

IBF - INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION

**ESCOLA DE BIODANZA SISTEMA ROLANDO TORO DE PORTUGAL
CURSO DE FORMAÇÃO DE FACILITADORES DE BIODANZA
TURMA IV LISBOA (2011-2014)**



BIODANZA - UMA PEDAGOGIA DO CUIDADO

por

ANA CARINA ROMÃO

Março 2018

Orientador:
Cristiano Martins - Facilitador Didacta (POR 1019)

**LISBOA
2018**

Monografia apresentada como requisito para a obtenção do título de Facilitadora de Biodanza na Escola de Biodanza Sistema Rolando Toro de Portugal.

Monografia validada em _____ de _____.

(nome completo do facilitador)

Mesa de Validação:

António Sarpe
(Facilitador Didacta, Director da Escola de Biodanza Sistema Rolando Toro de Portugal - Lisboa)

Vasco Fretes
(Facilitador Didacta POR 1427)

Fernanda Pinto
(Facilitadora Didacta POR 1430)

*É urgente o amor
É urgente um barco no mar*

*É urgente destruir certas palavras,
ódio, solidão e crueldade,
alguns lamentos, muitas espadas.*

*É urgente inventar alegria,
multiplicar os beijos, as searas,
é urgente descobrir rosas e rios
e manhãs claras.*

*Cai o silêncio nos ombros e a luz
impura, até doer.
É urgente o amor, é urgente
permanecer.*

ÍNDICE

RESUMO 1

ABSTRACT 2

1. INTRODUÇÃO 2

1.1) Partilha pessoal sobre a Biodanza 2

1.2) Apresentação do trabalho 3

2. O CUIDADO - NATUREZA ESSENCIAL DO SER HUMANO 5

2.1) Dimensão etimológica e semântica 5

2.2) Dimensão arquetípica: Mito do Cuidado e a criação do Humano 7

2.3) Dimensão ontológica: o ser-no-mundo e o ser-cura 10

2.4) Dimensão biológica - o amor como fenómeno biológico 15

2.5) Dimensão histórica: cultura matrística e cultura patriarcal 18

3. A CRISE DO CUIDADO 24

3.1) Civilização enferma/fragmentada 24

3.2) Dissociação do modo de ser-no-mundo: trabalho vs. cuidado 27

4. O NOVO ETHOS 30

4.1) O Resgate do modo-de-ser-cuidado. Sentio Ergo Sum. 31

4.2) Nova etapa evolutiva: Humano-Terra 32

5. A BIODANZA - UMA PEDAGOGIA DO CUIDADO 34

5.1) Novo ethos: O Princípio Biocêntrico e o Cuidado da Vida 36

5.2) A vivência - A metodologia de transformação 38

5.2.1) Vivência como referencial existencial 38

5.2.2) Vivência como experiência total 39

5.2.3) Vivência - despertar o sentir 40

5.3) A Construção do Humano Biocêntrico 41

5.3.1) Integração da Identidade 41

5.3.2) Integração Afectiva 46

6. CONCLUSÃO 51

7. BIBLIOGRAFIA 54

RESUMO

Esta monografia vai debruçar-se sobre a importância do Cuidado como natureza essencial do Ser Humano, apresentando as várias dimensões - semântica, arquetípica, ontológica, biológica e histórica - em que este se manifesta na existência humana. A crise do Cuidado - visível na crescente destruição dos recursos planetários, na extinção das espécies, na disseminação de conflitos sociais e 'raciais', e no desenvolvimento de cada vez mais patologias físicas e psicológicas no indivíduo - chega mesmo a confrontar o Ser Humano com a urgente necessidade de resgatar aquele modo de ser primordial ou com a crescente possibilidade de extinção. A Biodanza é aqui apresentada como uma pedagogia do Cuidado que resgata o vínculo primordial e afectivo que une o Ser Humano a si mesmo, aos demais, *à Natureza e ao Todo*. *Uma reflexão do modelo teórico vai centrar-se no novo ethos biocêntrico que relembra a Vida como princípio organizador e o Amor/Afectividade como a linguagem natural e integradora do Ser Humano nas suas relações*. Esta reaprendizagem possibilitará ao Ser Humano reorganizar e promover cada vez mais uma existência saudável, feliz e próspera integrada com toda a Criação.

Palavras-chave: Biodanza, Cuidado, Pedagogia, Identidade humana.

ABSTRACT

This study is about the importance of Care as an essential nature of human being, presenting several dimensions - semantics, archetypal, ontological, biological and historical - in which it manifests in human existence. The Care crisis, visible in the destruction of planetary resources, species extinction, dissemination of social and racial conflicts and in the development of more and more physical and psychological pathologies in the individual, comes to confront the Human Being with the urgent need to rescue that primordial way of being or with the increasing possibility of extinction. Biodanza is presented as a pedagogy of care that rescues the primordial and affective bond that binds the Human Being to himself, to others, to Nature and to the Universe. A reflection of the theoretical model will focus on the new biocentric *ethos* that recalls Life as an organizing principle and Love / Affectivity as the natural and integrative language of the Human Being. These relearning will enable the Human Being to reorganize and promote more and more a healthy, happy and prosperous existence integrated with all Creation.

Keywords: Biodanza, Care, Pedagogy, Human identity.

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho surgiu de uma vontade de poder contribuir para uma visão da Biodanza que possa dar um sentido de missão, quer para quem facilita, quer para quem dança.

1.1) Partilha pessoal sobre a Biodanza

Eu sou uma pessoa de missões, faço o que me apaixona, o que me desafia a crescer e foi isso, que me foi impulsionando toda a minha vida. A Biodanza entrou na minha vida em 2009, quando eu já desejava mais de mim, das relações, do trabalho, das pessoas, da sociedade. É uma sensação de que há algo maior para ser, algo maior para construir, algo maior para alcançar. E na verdade, desde então que danço, e vou descobrindo o que me (co)move, literal e existencialmente. A Biodanza entrou e a minha vida foi mudando e eu também. Tornei-me mais eu - o que quer que isso queira dizer, é sobretudo uma sensação interna - mais em mim e de mim, mais autêntica, mais corajosa, mais ousada, mais e mais e mais... vida. Mudei de relação, de relações, de casa, de emprego, de hábitos, de sonhos... renovei-me. Sinto que sou cada vez mais eu, a ser, a sentir e a fazer o que me preenche, o que me dá gozo, o que me ilumina. Sei que isto também, foi fruto da Biodanza e das aprendizagens que fui e vou fazendo com ela - digo-o num tom íntimo e afectivo como se de uma boa amiga se tratasse. É uma potência de aprendizagem, transformadora e consistente, porque vem de um sítio de mim muito profundo e muito inteiro. E isso levou-me a questionar o que a Biodanza teria de especial para criar essa mudança tão real e renovadora. Sentia-me a participar de um mundo em colapso, num mar de gente cansada, dispersa, em sofrimento, num planeta desgastado, poluído, uma existência vazia, de faz de conta, de exigência, de excessos... Via e sentia tudo isso e comecei a dançar - e quando danço, sinto a vida, comovo-me, reencontro-me, encontro o outro, a alegria, o amor, a força, a inocência, o êxtase, o infinito... - e depois, eis que ousei ser a dança num mundo que não dançava, e fui dançando e dançando, e o mundo afinal dança! O amor junta-se, aos amigos, à casa, à paixão, ao propósito, ao trabalho, aos sonhos, aos projectos, à realização... e a vida reconstrói-se e eu sou mais eu e à minha volta tudo se vai tornando si próprio. Eu mudo, tudo muda,

o mundo muda, a vida muda. Vivo-me em felicidade e desejo espalhar esta aprendizagem com o mundo! A experiência de facilitar um grupo de Biodanza desde 2014, permitiu-me o privilégio de acompanhar processos de florescimento de mundos cinzentos em mundos belos e renovados. A Biodanza funciona. Eu vi, senti e sei, em mim e em todos os que se entregam à dança. Mas tudo isso vem de um impulso interno de querer mais, de sentir mais, por mim, para mim, pelos outros, para os outros, pelo planeta, para o planeta. É uma força que me move desde o coração, a tomar as diligências necessárias para melhorar quem eu sou e o que me rodeia. É a força do cuidado que me leva à cura e à transformação. E desde um espaço interno profundo, quase uma memória difusa, nostálgica, que me acompanha desde que me lembro de mim e que fui esquecendo, e que me foi chamando, e quando atendi ao chamado através da dança, renasci. E aqui estou, convidando-nos a sermos cuidadores juntos, por nós, por todos os seres, pelo planeta, pela vida e pelo futuro!

1.2) Apresentação do trabalho

Aqui chegamos à escolha e desenvolvimento do tema do cuidado. Em tempos desafiantes em que há notícias de guerras, de doenças, de exploração do planeta, de escassez de recursos, de injustiças sociais, de políticas desumanizadas e de solidão. Pareceu-me pertinente relembrar a responsabilidade que todos e cada um, partilhamos na construção deste mundo, desde um sentimento, não de exigência, mas de nostalgia de desejo de regressarmos juntos ao Amor, à Conciliação, à Felicidade, à Existência Pura. Despertar essa Inocência e Empatia que existe em cada um de nós e que com a alquimia da dança se traduzem em actos, propósitos, relações e sonhos concretos.

A primeira parte deste trabalho debruça-se por isso, sobre a natureza do cuidado e assim, relembrar que faz parte da natureza humana que é o mesmo que dizer, que é o que nos torna humanos. Então, é uma forma de nos/vos convidar à essência original e a relembrar quem realmente somos: Humanos.

A segunda parte fala-nos do esquecimento e distanciamento dessa natureza da Essência. A consequência é a decadência do mundo mas também do modo de viver e de ser. Fala-nos de uma mudança do modo-de-ser-cuidado original para o

modo-de-ser-trabalho que torna o Humano num ser esvaziado, cansado, alienado e doente, que contamina tudo à sua volta.

A terceira remete-nos para o momento da escolha. O Humano é convidado a mudar o seu comportamento, os seus valores, a sua cultura, ou a caminhar em direcção ao fim, seja dos recursos de subsistência e do meio ambiente, seja da sua própria Essência e da Existência. Há esperança e é tempo, por isso, de alcançar uma nova etapa de consciência mais responsável, integrada e sistémica que agrega os Humanos, todos os seres e elementos com quem partilham a existência e o próprio planeta que os acolhe. É tempo do Humano-Terra.

A quarta parte corresponde à apresentação da Biodanza como uma pedagogia do cuidado. Para além de reajustar o referencial da existência humana para a Vida, criando um *ethos* que o move numa ação no mundo mais concertada e integrada. A Biodanza traz a proposta inovadora de conciliar a aprendizagem cognitiva à afectiva e desse modo, provocar uma real transformação, de dentro para fora, do Humano que dança. A missão da Biodanza é a construção do Humano Biocêntrico. E não será por ventura que se fala de construção - é uma construção porque se trata de um processo contínuo, com diferentes fases de integração, no qual interagem inúmeros elementos estruturantes (como a dança, a música, as pessoas, as vivências, etc.) e com uma componente criativa de se descobrir quem se É. O Humano Biocêntrico sabe-se em construção contínua de si, em interação com os outros, num processo sério e sensível de se revelar, de procurar novas soluções, de cooperar, de ser mais e melhor. Possui a consciência de que a vida o habita, está em toda a parte e que o liga às pedras, à chuva, aos pássaros, ao sol, ao universo. E (co)movido por se saber parte do todo vivente, se doa ao mundo, aos outros, às instituições porque sabe que está a cuidar de si mesmo e da Vida como um Todo. O Humano Biocêntrico, não deixa a Vida passar pela sua existência, mas a sua existência É a Vida. A Biodanza é então, motor de transformação individual, social e planetária, pois estimula o Humano a fazer o caminho de volta a si, ao cuidado. Ora vamos daí, fazer o caminho de volta!

2. O CUIDADO - NATUREZA ESSENCIAL DO SER HUMANO

2.1) Dimensão etimológica e semântica

Começaremos a nossa reflexão sobre o Cuidado, mergulhando na etimologia da palavra para assim resgatar o seu sentido original profundo¹, mas também agregando todo o campo semântico² no qual se insere, ampliando todas as facetas do seu significado.

A palavra <cuidado> no português actual guarda o sentido original de uma etimologia qualificada por Borges-Duarte³ de ‘inesperada’: a do latim *cogitare*, pensar. Na sua forma transitiva <cuidar> é pensar - <atender a, reflectir sobre, preocupar-se com, ter cautela com>. Pelo que aquele autor chega mesmo a propor que <ter cuidado> requer diligência e cautela - “é pensar sentindo” - e <cuidar> “é neste sentido, uma forma activa e pensante de estar ocupado no mundo da vida”.

Todavia, em latim tudo isto se diz/traduz por meio de duas palavras de distinta raiz: *cura* e *sollicitudo*. A primeira, sem perder a significação originária, evoluiu nas línguas peninsulares para uma acepção predominantemente restringida ao âmbito da saúde: curar é <sanar, restabelecer a saúde perdida>. Aqui o cunho terminológico de <cura> especializou-se então operatorialmente, o que não acontecia no latim clássico. Este termo provém originalmente de *quaero* (procurar), integrando o sentido de <procurar com empenho alguma coisa> e sendo utilizado num contexto mais vasto: desde o mais geral de cuidado, aos matizes de aflição, moléstia, solicitude e até gestão ou administração (*cura terem publicarum*) e culto (*cura deorum*)⁴.

¹ Etimologia (vem do grego antigo *étymos*, verdadeiro e *logos*, ciência) é a parte da gramática que trata da história ou origem das palavras e da explicação do significado de palavras através da análise dos elementos que as constituem (ALMEIDA E COSTA, J.; SAMPAIO E MELO (1995).

² Semântica (vem do grego *sēmantiká*, derivado de *sema*, sinal), é o estudo do significado das palavras, frases e símbolos.

³ BORGES-DUARTE, p. 117.

⁴ Ainda hoje se conhece, ainda que na maior parte dos casos seja um termo arcaico, o uso linguístico de <curador> para aquele que tem o encargo de cuidar ou administrar algo ou <cura> para o pároco que cuida dos fiéis.

A segunda, por sua vez emprega-se de forma mais precisa: é <cuidado> no sentido de <estar movido> (*citius, ciere, mover*) ou <comovido por inteiro> (*sollus*), o que significa <sentir inquietude, moléstia, pena por algo ou alguém>. Borges-Duarte conclui que em *cura* parece predominar o <mover-se numa certa direção> e em *sollitudo* o <ser movido por> aquilo que nos assalta ou se nos apresenta. Em ambos os casos, o movimento em causa, integra aspectos cognitivos mas também manifesta uma sensibilidade ou afectividade, um estado de comunicação com o que se dá no mundo.

