



Universidade Fernando Pessoa

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais
Dissertação de Mestrado em Psicopedagogia Perceptiva

**Itinerário de uma construção identitária em
contacto com a Psicopedagogia perceptiva**

Fernanda Torre

Porto, 2010



Universidade Fernando Pessoa

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais
Dissertação de Mestrado em Psicopedagogia Perceptiva

**Itinerário de uma construção identitária em
contacto com a Psicopedagogia perceptiva**

Orientador: Professor Doutor Danis Bois
Co-Orientador: Mestre Catarina Santos

Fernanda Torre

Porto, 2010

Ao meu pai, exemplo de justiça e humanidade
Aos meus filhos, as sementes de mim

Resumo

Este trabalho de investigação aborda a questão da identidade através do itinerário da construção identitária em contacto com a Psicopedagogia perceptiva. É um projecto de investigação que visa evidenciar a dimensão existencial desenvolvida ao tomar contacto com o corpo auto-biográfico, bem como ao contacto da escrita da narrativa de vida da autora. Esta narrativa de vida irá constituir o material de recolha de dados que permitirá a autora realizar a análise dos seus processos de formação e de conhecimento no que concerne a busca identitária.

Índice

| | |
|--|------|
| ÍNDICE | p.5 |
| Agradecimentos | p.8 |
| INTRODUÇÃO | p.9 |
| PRIMEIRA PARTE: Contextualização e Problemática da Investigação | p.12 |
| Capítulo 1: Problemática da Investigação | p.13 |
| 1.1. Pertinência pessoal | p.13 |
| 1.2. Pertinência sócio-profissional | p.17 |
| 1.3. Pertinência científica: um eixo em desenvolvimento | p.20 |
| 1.4. Questão de Investigação | p.23 |
| 1.5. Objectivos da Investigação | p.23 |
| Capítulo 2: Quadro Teórico | p.24 |
| 2.1. Algumas Referências sobre a Identidade | p.24 |
| 2.1.1. Introdução à Identidade da Mulher | p.24 |
| 2.1.2. A identidade pessoal e social | p.26 |
| 2.1.3. A identidade de Professora | p.28 |
| 2.1.4. Corpo e Identidade em formação | p.29 |
| 2.2. Perspectivas psicológicas e filosóficas do Self: a metamorfose de si | p.32 |
| 2.3. A Narrativa autobiográfica como Instrumento de Investigação /Formação | p.37 |
| SEGUNDA PARTE: Postura metodológica e Metodológica | p.44 |
| Capítulo 1. Postura Epistemológica | p.45 |
| 1.1. Introdução | p.45 |
| 1.2. Uma pesquisa qualitativa | p.45 |
| 1.3. A Postura implicada do Investigador | p.46 |
| 1.4. A postura na primeira pessoal radical | p.48 |
| Capítulo 2: Metodologia de Investigação | p.50 |
| 2.1. Introdução | p.50 |
| 2.2. Dinâmica da escrita – descrever a minha experiência: da prática à pesquisa | p.51 |
| 2.3. A recolha de dados: a minha narrativa | p.55 |
| 2.3.1. Perda de identidade | p.55 |
| 2.3.2. O encontro com a Psicopedagogia: a (trans)formação de si | p.65 |
| 2.4. Método de análise | p.75 |
| 2.4.1. Primeiro tempo de análise: leitura em diagonal (skim reading) da narrativa de vida | p.75 |
| 2.4.2. Segundo tempo de análise : leitura aprofundada (scan reading) e construção de categorias emergentes | p.76 |
| TERCEIRA PARTE: Movimento hermenêutico da minha narrativa de vida | p.87 |
| Capítulo 1: movimento hermenêutico da minha narrativa de vida | p.88 |

| | |
|---|-------|
| 1.1. As tomadas de consciência no decurso da escrita----- | p.88 |
| 1.2. Análise categorial emergente----- | p.89 |
| 1.2.1. O papel dos actores sobre a minha perda de identidade ou a minha salvaguarda identitária----- | p.90 |
| 1.2.2. Tomada de consciência do hospital como um espaço estratégico de salvaguarda identitária----- | p.91 |
| 1.2.2.1. Estratégias de salvaguarda da minha identidade----- | p.92 |
| 1.2.3. Tomada de consciência da percepção da minha perda de consciência----- | p.93 |
| 1.2.3.1. Alteração dos estados psíquicos----- | p.93 |
| 1.2.3.2. Alteração dos estados físicos----- | p.94 |
| 1.2.3.3. Alteração da relação a si e aos outros----- | p.94 |
| 1.2.3.4. Alteração da relação com o tempo----- | p.95 |
| 1.2.4. Processo de construção da minha identidade através do retorno ao corpo e a Psicopedagogia Perceptiva----- | p.95 |
| 1.2.4.1. Encontro com o corpo sensível----- | p.96 |
| 1.2.4.2. Mobilização cognitiva e intelectual----- | p.96 |
| 1.2.4.3. Mobilização da atenção----- | p.97 |
| 1.2.4.4. Mobilização de diferentes estados----- | p.98 |
| CONCLUSÃO: reflexão dos resultados e perspectivas----- | p.101 |
| Bibliografia----- | p.112 |
| Anexos----- | p.118 |

“ Espáduas brancas palpitantes;
Asas no exílio dum corpo,
Os braços calhas cintilantes
Para o comboio da alma.
E os olhos migrantes
No navio da pálpebra
Encalhado em renúncia ou cobardia.
Por vezes fêmea. Por vezes monja.
Conforme a noite. Conforme o dia.
Molusco. Esponja
Embebida num filtro de magia.
Aranha de ouro
Presas na teia dos seus ardis.
E aos pés um coração de louça
Quebrado em jogos infantis.”

Natália Correia

Agradecimentos

Algumas pessoas tiveram um papel preponderante em todos estes anos de escrita desta tese, na elaboração da pesquisa e mais particularmente no percurso que me levou a ser o que sou hoje:

Danis Bois, o meu director de tese e o meu grande mestre na arte do Sensível, fundamento desta tese. Obrigada por tê-lo encontrado no meu caminho: a sua coerência e o seu génio criador ultrapassam quaisquer limites. O seu conhecimento profundo acompanhou, sempre, esta minha viagem. O seu rigor metodológico levaram-me a olhar todas as coisas de diferentes ângulos. Agradeço ter-me acompanhado e ajudado a descobrir o Movimento Interno e as potencialidades desse meu Sensível. Foi com ele que trabalhei a relação comigo própria, como se a sensação não se contentasse em existir mas evocasse outra coisa bem mais profunda: um reensinamento, um facto de conhecimento, enfim, uma inteligência sensível.

Catarina Santos, a minha querida mestre e ponto de apoio constante nas minhas reflexões. Obrigada por todo o esforço e acompanhamento nesta caminhada.

A todos os autores e investigadores referidos ao longo do trabalho, o meu muito obrigada pelas leituras e conselhos de especialista que me proporcionaram.

A todos os meus amigos que, sempre, estiveram ao meu lado.

Introdução

Este trabalho de investigação aborda a questão da identidade através da minha própria busca identitária enquanto mulher. Esta temática constitui para mim um desafio importante, na medida em que a busca identitária participa no desenvolvimento do ser enquanto possibilidade de viver, sem restrições, a escuta das suas próprias percepções, dos seus sentimentos e das suas necessidades de uma forma singular e implicada.

É um trabalho que me toca, pois ecoa na minha própria caminhada representando o fruto de uma prática intensa com uma sequência e movimento singulares da minha vida. O meu projecto de investigação visa evidenciar a dimensão existencial desenvolvida ao tomar contacto com o corpo auto-biográfico, bem como ao contacto da escrita da minha narrativa de vida. A narrativa de vida neste contexto dá-me a oportunidade de nomear e de escrever o que descobri na formação em Psicopedagogia perceptiva e de desenvolver as minhas tomadas de consciência da minha “vida passada” de mulher.

Esta narrativa de vida irá constituir o material de recolha de dados que me permitirá realizar a análise dos meus processos de formação e de conhecimento. O meu relato de vida tomou forma graças a novas experiências do meu corpo e no meu próprio corpo. Com efeito, por ter encontrado e vivenciado o "corpo Sensível" reconheço a evidência que o corpo vivenciado é um lugar privilegiado da criação: “o corpo fala-nos e faz-nos falar. No limite sem que ele o queira ou nós queiramos” (Salzer, 1975, p. 9)

Esta experiência vivenciada do corpo que se situa na região selvagem, como diz D. Bois, “penetrar o mundo da interioridade corporal, é explorar uma “região selvagem”, virgem de toda a referência conhecida.” (Bois, 2008, p.7). Ou seja, a região de emergência que ultrapassa o controlo da consciência reflexiva e que, deste modo, permite a criação, a invenção, a revelação de novas percepções dentro da mesma vivência.

Este movimento de emergência desta natureza não seria mais do que uma luz efémera de inteligibilidade se não tivesse já sido tomado, trabalhado, posto à prova, partilhado por diversas pessoas. Foi por isso que escolhi o modo da escrita da narrativa de vida como lugar de partilha em torno da busca identitária no feminino. Devido a razões histórico-culturais a mulher esteve frequentemente sujeita à dependência e a sua adaptação social a uma prova de obediência muitas vezes confinada ao seu papel

familiar, facto que acarretou não somente a perda duma consciência identitária mas também o adormecimento dum processo de individuação autónomo em consonância com essa identidade.

Ao longo deste trabalho, sublinharei a importância das variáveis epistemológicas que se desenvolveram ao longo do meu itinerário que me conduziu a Ser Pessoa. Neste momento crucial da minha investigação, tracei um quadro referencial de perguntas/problema de modo a ilustrar o meu percurso auto-biográfico o qual define a questão de pesquisa e os respectivos objectivos. Vou procurar ilustrar o contexto histórico sobre a questão identitária através do meu próprio percurso de vida.

Para além das diferentes formas de identidade existencial, social, familiar, profissional, o que me interessa aqui é a construção da identidade enquanto mulher, uma vez que, como o descreverei ao longo da minha narrativa de vida, atravessei, num determinado momento da minha vida, uma desconstrução da minha identidade de mulher, devido a um contexto e a um meio envolvente particulares. Reconstruí-me lentamente e o encontro com o meu próprio corpo e com o Sensível fez-me redescobrir a minha identidade de mulher. Foi então muito naturalmente que a minha questão de investigação se declinou no sentido de estudar a minha própria construção identitária, apresentando-se da seguinte forma: **Em que medida, o encontro com o Sensível participou na minha construção identitária?**

O problema colocado "Como é que eu, como mulher percepciono o mundo e me percepciono a mim própria?" merece uma análise consistente. Através do meu relato de vida, mostrarei, num primeiro momento, como a perda da identidade definida pela própria caminhada poderá conduzir a uma patologia que conduz a uma destruição dessa identidade. E num segundo tempo desenvolverei como essa patologia pode ser regressiva com o método de Danis Bois. Depois de apresentar a minha postura num paradigma interpretativo e compreensivo e a minha metodologia fenomenológica.

Esta investigação toca-me por ressonância já que tem origem, precisamente, nesse prosseguimento combativo, contínuo de dar forma aos meus materiais vivenciais. Esta apropriação da prática é um acto reflexivo, ou seja, uma introspecção dirigida para as minhas experiências como reconhecimento do que fiz, senti, pensei e provei.

A experiência é um lugar incontornável da emergência mas ela não é válida sem uma atenção para nos apoderarmos dos sinais do corpo e preservar a sua intenção de tematizar o que se pode observar e escrever, razão pela qual não hesitei em apoiar-me abertamente, numa mobilização introspectiva orientada para a interioridade do corpo.

Para realizar este processo, escolhi uma postura na primeira pessoa radical. De facto, se não fizermos esta abordagem na primeira pessoa, não nos poderemos enraizar na análise da nossa experiência.

Na abordagem proposta pela Psicopedagogia perceptiva encontrei as dimensões formadora e formativa; esta última uma dimensão existencial que está também presente na minha prática profissional enquanto professora. Ao realizar esta caminhada de investigação apercebi-me que esta busca identitária do ser é também importante para o ensino. A minha própria formação como professora sensibilizou-me para o facto de que ensinar um aluno é, também, formá-lo na identidade do seu Ser, como pessoa. Penso que, justamente por ter passado por esta experiência da desconstrução identitária, é necessário preservar a própria identidade para construir um ponto de apoio para si próprio e para os alunos.

Encontrei igualmente na dimensão formativa da Psicopedagogia perceptiva uma nova maneira de viver a identidade corporal, ou mais precisamente, uma identidade que adquire a sua forma na vivência da sua interioridade sensível. Não sei se esta fenomenologia do "corpo Sensível" pertencerá ao futuro mas desejo que este trabalho faça avançar um passo para a sua aceitação científica.

A primeira parte desta investigação aborda a contextualização e a problemática de investigação. O primeiro capítulo trata das pertinências pessoais, profissionais, sociais e científicas, tal como a questão de investigação e os objectivos de investigação. No segundo capítulo desenvolverei o quadro teórico, nomeadamente uma introdução sobre a identidade da mulher, as perspectivas psicológicas e filosóficas do Self e a narrativa auto-biográfica enquanto instrumento de investigação/formação.

Na segunda parte abordarei, no primeiro capítulo, a postura epistemológica orientada para uma postura na primeira pessoa radical na medida em que sou o sujeito e o objecto da minha própria investigação. No segundo capítulo apresentarei a minha metodologia de investigação que irá apoiar-se sobre a narrativa de vida. Esta narrativa de vida vai constituir a minha recolha de dados sobre os quais farei a minha análise e interpretação acerca do meu processo de formação e de conhecimento relacionado com a busca identitária.

A terceira parte salientará o movimento hermenêutico da minha narrativa de vida, segundo uma abordagem categorial e fenomenológica seguida de uma fase de síntese e de conclusão da investigação.

Primeira Parte:

**Contextualização e Problemática
de Investigação**

Capítulo 1: Problemática de Investigação

1.1. Pertinência pessoal

“Peço desculpa de me expor assim, diante de vós; mas considero que é mais útil contar aquilo que vivemos do que estimular um conhecimento independente da pessoa.”

Paul Valéry

Este trabalho representa, para mim, o horizonte actual do meu percurso de vida marcado, originalmente, pela paixão do corpo como ponto de entrelaçamento entre os processos de percepção, acção, reflexão e relação. Este corpo, ligado a mim, atrai-me e ocupa-me de diversas maneiras. Ensina-me que a presença a si e ao mundo passa pela presença do corpo. A concepção do sensível corporal reduz-se muitas vezes aos cinco sentidos exteroceptivos, ou ao sentido proprioceptivo ligado ao movimento. Mas encarada de um ponto de vista fenomenológico, a concepção do Sensível corporal refere-se à noção de presença a si através da mediação do corpo. O autor J. Gaillard (2000a, 2000b), por exemplo, defende uma reabilitação da dimensão sensorial como fonte de produção de conhecimento: “As informações sensoriais tornam-se fonte de conhecimento; a consciência que daqui nasce é uma consciência de si implicada na acção” (Gaillard, 2000a, p. 12) O autor acrescenta: “O aluno autoriza-se a voltar o olhar para si, a ver-se; a dizer-se, a reconhecer-se desenvolvendo os diferentes gestos da tomada de consciência, sob a direcção da atenção que induz uma captação de sentido e de compreensão.” (Gaillard, 2000b, p. 13)

Durante a formação em Psicopedagogia perceptiva, ao desenvolver as minhas faculdades sensoriais voltadas para o corpo, tomei consciência que estava extremamente distanciada do meu corpo, habitava-o sem no entanto cuidar da minha relação com ele. Progressivamente, descobria que esta ausência de presença ao meu corpo participava na destruição da minha identidade. Esta passagem criadora entre o meu corpo e o meu pensamento, esta abordagem evolutiva entre as minhas sensações e o sentido da minha vida é muito específica: um sentimento muito forte de existir, questão amplamente desenvolvida ao longo do trabalho.

Esta minha caminhada fez-me entrar no meu corpo, na vida interior do meu corpo dum modo que nenhuma dimensão escolar me havia mostrado; pude sentir-me como sujeito que percebe e que pensa. Pude descodificar certas manifestações de

vida que se desenrolaram para que eu conhecesse esses elementos de mim e da minha história preparando um espaço para todos os devires possíveis.

Comprendemos então o que motivou a escolha do tema da minha investigação e espero que este trabalho me clarifique sobre a ligação entre a presença ao meu próprio corpo e a minha construção identitária enquanto mulher; mas também sobre a incidência deste retorno identitário sobre a minha vida familiar e profissional.

Quando comecei a trabalhar sobre o corpo sensível encontrei toda uma vida subjectiva moribunda dentro de mim que tinha de ser explorada e ressuscitada. Comecei este percurso de construção da minha identidade, convidando-me a olhar para as coisas e para os seres de um modo diferente e a dar um outro sentido à minha existência. Por conseguinte, debrucei-me sobre a minha revolução interior, subjectiva e resolvi voltar ao meu ponto de partida, estabelecendo um diálogo intenso entre o sentir do meu corpo e o meu pensar. Dei uma importância à existência como nunca antes sentida. Ao longo deste trabalho há uma linha de pensamento que me acompanha e que reivindica essa identidade perdida, que renasce com respostas novas de transformação perceptiva e consequentemente, cognitiva. Emerge um sentimento de inteligência sensível que integra uma dimensão de compreensão do Universo e de mim. Há uma sensação de estar presente no todo e o todo em si, com uma profunda compreensão da vida.

Assim, iniciei a construção de um espírito intimista e criador de renovação interior dos movimentos do meu corpo sempre acompanhado por movimentos de desordem mas sem perder de vista toda a pertinência científica, mesmo se se trata da minha própria história. A história da minha vida contribuiu para inscrever esta problemática do sujeito no centro das preocupações sobre o conhecimento, é essa história de vida que alterou o meu futuro como António Damásio (Damásio, 2000) tem vindo a explicar, a consciência nasce quando interpretamos um objecto com o nosso sentido autobiográfico, a nossa identidade e a nossa capacidade de anteciparmos aquilo que há-de vir.

Este trabalho inscreve-se nesse percurso pessoal, nessa caminhada enquanto ser sensível e pensante que se convoca numa construção pessoal e na relação com os outros.

O entusiasmo pela perspectiva biográfica pareceu-me inseparável da reabilitação pessoal e progressiva, interpretado como o retorno de um pêndulo que volta a dar horas: trata-se dum grande projecto de auto-conhecimento. Escrever o meu relato de vida não é simples para mim. É necessário ousar mostrar-se, mas também é necessário validar-se na sua vida. Fiz a escolha de me expor, pois como diz P. Valéry é mais importante

contar a experiência de uma vida, do que tentar explicar a vida: “Peço desculpa de me expor assim, diante de vós; mas considero que é mais útil contar aquilo que vivemos do que estimular um conhecimento independente da pessoa.” (Valéry citado por Nóvoa, 2002, p. 27)

O exercício da narração sempre participou na minha própria formação. A escolha de realizar uma narrativa de vida na dinâmica da minha investigação, vai provavelmente permitir-me, assim espero, educar-me ao contacto de uma auto-reflexão sob o modo da escrita ancorada na minha interioridade. A frase de Oscar Wilde conduz-nos ainda o olhar para o exercício de auto-reflexão: “*não apenas fazer, mas ser; não apenas ser mas “tornar-se”*”: “Se num jantar, conheceres um homem que dedicou a sua vida a educar-se a si mesmo, - exemplar raro no nosso tempo, admito-o, mas ainda assim possível de encontrar, ocasionalmente – levantar-te-ás da mesa mais rico com a certeza que, por um momento, um alto ideal tocou e benzeu os teus dias. Mas, meu caro Ernesto, sentares-te ao lado de um homem que passou a sua vida a tentar educar os outros! Que horrível experiência essa!” (Wilde, 2003, p. 65).

“*Qualquer história de vida é uma história de aprendizagem*” diz Gaston Pineau (Pineau, 1987, p. 19), tudo se resume a uma questão identitária. O meu campo de trabalho estrutura-se nesta perspectiva biográfica de formação da identidade, de transformação de uma experiência de sofrimento em experiência transformadora que lança força, pertinência, originalidade sobre as dimensões auto-reparadoras de uma identidade, há muito, perdida.

Daí que este projecto de desenvolvimento pessoal, esta narrativa de mim ou fragmentos auto-biográficos, sejam um suporte de trabalho como se de uma “oficina de escrita” se tratasse. O valor que atribuí ao que é vivido, na continuidade temporal do meu ser psicossomático, representa vivências que têm uma intensidade particular e se impõem à consciência. Foi esse movimento que me conduziu ao paradoxo interioridade/exterioridade, morrer/viver individual/colectivo, Eu/os outros, sentir/pensar. Isto é, para além de ter tido experiências, vivido experiências tive a necessidade de pensar as experiências. Só isto me permitiu *a priori* e *a posteriori*, introduzir níveis lógicos entre o processo experiencial e a respectiva cognição.

Espero que esta investigação me permita desenvolver este estado de vigília que consequentemente me dará a oportunidade de estabelecer uma continuidade ao meu Eu e à minha identidade que emergiu desse estado de consciência perceptiva e reflexiva.

Com efeito esta dinâmica reflexiva irá convergir para uma inteligibilidade das minhas experiências. Houve uma imensa onda oceânica que penetrou os meus actos de consciência. Admiti que as minhas experiências existenciais organizassem a minha identidade e se integrassem em mim. Ou seja, segundo a minha perspectiva, este trabalho nunca poderia perder de vista a abordagem intrapessoal: a ideia de diálogo comigo mesma como um processo que vai e vem permitindo a sintonia com os meus equilíbrios. Mergulhar nesta experiência interna pressupõe uma compreensão e uma grande viagem pelo meu interior.

Verifiquei que é possível modificar o estado de consciência e é essa modificabilidade que permite outros comportamentos, no tempo psicológico, no controle, na percepção das experiências, no renascimento, na expressão sensível, no pensamento. Fazer um parêntesis na vida é fundamental para articular o passado com o presente e preparar o futuro. É um tempo de peregrinação e de análise interior focalizada em vivências. Como diz Boaventura de Sousa Santos “*Se todo o conhecimento é auto-conhecimento, então todo o desconhecimento é auto-desconhecimento*” (Santos, 1987, p. 58)

Todas as leituras filosóficas que fiz puderam clarificar todo o meu percurso reflexivo; a fenomenologia mostrou-me várias pistas de reflexão e esta atitude permitiu-me contactar com a minha subjectividade corporal na relação com o sensível.

Esta Mulher a par de todas as Mulheres da História que viajaram, de mãos dadas, na consternação, com uma sensação de inutilidade, uma sombria tristeza, uma ansiedade sufocante e com uma mente dominada por distorções, com uma sensação de todos os processos mentais podem ser engolfados por uma vaga tóxica e incontrolável, consegue entrar numa verdadeira relação consigo, numa relação com o Movimento do seu corpo. Esta peregrinação, enquanto investigadora implicada, foi acompanhada pelo próprio processo de transformação: transformação dos pontos de vista, do pensamento, do sentimento de si. Portanto, é minha preocupação e interesse dar ênfase, ao longo deste trabalho, ao objecto desta pesquisa, isto é, à relação do Eu com o corpo sensível (esse intermediário entre o sentir e o inteligir) como fonte de transformação das representações que dão origem a uma nova forma de inteligência: “*A inteligência não é uma questão de diplomas (...) A inteligência é a força, solitária, de extrair do caos da sua própria vida o facho de luz suficiente para iluminar um espaço um pouco além daquele em que se está – na direcção do outro, lá adiante, tal como nós, perdido na escuridão.*” (Bobin, 2005, p. 25)

No final, espero ainda que esta investigação me permita encontrar uma resposta aos meus três objectivos de investigação auxiliando-me na compreensão não só o processo evolutivo da minha perda de identidade enquanto mulher mas também da relação entre o corpo e o psiquismo e a identidade; espero ainda que através deste trabalho possa identificar os impactos da Psicopedagogia perceptiva sobre a minha construção identitária.

1.2. Pertinência profissional

Esta investigação convida-me a consciencializar que o desenvolvimento profissional do professor, que paulatinamente, se processa ao longo da respectiva carreira, depende de aspectos contextuais, indissociáveis da sua condição de pessoa que se afirma e modifica em função do modo como percebe os outros e as relações interpessoais que com eles estabelece, assim como da representação que têm de si próprios, como pessoas e profissionais (Abraham, 1984). A presença a si através da mediação do corpo e o retorno reflexivo na sua maneira de ser e estar no contexto do ensino, visitado através da narrativa de vida, da escrita de si, participam na renovação da percepção de si e dos outros, o que consequentemente melhora as competências profissionais.

Chegou o momento de valorizar e validar as experiências passadas, conhecimentos acumulados e integrá-los na minha dimensão não só pessoal mas também socioprofissional. Esta abordagem do sensível é para mim uma forma de construir a identidade socioprofissional com professora. Aliás, devo sugerir, com alguma humildade, que esta abordagem deveria ser parte integrante dos programas de formação da classe docente.

Não será apenas a título pessoal que coloco as questões que animam esta tese; elas motivam, igualmente, uma dinâmica de reflexões no seio da Escola onde exerço a profissão de Professora responsável, anualmente, pela educação e ensino de dezenas de jovens.

Durante vários séculos a educação não passou de uma mera actuação prática em que os jovens seguiam e imitavam as acções dos adultos não havendo destes qualquer intenção deliberadamente objectivada para ajudar as aprendizagens daqueles. Uma

preocupação sobre o como ensinar os mais novos ter-se-á iniciado no Antigo Egipto reduzindo-se, no entanto, a uma actuação empírica em que se reproduziam actos didácticos consuetudinários. É com os Gregos que a educação começa a ser objecto de estudo. O seu objectivo não é, porém, o de ensinar-e-aprender mas a formação da Pessoa. Uma formação integral, espiritual e somática, una e indivisível, holística. Uma formação individual do indivíduo, nunca colectiva, porque as pessoas não são iguais. A escola de Pitágoras parece ter sido um dos primeiros pólos desta prática (e não apenas do ensino da Matemática).

Séculos se seguiram em que os filósofos foram propondo novos caminhos para a educação e o costume que continuaram ao leme dos procedimentos educacionais, quase sempre visando o ensino-aprendizagem de saber e raramente a formação do ser. As áreas do conhecimento foram-se desenvolvendo no seio da Filosofia até que começaram a delinear o seu campo específico de saber. Assiste-se, hoje, a uma etapa de profunda renovação na educação. O presente trabalho pretende situar-se nesse preciso momento de evolução desenvolvendo um possível caminho de abertura a um novo conhecimento.

