso paciência, criatividade, diálogo, tentar proporcionar diferentes situações para que o aluno consiga em um determinado momento realizar-se. Uma das alunas citadas, em outro momento, em outro dia de aula, conseguiu se descontraír e participar, pela sua reação posso afirmar que realizou uma vivência, ela se envolveu totalmente com a proposta. No meu trabalho esse tipo de reação é muito comum, portanto a necessidade de ficar atento a cada aluno é primordial.

A Arte é subjetiva, e cada um possui um caminho para se aproximar dela, nós professores precisamos ser facilitadores para que o aluno vislumbre novas leituras da vida. E, a partir destas possíveis experiências que ele possa fazer uma nova leitura da vida, que se embeleza, com novas cores, ritmos, texturas, ângulos, perspectivas, sabores, reações, sensações, que farão os se sentirem mais vivos e atuantes, darão mais condições de uma vida plena, e maiores possibilidades de expandirem suas consciências. Um simples sopro, um gesto no ar, um bater de folhas na janela, uma flor extremamente pequenina, perfeita, de uma planta comum, pode nos sensibilizar para a beleza da vida; se estivermos com os sentidos despertos e se estivermos ligados á totalidade do mundo. Seguindo este pensamento, poderemos nos perguntar, mas então estamos ligados também ás

coisas desagregadoras da vida? Lamentavelmente, sim, e nosso corpo apreende tudo, e inúmeras vezes ficamos á mercê destes fatos sem nos darmos conta.

Junto a essa experiência trazida para este trabalho de pesquisa uma lembrança que se atualiza neste momento: em certa ocasião entrei numa sala para dar aula, e as crianças da 5ª série estavam muitos desanimados, embora demonstrassem gostar muito da aula de teatro e ficassem à porta, aguardando minha chegada. Naquele dia, porém, observei que estavam lentos e nas atividades tinham muito *peso corporal*. Quando sugeri a atividade, estávamos trabalhando com os quatro (4) elementos: água, ar, fogo e terra. Todos os grupos criaram e apresentaram situações trágicas, durante todo o tempo (sempre aparecem criações assim, mas não em todos os grupos e durante toda a aula). Algumas crianças provavelmente ouviram notícias sobre um violento terremoto ocorrido na madrugada anterior, em um país da América Latina, mas outras nem sabiam e, no entanto o clima da aula foi de desolação. A princípio fiquei preocupada, mas depois me dei conta, do quanto foi importante eles poderem extravasar aquela tristeza, embora muitos não tivessem consciência disto. No final da aula, fiz uma harmonização, primeiro sugerindo que pulassem bastante, até cansarem, depois deitados, acalmaram a respiração e mentalmente sugeri que se *pintassem* de uma cor vibrante, alegre. Este é apenas um exemplo do quanto às situações do cotidiano, embora distantes, podem nos afetar sem que nos demos conta.

Já em um dos grupos com o qual desenvolvi esta pesquisa, numa das atividades com música, em que a proposta era *soltar* o corpo, com uma música ao fundo, a maioria dos alunos ficou somente caminhando, alguns com as mãos nos bolsos, e muitos outros se limitavam a movimentar os braços, com gestos miúdos e tímidos. Provavelmente muitos destes jovens saem à noite para dançar sem problemas, mas nesta atividade não foi o que ocorreu. Os próprios alunos verbalizaram que em seus cursos, o corpo está dissociado dos trabalhos do mundo acadêmico, e que para alguns a disciplina (EDU- 02035), na qual esta pesquisa se realizou, foi a primeira oportunidade de falarem sobre o corpo e sobre o tema espiritualidade, embora muitos destes alunos, como futuros professores, provavelmente tenham que vir a trabalhar com Ensino Religioso nas escolas. Como poderão *lidar* com temas tão complexos se não foram trabalhados nem consigo mesmo? Como atuar com o próprio corpo e o corpo dos alunos?

No Jogo Estésico se quer proporcionar ao aluno um espaço lúdico, onde o aluno possa sentir seu corpo livre e espontâneo, um momento em que ao surgir emoções, vá realizando sua própria leitura de si, vá identificando seus limites e tomando consciência destes, desde pequena idade. A expressão corporal, já é trabalhada em muitas escolas, há pelo menos meio século. O que proponho é que se considere também o aspecto de expansão da consciência neste fazer. Há ainda a proposta de ser levada esta consciência corporal para as atividades do dia-a-dia, quando ao tornar-se adulto, geralmente nos esquecemos do aspecto lúdico e prazeroso do corpo.

Ao observar alguns exercícios como o de passar pelos colegas e olhá-los nos olhos, por exemplo, fez com que alguns assumissem uma postura rígida, corpo tenso, tentando aparentar firmeza. Ombros empinados, sobranceiro fechado, para não aparentar fragilidade. Há evidentemente uma confusão entre flexibilidade e fragilidade, o ser flexível pode erroneamente trazer a sensação de insegurança, de fraqueza e para fugir a este sentimento toma-se esta postura na procura de força, de *segurança*. E esta falta de fluidez corporal ao contrário de auxiliar a comunicação, gera uma barreira. O que se propõe é trabalhar o corpo num reconhecer-se, sentir os *movimentos internos*, e assim ao olhar *no olho*, desvelar também o *outro*. Evidentemente há os momentos em que a concentração permite o equilíbrio do corpo, ficar *centrado*, mas neste caso não há rigidez, e sim atenção, concentração, sem o temor de desvelar-se, a postura é de *entrega* e de harmonia.

Trabalhar com a arte, aqui especificamente, o Jogo Estésico faz com que enfrentemos nossos *deuses* e *monstros* internos e pessoais. Possibilita-nos um diálogo, ou pelo menos um reconhecimento de que eles existem (ou foram criados por nós) e aos poucos nos proporciona coragem para pelo ao menos *espiá-los*. Saliento que não pretendo fazer terapia, propriamente dita, mas, ao trabalhar com o corpo, com as fantasias, estaremos avivando a idéia de que somos mais do que tentamos estruturar com a mente racionalista, somos um todo e precisamos fazer a *alfabetização* deste todo. Tenho plena convicção de que na escola podemos iniciar a harmonização gradual da complexa composição do ser humano, aspirando a Consciência da Unidade, como costuma expressar Wilber.