No grego encontramos dois termos principais para estas acepções⁵. O termo *epiméleia* que significa <cuidado de algo ou de alguém> que corresponde à *cura* latina e que está documentada com frequência na filosofia, desde os tempos de Sócrates, inclusive Platão usa-a com frequência desde a “Apologia” para designar o <cuidado de si> e por extensão, o serviço à polis. Como acepção de <preocupação, inquietação> ligada a padecimentos e aflições, o termo *mérimna* era sobretudo utilizado na poesia e na tragédia. Podem ser incluídos neste âmbito, os termos *therapeia* que tinha o duplo sentido de cuidar e curar, significava <servir/tratar com cuidado> tanto no sentido do culto como no sentido de assistência médica; e o termo *episkopos* com uma conotação de <supervisionar com cuidado>.

O termo cuidado (equivalente em Espanhol; *care* em Inglês; *soin* em Francês; *sorge* em Alemão⁶) parece integrar duas significações básicas intimamente ligadas entre si:

“por um lado, o de pensar atento e comovido em outrem ou em si mesmo, esforçando-se por ajudar a que a vida continue em sanidade, e, por outro, sentir a inquieta moléstia de advertir que esse viver quotidiano pode, de algum modo, estar em perigo”⁷.

A filosofia heideggeriana que se irá debruçar profundamente sobre a natureza do cuidado, vai beber desta riqueza de termos e nuances de significados, e destacar o binómio desvelo/solicitude-preocupação/envolvimento como forças que movem o Ser Humano ao longo da sua existência.

⁵ LÓPEZ ALONSO, pp. 48, 55-56, 68, 69, 70.

⁶ BOARDMAN, p. 34.

⁷ BORGES-DUARTE, p.118.

2.2) Dimensão arquetípica: Mito do Cuidado e a criação do Humano

A palavra Mito deriva do grego *Mythos* que se traduz por <palavra>, <narrativa> e que para as sociedades arcaicas constituía uma ‘narrativa verdadeira’ com a função de explicar a realidade de uma forma que acomodasse e tranquilizasse o Humano num mundo desconhecido, fantástico e assustador. O mito conta uma história sagrada, um acontecimento ocorrido no tempo primordial (o tempo fabuloso do Princípio) no qual graças às façanhas dos Entes Sobrenaturais, uma realidade passou a existir, seja ela uma realidade total, como o Cosmos, ou apenas um fragmento, como um ser, um comportamento humano ou uma instituição⁸.

Jung vem resgatar a importância dos mitos para o estudo das manifestações arquetípicas⁹ e assim ter uma melhor compreensão dos processos humanos. O conceito de arquétipo foi criado em 1919, para designar o conjunto de imagens primordiais originadas de uma repetição progressiva de uma mesma experiência durante várias gerações e armazenadas no inconsciente colectivo - este por sua vez, trata-se do conjunto de imagens virtuais comuns a todos os seres humanos armazenadas na camada mais profunda da psique humana. Quando olhamos o mito, estamos então a acessar a informação primordial/originária, transversal e oculta, mas presente na psique colectiva da comunidade humana. O facto de existir um mito que conta sobre o Cuidado e o seu papel na criação do Humano, é deveras indicador do reconhecimento da sua importância para na psique humana e também na sua existência.

Debrucemo-nos então sobre o mito-fábula, reproduzido por Higino em *Fabulae*¹⁰:

«Certo dia, ao atravessar um rio, o **Cuidado <Cura>** viu um terreno de barro. Pensativo, tomou um pouco de barro e começou a **dar-lhe forma**. Enquanto reflectia sobre o que tinha feito, apareceu Júpiter. Cuidado pediu-lhe que lhe **insuflasse espírito**. Júpiter acedeu de bom grado. Quando, porém Cuidado quis dar um nome à criatura que havia moldado, Júpiter proibiu-lho, exigindo que lhe fosse imposto o seu nome. Enquanto Júpiter e o Cuidado discutiam, surgiu a Terra (Tel-

⁸ ELIADE, p. 9.

⁹ JUNG (2000).

¹⁰ No § 42 de *Ser e Tempo*, Heidegger reproduz este texto da colectânea de Higino, *Fabulae* com o n.º 220 (p. 263).

lus). Mas quando também ela quis dar o seu nome à criatura, por ter sido feita de barro, que era um pedaço do seu corpo, começou uma grande discussão. De comum acordo, pediram a Saturno que fizesse de juiz. E ele tomou a seguinte decisão, que pareceu justa: Júpiter, porque lhe deu o espírito, receberá de volta este espírito, por ocasião da morte dessa criatura. A Terra, que lhe deu o corpo, receberá, também de volta o seu corpo, quando a criatura morrer. **Ao Cuidado, porém, que moldou a criatura, ficará esta entregue durante a sua vida.** E uma vez que há entre vós acalorada discussão acerca do nome, decido eu que esta criatura será chamada Homem (homo), isto é, feita de humus, que significa terra fértil».

O mito apresentado conta-nos sobre a origem do Humano e tem como figura central o Cuidado, aqui referido como Cura. Nele, o cuidado é a energia deflagradora do processo criativo e gerador do Ser Humano. É apresentado como uma dimensão ontológica *apriori* do Humano - é anterior ao espírito infundido por Júpiter e ao corpo formado pela Terra. E é quem molda e gera o Humano como composto espírito-corpo projectado numa existência temporal:

“(...) sem ele [o Humano] seria um pedaço de argila à margem do rio ou um espírito angelical desencarnado, fora do tempo histórico”¹¹.

Daqui se percebe que originariamente o Humano é produto de três dimensões que o vão projectar na sua existência tal qual ele a conhece, e que corresponde à intervenção das três outras figuras mitológicas no processo de criação:

- Dimensão transcendente, herdada por Júpiter - representa o Céu, o Divino, o Masculino - que lhe confere o espírito; e que corresponde à perspectiva transcendente da realidade;
- Dimensão material e terrena, herdada por *Tellus* - representa a Terra/Gaia, a Energia nutridora, o Feminino - que lhe confere a matéria/*humus* para formar o corpo; e que corresponde à perspectiva imanente da realidade;
- Dimensão temporal, herdada por Saturno - representa o Tempo, o soberano do Destino - que lhe confere o nome; e que corresponde à perspectiva histórica/cronológica da realidade.

¹¹ BOFF, p. 52

Ontologicamente, o Humano constrói-se da tensão entre duas polaridades: a imanência da Terra e o impulso para o Céu (Júpiter). Por um lado, a sua materialidade é partilhada pelos elementos da Terra e também a sua subsistência e sustentabilidade é garantida pela mesma. A Terra surge aqui reivindicando a sua mais alta ancestralidade e evocando um tempo histórico em que a Natureza, o mundo físico, era reconhecido como divino e detentor de uma sabedoria própria, profundamente generosa e abundante. Por outro lado, é produto de um processo cósmico, mais antigo, de criação do Universo, do qual todos os elementos serviram de base à criação de toda a diversidade cósmica. Por detrás desse processo existe um princípio organizador, divino, misterioso, que também dota o Humano do mistério da divindade e da essência que o torna singular, criativo, contemplativo, consciente.

O Ser Humano é então, essa tensão entre a necessidade de enraizamento na Terra, a sua casa, e o desejo pelo infinito e o retorno à origem ancestral celeste. Saturno surgirá posteriormente, para mediar estas duas polaridades, como aquele que indica o caminho (destino), que projecta o Humano na existência histórico-temporal e cria na essência humana o princípio da utopia, ou seja, o desejo de unir céu-terra para assim trazer a dimensão céu na dimensão terra nos limites estreitos da sua existência pessoal e colectiva. O Humano passa assim a construir a sua existência no tempo e aí viver a tensão da utopia que o convida a olhar para a frente e para cima, com a história real que o obriga a buscar mediações, dar passos concretos, escolher a direcção, gerir ciladas e oportunidades:

“É na história, construída na força da utopia, que se elabora a síntese entre as exigências da terra e os imperativos do céu. É na história que se cria a oportunidade de uma experiência total de conexão com o Todo (princípio feminino) e ao mesmo tempo de contínua abertura rumo ao infinito (princípio masculino). Em última instância somos um projecto infinito. E o infinito desequilibra qualquer síntese. Ele nos obriga a compreender a nossa condição de sistema aberto, apto a novas incorporações e capaz de novas sintetizações”¹².

A síntese entre céu-terra é realizada pelo cuidado, uma vez que foi por sua iniciativa que torna estas duas dimensões no material de construção do Ser Hu-

¹² BOFF, p. 40.

mano¹³. Desta feita, Saturno atribui-lhe a responsabilidade de zelar pelo Humano ao longo da sua existência, como uma energia primordial que o alimenta ininterruptamente em cada momento na sua jornada histórica. O desafio antropológico existencial que fica aqui mostrado é o de fazer um caminho contínuo de construção de si (ontogénese), sintetizando em si, o céu e a terra, a história e a utopia.

2.3) Dimensão ontológica: o *ser-no-mundo* e o *ser-cura*

Na filosofia de Martin Heidegger, um dos mais originais e influentes filósofos do século XX, o cuidado não é apenas um conceito entre os demais, mas é seu o eixo central, o que o faz ser considerado como o filósofo do cuidado por excelência. O desenvolvimento da sua noção de cuidado deriva de um estudo aprofundado sobre a origem etimológica e semântica da palavra - como aqui foi também apresentada - e do estudo do mito greco-romano do cuidado, cuja narrativa é citada literalmente para justificar o seu pensamento basilar de que o ser humano tem a marca do cuidado em si.

Na obra *Ser e Tempo* publicada em 1927, Heidegger vai apresentar então, a sua ontologia fundamental do ser. O autor vai inspirar-se nas pesquisas ontológicas elaboradas pelos filósofos gregos pré-socráticos para recuperar e compreender o sentido do ser, ou seja, fazer uma elaboração concreta sobre a questão do ser e a sua relação com o cuidado. Pretendia assim criar uma metafísica que superasse os modelos dualistas do pensamento ocidental moderno¹⁴, ou seja, a metafísica devia ser construída a partir da sua origem autêntica: *meta* (além) + *à physiká* (ente natural), o que pressupõe transcender o ente para investigar o

¹³ BOFF, p. 30.

¹⁴ Os modelos filosóficos dualistas eram: o **realismo** [objecto-coisa] que defendia que se eliminarmos o sujeito ou consciência, restam as coisas em si mesmas, a realidade verdadeira, o ser em si; e o **idealismo** [sujeito-consciência] que dizia que se eliminarmos as coisas, resta a consciência ou o sujeito que por meio das operações do conhecimento revela a realidade, o objecto. Para Heidegger estas posições estavam equivocadas porque por um lado, se eliminarmos a consciência não sobra nada, as coisas existem para nós para uma consciência que as percebe, imagina e transforma; e por outro, se eliminarmos as coisas também não resta nada, pois não podemos viver sem o mundo nem fora dele, não somos criadores do mundo mas sim seus habitantes. O modelo filosófico que supera estas perspectivas é o **existencialismo**, no qual o sujeito humano não é meramente um ser pensante mas um ser livre e responsável que se constrói nas suas acções, sentimentos e vivências singulares. A realidade é constituída pela existência do mundo material, natural, ideal, cultural e a nossa existência nele; é um campo formado por seres ou entes diferenciados e relacionados entre si que possuem sentido em si mesmos e que também recebem de nós outros e novos sentidos. Saber sobre este tema, ver KELLER (1972).

ser¹⁵. Assim, a questão filosófica a ser colocada não deveria ser 'O que é o Ser Humano?' - foco da Filosofia Clássica - cuja resposta seria sempre redutora, descritiva, parametrizada, coisificante (do ente), mas sim 'Como é Ser Humano?' e assim introduz uma outra resposta que não se finda, que é aberta (do ser). Desta feita, temos duas dimensões coexistentes e inter-relacionadas de uma nova ontologia¹⁶:

- A dimensão do 'ser', que é a essência, o que existe (ele é), com natureza própria, ontológico, anterior, o estado em potência, que não se explica e que qualquer tentativa de explicação vai reduzi-lo ao ente; é aquilo que fundamenta e ilumina a existência ou os modos de ser;
- A dimensão do 'ente' que significa 'coisa', é o que se explica, descreve, parametriza, etc., a 'casca' que comporta o ser; é a existência em si, a manifestação dos modos de ser.

O Ser Humano é portanto, um 'ente' no qual o 'ser' se manifesta, numa dimensão existencial e temporal, designado por Heidegger de *Dasein* - significa 'ser-aí', também traduzido em português de 'pre-sença'. O *Dasein* funda-se na existência e é lançado no mundo sem que as suas pretensões ou predilecções sejam escutadas. Por um lado, o 'ser-aí' está numa dimensão de constante experiência, num fluxo de expansão, sempre trazendo novas e múltiplas possibilidades, como uma força potencial do ente. Isso significa que é projectado numa linha do tempo, rumo ao futuro, que o impele num fluxo permanente de avanço, como um projecto em decurso, e cuja consciência do fim ('ser-para-a-morte') é determinante para a concretização das potencialidades de 'poder-ser'. A experiência humana não se consegue explicar ou findar e qualquer tentativa de fazer isso reduz o ser ao ente, 'coisificando' esse ser; a única coisa que finda a experiência é a morte. Por outro lado, o 'ser-aí' é a própria essência do ser que se manifesta num poder único de se abrir ao mundo - diga-se das experiências vitais, das conjunturas - como um 'ser-no-mundo' e numa dialéctica entre o seu mundo interno e o

¹⁵ SALES, p. 564.

¹⁶ Heidegger cria uma concepção ontológico-existencial em que a existência humana é inerente ao mundo - existe uma relação dialéctica entre consciência (ser) e coisa (ente); segundo ele, o mundo da fenomenologia é, sobretudo, o mundo das relações que o Humano estabelece com os outros e com o que o rodeia.

mundo externo, numa predisposição de ‘ser-com’ o mundo e outros entes do mundo.

Neste processo de abertura, o ‘ser-aí’ possui características ontológicas *apriori* de se mostrar e de se dar ao mundo, que são a afectividade (disposição), a compreensão e por último, e ainda mais primordial e transversal, a linguagem:

“[o discurso do mundo] é a palavra do ser e a sua existência reflecte esta linguagem fundamental, ou seja, por meio do discurso torna-se possível compreender a situação do homem no mundo” ¹⁷

Na compreensão do modo de ser do *Dasein*, Heidegger coloca o cuidado (*Sorge*) como elemento central. Para ele, o cuidado é “a totalidade originária do ser do *Dasein*”¹⁸. O que significa que o cuidado é a estrutura ontológica apriorístico-existencial do Ser Humano, ou seja, o cuidado é o modo próprio do Ser Humano. Daqui advém duas formas estruturantes que definem o *Dasein* como ser ‘lançado-no-mundo’: uma o ‘poder-ser’ e outra o ‘ser-com’. A primeira consiste em compreender-se a si mesmo como ser inacabado e desta feita, responsável pelo seu devir, isto é, pelo cumprimento das suas potencialidades de ser. Aqui o elemento fundamental é a ‘consciência’ (*Gewissen*)¹⁹ de que é responsável pela condução do si mesmo do Humano a cumprir as suas possibilidades futuras. Ela constitui a abertura e o apelo, uma vez que o *Dasein* é um ente inacabado, orientado para o ‘por-vir’ do cumprir-se a si mesmo. Esta consciência não é a pura racionalidade, mas uma dimensão afectiva do *Dasein*, relacionada com a capacidade de sentir o que lhe é próprio, de escuta do ‘ser’. Dentro deste contexto, a angústia tem um papel impulsionador da mudança (‘poder-ser’) e é determinante²⁰ na criação de uma responsabilidade do Humano de se tornar a si mesmo ou não, tal como da liberdade em se decidir a ser: “Cabe-lhe decidir-se a ser si mesmo”. Deste modo, o ‘ser’ encontra-se em possibilidade e liberdade de viver de maneira autêntica ou inautêntica. A inautenticidade é analisada por Heidegger como a

¹⁷ HEIDEGGER (1927), p. 205.