J.-J. Rousseau, fundador da educação moderna, introduz-nos perspectivas inovadoras na educação que vão ao encontro do que defende a Psicopedagogia perceptiva: “É tempo de aprender a conhecer as relações sensíveis que as coisas têm conosco. Como tudo o que acede ao entendimento humano fá-lo pelos sentidos, a primeira razão do homem é uma razão sensitiva; é ela que serve de base à razão intelectual: os nossos primeiros mestres filósofos são os nossos pés, as nossas mãos, os nossos olhos.” (Rousseau, 1966, p. 56)

A pedagogia em geral, e a Psicopedagogia em particular, é esse caminho, essa prática que associa o movimento à palavra. Ela guia o sujeito para um caminho de exploração do seu mundo, revisitado continuamente através desse corpo sensível e que, de acordo com a minha experiência, é a via de acesso ao corpo biográfico.

Sabe-se que a formação do professor é hoje um processo que ocupará toda a duração da sua actividade profissional, distinguindo-se três grandes componentes estruturais: a formação inicial, a formação contínua e a formação especializada. No entanto nenhuma destas componentes age isoladamente, a sua articulação com as restantes é inevitável, interferindo, sistematicamente, nos seus campos específicos. Esperemos que essa ligação entre identidade e aprendizagem não fique esquecida por muito mais tempo. Ela é fundamental e coloca questões que não podemos ignorar como

profissionais. O professor é, antes de mais, um ser em formação que, como actor de um processo social, participa num processo de construção dos seus próprios alunos. São pontos de partida para o estudo e compreensão do processo de formação da identidade profissional.

Os professores constroem representações sobre quatro aspectos da actividade docente, o capital de saberes, saberes-fazer e saberes-ser que fundamentam a prática, as condições do exercício dessa mesma prática, no que respeita tanto à sua autonomia e controlo, como o contexto em que ela se desenrola, a sua pertinência cultural e social e, por último, as questões de estatuto profissional e prestígio social da função docente. O meu encontro com a Psicopedagogia perceptiva ofereceu-me um outro aspecto da formação e mudou os meus comportamentos, as minhas atitudes e as minhas representações de mim sobre mim própria, enquanto profissional. Este novo olhar sobre o acto de ensinar deu um novo impulso à minha carreira e repercutiu-se imediatamente na minha acção educativa, perante os estudantes. É claro que a reconstrução da minha identidade de mulher através da mediação corporal teve uma influência sobre a minha actividade profissional de professora.

O meu percurso profissional renovado é o resultado da acção conjugada desses processos de actualização interna: processo de crescimento individual, que consiste num aprofundar a consciência identitária como pessoa; processo de eficácia no ensino e de organização do processo de ensino e aprendizagem; e processo de socialização profissional, entre Eu e os Outros.

Provavelmente, esta investigação vai permitir-me compreender como essa dimensão fundadora da minha identidade se reflecte na minha interacção com o outro e na minha adaptação ao grupo profissional a que pertença e à escola onde trabalho.

Neste contexto justifica-se a questão: como iremos evoluir profissionalmente na ausência de um programa de formação de Si que responda às nossas necessidades de desenvolvimento pessoal? As nossas carreiras desenvolvem-se por referência a duas dimensões complementares: a *individual*, centrada na natureza do nosso eu, construído a nível consciente e inconsciente; e a *colectiva*, construída sobre as representações do campo escolar, influenciando e determinando estas últimas. Será que o funcionamento das escolas, por si só, poderá permitir-nos um processo de socialização profissional conducente à nossa realização individual e colectiva? Ou será que precisamos de algo mais? Este algo mais, eu encontrei-o no meu corpo Sensível, ao encontrar a minha própria identidade, fiquei mais aberta aos outros, integrando-me melhor na minha

comunidade de ensino. Vemos bem aqui, como o voltar à minha individualidade, estimulando as minhas percepções favoreceu a minha integração colectiva e social, tal como a minha capacidade de autonomia, graças ao meu saber experiencial. Ao dizer isto, inscrevo-me na dinâmica preconizada por A. Nóvoa (1992): Sentir-se professor ou assumir-se como professor é o resultado de um processo evolutivo, construído dia-a-dia e ao longo dos anos, desde o momento da opção pela profissão docente. Este processo árduo é percorrido à custa, fundamentalmente, de um saber experiencial, resultante do modo como os professores se apropriam dos saberes de que são portadores, que deverão reconceptualizar; da capacidade de autonomia com que exercem a sua actividade; e do sentimento de que controlam o seu trabalho.

1.3. Pertinência científica

Este meu itinerário pessoal foi feito, também, de confrontações entre certas posturas científicas e a minha própria ética de investigadora.

Esta tese inscreve-se epistemologicamente dentro dos horizontes de liberdade de um sujeito que é, simultaneamente, objecto de investigação. A questão é: que factos de vida me colocaram neste centro? Que factores modificaram a minha visão intelectual / cognitiva?

Esta abordagem de minha história de vida assinala, igualmente, um processo de posicionamento enquanto metodologia qualitativa de investigação e visa apresentar as etapas autobiográficas mais significativas de forma a delimitar o meu território de reflexão e de auto-formação. Temos exemplos de vários autores/investigadores que escreveram intensamente sobre este tipo de metodologia de investigação. Destacam-se, entre outros, Pierre Dominicé (1990) que publica a obra "*L'histoire de vie comme processus de formation*", na qual apresenta, em pormenor, o método de investigação de denomina de "biografia educativa". O peso desta reflexão metodológica e epistemológica está, também inscrita em toda a obra de Christine Josso: "*A originalidade do método de investigação - formação em histórias de vida situa-se, em primeiro lugar, na nossa constante preocupação de que os autores de narrativas consigam atingir uma produção de conhecimentos que tenha sentido para eles...*" (Josso, 1991, p .17)

No plano disciplinar o Mestrado em Psicopedagogia perceptiva inscreve-se no domínio das Ciências Sociais e da Educação. Com efeito, desde 2004 que esta disciplina faz objecto de uma formação universitária de 2º ciclo. Mais recentemente, em 2009 esta disciplina faz objecto de uma especialização no Doutoramento em Ciências Sociais na Universidade Fernando Pessoa.

Acreditando, como Max Weber, que o homem é um animal preso em teias de significações que ele mesmo teceu, considero a educação como sendo essas teias, e a sua análise há-de ser, portanto, não uma ciência experimental em busca de leis, mas uma ciência interpretativa em busca de significações. Assim, o presente projecto, com esta abertura a novas práticas e conceitos do Sensível, espera encontrar, legitimamente, o seu lugar no espaço científico. Ele poder-se-á inscrever na proposição de A. Rauch como “os fundamentos duma antropologia da educação ancorada na experiência corporal do saber.” (Rauch, 19998, p. 229). A proposta do seguimento desta investigação parece-me importante no avanço deste conhecimento.

Sob o plano científico a actividade de investigação que tenho intenção de partilhar aqui, desenvolve o impacto da Psicopedagogia perceptiva sobre a reconstrução identitária. Este tipo de investigação jamais foi conduzido no contexto da disciplina da Psicopedagogia perceptiva. Neste sentido, a minha investigação trará provavelmente uma contribuição científica a este campo disciplinar. A Psicopedagogia perceptiva propõe modalidades de acompanhamento que solicitam contextos de experiência centrados na relação ao corpo com o projecto de otimizar o enriquecimento da dimensão perceptiva, mas também cognitiva e comportamental das interacções que a pessoa estabelece consigo própria e com os outros.

Formar é também acompanhar uma pessoa a adoptar uma nova forma e no que diz respeito à minha investigação, uma nova forma identitária. Escolhi questionar o impacto de uma relação ao corpo sobre a construção identitária, mas igualmente desenvolver as minhas tomadas de consciência através de uma dinâmica narrativa. Associo então duas naturezas de experiência diferentes mas complementares, na medida em que o acto de escrita é alimentado pela experiência vivida do corpo e que a escrita favorece a tomada de consciência dos desafios do corpo vivenciado sobre a identidade. Esta abordagem constitui uma dimensão inovadora na investigação em formação de si.

Num domínio científico onde reinam os modelos teóricos construtivistas, como compreender este sentimento de novidade e a noção de emergência que habita a experiência de sentido no Sensível? É com este trabalho que inicio essa caminhada de

esperança oferecendo os horizontes específicos da experiência e da inteligibilidade à confrontação acadêmica: “Que as Ciências da Educação se mostrem abertas à inovação epistemológica e metodológica como 'ciências transversais'.”(Barbier, 1994, p. 2)

Não poderia conduzir esta pesquisa sem uma consciência clara que, a todos os níveis da existência humana – prático, cognitivo, psicológico, afectivo, intelectual, ontológico – a questão do sentido é, como diz Pineau: “ um objecto nobre entre todos, normalmente propriedade privada de especialistas.” (Pineau, 1988, p.32)

Este trabalho é nutrido por uma certa multirefencialidade que acompanha, igualmente, a elaboração da Psicopedagogia perceptiva, disciplina ainda jovem mas muito forte nos trabalhos que têm sido produzidos. À luz destes inúmeros trabalhos, o Sensível está longe de ter um objecto de estudo único: tem-se revelado, na realidade, uma entidade experiencial e conceptual complexa que suscita diversas orientações e olhares: olhares que buscam entrar, mais profundamente, na intimidade da própria experiência e do sujeito que a vive; uma experiência que está longe de comunicar todas as suas facetas e dinâmicas internas e um sujeito que está longe de expressar todas as maneiras pelas quais a experiência lhe tocou, interrogou e transformou. Deste modo, a proposta como uma experiência prática, a experiência do Sensível torna-se objecto de reflexão, tema para o espírito de quem a vive, interroga em múltiplas direcções e inumeráveis fórmulas de desenvolvimento do pensamento: processo de constituição de um simples objecto de investigação, dum tema tão forte como uma música que se toca ou uma tela que se pinta, ou mesmo um livro que se escreve, por palavras melódicas ou fragmentos do real sobre os quais é construída a obra, isto é, o verdadeiro campo de pesquisa.

Ele esboça um novo paradigma, paradigma entendido, aqui, como procedimento metodológico de referência que, como modelo teórico, orienta a pesquisa e a reflexão. Ora, como profissional da educação tenho hoje a convicção de que está a nascer um novo modelo de formação de professores, um caminho possível. Como se sabe, a formação dos professores não deveria assentar em moldes estáticos, como a componente teórica e a prática, mas em todo o processo que medeia estes dois pólos: a personalidade do professor, a sua capacidade de reflexão e a consciencialização dos factores que interagem com ele, nomeadamente compreender o desenvolvimento dos seus alunos e saber integrar-se no meio onde trabalha. Só assim o professor estará apto a desenvolver a sua actividade profissional em toda a sua plenitude. A formação inicial do professor é, apenas, uma etapa do processo de formação que se prende com a qualidade, devendo

continuar a desenvolver-se durante toda a carreira docente, digamos mesmo, durante toda a vida de um profissional. A minha investigação poderá permitir a participação na construção da formação de professores ao introduzir um trabalho sobre o corpo e sobre a identidade e ao propor um método de relato de vida que convida à reflexão sobre a dimensão humana no acto de ensinar.

1.4. Questão de investigação

O meu projecto de investigação apoia-se no meu próprio itinerário de vida focalizado sobre a desconstrução e a reconstrução da minha identidade de mulher. A questão de investigação vai então interrogar fortemente a temática da identidade, mas igualmente a relação à experiência do Sensível. É por isto que a minha questão de investigação se apresenta da maneira seguinte: **Em que medida, o encontro com o Sensível participou na minha construção identitária?**

1.5. Objectivos de investigação

É claro que a dimensão formativa da Psicopedagogia perceptiva me permitiu, em primeiro lugar, reconstruir a identidade do meu Ser profundo e em seguida de reconstruir a minha identidade de mulher. Porém, ignoro por que processo evolutivo a reconstrução da identidade se fez. Também não conheço de forma precisa a natureza do impacto da experiência do Sensível sobre a reconstrução da minha identidade de mulher, bem como sobre a minha identidade existencial, social e familiar, mas também profissional. Por todas estas razões os objectivos da minha investigação são os seguintes:

- Compreender o processo evolutivo da minha perda de identidade enquanto mulher.
- Compreender a relação entre o corpo , o psiquismo e a identidade.
- Identificar os impactos da Psicopedagogia perceptiva sobre a minha construção identitária.

Capítulo 2: Quadro Teórico

“Hoje não se trata tanto de sobreviver como de saber viver. Para tanto isso é necessária uma outra forma de conhecimento, um conhecimento compreensivo e íntimo que não nos separe e antes nos una pessoalmente ao que estudamos. A incerteza do conhecimento, que a ciência moderna sempre viu como limitação técnica destinada a sucessivas superações, transforma-se na chave do entendimento de um mundo que mais do que controlado tem de ser contemplado”

Boaventura Sousa Santos

Esta secção é constituída de um desenvolvimento teórico que oferece algumas referências sobre a identidade da mulher, bem como sobre as identidades pessoal, social, profissional e corporal. Em seguida, abordei as perspectivas psicológicas e filosóficas do Self e enfim depois aborda a narrativa auto-biográfica enquanto instrumento de investigação/formação.

2.1. Algumas referências sobre a identidade

2.1.1. Introdução à identidade da mulher

De maneira geral, encontramos três designações para definir a dimensão da identidade que constitui o sexo: identidade sexual, identidade de género e identidade sexuada (C. Declercq, 2008). A dicotomia masculino-feminino aparece na ordem social. As categorias de sexo constituem uma dimensão importante da identidade e ainda que a diferença entre o sexo masculino e o sexo feminino seja em primeiro lugar genética, esta dicotomia manifesta-se igualmente pela atribuição de papéis e de estatutos diferentes que ultrapassam o simples carácter sexual. A antropóloga americana Margaret Mead (1935) sublinha este fenómeno “Cada sociedade, de uma forma ou de outra, codificou os papéis respectivos dos homens e das mulheres, mas isto não é forçosamente um termo de contraste e de dominação ou de submissão.” (Mead citada por Declercq, 2008, p. 2) Ao dizer isto, Mead salienta que o papel dos homens e das mulheres varia em função das culturas estudadas. Em algumas etnias, os traços de

personalidade são muito diferentes das normas Ocidentais, são sociedades nas quais as mulheres são dominantes e os homens passivos e dependentes.

Esta característica é importante, pois à evidência, a identidade é função do meio social, mas também muito simplesmente da mentalidade de certos homens para quem ser uma mulher reenvia a uma situação de inferioridade. Neste caso, os amadores de fórmulas simples dizem que a mulher é uma matriz, um ovário ou uma fêmea e esta palavra basta para defini-la. Na boca do homem, o epíteto “fêmea” soa como um insulto; no entanto, ele não se envergonha da sua animalidade, sente-se, aliás “orgulhoso” da sua animalidade ou quando dizem que “é um macho”. Neste contexto, o termo fêmea é pejorativo, não porque enraíza a mulher na Natureza, mas porque a confina ao seu sexo. Neste caso, ultrapassamos a noção de identidade sexual clássica, definida por Richard Green (1974, 1987), “como sendo resultante de três dimensões. A primeira é a convicção íntima de ser rapaz ou rapariga. A segunda concerne a adopção de comportamentos que em cada cultura são próprios aos rapazes e raparigas, aos homens e às mulheres. A terceira recai sobre a escolha do parceiro sexual masculino ou feminino.” (Green citado por Declercq, 2008, p. 3)

Outros autores não se revêem neste paradigma afirmando que identidade torna-se uma “celebração móvel” formada e transformada continuamente em relação às formas pelas quais somos representados ou interpelados nos sistemas culturais que nos rodeiam (Hall, 1987, p. 12). É definida historicamente, e não biologicamente. O sujeito assume identidades diferentes em diferentes momentos, identidades que não são unificadas ao redor de um “eu” coerente. Dentro de nós há identidades contraditórias, empurrando-nos para diferentes direcções, de tal modo que nossas identificações são, continuamente, deslocadas.” (Hall, 1999, p. 13).

Falemos da identidade do género actualmente empregada no domínio das investigação em ciências sociais, mas também no domínio político. A palavra “género” é extremamente polimorfa e gera debates, controvérsias e polémicas “o género só se pode compreender através da diversidade das suas utilizações; o sentido da palavra género não está ainda fixo e que desacordos persistem.” (Louis, 2005, p. 5) Assim, a identidade do género convoca várias visões: para uns trata-se de um conceito, para outros relações sociais ou políticas, no entanto, a grande maioria dos autores considera que a identidade do género está no centro da identidade de si, ela permite à criança de dizer-se rapaz ou rapariga.

A noção de identidade de género faz referência à identidade sexuada que é certamente determinada biologicamente. Ela depende também da cultura, já que “conhecer o seu sexo e aderir (ou não) aos papéis e aos valores que lhe estão ligados faz parte da construção da identidade individual e social.” (Declercq, 2008, p. 3) Por vezes, a identidade sexual é em contradição radical com o corpo, para as pessoas intersexuadas e que identificam enquanto tal. Neste contexto, assumir a sua identidade sexual é difícil e talvez mesmo fonte de sofrimento.

Para além disso, uma parte dos meios feministas não se sente confortável com a perspectiva do carácter inato da identidade sexual, e esta visão também coloca problemas.

2.1.2. A identidade pessoal e social

Por um lado, como refere C. Declercq, “a identidade é uma realidade individual. Ela é a organização de representações de si e do sentimento que temos em relação a nós próprios.” (Declercq, 2008, p. 1) e por outro lado, a identidade representa o carácter daquilo que permanece idêntico a si próprio e isto independentemente das condições de existência e dos seus estados. Compreendemos então que a noção de identidade é complexa, pois ela depende, no primeiro caso, da representação subjectiva e individual que a pessoa tem de si própria; no entanto, no segundo caso, a identidade é considerada unicamente pelo seu carácter de invariabilidade, sem estar sujeita aos acontecimentos exteriores.

A identidade pessoal emerge, sobretudo, da percepção interna (em linguagem filosófica) que os indivíduos humanos possuem de si próprios, ou das representações neurais que os indivíduos constroem de si próprios (em linguagem mais científica). Sendo, no entanto, os seres humanos organismos complexos, temos que eles produzem a representação sobre si próprios inseridos em comunidades nas quais vivem, ou seja, as representações identitárias sobre nós próprios emergem de construções que ocorrem em cada um de nós. Assim, a identidade pessoal é também uma realidade social, pelo que o que a pessoa pensa ser no seio de um grupo ao qual pertence (sexo, étnico, religioso, socioeconómico). Desta forma, a identidade social de uma pessoa está fortemente ligada aos seus grupos de pertença. Podemos então afirmar que a identidade pessoal e a identidade social não são independentes uma da outra, são indissociáveis.

Num outro registo, a identidade pessoal gera-se, de forma processual e ininterrupta dentro de si e em torno de um padrão organizacional único em cada sujeito (em cada ser vivo) que se flexibiliza lentamente, mas que raramente muda bruscamente. Esta identidade que produz, e é consequência, da percepção que os sujeitos têm de si próprios, permeia-se com a sua identidade corporal delimitada fisicamente pela pele ao nível macro, e pelas membranas ao nível micro (celular). Daí as questões estéticas serem tão importantes para muitos sujeitos, pois para eles a percepção de si próprios focaliza-se sobretudo na representação que fazem das suas dimensões corporais expostas à percepção sensorial dos outros que constituem os seus nichos.

Quando o indivíduo perde as suas identidades auto-organizativas, tende a comportar-se como se fossem sistemas abertos; a sobrevivência destes organismos passa por conseguirem fazer coincidir os seus padrões auto-organizacionais com qualquer significação de sentido. Isto só se consegue, no entanto, quando o padrão auto-organizacional que existe até então não é muito diferente, em termos formais, do que lhe é proposto socialmente. Para que essa assimetria não se verifique ou se atenuar, o indivíduo tende a desenvolver alguns mecanismos de defesa auto-regulatórios.

Um breve apontamento a lembrar que a identidade de cada pessoa se revela, tanto na tradição budista como na tradição judaica que influenciaram bastante alguns autores na acção imediata de exigência ética face a situações inesperadas em que não temos tempo para ajuizar noeticamente a situação com que nos deparamos. Nestas situações o que se manifesta é a ética incorporada (Varela, 1995) dos sujeitos, isto é, a sua identidade pessoal é identificada e reconhecida por quem a observa (não) actuar. Isto é detectável em situações inesperadas de perigo, por exemplo. De notar, no entanto, que avaliar a dimensão ética orgânica de uma pessoa não se pode circunscrever à observação da sua forma de agir numa situação inesperada isolada. Ela deve ser comparada com várias situações do mesmo tipo e é também necessário ter em conta o contexto em que ela ocorre. Daí que, por exemplo, na tradição budista a ira surja como um defeito no nosso caminho para a libertação; no entanto, se ela ocorrer num contexto de injustiça ela pode ser justificada.

2.1.3. A identidade de professora

Sentir-se professor ou assumir-se como professor é o resultado de um processo evolutivo, construído dia-a-dia e ao longo dos anos, desde o momento da opção pela profissão docente, à custa, fundamentalmente, de um saber experiencial, resultante do modo como os professores se apropriam dos saberes de que são portadores, que deverão reconceptualizar; da capacidade de autonomia com que exercem a sua actividade; e do sentimento de que controlam o seu trabalho (Nóvoa, 1992).

Se, como afirma Dominicé (1990), o adulto apenas retém como saber de referência o que está ligado à sua identidade e se esta se constitui em função de duas dimensões complementares: a individual, centrada na natureza do seu ego, construída sobre as estratégias relativas à realidade psicossocial, e a grupal ou colectiva, construída sobre as representações do campo escolar que as influenciam e determinam (Simões & al., 1994), não será, por certo, menos importante considerar a abordagem biográfica como forma de acesso ou processo de pesquisa sobre a origem e desenvolvimento do conhecimento prático de mim mesma enquanto professora (Beijaard, 1995).

A vida dos Professores constitui-se por longo tempo, num “paradigma perdido” da pesquisa em educação. Hoje “sabemos que não é possível separar o eu pessoal do eu profissional, sobretudo numa profissão impregnada de valores e de ideais e muito exigente do ponto de vista do empenhamento e da relação humana” (Nóvoa, 1992, p. 7). A indissociabilidade do eu pessoal do eu profissional, certamente, remete para a questão da construção da identidade de sentir-se e ser professor. Segundo Derouet-Besson (1988) a identidade profissional dos professores é uma elaboração que ultrapassa a vida profissional em diferentes e sucessivas fases, desde a opção pela profissão, passando pela formação inicial e, de resto, por toda a trajectória profissional do professor, construindo-se com base nas experiências, nas opções, nas práticas, nas continuidades e descontinuidades, tanto no que diz respeito às representações, como no que se refere ao trabalho concreto. Nesta perspectiva, comungo com Moita (1995) que considera a história de vida e metodologia com potencialidades de diálogo entre o individual e o sociocultural, pois “só uma história de vida põe em evidência o modo como cada pessoa mobiliza os seus conhecimentos, os seus valores, as suas energias, para ir dando forma à sua identidade, num diálogo com todos os seus contextos.” (Nóvoa.op.cit..p.113).

2.1.4. Corpo e identidade em formação

- O corpo como potencial humano

O apelo do movimento do potencial interno é significativo: o corpo do indivíduo é, aqui, considerado como o receptáculo de potencialidades subestimadas, um verdadeiro tesouro inconsciente que dorme em nós.

A. Mantel emprega palavras ricas de sentido para descrever esta parte esquecida de nós: para ela, trata-se dum caminho de redescoberta do que existe em nós e que precisa de ser reavivado, sendo com essa parte que nos iremos renovar. (Mantel, 1975, p. 86). Estar atento a uma nova escuta do corpo torna-se numa espécie de busca pelo paraíso perdido, duma essência original ignorada e que é preciso reactualizar para o bem de todos. C. Pujade-Renaud e D. Zimmerman constataam que na comunicação não verbal “é vital encontrar essa sensibilidade, essa poesia que o adulto perdeu devido a uma educação opressiva” (Pujade, Zimmerman, 1979, p. 39).

Explorar e desenvolver estas potencialidades é o objectivo destas novas abordagens: “toda a mudança ou desenvolvimento da pessoa passa, obrigatoriamente, pelo domínio psíquico e corporal” (Mantel, 1975, p. 79). Ao explorar todas as situações corporais apercebemo-nos que existem outras possibilidades para além daquelas que interiorizámos.

- O corpo indissociável do pensamento

Na evidência encontrada de que todos os comportamentos são corporais (Crespelle, 1975, p. 97) desenvolve-se uma ideia importante que não cessa de ser confirmada por inúmeros trabalhos recentes de diferentes disciplinas: a ideia de que todo o pensamento passa pelo corpo; que todo o pensamento é o próprio corpo; que todo o pensamento é a pessoa (*ibid*, p. 86). É a descoberta indissociável do homem. Corpo e psique, vida interior e expressão corporal são inseparáveis do homem vivo.

Esta ligação estabelecida entre corpo e pensamento transforma, fundamentalmente e necessariamente, as concepções no domínio da pedagogia, da didáctica, dos processos de aprendizagem. Deste modo, vemos aparecer uma nova concepção de formação pelo corpo, uma forma nova de habitar-se e habitar o mundo.

- O corpo autobiográfico

A noção de comunicação não verbal está muito presente nas publicações dos anos 70 onde se afirma que o corpo tem algo a dizer: “o corpo fala-nos e faz-nos falar. No limite sem que ele o queira ou nós queiramos”.(Salzer, 1975, p. 9). Na altura, o objectivo destes registos tinham o sabor a liberdade do corpo.

A urgência está em criar condições para que o indivíduo exista e se faça existir e exprimir-se pelo seu corpo, corpo autobiográfico que se escreve e inscreve nessa compreensão de experiências de vida.

Ao falar do corpo autobiográfico e das histórias de vida, Pierre Dominicé (1988/1990), António Nóvoa (1988/2002) e Christine Josso (1991) têm chamado a atenção para a falta duma teoria de formação-educação. Essa lacuna, segundo eles, deixa evidente que uma das dificuldades de se elaborar uma teoria dessa natureza reside, principalmente, na incapacidade de se pensar a educação e a formação fora de uma perspectiva de "progresso" ou de "desenvolvimento". Cada indivíduo tem, simultaneamente, um corpo retrospectivo e prospectivo. Ele encontra-se envolvido numa problemática presente, mas tem uma percepção e uma visão retrospectiva da sua vida que é levada em conta quando se trata de ele próprio pensar o seu futuro. No terreno da formação de professores, isso implica, segundo Nóvoa, considerar o conceito de *reflexividade crítica* e assumir que "ninguém forma ninguém" e que "a formação é inevitavelmente um trabalho de reflexão sobre os percursos de vida" (Nóvoa, 1988, p. 116). No sentido que Nóvoa, Dominicé e Josso referem-se ao corpo autobiográfico, como "corpo educativo" que se traduz numa biografia. Dessa concepção resulta uma ênfase sobre o carácter formativo e uma nova perspectiva para a investigação educacional.