E isso significa que o Espírito evolui o veículo para sua própria realização. Porque o espírito está envolvido com e como este mundo, e este mundo evolui com e como Espírito, até o

ponto em que esse Espírito supraconscientemente percebe sua própria Face original. (2005, p.232)

Há uma enorme diferença que deve ser distinguida pelos educadores em sala de aula: uma coisa é provocar uma ação criativa perante determinado problema, e outra coisa é a mera reprodução de cenas do cotidiano, da televisão, do cinema, que reforçam a violência, os estereótipos, ou idéias maqueneístas sem a reflexão e a compreensão das personagens, das cenas, ou das situações criadas pelos alunos.

O fato de o aluno ter a oportunidade de se expressar, de compartilhar, pode ser o início de um sentimento de desmistificação sobre si mesmo e sobre opiniões estabelecidas. Inúmeras vezes os integrantes de um grupo se surpreendem ao construir as mesmas personagens, as mesmas reações, e encontrarem as mesmas atitudes e soluções para a proposta dada a grupo, para alguns isto parece *dar um alívio*, como no caso do aluno que expressou: “Puxa, não sou tão louco como pensei”. (Sergio Vieira). Ou pode servir de alerta para refletir sobre o quanto é o verdadeiro *autor* de seus pensamentos e opiniões.

Também surgiu a reflexão e o questionamento por parte de alguns alunos:

“Não temos muita espontaneidade”. (Jacira Dias)

“Que coisa foi acontecendo que fomos perdendo nossa espontaneidade... O que aconteceu comigo?” ( Marilse Lara).

No Jogo Estésico também há a possibilidade do *mexer* com seus arquétipos, com suas *sombras*, seus *monstros*, com a oportunidade de vivenciá-los em grupo, e isto pode proporcionar uma enorme satisfação e sensação de *leveza*. Poder expressar e encarar os *demônios* de forma lúdica, sem preconceitos, desvelando *as entranhas*, favorece sensivelmente a formação de um ser integral, pois exercita o hábito de fazer questionamentos e o de encontrar suas próprias soluções.

“A primeira ação que me marcou foi a de dupla, na qual um fazia uma expressão e o outro copiava. Essa tarefa me trouxe alegria, por ter feito eu me descontraír e rir muito. Gostei bastante. E outro momento que gostei também, foi num segundo momento da mesma tarefa relatada acima, na qual

senti uma melancolia por trazer lembranças (saudades) de alguém que me é muito querido”. (Renata Ribeiro)

Penso o quanto é valioso resgatar a leveza da infância, a brincadeira pura e descompromissada que vêm à tona quando se libera o corpo e se retoma o aspecto lúdico. Saliento nas palavras desta aluna aqui expressas, que a emoção está registrada e foi acionada através do corpo. Não se trata aqui de trabalhar de forma psicológica, mas de proporcionar a expressão das emoções e poder trabalhar com elas. Sentir que estão gravadas, na pele, no corpo.

Em alguns momentos se percebe nos alunos muita alegria, e uma descontração corporal, como mencionou esta aluna: *resgatei minha infância, fazia muito tempo que não ria assim*. (Gislaine Maria).

Na “cumplicidade” ao lembrar a infância, há uma abertura para o outro, uma *leitura* do outro, sem a palavra, a vivência, o gesto e a proximidade possibilitaram a comunicação. DAMÁSIO, com suas palavras expressa a forte relação do aspecto motor, das emoções e das lembranças acionadas na mente:

:

Quer você esteja imobilizado pelo curare ou apenas devaneando no escuro sem se mover, as imagens que se forma em sua mente sempre sinalizam ao organismo o modo como você foi mobilizado pela tarefa de formar imagens, evocando certas reações emocionais. Não há como você evitar que seu organismo seja afetado, sobretudo nos aspectos motor e emocional, pois isso está incluído em sua mente. (2000:193, 194).

A predisposição para trabalhar com o outro, para compartilhar, necessária no Jogo Estésico, também é vital nas vivências da Apometria, porém num estado de consciência ampliada, e com uma concentração diferenciada, pois o trabalho é em grupo e o *foco* é inteiramente voltado para somente uma pessoa. A *entrega*, nesse caso, é de plena confiança na existência de uma unidade Maior, regidas pelo amor e harmonia.

A esse respeito fala Wilber (2005): *Com a capacidade de se colocar no lugar do outro, a linha espiritual começará a estender seu interesse máximo do eu para o grupo e suas crenças(mítico-grupal)*.

A seguir farei um relato das minhas vivências de Apometria.

### **3.10 – Vivências de Apometria**

Nas vivências da Apometria, consideradas aqui sob o ponto de vista de quem faz o atendimento as percepções variam muito de médium para médium, depende do tipo de sensibilidade que cada um possui e também da faixa vibratória que está percebendo no momento do atendimento.

O grupo é constituído por um coordenador, que lê uma ficha com os dados sobre a pessoa que irá ser atendida, antes de ela entrar na sala. Quando ela entra, senta no centro do grupo que fica em círculo.

Após a proteção dos campos magnéticos do grupo, e a expansão de consciência dos médiuns (desdobramento) começam a surgir as percepções a respeito da pessoa que está sendo atendida. Há uma sintonia do grupo e, inúmeras vezes são percebidos aspectos diferenciados, envolvendo dois ou três campos ao mesmo tempo. O dirigente do grupo coordena de forma que todos os campos sejam trabalhados. Da minha parte tenho facilidade para perceber faixas do emocional, ou ainda problemas neurológicos, fazendo-me acreditar que minha sensibilidade nesses casos pode ser tanto psicológica, como de faixa vibratória mesmo. É preciso cautela para não fantasiar e não se colocar como foco em detrimento da pessoa que esta sendo atendida, por isso já falei que ao trabalhar como médium, enfrentamos nossos próprios *demônios*, e distingui-los é fundamental nesses momentos.

O grupo do qual participo como médium trabalha com um aspecto diferente dos outros grupos de Apometria, pois entramos em sintonia com os campos magnéticos através de pontos de Umbanda, enquanto os outros sintonizam pela contagem dos impulsos.

#### **3.10.1 – Vivência de Apometria I**

Para atendimento deste caso, foram realizados quatro vivências com Apometria.

Atendido: Daniel  
Idade: 36 anos  
Estado civil: casado  
Profissão: Promotor  
Religião: católica

#### 1º- Atendimento

Motivo da consulta: Caso de depressão grave e transtorno de pânico há 45 dias. Está utilizando medicamentos: Zoloft e Melleril

Segundo Daniel a partir da data que trocou de área de trabalho, trocou da Vara de Trabalho para Vara Criminal não está conseguindo desempenhar sua função por apresentar vários distúrbios emocionais. Sentia muito medo que acontecesse alguma coisa com sua família, principalmente com sua filha. Não conseguia dormir, pois estava sempre com pesadelos.