¹⁸ HEIDEGGER (1927), p. 20.

¹⁹ Não entendida estritamente como a consciência da fenomenologia - consciência intencional orientada para o conhecimento do fenómeno, aquilo que há e que é dado ao sujeito.

²⁰ HEIDEGGER (1927), p. 214.

descrição de uma vida quotidiana, decorrente de uma facticidade e independente da sua vontade, como uma existência interior impessoal, vivendo de modo indiferente no mundo que o envolve, fechado em si mesmo, alienando-se totalmente da sua principal missão que seria tornar-se a si mesmo - ou seja, como um ser de possibilidades para a cura. A existência autêntica por sua vez, está intimamente relacionada com o Humano desvendar-se como 'ser-de-cura', aquele que o torna o verdadeiro revelador do 'ser'. É o processo interno de escuta e de cuidado de buscar possibilidades de abertura mais abrangentes e originárias dentro da sua própria 'pre-sença'. A angústia, de todos os sentimentos humanos, é o que vai reconduzir o Humano ao encontro da sua totalidade/essência e que o retira da monotonia e da indiferença do quotidiano. Assim, cria um movimento interno de auto-conhecimento das suas dimensões mais profundas e de visualizar novas possibilidades - elevando-se das mesquinharias e do limitado quotidiano - para desse modo, manifestar o seu poder de transcendência sobre o mundo e sobre si mesmo:

*“A perfectio do homem - o chegar a ser isso que ele pode ser no seu ser livre para as suas mais próprias possibilidades (no projecto) - é obra do cuidado. Mas o cuidado determina também com igual originalidade a índole radical deste ente, segundo o qual está entregue ao mundo do qual se ocupa (condição de lançado)”.*²¹

Neste processo de projectar as suas próprias possibilidades no mundo, o Humano passa por um movimento de abertura de um ser solitário para um estar com o outro - movido por esse sentimento de solicitude por outrem que o conduz ao amor e à comunicação directa. Deste modo, gera um sistema de cuidado consigo mesmo e mas também com os outros ao seu redor. Este último aspecto, remete-nos para a segunda forma do 'ser', que é o 'ser-com' , ou seja, integrado num mundo de convivência. Esta comunicação ontológico-existencial com os outros, acontece pelo simples facto de partilharem a existência: cada 'ser' é o mundo junto com o outro, que também é configurador do mundo, o que torna o mundo o 'ser-com' de muitos mundos. O Humano existe como tal, em face de outro Humano e para que seja Humano é preciso que conviva com outros entes e efectue trocas com os seus semelhantes. O que significa que o Humano apenas se conhece

²¹ HEIDEGGER (1927), p. 220.

na relação com o outro. Assim sendo, o ‘ser-com’ é o fundamento da relação eu-tu, cuja essência não é o eu, ou o tu, mas a própria relação de reciprocidade. Por conseguinte, o ‘ser-com’ é mais o fundamento do ‘nós’, não como simples soma, mas como espaço de comum-pertença dos Humanos na medida em que compartilham a existência, o mundo, a história. É o ‘como’ da relação que decide se há ou não uma relação eu-isso ou uma relação onde emerge propriamente o nós:

“A relação com algo ou alguém, na qual eu estou, sou eu. Entretanto, “relação” não deve ser objetivamente entendida aqui no sentido moderno, matemático de relação. A relação existencial não pode ser objetivada. Sua essência fundamental é ser aproximado e deixar-se interessar, um corresponder, uma solicitação, um responder, um responder por base no ser tornado claro em si da relação”²².

É o cuidado ou a sua falta, que determina o ‘como’ da resposta à interpelação do outro, que pode passar pela solicitude e correspondência, manifestadas na disposição, na compreensão e na linguagem para com o outro; ou pela indiferença, pelo isolamento, pela não-transparência que provoca a separação em relação ao outro²³.

Em conclusão, o *Dasein* aqui exposto, tem um sentido ontológico e também ôntico, que passo a explicar. Ser humano significa, por um lado ter cuidados ontológicos - o ‘ser-cura’ que o impele a ter-que-cuidar do sentido do ‘ser’, do sentido da presença no mundo de si mesmo, dos outros e dos entes no seu todo - e por outro lado, ter cuidados ônticos - relativos aos seus próprios modos de estar presente no mundo, bem como aos modos de ‘estar-aí’ dos outros e das feições das coisas. Então, este cuidar não está originariamente no âmbito ético, está baseado num modo existencial de ser - um ‘ter-que-ser’ (*Das zu-sein*) - no mundo consigo mesmo e com os outros²⁴. O ‘ser-cura’ é a forma autêntica do *Dasein* viver no mundo que se revela cheia de cuidado, de zelo, de ansiedade, dirigidos pela dedicação e devoção em ‘ser-aí’ e ‘ser-com’, isto é, em se cumprir:

“Por ser o estar-no-mundo essencialmente cuidado, nas análises precedentes foi possível conceber como ocupação (besorgen) o estar à beira do ente à mão, e

²² Heidegger citado por FERNANDES (2011), P. 168.

²³ FERNANDES (2011), p. 168.

²⁴ “A totalidade de ser do *Dasein* como cuidado quer dizer antecipar-se-a-si-estando-já-em (no mundo) e à beira de (entes que vêm ao encontro dentro do mundo)” (HEIDEGGER (1927), p. 344).

como solicitude (fursorge) o estar com os outros, enquanto coexistência que comparece no mundo.”²⁵

Heidegger não criou propriamente uma ética, ele questiona a própria ideia de que a tarefa de cuidar da presença e dos modos de presença dos entes intramundanos possa ser reduzida a estas ou aquelas práticas virtuosas, ou aos modos de agir racional com respeito a tais ou quais fins. O que nos diz, no essencial, é que temos de manter um espaço no qual ele próprio e os outros Humanos possam existir a partir de si mesmos sem serem ‘objectificados’ - seja pelo quotidiano, seja pela razão - como meras presentidades:

“É o cuidado que torna significativa a vida e a existência humana. Ser-no-mundo é cuidar, é ser cuidadoso. O cuidado é, pois, o estado primordial do ‘ser’, do homem, no seu esforço em adquirir autenticidade, portanto, é o primeiro gesto da existência o horizonte da transcendência. Apesar de cada um ter a sua visão de mundo, esse horizonte é o mesmo para todos.”²⁶

A partir da análise da filosofia heideggeriana, Boff considera que como o cuidado é a maneira do próprio ser se estruturar e dar-se a conhecer no mundo, deverá ser reconhecido como um ‘modo-de-ser’ concreto de como é Ser Humano:

“Sem o cuidado, ele deixa de ser humano. Se não receber cuidado, desde o nascimento até à morte, o ser humano destrutura-se, definha, perde sentido e morre. Se, ao largo da vida, não fizer com cuidado tudo o que empreender, acabará por prejudicar a si mesmo e por destruir o que estiver à sua volta. Por isso o cuidado deve ser entendido na linha de essência humana.”²⁷

2.4) Dimensão biológica - o amor como fenómeno biológico

O biólogo contemporâneo Humberto Maturana mostrou nos seus estudos sobre a *autopoiesis*, vale dizer, sobre a auto-organização da matéria da qual resulta a vida, como o amor surge de dentro do processo evolucionário. Na nature-

²⁵ HEIDEGGER (1927), p. 214.

²⁶ SALES, p. 566.

²⁷ BOFF, p. 13.

za, afirma Maturana, verificam-se dois tipos de acoplamentos dos seres com o meio e entre si: um necessário, ligado à própria sobrevivência e outro espontâneo, vinculado a relações gratuitas, por afinidades electivas e por puro prazer, no fluir do próprio viver. Quando esta última ocorre, em estágios mais primitivos da evolução há bilhões de anos, aí emerge a primeira manifestação do amor como fenómeno cósmico e biológico. Na medida em que o universo se amplia e complexifica, esta conexão espontânea e amorosa tende a incrementar-se. Não será por acaso que a mitologia da Antiguidade, refere Eros (amor) a força que emerge do Caos, definindo e organizando o Universo e a Vida²⁸.

No nível humano, este fenómeno aprofunda-se e complexifica-se na sociabilização: “*O amor é fonte de sociabilização humana, e não o resultado dela.*”²⁹

A partir da análise da evolução hominídea, percebe-se a relação entre as modificações fisiológicas do *Homo Sapiens* e a evolução do vínculo amoroso. Estamos a falar de alterações como a locomoção bípede e a verticalização da postura, o polegar opositor e a complexificação do cérebro. Daqui decorrem um conjunto de alterações importantes:

- Diferenciação do acto sexual e cópula frontal;
- Valorização do rosto, olhar e carícias (complexificação da gestualidade);
- Aprofundamento da erotização do corpo e do contacto;
- Surgimento de ligações sexuais com base psico-afectiva;
- Desenvolvimento como criatura psicológica;
- Desenvolvimento do comportamento típico mãe-filho;
- Criação do núcleo familiar como estrutura base das relações sociais.

Daqui Maturana evidencia a linguagem como um dos factores base da evolução enquanto espécie humana, por favorecer a interacção e o desenvolvimento de relações, ou de interacções, intra e inter espécies. Este processo de comunicação transformou-se em fala que por sua vez, foi aproximando mais indivíduos e complexificando o sistema de comunicação. A linguagem é a base da con-

²⁸ Para Hesíodo Eros é uma divindade primordial, que surgiu logo depois do Caos, no mesmo instante que surgiu Gaia (Terra). Como o amor é fundamental para o princípio de todas as criações, Hesíodo, em sua obra *Teogonia*, põe o nascimento de Eros primeiro que o de todos os outros deuses, ele é filho do próprio Caos, e virá, ao lado da força procriadora de Gaia, harmonizar e povoar o universo.

²⁹ SCHLICHTING citando Maturana, p. 68.

viviabilidade e do surgimento de encontros constantes, cooperativos, dando início ao sistema social. Daqui geram-se atitudes de cooperação, compreensão e amizade que promoveram o que Maturana designa de ‘adesividade biológica’ - procura de união dos elementos do mesmo grupo ou espécie que envolve o prazer, a necessidade de estar junto e directamente, o amor nas suas várias formas.

No decorrer do tempo estas interações possibilitaram o direccionamento das energias básicas de defesa (perda de garras, dentes afiados, etc.) para a evolução cerebral. Esta modificação activa dois processos evolutivos paralelos:

- O aumento da inteligência nas redes de interação, o que cria grupos cada vez mais coesos, efectivando o sistema social do *Homo Sapiens*;
- Os recém-nascidos tornam-se mais dependentes dos adultos, nomeadamente das mães, o que desperta uma relação especial mãe-filho.

No processo de evolução humana, o cuidado maternal torna-se então, primordial para a sobrevivência da espécie. O bebé nasce pré-maduro e a relação de amor com a mãe é determinante para o progresso biológico, fisiológico e psicológico da espécie humana. A infância é um momento de crescimento que também prolonga e aprofunda o vínculo afectivo nos humanos. Nas palavras de Maturana:

*“é o modo de vida homínídeo o que tornou possível a linguagem, e foi o amor, como emoção que constituiu o espaço de acções em que se estabeleceu o modo de viver homínídeo, a emoção central na história evolutiva que deu origem à espécie.”*³⁰

Com base nestes dados pode-se afirmar que sem amor, os seres humanos não formariam vínculos, sem vínculos por sua vez, não formariam os sistemas sociais e sem estes, não haveria socialização genuína dos seres humanos e, por fim, a evolução estaria comprometida. Boff neste contexto, chama a atenção para a sociedade moderna neoliberal, como uma cultura anti-social e destrutiva, baseada em processos de negação do outro, como a competição e a dominação. É preciso restabelecer o amor como convivência e comunhão entre todos para continuar a existir:

³⁰ MATURANA, p. 105.

“o que é especialmente humano no amor, mas o que fazemos enquanto humanos (...); é a nossa maneira particular de viver juntos como seres sociais na linguagem (...), sem amor nós não somos seres sociais”³¹.

2.5) Dimensão histórica: cultura matrística e cultura patriarcal

A biologia humana é, essencialmente, uma biologia cultural. Maturana diz:
*“nós humanos existimos na linguagem, e que todo o ser e todos os afazeres humanos ocorrem no conversar (...) que é o entrelaçamento do emocionar com o linguajar”.*³²

O que caracteriza a cultura humana é a convivência num ambiente linguístico. Os grupos humanos convivem num ambiente definido pelas conversas quotidianas e as palavras, essas, estão em íntima conexão com a emoção que as evoca e que elas expressam. Toda acção humana traduz por isso, uma emoção que a motiva. Mesmo as acções mais automáticas ou repetitivas são oriundas de um estado emocional que as define. Ou seja, a cultura é aqui encarada como linguagem humana de um modo de convivência e que corresponde a um ‘emocionar’ - correspondência acção-emoção - específico. A preservação dessa cultura ocorre através de um discurso transgeracional e tende a estender-se para diferentes domínios da existência (ou do fazer). Maturana quis compreender as condições de vida que tornaram possível a modificação no ‘emocionar’, sob o qual se deu uma mudança cultural histórica relevante na Europa: a transferência de uma cultura originalmente matrística³³ para uma cultura patriarcal. Essa mudança vai ser reflexo da alteração do modo original e ancestral de viver e de se relacionar da comunidade humana, dando origem a um modo hoje, predominantemente patriarcal.

A realidade sobre a cultura matrística pôde ser reconstruída pelo estudo dos restos arqueológicos encontrados na área do Danúbio, nos Balcãs e no Egeu, datados num período entre sete e cinco mil anos antes de Cristo. Sabe-se que se

³¹ BOFF, p. 58.

³² MATURANA, H. & VERDEN-ZOLLEN (2009), p. 11.