Outros autores também têm sublinhado esse duplo carácter do corpo autobiográfico. Para falar sobre este aspecto, Goodson (1992, 1994) apela para a questão da subjectividade e para a importância da voz do professor. Ele diz que nessa abordagem está implícita uma reconceptualização da própria pesquisa educacional, pois dar voz aos professores supõe uma valorização da subjectividade e o reconhecimento do direito dos mestres de falarem por si mesmos. Além disso, ao serem concebidos como sujeitos da investigação e não apenas como objecto, eles deixam de ser meros recipientes do conhecimento gerado pelos pesquisadores profissionais (Goodson, 1994), para se tornarem, como querem Marilyn Cochran-Smith & Susan Lytle (1993),

"arquitectos de estudos e geradores de conhecimento" (p. 4). A terminologia utilizada pelos autores para reforçar essa concepção, como se pode notar, é sempre metafórica e enfática. O objectivo é chamar a atenção para uma nova relação que se estabelece entre o investigador e seu objecto de estudo. Nóvoa (1992) fala "no duplo estatuto de *actor* e *investigador*" dos formandos, cuja actuação cria as condições para que a produção do saber, e não o seu consumo, se constitua no eixo e no meio mediante o qual se processe a formação. Dessa forma, a abordagem biográfica dá prioridade ao papel do sujeito na sua formação, o que quer dizer que a própria pessoa se forma mediante a apropriação do seu percurso de vida, ou do percurso de sua vida escolar. Admite-se, por isso, a existência de uma nova *epistemologia da formação* (Nóvoa, 1992). Christine Josso (1988) fala de uma *teoria da actividade do sujeito*, sublinhando o papel do formando enquanto "actor que se autonomiza e que assume as suas responsabilidades nas aprendizagens e no horizonte que elas lhe abrem", e a possibilidade de desenvolver através das biografias educativas maior consciência "da sua liberdade na interdependência comunitária", enquanto sujeito colectivo (Josso, 1988, p. 49).

Argumentar nestes termos supõe um redimensionamento do que se entende por formação. Fundamentalmente, é preciso pensar a formação como um processo. Dominicé (1988b) numa das suas reflexões sobre o uso das histórias de vida esclarece bem esta concepção, afirmando que o corpo biográfico é outra maneira de considerar a formação. Já não se trata de aproximar a educação da vida, como nas perspectivas da educação nova ou da pedagogia activa, mas de considerar o corpo de experiências como o espaço de formação.

2.2. Perspectivas psicológicas e filosóficas do Self: A fenomenologia da metamorfose de si

Compreender a identidade humana tem sido o empreendimento de muitos autores. No decurso deste estudo, ao nível deste mestrado, as minhas reflexões têm apontado para a ampliação do estudo da categoria identidade. Através deste estudo investigativo, que pressupõe a revisão e a construção de aportes teóricos que permitam a compreensão dum objecto de estudo tão complexo - a construção da identidade humana - tem sido preciso pautar-me por um campo de conhecimentos de outros autores de forma a compreender melhor a identidade humana e as possibilidades da sua transformação. Deste modo, procurarei articular este conhecimento com outros pensadores humanistas, como Carl Rogers (1984) ou Carl Gustav Jung (1939, 1961, 1978) - com a preocupação de subscrever a teoria de pesquisas efectuadas por Danis Bois que, a meu ver, vai mais fundo nesta questão - alimentando, assim, um processo de busca de explicações académicas, profissionais e pessoais. Da experiência pessoal aos estudos académicos sobre identidade, importa resgatar as actividades e a consciência do sujeito, o movimento e a dialéctica do movimento de si, investigar a identidade – “Quem sou Eu?”, “Quem somos Nós?”. Implica, pois, enveredar pela pluralidade das cosmovisões do sujeito, o sentir, o pensar, o agir humano a fim de captar as representações e significações do nosso “estar no mundo”. Implica, portanto, a realização de um exercício investigativo - argumentativo e dialógico, teórico e metodológico. A perspectiva proposta transcende o nível académico e sugere uma praxis, ou seja, a busca por criar condições indispensáveis à compreensão da existência humana.

Uma premissa fundamental para esta compreensão de si é a teoria de Rogers, na qual ele pressupõe a ideia de que as pessoas usam a sua experiência para se definir. Os constructos básicos da sua teoria é que existe uma estrutura em que as pessoas podem modificar a consciência de si.

Como é sabido, o conhecimento objectivo é uma forma de testar hipóteses, especulações e conjecturas em relação a sistemas de referência externos. Os pontos de referência numa disciplina como a psicologia, podem incluir observações do comportamento, resultados dos testes, questionários ou julgamentos de outros

psicólogos. Apercebemo-nos que esta abordagem no que diz respeito ao profundo mistério e complexidade da subjectividade humana é redutora.. Estas análises emitidas por profissionais de saúde mental fazem uma apreciação da subjectividade de ser humano a partir dum diagnóstico cognitivo-comportamental que pode ser importante mas, do nosso ponto de vista, tem os seus limites. Ou seja, a psicologia ou até mesmo a psiquiatria baseia-se na ideia de que se pode confiar nos outros, treinados para esta disciplina, é certo, para aplicar os mesmos dados de julgamento a um determinado acontecimento. Quem melhor do que nós próprios, o podemos fazer? A opinião de um especialista pode ser objectiva mas também pode ser uma percepção colectiva errónea. Rogers questionou a validade deste conhecimento objectivo, em especial na tentativa de compreender a experiência do ser humano.

Rogers desenvolveu outra forma de conhecimento: o conhecimento inter-pessoal ou conhecimento fenomenológico que é a essência da terapia centrada no Self. É a prática da compreensão empática. Penetrar na compreensão do outro para compreender a sua experiência tal como ele a experiencia.

Segundo Rogers, há, assim, um campo de experiência único para cada indivíduo. Este campo de experiência ou “campo fenomenológico” contém tudo o que se passa no organismo, em qualquer momento e está disponível à consciência. Inclui acontecimentos, percepções, sensações e impactos nos quais o Eu não tomou consciência porque não focalizou a sua atenção nesses estímulos. É o nosso mundo privado, pessoal – objecto do nosso estudo. Dentro do campo desta experiência está o Self. Rogers utiliza o termo quando se refere a um contínuo processo de reconhecimento de si ou seja, a mudança em nós opera-se através de um crescimento e desenvolvimento pessoal. O Self é algo dentro de nós e que se equilibra através de experiências passadas, momentos presentes e expectativas futuras. Assim, o nosso Self passa por uma constante redefinição de Si, sendo uma estrutura móvel e mutável.

Embora Rogers encare o Self como o foco da experiência, ele interessou-se mais pela percepção, pela tomada de consciência, pela experiência e não por uma construção hipotética do Self, em abstracto.

Cabe aqui referir alguns conceitos de autores como Rogers ou Jung, como construtores de uma fenomenologia da metamorfose de Si, isto é, construtores de uma significação de vida, importante para a compreensão das minhas experiências vividas que foram sofrendo mutações. Este trabalho representa o registo organizado e consistente dessa investigação pessoal e do próprio processo de reconhecimento da

minha identidade. Rogers utiliza, precisamente, o termo Self para designar todo esse contínuo processo de reconhecimento do Eu e acredita que as pessoas são capazes de um crescimento, uma mudança e de um desenvolvimento pessoal. O Self ou auto-conceito segundo Rogers é a visão que uma pessoa tem de si própria baseada em experiências passadas, estimulações presentes e expectativas futuras.

Aceitar-se não é resignar-se ou abdicar de si próprio. É uma forma de estar mais perto da sua realidade e do seu estado actual.

Voltando-me agora para Jung, este coloca o conceito de processo de individuação como uma questão central no desenvolvimento saudável da psique humana.

O fenómeno da sincronicidade, tal como foi apresentado por Jung, só pode encontrar a sua completa dimensão, quando entendido no contexto do processo de individuação. E conduz-nos, por sua vez, a um entendimento mais amplo do sentido transpessoal do processo de evolução da psique.

Individuação é a designação dada por Jung ao processo psicológico que conduz, tendencialmente, cada ser humano para a realização consciente e plenamente cumprida de si próprio como ser único. Inicia-se geralmente, com uma ou mais experiências decisivas de confronto do ego com circunstâncias que desafiam a sua ilusória onnipotência: quanto mais egocêntrica estiver essa pessoa, mais abalada será por esse confronto.

Tais experiências podem produzir uma abertura de consciência, uma compreensão de que o ego está subordinado a uma entidade mais abrangente.

O processo de individuação iniciado tenderá a conduzir à experiência de um outro centro da psique, que transcende o ego, a que Jung chamou de Self, termo que é geralmente traduzido por Si Mesmo, Eu Superior ou simplesmente Eu.

O ego é, para Jung, o centro da personalidade consciente, a sede da **identidade**. O ego é um conceito referenciado ao estado de vigília, uma vez que só tem acesso às partes da realidade acessíveis à consciência em estado de vigília, devaneio, relaxamento ou mesmo, de sonho. É uma ilusão resultante de estados de consciência circunscritos. O Self é o centro ordenador e unificador da psique total, consciente e inconsciente, a sede da identidade, a divindade empírica interna. É fonte central de energia de vida. É a vivência psíquica que o homem pode ter da divindade.

Daryl Sharp¹ apresenta a seguinte definição: “o Si Mesmo é o arquétipo da totalidade, o centro regulador da psique, simbolicamente representado por uma mandala ou pela paradoxal união dos opostos. Empiricamente, é indistinguível da imagem de Deus”

Jung começa por considerá-lo como uma existência *a priori*, da qual surge o ego. Dele emergem os conteúdos arquetípicos da psique que, frequentemente, acompanham as experiências relacionadas com o processo de individuação.

O Self, na qualidade de centro e tonalidade da psique capaz de conciliar todos os opostos, pode ser considerado o órgão de aceitação por excelência. Incluindo a totalidade, deve ser capaz de englobar todos os elementos da vida psíquica, por mais antitéticos que possam ser.

O sentimento de ser aceite pelo Si Mesmo, dá ao ego força e estabilidade. A relação entre estes dois centros corresponde, no interior da psique, à relação entre o Homem e o seu Criador, sendo o mito a forma simbólica como essa relação aparece na psique consciente.

Diz Jung “Os símbolos oníricos do processo de individuação são imagens de natureza arquetípica que aparecem no sonho; elas descrevem o processo de busca do centro, isto é, o estabelecimento de um novo centro da identidade” (Jung, 2001, p. 53). Tal centro é designado pelo Self que deve ser compreendido como a totalidade da esfera psíquica.

A Modificabilidade Perceptivo-Cognitiva

Este trabalho é um trabalho que ecoa a minha caminhada. Em primeiro lugar porque ele é fruto do meu sentir e do meu pensamento, depois porque tem por base o grande movimento do meu corpo reflexivo, autobiográfico.

Esta relação entre corpo e pensamento parece-me essencial pois inverte a ordem dos valores do próprio conhecimento: a prática está sempre adiantada ao pensamento em si. E na experiência vivida que se situa uma região selvagem, ou seja, região de emergência que ultrapassa o controlo da consciência reflectida e que, desse modo, permite a transformação das representações mentais. Desta forma, descobre-se uma maneira de sentir, descobrir e adquirir uma nova forma de perceber e pensar qualquer

¹ Mandala, palavra que em sânscrito significa círculo mágico, imagem arquetípica que representa um princípio integrador central do interior da psique; o contacto com o Self (cf. Daryl Sharp)

problemática: “Cada um de nós tem um biografia, uma narrativa interior, cuja continuidade constitui a nossa vida, [...] e esta narrativa somos nós mesmos, é a nossa identidade [...] Um homem tem necessidade desta narrativa, interior, contínua para conservar a sua identidade, o eu que ele constitui.” (Sacks, 1985, p. 53)

O conceito de Modificabilidade Perceptivo-Cognitiva, criado por Danis Bois, tem por base a seguinte concepção: «O saber do corpo, o movimento das ideias». Desta forma, o pedagogo especialista na pedagogia do Sensível e como nos diz C. Santos (2006), "No âmbito de tentar resolver esta dualidade entre o corpo e as ideias, nós tentamos levar a pessoa a fazer uma experiência de si própria que para nós significa, fazer uma experiência inabitual (uma experiência extra-quotidiana, com a qual a pessoa estabeleça uma relação com a novidade, no âmbito de transformar as suas representações) através da mediação do corpo. (...) Posteriormente, levamos a pessoa a empreender uma reflexão, ou seja, procuramos que a pessoa extraia sentido da sua própria experiência corporal que lhe foi proposta; tentamos assim transformar a sua experiência numa experiência formadora (mobilizando, desta forma a cognição), para que a pessoa possa aprender da sua experiência e do significado que dela extraiu." (Santos, 2006, p. 44-46)

Podemos, neste capítulo, fazer relevar a ligação que existe entre as condições da experiência do corpo com a transformação das representações mentais para distinguir aquilo que D. Bois chama de “factos de consciência” propostos pela experiência fundadora da introspecção sensorial.

Muitas passagens do meu relato de vida põem em evidência essa ligação entre as percepções e a actividade cognitiva desenvolvida no contacto com a experiência extra quotidiana. Assim, podemos distinguir as informações corporais tais como a globalidade, a presença a si, o movimento interno, o estado de calma, o sentimento de existir.

Constatamos, igualmente, nesta abordagem que a relação com o pensamento dá-se numa forma inabitual; é uma presença de pensamento espontâneo não reflectido que emerge da interioridade em tempo real e que evidencia novas significações, conhecimentos inéditos, involuntariamente, construídos. Contudo há, *a posteriori*, um tempo de reflexão sobre o pensamento onde se validam os conteúdos desse mesmo pensamento permitindo, desse modo, a transformação das próprias representações e dos comportamentos: enquadramento perceptivo-cognitivo.

2.3. A Narrativa autobiográfica como instrumento de investigação/formação

"É preciso começar por perder a memória, nem que sejam só fragmentos, para perceber que ela é a essência da vida. Vida sem memória não é vida. A nossa memória é a nossa coerência, a nossa razão, o nosso sentir, até as nossas acções. Sem memória não somos nada. (Só me resta esperar pela amnésia final, a que apaga uma vida inteira(, como aconteceu a minha mãe)..."

Luis Buñuel

Recentemente acabei de ler um livro chamado "Ensaio sobre a cegueira", de José Saramago. Este livro tem a classificação de romance e conta uma história inquietante sobre um momento em que uma cidade tem de dar conta de uma epidemia na qual as pessoas perdem, uma a uma, a visão. A cidade é envolvida numa espécie de cegueira branca. O primeiro habitante perde a sua visão no trânsito, diante de um semáforo "portador de sinais", e a partir daí cada personagem, com a sua história e os seus dramas individuais, vai perdendo a capacidade de ver. O Exército e o Estado ficam impotentes a esta situação e segregam, num manicómio desactivado, todas as pessoas que vão ficando cegas. E é aí, nesse manicómio que elas são humilhadas, descuidadas nas suas necessidades mais básicas e se despem, página a página, da sua condição humana. Valor, ética, moral, fé, costumes: tudo precisa de ser revisto com uma nova visão. A visão da cegueira branca.

O simbolismo contido neste livro veio ao encontro das minhas reflexões exactamente no momento em que fui convidada, como professora, a falar sobre inclusão.

Na verdade, se é preciso falar sobre inclusão é porque estamos em dúvida sobre o conceito da pessoa humana. E se este conceito está sob suspeita é porque as formas de conhecimento de que dispomos estão desequilibradas em relação ao nosso modo de ser e de agir no nosso dia-a-dia: a cegueira, tal como se nos apresenta, é a perda da imagem do real.

E novas perguntas me surgem neste caminhar dentro destas palavras: o que é que está a acontecer com a pessoa humana e com a consciência humana? Porque é que as pessoas estão tão confusas em relação às imagens da realidade? E que realidade é esta

que nos invade, permanentemente disfarçada, escondida em simbolismos dissimulados e manipuladores?

Na verdade vivemos um maravilhoso tempo no qual a inteligência humana extrapola, dia após dia, os limites da compreensão. Rompemos, através da ciência, os limites da geografia, da duração da vida humana, dos sentimentos humanos, da relação espaço-tempo. Então a pergunta coloca-se: que ética se irá estabelecer nestes tempos? O que sobreviverá e qual será a epistemologia deste tempo em que nos encontramos?

E aqui entro eu, como professora, mulher, que mantenho um contacto diário e permanente com a pessoa humana, ensino, não tenho medo de aprender, educo, interpreto, esforço-me por promover um clima favorável à aprendizagem e à educação. E para que isso possa ocorrer, tenho de trabalhar a minha visão de cada dia, a minha consciência e a minha identidade.

Entendo que a consciência humana se liga a um processo de constante expansão responsável, em grande parte, pela construção da identidade. Identidade pressupõe um conceito de representação de si mesmo, ou seja, ao longo da vida o ser humano vai integrando gradualmente as imagens de si e as representações das coisas que estão fora de si, portanto as influências da cultura, as regras, as proibições devem ser apresentadas ao sujeito em desenvolvimento para que ele possa representar significativamente este conjunto de informações e possa alicerçar e sustentar a sua identidade como sujeito único.

Neste processo de desenvolvimento, a identidade vai-se constituindo durante toda a vida. A reforma deste pensamento e desta minha visão do mundo foi um processo que começou comigo mesma, nas minhas práticas de autoconhecimento e no contacto com a pedagogia do sensível. Ora a narrativa de vida evidencia este paradigma, no qual o desenvolvimento da formação que se estende por toda a vida, implica a pessoa e a sua história de formação. Pesquisa e formação são inseparáveis assim como são as dimensões pessoais e profissionais. “Diz-me como ensinas, dir-te-ei quem és”(Nóvoa, 1995). Trata-se do que é defendido por Gaston Pineau, a propósito do paradigma da pesquisa-formação.

É possível evidenciar a importância da escrita na minha vida e essa é a razão de ser desta tese de mestrado, não só como veículo de uma pesquisa académica, mas também como instrumento formativo do meu conhecimento onde sou autora da minha história e dos meus processos. Uma das características desta e de outras narrativas de vida é propiciar espaço para a singularidade. Para incluir o diferente, é necessário haver

e criar um espaço para o singular e conceber-me como uma pessoa única com uma história de vida que não se repete. Posso vivenciar os mesmos acontecimentos mas vejo-os e sinto-os de maneira diferente. Aí reside a beleza do Sentido de Si. A minha narrativa do vivido é a minha experiência sobre os acontecimentos e não os acontecimentos em si. Trata-se do significado que atribuo ao vivido. Assim, ao ouvir a história de alguém, também eu lhe atribuo um significado diferente em relação ao Outro. Além disso, a minha narrativa de vida pode evidenciar o que fizemos ou o que os outros quiseram fazer de nós, como formulou Jean-Paul Sartre (1967). Nesse sentido, a narrativa favorece uma tomada de consciência e uma grande possibilidade de tomar a própria vida nas mãos, tendo mais poder sobre ela e podendo exercer melhor a sua autonomia. (Psicopedagogia, p. 18)

Olhando hoje para o início desta caminhada, vejo que percorri diversos momentos diferentes: uns de maior entusiasmo e outros de maior dificuldade, nomeadamente em conciliar a vida profissional, familiar e esta "nova vida de aprendiz". No entanto, vejo que superei com sucesso alguns dos meus primeiros obstáculos, como por exemplo, o entrosamento dos conteúdos estudados e a minha história de vida. Hoje sei que esta reflexão mais "pessoalizada" dos temas pode ser uma boa forma de aprender.

(Relato da experiência de um aluno da Escola Secundária de Santo André)

Conhecer a nossa própria história requer uma ligação íntima com a própria vida, e que pode ser desenvolvido ao participar de propostas formativas que envolvam a sua narrativa. Não é possível viver sem vivenciar a vida.

A narrativa das práticas, tal como acontece com a escrita desta tese ou com os princípios da própria educação inclusiva, auxilia a reflexão sobre a acção e é esta a oportunidade de apropriação do fazer de alguns profissionais como sejam professores, psicopedagogos, investigadores. É também oportunidade de processamento da identidade e da consciência de si (Larrosa, 1994). Ao estudar a constituição do sujeito, destaca que, ao narrar-se, a pessoa diz o que conserva do que viu de si própria, percebe a sua permanência no tempo, presta contas a si mesma, numa acção valorativa.

O sujeito constitui-se para si mesmo no seu próprio transcorrer temporal. Mas o tempo de vida, o tempo que articula a subjectividade não é apenas um tempo linear e

abstracto, uma sucessão na qual as coisas se sucedem uma depois das outras. O tempo da consciência de si é a articulação numa dimensão temporal daquilo que o indivíduo é para si mesmo. E essa articulação faz-se no corpo e na narrativa desse corpo. O tempo converte-se num tempo humano ao organizar-se e o Eu constitui-se temporalmente para si mesmo na unidade de uma história. Por isso, o tempo no qual se constitui a subjectividade é o tempo narrado. É contando histórias, as nossas próprias histórias, o que nos acontece e o sentido que damos ao que nos acontece, que nos damos, a nós próprios, uma identidade no tempo.

A narração de histórias pode mostrar a relação entre o momento oportuno e o seu aproveitamento. É assim uma prática do tempo, uma prática que desvela, através da arte de sentir, uma arte de pensar, formando um campo de operações dentro do qual se desenvolve, também, a produção da teoria. Além disso, é esta narrativa que, como articulação de acções no tempo, mostra o movimento de criar condições à formação no meu complexo quotidiano, como pessoa, como mãe e como profissional. Assim, a narrativa auto-biográfica, enquanto via de expressão da vida, explicita o movimento do vivido e permite revelar os conflitos entre os factores de alienação, presentes num dia a dia pensado e planeado e aqueles que são os seus obstáculos.

Ao escrever a minha própria história, transformei-me numa espécie de conselheira de mim própria uma vez que exponho a história tornando-me receptiva a essa história, ou seja, adquiero a capacidade de me tornar objecto e sujeito em simultâneo. Estes conselhos a que estamos sujeitos, vindos de nós mesmos, são conselhos fiados no próprio tecido da nossa existência humana, o que significa sabedoria.

Quantas vezes, como professora dentro da sala de aula, vejo os meus alunos distraídos e a viajarem pelo seu imaginário, pelo seu interior? Quantas vezes um aluno está a ouvir-me e a apontar no caderno aquilo que da matéria lhe parece proveitoso? No entanto, em certos momentos, ele esquece-se de apontar para não perder as minhas palavras que estão a narrar alguma coisa que desperta um interesse maior. E ele fica atento... Suspende a sua escrita e o espírito perde-se em lembranças, ideias, relações com episódios vividos. Estes salutares momentos de distração vencem o utilitarismo e alargam o conhecimento.

Dito isto, tenho de considerar a formação como um processo que pertence àquele que se forma. Certamente que todos têm muito para nos ensinar mas como Pineau propõe e já Rousseau desejava, o eixo da aprendizagem e da formação está na própria

pessoa que aprende e se forma; é a auto-formação que atribui sentido ao que os outros nos querem ensinar. É o próprio sujeito que constrói os significados a partir daquilo que recebe dos outros.

O que eu tenho sentido ao longo da minha vida é que este processo é muito mais intenso na fase adulta, pela capacidade de reflexão e quantidade de experiências acumuladas. Contudo, estou convicta pela experiência que tenho com jovens que, também eles têm capacidade de atribuir sentidos singulares às suas experiências. É por isso que acredito que nós, como professores, temos de rever as nossas práticas escolares que insistem na hegemonia de heteroformação e de padronização das actividades. Philippe Perrenoud (2000) tem proposto uma pedagogia diferenciada, dizendo que não existe um aluno no plural, mas no singular.

Um pouco desta concepção nova do ensino e da Educação, já se começa a fazer sentir, ao nível do ensino secundário e algumas vias de acesso ao ensino superior. Têm-se sentido algumas mudanças no papel social da educação e da escola ao nível da concepção curricular, assim como um esforço para mudar a maneira de pensar dos profissionais. Trata-se de reformar o pensamento ao mesmo tempo que se repensa a reforma, uma revolução na maneira de pensar, agir e também sentir não só na escola, mas também dentro da família, na própria sociedade civil. Uma revolução que deve actuar nos preconceitos, e proporcionar uma mais plena aceitação das diferenças individuais e a convivência com a diversidade.

Reformar o pensamento e a visão do mundo não é tarefa fácil, visto que somos educados numa concepção estreita que privilegia os interesses e necessidades duma maioria, dentro de padrões considerados de “normalidade”. Além disso, essa concepção é enraizada nas vivências pessoais dos educadores como alunos que foram, desde a escola primária até ao ensino superior. As experiências das suas histórias de vida permanecem, frequentemente, como referenciais a sua actuação profissional, pois elas forjaram a sua visão do mundo, como certo ou erro.

A minha proposta de reflexão neste trabalho leva-nos a pensar como num mundo repleto de ideias tão abrangentes e plurais, é possível encontrar um eixo fundador desta epistemologia: a própria identidade. À medida que teço os fios da minha vida e me proponho escolher aqueles que vou tecer, é nesse entrelaçamento de fios que o meu tecido faz sentido. Posso optar por cores, matizes, espessuras e formas de tecer. Dos fios faço o tecido e construo a minha identidade. Fios que me conduzem pela textura onde eu vou construindo um corpo e, assim, posso ganhar corporeidade significativa que

surja, apareça e se configure. É preciso, para fiar a roca da teoria conhecer os fios com os quais quero tecer, aproximar-me da minha essência, observar todas as particularidades, as minhas consistências e os meus limites. Mas para conhecer, é preciso experimentar, observar, estar atenta ao movimento para chegar aos significados, ter acesso ao meu mundo conceptual e à minha rede de significados. É necessário, ainda querer esse conhecimento e neste querer estar em movimento de busca de fenómenos que caracterizam a minha identidade, num processo investigativo de querer saber onde os fios nos conduzem. São estes fios que me permitem entrar no meu labirinto onde entro e saio mas saio com a experiência de lá ter estado, de lá ter vivido e isso significa conhecer-me: o movimento de ir e voltar e neste retorno, irmos construindo a meada da nossa identidade. Em tempos de reconfiguração de paradigmas, pensar nos processos de autoria da busca da própria identidade remete-nos para uma compreensão do sujeito que aprende, que entende a inteligência não como ponto principal, mas sim como articulação entre o corpo sensível e a inteligência numa relação onde a aprendizagem acontece. Neste caminhar, a minha produção teórica faz-se na medida em que teço múltiplos fios e crio e recrio significados a partir duma prática e duma pesquisa singular de mim própria.