Após o relato o grupo abriu o seu campo magnético com a contagem usual. Foi feita a limpeza do seu campo aurico com *pontos* de lemanjá. O grupo de médiuns percebeu varias encarnações sintonizadas com o medo e o pânico.

Fizemos a *despolarização das faixas de sintonia* com o passado e o *alinhamento* dos corpos. (chakras).

Recorro a uma citação de Wilber, que esclarece:

No estado Bardo após a morte física, ele *involve* até onde havia *evoluido*. Um ser altamente evoluído escapa totalmente da involução: na primeira etapa da Luz Clara, essa ala continua sendo o Um *como* Luz Clara – não recua diante de Deus nem do abraço da eternidade; recusando-se a criar sujeitos ou objetos substitutos, ela nunca mais renasce como eu separado (embora possa escolher renascer como tulku, avatar ou bodhisatta – a iluminação final só está ao alcance daqueles que juram não ‘fazer uma pausa’ enquanto todos não forem libertados). (2004, p.197).

Ao final do atendimento foi colocado pelo plano espiritual, *um aparelho*, no plano astral, na altura da nuca, que denominamos um *chip*, com o objetivo de protegê-lo no *chakra* da mediunidade. Esses aparelhos colocados pelo plano espiritual são dispositivos de proteção e atuam como modeladores de frequência,

podendo também restaurar danos provocados por ressonâncias prejudiciais, causados por aparelhos parasitas<sup>17</sup>.

## 2º - Atendimento

Abertura do campo do Daniel. O campo estava bem *mais limpo* do que da vez anterior. Houve a limpeza, com pontos da lemanjá. Foram percebidas novas *faixas de passado* e, em algumas o atendido tinha muito poder e fazia mau uso deste, foi *visto* em situações de execuções de pessoas sem fazer julgamento. Um dos corpos estava em ressonância com este passado.

Como médium entrei em sintonia com emoções de muita arrogância e falta de sensibilidade. Outro colega sintonizou com pessoas em uma aldeia sendo chacinadas, principalmente crianças. Muita tristeza e revolta.

Na obra de Shakespeare, há uma passagem sobre Júlio César:

[...] Júlio César, ainda és poderoso! Teu espírito vaga pela terra e faz virar nossas espadas contra nossas próprias entranhas. (2001, p. 128).

Para *limpar* os campos sintonizados cantamos o ponto de Xangô, e depois os pontos de pretos-velhos. Foram despolarizadas as sintonias com as vidas passadas percebidas nesse atendimento.

Foi reativado o *chip* colocado no atendimento anterior. Também foram reativados os campos de defesa do Daniel. O chakra umeral foi *fechado*, com as forcas do ponto do Ogum da Lua e os demais chakras foram revitalizados.

Sugerimos que ele procurasse fazer algum tipo de caridade em alguma creche. Terminamos o atendimento fechando o campo magnético do atendente.

Ele falou que já fazia voluntariamente uma assistência social em uma creche doando o bolo de aniversário para os aniversariantes.

---

<sup>17</sup>Azevedo (1999, 158).: Há vinte anos vimos constatando, nos enfermos atendidos na Casa do Jardim a presença de pequenos e estranhos aparelhos colocados com muita precisão e perícia na contraparte astral do sistema nervoso. Eles aparecem para os videntes como se estivessem fixados no corpo físico, já que o corpo astral se sobrepõe a ele. Como este

### 3º - Atendimento

Daniel chegou mais animado, dizendo que sentia melhoras com relação a depressão, mas ainda tinha medo pela filha pequena.

Foi aberto o campo magnético e fizemos uma limpeza.

Alinhamos os corpos e os chakras. Nas situações de conflito, geralmente as pessoas ficam com as energias *alteradas*, desequilibradas, em outras vezes há um *bloqueio* e os campos de um determinado chakra não fluem, muitas vezes percebe-se um bloqueio na coluna vertebral, “caminho” percorrido pelo fluxo energético e o qual distribui equilibradamente as energias pelo corpo.

Houve um reforço verbal sobre as recomendações do outro atendimento.

### 4º - Atendimento

Abertura do campo magnético.

Daniel relata que obteve uma sensível melhora da depressão, e o pânico ainda continua, porém com menor intensidade. Continua com a medicação e para as crises de pânico toma o remédio Diaferan.

Recebeu a orientação para continuar com o auxílio para a creche, mas de uma forma mais afetiva, dando atenção e carinho para as crianças carentes.

Fizemos limpeza do campo magnético e a energização dos chakras.

Quando consideramos que o atendimento estava finalizando, dois médiuns perceberam um obsessor, o qual ainda matinha ligação astral com Daniel. Pude perceber que havia interferência de pensamentos negativos através do ouvido, com um aparelho na tentativa de desestabilizá-lo. Outro colega percebeu que havia uma espécie de fio ligado ao ouvido dele.

A *ligação astral* foi desmaterializada e a região do ouvido foi higienizada. A ligação astral interferia na rede neuronal. O processo de limpeza nesta área foi delicado, pois os médiuns perceberam que uma espécie de *microfios fluídicos* se espalhavam pelo cerebelo, no lado direito.

Nosso grupo pode perceber que havia um encadeamento nas diferentes vidas, vividas por ele. Parece haver uma tendência de se repetir atitudes, emoções, o que mantêm um mesmo campo magnético, embora gradativamente enfraquecido, pois percebemos vidas mais amenas, onde ele exercia com justiça o poder que tinha, também percebemos auxiliava em alguma prática religiosa. O rapaz atualmente, como expressou, tinha uma vida harmoniosa e tranqüila, com uma família estruturada. Outra observação é que em várias encarnações tinha o poder de julgar, como a de agora. Foi sugerido que voltasse no início do próximo ano, caso sentisse necessidade e que continuasse com o atendimento psiquiátrico. A parceria entre os atendimentos do psiquiatra e o apométrico, certamente teria facilitado e apressado a situação de cura deste rapaz. Lamentavelmente ainda tratamos o ser humano de forma separada, e nesses atendimentos reforço minha convicção da necessidade da visão integral do nosso ser. Dois membros do nosso grupo são médicos, o que facilita muito, tanto na compreensão do que os médiuns percebem, como na orientação quando há a necessidade das pessoas procurarem um atendimento médico.