³³ “O termo “matrístico” é usado [...] com o propósito de conotar uma situação cultural na qual a mulher tem uma presença mística, que implica a coerência sistêmica acolhedora e liberadora do maternal fora do autoritário e do hierárquico. A palavra “matrístico”, portanto, é o contrário de “matriarcal”, que significa o mesmo que o termo “patriarcal”, numa cultura na qual as mulheres têm o papel dominante.” (MATURANA & VERDEN-ZOLLEN (2009), p. 4)

tratavam de sociedades sedentárias de agricultores e recolectores. Os seus vestígios permitiram reconstruir o seu quotidiano e perceber traços da sua cultura, dos quais explico os aspectos mais relevantes:

- Povoados não fortificados;
- Campos de cultivo e zona de colectas não seccionados; inexistência de propriedade individual no sentido que conhecemos;
- Construção tumular semelhante - não estabelecimento de hierarquias entre túmulos de homens e mulheres e entre os homens ou as mulheres;
- Não utilização de armas como adornos;
- Lugares cerimoniais de culto com sobretudo, figuras femininas;
- Lugar de cerimonial comunitário e cada casa com pequeno lugar de rito;
- Traje similar para homem e mulher;
- Tarefas de cooperação comunitárias - instrumentos, aéreas de trabalho comuns;
- Grande relevo do calendário lunar e dos ritmos da natureza na organização das actividades humanas;
- Representações da deusa como forma de mulher, ou combinação de mulher e homem, ou mulher e animal, como abstracção da natureza e da vida sagradas;
- Baixa relevância de estruturas de controle e de obediência;
- Estética sensual presente na representação do quotidiano e em todos os espectros da actividade humana, desde as tarefas diárias, trabalho, contemplação e ritos;
- Naturalização do corpo e do sexo nas representações - ambos aspectos naturais e sagrados da dimensão humana;

Em termos gerais, estamos a falar de sociedades de organização comunitária. Possuíam uma visão sistémica natural entre todas as coisas e todos os seres, na qual se incluía a comunidade humana, de uma inteligência maior e sagrada que garantia uma abundância harmónica do Todo - corporizada numa deusa de traços predominantemente femininos, como que vestindo o arquétipo de uma grande mãe cuidadora, nutridora e geradora de vida. Daqui se construiria uma sociedade não-agressiva e não-repressiva por natureza, mas sim participativa e inclusiva. O Humano sabia-se pertença e participante da existência, por isso responsável por manter o seu equilíbrio e ordem natural, no largo espectro da sua

actividade quotidiana, quer seja de trabalho, de lazer ou de convívio, quer de cerimônia; todas serviriam com igual propósito a manutenção e o agradecimento por participar nessa natureza harmónica, abundante, bela e sagrada. Assim, os fenómenos de agressão, competição ou conflito seriam pontuais, como que chamadas de atenção para distorções sistémicas, para desequilíbrios na acção produzidos por limitação da percepção humana, que colocariam em perigo toda a existência, e que impunham um regresso à ordem natural das coisas o quanto antes. A existência de uma profunda conexão com os ritmos naturais e com a interpretação dos fenómenos naturais como manifestações sagradas, tornavam a prática dos cultos e cerimoniais numa prática quotidiana com vertentes colectiva e individual, a partir de expressões muito simples - oferendas e representações naturalistas. A participação numa existência sagrada pressupunha uma estética sensual que integrava a experiência do prazer, da sensualidade e da ternura como manifestações transversais e quotidianas da vivência humana.

A arqueologia mostra também que a transformação da cultura matrística europeia ocorreu com a chegada de povos indo-europeus vindos de Leste há cerca de sete-seis mil anos. Originalmente, os povos paleolíticos de cariz matrístico viviam na Europa há mais de 20 mil anos. Parece que algumas comunidades humanas tornaram-se sedentárias, conforme já descrito, e outras seguiram movimentando-se para Leste até à Ásia, seguindo as migrações das manadas de animais silvestres. Nestas últimas comunidades, é a adopção do modo de vida pastoril vai determinar a mudança cultural. O Humano vai criar uma ordem artificial de apropriação (inconsciente) com o estabelecimento de um limite operacional que impedia outros animais caçadores de terem acesso natural ao seu alimento (manadas), e isso coloca em causa a ordem natural da existência. É o designado 'emocionar da apropriação' que está na base de uma nova forma de viver e de se relacionar patriarcal que se caracteriza em linhas gerais por:

- Relações de apropriação e exclusão, inimizade e guerra, hierarquia e subordinação, poder e obediência
- Relações com o mundo natural que se deslocam da confiança activa na harmonia espontânea do toda a existência para a desconfiança activa nessa harmonia e desejo de dominação e controle.

- Relações com a vida que se deslocaram da confiança na fertilidade espontânea de um mundo sagrado que existe na legitimidade da abundância harmónica e do equilíbrio natural de todos os modos de vida, para a busca ansiosa de segurança; o que traz abundância uni-direccional, obtida pela valorização da procriação, da apropriação e o crescimento ilimitado;
- Relações de existência mística que se deslocaram da aceitação original de participação na unidade dos seres vivos, por meio de uma experiência de pertença a uma comunidade humana que se estende na totalidade vivente; isto leva ao abandono crescente da comunidade viva, mediante experiências de pertença a uma unidade cósmica e à construção de uma espiritualidade invisível que transcende os vivos.

A forma de vida patriarcal europeia surgiu desse encontro da cultura patriarcal pastoril que regressa à Europa e da cultura matrística pré-patriarcal europeia, como resultado de um processo de dominação patriarcal directamente orientado para a completa destruição de todo o matrístico ³⁴.

CULTURA PATRIARCAL	CULTURA MATRÍSTICA
Rede fechada de conversações	Rede aberta de conversações
Pensamento linear contexto de apropriação e controle orientado para a obtenção de um resultado particular (sistemicamente irresponsável)	Pensamento sistémico contexto de pertença e responsabilidade, pois a acção tem consequência na totalidade da existência (relação)
Interação de domínio: conflito, competição, luta, hierarquias, autoridade, poder, procriação, crescimento, apropriação de recursos, controle, apropriação	Interação de participação: inclusão, colaboração, compreensão, acordo, respeito, co-inspiração
Coexistência social: esforço, controle, repressão	Coexistência social: amor (outro como legítimo outro em coexistência)
Emocionar: contradição interna - controle e auto-domínio, literatura (utopias), sistema de exigências, abandono do mundo, neurose	Emocionar: inexistência de contradição - harmonia, convivência, participação no mundo e vida, responsabilidade

³⁴ Ver mais em MATURANA & VERDEN-ZOLLEN (2009), p. 24.

Todavia, a cultura matrística não foi completamente extinta. Ela sobreviveu em algumas bolhas culturais, também no espaço de relação íntimo entre mulheres, mas de modo especial, ficou submersa na intimidade das interações mãe-filho. Ora, o Humano torna-se ser social desde a primeira infância e na intimidade da coexistência social com a mãe. Se a criança que não vive a sua primeira infância numa relação total de confiança e aceitação, num encontro corporal íntimo com a sua mãe, não se desenvolverá adequadamente como um ser social bem integrado. Daqui se percebe a razão da preservação velada da cultura matrística na cultura actual, como matriz essencial, geradora e nutridora do Humano em si. A questão coloca-se no momento em que a criança tem de entrar na vida adulta, na qual a cultura patriarcal tem sido dominante:

*"A maneira em que se vive a infância - e a forma em que se passa da infância à vida adulta - na relação com a vida adulta de cada cultura é que faz a diferença nas infâncias das diferentes culturas."*³⁵

É que o crescimento da criança na cultura patriarcal europeia passa por duas fases opostas. A primeira ocorre naturalmente na infância, no processo de se tornar Humano e crescer, enquanto membros da cultura da mãe, num viver centrado na biologia do amor - domínio das acções que tornam o outro num legítimo outro em coexistência. Esta é uma fase da sua vida onde predomina com maior ou menor qualidade, o prazer da vivência harmónica e sistémica, com base em relações de cooperação e entendimento. Por sua vez, o olhar dos adultos, produto da cultura patriarcal, é de que se trata de apenas uma fase de imersão num mundo irreal de confiança, de tempo infinito e despreocupado. O desafio começa quando a criança é então, introduzida numa vida centrada na luta e na apropriação, com base em relações de autoridade e subordinação. Assim, o processo de integração na cultura patriarcal torna-se num contínuo esforço pela apropriação e controle da conduta dos outros e numa consequente, negação da sensualidade e da ternura da convivência. Ocorre assim, um choque interno duas culturas antagónicas. A dissociação desses dois 'emocionares', provoca uma contradição emocional no adulto, que a vai tentar superar através de processos de

³⁵ MATURANA & VERDEN-ZOLLEN (2009), p. 20.

controle e auto-domínio, da construção literária de utopias, da criação de um sistema de exigências, do abandono do mundo, ou até, da vivência neurótica.

Já numa cultura predominantemente matrística, o crescimento da criança é muito semelhante ao anterior ou até potencialmente mais consistente, numa coexistência de amor. Agora, as crianças chegam à idade adulta mergulhadas no mesmo ‘emocionar’ da sua infância e na convivência social constituída pelo viver no respeito por si e pelo outro, pleno de aceitação mútua, compartilhamento, cooperação, participação, auto-respeito e dignidade. Desta feita, o ‘emocionar’ matrístico é consistente e integrador de um Humano responsável e portanto, consciente das suas próprias acções, integrando-as numa realidade do qual é parte intrínseca e co-participante desde sempre.

Em suma, a cultura matrística é o meio gerador do Humano como ser relacional e integrado no Todo. Historicamente, ela é a raiz do modo de viver das comunidades humanas europeias. A afirmação da cultura patriarcal é um processo histórico iniciado no Paleolítico e que foi sendo reforçado por processos de construção de uma ordem artificial cada vez mais complexa, como a domesticação de plantas e animais no Neolítico, a industrialização no século XVIII e o desenvolvimento da tecnociência na actualidade³⁶.

A grande consequência disto, é um afastamento do Humano da sua essência natural, o que está na base de uma cultura, civilização e existência em decadência. Segundo Maturana, é necessário uma mudança para o paradigma neo-matrístico, no qual indica a democracia como um meio de redenção do Humano - mas de uma forma que ainda não conhecemos e vivemos:

“A democracia não é um produto da razão humana: é uma obra de arte, uma produção do nosso emocionar (...) um convivência humana significada na estética do respeito recíproco (...). A democracia não pode ser estabilizada nem defendida: só pode ser vivida. (...) Viver em democracia é um acto de responsabilidade pública, que surge de desejo de viver tanto na dignidade individual quanto na legitimidade social (...).” ³⁷

³⁶ BOFF, p. 45.

³⁷ MATURANA & VERDEN-ZOLLEN (2009), p. 67.

3. A CRISE DO CUIDADO

Esta é uma época do esquecimento do 'ser' dizia Heidegger³⁸. O Humano algures no processo dialético com o entorno histórico e cultural distanciou-se do 'ser', da sua essência primordial que é um ser de cuidado. Os Humanos têm uma vida massificada e subsistem exclusivamente como efeitos das regras sociais/culturais, ou no extremo, como produtos técnico-práticos patenteados, deixando de ter condições ontológicas para existir. A crise do cuidado é fruto da desumanização - 'ente'(ização) - manifesta na forma inautêntica de 'ser-no-mundo' através do encapsulamento em si mesmo e dos modos deficientes de solicitude, bem como numa forma de viver coisificada e irresponsável³⁹.

3.1) *Civilização enferma/fragmentada*

As reflexões que têm vindo a emergir sobre a condição humana e planetária na actualidade, falam-nos precisamente num crescente tom de urgência. Por toda a parte, emergem sintomas que vão trazendo a atenção para uma decadência da condição humana à escala planetária. Boff fala-nos do 'fim de um tipo de mundo' e chama a atenção para os sintomas de 'descaso'⁴⁰ que se multiplicam em inúmeras notícias que quotidianamente invadem os média, a literatura, os circuitos intelectuais/culturais: o trabalho laboral das crianças; a pobreza e a marginalização de grupos humanos em condições de fome crónica, de mal-estar e de doença; os excluídos do processo produtivo (desempregados e aposentados) que perdem segurança financeira e social; a hegemonia do neoliberalismo com o individualismo e da propriedade privada que reduzem progressivamente a cooperação, a dignidade e a liberdade; o abandono da sociabilidade nas cidades que conduz ao isolamento e à alienação dos seus habitantes; o descuido pela dimensão espiritual do ser humano que não está integrada nas dimensões quotidianas (trabalho, escola, meios de comunicação) pelo contrário, onde é crescente a violência, o despudor e os excessos; o descuido pela coisa pública, em que as políticas de

³⁸ CARRILHO, p. 114.

³⁹ SALES, p. 567.

⁴⁰ BOFF, p. 4.

integração de segurança, educação, saúde e habitação não são suficientes, e em que a corrupção e os interesses económicos, políticos e pessoais vão-se sobrepondo; descaso da casa comum que é o planeta e da vida que nela habita, destruindo-se cada vez mais habitats e espécies, bem como aumentando os níveis de poluição das águas, dos solos e da atmosfera; e finaliza apontando o descaso generalizado na forma como as famílias vivem, convivem, se alimentam e se vestem, as dificuldades que enfrentam e que se reflectem nos conflitos interpessoais e institucionais que emergem diariamente. Segundo o mesmo, vive-se um tempo de regressão evolutiva:

*“Atulhados de aparatos tecnológicos vivemos tempos de impiedade e insensatez. Sob certos aspectos regredimos à barbárie Mais atroz.”*⁴¹.

Já Toro considera que o mundo em que vivemos caracteriza-se por uma profunda falta de sentido; por uma existência esvaziada de significado, onde a destrutividade e a violência estão generalizadas:

*“A violência contra a Natureza é a violência contra nós mesmos. A violência não está somente nos assassinos, nos torturadores, nos delatores, a violência está em toda a parte: na arquitectura, nas ruas, no volume da música electrónica, no nosso trabalho alienante”*⁴².

O Humano experimenta quotidiana e interiormente a existência numa ‘atmosfera de apocalipse’ que depois se repercute numa realidade onde grassa a destruição ecológica, a extinção da fauna, a violência institucionalizada, o genocídio e a barbárie, a fome e o desamparo, o amor e vida sem significado, o avanço das doenças no corpo, a perda de identidade sexual, a perda de alegria, o aumento do consumismo, dos vícios e da má alimentação, a falta de ligação entre as pessoas, e a política do ‘salve-se quem puder’. É preciso travar o que consideramos uma cultura fragmentada de traição à Vida. A patologia desta civilização é, em última análise, fruto de uma ‘cultura de morte’, que por sua vez é resultado de

⁴¹ BOFF, p. 6.