Os fios com que teço este tecido dão forma à rede de significados esperando ser úteis, também para a compreensão desta postura heurística. Penso que fazer algumas alterações ao paradigma construtivista actual é fundamental para vermos surgir orientações novas para a formação de novas consciências. Danis Bois conduziu-me por caminhos já sentidos e mostrou-me que a reflexão do sujeito em Si leva-nos a uma consciência de nós, tornada reflexiva, e cujo eixo principal é a nossa atenção à vida. E o que é curioso é que isto representa a base da aprendizagem baseada na revalidação de competências nas escolas portuguesas desde há sensivelmente 3 anos. Mas, de facto, em ciências da educação o corpo é quase tabu. Em geral, é abordado o corpo social, o corpo psicanalítico, e é sobre este fundo que o corpo é percebido. Ele dá-se a si próprio através de sinais como a altura, o sexo, a cor dos olhos, e pouco mais. Ele carrega os registos temporais e psíquicos da sua própria história. No entanto, o aspecto e a aparência física são apenas vagos traços daquilo que a pessoa é na sua potencialidade. A corporeidade que nos ensina Danis Bois, ultrapassa essa noção de corpo e rompe com essa ideia de um corpo que possuímos como se possui um objecto. Para apreender esta abordagem fenomenológica convém aceitar que não apenas o corpo sou eu mas eu sou o

meu corpo assim como eu sou o meu pensamento onde o Eu dos meus conhecimentos se enreda no Eu das minhas percepções.

“Olho para mim, olho para trás, olho pr´agora, olho mais além e, lentamente, volto aqui. Aqui ao lugar onde cresci. De onde não sei, sequer, se alguma vez parti. Faço-me outro alguém que, de fora, me observo... criança.. adolescente.. mulher adulta... mãe.. Volto ao mesmo pinheiro que ainda existe.. ao mesmo recreio de onde nem acho que saí.. ao mesmo sítio que me acolheu.. ao lugar onde cresci... Milagre dia-a-dia renovado”

Fernanda Torre

Segunda Parte:

**Postura Epistemológica e
Metodológica**

Capítulo 1: Postura Epistemológica

1.1. Introdução

Uma pesquisa qualitativa foi a inspiração desta tese. Esta secção abordará a postura implicada do investigador, a postura em primeira pessoa radical. Em seguida no segundo capítulo será abordada a metodologia de investigação que relatará a dinâmica da escrita, a recolha de dados sob a forma de narrativa de vida. Finalmente, será apresentado o método de análise que origina a construção de cinco grelhas de categorização.

1.2. Uma pesquisa qualitativa

Segundo P. Paillé (1994, 2008) a pesquisa é dita ‘qualitativa’ principalmente em dois sentidos: no sentido em que os instrumentos e métodos utilizados são concebidos para recolher os dados qualitativos (no meu caso, o relato de vida), por outro lado, para analisar esses dados de maneira qualitativa (quer dizer, extrair sentido, mais do que apresentar resultados ou estatísticas). A pesquisa é, assim, denominada de qualitativa num segundo sentido que significa que o conjunto de todo o processo é conduzido de forma *natural* segundo uma lógica de aproximação comigo mesma, das minhas acções, dos meus testemunhos, sem aparelhos sofisticados nem, tão pouco, havendo lugar para situações artificiais.

Assim, a análise dos dados é potenciada pelas capacidades naturais da própria investigação e visa a compreensão e a interpretação das atitudes e das experiências. Posta desta forma, a pesquisa responde, claramente, às normas qualitativas. Ao recolher dados duma experiência em contacto com o sensível, faço-o no campo qualitativo, com os dados da minha experiência, das representações, das definições da situação, das opiniões, das palavras, da acção, dos fenómenos.

Uma vez que associei este método compreensivo com uma experiência minha que se constituiu a partir duma introspecção sensorial, afasto-me da abordagem quantitativa de medida. A adequação entre a pesquisa qualitativa e o meu estudo

transforma todo o projecto num projecto com sentido: a abordagem compreensiva tem um duplo sentido: elucida uma experiência e apreende um sentido.

Esta pesquisa que eu conduzi, reconhece-se dentro deste vai e vem, entre a produção de dados e o trabalho teórico; a questão sobre a qual eu tento responder nesta tese, vai-se transformando e refinando ao longo deste trabalho escrito e descrito até ao fim da análise. O objecto de pesquisa é, assim, o trampolim para chegar aos resultados. O ponto de partida da minha reflexão do objecto construído, dessa interacção progressiva entre terreno experiencial, análise e reflexão teórica se, no entanto, esquecer todos os registos privilegiados que são os dados da minha experiência. Por isso, é necessário, sempre, alternar as leituras com a análise dos meus dados. É preciso folhear toda a documentação disponível a fim de não ficarmos cativos apenas do nosso registo.

Tentei ser fiel a este processo de pesquisa ao longo deste trabalho. Uma característica fundamental da pesquisa qualitativa é o contacto com o terreno que ela autoriza, como P. Paillé designa de “pesquisa qualitativa de terreno”, uma pesquisa que implica um contacto pessoal com o sujeito/objecto da pesquisa, principalmente, nessa observação da evolução do sujeito/objecto de investigação. Só um olhar atento poderá aprofundar esse contacto pessoal, essa relação introspectiva íntima com a minha própria experiência e a minha própria evolutividade. Por isso, este método é privilegiado, isto é, este contacto directo com o fenómeno estudado mostra-nos um reservatório de dados e de questões novas. Como investigadora qualitativa, eu não vou ao terreno, apenas, para responder às questões mas para descobrir novas questões, pertinentes e mais adequadas.

1.3. A postura implicada do investigador

Outro ponto de ancoragem do meu posicionamento de pesquisa reside na minha postura de investigadora/praticante que corresponde, hoje, a uma realidade na pesquisa em ciências humanas, mesmo que continue a ser apelidada de paradoxal pela comunidade científica. Ela implica uma abordagem sócio-profissional de prática no terreno e, ainda, uma prática de investigação diante dum objecto que sou eu mesma. Apesar dos riscos e das dificuldades desta postura, a sua pertinência foi posta em relevo por autores como Mackiewicz (2001), Albarello (2004), De Lavergne (2007), Drouard (2006) e Perrault-Soliveres (2001).

Tentei ser fiel a este processo de pesquisa ao longo deste trabalho. Uma característica fundamental da pesquisa qualitativa é o contacto com o terreno que ela autoriza, como P. Paillé designa de “pesquisa qualitativa de terreno”, uma pesquisa que implica um contacto pessoal com o objecto da pesquisa principalmente na observação da evolução do sujeito/objecto de investigação. Só um olhar atento poderá aprofundar esse contacto pessoal, essa relação introspectiva íntima com a minha própria experiência e a minha própria evolutividade.

Por isso, este método é privilegiado, isto é, este contacto directo com o fenómeno estudado dá-nos a conhecer um reservatório de dados e de questões novas. Como investigadora qualitativa, eu não vou ao terreno, apenas, para responder às questões mas para descobrir novas questões, pertinentes. Neste âmbito, eu quero com este trabalho desenvolver dois aspectos da minha implicação: o aspecto projectivo – as representações que puderam ser veiculadas nesta abordagem de aproximação a mim mesma – e o aspecto criativo da minha implicação: estar atenta à própria criação científica e de conhecimento do fenómeno estudado. A investigação /formação implica um praticante reflexivo, ou seja um praticante capaz de pensar para si e contra si. Assim, ele deve construir, explicitamente, o seu quadro de pensamento, o seu ponto de vista, eventualmente, compreender todo o quadro de si e de analisar os movimentos de ambas as posições. Com efeito, esta atitude não será, apenas, terapêutica mas também psicopedagógica e formadora, incluindo uma dimensão pedagógica, pois dá-me vantagem sobre uma prática implicada com um objecto que sou eu própria. Convicta da necessidade de permitir a um público científico compreender o sentido profundo da experiência de Si, integrei um discurso descritivo e argumentativo sólido, essencialmente, construído no interior desta disciplina do Sensível. Assim, formada pela prática do Sensível, eu vivi, desde que entrei nesta pesquisa, uma forte dimensão identitária através do campo de referências que construí. Enriqueci a minha forma habitual de pensar a fim de inseri-la numa comunidade de saberes num campo teórico específico que me exigiu um esforço muito particular.

A comunidade científica, tendencialmente, põe à distância estas projecções pessoais que ameaçam, segundo ela, a qualidade da pesquisa quando o que está em causa é a descentração, isto é, a capacidade de olhar uma prática enquanto sujeito. O encontro com o Sensível, para mim, foi uma experiência fundadora no sentido em que Christine Josso (1991) refere, isto é, uma experiência que derruba todas as incoerências de vida.

Esta problematização da questão de pesquisa num campo teórico mais alargado fizeram-me questionar tudo numa dimensão mais universal, o que me permitiu um olhar diferente, ou seja, estar na situação de experiência com um horizonte muito mais alargado e apropriar-me dessas implicações individuais.

Fiz acompanhar, sempre, o trabalho teórico e análise propriamente dita, do suporte regular da história de vida (Josso, 1991). Mas, na realidade, o meio mais forte para manter a distância na minha investigação foi a minha ancoragem à abordagem do sensível, progressivamente, adaptado à pesquisa e enriquecido por ela. Esta evolução de mim, estudada em situação de criação de sentido é, talvez, uma das partes mais emocionantes desta pesquisa. Trata-se, enfim, de reconhecer e nomear os interesses da pesquisa numa postura que assume uma visão profissional para dar relevo a uma convicção que habita em mim: que a prática pode constituir o suporte duma criação científica real e viva.

Assim, a implicação aparece, aqui, como a aceitação, por parte do investigador, da sua formação no terreno e do fenómeno que estuda mas também uma participação assumida de que esta especialização é o suporte de cada etapa da sua pesquisa.

1.4. A postura em primeira pessoa radical

O facto de aprofundar a minha própria experiência do corpo sensível e do seu impacto na minha reconstrução identitária, sob a forma da minha própria narrativa de vida, obrigou-me a adoptar uma postura em primeira pessoa radical: “o ponto de vista na primeira pessoa é um ponto de vista único, o de um determinado sujeito, situado, cuja vivência é absolutamente singular.” (Berger, 2009, p. 206) Acrescento que me escolhi como objecto de investigação, situo-me então num ponto de vista da primeira pessoa no sentido forte “relacionando-se exclusivamente ao que o próprio investigador pode dizer da sua experiência própria, do seu próprio testemunho que ele toma enquanto material de e para a sua investigação” (Berger, 2009, p. 204).

Negociar a implicação não foi, para mim, somente o produto duma “saída” do meu universo habitual mas, ao mesmo tempo, duma penetração mais profunda e mais lúcida e, portanto, mais criativa e mais crítica, da minha postura enquanto Mulher, e da minha experiência de sentido no contacto com o Sensível e que me colocou, naturalmente, numa postura de primeira pessoa. Uma maneira básica de explicar esta

postura é dizer que, durante a pesquisa eu digo “eu” para significar e descrever a própria experiência. Não é novidade a utilização da 1ª pessoa na pesquisa; ela acontece desde 1950 com os primeiros etnólogos de terreno e, cada vez é mais corrente em ciências humanas e sociais, especialmente a partir da segunda metade do século XX.

Capítulo 2: Metodologia de investigação

2.1. Introdução

O desenvolvimento das metodologias qualitativas de pesquisa permitiram, o uso autorizado do “eu” na pesquisa para dar visibilidade à implicação do investigador no terreno. No caso desta tese, o objecto de pesquisa reenvia um sentido que aparece no sujeito, em certas condições específicas, e na sua ligação com o seu corpo que ele apreende conscientemente e cujos impactos nomeia. A exploração deste processo passa, necessariamente, pela adopção de um ponto de vista na primeira pessoa, isto é, nesta acepção aquele que aborda a experiência é aquele que a vive. Por isso, posso dizer que adoptei uma postura radicalmente na primeira pessoa pois utilizei, como material de pesquisa uma descrição sobre a minha própria experiência e coloco-me, ao mesmo tempo, como investigadora e sujeito da minha própria investigação.

Trata-se duma experiência vivida durante a formação em Psicopedagogia perceptiva, durante a qual progressivamente reconstruí a minha própria identidade. Esta investigação poderá dar-me a ocasião de observar os tempos fortes e de os colocar em relevo. O resultado foi um relato ou narrativa de vida, como recolha de dados, constituído assim por uma descrição rigorosa da experiência singular e que constitui o material que vou analisar.

Descrever, em detalhe a minha experiência nesta óptica da produção de dados obrigou-me a mergulhar, explícita e profundamente, no meu objecto de pesquisa constituindo, assim, um meio suplementar de tomada de consciência da intervenção dos meus pontos de vista pessoais e, ao mesmo tempo, a regulá-los; na secção precedente é referida essa descentração como uma orientação da reflexão científica.

Quer a estratégia que me coloca como observadora, quer a estratégia de descentração são, ambas, práticas que se complementam. Trata-se de escrever na primeira pessoa factos do meu objecto de estudo ao qual estou ligada. Assim, adopto uma postura radicalmente na primeira pessoa e inscrevo-me nesta vivência de mim que, como investigadora, acedo aos factos com uma qualidade específica de compreensão directa. O ponto de vista na primeira pessoa é um ponto de vista único e singular. Enfim, nesta postura há, sempre, um elemento de coerência que considero terem estas modelizações da génese de sentido no contacto com o Sensível: “Tenho a consciência

íntima que o modelo que explicita o mecanismo que sustém a construção da consciência é imanente (facto de experiência, facto de consciência, facto de conhecimento, tomada de consciência) não seriam jamais apreendidos de um modo exploratório se não fosse o sujeito da experiência.” (Danis Bois, 2007, p. 127)

Gostaria de precisar que o meu encontro com o corpo fez-se graças à introspecção sensorial proposta na formação de Psicopedagogia perceptiva. Pratiquei igualmente antes de cada momento de escrita a introspecção sensorial para me colocar em relação com o meu corpo: “A introspecção sensorial é a prática que consiste em colocar-se em relação com a sua própria interioridade sensível numa atitude de escuta e de observação interiores profundas”. (Berger, 2009, p. 47)

2.2. Dinâmica da escrita – descrever a minha experiência: da prática à pesquisa

O meu percurso de mulher em movimento deu-me ferramentas sólidas e completas de exploração da experiência sensorial. No meu caminhar identitário, soube construir a minha relação com o sensível de forma autónoma, acolher os fenómenos perceptuais que emanam do modo de fazer sentido para mim e para a minha vida. Identifiquei, em parte, todas as formas de construir um projecto, de entrar em relação com o Sensível e de acolher o seu sentido; ainda observei aquelas etapas que passam por mim num movimento interno evolutivo.

Uma das características do estudo fenomenológico situa-se na produção duma descrição do objecto de estudo. O terreno desta pesquisa não se pode definir como o conjunto de condições sociais e / ou individuais, acontecimentos ou contextualizações. Não estamos numa situação de observador exterior como é o caso das pesquisas quantitativas clássicas. Como investigadora praticante do sensível, ao escolher trabalhar a minha própria prática estava, à partida, implicada na constituição do meu próprio universo experiencial que observei e na possibilidade dessa existência. Para que esta experiência fosse possível, foi necessário não só um movimento interno activo na minha própria matéria corporal mas também uma percepção consciente da trajectória desse movimento e dos seus efeitos. Deliberadamente, tive de criar as condições para a existência da experiência do sensível que permitiram o estabelecimento duma qualidade

na abordagem do Eu e da minha experiência através duma escuta e duma observação das manifestações da minha interioridade corporal.

Estas condições que constituem o quadro de manifestações do fenómeno da génese de sentido, foram instaladas em duas direcções: por um lado, houve que favorecer a activação do movimento interno na matéria corporal permitindo, assim, entrar em relação com o meu interior quando este movimento interno estava activo, facto que esteve ligado à qualidade da atenção, à abertura da consciência perceptiva e ao fenómeno de proximidade do meu Eu interior: este pressuposto acompanhou todo o meu processo de escrita.

Uma vez o Sensível instalado no meu corpo, na minha atenção, no meu pensamento, ele começa a participar na presença a mim e na presença do processo de escrita que eu quero desenvolver. Mas é preciso compreender que esta qualidade de presença induzida pelo meu contacto com o sensível não é apenas fruto duma mobilização da uma atenção clássica e naturalista, mas de uma percepção paroxística que favorece uma presença bastante forte e activa e tão íntima. Aqui, eu não estou, apenas, em contacto com as manifestações do movimento interno mas também com os seus efeitos que produzem na matéria corporal. Danis Bois chama de “ressonância” a essa qualidade particular de acolher os fenómenos do Sensível. É este fenómeno de ressonância que é o fio condutor que guia a orientação da atenção para o interior. Estava, pois, em presença de um processo autopoietico que inclui e que caracteriza uma reciprocidade activa entre o meu Eu e a minha própria experiência. Por isso, a minha produção de dados revela-se uma escrita descritiva e detalhada para satisfazer os objectivos desta pesquisa.

Enfim, trata-se de um tipo de experiência interna, privada, pessoal, existencial experiência essa que induz uma escrita detalhada que traz consigo uma resposta distanciada sobre essa mesma experiência, não uma distância de separação mas duma consciência testemunha capaz de recolher os fenómenos que se passaram para, de seguida, os observar cuidadosamente. Ao contrário, cada momento de intensidade representou uma porta aberta para desenvolver esta mesma descrição. Tratou-se de recolher, do interior, uma descrição susceptível de ser analisada para se obter as propriedades, a estrutura, as etapas do processo de nascimento de sentido.

Ao escolher este modo de recolha escrita, pude ver-me como “autora” da minha própria vida, daí poder conceber a minha existência como independente desta escrita. Não se tratou, prioritariamente, de escrever acontecimentos mais marcantes da minha

vida mas sim os efeitos sobre mim e a orientação geral que eu tive como sujeito da minha própria história. Estes traços biográficos foram o princípio da criação de sentido, a obra duma vida que me interessa. Para isso, releio, insistentemente, o que escrevo e encontro o movimento duma coerência, duma história que é a minha e que me toca não tanto pelo conteúdo dos acontecimentos mas por essa espécie de inteligência de vida que transmito, pela lógica de sentido ou pela emergência que demonstro. Por isso, encontrei uma motivação forte no coração desta descrição digna de confiança, conhecida e, por mim, aprovada. Por uma razão mais pragmática, a produção de dados na primeira pessoa orienta-se, desde logo, para uma análise e pesquisa da minha própria experiência. Ao produzir, eu mesma, esta história de vida, passo-me, também, a consultar a mim própria, posso verificar um ponto problemático, completar um momento, confirmar ou modificar um enunciado para obter mais alguma precisão. Assim, eu tenho mais essa liberdade de ter diferentes olhares sobre a minha história e redesenhá-la em qualquer momento da pesquisa. E isto é uma vantagem sobre o rigor do meu trabalho.

Como demonstrei anteriormente, neste exercício as coisas dão-se subjectivamente segundo uma orientação, um ritmo espontâneo como se a experiência subjectiva escolhesse, ela própria, o seu trajecto. Esta capacidade em seguir o movimento da escrita é uma capacidade que tem a ver com o gesto psíquico, o gesto interior de aceder a uma tomada de consciência que me conduz a uma liberdade na escrita. Mas é preciso orientar essa escrita. Podemos, iniciar a escrita pelo que primeiro nos aparece na consciência embora seja através do contacto com o sensível que todas as dimensões de nós penetram, docemente, no espaço da nossa existência. No entanto, ao descrever a sua experiência, o investigador deve acompanhar o tempo da experiência, seguir o seu desenvolvimento e recolher as orientações dessa sua própria revelação.

A partir dum exemplo experiencial que escolhi para esta tese, pude orientar a descrição e sublinhar a implicação de mim mesma como motor de escrita que se auto-alimenta e auto-justifica sem, no entanto, esquecer o seu objectivo. Encontrei, muitas vezes, o limite dessa escrita implicada que produziu, ela mesma, efeitos no meu desenvolvimento pessoal, onde os acontecimentos encontraram a sua justificação. Portanto, mesmo numa óptica de desenvolvimento pessoal ou de trabalho interior, uma experiência não pode sonegar o seu potencial formador; há que definir, com precisão, o objectivo segundo o qual se deseja inscrever a análise. Então, tive de organizar toda a minha recolha de dados em torno da questão de investigação, sob pena de me perder na

multiplicidade das dimensões da minha experiência que aparecem uma vez olhadas de perto, isto é, o estatuto da escrita como ferramenta essencial deve ser efectiva. Contudo, a escrita comporta uma dinâmica própria da consciência, do pensamento e da própria escrita que reveste todas as características dum movimento de vida que anima o corpo e todas as funções do ser humano. Escrever a minha história não foi apenas seguir o movimento mas foi a interiorização da ideia de que, ela própria responde a certas leis, responde a uma disciplina que não se coaduna com a auto-censura. Esteve sempre presente a ideia de que todas as informações produzidas devem ter, como fim, a análise.

O objectivo de constituir material de pesquisa de qualidade está relacionado com uma descrição, o mais detalhada possível, da experiência a fim de poder dar-me conta, verdadeiramente, do processo de passagem entre o facto de consciência e o facto de conhecimento. Trata-se duma prática exigente que requer condições temporais e espaciais precisas: é o movimento da minha consciência, a importância de mim na minha história onde me sinto sólida nesta solidão que olho como profundamente construtiva, criadora, produtora de sentido. Tenho a sensação do interior me guiar, me induzir a uma separação de mim: eu oriento-me na experiência, a minha consciência orienta-se no território da experiência. Durante o período de produção da minha história de vida (que foi longo), encontrei o gosto pela experiência em si que continuou o seu caminho no meu corpo, no meu espírito e na minha vida: o espaço interior pré-existe não apenas para acolher experiências mas como fruto da própria experiência e este é um dos mecanismos através do qual se opera o processo de transformação. Transformo-me com o seu contacto na medida em que desenvolvo a capacidade consciente de transformação da própria experiência, ou seja, uma parte de mim, mostra-se à consciência.

Quando afirmo que a introspecção é, para mim, uma actividade reparadora de mim, quero dizer, em última instância que ela participa duma atitude que acolhe todas as dimensões do meu próprio ser e este é um dos efeitos da introspecção. O corpo da minha história foi moldado através desta experiência de génese de sentido produzida após várias introspecções. Este texto, com aproximadamente 20 páginas está disponível no corpo da tese. Não é necessário lê-lo para entrar na inteligibilidade da pesquisa. Fiz sobre o texto, todo um trabalho categorial que me permitiu extrair um texto puramente analítico de modo a reconstituir o processo da génese de sentido. Para situar o leitor, foram extraídas citações dos dados que serão referidas no decurso da análise. Para

preparar a análise, foram numeradas todas as linhas que dizem respeito ao material em si.

2.3. A recolha de dados: a minha narrativa ou relato de vida

A narrativa de vida na sua totalidade faz parte do corpo desta investigação o volume do trabalho realizado compreende 20 páginas e organiza-se em duas grandes partes: uma aborda o processo de perda de identidade e a outra o encontro com a Psicopedagogia perceptiva como partida da minha reconstrução identitária.

2.3.1. Perda de Identidade

Ao contrário do que pensa a maioria das pessoas – que são totalmente herméticas na revelação de assuntos relacionados com a sua vida – penso que devemos deixar transparecer alguma coisa. É evidente que, para tal, dependemos de quem temos à nossa frente e do momento ideal para abordarmos a nossa vida. A minha experiência diz-me que partilhar algo no momento certo e com a pessoa certa, pode ser uma grande ajuda nesta caminhada. Daí eu estar preparada, neste momento para partilhar algumas experiências marcantes e revelar aspectos da minha vida totalmente resolvidos, sem responsabilidade ou culpas. Não no sentido de desabafar ou exorcizar alguns assuntos mas uma força de vontade para escrever a minha história de vida. Uma das razões desta escrita, tem como base o facto de saber o quanto as mulheres buscam modelos nos quais querem espelhar-se, identificar-se. Esses modelos devolvem-lhes força de vontade para avançar. Contudo, não tendo a ousadia de me sentir um modelo, sinto que, ao revelar que passei por situações muitos desestruturantes, consegui sobreviver utilizando ferramentas terapêuticas que podem ajudar bastante.

Nasci no Alentejo, em Vendas-Novas. Estive lá apenas 6 meses da minha vida e vim para a Cidade do Barreiro, na altura, ainda vila. Lá cresci com os meus pais e a minha irmã e com uma profunda vontade de ter um irmão mais velho, para me proteger. Lembro-me que sempre pensei nisso: a vontade de me sentir protegida.

O meu pai exercia a actividade de inspector nos Caminhos de Ferro e era, simultaneamente, um grande leitor. O meu pai pouco comunicava, só lia e trabalhava. Com a minha mãe teve sempre uma profunda ligação, de amor, direi, ainda hoje com

mais de 50 anos de casamento. Não tenho dúvida sobre isso. Sempre achei que o meu pai teria vontade de prosseguir mais estudos, mas a vida não permitiu que assim fosse. Como ele devorava livros. Era uma pessoa muito criativa, tolerante, muito aberta a novas coisas. O meu pai é, de facto, um homem cheio de talento, um verdadeiro cavalheiro. Nunca conheci outro homem tão excepcional, tão bem sucedido na sua essência e com a sua existência. Apesar de tudo, eu nunca tive uma relação muito forte com o meu pai, talvez pela sua personalidade distante, pela sua auréola intransponível. Curioso é que nunca senti medo do meu pai, agora que penso nisso, mas afastamento, admiração à distância por aquela postura imperturbável. A minha mãe era o oposto em certos aspectos. Tudo, para ela era uma “desgraça”, muito doloroso, tudo. Do ponto de vista da estrutura psicológica, a minha mãe era muito rígida. A minha mãe dedicou-me a mim e à minha irmã, toda a sua vida. Com certeza, o facto de não trabalhar fora de casa, influenciou-a nesta dedicação às filhas. Hoje penso que se a minha mãe tivesse seguido os estudos, daria uma óptima directora de escola. A minha relação com a minha mãe era ambivalente entre o amor e a raiva não expressada. Naquela época, os meus avós moravam numa quinta no campo, com 8 filhos. A minha mãe teve um esgotamento e uma depressão aos 11 anos quando viu os credores a entrarem pela casa e retirarem tudo: o meu bisavô era alcoólico e jogava jogos de azar, colocando todos os seus bens a jogo. Foi uma situação sufocante. Acho que nunca mais recuperou. Começou a trabalhar com essa idade. Ainda hoje, com 83 anos, fala disso constantemente. Mas o meu pai esperou 10 anos por ela. E casaram-se. São o casal mais perfeito que conheço: ele, com 87 anos e ela 83. Espero que eles nunca se deixem de amar e nunca se vão embora. Aos 5 anos, comecei a aprender piano. Ai como eu gostava da minha Professora Etelvina: uma grande pianista. Lembro-me do enorme quadro a óleo na parede da sala, ela própria ao piano, vestindo um azul céu. E o solfejo. E como ela me estalava os dedos, para amaciarem, dizia ela. “ Como é que queres tocar Mozart, se não tiveres dedos para isso?”