### **3.10.2 – Vivência de Apometria II**

Nome: Larissa  
Idade: 19 anos  
Estado civil: solteira  
Profissão: estudante  
Religião: católica

#### **1º.- Atendimento**

O motivo da consulta: Caso de ataxia cerebelar (incapacidade de coordenação dos movimentos musculares voluntários), sem diagnóstico até o momento. Faz três anos e meio que ela sofre da doença.

Já foi submetida a exames de ressonância magnética, PL, exames de sangue, avaliações de doenças genéticas anteriores, endoscopia, coloscopia, entre

outros, e ainda não recebeu nenhum diagnóstico. Já tomou corticóides, vitaminas, antibióticos e antidepressivos.

Fizemos a abertura do campo aurico, desdobramento e limpeza. Por se tratar de problema com a saúde foi encaminhada ao Hospital Amor e Caridade, ala do setor de *genopatía*. (hospital do plano astral).

Os médiuns trabalharam na rede neuronal em todo o corpo físico, no plano astral.

Havia um aparelho ligado ao cérebro (no plano astral) que foi desmaterializado.

Foi realizada uma energização no local afetado.

## 2º.- Atendimento

Feito o desdobramento, abertura do campo e limpeza. O grupo percebeu sintonia que em vidas passadas ela fora uma líder espiritual e levava os seus adeptos induzindo-os a se matarem em nome de uma seita. Tinha um gênio dominador. E o problema atual neuronal estava sintonizado com o poder exercido de forma negativa no passado. Como tratamento utilizamos a vibração de Xapanã. E para atendimento das energias dos espíritos *sofredores* a vibração foi a de Omulu, Entidade que na Umbanda desliga o corpo físico do espírito. Neste caso, acredito que o que fica registrado não são mais os corpos físicos, é evidente, mas as sensações de muito ódio ligado ainda às situação de morte. Vale lembrar a responsabilidade anteriormente referida enquanto seres que somos cocriadores. Eu, particularmente creio que a memória da pessoa é que mantém este estado, está registrado nela, pois provavelmente muitos, senão todos as outras pessoas que foram envolvidas na época, deverão estar em suas jornadas, embora ainda conectadas no plano astral. Muitos poderão estar num processo evolutivo bem mais acelerado, e não necessariamente presos a uma situação de uma encarnação. Ela está comprometida com faixas do passado, o qual denominamos de *comprometimento karmico*. Segundo Wilber:

Se a pessoa tiver evoluído até a esfera sutil, ela vai lembrar-se dos aspectos da consciência bruta, mental e sutil, mas não vai lembrar-se dos

aspectos causal e final da *experiência desse momento*: eles permanecem no inconsciente emergente, esperando para aflorar via recordação. A evolução é simplesmente a interceptação da microinvolução em etapas sempre mais elevadas: quanto mais evoluída for uma pessoa, menor é a sua involução. (2004, p.198).

Ao final do atendimento foi *fechado* o campo de Larrisa, e recomendado que procurasse exercer a caridade.

### 3.10.3 – Vivência de Apometria III

Nome: Janete  
Idade: 36 anos  
Profissão: bancária  
Religião: católica

#### 1º. Atendimento

O motivo da consulta: Com a separação do marido, ela consultou uma cartomante que lhe disse haver um *trabalho* para ela morrer, mandado fazer pela atual mulher do seu companheiro. E várias vezes ela sonhou com uma caveira, ficando muito nervosa e com muito medo de morrer.

Abrimos o campo, e fizemos a limpeza áurica. Um médium percebeu a imagem de uma caveira realmente, mas era pura criação da mente da consulente. Não havia magia de espécie alguma em seu campo. Ela mesma que ao acreditar na cartomante criou a imagem da caveira e reforçou-a no campo astral com sua sensação de medo. Trata-se de um caso de auto-sugestão, ou auto-obsessão.

Atendemos muitos casos como esse, onde a mente cria toda uma situação e passa a acreditar nela, reagindo como se realmente tivesse um problema. Muitas vezes acaba realmente se materializando tal pensamento no campo astral, tornando-se um problema de tanto a pessoa entrar no campo vibratório negativo que ela mesmo criou.

Trago, por considerar oportuno um que expressa o questionamento efetuado por uma personagem de Shakespeare:

Macbeth :

“É um punhal o que enxergo, com o seu cabo

Voltado para mim? Vem, que eu te empunho!

não de seguro, é certo, mas te vejo

Sempre. Não és, fatal visão, sensível

Ao tato como à vista? Ou és apenas

Imaginária criação da mente

Que a febre exalta? Vejo-te, contudo

Tão palpável na forma com estoutro

Que saco neste instante.

Apontas-me o caminho em que eu se,

E de arma semelhante ia servir-me.

Ou bem são estes olhos um juguete

Dos meus demais sentidos, ou bem valem

por eles todos: não me saís da vista,

E há agora em tua lâmina, em teu cabo

Gotas de sangue que antes não havia.

Mas não há tal? É a trama sanguinária

Que toma corpo ante meus olhos. Neste

Momento a natureza é como morta

Em metade do mundo. Hora em que os sonhos

Maus se insinuam sob os cortinados;

Em que celebra a bruxaria os ritos

De Hácate pálida; e descarnado

Assassínio, alertado pelo bobo,

Seu sentinela, com furtivos passos,

À semelhança do raptor Tarquínio,

Move-se em direção à sua vítima

Como um fantasma. BLOOM (2001, p.656).

O dramaturgo Shakespeare expressou em várias peças teatrais sobre sensações e visões além dos sentidos, nesse caso, o autor deixa claro que é a própria mente da personagem que cria as imagens, é o imaginário de Macbeth que o apavora pelo mal que causou, já em outras, como no caso de Hamlet aparece o *fantasma* do pai da personagem, mas cito apenas como ilustração, pois atualmente, já podemos nos apropriar dessas percepções à luz da ciência.