⁴² TORO (2014), p. 94.

quatro vertentes culturais que foram excluindo aspectos determinantes da experiência humana⁴³:

CULTURAS	PATOLOGIAS/ DISSOCIAÇÕES
Oriental	A vida como ilusão (Buda) Desejo/emoções como fonte de sofrimento <u>Patologia</u> : desvalorização essencial da vida (cultura anti-vida)
Judaico-cristã	Castração dos instintos (Abraão) Intolerância ao prazer Culpa/Pecado Machismo/Feminismo <u>Patologia</u> : repressão sexual (cultura anti-amor)
Grega	Separação corpo-alma (Platão) Prioridade do mundo das ideias (<i>Cogito Ergo Sum</i> - Decartes) <u>Patologia</u> : dissociação corpo-alma (cultura idealista ou materialista)
Romana	Poder absoluto; Imperialismo (César) Separação de classes: dominador-dominado <u>Patologia</u> : Injustiça social e discriminação (cultura de exploração)

Esta herança cultural tem perdurado através de um mecanismo homeostático - em que cada vertente se reforça e retro-alimenta - e é responsável pelas profundas dissociações⁴⁴ que dilaceram a essência humana e estão na origem do esquecimento e de uma existência que trai a Vida. Neste contexto, interessa referir Weil e o conceito de 'normose':

*"conjunto das normas, conceitos, valores, estereótipos, hábitos de pensar ou de agir, aprovados por um consenso ou pela maioria das pessoas de uma determinada sociedade, (...) executadas sem que os seus actores tenham consciência da sua natureza patológica."*⁴⁵

O inconsciente Humano é movido por duas forças: *Eros* - desejo, busca de plenitude (*pleroma*); e *Thanatos* - resistência, estagnação, morte (*kénosis*). A

⁴³ TORO (2014), p. 88; TORO (1991), p. 102.

⁴⁴ Para saber mais, ver também TORO (1991), p. 103 - Esquema das dissociações resultantes da cultura contemporânea.

⁴⁵ WEIL, p. 10.

‘normose’ está precisamente relacionada com a pulsão de morte e impede o ser de se tornar realmente o que é, através do consenso e do conformismo que reprimem a orientação do seu desejo interno. Neste sentido, podemos dizer que aquela herança cultural, reforçada pelo cunho patriarcal, funciona como uma ‘normose’ generalizada que alimenta a resistência, a dissociação, a repressão e que conduz a Humanidade ao suicídio colectivo.

3.2) Dissociação do modo de ser-no-mundo: trabalho vs. cuidado

A patologia civilizacional é então, reflexo de uma profunda cisão ontológica do Ser Humano, que de acordo com Boff, naturalmente se manifestaria num ‘modo-de-ser-cuidado’ e que ao longo da história foi sendo sobreposto e perigosamente substituído, por um ‘modo-de-ser-trabalho’. Esta cisão começa cedo da história da Humanidade (Neolítico), mas tem o seu auge a partir do século XVIII, fruto do processo de industrialização. Trata-se de um ‘equivoco’ antropológico de considerar a materialidade (trabalho) e a espiritualidade (cuidado) como dimensões separadas, em vez de dimensões complementares da experiência humana. Estabelece-se assim, para o Humano duas formas diferentes de existir, de navegar na realidade e de se relacionar com todas as coisas, que o pode afastar ou aproximar da sua essência. Ora vejamos as diferenças:

MODOS DE SER	TRABALHO	CUIDADO
Motivação	Intervenção/Produção	Interacção/Comunhão
Tipo de Relação (Natureza)	Relação Sujeito-Objecto	Relação Sujeito-Sujeito
	Utilitarismo (Conhecer leis e ritmos)	Valor intrínseco (Beleza, Perplexidade, Força)
	Construção (adapta ao conforto) Realidades artificiais (organizações, sistemas e aparatos tecnológicos)	Adaptação (Natureza) Convivência
	Domesticação	Intimidade (sentir, acolher, respeitar)
Princípio organizador	<i>Logos</i> (razão)	<i>Pathos</i> (sentimento)

Período histórico	Neolítico Domesticação de animais, plantas, construções Industrialização Tecnociência actual	Paleolítico Dim. Matrística Reverência à Terra e à Vida
Universo	Super-organismo híbrido (biológico, mecânico, electrónico)	Unidade Divina Todo orgânico I Vida I Mistério (único, diverso, infinito, rede de ligações)
Dimensão	Separação I compartimentada Utilidade Unilateralidade I Dominação	Unidade Sacralidade Reciprocidade I Alteridade I Complementariedade
Posicionamento	Predomínio do Masculino	Hegemonia do Feminino
	Antropocentrismo (atitude centrada no Humano e nos seus desejos)	Ecocentrismo (integração do Humano na Natureza)
Valores	Consumismo Exploração Conflito Esvaziamento Doença Escassez	Sustentabilidade Cooperação Comunicação Significação Saúde Abundância

Na actualidade vive-se uma ditadura do 'modo-de-ser-trabalho' que Han chama de sociedade do desempenho:

“A sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar, mas uma sociedade de desempenho. Também os seus habitantes não se chamam mais sujeitos de obediência, mas sujeitos de desempenho e produção. São empresários de si mesmos”.⁴⁶

O imperativo da maximização da produção no Humano torna a sua existência numa interminável corrida do qual não escapa ao fado de falhar - simplesmente porque se torna impossível manter a produtividade desenfreada em todas as dimensões da vida - e do qual o repouso e a contemplação são totalmente extintos. O resultado é uma 'sociedade de cansaço' esvaziada pela hiperactividade, pelo consumismo, pela transitoriedade e pela ambição desenfreadas, que é fruto

⁴⁶ HAN, p. 23.

da degeneração do trabalho no seu sentido antropológico original - enquanto actividade de plasmação da natureza e de criatividade que dá sentido de realização ao Humano e que confere sentidos cada vez mais integradores com a dinâmica da comunidade, da natureza e do universo⁴⁷. Para Freud o problema do trabalho, como actividade socialmente útil que serve fins estranhos a si mesmo, nomeadamente de auto-preservação e produtividade, é o que o torna um esforço activo do ego e esvazia o ser da força original. Ora, é preciso transformar o trabalho em actividade lúdica, ou seja, uma acção livre das faculdades humanas que quanto mais satisfação for obtida nessa acção (prazer), mais livremente a libido poderá propiciar a satisfação de grandes necessidades vitais⁴⁸ e maior será o sentido de realização do ser. É igualmente, preciso trazer o espaço da contemplação, da desaceleração, do não-fazer, da inspiração:

*“Quem se entendia no andar e não tolera estar entediado, ficará andando a esmo inquieto, irá se debater ou se afundará nesta ou naquela atividade. Mas quem é tolerante com o tédio, depois de um tempo irá reconhecer que possivelmente é o próprio andar que o entedia. Assim, ele será impulsionado a procurar um movimento totalmente novo. [...] Comparada com o andar linear, retor, a dança, com seus movimentos revolteantes, é um luxo que foge totalmente do princípio do desempenho”*⁴⁹.

Logo, dar centralidade ao cuidado não significa para o Humano deixar de trabalhar ou de participar no mundo, mas sim de assumir uma acção pautada pelo sentir, pela comunicação e pela co-existência com o tudo que o rodeia:

“Significa renunciar à vontade de poder que reduz tudo a objectos, desconectados da subjectividade humana. Significa recusar-se a todo o despotismo e toda a dominação. Significa impor limites à obsessão pela eficácia a qualquer custo. Significa derrubar a ditadura da racionalidade fria e abstracta (...). Significa organizar o trabalho em sintonia com a natureza, seus ritmos e suas indicações. Significa respeitar a comunhão que todas as coisas entretêm entre si e connosco. Significa colocar o interesse colectivo da sociedade, da comunidade biótica e terrenal acima dos interesses exclusivamente humanos. Significa colocar-se junto e

⁴⁷ BOFF, p. 102.

⁴⁸ MARCUSE, p. 186.

⁴⁹ HAN, p.35.

*ao pé de cada coisa que queremos transformar para que ela não sofra, não seja desenraizada de seu habitat e possa manter as condições de desenvolver-se e co-evoluir junto com os seus ecossistemas e com a própria Terra. Significa captar a presença do Espírito para além de nossos limites humanos, no universo, nas plantas, nos organismos vivos, nos grandes símios (...), portadores também de sentimentos, de linguagem e de hábitos culturais semelhantes aos nossos.*⁵⁰

A permanência desta cisão está a deixar a Humanidade num impasse crucial que determinará o seu destino: ou de integrar trabalho e cuidado, pondo limites à voracidade produtiva e objectificante da sua acção; ou de destruição da possibilidade de existir através da deterioração completa da convivência, do habitat e dos recursos de subsistência.

4. O NOVO *ETHOS*

O momento crítico em que a Humanidade se encontra, pode ser encarado como um convite a um redirecionamento do seu próprio destino. Para o efeito, Boff sugere a construção de um novo *ethos* civilizacional que inclua si mesmo e também, toda a comunidade biótica, planetária e cósmica, e assim:

*“que propicie um novo encantamento face à majestade do universo e à complexidade das relações que sustentam todos e cada um dos seres”*⁵¹.

Ethos é um vocábulo grego cuja transliteração se desdobra em dois aspectos semânticos: um que designa <morada>, <abrigo protector> (do humano e do animal); e outro refere-se ao comportamento que resulta de uma repetição e constância do agir; daí deriva a sua significação como costume, estilo de vida e acção que podem ser de acordo com imperativos de realização do bem (protecção, criação de um espaço), é ‘um lugar privilegiado de inscrição da praxis humana’⁵².

⁵⁰ BOFF, p. 103.

⁵¹ BOFF, p.11.

⁵² RIBEIRO; LUCERO; GONTIJO, p. 127.

Segundo Boff, a *praxis* humana precisa de integrar o cuidado e também, de ampliar-se para assim integrar a Terra como 'mátria', um lugar comum de todos os seres vivos e onde baseará a sua existência autêntica e originária.

4.1) O Resgate do *modo-de-ser-cuidado*. *Sentio Ergo Sum*.

O resgate do cuidado não se faz às custas do modo-de-ser-trabalho, mas sim mediante uma forma diferente de entender e realizar o trabalho, como referido. Para isso, o Humano precisa de voltar-se sobre si mesmo e descobrir o modo-de-ser-cuidado. E a porta de entrada para o efeito, não pode ser a da razão lógica analítica e objectivante que só reforça o trabalho-produção - aliás o contexto predominante. É preciso então, superar o racionalismo moderno cunhado pelo *cogito ergo sum* (penso, logo existo) de Descartes, que resulta num dualismo substancial entre a alma (*res cogitans*, o pensamento) e corpo (*res extensa*) com apologia da razão ou *Logos*.

Rosseau será um dos responsáveis pelo distanciamento desta visão, proclamando *sentio ergo sum* (sinto, logo existo) como pedra basilar do seu modelo filosófico, em que defende a superioridade precisamente do sentimento sobre a razão:

*“existir, para nós, e sentir; a nossa sensibilidade é incontestavelmente anterior à nossa inteligência, e tivemos sentimentos antes das ideias (...) conhecer o bem não é amá-lo, o homem não tem dele um conhecimento inato; mas tão logo a sua razão faz conhece-lo, sua consciência o leva a amá-lo: é esse o sentimento que é inato.”*⁵³

Efectivamente, Golemann nos seus estudos vai demonstrar que é também o seu caminho mais natural e espontâneo:

*“A mente racional leva um ou dois momentos mais para registar e reagir do que a mente emocional, o primeiro impulso... é o do coração, não da cabeça.”*⁵⁴

A mente emocional é muito mais rápida do que a mente racional - pressupõe reflexão deliberada e analítica - e entra em acção num 'instante' e a partir de uma

⁵³ MARUYAMA citando Rosseau em *Emílio*, p. 492.

⁵⁴ GOLEMAN, p. 314.

base instintiva e primordial. Tal rapidez responsiva deve-se uma questão central que emerge no decurso evolutivo do Humano: a da sobrevivência do indivíduo e da espécie humana. Como o intervalo entre o que dispara uma emoção e a sua reacção pode ser praticamente nulo ou curto, assim se percebe que o mecanismo que avalia as percepções, é indicativo da sua capacidade de grande velocidade, de captar as primeiras impressões, de ter uma visão global e diferenciada, de mobilizar o organismo para agir automaticamente, de dar um sentido de certeza e segurança. Ou seja, as emoções pelo seu carácter mobilizador, instintivo e espontâneo, constituem uma força mobilizadora da acção humana. Mais ainda, a mente emocional tem a vantagem de ler a realidade emocional num instante, fazendo uma avaliação sobre com quem ou o quê o Humano precisa ter cuidado. Isto significa para o Humano a necessidade de restabelecer a sua dinâmica mais básica do *pathos* (sentimento), ou seja, abrir-se a uma existência que jamais é pura existência, é uma existência sentida, afectada, aberta, subjectiva e autêntica. E por sua vez, devolver ao Humano a capacidade de afectar e ser afectado - mundo dos afectos e da relação - abrindo-se novamente ao modo-de-ser-cuidado.

4.2) Nova etapa evolutiva: *Humano-Terra*

Este processo reintegração vai para além de uma alteração no *modus operandi* do Humano, passando em grande medida por um processo interno evolutivo em que se integra plenamente na sua dimensão terrena, enquanto Humano-Terra:

*“A Terra não está à nossa frente como algo distinto de nós mesmos. Temos a Terra dentro de nós. Somos a própria Terra, que na sua evolução chegou ao estágio de sentimento, de compreensão, de vontade, de responsabilidade e de veneração. Numa palavra: somos a Terra no seu momento de auto-realização e de auto consciência.”*⁵⁵

Então, o que significa ser-terra? Significa recuperar e honrar a ancestralidade evolutiva que lhe proporcionou estar aqui, neste momento existencial. Significa perceber-se parte integrante de um movimento de construção universal muito mais amplo e integrar a mesma rede de relações de tudo com tudo que actua à 15 bilhões de anos desde o início - ser proveniente das estrelas, filho do Céu, ou

⁵⁵ BOFF, p. 72.

melhor, Júpiter como o mito revela. Significa partilhar os mesmos elementos físico-químicos constitutivos, perceber-se concreto e firme, feito do ‘barro’ terrestre, de *Tellus*, como igualmente o mito refere. Daqui, entenda-se, o Humano percebe a sua ligação e unidade, mas também o seu limite e lugar dentro do Cosmos e da Terra, como ser que partilha a existência com outros sistemas viventes também participantes legítimos da criação. O Humano-Terra é o co-actor no quinto acto do ‘teatro cósmico’:

- 1º acto: cósmico, o big bang irrompe o universo;
- 2º acto: químico, surgem grandes estrelas vermelhas, corpos a densificarem-se; há a formação de materiais pesados (Oxigénio, Carbono, Silício, Nitrogénio, etc.); e depois com a explosão, há dispersão dos elementos, e formação de Galáxias, estrelas, planetas, etc.;
- 3º acto: biológico, com complexificação da matéria (3,8 milhões de anos para surgir vida);
- 4º acto: humano, na complexificação da matéria surge o *Homo Sapiens*;
- 5º acto: planetário, a Humanidade na casa comum - o planeta Terra; sente-se sujeito colectivo, partilha origem e destino comum entre si, todos os seres e o planeta.