A minha hipersensibilidade tornava-me uma pessoa frágil e muito ingénua do ponto de vista do meu mundo interior. Mas fechei-me sempre no meu casulo e mostrei-me sempre corajosa, independente e indiferente. Pelo menos na aparência. Fiz o liceu todo de seguida. A minha adolescência foi uma adolescência sem asas e sem amigos. A minha mãe, totalmente castradora, transtornava-me de tal forma que eu já não me sentia. Contudo, do ponto de vista da estrutura psicológica, foi com certeza a educação muito rígida da minha mãe que me afastou de todas as tendências negativas que eu pudesse

ter. Não tinha propriocepção, sofria de agnose interna, como a personagem de Oliver Sacks, Dr.P. Tudo era mecânico. Mas lá continuei. O piano era o meu momento criativo, onde eu sonhava.

No meio de tudo isto e sem ter essa consciência, tinha começado a minha caminhada interior. Devido ao facto dos meus pais serem ateus, Não recebi nenhuma educação religiosa. Mas lembro-me desde pequena, na minha cama, de pensar na nossa origem e sobre a nossa proveniência na Terra como seres humanos. No entanto, nunca procurei estudar as minhas energias e fui até, sempre, muito céptica em relação a visões esotéricas da existência. Só tive oportunidade de estar mais próxima de qualquer coisa semelhante, quando fui viver para a ilha da Madeira, já formada, casada e com uma filha. O Funchal, à beira do oceano Atlântico é um espaço que nos dá tranquilidade, paz talvez pelo som do mar, pela luminosidade do céu, pelas pessoas. Foi nessa altura que comecei a deparar com uns sonhos repetidos, que voltavam regularmente; porém não os entendia e não sabia o que fazer com eles. Hoje tenho a certeza que estavam relacionados com o meu processo de individuação. As imagens e sensações com que acordava, eram muito poderosas e acompanhavam-me durante o dia. Neste sonho, encontrava-me dentro duma casa muito grande, sem móveis, vazia e cheia de mulheres vestidas de preto e com lenços também pretos na cabeça, sentadas num estrado elevado, com as pernas a balançar e do qual se via o centro dessa sala. Lamuriavam alguma coisa, nunca perceptível. Eu estava sempre no centro, toda vestida de branco e descalça. Eu sentia-me responsável por tudo À medida que o sonho avançava, as mulheres desciam do estrado e cercavam-me até o cerco ficar mais apertado. Eu lembro-me de acordar, sempre apavorada e a chorar.

Soluçava, abria os olhos e dificilmente voltava a adormecer. Este sonho acompanhou-me durante anos. Tive este sonho durante muito tempo e ainda o sinto hoje. Era um sonho que tinha sempre os mesmos espaços, as mesmas pessoas. O ambiente era sempre muito carregado e muito intenso. Uma amiga, então, convenceu-me a ir a um terapeuta para me explicar este sonho. Ele referiu-me o que estava por detrás dessas imagens e eu lembro-me que o ouvia embevecida e até admirada com a compreensão da magia do meu inconsciente e do que era capaz de fabricar. Deparei-me com uma coisa que nunca teria imaginado: o inconsciente tinha a sua lógica. Ele descodificou-me essa linguagem do meu inconsciente: para encontrar o meu lugar na vida, eu tinha de aceitar, apreciar e amar os outros. Os meus sonhos falavam do meu

caminho de individuação e da busca de equilíbrio de mim mesma. Percebi que falar de individuação é falar de um processo fundamental da minha caminhada interior.

A individuação, segundo Jung é um processo através do qual o ser humano evolui de um estado de identificação para um estado-maior de diferenciação, o que implica uma ampliação da própria consciência. Através desse processo, o indivíduo identifica-se menos com as condutas e valores e mais com as orientações emanadas de Si: a totalidade da sua personalidade individual. Jung entende que o alcance da consciência dessa totalidade é a meta do desenvolvimento da psique e que, eventuais resistências em permitir o desenrolar natural do processo de individuação são uma das causas do sofrimento e da doença física. Por isso, e para uma melhor compreensão do meu próprio caminho, senti a necessidade de entender todo este poder transpessoal, esta força que transcende o Ego, esta força que nos impulsiona para a plenitude, para a minha totalidade. Compreender a integração da minha própria sombra era urgente, das minhas projecções e reconhecer o meu Eu autêntico, quem sou e o que realmente é importante na minha história de vida.

Na altura em que começara, estes sonhos, eu não havia tomado consciência do meu trabalho interior. Na verdade, só o fiz muito mais tarde. Não tinha saído do molde castrador dos condicionamentos familiares mas tinha consciência de quanto uma mudança no meu caminho poderia incomodar muitas pessoas mas deixar a paz instalar-se em mim. O meu inconsciente estava totalmente ciente desta dinâmica pois eu estava a fabricar sonhos que acompanhavam o meu movimento interno. E isso eu sentia deitada naquela cama branca, no quarto de paredes brancas, onde a Grande Depressão reinava em todos aqueles seres humanos a mendigar a sua própria existência, de mão estendida para o vazio, abandonados da vida. Foi lá que comecei a questionar a minha existência e em que fabriquei, eu própria, uma profunda transformação de mim, como um luto daquilo que tinha sido o meu passado e que eu queria abandonar. Lembro-me da luta dentro de mim, da busca da minha identidade, de um movimento dentro do meu corpo. Esta nova atitude de transmutação de mim abria a porta a novas possibilidades de ser e de viver. De facto, foi neste hospital que parte de mim morreu e a minha identidade renasceu. Esta sequência, agora vejo, representou o caminho interior da minha psique rumo à minha individuação.

Nesta altura já estava casada e tinha uma filha. O meu parceiro, cujo nome não revelarei aqui por respeito à sua intimidade, e que viria a ser meu marido era, e

ainda é, o protótipo vivo do patriarca. Hoje sei que debaixo do seu ar fechado e duro existe um coração humano que vive para se proteger. Não há dúvida que não podemos passar uma vida inteira a mostrar constantemente a nossa hipersensibilidade. A forte personalidade dele juntava-se à minha e muitas vezes surgiam furações. Gerava-se um ambiente de grande paixão sendo que, às vezes também as faíscas convertiam-se em grandes fogueiras. Mas tenho a certeza que na minha vida nunca ninguém conseguiu fazer-me sentir tantas emoções ambivalentes. Com ele experimentei tudo: amor, paixão, ódio, paz, guerra, raiva profunda, ciúme e até uma vontade escondida de o cortar aos bocadinhos.

Ele passava, num espaço de segundos, de um comportamento meigo, a um comportamento profundamente irritado, impaciente: era um anjo e um diabo ao mesmo tempo. Por vezes, sentia-me incapaz de lidar com este temperamento e ficava descontrolada. Sentia-me, mais uma vez, responsável e era eu que resolvia todos os problemas. Sentia-me o porto de abrigo de todos. Também era a primeira vez na minha vida que me relacionava com um homem ou seja, com um homem que tinha muitas opiniões formadas e com valores muito fortes. Sempre acreditei nestes valores dele, como sendo a sua essência. Durante 25 anos tive-o como um homem íntegro e talvez por isso, ao fim de 25 anos, tive um grande choque ao ver que o fingimento era a sua maneira de viver. Foi uma tomada de consciência que veio a seguir. Um dia fiquei perdida... e com vontade de desistir da minha vida... Hoje sou capaz de ler nas entrelinhas da minha vida que aquilo que eu sentia iria permitir a minha transformação e a minha cura. Já não vivia... Tentava, apenas sobreviver a uma tentativa de suicídio, tal foi o choque psicológico que tive. Deixei de trabalhar. Não tinha força nem para andar, estive literalmente deitada durante um ano. O toque das minhas mãos não tinha peso, não tinha textura, as pessoas que falavam para mim estavam sempre muito longe, todas as cores eram pálidas aos meus olhos, o meu corpo era tão leve que não me pertencia: era uma pessoa condenada e vítima do meu passado. Um dia resolvi buscar ajuda, não podia continuar nem conseguia continuar: era uma desejo de viver e morrer ao mesmo tempo. Medicava-me em excesso para estar sempre a dormir. Já pesava 37 quilos. A minha pele já não suportava os meus ossos. Supliquei para ser internada. Eu apenas existia no fundo de mim; qualquer movimento no meu interior era sentido como a minha vida inteira. No mundo, eu não era eu. Eu era um reflexo vago de alguém. Eu era um reflexo que alguém sonhava sem acreditar. Os últimos dias de Junho foram de calor insípido; olhava lá para fora, e sentia-me perdida de mim própria, com o olhar preso na

janela suja que tentava iluminar o impossível. Cada momento parecia a repetição cansativa de momentos iguais e sucessivos dos dias anteriores. De manhã pensava que era outra vez manhã. Reconhecia a temperatura, os sons e o cheiro do dia a nascer. Decidi ir ao fundo do meu poço para ver o que ali encontrava e tentar entender o conteúdo da minha sombra: aquela parte de nós que não queremos reconhecer. Confiei no meu psiquiatra para me dar vida, novamente. Eu queria mas não conseguia.

Não é fácil descrever a totalidade da minha experiência pois certos aspectos ultrapassam a verbalização. Mas foi esta verbalização que me permitiu a tomada de consciência de ser capaz de ver quem eu realmente era e como podia internamente mudar. Podia ter “partido” sem entender esta parte de mim mesma, mas não foi essa a minha opção. Como mulher, lidar no dia-a-dia com o nosso parceiro, com os nossos filhos, com a família, com colegas, com amigos, com a profissão deixa-nos muitas vezes esgotadas. Particularmente as mulheres parecem às vezes, autênticas “malabaristas” para lidar com tudo e com todos. Esta vida tão esgotante, na qual há pouco espaço para cuidarmos de nós, acaba por nos deixar afastadas da nossa verdadeira essência. Sentia que a minha identidade estava violada, traída, não me sentia bem no meu corpo e uma grave depressão com instintos suicidas foi a patologia diagnosticada. Hoje sei que a substituição da vontade própria por uma vontade alheia, quando arrastada por muito tempo, provoca uma incapacidade de funcionar autonomamente e por isso eu fiquei condicionada à ajuda de outra pessoa. Não consegui superar nem sair do labirinto sozinha. Não encontrei o caminho.

Entrei no hospital. O elevador conduziu-me à “ala psiquiátrica” onde vagabundos mendigam a sua existência. Pés arrastados, sons moribundos que sofriam dentro da escuridão da sua existência. Eu não queria. À medida que me deslocava por aqueles corredores, veio-me à memória a minha infância, a minha escola primária. O caminho que percorria de mão dada com a minha irmã do coração. Lembrei-me de tudo. De como era bom dar de comer a todos aqueles animais da quinta, vestida com os bibes amarelos que a minha mãe cuidadosamente costurava para nós. Lembrei-me dos cheiros, das cores, do cheiro da terra molhada, da ordenha das vacas. Enfim, da minha infância. Acordei e estava no hospital à espera de ressuscitar duma vida em que vivi livre numa prisão, sem ser Eu, com muitas identidades falsas, na busca de um amor verdadeiro que nunca chegou. E ali estava eu, não demasiado longe de mim, à espera de nascer. Na última tarde em que estive viva, ninguém me veio ver, ninguém me veio visitar. Quando acordei, a minha respiração era um zumbido grosso, rouco porque

chorava engasgada em lágrimas pelo rosto contorcido pela dor da minha alma: o sofrimento de mim. Sem escolher as palavras, dizia-as dentro de uivos estendidos, esticados, interrompidos por tomadas sôfregas de fôlego. Eram palavras que eu dizia e que ardiam dentro do meu corpo emagrecido.

Os meus filhos tentavam-me abraçar mas eu não deixava. Tinha de estar comigo senão morreria de corpo e alma. Eu queria ser apenas Eu. Toda a minha força. Usei toda a minha força e só conseguia fazer sons horríveis de moribundo. Estava sedada, bastante medicada. Queria dizer que só queria estar sozinha. Mas queria, também dizer aos meus filhos que eu era a sua maior amiga, que nunca os iria deixar sozinhos e que nunca deixaria de ser mãe, de tratar deles, de protegê-los. Em vez disso, usei toda a minha força para fazer um som horrível de moribunda. O som de uma voz que já não sabia falar. Não queria que olhassem para mim, não queria que chorassem. Sentia o peito. Sentia o meu peito com um vazio negro, terrível, profundo. É como se eu quisesse ficar abandonada num canto do meu sofrimento.

Vagarosas as noites naquele hospital. Vagarosos os dias. Com um vagar desmedido, as noites cobriam os dias como se mais nada acontecesse. Havia um muro invisível entre o que eu dizia e sentia e o Mundo, um muro que não permitia a compreensão da minha existência. Tinha as pálpebras fechadas sobre os olhos da minha infelicidade. Tinha acabado de morrer por um homem que me fez sofrer mais de duas décadas de sofrimento, feridas psicológicas, internas, que ninguém vê, pontilhadas nos reflexos do dia-a-dia, suspensas nas panelas lavadas, na roupa estendida, no ram-ram do leva e traz os filhos da escola. Fui abafada pelo silêncio de mim mesma. E fiquei assim. Sentia que a minha consciência tinha sido anestesiada para sempre. Longos dias, meses, anos sem fim e já só tinha sombra, eu já não existia. Queria muito a experiência de dormir para sempre. Este pensamento esteve sempre por cima de todos os outros, como um lume em brasas que desperta as chamas; o peso de todas as memórias duma vida de acumulação, de gritos silenciosos, de batidas de coração. Quando cheguei àquele hospital, o psiquiatra fez-me o diagnóstico: depressão profunda. Lamento que não tenham inventado ainda uma qualquer maquina para radiografar a alma ou a nossa identidade. Eu queria dizer o que sentia mas não consegui. Se fosse hoje, diria que não sentia, não pensava, não agia, estava inteiramente perdida. Sentia-me árida, frágil, cansada, amordaçada, calada, desestimulada. Sentia-me assustada, deficiente, fraca, sem inspiração, envergonhada, instável, amarrada, deprimida, transtornada. Incapaz de decisões, sentia-me bloqueada, esgotada, impotente, insegura, esgotada em todas as

minhas energias, inerte, inconstante, sofria por viver. Não conseguia insistir ou existir mais na minha vida, queria afastar-me sem saber como, envolver-me não sabia como, isolar-me da minha própria intelectualidade, perder tudo o que tinha. Recreei aventurar-me, revelar-me. Temi procurar ajuda de pai ou mãe e iniciei a minha viagem sem conseguir dizer para onde queria ir. Recreei ter medo de parar, de me esgotar, de me curvar, de me humilhar, de me angustiar. Tive medo de ter medo. Tive medo de me sentir partida ao meio, de me sentir estrangulada no meu sentir. Tive medo de nada sentir. Se fosse hoje, era isto que eu diria. Eu diria, hoje, que sofria de uma psicopatologia grave do espírito.

Depois de tempo e passos que traziam os medicamentos, lá me levantava para lavar a minha cara com água gelada para despertar a minha consciência. Toda desarrumada, sem saber o que pensar, comecei a sentir o meu corpo, ao fim de muitos meses deitada na cama branca na sala branca. Uma tarde, senti que estava viva. Lembro-me de tocar os meus braços, a minha cara, a minhas pernas, a minha pele. Eu estava lá. Estava viva. Abri os meus olhos, levantei-me e vi-me ao espelho. Lembro-me de pensar que só era eu por dentro pois o meu corpo estava diferente, Muito magra, só pele e osso. Na casa de banho, todos os dias, fitava o espelho e falava comigo. Fixava os olhos em mim, olhos baços sem luz que atravessavam o espelho para se aproximarem de mim própria. Diariamente, fui fazendo esta espécie de exercício, sozinha, fechada na casa de banho, obrigava-me a falar comigo própria e a sentir-me. Lá fora, algures, os meus filhos estavam à minha espera. Eu tinha de conseguir ser o meu próprio porto de abrigo. Por isso não esqueço todo este meu percurso que fiz sozinha, com a autonomia que hoje considero de muita força, em mim. Comecei a sentir-me. A sentir o meu corpo. A falar comigo ao espelho. Comecei a ensinar-me palavras. Já não me lembrava de falar. Agarrada ao lavatório daquela casa de banho do hospital, comecei a sentir-me e a olhar-me fixamente para que as minhas memórias ressuscitassem. Todos os dias fazia este exercício. Já não queria ajuda para me levantar. Fazia-o sozinha e sozinha conseguia dar passos por aquele corredor sem fim até à minha casa de banho. Este espaço passou a ser o meu pequeno meio metro de salvação de mim mesma. Batiam à porta para eu sair mas não. Eu tinha de ali permanecer algum tempo, neste encontro comigo própria. Sentia-me em coma, como uma esponja de Prozac e Xanax. Mas até quando poderia eu tapar os olhos para esconder a minha realidade? Até quando conseguiria fugir de mim própria?

Por todas as razões que a razão desconhece, resolvi registrar este meu projecto de existência, e dar a conhecer ao mundo a minha experiência com a solidão. Este impulso surge numa altura da minha vida em que eu tive de parar para olhar para dentro de mim e esta minha experiência ditou-me que nós, seres humanos, homens ou mulheres, temos sempre duas opções: ou paramos de livre e espontânea vontade a vida louca que levamos e começamos a “regar o nosso jardim” ou a vida encarrega-se de obrigá-la a parar através de situações mais ou menos violentas que nos farão, de certeza, parar. Foi tudo isto que eu comecei a interrogar ao espelho: quem é esta mulher? Que significado tem este corpo que dói tanto? Quem é este ser desconhecido, prostrado na cama, a vegetar, sem vida? Foi a primeira vez que, realmente, falei comigo. Nunca antes o havia feito. Eu era, na verdade, o único interlocutor com quem nunca tinha falado. E essa descoberta foi tão insuportável que tive de pedir ajuda para calar o meu sofrimento. Lembro-me que o queria calar para sempre. Gritos de desespero que a minha vida enviava aos meus ouvidos tapados, ensurdecidos pelo barulho da minha agitação interior. Eram sinais de alerta, testemunhos do meu desequilíbrio. Não podia ignorar estes sinais mas também não os entendia. De longe, agora analiso as razões desta minha surdez: primeiro, não era capaz ou não tinha vontade de ouvir essas minhas mensagens naturais que me eram enviadas (através dos meus sonhos, das minhas intuições, sensações, percepções) para que pudesse entendê-las; segundo, a maior parte do tempo não podia evitar sentir a dor mas também não sabia descodificá-la. Então, depois de longas conversas comigo mesma, dou comigo a implorar pelo meu espaço, o meu meio metro para estar só comigo, longe de tudo e todos e por isso, o espaço que ansiei foi o espaço que tive para mim: neutro, branco, sem qualquer estímulo. Queria estar perto de todos os seres humanos mortos na sua existência. Lembro-me apenas do cheiro intenso a éter, medicamentos mas era este o espaço onde queria estar comigo própria: era aqui que eu ia transmutar e renovar a minha identidade.

Saí do hospital comigo. Caminhei pelas ruas na direcção à minha casa. Os meus pés caminhavam no passeio, os meus movimentos contornavam as pessoas que se paravam à minha frente ou que vinham na minha direcção mas dentro de mim, havia uma sombra que contornava ainda mais obstáculos, que caminhava ainda mais depressa. Não percebia se a minha sombra tinha saído para me ver ou se tinha voltado a entrar por me ter visto. Os meus pés caminhavam no passeio. E, ao contornar o medo, contornava a esperança.

Atravessei a entrada da porta de casa. As paredes eram o limite do mundo. Os meus passos sobre a Terra contra o silêncio eram a única demonstração de vida. Abri a porta. Desejei que alguém abrisse mas não estava ninguém. Fiquei. Esse dia teve o tamanho duma geração encadeada. Abri o meu piano e toquei, toquei sem parar mas não conseguia deixar de pensar na minha vida diluída no tamanho daquela tarde exactamente como o mecanismo suspenso do meu piano, o silêncio frágil das cordas alinhadas, a perfeição da sua ressurreição ao tocar Mozart. Depois?... Depois levantei-me e fiquei parada a um passo de mim. Eu olhava na direcção de quem poderia chegar. Só queria os meus filhos. Mas, na verdade ninguém chegava. Eu baixava o rosto como se fosse capaz de chorar realmente. Eu tinha de sair dali para recuperar a minha identidade perdida.

Fui com os meus filhos. Nesta ultima viagem, a casa estava toda vazia, as paredes, a casa maior: a última coisa a ser carregada foi o cadeirão da sala. E eu levei-me comigo, em busca da minha identidade. Já na outra casa, recuperei o fôlego e sentei-me no cadeirão. Apertei as pernas uma contra a outra, acertei os cotovelos nos braços do cadeirão, aprumei a cabeça com o pescoço, o meu corpo transbordava em ondas de pele que cobriam o cadeirão. Apenas se entendia a existência do cadeirão. Neste percurso solitário, lá liguei o computador para ir em busca da minha identidade. A primeira coisa que me apareceu, vá-se lá saber porquê, foi a palavra “psicopedagogia” e um grande nome, diziam, “Danis Bois”. É verdade. O meu primeiro encontro com Danis Bois foi via internet. Achei, de imediato que qualquer coisa parecida com filosofia, me poderia ajudar a reflectir sobre tudo o que se passou comigo e dentro da minha história. Comecei a ler a sua obra pela noite dentro. Lembro-me como se fosse hoje. Sentada no meu cadeirão, encostada à janela, via as pessoas alegres que passavam. Eu tentava pensar em qualquer coisa que me fizesse sentir maior, como a noite. Depois, eram dias intermináveis que passava sozinha com Danis Bois. Assim que acordava, afastava o lençol e ficava sentada na cama a ver a primeira luz que finalmente entrava pela frincha da minha janela. Mas o tempo continuava uma sucessão de dias que não se detinham com a noite. Levantava-me devagar, sorria ao espelho. Quando saía à rua, a cidade eram vultos vagarosos que renasciam e finalmente viam-se uns laivos de felicidade ao seu alcance. Mas ainda havia muitas brisas que vinham dos cantos negros da noite e que me tocavam no rosto. Continuava a haver aquele verão nocturno. O meu coração continuava perdido, os meus movimentos desenhavam-se no silêncio de mim. Ainda me sentia perdida apesar de estar sempre com Danis Bois debaixo do braço. Obrigava-me a

sair à rua todos os dias mas o Prof. Danis sempre me acompanhava. Tinha de me encontrar com a sua vida. E Junho voltou a nascer dentro de mim quando soube que haveria um workshop, em Lisboa, baseado no seu paradigma: o paradigma do sensível. Quando cheguei, sabia que estavam ali algumas respostas às perguntas que a minha sombra me fazia. E, de facto, esse brilho chegou, após muitas sessões terapêuticas comigo e com a minha identidade. Senti que era portadora dum projecto e duma esperança.

2.3.2. O Encontro com a Psicopedagogia: a (trans)formação de Si

*"Há doenças piores que as doenças,
Há dores que não doem, nem na alma
Mas que são dolorosas mais que
as outras. (...)
Há tanta coisa que, sem existir,
Existe, existe demoradamente,
E demoradamente é nossa e nós..."*

Fernando Pessoa

Estava exausta no dia em que nasci. E nasci para mim, só para mim, para a consciência de mim. Por esta razão achei importante registar a minha experiência com esta solidão. Achei importante acalmar-me e descobrir um momento para me ouvir e ao mesmo tempo, ensinar aos meus filhos, o quanto é bom cuidarmos de nós. A maior parte das mulheres não sabe que, em primeiro lugar, é preciso que se dêem a si próprias. Amar-se a si mesmo é, talvez, confundido com egocentrismo, arrogância, ou pior: falta de amor e compaixão pelos outros ou seja, o sacrifício eterno da boa mãe. No entanto, a chave do problema encontra-se no preenchimento do próprio amor de si mesma. De confiança, auto-estima e de respeito, sabendo que a mulher finalmente preenchida poderá dar mais e melhor confiando nos seus dons e acedendo aos seus poderes.

Existiram momentos na minha vida em que tive de ficar afastada de tudo e de todos para integrar a minha identidade. Foi a altura em que precisei de olhar para mim mesma e aprender a lidar com a solidão, o silêncio e o vazio. Foram momentos únicos que me fizeram ressuscitar para que o meu quotidiano se instaurasse. A solidão significa estar inteiramente em si, na sua unidade. Ela foi a cura para o meu estado caótico. A solidão, agora posso afirmar, não significa ausência de energia mas sim ela representa um acto paliativo. Foi com ela que me examinei, que propicie uma conversa comigo mesma e que estive perto da minha natureza mais profunda. Foi com ela que eu me

permiti olhar para dentro de mim e sossegar. Foi com ela que eu estimei a minha atenção para o movimento interno do meu corpo. Foi com este movimento interno que vivi longos meses e foi ele que me devolveu a minha excepcional lucidez: diante dos meus olhos desenrolou-se o meu caminho que até então buscava.

Os livros também foram muito importantes para mim. Sem os livros e as minhas longas leituras pela noite dentro, eu não estaria aqui a escrever esta minha experiência. Nem sei se estaria viva. Porque foi, também, através deles que aprendi que existem outras maneiras de sentir, ver, pensar. Por isso, eles foram grandes companheiros de vida, fiéis e com um tremendo poder de magia. Permitiram-me profundas descobertas, sobretudo a ligação a um mundo mais humano, mais rico. Eles fazem parte daquilo que eu considero primordial no ser humano: o espírito de pesquisa. Eles preenchem a sede de conhecimento que emana do corpo, a necessidade de uma compreensão mais profunda. Sem sombra de dúvida, enquanto continuei a fazer do grau em que as convenções são assimiladas, a medida da minha saúde mental, não me apercebi que estas mesmas convenções pudessem servir de capa a submissões, erros e mentiras. Só pude compreender o significado da minha forma de sentir, aparentemente incompreensível, quando tomei a minha sensibilidade dolorosa como indicador da minha perda de identidade. Tal atitude perante a vida teve como consequência uma abrangente falta de energia psíquica e debilidade física.

Ao longo da vida, fui tocada pelos acontecimentos daquilo que vi, ouvi, percebi, senti, pensei, o que produziu em mim sensações muito particulares.