Podemos analisar esse caso sob vários enfoques, mas chamo a atenção do quanto a falta de ética de um médium pode se tornar perigoso. O fato de percebermos algo, não significa que exista, pois pode ser uma alegoria que estejamos interpretando erroneamente, ou pode ser que estejamos vendo o que a própria pessoa criou com sua mente, como no caso da Janete, e que permaneceu no plano astral. O discernimento de um médium é fundamental, ele precisa ser cauteloso e mesmo nos casos que tenha certeza do que está percebendo deve tratar com o máximo cuidado a maneira como irá falar para a pessoa envolvida. Geralmente não há necessidade de se falar, pois o que importa é que tipo de aprendizagem que se pode fazer a partir do atendimento. Em raríssimos casos o fato de perceber algum aspecto de vidas passadas (caso de consciência expandida) vem a auxiliar a pessoa. Há muita curiosidade, inclusive incentivada atualmente pela mídia, em se fazer regressão, mas se o propósito não irá proporcionar a reflexão e o crescimento pessoal, pode distorcer o sentido da vida atual. Seria mais interessante conectarmos aos *possíveis futuros* consolidados no *agora*.

Fechado o campo da consulente que foi orientada e alertada sobre o potencial que seu pensamento possui, sugerimos que o utilize para o seu próprio bem. Lembrei de um exercício que proponho nas aulas, é o de recordar uma situação de desconforto, de contrariedade ou insegurança, e visualizar numa grande *tela*, com todos os registros de emoções relativas a situação e os *deletar*; logo depois recriar a mesma cena, incluindo cores, cheiros, sensações e sentimentos que favoreçam a harmonia, o bem estar. Que se possa *ver e sentir* feliz. É um exercitar, é adquirir um novo hábito, é pela nossa vontade que podemos condensar no plano astral, imagens positivas, trocar a imagem de *caveiras* por imagens tranqüilizadoras, imagens belas, harmoniosas. Saliento aqui, a semelhança das necessidades das pessoas, os pontos em comum do Jogo Estésico e da Apometria. Trabalhar com o imaginário é fundamental para o ser humano, e as artes sempre cumpriram este

papel, mas parece que nas vivências de atendimento espiritual também são fundamentais.

#### **3.10.4 - Vivência de Apometria IV**

Nome: Pedro Antonio

Idade: 29 anos

Profissão: setor administrativo de empresa pública

Religião: não tem

1º- Atendimento

O motivo da consulta: Inquietação, ansiedade, sente um zumbido no ouvido direito e ouve vozes que lhe assopram. Já foi a vários médicos, neurologistas, psiquiatras, endocrinologista, mas não descobrem nada. Além da profissão administrativa é escritor de histórias infantis. Kursou Artes Plásticas e deixou a faculdade de psicologia no meio do curso. Segundo o rapaz, “afora as vozes, leva uma vida quase normal, trabalha, namora e se diverte como qualquer um, só que muitas vezes se cansa com as vozes”.

Procurou inúmeras informações sobre sua doença, e segundo suas palavras se *convenceu* que era esquizofrênico; procurou um psiquiatra para pedir outros remédios porque os atuais não estavam resolvendo, para sua surpresa o médico sugeriu que ele tirasse uma consulta na Casa do Jardim e depois voltasse ao seu consultório.

Feito o desdobramento e a abertura do campo vibratório, os médiuns perceberam que havia um aparelho (no plano astral) no seu ouvido, o que foi logo destruído. Havia interferências de entidades negativas, mas muito próximo também havia entidades querendo lhe auxiliar.

O grupo não percebeu qualquer anormalidade física no rapaz, sua percepção auditiva e bastante aguçada, é um médium auditivo e precisa educar sua mediunidade, precisa aprender a usar sua sensibilidade para o seu próprio bem. Seu campo foi limpo, e realizado a despolarização com uma faixa do passado. Aconselhamos a leitura do Evangelho e que procurasse uma casa para informações sobre mediunidade.

## 2º.- Atendimento

Pedro se apresentou com outro semblante, mais animado, disse que seguiu as recomendações do grupo e estava bem melhor. Voltou ao psiquiatra que estava gradativamente diminuindo a medicação. Já estava freqüentando uma escola de médiuns e sentia muito agradecido ao grupo.

Foi aberto seu campo, feito uma limpeza, e o grupo percebeu uma sensível melhora, já não havia interferências negativas. Reequilibramos seus chakras que estavam um pouco desalinhados. Recomendamos que continuasse com o sentimento do “Orai e vigiai”.

O coordenador disse a ele: *Deves agradecer sua melhora ao Cristo e, toda melhora é mérito seu. O grupo procura auxiliar, mas a Leis Cósmicas é que se estabelecem.*

Quando este rapaz teve seu primeiro atendimento, eu como atendente me emocionei muito, pois achei seu caso muito semelhante com a minha descoberta da mediunidade. Foi um *trilhar sem fim* pelos médicos a procura de solução para o meu problema de saúde, o de sentir coisas não explicadas pela medicina tradicional. A situação nesses casos é grave, pois muitos médicos deixam transparecer sua insegurança por defrontar com um diagnóstico pouco conhecido, e outros enquadram *nos casos gerais* e, como única solução, receitam medicação, muita forte, que deixam a pessoa apática, sem vontade de qualquer reação, agravando o estado emocional. No meu caso, aos 32 anos comecei a ter convulsões, fiz exames neurológicos, dos mais sofisticados na época, nenhuma explicação surgiu. O sofrido é que eu comecei a *me convencer*, como aconteceu com o Rodrigo, que eu era doente. A família e os amigos começam a nos olhar de forma diferente, ou com pena, ou tristes. No trabalho a situação é pior ainda, pois quando, por lei, me submeti a perícia médica, precisei lutar muito para convencê-los de que não era inválida para o trabalho. Em vários momentos me entreguei ao desânimo e a tristeza, mas procurei uma vontade interior e sempre pedi ajuda para o mundo espiritual.