O Humano-Terra é conectado e consciente de participar num processo de *autopoiese* do Todo, sabe-se parte integrante de um sistema vivo, pulsante, plural e em evolução:

“O Todo conspirou para que nós existíssemos e tivéssemos chegado até aqui”⁵⁶.

A Humanidade é impulsionada viver enquanto sujeito colectivo que partilha origem e destino comum entre os seus semelhantes, todos os seres com quem partilha o planeta, e o próprio planeta, todos com direito de participação na existência tendo por base, uma rede de comunicação e cooperação globais.

⁵⁶ BOFF, p. 32.

5. A BIODANZA - UMA PEDAGOGIA DO CUIDADO

O sistema Biodanza foi criado na década de 60 pelo antropólogo, poeta e pintor chileno Rolando Toro Araneda (1924-2010)⁵⁷. Não foi por acaso que surgiu num período histórico saído do pós-guerra, política, económica e socialmente instável, onde se procuravam formas alternativas de cultura e de vida - o movimento *hippie* é um dos que mais se destaca na época. A Biodanza resulta de uma reflexão histórica e sócio-cultural do Humano e ainda mais, numa meditação profunda sobre a Vida⁵⁸. O seu posicionamento é de transgressão aos valores da cultura contemporânea, às imposições de alienação da sociedade de consumo e sobretudo, às ideologias totalitárias que promovem estilos de adoecer e disseminam um estado patológico civilizacional. Na sua reflexão apoia-se nas ciências da vida - biologia, antropologia, psicologia, sociologia - e também na arte/experiência estética, excluindo de todo, as ideologias políticas e religiosas, para assim compreender as reais necessidades humanas.

Rolando Toro entendia que o fracasso das revoluções sociais até hoje, deve-se ao facto de não haver uma mudança intrínseca da atitude do Humano face ao Humano. Nenhuma mudança profunda de valores tem ocorrido por doutrinação ou por decreto - tal ignora a estrutura afectiva da personalidade na qual os valores possuem raízes profundas. As transformações para terem um sentido evolutivo, têm de ter como referência um centro interior profundo e equilibrado⁵⁹, para assim brotarem de um espaço autêntico e real de saúde, fraternidade, altruísmo, vitalidade e de vinculação - caso contrário, temos mudanças a partir da neurose que geram mais patologia, que é o que tem acontecido no decorrer do tempo.

Neste contexto, a Biodanza apresenta-se como um sistema de transformação inovador e aberto - sem propor modelos de comportamento ou doutrinas ideológicas - que actua a dois níveis: no individual e no social. O primeiro despertando a

⁵⁷ O sistema foi criado enquanto Toro trabalhava como Membro Docente do Centro de Estudos de Antropologia Médica da Escola de Medicina da Universidade de Santiago do Chile. Foi sendo permanentemente estruturado e aprofundado e na década de 70, já se havia expandido por toda a América Latina, tendo chegado à Europa em 1984. Em Portugal existe desde 1998. Hoje em dia está a ser praticada nos cinco continentes.

⁵⁸ As preocupações sociais de Rolando Toro foram mundialmente reconhecidas, nas quais se destaca a sua candidatura ao Prémio Nobel da Paz em 2002.

⁵⁹ TORO (1991), p. 77.

vocação interna e profunda no indivíduo, convidando-o a entrar em contacto consigo mesmo, num processo de integração, para assim apresentar o seu próprio modelo genético de respostas vitais. O segundo, enquanto atividade essencialmente de grupo, com uma linguagem universal - composta por música, gestos, dança e olhares - que vai alcançar inúmeros indivíduos em diversos tipos de situação económica e social e deste modo, resgatar práticas nutritivas em falta no mundo inteiro – a afectividade, a integridade e a cidadania.

A proposta revolucionária da Biodanza, baseia-se então, numa **pedagogia do cuidado** que facilita - através de um novo *ethos*, de uma metodologia própria e de vivências próprias - a aprendizagem que conduz ao restabelecimento no Ser Humano do vínculo original: com a vida e todas as suas manifestações, com a espécie como totalidade biológica e com o universo como totalidade cósmica.

Mas antes de explorarmos o funcionamento desta pedagogia, debruçemo-nos sobre a definição da Biodanza:

*“sistema de **integração humana**, de **renovação orgânica**, de **reeducação afectiva** e de aprendizagem das **funções originárias de vida**”*

A sua definição funciona como o manifesto do cuidado ao postular o regresso do Humano natural (ser-cuidado), íntegro em todas as suas dimensões - física, afectiva, social, cognitiva/intelectual e espiritual. Senão vejamos:

- Integração Humana: é a capacidade de sentir, pensar e agir de forma coerente em contacto consigo mesmo, com o outro e com o contexto do qual forma parte. Refere-se à necessidade primordial de estabelecer no ser humano a conexão com a vida, que lhe permita integrar-se a si mesmo, aos semelhantes e ao universo. A integração consigo mesmo consiste em resgatar a unidade psicofísica e espiritual; e assim, expressar a própria. A integração com os semelhantes consiste em restaurar o vínculo com a espécie, com a totalidade biológica. A integração com o universo consiste em resgatar o vínculo que une o humano com a natureza - visão ecológica - e reconhecer-se como parte de uma totalidade - visão cósmica.
- Renovação orgânica: é a acção sobre a auto-regulação orgânica, ou seja, activar mediante a vivência e a dança, os processos de reparação e recuperação das células. O organismo desencadeia reacções de adaptação às mais variadas

situações biológicas, com o fim de conservar o seu equilíbrio funcional. A renovação é alcançada mediante transes integradores, activando processos de reparação celular e regulação global das funções biológicas e diminuindo os factores de desorganização e stress. Desperta a consciência do corpo como um organismo vivo, dotado de uma inteligência própria - uma dimensão mais ampla e vivencial: a da corporeidade, o corpo habitado.

- Reeducação afectiva: é a união com o outro através do afecto e do movimento. Para assim, restabelecer a unidade entre percepção, motricidade afectividade e funções viscerais. O núcleo integrador é a afectividade que influi sobre os centros reguladores límbico-hipotalâmicos. Constitui a transformação do Humano num *Holos* - ser coerente e integrado.
- Reaprendizagem das funções originárias de vida: consiste na sensibilização dos instintos básicos e na sua auto-regulação (estimulação da infra-estrutura neuro-endócrina correspondente). O convite é reconhecer o instinto como uma programação biológica, ou seja, uma conduta inata, hereditária, que não requer aprendizado, e que permite a adaptação ao ambiente, indispensável à sobrevivência da espécie. E assim, resgatar a naturalidade e a segurança da sua manifestação no Humano como uma expressão de vida e ser movido por impulsos internos de prazer, de saúde e de equilíbrio. O instinto tem por isso, a possibilidade de restabelecer a ligação natural entre a natureza e a cultura, passando esta última a promover respostas harmoniosas às necessidades orgânicas e vitais, traduzindo-se consequentemente numa cultura de vida, de realização e de prazer.

5.1) Novo *ethos*: O Princípio Biocêntrico e o Cuidado da Vida

A Biodanza assenta fundamentalmente, no Princípio Biocêntrico que propõe:
*"a vida está ao centro de todos os componentes do universo e não num sistema estelar centralizado e onnisciente; a sua essência está a aparecer na consciência ética do Homem como um fenómeno evolutivo natural"*⁶⁰.

Rolando Toro vem assim introduzir um novo *ethos*, o *ethos* biocêntrico que coloca a vida no centro e como ponto de partida de todas as disciplinas e compor-

⁶⁰ TORO (2014), p. 16.

tamentos humanos, e propõe também uma reformulação dos valores culturais. Na sua perspectiva, o Princípio Biocêntrico é o estado primordial/originário da existência e do Humano, que naturalmente precede a cultura e que é fundado nos impulsos geradores de processos vivos que estão na base da evolução do Universo e por sua vez, da Vida. O universo existe porque existe vida. As relações de transformação matéria-energia são graus de integração de vida. Ou seja, tudo é vida. Desta feita, a 'bússola' ética resume-se em dois vectores: o "Bem" consiste em preservar a vida, favorecê-la, conduzi-la ao seu valor mais alto; o "Mal" consiste em aniquilar a vida, travar o seu florescimento natural.

Como mandato biocosmológico, o Princípio Biocêntrico, deverá ser a base de uma nova cultura - excluindo perspectivas meramente antropológicas, cosmológicas ou teológicas - que ela própria será potencializadora da Vida e da expressão dos seus poderes evolutivos:

*"A Biodanza é desde este ponto de vista, uma poética do vivente que está fundamentada nas leis universais que conservam e permitem a evolução da vida. Todas as acções da Biodanza realizam-se em ressonância com o fenómeno profundo e comovedor da vida"*⁶¹.

Ao colocar a Vida como prioridade máxima, Rolando funda o que constitui em essência, uma cultura do cuidado:

*"A sacralização do ser humano é o que dá à sua vida, ao seu amor, à sua sexualidade, às suas criações, a qualidade do transcendente. Desde o Princípio Biocêntrico organiza-se a vida como convivência e coexistência com o divino"*⁶².

Isto significa a reformulação de parâmetros de estilo de vida alinhados com os parâmetros cósmicos, e a introdução a cada instante de condições nutritivas de vida: *"vivemos para criar mais vida no íntimo da vida"*⁶³.

Ou seja, sair do contexto alienante e dos valores anti-vida da civilização contemporânea. Significa igualmente, superar a dissociação entre o sagrado e o pro-

⁶¹ TORO (2014), p. 70.

⁶² TORO (2014), p. 75.

⁶³ TORO (2014), P. 71.

fano, entre o tempo litúrgico e o tempo linear ordinário. Viver a sacralidade da vida em cada momento, em cada acção, e indo mais além, na percepção e vivência de si mesmo como criatura plena de vida (hierofania). Por isso, em Biodanza o Humano é convidado a viver o eterno aqui-agora, pleno e sagrado, através do seu veículo mais transformador que é a vivência.

5.2) A vivência - A metodologia de transformação

O Princípio Biocêntrico convida a um modo de pensar e sentir que tem como referencia existencial, a vivência:

experiência vivida com grande intensidade por um indivíduo num lapso de tempo aqui-agora (génese actual), abarcando todas as funções emocionais, cenestésicas e orgânicas.

5.2.1) Vivência como referencial existencial

Na Biodanza a metodologia vivencial dá ênfase à experiência vivida, mais do que à informação verbal, o que possibilita iniciar uma transformação interna sem a intervenção de processos mentais de repressão. A metodologia baseia-se então, na indução de vivências integradoras, pois implicam imediata e profunda conexão do indivíduo consigo mesmo. Gera deste modo, um fenómeno de aprendizagem inovador que vai da vivência ao significado, e que ganha força, pois envolve todo o organismo - nível cognitivo, vivência e visceral - e não apenas as funções corticais.

Analisemos então, as principais qualidades da vivência para entendermos melhor a sua eficácia como chave de mudança:

- Experiência original do humano e da identidade, anterior à elaboração simbólica e racional;
- Anterior à consciência, trata-se de uma manifestação do ser que precede a consciência;
- Espontaneidade que é a qualidade do original, não pode ser dirigida, apenas evocada;
- Subjectividade, pois manifesta-se a partir da identidade, por isso é única e incomparável;

- Intensidade variável de acordo com o nível de conexão consigo mesmo e da qualidade do estímulo;
- Temporalidade que remete para o presente e que é passageira;
- Emocionalidade, ou seja, origina emoções;
- Dimensão cenestésica, isto é, desperta sensações em todo o organismo e possibilita o acesso ao inconsciente vital;
- Dimensão ontológica que significa acesso directo ao ser e à percepção de estar vivo;
- Dimensão psicossomática que garante a unidade e comunicação do psíquico para o orgânico e vice-versa, estimulando a saúde e a vitalidade.

A vivência anula a distância entre aquilo que se sente e a observação do próprio devir, o que permite ao vivente aceder a uma forma de consciência original, directa à essência do ser, verdadeira (que não passa pela razão) e com efeitos que o mobilizam totalmente. Ocorre uma fusão entre a experiência e a consciência:

“Uma epistemologia baseada na vivência pode conduzir não só a uma consciência essencial da realidade, mas, também, à sabedoria que consiste na relação com o mundo, na interação do ser com o cosmo. A Biodanza inaugura, assim, uma forma de acesso extremamente profundo à consciência de si e do mundo através da vivência.”

Assim se entende, como a vivência organiza a existência como uma comovedora percepção da sacralidade da Vida. Por sua vez, a prática da Biodanza adquire efeitos na modificação existencial do Humano, tornando-o um ser-cuidado:

“Se o indivíduo está vinculado centro a centro com o Princípio de Vida, experimenta uma vinculação cosmobiológica, a antiga familiaridade com as pedras, os pássaros, com o sol, com o mar. Se actua desde o Princípio Biocêntrico é um pedagogo, um amante, um artista, um poeta”⁶⁴.

5.2.2) Vivência como experiência total

A vivência em Biodanza é induzida através da música e da dança. Estas são duas dimensões inatas do Ser, são anteriores à palavra, e por isso, expressões

⁶⁴ TORO (2014), p. 75.

da identidade original e da unidade orgânica do humano com o universo. A sua interação gera o que se designa de movimento integrador que se caracteriza por:

- ser gerado a partir de um núcleo emocional (estimulação do sistema límbico-hipotalâmico);
- constituir uma unidade psicossomática; no qual o corpo se torna animado de sensações vitais (vivência da corporeidade);
- criar um movimento pleno de sentido, ou seja, distanciado da construção estético-performativa e de repetição mecânica, mas como qualidade originária de manifestação do ser no aqui-agora.

Em Biodanza estabelece-se a unidade música-movimento-vivência o que significa uma coerência entre o modelo indutor (exercício da linha de vivência), a música ligada aos gestos e os movimentos corporais, para um processo de integração humana mais profunda. A evocação da vivência é determinado pelo nível de sensibilidade alcançado e também, pelo nível de repressão liberado. A estimulação vivencial contínua e progressiva, conduzirá a uma vivência de totalidade e de ressonância com a vida. A transformação acontece na progressão da dança individual para uma dança cósmica - a possibilidade daquele que dança, ser-dança - e desse modo, beber da dimensão primordial e renovadora de ser:

“Não há indivíduo mas dança, identidade dissolve-se numa espécie de matriz do universo que está em movimento orgânico, em que cada elemento é parte da dança maior”.⁶⁵

5.2.3) Vivência - despertar o sentir

As vivências têm a sua representação fisiológica no sistema límbico-hipotalâmico. Vejamos quais as funções deste sistema e a sua importância:

- O Hipotálamo é um dos centros reguladores das emoções - medo, raiva, desejo, instintos, vínculo; algumas áreas são responsáveis pelas sensações de prazer; e é também o centro regulador de processos digestivos, sexuais e excretórios;
- O Lóbulo límbico é responsável pelas experiências místicas e estados de êxtase;

⁶⁵ TORO (2002), p. 34.