As nossas memórias estão sempre presentes, firmemente comprimidas nas memórias do nosso corpo que alimenta este retorno reflexivo em busca duma identidade que ilumine o presente e actualize o futuro. Neste contexto, o presente desta sintonização de contacto com o sensível actualizou o itinerário biográfico do meu Ser, nesse caminhar para uma consciência de mim, nessa busca de sentido: foi urgente encontrar uma nova orientação nesta identidade fragmentada e contactar esse sentimento corporal ligado à experiência e daí extrair um significado claro e novo, tal como Jung fala na “ compreensão do significado síncrono”, não como uma aquisição de informação ou acontecimentos mas como “ uma experiência vivida que toca da mesma forma, corpo e mente”. Danis Bois enfatiza esses momentos fundadores de vida, do questionamento da própria temporalidade subjectiva. Era urgente deixar vir à minha consciência as vivências, sensações, tonalidades, odores que me fizessem viajar, fragmentos da minha identidade que suspendiam a minha memória e me actualizavam à

luz do dia. Vivi momentos de liberdade e autonomia com a introspecção sensorial. Os impulsos do meu corpo tornavam leve a minha carga cognitiva e o encontro com a minha história aconteceu, história iluminadora de um itinerário coerente de vida.

Pude verificar que a introspecção sensorial a que me sujeitava todos os dias favorecia uma qualidade de interiorização e uma atmosfera de reciprocidade que influenciava, indubitavelmente, a unicidade da minha identidade desintegrada. O encontro com este corpo sensível mobilizava uma actividade intelectual eficiente e propiciava-me a receber os conteúdos dessa vivência, de forma pertinente, autêntica e espontânea.

Esta subjectividade corporal deu lugar a um desdobramento de sentidos em mim, vinculados ao meu contexto de vida. Vivi uma situação pedagógica, formadora de mim relacionada com a auto-formação na interactividade com o Sensível e remeteu-me para uma relação profunda e viva comigo mesma como ponto de partida para o reconhecimento duma presença. Isto conduziu a uma aprendizagem experiencial, a um modo de relação comigo e a uma mobilização perceptiva e de consciência de mim que se expressou por uma pedagogia orientada para o gesto habitado e para uma mobilização introspectiva que questionava os conteúdos da minha própria existência. Esta minha experiência com o sensível trouxe consigo conteúdos de vivência singulares significantes e motivadores.

De acordo com o modelo de Danis Bois, é permitido a qualquer ser humano captar os modos operacionais perceptivos e cognitivos mobilizados na conquista desse sensível significativo, conteúdo da minha própria identidade. O Sensível dá-se primeiro na forma de sentir mediante o desdobramento de uma actividade perceptiva paroxística e depois na forma de pensar mediante essa mobilização introspectiva que age sobre o campo representacional de cada um de nós. No que se refere ao modo de sentir, o Sensível apresentou-se-me sob a forma duma subjectividade corporal móvel, interna, encarnada e consciencializada na imediatez da minha própria experiência. Essa subjectividade era dotada de valor objectivo porque exprimia a maneira como o meu corpo reagia a um modo de relação comigo mesma, mas também a maneira como o meu pensamento se manifestava no contacto com o meu corpo sensível.

Não posso dizer que foi um processo fácil até porque a minha estrutura cognitiva estava continuamente permeável a ideias pré-existentes o que senti ser um obstáculo inicial na minha busca de identidade. Mas o que realmente me ajudou, também, foi a reflexão teórica que me envolvia através da escrita das minhas percepções

e que me convidava insistentemente, a uma reflexão pedagógica na medida em que passei a considerar esses obstáculos de uma maneira específica: primeiro, ajudaram-me a reconhecer o que me é dado viver durante a experiência, aquilo que eu observo e vivencio; em seguida ensinaram-me a atribuir um valor inteligível àquilo que eu vivia; por último ajudaram-me a realizar o retorno reflexivo pós-experiencial, ou seja, ensinaram-me aquilo que eu devia fazer com o meu material de reflexão. Estas condições da minha experiência extra-quotidiana permitiram que eu assumisse o estatuto de sujeito da minha busca que se observa a si próprio e apreende um tipo de conhecimento que emerge duma relação com o corpo. Mas muitas vezes me interroguei sobre o meu sentir e o meu pensar. Como haveria eu de articulá-lo? De sintonizá-lo? Depressa percebi que a experiência do sensível revelava uma significação que poderia ser percebida em tempo real e integrada, em seguida, nos modelos cognitivos já existentes, provocando uma (trans)formação dos contornos identitários.

Apercebi-me que todo este processo começava numa educação perceptiva que passa pela experiência corporal. Esta relação com o corpo permitia integrar a consciência de mim própria e ensinou-me a construir uma nova relação entre o meu sentir e o meu pensar. Durante as sessões, fui evoluindo para uma dimensão introspectiva sensível que permitiu inspeccionar-me, analisar os meus estados internos em todas as situações pedagógicas. Comecei a pensar que era possível viver. É isto a que chamo o emergir duma inteligência sensível: a maturidade necessárias à revisitação reflexiva de mim mesma, sobre a minha subjectividade corporal e daí retirar ensinamentos que são (trans)formadores da atmosfera psíquica. Este diálogo inteligente entre corpo e psique, entre sentimento e pensamento, entre atenção e acção permitiu recriar a minha identidade fragmentada. Compreendi que esta modulação tónica conduzia à unificação da minha mente e do meu corpo. Esta reconstrução das camadas identitárias é aquilo a que Danis Bois designa por “sintonização somato-psíquica”. Ela torna-se numa acção pedagógica onde o diálogo entre corpo e o psiquismo é retomado. Por conseguinte, o corpo é tratado, ao solicitar a mente reflexiva e a mente é tratada solicitando o corpo. Todo o processo de actividade cognitiva é mobilizado nesta relação com o corpo sensível, no qual se baseia o modelo da modificabilidade cognitivo-perceptiva, de Danis Bois (Danis Bois, 2005).

Este modelo responde a uma preocupação teórica e a uma preocupação pedagógica: o termo “perceptivo” é colocado enfaticamente antes do “cognitivo” revelando a importância em enriquecer as representações perceptivas antes de renovar o

campo representativo e conceptual. Tudo estudei até ao fim. Tudo senti e a modificação, tão esperada, aconteceu. Com efeito, todas as sessões pedagógicas apelavam para uma percepção paroxística de natureza corporal, em mim e nos outros, convidando-me a captar a minha subjectividade corporal que está no âmago da própria actividade perceptiva. Esta identidade corpórea com diferenciação de mim insinuava uma ontogénese, o aparecimento de sentido em estado nascente numa relação inextrincável sensível-inteligível, visível-invisível que abandonava todos pressupostos positivistas em que acreditava. A análise fenomenológica do eu-corpo exhibe, assim, o enigma da relação ontológica que se exerce com o saber. Deste modo, o corpo abria a possibilidade de compreensão da relação de si e para si.

Ao recorrer a estas experiências subjectivas que emergiam da minha corporeidade, a actividade cognitiva continuava a ser profundamente solicitada. Pude observar que todo o enriquecimento perceptivo, sistematicamente proposto como primeira intenção formadora, ia influenciando a minha configuração cognitiva e conseqüentemente, a minha representação identitária. Nesta fase, afastei a ideia de que a mobilização cognitiva procede, apenas, e tão só, de um impulso do intelecto. Não. Trata-se da reformulação de mim própria, da integralidade dessa caminhada transformadora em busca da minha identidade. A introspecção sensorial foi um instrumento que acompanhou esse trajecto de prolongamento de mim. Vários autores já haviam referenciado a introspecção sensível como por exemplo, Maine de Biran² que convidava o sujeito a aperceber-se e sentir-se enquanto Titchener propunha “pôr a atenção sobre as próprias sensações”. Foi esta introspecção sensível que me convidava insistentemente a uma análise introspectiva muito activa da interioridade do meu corpo, importante nesta relação de ajuda, quer manual, quer gestual.

Vi-me, senti-me, assim, a questionar os conteúdos da minha vivência corporal ao longo destas sessões introspectivas, analisando cada camada da minha identidade desintegrada. No silêncio descobri as quatro camadas que podia explorar:

² B. Bégout, Maine de Biran, A Vida Interior, Paris Payot, 1995

| | |
|------------------|--|
| Escutar | Escutava-me e penetrava nesse silêncio a fim de sentir a minha presença |
| Olhar | Olhava-me com os olhos fechados e via uma atmosfera iluminada que habitava todo o meu campo perceptivo |
| Observar | Observava-me nesse movimento subjectivo e lento que me tornavam sensível de mim |
| Despertar | Despertava a minha consciência para um sentido construído a partir desse modo de reflexão |

Depois sentia o calor de todas as tonalidades das minhas camadas a deslocarem-se, produzindo em mim uma sensação de profundidade, de globalidade e de existência identitária. Mas esta introspecção não se desenvolveu, apenas, no modo de sentir, solicitando, igualmente, a minha participação no modo de pensar. Fiquei, assim, em condições de submeter a minha vivência à prova através do meu questionamento do vivido: “o que realmente sinto eu?” – era um questionamento reflexivo: “o que aprendi eu com aquilo que senti?”. Nesta situação, não me satisfazia em sentir mas também em perceber o impacto da minha percepção sobre esse modo de sentir. Ao mobilizar a minha actividade reflexiva punha em movimento toda a matéria, a minha consciência, as minhas representações, facto que conferia à experiência um verdadeiro valor de aprendizagem. Com isto, acentuei a qualidade da relação entre as várias camadas da minha identidade, detectando todas as tonalidades da percepção de mim assistido, deste modo, ao modelo processual da relação com o sensível, descrito por Danis Bois (2007): há um calor que nasce da profundidade, donde emerge um estado de globalidade e um estado de presença a si que se reflecte nessa construção das camadas identitárias.

O espaço verbal também foi muito importante: a palavra viva, descritiva, ancorada num estado de ser que não vive apenas do silêncio. E o corpo que emite o próprio pensamento, a subjectividade da corporeidade transmitida através da palavra. Esta corporeidade verbal apelava à minha memória, à rememoração do vivido que, muitas vezes, se tornava difícil pôr por palavras; este lugar de confiança levava-me às mais profundas inspirações que assumiam um sentido específico: a verbalização do pensamento do sensível humano. A Palavra representava esse momento de entrar na luz, o momento em que a porta se abria e iluminava, conduzindo ao renascimento e equilíbrio do meu conhecimento; eu conheci através da palavra e é a palavra que me

definiu como o fundamento da minha mente. Eu senti todo um Potencial, uma força dinâmica que emanava de dentro do meu corpo que aspirava à evolução. Foi o contacto com este corpo Sensível, com esta consciência que me conduziu à percepção de mim. Olhei a minha dinâmica psicológica como uma relação com o meu próprio potencial, olhei para este processo com um olhar que se traduziu em força de compreensão e resolução dos meus impasses psicológicos.

A palavra escrita tinha, assim, uma relação de ajuda em torno dos meus pensamentos que surgiam doutros tempos e que, de outro modo, não teriam ressuscitado; palavras revisitadas com a clara finalidade de busca de sentido identitário: encontrar uma orientação para a vida, constatar o sentimento corporal ligado à experiência de vida e retirar um significado novo dessa experiência. Portanto, o espaço da palavra foi vital para esta reaprendizagem identitária: “ os fragmentos da minha vida têm de me actualizar”, pensava. Como António Damásio refere, a natureza ainda não tinha inventado o proprietário. A história emerge quando a história de um objecto modifica o estado do corpo.

Foi a palavra inteligível que alterou a consciência, que me fez racionalizar esse estado de aparente inconsciência, que me permitiu alcançar a dádiva do discernimento, dessa lucidez de sentir os equilíbrios e desequilíbrios, a sombra para chegar à luz do conhecimento. Nesta viagem pelo Eu Interno, compreendi a complexa relação das imagens guardadas dentro da minha memória, trancadas e foi através da verbalização dessas memórias que tomei consciência que elas são a minha pertença mental como sujeito e objecto de mim mesma mas conhecedora dos factos de consciência - esta fase de comunicação foi o meu pano de fundo para a pesquisa da minha consciência interna. A percepção sem cognição não transforma o Ser, não categoriza o Sentimento de Si.

Ao sentir tantas emoções, desequilibrei o eixo para, de seguida o organizar, como se dum puzzle se tratasse, pois não o ter feito, poderia significar um permanente estado letárgico, de total anestesia emocional onde o meu Eu continuaria impreciso, sem definição, mascarado pela realidade. Ao descrever esta viagem ao âmago do meu Ser, tornei-me no objecto da minha pesquisa interior, autobiográfica mas terrena, e permiti-me envolver-me nas profundezas da compreensão das minhas percepções. Esta representação verbal deu-me uma visão mais clara do movimento sensível e isso revelou também um exercício de trabalho mental onde elaborei a minha história de palavras, uma história reveladora de encontros e desencontros, dos sinais do meu corpo,

do Eu Interno. O desfile das cenas internas tornou-se inteligível e deu todo o sentido à minha vida e a toda a teia de emoções, fraquezas e remédios para a crise interna. Digamos que a minha estrutura abanou, os circuitos ofuscaram-se, o meu ser desintegrara--se e a cegueira emocional abafou a aptidão de “ver claramente visto” como diz Pessoa. As colheitas que fiz de mim, após este movimento em espiral, conduziram ao auto-conhecimento e cartografaram, com precisão, o meu coração humano.

Por isso, o trabalho de sintonia do sentir/pensar deve ser estimulado, trabalhado para que o rigor e a disciplina emocional e mental se processem e o crescimento aconteça: abri essa porta e não tive medo de mexer no meu repositório de memórias.

O trabalho de introspecção sensorial representou esse atravessar a ponte para a integração desses fragmentos de informação sensorial para me incluir e passei de observadora a gestora do meu sentir. Por isso, o primeiro passo é a auto-consciência, apanhar os episódios de dentro de nós, enfrentá-los de modo a estabelecer uma linha de actividade mental entre o sentir e o pensar. Após cada introspecção, sentada, em convergência apercebia-me do reencontro comigo e com todo o ambiente que me circundava, uma amplitude sem limites, enfim, uma densidade em estado puro de existência. Todo o meu movimento interno representava uma relação comigo mesma que me levava a escrever as minhas percepções. Era um movimento que, claramente, não existiria sem mim nem sem aquele ambiente. A qualidade da minha percepção. O calor, o sabor, as tonalidades que me apercebia reenviaram o eco daquilo que sou hoje e da minha própria identidade, da minha relação com o interior. Esta presença a mim permitiu-me a relação comigo e com o meu redor captando aquilo que a dinâmica do meu interior corporal me oferecia: movimento lento e opaco da presença humana como interface instrutivo e formador daquilo que hoje sou. É a consciência da minha consciência, a consistência da minha matéria como ponto de suporte duma consciência que ultrapassa as fronteiras do corpo. Eu via o meu corpo sentado, imóvel mas a minha consciência fluida e leve, livre dos entraves do meu corpo. A ideia desta autonomia do movimento esteve sempre presente nesta experiência onde eu identificava os momentos fundadores que se instalavam em cada introspecção sensorial, onde a minha matéria tinha a sua própria consciência autónoma que ia e vinha, sem qualquer intervenção racional da minha parte. A minha acção consistia em manter-me vigilante. Esta liberdade agradava-me, esta autonomia satisfazia-me: uma imagem de liberdade

absoluta da consciência. Da maneira como vivenciei esta postura, apercebo-me duma tranquilidade infinita, uma liberdade de consciência que extrapola para um espaço infinito extra corporal. Parece que um espaço se abre diante de mim, uma grande e larga estrada, sem fronteiras definidas, como que uma continuidade de sentido para a minha transformação cognitiva. A sensação é forte (facto de consciência): sensação de calor e profundidade. Toda a matéria corporal se desloca e se mobiliza pela intensidade da sensação não porque ela é boa, ou doce ou forte mas porque interpela todo o meu sistema perceptivo e cognitivo. Então, eu sou obrigada a “olhar” para esta sensação, esta experiência de perto. É neste momento que uma parte da minha atenção se torna específico: a concentração da atenção aumenta e esta mobilização interna alerta-me para algo de novo. O meu corpo capta este sentido de importância, mesmo antes de saber porque é que é importante. É esta concentração que me diz que há algo importante. A noção de decisão nasce dessa tensão que habita o meu movimento interno e a imobilidade da minha parte activa: é o espaço entre mim e esse movimento que invoca a noção de decisão, de transformação da matéria cognitiva. Esta consciência fluida do acto conduz-me a uma outra dimensão, ao milagre da compreensão, ao paroxismo de proximidade entre o movimento interno e o movimento de transformação perceptivo-cognitiva. Então a introspecção sensorial permite-nos esse processo evolutivo e transformador. Então registo, escrevo, escrevo sem parar.

Digamos que após esta reconfiguração cognitiva, o fluir da palavra é de extrema importância para a construção de significados: a escrita interior, suporte do poder da palavra, também, me transformou,..A minha mente reagiu em forma de descarga linguística, de signos carregados de significado. Esta intenção conduziu-me ao conhecimento, ao poder de sentir a minha música interior num estado de desafio e reverência, num estado de contemplação e concentração intensas onde a motivação me conduziu à Luz, à Sabedoria, ao Discernimento. O discurso é tão-somente a ponte dessa relação entre o Eu Interno e a minha sombra, prolongado na evidência da arte de ser, exigindo integridade no plano mais profundo, englobante e religador do Ser Humano – a Inteira do Ser -. A escolha das palavras que fluem corresponde à visão do mundo e à aliança do Sujeito com a realidade numa ligação profunda à própria vivência de tensões, facto que torna possível reconhecer o caminho profundo, o encontro com o reino que procura e constrói como Seu. É uma busca que poder-se-ia chamar de objectividade do olhar interno como forma de tomada de consciência, equilíbrio das coisas e Ordem do Mundo. A Palavra como desejo de rigor e verdade instaura a dignidade que, por sua vez,

pelo seu poder de transmutação instaura e representa, na sua essência, a dignidade do ser.

O corpo criou o meu pensamento e o meu pensamento teve o poder de criar uma nova percepção porque foi moldado para dar origem a uma nova aprendizagem através da palavra. As palavras trouxeram-me uma força própria e uma consciência do meu interior até ao meu Eu interior. É o registo duma memória celular que carrega todos os meus laços.

Foi este o meu caminho de harmonização física, mental, espiritual que me permitiu desobstruir a célula, tornou-me num ser humano com existência, trazendo, de volta a minha identidade una e globalizante. Todo o meu potencial foi disciplinado.

Depois veio a escuta iluminar a minha temporalidade e tornar leve a carga cognitiva da minha própria história e foi ela que me trouxe o derradeiro sentimento de reencontrar a minha identidade.

Lembro-me de ter pensado que tinha entrado no laboratório da minha consciência, não sem algum sofrimento. E fui-me conquistando em torno do meu essencial, durante esses momentos fundadores de um caminho que eu deveria percorrer. E isto foi possível: criar condições favoráveis para que eu descobrisse em mim mesma uma dimensão do sentido da minha existência e do mundo, dos outros. Todo o trabalho psicopedagógico fez-me aceder à minha evolutividade, à evolutividade do meu próprio jogo de tensões que me habitavam provocando em mim um efeito de serenidade mental e uma reorganização do meu equilíbrio.

Cada tristeza, cada mágoa iam-se transformando, tornando-se mais leves e carregando consigo, à medida que avançava nas sessões terapêuticas, uma intensa felicidade em se ser, em existir. Posicionei-me face a mim e aos outros. Validei a minha existência. Até então, não tinha tido consciência do meu corpo. Tratou-se de revisitá-lo, com alguma insistência, um corpo que me pertence e que tem inscrito todos os meus registos que podem, a todo o momento, ser reescritos e reconstruídos. O meu corpo é, todo ele, uma substância em movimento que provoca um deslocamento como comenta Danis Bois no seu ensaio filosófico “O sensível e o movimento” (2001). O autor convida-nos a nos voltarmos para Aristóteles e o seu questionamento sobre a origem dos processos de movimento e de mudança que ele constatava na natureza. Ora para Bois, não há movimento sem deslocamento, embora este possa ser invisível. Este movimento (teoria dos mobiles em Aristóteles) é vivido como princípio da força animando todas as estruturas do corpo incluindo as estruturas psíquicas.

2.4. Método de análise

2.4.1. Primeiro tempo de análise: leitura em diagonal da narrativa de vida

Na minha investigação utilizo a narrativa de vida como modo de reconstituição da minha experiência. A minha história serve de suporte à reconstituição mais ou menos detalhada do processo de construção da minha identidade. Se o tempo de escrita da narrativa de vida é uma primeira fase de produção de conhecimentos, a parte mais fecunda em termos de investigação é a fase do retorno reflexivo que me vai permitir aprender aquilo que escrevi. Noutros termos, o que é que eu aprendo da minha narrativa de vida? Esta perspectiva obriga-me a adoptar uma postura onde observo a minha vida, de forma a instaurar uma distância suficiente em relação ao meu texto. Espero aqui, visitar a minha narrativa de vida como se não fosse eu a autora. Esta distância não é simples de obter, pois algumas passagens relatam de forma autêntica momentos da minha vida muito íntimos e que me implicam profundamente.

Desde logo constato que a minha narrativa de vida é constituída de duas partes: uma concerne o período da minha perda de identidade e todas as consequências que daí advieram, e a outra concerne o tempo da reconstrução identitária em contacto com a Psicopedagogia perceptiva.

Sem entrar numa análise profunda, tomo consciência que a primeira parte da minha narração é muito descritiva, fortemente íntima e que me implica. Nesta sequência de escrita estou num processo em primeira pessoa radical. A segunda parte dizendo respeito à reconstrução da minha identidade em contacto com a Psicopedagogia perceptiva é, ao contrário, menos implicada, mais explicativa. O estilo muda de forma notável, e dá-nos acesso a uma miscelânea de experiências pessoais e de explicações teóricas.

2.4.2. Segundo tempo de análise: leitura aprofundada e construção de categorias emergentes

Após ter feito uma primeira leitura diagonal, é chegado o momento de entrar no texto de forma mais profunda. Fui surpreendida, ainda que seja eu a autora da minha própria narrativa de vida, da riqueza dos dados contidos no texto mas que no entanto não estavam focalizados para a questão que me interessa sobre a minha construção identitária. Este tempo de categorização permitiu-me me apropriar o corpus dos dados e de identificar um primeiro grau de sentido, como o preconiza Paillé “trata-se simplesmente de identificar, revelar, nomear, resumir, tematizar, quase linha a linha, o propósito desenvolvido no interior do corpus sobre o qual a análise se incide.” (Paillé, 1994, p. 154)

Uma característica forte da minha investigação é a de me reapropriar da minha narrativa de vida. Tive o sentimento que havia dito tudo nas minhas 20 páginas, mas ao revisitá-lo de forma focalizada sobre o meu itinerário da perda de identidade e da minha reconstrução identitária constato que as informações estão dispersas, sem fio condutor não oferecendo assim uma coerência à minha dinâmica de investigação.

Senti então a necessidade de dar uma ordem no meu texto e de focalizar a minha atenção na minha questão de investigação. Procedi então a uma primeira redução do texto ao criar quatro grelhas de categorização que se construíram à medida da minha leitura aprofundada do texto. Tive então o sentimento de encontrar um contacto pessoal com a minha própria experiência. Tomei mesmo a liberdade de organizar cada um dos dados ligado a uma categoria dando-lhe um primeiro sentido de coerência. Desta forma, constatamos que as linhas muitas vezes não são seguidas, ou seja, muitas vezes não respeitei a ordem de aparição do texto. Desejei, ao contrário fazer um primeiro trabalho organizacional, que me permitisse aceder ao meu itinerário de transformação de acordo com uma cronologia coerente que não aparecia de imediato no texto da narrativa de base.

Estas grelhas de categorização fizeram-se de forma emergente. Primeiro falei dos principais actores que aparecem no meu texto, bem como as frases que lhes estão ligadas e que no âmbito da minha releitura me pareceram ligadas à questão da identidade.

Depois senti a forte necessidade de falar sobre todas as tomadas de consciência a propósito da minha percepção, da minha perda de identidade. Nesta dinâmica de construção desta grelha de categorização tomava consciência que a minha perda de identidade se enraizava no meu estado psíquico, físico, bem como na minha relação ao tempo e na minha relação a mim própria e aos outros. A construção desta categoria trouxe-me um nível de compreensão que não havia pensado no momento da escrita.

E enfim, após numerosas idas e vindas na leitura do texto, sublinhei certas passagens que abordavam as estratégias de salvaguarda da minha identidade durante a minha infância e durante a hospitalização. Salientei igualmente as passagens que abordavam o processo de construção identitária, nomeadamente durante a formação de Psicopedagogia perceptiva. A construção desta grelha foi extremamente rica em termos de sentido, sobretudo ao redescobrir as minhas diferentes atitudes durante o tempo de hospitalização.

Desejei colocar na minha dissertação as minhas diferentes grelhas de categorização, pois elas parecem-me participar plenamente na minha compreensão do meu próprio processo de construção identitária referenciando as “frases-chave”. O leitor, graças a esta redução, compreenderá melhor o fio condutor identitário, assim como o meu esforço de recriar uma coerência na minha busca.

Enfim, tive a necessidade de fazer uma grelha que recapitula as minhas diferentes relações identitárias. Referenciei então as passagens significativas que relatam o processo identitário inicial, os impactos na minha identidade de mulher, os impactos na minha condição de viver, e finalmente os impactos na reconstrução da minha identidade. Esta grelha vem afinar a minha análise precedente.

Estou consciente que ao proceder desta forma, não me limito a referenciar as frases a fim de as colocar nas colunas correspondentes, existe nesta dinâmica da construção da minha grelha de categorização, um esforço real de construir um primeiro sentido na minha história. Estou aqui na fronteira entre a análise e a interpretação.