Outro agravante, segui o conselho de amigos de procurar ajuda em alguma casa espiritual, deparei com alguns pais -de - santo, que além de cobrarem caro pela consulta encontravam coisas fantásticas, perseguidores medonhos, assustadores o

que, aos invés de me deixar mais segura por enfrentá-los, me deixavam mais amedrontada e fragilizada. Seguia tomando a medicação e a peregrinação entre neurologistas, psiquiatras, milagreiros caros e conselhos do padre católico que me indicou resignação e oração, (deste último segui somente a segunda orientação, a oração, mas não a resignação, pois não me considerava doente, somente fragilizada). A recomendação médica, preocupada com minha segurança física, era de que eu não poderia andar sozinha, não nadar, não dirigir, não beber sequer um copo de vinho, enfim uma lista de *nãos*. Mas meu problema não era só físico. Comecei então a lembrar que desde criança tinha pressentimentos, por várias vezes quando alguém estava doente, ou quando alguém iria morrer, sofria sem saber bem como agir. Bem, quando as convulsões começaram já tinha duas filhas e este fato me fortaleceu a querer viver. Durante alguns anos continuei nessa situação de desequilíbrio, nervosa, instável e de vez em quando voltavam as convulsões para meu desespero, quase sempre durante a noite, enquanto dormia, o que me causou medo de dormir. Raramente acontecia quando eu estava em vigília, o que me salvou a vida de algum acidente físico de maior risco, neste ponto os médicos tinham razão

Um certo dia, sentada frente à janela do quarto, tentando me alegrar com o sol que me visitava, avistei uma senhora, bastante idosa caminhando lentamente com uma sacola de compras nas mãos. Naquele instante tive um insight: *Puxa, como posso com a minha idade estar tão frágil, doente, quando uma senhora com aquela idade é útil?* Fiquei emocionada, e decidi que não tomaria mais as medicações, afinal não estavam resolvendo o problema e nenhum mal físico se comprovara. Logo em seguida, num final de semana, eu estava na praia e tive outra convulsão, como sempre, precedida de *dejav'u* (o que já foi visto), considerado pelos neurologistas como uma disfunção cerebral. Na ocasião, um médium vidente, casualmente passou por mim e começou a conversar comigo em outra língua que não o português, e eu, embora desacordada conversei. Só lembro de ouvi-lo me dizendo: “Guria, precisas urgente fazer um atendimento espiritual”. Segui o seu conselho, e após vários atendimentos, por um grupo de Umbanda, iniciei a trabalhar como médium. À medida que trabalhava, fui sentindo segurança, identificando fugas de energia, vibrações prejudiciais, desequilíbrios causados pelos meus pensamentos e também aprendendo a usufruir as situações positivas.

Comecei a me dar conta que poucas horas antes de ir trabalhar como médium sempre aconteciam fatos que me desequilibravam, por exemplo, lâmpadas

estouravam, aparelhos elétricos, e o carro, mesmo com bateria nova apresentava problemas, alguma criança se machucava, recebia algum telefonema desagradável, recebia visitas, enfim fatos que me desestimulavam a sair de casa. Muitas vezes tive vontade de *largar* tudo, mas as próprias crianças me alertavam de que eu deveria ir ao centro espírita. Então, comecei a perceber a importância da disciplina também na espiritualidade, o que gerou mais confiança. Aprendi a pedir auxílio para o grupo espiritual, e de certa forma, a identificar o que era espiritual e o que era psicológico, e hoje continuo aprendendo a descobrir facetas de um grande Mistério que é a vida, sem sectarismo, fugindo a preconceitos, a superstições, tentando encontrar caminhos que fortaleçam a capacidade humana e a fé na Grande Criação Cósmica.

Este depoimento pessoal, certamente me coloca na vivência de forma inteira, despojada, intensificando minha responsabilidade por sentir-me conectada como o outro.

São muitos os questionamentos que posso fazer a partir desses fatos, Ken Wilber se refere ao surto esquizofrênico, não da esquizofrenia crônica, que deixa a pessoa com um “falso eu” dissociado do corpo. Mas, esclarece sobre o assunto:

[...] é que ele é uma verdadeira regressão a serviço do ego, seguida por uma evolução gradual para um ego mais saudável. Ele também pode deixar profundos *insights* na pessoa, no novo ego. Em geral, contudo, esse movimento não é desejado e acontece contra a vontade da pessoa, privando-a do acesso às estruturas da lógica, da sintaxe, da afiliação e do ego. E a pessoa não sai do surto - sejam quais forem as conseqüências - nem iluminada nem dotada da consciência da verdadeira unidade. (2004, p.181).

O diagnóstico que eu recebi não se referia a surto, mas coloco as palavras de Wilber como forma de reflexão para tantos fatos que ocorrem com algumas pessoas que nos procuram por problemas dessa natureza e que ainda não foram esclarecidos. É um assunto complexo, e quando me refiro ao *atendimento espiritual*, reconheço que é preciso ter claro a complexidade da nossa composição humana.

Segundo Azevedo:

Sabe-se, no entanto, que este sentido especial, quando não disciplinado, pode causar grandes perturbações psíquicas (conduta anormal, sensibilidade exagerada, temores, angústia, mania de perseguição etc.) podendo levar à desorganização completa da personalidade, caracterizando quadros clássicos de psicose.

Este perigo tem explicação. O médium é, antes de tudo, um sensitivo: indivíduo apto a captar energias radiantes de diversos padrões vibratórios, do mundo psíquico que nos cerca. Se não se **desligar** dessas emissões em sua via normal, acabará por sofrer sucessivos choques e desgastes energéticos que esgotarão seu sistema nervoso, com graves conseqüências para seu equilíbrio psíquico. (1999, p. 214).

Portanto, agregar conhecimentos de diferentes áreas de estudo sob um olhar crítico é extremamente necessário para que haja um debate profundo e esclarecedor sobre tantos temas ainda desconsiderados no meio acadêmico. A visão de ser integral de Wilber me parece contemplar questões que estão de comum acordo com o Jogo Estésico e com a Apometria. As diferentes dimensões trabalhadas em ambos, numa profunda busca pela evolução humana, se fazem pelo sentir, se expressar, se comunicar e ter a chance de reformular. Muito há para ser estudado e conhecido sobre as dimensões do ser humano, e sobre a evolução de que tratam as questões da educação e da espiritualidade.

Recordo as palavras de Ariano Suassuna (1959) pela Personagem Compadecida:

A personagem Compadecida:

[...] Já com esses dois a acusação é pelo outro lado. É verdade que eles praticaram atos vergonhosos, mas é preciso levar em conta a pobre e triste condição do homem. A carne implica todas essas coisas turvas e mesquinhas. Quase tudo o que eles faziam era por medo. Eu conheço isso, porque convivi com os homens: começam com medo, coitados, e terminam por fazer o que não presta, quase sem querer. É medo. (1959, p. 175).

### 3 - (IN)CONCLUSÕES

Ao encaminhar a síntese deste trabalho para fins acadêmicos, não estou considerando a educação do ser integral exclusividade do teatro, nem tampouco da Apometria. Sigo apenas o caminho no qual tenho trilhado e adquirido experiência. Tenho convicção da importância da escola, como um todo, voltar-se para a educação integral, onde os professores em conjunto percorram novos caminhos e questionamentos. Confio que a escola continuará a ser um espaço primordial para o desenvolvimento do ser humano, embora haja necessidade de profundas transformações em todos os campos de conhecimento. Acredito que seja no convívio, encarando nossas alegrias e frustrações, avaliando nossas emoções e suas implicações com o *outro* que encontraremos a possibilidade de transcendermos na construção de saberes e conhecimentos que qualificam a vida em todos os planos.