- A dupla límbico-hipolâmica compreende também as formações neurológicas correspondentes à esfera do comportamento adaptativo de instintividade, de vivência e de afectividade.

Este sistema pode consolidar modelos de comportamento, centrados em necessidades vitais e influir sobre o córtex cerebral. No entanto, é o córtex (neo-córtex) que tem funções inibidoras sobre este sistema e que pode agir sobre ele e assim, modelar comportamentos por meio de estímulos conscientes. De resto, essa tem sido uma função sobreestimulada pelas culturas contemporâneas, dissociadas e repressoras.

As vivências em Biodanza possibilitam a expressão dos impulsos límbico-hipotalâmicos a partir da indução da diminuição da função inibitória do córtex cerebral, através da suspensão provisória da linguagem verbal, do impedimento momentâneo da actividade visual ou da motricidade voluntária; e também pela diversidade e qualidade de estímulos não-verbais. A proposta da Biodanza é o de estimular o canal do sentir no Humano, reestabelecendo uma comunicação interna profunda com base instintiva, afectiva e vivencial (sentido de estar presente e vivo) e construindo um sistema de comportamento original, integrado com o ser.

5.3) A Construção do Humano Biocêntrico

O modelo teórico da Biodanza constitui o *modus operandi* de reabilitação do Humano que o devolve à sua dimensão biológica, psicológica e justamente, cósmica. Toro responde à questão sobre o ser (inspirado por Heidegger) com a visão do Humano como ‘ser-no-mundo’ enquanto criatura cósmica, não isolada em si, mas em conexão com o Todo. Daqui surgem duas abordagens determinantes na construção do Humano: a integração da Identidade como ‘ser-no-mundo’; e a integração afectiva como ‘ser-com’, que passo a desenvolver.

5.3.1) Integração da Identidade

O conceito clássico de Identidade remete para ‘ser igual a si mesmo’. Todos os seres vivos, objectos, elementos possuem identidade, pois possuem caracte-

rísticas intrínsecas. O Humano é de todas as criaturas possivelmente, a única que têm consciência da sua identidade. Essa consciência é a vivência intensa e comovedora de sentir vivo, surgida de uma unidade orgânica. Não é um pensamento, inclui a vivência corporal (endógena).

A génese da Identidade está na informação genética única herdada por cada indivíduo - dimensão biológica - e a sua expressão depende das influências ambientais, com especial ênfase nas proto-vivências (que depois em determinados estados, como a regressão, podem ser reeditadas).

A Identidade é a qualidade do Ser. É a capacidade para se experimentar a si mesmo como entidade única e como centro de percepção do mundo. É constituir-se um *Dasein*. A Identidade é estável e é dinâmica. Ela é permeável à presença do outro: a identificação de objetos e pessoas, faz-se a partir de um jogo dialético de aproximação empática e distanciamento de respeito pelo outro. Por isso, a vinculação com o mundo significa ser e deixar de ser. E assim, se organiza e reorganiza na relação com a realidade. A definição de uma Identidade sã, é a vivência de constituir uma criatura única, em ressonância e intimidade com o todo vivente, sempre em unidade a uma percepção corporal de si. O que contrasta com a definição de uma Identidade patológica que é uma dificuldade perceber-se e vivenciar-se a si mesmo. Ora, este é o perfil típico do Humano na sociedade actual⁶⁶, que é manifesto através de: movimento corporal acelerado, tensões musculares localizadas que tendem a ser crónicas, agressividade, força nos objectivos (sem olhar aos meios), pensamento rígido, afectividade pobre, carácter onipotente, egoísta, explorador, competitivo, autoritário, obsessivo, orgulhoso, com forte instinto territorial; valor próprio baseado nos papéis desempenhados; orientação a partir do dinheiro, da figuração social e do poder; grave dificuldade de comunicação; activação sexual estritamente genital; e padecimento de doenças psicossomáticas, acidentes vários e problemas relacionados com violência.

A proposta da Biodanza é de facilitar a Integração da Identidade do Humano. Começando pelo eixo vertical do modelo: Potencial genético - Identidade. Este eixo nasce da Filogénese e representa a Ontogénese, ou seja, centra-se no processo de construção da Identidade no Humano. Quer isto dizer, que a identidade humana tem uma base cósmica e biológica comum, resultado do processo evolu-

⁶⁶ TORO (1991), p. 278.

tivo do cosmos, da vida e da espécie (filogénese). E uma base também ela biológica, mas singular (informação genética). Como indivíduo, o Humano tem a possibilidade de um desenvolvimento diferenciado durante a sua existência. Esse processo contínuo de recriação e expressão de si, tal poema inacabado, designa-se de ontogénese.

A base da construção da Identidade é então, biológica. Cada indivíduo herda um conjunto de potenciais genéticos - base do eixo - que possui possibilidades de interação e expressão ilimitadas, o que abre um espaço de potencialidades de ser, infinito e singular - é um “poder-ser”. A expressão ou supressão dos genes está condicionada pela existência de ecofactores positivos ou negativos, respectivamente. Existem genes de expressão precoce e genes de expressão tardia, o que possibilita o desenvolvimento genético durante toda a existência do indivíduo. Os potenciais têm expressões orgânicas relacionadas com funções vitais, das quais se geram expressões psicológicas, ditas vivências, emoções e sentimentos. Toro propõe a activação desses potenciais por meio de vivências específicas que funcionam como ecofactores positivos - produção de hormonas e neurotransmissores específicos com efeito psicossomático - que induzem estados de ser, no qual não participa a consciência ou o pensamento lógico-racional. As vivências estão organizadas em cinco grupos que definem as principais vias (linhas) de expressão da Identidade Humana - Vitalidade, Sexualidade, Criatividade, Afectividade e Transcendência.

As Linhas de vivência constituem assim, um projecto alargado de construção da Identidade humana, que conduz cada indivíduo do instinto à expressão de qualidades/potencialidades de ser, através de um processo progressivo de integração:

Linhas	Funções orgânicas e instintivas	Integração - 3 Níveis
	Potenciais/Qualidades existenciais	
Vitalidade	<p>Manutenção da Homeostase Integração da base instintiva (conservação, fome e sede, luta-fuga) Regulação da actividade e descanso</p>	<p>1- Integração do corpo (superação corpo-alma) Transformação das defesas musculares Integração motora Auto-regulação e homeostase</p> <p>2- Aumento da auto-estima (confiança em si) Eliminação da discriminação Ímpeto vital Aumento da agressividade</p> <p>3- Orientação existencial afectivo-cognitiva Renovação biológica</p>
	<p>Potencial de saúde Percepção das sensações de estar vivo Forte motivação para viver Impulso para acção Escuta das necessidades vitais Capacidade de se proteger face ao stress Conceber-se como uma unidade dotada inteligência própria - Inconsciente vital</p>	
Sexualidade	<p>Função das gónadas e órgãos sexuais Instinto sexual, função do orgasmo, prazer, reprodução</p>	<p>1- Despertar do desejo Diminuição das defesas e da auto-repressão</p> <p>2- Eros indiferenciado Orgasmo</p> <p>3- Descoberta da identidade sexual (Eros diferenciado)</p>
	<p>Potencial de prazer Direccionar a energia vital no sentido do prazer, ampliando para todas as dimensões do quotidiano Experiência sensual/cenestésica da existência</p>	
Criatividade	<p>Instinto de exploração Impulso de inovação dos organismos vivos (criação espontânea)</p>	<p>1- Expressão das emoções</p> <p>2- Integração Yin-Yang Renovação do estilo de vida (mudança de estrutura existencial)</p> <p>3- Criação artística</p>
	<p>Potencial de utilizar uma infinidade de formas de expressão de sentimentos, ideias e emoções Potencial de inovação frente à realidade Assumir a acção criadora - a vida como obra de arte - autoria existencial Assumir-se como canal de expressão da sua singularidade, da diferença Aceitar a diferença e singularidade dos outros</p>	

Afectividade	Instinto gregário Necessidade de vínculo	1- Aumento da capacidade de comunicação
	Afectar e deixar-se afectar Potencial relacional Sentir-se pertença (comunidade, natureza, planeta, humanidade) Constrói relações de respeito, empatia, nutrição, cooperação Desenvolver a linguagem do amor	2- Percepção estética do outro Amor comunitário 3- Auto-doação
Transcendência	Fenómenos de Tropismo e ressonância biológica	1- Restauro dos vínculos com a Natureza
	Superação do próprio Eu, ir além da própria auto-percepção Visão sistêmica Potencial de inserção no meio / Todo Percepcionar-se parte do Todo Percepcionar-se contendo o Todo Sacralidade da Existência	2- Visão integradora da Totalidade (Transe) 3- Experiência Suprema (Extasis - Íntasis)

O processo de integração da Identidade decorre então, a partir de uma contínua e progressiva estimulação e interacção das linhas de vivência e correspondentes impulsos inatos - representada no modelo pela forma ascendente, interconectada e espiralada das diferentes linhas. De um modo geral, estão estabelecidos três níveis que indiciam o grau de integração das linhas de vivência⁶⁷, que vai desde o nível da sobrevivência, passa para o da liberação e alcança o da felicidade amorosa e criativa, como indicado na tabela.

Por outro lado, o processo de integração da Identidade decorre simultaneamente, da pulsação Identidade - Regressão. Tal remete para o eixo horizontal do modelo, que representa a alternância natural e contínua entre dois estados de consciência. A Identidade é a consciência e vivência de ser, que apesar de ser continuamente mutável, conserva uma noção de essência, e tem uma base corpórea como suporte para a existência. É uma consciência que se vai reforçando na medida em que o indivíduo actua no mundo e constrói a sua existência. A Regressão emerge da anulação da actividade voluntária cortical - a partir da indução

⁶⁷ TORO (1991), p. 324.

de estados de transe integrador - diminuindo a noção de si e aumentando a de essência comum, e a fusão com o cosmos. O Humano na sua auto-determinação e na interação com o mundo corre o perigo de perder a conexão com a vida e com a essência. A regressão permite um retorno à origem para reciclar projectos biológicos primordiais, alcançar o todo em si mesmo, ampliando novamente os horizontes de ser. É um processo de 'reprogressão' que estimula o estado de saúde e simultaneamente, a reabilitação existencial.

Desta feita, a Biodanza propicia a integração de uma Identidade sã que se manifesta nas seguintes características⁶⁸: ausência de agressão gratuita, capacidade de dar limite à agressão externa, capacidade de fugir frente a uma força superior (sobrevivência), capacidade de intimidade, vivência de consistência, estabilidade da consistência frente às dificuldades, autodeterminação do limite de contacto, ausência de espírito competitivo, ausência de autoritarismo, alto nível de vitalidade, capacidade criativa, experiência de íntasis, percepção do semelhante como único, diferente e com valor intrínseco, percepção de si mesmo como criatura com valor intrínseco, respostas em feedback com a realidade, motricidade com equilíbrio, energia e sinergismo.

Em suma, o modelo teórico criado por Toro constitui o *modus operandi* de construção do ser, numa ligação profunda com a essência e com a vida, ampliando-se no máximo possível das suas potencialidades, para viver uma existência autónoma, autêntica e plena.

5.3.2) Integração Afectiva

A afectividade em Biodanza é a afinidade profunda com o ser do outro que origina sentimentos de amor, amizade, altruísmo, maternidade, paternidade, fraternidade; é um sentimento que envolve a ligação Humano a Humano; é também um sentimento de amor e pertença à espécie humana; e ainda mais ambicioso, um sentimento afectivo a todas as coisas vivas, à vida. A afectividade tem expressão privilegiada no amor e pode ter dimensões de amor diferenciado - em relação a uma pessoa específica - e indiferenciado - em relação ao grupo, comunidade, humanidade.

⁶⁸ TORO (1991), 289.

A afectividade é ao mesmo tempo, a Identidade e a sua Integração, senão vejamos. A Integração afectiva é encarada pela Biodanza como potencializador de aprendizagem por excelência. As aprendizagens partem de um núcleo afectivo e quando assim o é, ganham capacidade de transformar verdadeira e intrinsecamente o indivíduo. A Biodanza activa este núcleo afectivo através de vivências integradoras e do transe e regressão. A acção sobre o sistema límbico-hipotalâmico, estimula a activação de potenciais genéticos afectivos que por sua vez, regulam emoções e funções orgânicas. Ora, a integração da Identidade ocorre quando esses potenciais se expressam (dentro dos cinco grupos principais) e quando isso acontece, a própria Identidade do Humano se faz presente na existência. Daí que Toro fale em inteligência afectiva, que não é um tipo especial de inteligência, mas que constitui todas as formas de inteligência - motora, especial, mecânica, semântica, social, etc. - que partilham a fonte comum da afectividade. A inteligência forma parte de todas as funções e de toda a história existencial do Humano - este não pensa só com o cérebro, mas com todo o seu corpo. O desenvolvimento da inteligência afectiva, permite a evolução integrada de todas as formas de inteligência, integra e organiza a percepção e o pensamento - o que está na base de uma expansão consciencial e de uma consciência ética.

A afectividade tem uma dimensão biológica. O bebé nasce pré-maturo e por isso, dependente do vínculo materno e da relação de amor para se desenvolver biológica, fisiológica e psicologicamente. A marca afectiva do vínculo vai acompanhar o Humano ao longo da sua existência, ficando dependente da nutrição amorosa para ser. A Identidade Humana expressa-se então, na presença do outro. Contudo, ocorre num processo de identificação afectiva com o outro, que é uma dimensão ainda mais profunda e comovedora do 'ser-com' (de Heidegger).

Os Seres Humanos constituem assim, os ecofactores mais potentes. O encontro com o outro provoca uma química especial que é a da vivência - activando o sistema límbico-hipotalâmico, o sistema endócrino e a produção de hormonas. Por isso, a Biodanza é uma prática de grupo, em que o próprio Humano junto com outros Humanos se reconhecem como legítimos seres na existência. O grupo constitui matriz de renascimento, pois permite que na presença do outro, o indivíduo expresse os seus potenciais e descubra novas qualidades de ser. Este é o espaço da reaprendizagem afectiva de ser consigo mesmo e de ser com o outro

(fusão do 'ser' com o 'ser-com'). As propostas dentro da Biodanza exploram todo o âmbito afectivo que vai desde o eros diferenciado - exercícios individuais, em par, com activação da escolha - ao eros indiferenciado - exercícios em grupo, exercícios de dissolução, a própria experiência da diversidade grupal.

Toro fala da Poética do Encontro Humano, que ocorre desde a conexão afectiva entre os intervenientes, cujos olhares, expressões, gestos, mãos, braços, corpo e palavras, se tornam verdadeiras carícias:

“comunicar o belo que existe no outro, sem julgar nem desqualificar”.