Quadro n. 1

Grelha de categorização dos principais actores

| Principais actores | |
|------------------------------------|---|
| Pai | <p>L.19) “inspector nos Caminhos de Ferro”</p> <p>L.20) “O meu pai pouco comunicava, só lia e trabalhava”</p> <p>L.21-22) “Com a minha mãe teve sempre uma profunda ligação, de amor, direi, ainda hoje com mais de 50 anos de casamento”</p> <p>L.24-25) “uma pessoa muito criativa, tolerante, muito aberta a novas coisas”</p> <p>L.25-26) “um homem cheio de talento, um verdadeiro cavalheiro”</p> <p>L. 26-27) “Nunca conheci outro homem tão excepcional, tão bem sucedido na sua essência e com a sua existência”</p> <p>L.27-28) “eu nunca tive uma relação muito forte com o meu pai, talvez pela sua personalidade distante, pela sua auréola intransponível”</p> <p>L.29-30) “nunca senti medo do meu pai, agora que penso nisso, mas afastamento, admiração à distância por aquela postura imperturbável”</p> |
| Mãe | <p>L.31) “Tudo, para ela era uma “desgraça”, muito doloroso, tudo”</p> <p>L.32) “a minha mãe era muito rígida”</p> <p>L.33) “dedicou-me a mim e à minha irmã, toda a sua vida”</p> <p>L.35-36) “A minha relação com a minha mãe era ambivalente entre o amor e a raiva não expressada”</p> <p>L.42) “São o casal mais perfeito que conheço”</p> |
| Professora Etelvina (piano) | <p>L. 45-46 “como eu gostava da minha Professora Etelvina: uma grande pianista”</p> <p>L. 46-48 “E como ela me estalava os dedos, para amaciarem, dizia ela. “ Como é que queres tocar Mozart, se não tiveres dedos para isso?””</p> |
| Marido | <p>L.121-122) “marido era, e ainda é, o protótipo vivo do patriarca”</p> <p>L.122-123) “Hoje sei que debaixo do seu ar fechado e duro existe um coração humano que vive para se proteger”</p> <p>L.124-125) “A forte personalidade dele juntava-se à minha e muitas vezes surgiam furacões”</p> <p>L.129-130) “Com ele experimentei tudo: amor, paixão, ódio, paz, guerra, raiva profunda, ciúme e até uma vontade escondida de o cortar aos bocadinhos”</p> <p>L.131-133) “Ele passava, num espaço de segundos, de um comportamento meigo, a um comportamento profundamente irritado, impaciente: era um anjo e um diabo ao mesmo tempo”</p> <p>L.133-135) “Por vezes, sentia-me incapaz de lidar com este temperamento e ficava descontrolada. Sentia-me, mais uma vez, responsável e era eu que resolvia todos os problemas”</p> <p>L.137-138) “Sempre acreditei nestes valores dele, como sendo a sua essência.”</p> <p>L.138-140) “Durante 25 anos tive-o como um homem íntegro e talvez por isso, ao fim de 25 anos, tive um grande choque ao ver que o fingimento era a sua maneira de</p> |

| | |
|---------------|---|
| | <p>viver.”</p> <p>L. 141) “e com vontade de desistir da minha vida...”</p> <p>L.208-211) “Tinha acabado de morrer por um homem que me fez sofrer mais de duas décadas de sofrimento, feridas psicológicas, internas, que ninguém vê, pontilhadas nos reflexos do dia-a-dia, suspensas nas panelas lavadas, na roupa estendida, no ram-ram do leva e traz os filhos da escola”</p> |
| Filhos | <p>L.194-199) “Os meus filhos tentavam-me abraçar mas eu não deixava. Tinha de estar comigo senão morreria de corpo e alma. Eu queria ser apenas Eu. Toda a minha força. Usei toda a minha força e só conseguia fazer sons horríveis de moribundo. Estava sedada, bastante medicada. Queria dizer que só queria estar sozinha. Mas queria, também dizer aos meus filhos que eu era a sua maior amiga, que nunca os iria deixar sozinhos e que nunca deixaria de ser mãe, de tratar deles, de protegê-los”</p> |

Quadro n. 2

Grelha de categorização principais tomadas de consciência das minhas atitudes

| As principais tomadas de consciência das minhas atitudes | |
|---|---|
| Da infância à adolescência | Da idade adulta à hospitalização |
| <p>L.49-50) “A minha hipersensibilidade tornava-me uma pessoa frágil e muito ingénua do ponto de vista do meu mundo interior”</p> <p>L-54-55) “educação muito rígida”</p> | <p>L.174-175) “incapacidade de funcionar autonomamente e por isso eu fiquei condicionada à ajuda de outra pessoa”</p> <p>L. 141) “e com vontade de desistir da minha vida...”</p> <p>L.143-144) “Tentava, apenas sobreviver a uma tentativa de suicídio, tal foi o choque psicológico que tive”</p> <p>L.153-154) “No mundo, eu não era eu. Eu era um reflexo vago de alguém. Eu era um reflexo que alguém sonhava sem acreditar.”</p> <p>L.151) “Supliquei para ser internada”</p> <p>L.170-172) “Sentia que a minha identidade estava violada, traída, não me sentia bem no meu corpo e uma grave depressão com instintos suicidas foi a patologia diagnosticada”</p> <p>L.185-186) “vida em que vivi livre numa prisão”</p> <p>L.186-187) “sem ser Eu, com muitas identidades falsas, na busca de um amor verdadeiro que nunca chegou”</p> |

Quadro n. 3

Grelha de categorização das estratégias de salvaguarda e de reconstrução identitária

| Estratégias de salvaguarda e de reconstrução identitária | | |
|---|--|--|
| Da infância à hospitalização | Durante a hospitalização | Durante a formação de Psicopedagogia perceptiva |
| <p>L.44) “Aos 5 anos, comecei a aprender piano”</p> <p>L. 57-58) “O piano era o meu momento criativo, onde eu sonhava”</p> <p>L.67-68) “Mas lembro-me desde pequena, na minha cama, de pensar na nossa origem e sobre a nossa proveniência na Terra como seres humanos”</p> | <p>Escolha rumo à esperança de viver:</p> <p>L.177) “Entrei no hospital.”</p> <p>L.112-114) “Foi lá que comecei a questionar a minha existência e em que fabriquei, eu própria, uma profunda transformação de mim, como um luto daquilo que tinha sido o meu passado e que eu queria abandonar”</p> <p>L.117-118) “De facto, foi neste hospital que parte de mim morreu e a minha identidade renasceu”</p> <p>L.159-160) “Decidi ir ao fundo do meu poço para ver o que ali encontrava e tentar entender o conteúdo da minha sombra: aquela parte de nós que não queremos reconhecer”</p> <p>L.185-186) “Acordei e estava no hospital à espera de ressuscitar numa vida em que vivi livre numa prisão</p> | <p>Encontro com o Sensível e o corpo:</p> <p>L.411-412) “o Sensível apresentou-se-me sob a forma duma subjectividade corporal móvel, interna, encarnada e consciencializada na imediatez da minha própria experiência”</p> <p>L.353-355) “Foi com este movimento interno que vivi longos meses e foi ele que me devolveu a minha excepcional lucidez: diante dos meus olhos desenrolou-se o meu caminho que até então buscava”</p> <p>L.395-396) “Esta subjectividade corporal deu lugar a um desdobramento de sentidos em mim, vinculados ao meu contexto de vida.”</p> <p>L.412-415) “Essa subjectividade era dotada de valor objectivo porque exprimia a maneira como o meu corpo reagia a um modo de relação comigo mesma, mas também a maneira como o meu pensamento se manifestava no contacto com o meu corpo sensível.”</p> <p>L.391-394) “O encontro com este corpo sensível mobilizava uma actividade intelectual eficiente e propiciava-me a receber os conteúdos dessa vivência, de forma pertinente, autêntica e espontânea.”</p> <p>L.478-480) “Vi-me, senti-me, assim, a questionar os conteúdos da minha vivência corporal ao longo destas sessões introspectivas, analisando cada camada da minha identidade desintegrada”</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | <p style="text-align: center;">Escolha de se encontrar na solidão:</p> <p>L.347-348) “A solidão significa estar inteiramente em si, na sua unidade. Ela foi a cura para o meu estado caótico”</p> <p>L.194-195) “Tinha de estar comigo senão morreria de corpo e alma. Eu queria ser apenas Eu. Toda a minha força.”</p> <p>L.197) “Querida dizer que só queria estar sozinha.”</p> <p>L.345-346) “precisei de olhar para mim mesma e aprender a lidar com a solidão, o silêncio e o vazio.”</p> <p>L.344-345) “tive de ficar afastada de tudo e de todos para integrar a minha identidade”</p> <p>L.350-352) “Foi com ela (solidão) que me examinei, que propicie uma conversa comigo mesma e que estive perto da minha natureza mais profunda. Foi com ela que eu me permiti olhar para dentro de mim e sossegar”</p> | <p style="text-align: center;">Mobilização cognitiva e intelectual:</p> <p>L.430-432) “percebi que a experiência do sensível revelava uma significação que poderia ser percebida em tempo real e integrada, em seguida, nos modelos cognitivos já existentes, provocando uma (trans)formação dos contornos identitários”</p> <p>L.375-379) “o presente desta sintonização de contacto com o sensível actualizou o itinerário biográfico do meu Ser, nesse caminhar para uma consciência de mim, nessa busca de sentido: foi urgente encontrar uma nova orientação nesta identidade fragmentada e contactar esse sentimento corporal ligado à experiência e daí extrair um significado claro e novo”</p> <p>L.577-579) “Toda a matéria corporal se desloca e se mobiliza pela intensidade da sensação não porque ela é boa, ou doce ou forte mas porque interpela todo o meu sistema perceptivo e cognitivo”</p> |
| | <p style="text-align: center;">Escolha de retornar a mim própria:</p> <p>L.265) “Foi a primeira vez que, realmente, falei comigo”</p> <p>L.266) “Eu era, na verdade, o único interlocutor com quem nunca tinha falado”</p> <p>L.276) “longas conversas comigo mesma”</p> <p>L.240) todos os dias, fitava o espelho e falava comigo</p> <p>L.240-241) “Fixava os olhos em mim, olhos baços sem luz que atravessavam o espelho para se aproximarem de mim própria”</p> | <p style="text-align: center;">Encontro com o sentimento de si, de tranquilidade e de globalidade:</p> <p>L.483-485) “Depois sentia o calor de todas as tonalidades das minhas camadas a deslocarem-se, produzindo em mim uma sensação de profundidade, de globalidade e de existência identitária”</p> <p>L.339-400) “Isto conduziu a uma aprendizagem experiencial, a um modo de relação comigo e a uma mobilização perceptiva e de consciência de mim”</p> <p>L.560-565) “Esta presença a mim permitiu-me a relação comigo e com o meu redor captando aquilo que a dinâmica do meu interior corporal me oferecia: movimento lento e opaco da presença humana como interface instrutivo e formador daquilo que hoje sou. É a consciência da minha consciência, a consistência da minha matéria como ponto de</p> |

| | | |
|--|---|---|
| | | <p>suporte duma consciência que ultrapassa as fronteiras do corpo.”</p> <p>L.570-572) “Esta liberdade agradava-me, esta autonomia satisfazia-me: uma imagem de liberdade absoluta da consciência da minha identidade”</p> <p>L.574-576) “Parece que um espaço se abre diante de mim, uma grande e larga estrada, sem fronteiras definidas, como que uma continuidade de sentido para a minha transformação cognitiva”</p> <p>L.582-583) “O meu corpo capta este sentido de importância, mesmo antes de saber porque é que é importante”</p> |
| | <p>Retornar ao meu corpo:</p> <p>L.235) “comecei a sentir o meu corpo”</p> <p>L.236) “Uma tarde, senti que estava viva”</p> <p>L.236-237) “Lembro-me de tocar os meus braços, a minha cara, a minhas pernas, a minha pele. Eu estava lá. Estava viva”</p> <p>L.238-239) “Lembro-me de pensar que só era eu por dentro pois o meu corpo estava diferente”</p> | <p>Encontro da verbalização:</p> <p>L.498) “O espaço verbal também foi muito importante”</p> <p>L.517-518) “o espaço da palavra foi vital para esta reaprendizagem identitária”</p> |

Quadro n. 4

Grelha de categorização das tomadas de consciência da percepção da perda de identidade

| Tomadas de consciência da percepção da perda de identidade | | | |
|---|--|--|---|
| Estados psíquicos | Estados físicos | Relação com o tempo | Relação a si e aos outros |
| <p>L.146-147) “todas as cores eram pálidas aos meus olhos”</p> <p>L.148) “era uma pessoa condenada e vítima do meu passado”</p> <p>L.220-224) “Sentia-me árida, frágil, cansada, amordaçada, calada, desestimulada. Sentia-me assustada, deficiente, fraca, sem inspiração, envergonhada, instável, amarrada, deprimida, transtornada. Incapaz de decisões, sentia-me bloqueada, esgotada, impotente, insegura, esgotada em todas as minhas energias, inerte, inconstante, sofria por viver.”</p> | <p>L.150-151) “Já pesava 37 quilos. A minha pele já não suportava os meus ossos.”</p> <p>L.145-146) “O toque das minhas mãos não tinha peso, não tinha textura”</p> <p>L.147) “o meu corpo era tão leve que não me pertencia”</p> <p>L.171) “não me sentia bem no meu corpo”</p> <p>L.189-191) “Quando acordei, a minha respiração era um zumbido grosso, rouco porque chorava engasgada em lágrimas pelo rosto contorcido pela dor da minha alma: o sofrimento de mim.”</p> <p>L.201-202) “Sentia o peito. Sentia o meu peito com um vazio negro, terrível, profundo”</p> | <p>L.155-156) “Os últimos dias de Junho foram de calor insípido; olhava lá para fora, e sentia-me perdida de mim própria, com o olhar preso na janela suja que tentava iluminar o impossível.”</p> <p>L.204-205) “Vagarosas as noites naquele hospital. Vagarosos os dias. Com um vagar desmedido, as noites cobriam os dias como se mais nada acontecesse.”</p> | <p>L.153) No mundo, eu não era eu. Eu era um reflexo vago de alguém.</p> <p>L.266) “Eu era, na verdade, o único interlocutor com quem nunca tinha falado”</p> <p>L.187-188) “não demasiado longe de mim, à espera de nascer”</p> <p>L.155-156) “olhava lá para fora, e sentia-me perdida de mim própria, com o olhar preso na janela suja que tentava iluminar o impossível”</p> <p>L.146) “as pessoas que falavam para mim estavam sempre muito longe”</p> |

2.4.3. Quadro recapitulativo da abordagem da análise categorial em relação com a identidade

| Passagens significativas que relatam o processo identitário inicial | Os impactos na minha identidade de Mulher | Os impactos na condição de viver | Os impactos que relatam a reconstrução da minha identidade |
|--|---|--|--|
| <p>49]”A minha hipersensibilidade tornava-me uma pessoa frágil e muito ingénua”</p> <p>50]“fechei-me, sempre, no meu casulo”</p> <p>52]“A minha adolescência foi uma adolescência sem asas e sem amigos”</p> <p>56]“Não tinha propriocepção, sofria de agnose interna”</p> <p>59]“sem ter consciência tinha começado a minha caminhada interior”</p> <p>61]“Lembro-me, desde pequena, na minha cama, de pensar na nossa origem e sobre a nossa proveniência na terra como seres humanos”</p> <p>62]”Nunca procurei estudar as minhas energias e fui , até, sempre muito céptica em relação a visões esotéricas da existência”</p> <p>68]”Comecei-me a deparar com uns sonhos repetidos que voltavam regularmente; porém não os entendia nem sabia o que fazer com eles”</p> <p>105]”Não tinha saído do molde castrador dos condicionamentos familiares mas tinha consciência de quanto uma mudança no meu caminho poderia incomodar muitas pessoas mas deixar a paz instalar-se em mim”</p> <p>164]”Podia ter “partido” sem entender esta parte de</p> | <p>[81]“ O ambiente era sempre muito carregado e intenso”</p> <p>76]“Eu sentia-me responsável por tudo o que acontecia”</p> <p>114]”Lembro-me da luta dentro de mim, da busca da minha identidade, de um movimento dentro do meu corpo”</p> <p>135]“Sentia-me o porto de abrigo de todos”</p> <p>166]”Como mulher, lidar no dia-a-dia com o nosso parceiro, com os nossos filhos, com a família, com colegas, com amigos, com a profissão deixa-nos muitas vezes esgotadas.”</p> <p>168]”autêntica “malabarista” para lidar com tudo e com todos.”</p> <p>176]“Sozinha, não encontrava o caminho”</p> <p>275]”a maior parte do tempo não podia evitar sentir a dor mas também não sabia descodificá-la.”</p> <p>376]”não me apercebi que estas mesmas convenções pudessem servir de capa a submissões, erros e mentiras.”</p> <p>321]”O meu coração</p> | <p>87]“para encontrar o meu lugar na vida, eu tinha de aceitar apreciar e amar os outros”</p> <p>143]“Tentava, apenas sobreviver a uma tentativa de suicídio”</p> <p>145]“O toque das minhas mãos não tinha peso”</p> <p>148]“era uma pessoa condenada e vítima do meu passado”</p> <p>151]”Eu apenas existia no fundo de mim; qualquer movimento no meu interior era sentido como a minha vida inteira”.</p> <p>153]”No mundo, eu não era eu. Eu era um reflexo vago de alguém. Eu era um reflexo que alguém sonhava sem acreditar”</p> <p>170]“Sentia que a minha identidade estava violada, traída, não me sentia bem no meu corpo”</p> <p>185]“Estava à espera de ressuscitar numa vida em que vivi livre numa prisão, sem ser Eu, com muitas identidades falsas, na busca do amor dos outros”</p> <p>195]“Eu queria ser apenas Eu”.</p> | <p>113] “uma profunda transformação de mim, como um luto daquilo que tinha sido o meu passado e que eu queria abandonar.”</p> <p>116]“Esta nova atitude de transmutação de mim abria a porta a novas possibilidades de ser e de viver.”</p> <p>117]“ De facto, foi neste hospital que parte de mim morreu e a minha identidade renasceu”</p> <p>235]”Toda desarrumada, sem saber o que pensar, comecei a sentir o meu corpo, ao fim de muitos meses deitada na cama branca na sala branca. Uma tarde, senti que estava viva.”</p> <p>248]”Comecei a ensinar-me palavras.. já não me lembrava de falar.”</p> <p>348]”Foi a altura em que precisei de olhar para mim mesma e aprender a lidar com a solidão, o silêncio e o vazio. “</p> <p>356]”Foi com este movimento interno que vivi longos meses e foi ele que me devolveu a minha excepcional lucidez:</p> |

| | | | |
|--|---|--|--|
| <p>mim mesma, mas não foi essa a minha opção.”</p> <p>177]”Entrei no hospital. O elevador conduziu-me à “ala psiquiátrica” onde vagabundos mendigam a sua existência. Pés arrastados, sons moribundos que sofriam dentro da escuridão da sua existência”</p> <p>206]”Havia um muro invisível entre o que eu dizia e sentia e o Mundo, um muro que não permitia a compreensão da minha existência.</p> <p>207]“ Tinha as pálpebras fechadas sobre os olhos da minha existência”</p> | <p>continuava perdido, os meus movimentos desenhavam-se no silêncio de mim”</p> <p>280]”Lembro-me apenas do cheiro intenso a éter, medicamentos mas era este o espaço onde queria estar comigo própria: era aqui que eu ia transmutar e renovar a minha identidade”</p> <p>347]”Existiram momentos na minha vida em que tive de ficar afastada de tudo e de todos para integrar a minha identidade . Foi a altura em que precisei de olhar para mim mesma e aprender a lidar com a solidão, o silêncio e o vazio”</p> | <p>215]”Sentia o peso de todas as memórias duma vida de acumulação, de gritos silenciosos, de batidas de coração”</p> <p>221]”Sentia-me assustada, deficiente, fraca, sem inspiração, envergonhada, instável, amarrada, deprimida, transtornada”</p> <p>222]” Incapaz de decisões, sentia-me bloqueada, esgotada, impotente, insegura, esgotada em todas as minhas energias, inerte, inconstante, sofria por viver. Não conseguia insistir ou existir...”</p> <p>230]”Tive medo de ter medo”</p> <p>254]”Sentia-me em coma, como uma esponja de Prozac e Xanax.”</p> <p>290]”As paredes eram o limite do mundo”</p> <p>321]”O meu coração continuava perdido, os meus movimentos desenhavam-se no silêncio de mim”</p> <p>[203]”Era uma pessoa condenada a viver sem amor de mim ou dos outros”</p> | <p>diante dos meus olhos desenrolou-se o meu caminho que até então buscava.”</p> <p>415]”a introspecção sensorial a que me sujeitava todos os dias favorecia uma qualidade de interiorização e uma atmosfera de reciprocidade”</p> <p>427]”passei a considerar esses obstáculos de uma maneira específica: primeiro, ajudaram-me a reconhecer o que me é dado viver durante a experiência, aquilo que eu observo e vivencio”</p> <p>472]” todo o enriquecimento perceptivo, sistematicamente proposto como primeira intenção formadora, ia influenciando a minha configuração cognitiva e consequentemente, a minha representação identitária”</p> <p>380]” o presente desta sintonização de contacto com o sensível actualizou o itinerário biográfico do meu Ser, nesse caminhar para uma consciência de mim, nessa busca de sentido: foi urgente encontrar uma nova orientação nesta identidade fragmentada”</p> <p>436]”Depressa percebi que a experiência do sensível revelava uma significação que poderia ser percebida em tempo real e integrada , em seguida, nos modelos</p> |
|--|---|--|--|

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <p>cognitivos já existentes, provocando uma (trans)formação dos contornos identitários”</p> <p>624]”Depois veio a escuta iluminar a minha temporalidade e tornar leve a carga cognitiva da minha própria história e foi ela que me trouxe o derradeiro sentimento de reencontrar a minha identidade”</p> <p>631]”Todo o trabalho psicopedagógico fez-me aceder à minha evolutividade, à evolutividade do meu próprio jogo de tensões que me habitavam provocando em mim um efeito de serenidade mental e uma reorganização da minha identidade”</p> |
|--|--|--|---|

Terceira Parte:

Movimento hermenêutico da minha narrativa de vida

Capítulo 1: Movimento hermenêutico da minha narrativa de vida

À medida que percorro a análise classificatória que acabei de fazer acedo a um sentido mais profundo do meu relato de vida, é-me agora necessário realizar uma narrativa de vida focalizada na minha questão de investigação e nos meus objectivos. Elaborei então um relato de vida de inspiração fenomenológica com a perspectiva de identificar uma primeira interpretação. Neste sentido o movimento hermenêutico desenvolvido vai no sentido de Strauss e Corbin “aprofundar o texto para descobrir o seu sentido e as suas variações” (Strauss e Corbin, 2004, p. 99) mas também começar a ultrapassar os conteúdos.

Após ter apresentado as tomadas de consciência no decurso da escrita, esta secção apresentará o papel dos actores sobre a minha perda de identidade ou a minha salvaguarda identitária, a tomada de consciência que o hospital foi uma porta de saída e das minhas estratégias de salvaguarda identitária, a tomada de consciência da percepção da minha perda de identidade, o processo de construção da minha identidade através do retorno ao corpo e a Psicopedagogia perceptiva.

1.1. As tomadas de consciência no decurso da escrita

O que releva desta sequência de sentidos na escrita é que a evolução do sentido não é linear nem unívoca nem monodirecional, ela não se desenrola numa linha única. As metáforas da minha escrita falam por si e dão essa imagem: o Sensível não tem um sentido único mas é o resultado de inúmeras linhas de sentido que se cruzam e se juntam dum forma inédita e imprevisível em relação às linhas de origem. A inteligibilidade que transparece, hoje, a compreensão que se avolumou diante dos meus olhos é uma paisagem que se construiu nestes movimentos de avanços e retrocessos e graças a este encontro único e original e que não será totalmente igual noutra actor ou noutra mundo “Quando cheguei, sabia que estavam ali algumas respostas às perguntas que a minha sombra me fazia. E, de facto, esse brilho chegou, após muitas sessões

terapêuticas comigo e com a minha identidade. Senti que era portadora dum projecto e duma esperança.” (L.326-329)

A questão das condições e das etapas de nascimento duma identidade distorcida esclareceram-me. Assim, o sentido que nasce desta abordagem do Sensível não deve ser compreendido como uma tradução simbólica, por parte do sujeito, de certos conteúdos da sua experiência. Existe uma interacção real entre o sujeito e o Sensível, entre uma subjectividade corporal e uma consciência autónoma do sujeito que se torna o interlocutor perceptivo de uma discussão interior, duma actividade reflexiva consciente dum fenómeno que traduz na forma linguística nascida desta reciprocidade entre o sujeito e o fenómeno que vive numa interioridade corporal que deve ser visto como parte do sujeito. “ *As nossas memórias estão sempre presentes, firmemente comprimidas nas memórias do nosso corpo que alimenta este retorno reflexivo em busca duma identidade que ilumine o presente e actualize o futuro* ”(L.373-375)

Por isso, certos parágrafos precisam aquilo que vivo como um apelo intencional da parte do movimento diante de mim e dão-se segundo a forma duma possibilidade interior de actividade interna 443] “*Como haveria eu de articulá-lo? De sintonizá-lo? Depressa percebi que a experiência do sensível revelava uma significação que poderia ser percebida em tempo real e integrada, em seguida, nos modelos cognitivos já existentes, provocando uma (trans)formação dos contornos identitários.*” (L.429-432)

Isto denota uma implicação na experiência e faz-me, não espectadora mas atriz da minha própria experiência participante.

1.2. Análise categorial emergente

É chegado o momento com a ajuda da análise categorial precedente, de realizar um movimento de interpretação do meu texto. A identificação das categorias emergentes abriu-me a várias perspectivas e colocou em relação verdadeiros desafios identitários contidos na minha narrativa de vida. A análise das categorias emergentes e o esforço de colocar tudo numa coerência permitiram-me de encarar de outra forma o meu itinerário de perda de identidade rumo à sua reconstrução. Identifiquei então cinco grelhas de categorização: os principais actores; as principais tomadas de consciência das

minhas atitudes; as tomadas de consciência da percepção da perda identitária; as estratégias de salvaguarda e de reconstrução identitária; e a relação com a minha identidade inicial, de mulher, os impactos na minha condição de vida e a minha construção identitária.

Não escolhi construir uma narrativa fenomenológica, pois organizei a minha narrativa de base de forma exaustiva numa análise categorial que, do meu ponto de vista, é suficientemente rica para me permitir realizar um movimento hermenêutico da minha narrativa de vida.

1.2.1. O papel dos actores sobre a minha perda de identidade ou a minha salvaguarda identitária

Tomo consciência que o meu pai, a minha mãe e o meu marido tiveram, em diferentes graus, uma influência sobre a minha própria identidade de mulher, pois como o referi no meu quadro teórico que abordava todas as identidades (de género, sociais e profissionais), a identidade que mais profundamente foi atingida foi a minha identidade de mulher, no que concerne a minha relação com a minha representação dos homens. Tudo parte, parece, de uma imagem que construí a propósito do meu pai. Ainda que fosse pouco comunicativo, consagrando todo o seu tempo ao trabalho “*O meu pai pouco comunicava, só lia e trabalhava*” (L. 20), a sua personalidade criativa e aberta, talentosa e imperturbável, forjou-me uma opinião do homem modelo e que eu admirava à distância “*Nunca conheci outro homem tão excepcional, tão bem sucedido na sua essência e com a sua existência*” (L. 26-27).

A relação com a minha mãe era diferente, para além da sua personalidade negativista e rígida, ela constrói-me uma representação da identidade da mulher que sacrifica a sua vida pelos seus filhos “*dedicou-me a mim e à minha irmã, toda a sua vida*” (L.33).

Desta forma, durante a minha infância e a minha adolescência e ainda hoje, vivi e vivo no exemplo de um casal ideal “*São o casal mais perfeito que conheço*” (L.42).