Os relatos de alguns alunos expressam as *boas recordações* da infância, época em que as expressões corporais são espontâneas, onde o gesto flui naturalmente, integrado com o ser, ainda não desvinculado e apenas como consequência do mental. Proporcionar este tipo de vivência pode resgatar a intimidade com o nosso corpo e o prazer de mantê-lo consciente. Esta oportunidade de sensibilização para seu próprio corpo, para si mesmo, é como um ponto de partida de novas leituras do mundo circundante e do espaço que este corpo ocupa neste mundo.

Gostaria que esta pesquisa provocasse reflexões e discussões que possam encaminhar transformações na formação dos professores, que pudesse interferir de forma positiva, que pudesse proporcionar um desafio para que cada um possa superar a si mesmo. Que o professor ao tomar conhecimento destas reflexões, seja estimulado a criar um ambiente em sala de aula que favoreça a todo e a qualquer aluno, independente de sua crença, sua cultura, sua raça, seu sexo, sua origem e que se permita sentir que estamos *conectados* por redes maiores do que todos esses fatores unicamente terrestres, procurando nas suas vivências e ações mostrar

que motivos mais amplos unem a todos os seres humanos, através da lei do amor que é universal.

Ao propor vivências pelo Jogo Estésico, acreditei estar facilitando um exemplo de currículo escolar possível de indicar novos caminhos para a expansão da consciência, vislumbrando uma evolução em diferentes estágios dentro de uma concepção integral.

Embora a seleção das atividades tenha sido importante, o mais relevante é o clima reinante na aula, o acolhimento por parte do professor e por parte de cada um e do grupo como um todo. O clima de confiança faz parte do processo de comunicação nesse tipo de trabalho. Procurar perceber a cada aluno e, sentir sua presença facilitando para que este se sinta *fazendo parte* do grupo.

E, ao trazer as vivências na Apometria, tive a intenção de propor experiências com diferentes dimensões do ser humano, ressaltando a responsabilidade de cada um por sua trajetória e transcendência. Procurei alertar para a existência de percepções que estão além dos cinco sentidos, e de que é possível aprender a atuar nesses campos mais sutis. Muitos conceitos haverão de ser reformulados, à luz da pesquisa e da prática, e muito há a se desvelar, pois o desconhecido sobre a dimensão espiritual do ser humano certamente fará parte das pesquisas acadêmicas, em breve tempo. Que possamos explorar a expansão da consciência, valorizando ainda mais o grande mistério da vida, ainda tão pouco conhecido e contemplado na construção do conhecimento *do e para o* próprio indivíduo. Espero poder trabalhar no campo da arte em dimensões da consciência humana muito além dos cinco sentidos, e através desta sensibilização usufruir com maior profundidade do nosso cotidiano. Cuidar da educação integral pode parecer tarefa árdua e, certamente, muitos de nós nos sentimos mais à vontade em uma das dimensões que compõem o ser humano, embora todas estejam sempre presentes, mas manter um *equilíbrio* em todas pode ser um caminho a ser perseguido. Alguns animais nos *ensinam* que é possível usufruir a capacidade de flexibilidade como o camaleão, por exemplo, que utiliza uma cor diferente conforme a necessidade de cada momento.

Há, também, uma preocupação com o termo *espiritualidade*, pois não gostaria de percebê-lo fechado, restrito, atrelado a religiões, visto que descobertas científicas esclareceram e desmistificaram inúmeras crenças, e o fato de se aspirar a um *ser transcendente* não contraria a ciência, mas pelo contrário, impulsiona toda busca de

construção de conhecimento em todos os níveis e campos que compõem o ser humano.

Nesta etapa de encerramento da pesquisa situo-me como um intérprete das vivências, na condição de observador e observado, espaço onde indiquei e segui direções, onde criei e alterei conceitos, onde quebrei meus pré-conceitos, e tentei facilitar para que os outros participantes também tornassem esses momentos de vivência, significativos.

Ao considerar o espaço acadêmico como uma oportunidade de troca e crescimento, certifiquei-me, embora com certos obstáculos, do quão prazeroso podemos tornar nossas atividades se despojados de *amarras* que nos frustram de usufruir novas perspectivas e novas formas de encarar a aprendizagem.

Contemplando o ser integral, ao contrário de negar esta ou aquela linha de pensamento, fazemos um esforço de agregar, de somar o conhecimento de tantos pesquisadores que dedicaram suas vidas ao estudo do ser humano. Acredito que possa ser uma forma de agradecer e validar toda contribuição dos antepassados e de nos inserirmos nesta busca para desvendar um pouquinho mais de nossas existências, no sentido de crença por uma humanidade mais realizada, mais afetiva, mais solidária. Adquiri também neste percurso, maior consciência de quão pequeninos e efêmeros somos perante o tempo e o espaço do infinito universo, procurando ser mais humilde ao encarar as formas de pensamento diversas e contrárias à minha maneira de perceber o mundo. Exercitando a compreensão pelos nossos próprios descaminhos passamos a encarar os acertos e enganos do outro como *tentativas de acerto*, fazendo do meio acadêmico, e da própria vida um lugar de profunda oportunidade de crescimento e evolução. Talvez façamos nossas jornadas mais encantadoras, repletas de descobertas, onde se possam vislumbrar estrelas e arco-íris, borboletas azuis e esperanças vestidas de crianças, vislumbrando a harmonia de uma verdadeira conexão com o Universo.

Quando tantos setores da nossa sociedade brasileira atual clamam a urgente necessidade de resgatarmos valores éticos, fica evidente que os movimentos sociais são fundamentais, mas que só surtirão efeitos efetivos se os movimentos internos e pessoais estiverem atrelados à estes. E creio que o espaço da educação possa ser valioso para trabalharmos esses aspectos internos e externos. Como seres humanos de um novo século, estamos cientes de que alguns rumos que a humanidade tomou

precisam ser desviados, que as conquistas baseadas somente na racionalidade, no lucro e no resultado imediato, desconsiderando o respeito pelo outro e pela natureza está nos colocando num *beco estreito*, onde as desigualdades sociais, os desastres ecológicos, as drogas e a depressão psíquica nos cercam cada vez mais. Como uma possibilidade de novos rumos, vejo uma educação voltada com maior ênfase, ao sensível, numa escala crescente de expansão da consciência, vislumbrando um ser integral. Minha pesquisa procurou alertar para esta urgência de atuação do sensível na formação dos professores, e espero assim contribuir para uma escola mais lúdica, afetiva e consistente.