A qualidade da convivência que se gera num grupo de Biodanza, é um factor determinante na construção de uma Identidade saudável, coesa e forte (mas flexível). É o princípio gerador de uma verdadeira Ecologia Humana, estimulando uniões afectivas, reais, diversas, e por conseguinte, uma maior coesão social.

Ao integrar a afectividade, a Biodanza actua e reforça directamente os mandatos cosmobiológicos (Princípio Biocêntrico). O Amor é a força criadora que organiza o surgimento, expansão e manutenção do universo. O Amor é cósmico, é a expressão mais potente de vida:

*“O sentimento de amor poderíamos defini-lo como a experiência suprema de contacto com a vida.”*⁶⁹

Já a afectividade, é a forma que o Amor assume no Ser Humano, com sede instintiva. Constitui portanto, a possibilidade do Humano viver, crescer e evoluir nos seus potenciais.

A Biodanza coloca o máximo relevo na função afectiva e no amor, à escala planetária, para promover as condições de liberdade para amar, que é o mesmo que dizer, que está a transformar as formas de condicionamento letais, em condicionamentos amorosos e nutritivos que aumentam a integração. A principal fonte de sofrimento é a perda de amor, que se reflecte na nossa sociedade em comportamentos patológicos de competição, ódio, discriminação, dominação, violência. É necessário inverter essa dissociação:

⁶⁹ TORO (2014), p. 72.

“Todo o amor que possamos dar é insuficiente para as necessidades da nossa época, todos os beijos, todas as carícias, todos os sorrisos e seduções, toda a ternura é pouca, para a nossa época violenta e carente de contacto.”⁷⁰

A Biodanza assume-se desde a afectividade, como motor de transformação social, pois desperta processos internos modificadores do indivíduo e actua desde os sistemas micro-sociais que cria (grupos):

“Os alunos de Biodanza, diferenciam-se do homem comum, por possuírem um instrumento para alcançarem a consciência comunitária. A consciência comunitária já-mais provém de uma ideologia, senão de uma vivência de eros indiferenciado.”⁷¹

Assim se constrói uma nova civilização baseada na ‘estética antropológica’⁷² - um sistema de ressonância com a parte iluminada do indivíduo e dos outros (apresentados como semelhantes). Ao sensibilizar essa parte iluminada do Humano, pode-se criar uma espécie de tropismo amoroso e verdadeiramente, transformador da Existência. O objectivo máximo da Biodanza é a integração Identidade, impulsionando o Humano a ser cada vez mais si próprio. Para Toro, é possível despertar o estrato mais profundo do inconsciente humano - o ‘numinoso’ - aquilo que acredita ser o conjunto de potenciais de extraordinária diferenciação e refinamento do Humano. São as manifestações humanas mais reprimidas, mas são aquelas que são o poder de excelência do Humano enquanto Humano⁷³:

- O Amor como experiência total que inclui o corpo (cenestesia e sensação de prazer), os pensamentos e estados interiores misteriosos que faz desapegar o ego, reforça a fidelidade, a incondicionalidade e o desejo de comunhão.
- A Iluminação que é integrar a luz - parte fulgurante da alma geradora de amor, alegria, graça - e a sombra - terrores, medos, violência, angústia - num processo de iluminação, ou seja, de aumentar a percepção amorosa das coisas essenciais; alguém que vê o melhor de si e ilumina o outro;

⁷⁰ TORO (1991), p. 94.

⁷¹ TORO (1991), p. 94.

⁷² TORO (1991), p. 70.

⁷³ TORO (2014), p. 153.

- A Coragem que é capacidade de desafiar a própria sombra, entrar nas entranhas de si, nas dores e medos e ascender à luz;
- A Experiência enteógena que é despertar o deus interno, sentir a pureza e a força do divino em si; também ampliar a percepção com acesso à experiência suprema, que é ver a organização e a maravilha da Natureza e da Criação e vivenciar a sensação comovedora de estar vivo e pleno de sentido.

A Biodanza constitui então, este convite de reingressar na natureza humana, de integrar a necessidade de autoria existencial de cada ser, de reintegrar cada ser por sua vez, na existência com uma presença importante e singular que se constrói e se complementa em relação com outras presenças, e de fazer emergir o melhor da própria natureza humana que é ser plena vida, plena comunhão, plena iluminação. O estágio último do Humano Biocêntrico, é o 'Humano Eterno', aquele que com estas características manifestas, se cumpre plenamente.

6. CONCLUSÃO

O cuidado é então, uma dimensão intrínseca do Ser Humano. Ele manifesta-se na palavra quotidiana para demonstrar uma acção que parte de uma preocupação e de uma disponibilidade sobre o quê ou quem necessita de cuidado, apoio, nutrição. Habita o inconsciente colectivo, já de tempos ancestrais, em que os Humanos que sacralizavam as dimensões importantes que regiam a existência humana, contavam histórias da criação e de milagres. De um lugar de nós, imemorial, sabemos que fomos moldados pelo cuidado e que a nossa existência foi deixada sob sua tutela. Isso significa que ontologicamente, o Humano é um ser de cuidado, ou seja, o Humano para permanecer Humano precisa de manter essa matriz existencial. O convite é enquanto ser lançado na existência, o Humano possa construir quem é, a partir de um movimento interno de escuta e de disponibilidade para poder expressar todas as potencialidades de poder-ser. Assim, o desafio é tanto voltar-se para si mesmo, buscando formas expressivas de se ir sendo cada vez mais - *Dasein* - como ir interagindo com o mundo, com os outros seres e entes, e desenvolver modos de presença e conviviabilidade e de maior estimulação do ser.

Na realidade, até do ponto de vista biológico, o Humano traz a matriz do cuidado, através do vínculo materno do qual está dependente para sobreviver e para se desenvolver plenamente. No entanto, este vínculo é mais primordial e está presente nas formas de vida mais básicas da evolução e recuando ainda mais, está na base de processos de criação, de organização e expansão do universo. Por sua vez, o próprio processo evolutivo desde os hominídeos, demonstra que o cuidado das crias e dos pequenos grupos, a criação de relações de cooperação e complementares, permitiu a sobrevivência da espécie humana e até da sua complexificação biológica, relacional e existencial. Desde a relação mãe-filho, à família e às comunidades, o processo de agregação e cuidado, deu origem a sistemas sociais que reforçaram a segurança da espécie, o seu crescimento e a profundidade de vínculos criados, logo a sua coesão. Na origem, estas primeiras sociedades eram de natureza matrística, ou sejam, projectavam essa memória e vivência materna numa natureza generosa e numa existência sagrada. A Grande Mãe acolhia os Humanos, todos os seres e todos os elementos como frutos sagrados dos

seu ventre. Numa relação fusional amorosa, os Humanos eram parte de um sistema vivo, abundante e dinâmico do qual participavam e eram responsáveis pelo equilíbrio e manutenção. Esta vivência manifestava-se num quotidiano sagrado, organizado e amplo na diversidade de vivência - trabalho, comunidade, prazer, descanso - e em relações simbióticas e cooperativas entre Humanos, outros seres e os recursos existentes.

Todas estas vivências e estruturas do cuidado foram desvanecendo dentro do Humano. Reflexo disso, são os sintomas de descaso que brotam diariamente nas televisões ou mesmo na esquina da nossa casa. Não é para colocar ênfase nessa crise, ela já teve protagonismo que chegue. É tempo de mudança. É momento para sair da dormência, do esquecimento, da alienação, da indiferença em que vivemos interna e externamente. A crise do cuidado é uma crise planetária, civilizacional, cultural, relacional, natural, individual... tão ampla que se torna urgente a mudança ou então, caminhamos para o fim da existência tal qual a conhecemos (ou conhecíamos). Talvez nos tenhamos tornado em máquinas insensíveis ou deuses onipotentes, mas Humanos, já não somos. É tempo de mudar, é tempo de parar, sentir, escutar para ampliar a percepção de si, dos outros, da natureza, da existência. É tempo do Humano-Terra que vai além das suas vontades e desejos e se recoloca numa totalidade cósmica. É tempo de crescer para uma existência plena, partilhada e sagrada em que nada fica de fora, como outrora foi.

A Biodanza assume-se neste contexto com um papel revolucionário por se tratar de uma Pedagogia do Cuidado. Primeiro, recoloca a vida no centro da existência humana - Princípio Biocêntrico - e a partir daí, cria um *ethos* e uma cultura baseada em valores de vida, saúde, bem-estar, prazer, ou seja, devolve a existência humana à tutela do Cuidado. Depois cria uma pedagogia, o que significa que não tem objectivos de doutrinação e de muito menos moldar a existência a partir de um espaço vazio de sentido, artificial ou doente. Pedagogia significa facilitar o processo de aprendizagem no indivíduo para que a mudança seja real e desde o interior (em interacção com o exterior com também). Para o efeito, criou um sistema de pedagógico que remete para o cerne da natureza humana: o sentir. A metodologia vivencial é o caminho para despertar o núcleo afectivo humano,

ampliando a sua capacidade de se perceber e de entrar em ressonância com o que o rodeia e criar vínculos.

Propõe-se assim, a construir o Humano Biocêntrico a partir de um modelo teórico que constitui o *modus operandi* de reabilitação do Humano. Por um lado, vai estimular a expressão das potencialidades de cada Humano, estruturando uma identidade sã, impulsionando-o a construir uma existência cada vez mais autêntica, plena, saudável e feliz. Por outro lado, vai desenvolver a inteligência afetiva e a linguagem do amor para que cada percepção, cada acto, cada relação do Humano, seja concretamente vinculado ao milagre da Vida numa co-existência sagrada com os outros. Assim, a mudança será real e não apenas individual, de realização plena de si, mas num caminho de realização conjunta, que parte de um lugar interno de escuta, de preocupação, de respeito, de vinculação - resumindo, de cuidado - que possibilita uma mudança também, de cuidado. A aprendizagem interna torna cada indivíduo que dança, num agente de transformação na sua vida e na dos que o rodeiam.

A Biodanza como sistema conectado com a natureza humana, apresenta-se também como uma proposta universal - sem dogmas, nem religiões, com uma linguagem universal e com objectivos universais - que pretende criar uma real mudança social e até, planetária, de unificação em torno da Vida e do Amor. Então, o acto político torna-se o abraço, o contacto, a carícia, a linguagem do amor:

“Se o político pudesse identificar-se com o sofrimento e a miséria dos explorados, com o desamparo dos humildes, com o martírio e a impotência dos condenados, se pudesse estar desesperado com a situação dos seus irmãos, a sua acção seria uma torrente de amor, voltado em procedimentos, leis e instituições ao serviço da comunidade.” ⁷⁴

A Biodanza convida-nos ao futuro, à existência plena e sagrada; mostra-nos uma opção de futuro que é o Humano regressar a si e verdadeiramente tornar-se um ser de cuidado.

⁷⁴ TORO (1991), p. 90.

7. BIBLIOGRAFIA

CARRILHO, M. Rosado (2010). “O cuidado como ser e agir”. Ex Aequo. Nº 29. Évora.

BOARDMAN, James (1811). A vocabulary in the English, Latin, German, French, Italian, Spanish, and Portuguese languages. Londres. <https://archive.org/details/vocabularyinengl00boar>

BOFF, Leonardo (1999). Saber Cuidar. Ética do humano - compaixão pela terra. Editora Vozes. Rio de Janeiro. <https://pt.slideshare.net/sofphyazul/saber-cuidar-completo>

BORGES-DUARTE (2010). A fecundidade ontológica da noção de cuidado. Ex Aequo. Nº 2. Évora.

FERNANDES, Marcos A. (2011). “O cuidado como amor em Heidegger”. Rev. Abordagem Gestáltica. Jun-Dez. XVII (2).

FROMM, Erich (2000). A Arte de Amar. Martins Fontes.

GOLEMAN, Daniel (2003). Inteligência Emocional. Ed. Temas e Debates. Lisboa.

HAN, Byung-Chul (2012). La Sociedad del Cansacio. Herder Editorial. Barcelona.

HEIDEGGER, Martin (2005). Ser e Tempo. Parte I. Editora Vozes. Rio de Janeiro.

HEIDEGGER, Martin (2005). Ser e Tempo. Parte II. Editora Vozes. Rio de Janeiro.

JUNG, C.G (2000). Os arquétipos e o inconsciente coletivo. Perrópolis/RJ. Vozes.

LÓPEZ ALONSO, Marta (2011). El cuidado: un imperativo para la bioética. Re-lectura filosóficoteológica desde la epiméleia. UPCO. Madrid.

MARCUSE, Herbert (1975). Eros e Civilização. Uma Interpretação Filosófica do Pensamento de Freud. Zahar Editores. Rio de Janeiro.

MARUYAMA, Natália (2005). Moral e filosofia política de Helvéticus: uma discussão com J. Rousseau. Editora Humanitas. São Paulo.

KELLER, G.F (1972). Introdução à filosofia da educação. Zahar. Rio de Janeiro.

MATURANA, H.; VARELA, F. (1998). De Máquinas y seres vivos. Autopoiesis: La Organización de lo vivo. Editorial Universitaria. Santiago do Chile.

MATURANA, H. & VERDEN-ZOLLEN (2009). Amar e Brincar. Fundamentos Esquecidos do Humano. Athena Editora. São Paulo. Link: <https://pt.slideshare.net/augustodefranco/conversaes-matrsticas-e-patriarcais>.

MIRCEA, Eliade (1972). Mito e Realidade. Ed. Perspectiva S.A.

MOORE, Thomas (1996). O Sentido da Alma. Planeta editora. Lisboa.

PAVONE ZOBOLI, Elma Lourdes (2004). “A Redescoberta da ética do cuidado: o foco e a ênfase nas relações”. Revista da Escola de Enfermagem da USP, vol. 38, nº.1, Março, São Paulo.

RIBEIRO, Lucas Mello; LUCERO, Ariana; GONTIJO, Eduardo Dias (2008). “O ethos homérico”. Psychê. Nº 22. Jan-Jun XII. São Paulo.

SALES, Catarina A. (2008). “Ser-no-mundo e o cuidado humano”. Rev. Enfermagem UERJ. Out-Dez. Rio de Janeiro.

TORO, Rolando (1991). Teoria da Biodanza. Colectânea de Textos. Volume I. Editora ALAB. Ceará.

TORO, Rolando (2002). Biodanza. Editora Olavobrás. São Paulo.

TORO, Rolando (2012). La Inteligencia Afectiva. La unidad de la mente con el universo. Editorial Cuarto Proprio. Santiago.

TORO, Rolando (2014). El Principio Biocéntrico. Nuevo Paradigma para las Ciencias Humanas. La Vida como Matriz Cultural. Editorial Cuarto Proprio. Santiago.

WEIL, Pierre; LELOUP, Jean-Yves; CREMA, Roberto (2003). Normose. A Patologia da Normalidade. Verus Editora. Campinas.