Pretendo continuar pesquisando o caminho com o coração aberto sobre a vida e sobre a transcendência do ser humano, com o firme propósito de reafirmar a capacidade do seu livre arbítrio, e da profunda responsabilidade de cada ser pela sua trajetória, conectado a uma rede maior e entrelaçado num grande sistema harmonioso.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMARAL, Maria Nazaré de Camargo P. **Dilthey: um conceito de vida e uma pedagogia**. São Paulo: Perspectiva – EDUSP, 1987.

ANDRADE, Carlos Drummond. **Obra poética de Carlos Drummond de Andrade**. Rio de Janeiro: José Olympio, 1983.

AZEVEDO, José Lacerda. **Espírito/matéria: novos horizontes para a Medicina**. Porto Alegre: Pallotti, 1999.

\_\_\_\_\_. **Energia e Espírito**. Teoria e Prática da Apometria. Caxias do Sul: UCS, 2004.

BERTRAND, Yves. **Teorias contemporâneas da educação**. Lisboa: Instituto Piaget, 1991.

BLOOM, Harold. **Shakespeare: a invenção do humano**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

BONFITTO, Matteo. **O ator compositor: as ações físicas como eixo: de Stanislávski a Barba**. São Paulo: Perspectiva, 2002.

BUCHBINDER, Mario J. **A poética do desmascaramento: a invenção da cura**. São Paulo: Agora, 1996.

CAPRA, Fritjof. **O ponto de mutação: a ciência, a sociedade e cultura emergente**. São Paulo: Cultrix, 1982.

CAUQUELIN, Anne. **Teorias da Arte**. São Paulo: Martins, 2005.

CHACRA, Sandra. **Natureza e sentido da improvisação teatral**. São Paulo: Perspectiva, 1983.

COURTNEY, Richard. **Jogo, teatro e pensamento**. São Paulo: Perspectiva, 1980.

DAMÁSIO, Antonio R. **O erro de Descartes. Emoção, razão e o cérebro humano**. São Paulo. Companhia das Letras, 1996.

\_\_\_\_\_. **O mistério da consciência: Do corpo das emoções ao conhecimento de si**. São Paulo: Schwarcz, 2000.

DAWKINS, Richard. **Desvendando o arco-íris**. São Paulo: Schwarcz Ltda. 1998.

DELORS, Jaques et ali. **Educação, um tesouro a descobrir**. Relatório da Unesco. Lisboa: ASA, 1996.

DIAS, Miriam Benigna Lessa. **O jogo teatral como uma possibilidade na formação do professor.** Dissertação de Mestrado em Educação – PUCRS, Faculdade de Educação. Porto Alegre, 2000.

DUARTE JÚNIOR, João Francisco. **O sentido dos sentidos: a educação do sensível.** Curitiba: Criar Ltda. 2001.

FERAUDY, Roger. **Umbanda, essa Desconhecida.** São Paulo: Editora do Conhecimento, 2004.

GARDNER, Howard. **Inteligências múltiplas – a teoria na prática.** Porto Alegre: Artmed, 1995.

\_\_\_\_\_. **As artes e o desenvolvimento humano.** Porto Alegre: Artmed, 1997.

\_\_\_\_\_. **Inteligência – múltiplas perspectivas.** Porto Alegre: Artmed, 1998.

GREIMAS, Algirdas Julien. **Da Imperfeição.** São Paulo: Hacker Editores, 2002.

HUIZINGA, Johan. **Homo Ludens: o jogo como elemento da cultura.** São Paulo: Perspectiva, 1996.

JARITONSKY, Perla. GIANNI, Carlos. **El lenguaje corporal del niño preescolar.** Buenos Aires: Ricordi, 1978.

KOUDELA, Ingrid Dormien. **Jogos teatrais.** São Paulo: Perspectiva, 1992.

\_\_\_\_\_. **Texto e jogo.** São Paulo: Perspectiva, 1996.

LAROUSSE CULTURAL. Enciclopédia. São Paulo: Universo Ltda., 1990.

MICHELAZZO, José Carlos. **Do um como princípio ao dois como unidade: Heidegger e a reconstrução ontológica do real.** São Paulo: FAPESP, 1999.

MINDELL, Arnold. **O corpo onírico.** São Paulo: Summus, 1989.

MERLEAU- PONTY. **Fenomenologia da percepção.** São Paulo: Martins Fontes, 2006.

\_\_\_\_\_. **O visível e o invisível.** São Paulo: Perspectiva, 1999.

OLIVEIRA, Ana Cláudia Mei Alves de. Landowski, Eric. **Do inteligível ao sensível.** São Paulo: EDUC, 1995.

OSTROWER, Fayga. **Criatividade e processo de criação.** Petrópolis: Vozes, 1978.

PASTORINO, C. TORRES. Técnica da Mediunidade. Rio de Janeiro: Sabedoria, 1970.

PORCHER, Louis. **Educação artística - luxo ou necessidade?** São Paulo: Summus, 1982.

SPOLIN, Viola. **Improvisação para o teatro.** São Paulo: Perspectiva, 1998.

SCHUBACK, Márcia Sá Cavalcante. **Para ler os medievais:** ensaio de hermenêutica imaginativa. Petrópolis: Vozes, 2000.

SUASSUNA, Ariano. **Auto da Compadecida.** Rio de Janeiro: Agir, 1959.

WILBER, Ken. **A consciência sem fronteiras.** São Paulo: Cultrix, 2001.

\_\_\_\_\_. **O paradigma holográfico e outros Paradoxos.** São Paulo: Cultrix, 1995.

\_\_\_\_\_. **O olho do espírito:** Uma visão Integral para um mundo que ficou ligeiramente louco. São Paulo: Cultrix, 2005.

\_\_\_\_\_. **O projeto Atman:** Uma visão transpessoal do desenvolvimento humano. São Paulo: Cultrix, 2004.

\_\_\_\_\_. **Um Deus social.** São Paulo: Cultrix, 1993.