Tomo consciência que abordei a minha vida de mulher com esta representação do homem e do casal em referência aos meus pais. Escolhi então um marido que representa uma personalidade patriarcal “*marido era, e ainda é, o protótipo vivo do*

patriarca” (L.121-122), e após um período de 25 anos de vida conjugal de altos e baixos “*Com ele experimentei tudo: amor, paixão, ódio, paz, guerra, raiva profunda, ciúme e até uma vontade escondida de o cortar aos bocadinhos*” (L.129-130), tomo consciência que o homem escolhi não era como eu me havia representado “*Durante 25 anos tive-o como um homem íntegro e talvez por isso, ao fim de 25 anos, tive um grande choque ao ver que o fingimento era a sua maneira de viver.*” (L.138-140) No final, tomo consciência de que não tinha descoberto o amor que sempre desejei encontrar “*um amor verdadeiro que nunca chegou*” (L.187). Confrontada a esta situação a minha vida começa a perder o seu sentido, nada corresponde ao ideal que me havia construído e a minha vida de mulher é alterada, o que me conduz a desistir da minha própria vida progressivamente “*e com vontade de desistir da minha vida...*” (L. 141). Esta desistência da minha vida, o sofrimento da minha situação dão o sentimento de morrer lentamente no âmago da minha identidade de mulher “*Tinha acabado de morrer por um homem que me fez sofrer mais de duas décadas de sofrimento.*” (L.208-209)

Fui até ao fundo do poço “*Decidi ir ao fundo do meu poço para ver o que ali encontrava e tentar entender o conteúdo da minha sombra.*” (L.159-160), até ao fim das minhas forças, até suplicar que me internassem para sair da minha prisão “*vida em que vivi livre numa prisão*” (L.185-186), decido então exilar-me num hospital.

1.2.2. Tomada de consciência que o hospital foi um espaço estratégico de salvaguarda identitária

Ao revisitar o meu itinerário não tinha tomado consciência até então que o hospital representava uma porta aberta para uma nova vida, ou mais precisamente um término da minha vida antiga. Este facto é destacado em inúmeras passagens, entre as quais: “*Acordei e estava no hospital à espera de ressuscitar numa vida em que vivi livre numa prisão*” (L.185-186)

1.2.2.1. Estratégias de salvaguarda da minha identidade

- **Escolha rumo à esperança de viver**

Com efeito, foi no hospital que recomecei a questionar a minha própria existência *“Foi lá que comecei a questionar a minha existência e em que fabriquei, eu própria, uma profunda transformação de mim, como um luto daquilo que tinha sido o meu passado e que eu queria abandonar”* (L.112-114).

Com a distância do tempo, o hospital representava o lugar no qual podia reconquistar a minha identidade perdida *“De facto, foi neste hospital que parte de mim morreu e a minha identidade renasceu”* (L.117-118). Era o lugar onde tinha o tempo de observar as minhas zonas de sombra que não queria ver *“Decidi ir ao fundo do meu poço para ver o que ali encontrava e tentar entender o conteúdo da minha sombra: aquela parte de nós que não queremos reconhecer”* (L.159-160)

- **Escolha de se encontrar na solidão**

Descobria enfim o gosto da solidão. Efectivamente, estar só, unicamente face a mim mesma, não tinha o mesmo gosto que estar sozinha antigamente, naquele estado que me havia conduzido à depressão profunda *“A solidão significa estar inteiramente em si, na sua unidade. Ela foi a cura para o meu estado caótico”* (L.347-348). Eu desejava esta solidão para me olhar a mim própria e para conectar o meu próprio silêncio *“precisei de olhar para mim mesma e aprender a lidar com a solidão, o silêncio e o vazio.”* (L.345-346). Este tempo de solidão e de silêncio permitiu-me à evidência integrar a minha própria identidade *“tive de ficar afastada de tudo e de todos para integrar a minha identidade”* (L.344-345)

- **Escolha de retornar a mim própria**

Aqui também tomo consciência da escolha radical que tinha feito no hospital, a escolha de retornar a mim própria graças ao tempo que me podia consagrar. Isto fazia-me compreender que até então tinha colocado à distância a minha busca existencial e que estava lá desde o início da minha existência. Graças ao hospital e à solidão, ou mais precisamente à extracção da minha situação passada, pude recomeçar a falar comigo própria *“Foi a primeira vez que, realmente, falei comigo”* (L.265). Esta sensação de

primeira vez sublinha o carácter de profundidade do reencontro comigo própria. Ao mesmo tempo que eu me encontrava comigo própria concienzializava que antes estava muito distante de mim “*Eu era, na verdade, o único interlocutor com quem nunca tinha falado*” (L.266) frase terrível que refere este sentimento da minha perda de identidade.

1.2.3. Tomada de consciência da percepção da minha perda de identidade

Ao reler o meu relato de vida, tomei consciência que a minha perda de identidade adoptava várias formas e pude então referenciar características psíquicas e físicas da perda de identidade, tal como uma relação com o tempo, uma relação a si e aos outros alterada o que demonstra que uma perda de identidade pode engendrar uma relação à vida deficiente.

1.2.3.1. Alteração dos estados psíquicos

Aparece claramente que me coloquei enquanto vítima do meu passado “*era uma pessoa condenada e vítima do meu passado*” (L.148) o que tinha uma influência sobre toda a minha esfera psíquica e comportamental “*Sentia-me árida, frágil, cansada, amordaçada, calada, desestimulada. Sentia-me assustada, deficiente, fraca, sem inspiração, envergonhada, instável, amarrada, deprimida, transtornada. Incapaz de decisões, sentia-me bloqueada, esgotada, impotente, insegura, esgotada em todas as minhas energias, inerte, inconstante, sofria por viver.*” (L.220-224). Esta alteração teve como consequência colocar-me numa depressão profunda que se manifestou sob a forma de uma desistência da minha vida e que é traduzida pela frase seguinte “*No mundo, eu não era eu. Eu era um reflexo vago de alguém. Eu era um reflexo que alguém sonhava sem acreditar.*” (L.153-154).

1.2.3.2. Alteração dos estados físicos

Ao escrever a minha narrativa tinha consciência que a relação com o corpo tinha uma importância “*não me sentia bem no meu corpo*” (L.171), mas não tinha tomado conhecimento da importância da alteração física ao nível do peso “*Já pesava 37 quilos. A minha pele já não suportava os meus ossos.*” (L.150-151), mas também ao nível da imagem corporal “*o meu corpo era tão leve que não me pertencia*” (L.147) ou ainda “*Sentia o peito. Sentia o meu peito com um vazio negro, terrível, profundo*” (L.201-202). Tenho consciência de que os estados psíquico e físico estão ligados, e denotam no seu traçado uma alteração da relação a si e aos outros, bem como uma relação ao tempo.

1.2.3.3. Alteração da relação a si e aos outros

Ao revisitar estas passagens meço a importância da relação a si e por consequência aos outros e que se manifestou, como o referi anteriormente, pelo facto de eu estar no mundo mas afastada de mim própria pelo sentimento “*No mundo, eu não era eu. Eu era um reflexo vago de alguém. Eu era um reflexo que alguém sonhava sem acreditar.*” (L.153-154). Vejo bem que a alteração da imagem de mim se traduz por uma distância a mim própria “*olhava lá para fora, e sentia-me perdida de mim própria*” (L.155-156).

Esta perda da relação a mim participa verdadeiramente à perda da identidade, à menor que seja a consequência da perda de identidade. Não posso definir-me sob esta cronologia de causalidade. No entanto, constato que nesta época tinha deixado de me questionar, tinha perdido aquele “eu” que observa um outro “eu”. Finalmente havia perdido a ligação comigo própria, porque eu própria tinha desaparecido. Este estado é retranscrito através esta frase que hoje me parece terrível sob o olhar de quem eu me tornei, “*Eu era, na verdade, o único interlocutor com quem nunca tinha falado*” (L.266). Provavelmente, e com o olhar de hoje, esta distância de mim própria era uma forma de refúgio que me permitia melhor aceitar a minha situação de sofrimento, mas, ao mesmo tempo, ela consolidava este sofrimento. Esta distância comigo própria tinha acabado por criar uma distância com os outros “*as pessoas que falavam para mim estavam sempre muito longe*” (L.146).

1.2.3.4. Alteração da relação com o tempo

No momento da análise do meu relato de vida, apareceu-me de forma clara que a minha relação com a temporalidade estava bastante alterada, nomeadamente durante a fase de hospitalização *“Vagarosas as noites naquele hospital. Vagarosos os dias. Com um vagar desmedido, as noites cobriam os dias como se mais nada acontecesse.”* (L.204-205). Não sei ainda hoje se esta alteração do tempo foi a consequência de uma perda de lucidez sob o efeito da medicação, ou se foi o resultado duma ausência da presença à minha vida, ou ainda se foi uma extracção da temporalidade para melhor viver a solidão.

1.2.4. Processo de construção da minha identidade através do retorno ao corpo e a Psicopedagogia perceptiva

As premissas do meu retorno à vida começaram através do retorno ao meu corpo no hospital relatadas na passagem seguinte *“Depois de tempo e passos que traziam os medicamentos, lá me levantava para lavar a minha cara com água gelada para despertar a minha consciência. Toda desarrumada, sem saber o que pensar, comecei a sentir o meu corpo, ao fim de muitos meses deitada na cama branca na sala branca. Uma tarde, senti que estava viva. Lembro-me de tocar os meus braços, a minha cara, a minhas pernas, a minha pele. Eu estava lá. Estava viva. Abri os meus olhos, levantei-me e vi-me ao espelho. Lembro-me de pensar que só era eu por dentro pois o meu corpo estava diferente”* (L.233-239).

É chegado o momento de analisar o processo de reconstrução da minha identidade durante a formação da Psicopedagogia perceptiva que se realizou em dois tempos: o encontro com o Sensível e o corpo e a mobilização cognitiva e intelectual ligada ao Sensível.

1.2.4.1. Encontro com o corpo Sensível

A Psicopedagogia perceptiva solicita o corpo e a reflexão através de tarefas corporais e o encontro com a subjectividade anterior. A minha narrativa de vida não respeita precisamente a cronologia da minha reconstrução identitária. Esta tomada de consciência levou-me a tentar encontrar o processo cronológico. Tudo começou pelo encontro com a subjectividade corporal, mais precisamente com a vivência de um movimento interno que animava a interioridade do meu corpo “*o Sensível apresentou-se-me sob a forma duma subjectividade corporal móvel, interna, encarnada e consciencializada na imediatez da minha própria experiência*” (L.411-412). Este movimento interno e invisível ao olhar aparecia-me de forma clara e a partir de um estado de lucidez excepcional “*Foi com este movimento interno que vivi longos meses e foi ele que me devolveu a minha excepcional lucidez: diante dos meus olhos desenrolou-se o meu caminho que até então buscava*” (L.353-355). Tomo aqui consciência de que não se tratava apenas de uma percepção, de um ressentir, do meu estado corporal tornado sensível, ou seja vivo, mas que este estado em movimento englobava todo o meu contexto de vida “*Esta subjectividade corporal deu lugar a um desdobramento de sentidos em mim, vinculados ao meu contexto de vida.*” (L.395-396), “*Toda a matéria corporal se desloca e se mobiliza pela intensidade da sensação não porque ela é boa, ou doce ou forte mas porque interpela todo o meu sistema perceptivo e cognitivo*” (L.577-579).

1.2.4.2. Mobilização cognitiva e intelectual

Este movimento diante de mim, representa o devir possível de mim. O movimento que me aparece diz-me que não se trata do presente somente mas aquilo que eu me posso tornar. Esta informação é fundada no facto de, no contacto com o Sensível, uma nova forma percentual aparece como uma nova possibilidade de viver. Este ponto parece-me decisivo: tudo se passa como se a percepção de certa zona do corpo me desse o gosto de sensações, de sentimentos, de qualidades que não estão, ainda, atribuídas ao meu ser actual mas que me são dadas a experimentar por antecipação e agissem como reveladoras implícitas dum facto que poderei vir a viver. “*Durante as sessões, fui*

evoluindo para uma dimensão introspectiva sensível que permitiu inspeccionar-me, analisar os meus estados mentais internos em todas as situações pedagógicas. Comecei a pensar que era possível viver” (L.436-438)

O movimento interno aparecia-me sob uma forma muito subjectiva. Desde que estivesse em presença da sua animação tinha o sentimento de um retorno ao meu corpo, de uma relação a mim própria, conquistada novamente *“Essa subjectividade era dotada de valor objectivo porque exprimia a maneira como o meu corpo reagia a um modo de relação comigo mesma” (L.412-414)* mas para além disso, o encontro com o corpo Sensível estimulava o meu pensamento *“mas também a maneira como o meu pensamento se manifestava no contacto com o meu corpo sensível.” (L.414-415).* Percebia claramente que o meu encontro com o corpo estimulava a minha actividade intelectual e me tornava capaz de identificar e dar uma inteligibilidade à minha vivência *“O encontro com este corpo sensível mobilizava uma actividade intelectual eficiente e propiciava-me a receber os conteúdos dessa vivência, de forma pertinente, autêntica e espontânea.” (L.391-394).* Isto permitiu-me observar as camadas da minha identidade desintegrada *“Vi-me, senti-me, assim, a questionar os conteúdos da minha vivência corporal ao longo destas sessões introspectivas, analisando cada camada da minha identidade desintegrada” (L.478-480).* Entendia que esta experiência do Sensível provocava a reconstrução da minha identidade *“percebi que a experiência do sensível revelava uma significação que poderia ser percebida em tempo real e integrada, em seguida, nos modelos cognitivos já existentes, provocando uma (trans)formação dos contornos identitários” (L.430-432).*

1.2.4.3. Mobilização da atenção

Em termos de percepção, passo duma percepção panorâmica do movimento à percepção duma zona delimitada: há um grau de implicação imediato, reacções somáticas fortes, uma mobilização geral do meu corpo, do meu espírito, da minha atenção e a tranquilidade instala-se. Os factos de consciência ficam, solidamente, presentes no meu campo de consciência como suporte de emergência e expressão de um conteúdo preparado para acolher o acontecimento seguinte. Poderia utilizar, aqui, a metáfora do nascimento: as percepções de fundo acolhem os fenómenos que surgem assegurando a continuidade e tranquilidade daqueles que vão nascendo, dando-lhe uma

forma totalmente nova. Compreende-se, no entanto, que a elaboração invisível destes fenómenos ligam-se a uma paisagem interior construída durante muitos meses, anos, se quisermos. Trata-se de fenómenos que mobilizam uma forte reacção da atenção e uma grande dinâmica orgânica e de concentração que culminam na formulação verbal de sentido e, por isso, num consequente pensar sobre os acontecimentos. *“A sensação é forte (facto de consciência): sensação de calor e profundidade. Toda a matéria corporal se desloca e se mobiliza pela intensidade da sensação não porque ela é boa, ou doce ou forte mas porque interpela todo o meu sistema perceptivo e cognitivo.”* (L.576-579)

Os conteúdos da minha percepção acompanharam, sempre, a intensidade dessa atenção a mim, esse silêncio de luz que mudava a orientação da minha atenção para mim. É o acolher quase total mas passivo que reage a uma fase precedente e se adapta ao objectivo da introspecção sensorial. É uma tranquilidade activa que desencadeia novas reacções orgânicas: ligeira taquicardia e um aumento psicotónico. Na realidade, parece que o coração acelera as suas pulsações à medida que a atenção se concentra numa zona específica do corpo para, de seguida, surgir um estado de tranquilidade e silêncio absolutos. Este sintoma é, basicamente, um estado mais intenso de presença a mim. Paralelamente, estas reacções orgânicas, esta mobilização toca o plano cognitivo: mobilização dos recursos da própria atenção e a inteligibilidade de todos os elementos do sentir. Esta reorientação da atenção não é uma coisa decidida *a priori*, ela não é operada voluntariamente; ela é espontânea e opera como consequência natural de um acto que se desenrola na minha própria matéria, e pertence a ela.

1.2.4.4. Mobilização de diferentes estados

Viver este sentimento corporal não foi neutro para mim, esta enormidade de sensações dificilmente descritas e claramente sentidas. Esta continuidade entre as percepções que se produzem em introspecção sensorial e a minha relação comigo mesma e com a minha vida quotidiana traduziram-se no aparecimento de novas faculdades, de novas maneiras de me sentir, de pensar, enfim, de ser *“Esta liberdade agradava-me, esta autonomia satisfazia-me: uma imagem de liberdade absoluta da consciência da minha identidade.”* (L.571-572) Sentia igualmente um espaço mais aberto *“Parece que um espaço se abre diante de mim, uma grande e larga estrada, sem*

fronteiras definidas, como que uma continuidade de sentido para a minha transformação” (L.574-576)

É difícil nomear genericamente os termos apresentados: liberdade, consciência, identidade, continuidade, mobilização... Trata-se de sentimentos, atitudes interiores, no fundo, de comportamentos concretos visíveis no meu posicionamento face às situações de vida. Parece-me importante sublinhar o carácter lento, progressivo destas tomadas de consciência, deste sentimento de si e dos estados de consciência interior que dez anos depois flutuam no tempo e se tornam permanentes. Estas transferências entre sensações e possibilidades de se ser no quotidiano das nossas vidas não se faz num dia. É uma espécie de aprendizagem ao longo da vida, necessitam de um constante enriquecimento de si, duma transformação de si e duma intimidade com o corpo e o espírito duma forma espacial e temporal: uma ligação íntima de si e uma temporalidade, igualmente, íntima, privada, interiorizada, quase secreta “ *Esta presença a mim permitiu-me a relação comigo e com o meu redor captando aquilo que a dinâmica do meu interior corporal me oferecia: movimento lento e opaco da presença humana como interface instrutivo e formador daquilo que hoje sou. É a consciência da minha consciência, a consistência da minha matéria como ponto de suporte duma consciência que ultrapassa as fronteiras do corpo.*” (L.561-565)

Trata-se duma actividade interior intensa, duma profundidade calma, duma estabilidade sensível de si. Os indicadores e o ritmo que me habita “lento e opaco” são sintomáticos dessa presença tranquila que me marcou pela sua permanência “*A ideia desta autonomia do movimento esteve sempre presente nesta experiência onde eu identificava os momentos fundadores que se instalavam em cada introspecção sensorial, onde a minha matéria tinha a sua própria consciência autónoma que ia e vinha, sem qualquer intervenção racional da minha parte.*” (L.566-570) A continuidade desta atmosfera calma e repousante esteve, sempre, presente em todo o processo de escrita da minha história de vida, no plano de todas as competências perceptivas: a tranquilidade da minha paisagem interior permitiu-me escrever a biografia do meu corpo. Em suma, esta fase desenrola-se na base de um conteúdo perceptivo e cognitivo. A continuidade é clara tanto no plano dos factos de consciência como no plano das competências introspectivas: o corpo prepara-se para novas percepções de si num movimento dinâmico sempre presente: “Vivi uma situação pedagógica, formadora de mim relacionada com a auto-formação na interactividade com o Sensível e me remeteu

para uma relação profunda e viva comigo mesma como ponto de partida para o reconhecimento duma presença.” (L.396-399) Digamos que é uma ruptura que se transforma num estado de unidade intrínseca: os movimentos perceptuais e este sentimento de si tornam-se nos verdadeiros factos de consciência como se tudo estivesse orientado, espacial e temporalmente para os acontecimentos do meu corpo.

Conclusão: reflexão dos resultados e perspectivas

No plano metodológico, um dos problemas que senti no decurso da análise foi a necessidade de colocar por palavras a génese de sentido, descrevê-la e analisá-la e o efeito que esta realidade experiencial tem de um modo não linguístico. No caso duma experiência do Sensível, esta questão é, particularmente, crucial uma vez que o conteúdo originário da experiência de sentido é identificado, provado, sentido no corpo e, deste modo, maioritariamente ancorado num modo não directamente linguístico. Há uma espécie de indução metodológica que é preciso ter em conta na compreensão do processo de criação de sentido que buscamos. Mais precisamente, ao pôr por palavras os fenómenos, pode dar a ilusão que eles são dados, na sua forma original, de um modo linguístico.

Os modos de atribuição de sentido, que não o linguístico, são dados pelo próprio material de experiência construído: por um lado, a descrição em “discurso directo” do funcionamento de como este sentido existencial me envolve e a sua respectiva análise e, por outro, a minha tentativa de encontrar as palavras mais justas para descrever o decurso da experiência autobiográfica através dos instrumentos psicopedagógicos. Registrar a experiência através do discurso escrito mostra, indirectamente, que a experiência não nos é dada, naquele momento, através de palavras mas, antes que , a informação é suficientemente clara para que eu seja capaz de reconhecer se, no momento da reformulação, ela é adequada ou não. Assim, neste rigor metodológico, há um acto epistemológico importante que recusa reduzir a representação de sentido a um acto linguístico e de reduzir, igualmente , a sua inteligibilidade à linguagem.

Outra crítica e limitação que se impõe a este trabalho é a de que este estudo se limita apenas a um caso. Nesse sentido, houve um efeito positivo de me obrigar a explorar, consciencializar e assumir um nível de implicação elevado mas habitual no quadro duma tese em psicopedagogia do sensível. No entanto, o trabalho intelectual acompanhou sempre, todo o meu processo de pesquisa: permitiu-me reparar algumas fragilidades presentes em mim e nesta abordagem com a prática do Sensível onde, de certa forma, há uma subjectividade assumida mas também, se apresentam e estabelecem resultados com algum rigor. No plano epistemológico, a postura da minha escolha implica e traduz apenas a verdade, pelo menos duma certa realidade de experiência humana. Deste modo, parece-me, resta-me dizer que este trabalho, pelas suas

características solitárias, não foi alheio a uma crítica intersubjectiva. Ele reclama que outros, que não eu, poderão aventurar-se nesta recolha de dados radicalmente na primeira pessoa com o fim de que as categorias e modelizações possam ser reguladas pela confrontação com outras experiências. Esta necessidade é reforçada pelo simples facto que uma pesquisa singular não pode pretender uma generalização, mesmo que ela possa ter um alcance universal: é o que lhe dá o seu estatuto, assumido e desejado, desde o início, etapa inaugural dum percurso de busca de identidade. Esta busca pode-se fazer noutra direcção : com uma grande amostra e com outras abordagens metodológicas (para combinar os resultados de diferentes naturezas ao serviço duma visão mais completa dos processos estudados), enfim, numa direcção de macro-temporalidade biográfica onde seria interessante demonstrar a transferência deste modelo de sentido proposto. Este trabalho pretende mostrar o sentido profundo da abordagem na primeira pessoa no quadro duma linha de produção de conhecimento mais vasta.

No plano teórico, há um ponto que me pareceu limitar a minha pesquisa: no limite, e o mais essencial, na minha perspectiva, construí o campo de problematização em torno das Ciências da Educação e, particularmente, no campo da formação de Si, enfim, ser pessoa, renovar uma identidade fragmentada. A meu ver, esta opção encontrou o seu interesse e a sua justificação na necessidade de construir, dentro deste campo, o espaço científico onde enraizar a minha questão de pesquisa. Com efeito, corpo e sentido constituem duas temáticas fortes na formação de qualquer ser humano, o seu cruzamento bem como as experiências de vida, interior, sentida não têm sido objecto de estudos aprofundados. Neste campo, a observação sugere que os problemas científicos colocados por esta abordagem ao corpo vivido, e ao sentido que dele emerge, explicam, em parte toda a elaboração teórica sobre este processo profundamente humano fazendo sentir a educação ao longo da vida como seu suporte e, ao mesmo tempo, um trampolim para novos estudos inovadores, exploratórios de outros territórios.

Neste contexto, senti que tive de exceder as fronteiras das ciências da educação ao virar-me para as disciplinas de fenomenologia, antropologia e sociologia. Daí que, a minha análise de dados tenha respeitado esta linha fenomenológica abstraíndo-me, *a priori*, de todas as categorias teóricas existentes. Em consequência desta escolha, o essencial dos meus resultados é constituído por evidências imanentes de vários tipos de sentidos e de dinâmicas processuais próprias do mundo do Sensível.

A ideia que cada um de nós elabora de si mesmo, a imagem que gradualmente construímos de quem somos física e mentalmente, e do nosso estatuto identitário, baseia-se na memória autobiográfica que é construída ao longo de anos de experiência e sujeita a remodelações. Grande parte dessa renovação ocorre de forma consciente e influenciada durante cada introspecção. O si autobiográfico que se manifesta nas nossas mentes é o produto final dessa experiência sensível, de contacto com o corpo que nos permite a revisão dessas vivências.

Creio, mesmo, que um dos aspectos-chave da evolução do si e da consequente desfragmentação da identidade envolve o equilíbrio, na introspecção, dessas influências: o passado vivido e o devir. A maturidade pessoal significa que as memórias do futuro que antecipamos têm um peso sobre o nosso corpo autobiográfico. As memórias que concebemos, durante a introspecção sensorial, como metas, desejos exercem uma influência sobre o corpo e consequentemente, sobre os nossos factos de conhecimento. Sem dúvida que também desempenha um papel na renovação do passado vivido, consciente ou inconscientemente, e na criação duma nova identidade. Esta selecção de “rascunhos” autobiográficos são compatíveis com a remodelação dessa identidade singular e unificadora. É esta consciência sentida no corpo que permite que se modifique a mente. O estado de compreensão permitido durante a introspecção sensorial vai a par com um estado de ordem no qual o Eu (Self) se embrenha na sua própria existência. Aí, o corpo e a mente formam um só organismo indissociável onde o corpo emite sinais ao cérebro, interagindo. Enfim, o sinal para salvar a identidade parte do corpo. Os sinais de que temos consciência partem do corpo. Podemos dizer que se trata de um controlo do corpo pelo corpo, ainda que seja sentido pela mente.

Hoje é claro para mim que a pesquisa sobre a natureza e as implicações da dimensão Sensível no ser humano deve ser conjugado com o estudo dos seus impactos em várias vertentes da personalidade ou da existência do sujeito. Só assim poderemos estabelecer uma “fenomenologia de Sensível”, preconizada por D. Bois.

A minha sensibilidade científica provocou-me um interesse particular em duas direcções: na minha vertente de formação enquanto profissional de educação e na vertente de formação pessoal. Assim, na situação estudada, a experiência de sentido não é uma experiência de compreensão mas um espaço de criação de inteligibilidade e certos factos mudam o estatuto, o modo e o plano de existência de sentido: a vida própria do sentido que emerge do corpo Sensível toma forma através de palavras: esta experiência de vida enquanto processo incessante de renovação de si, uma espécie de

desenvolvimento partilhado e recíproco entre a criação de sentido e a criação duma nova identidade. Neste processo de transformação de si existe, nele mesmo, um processo evolutivo de renovação de ser, de me viver e de viver o mundo. Quando entro neste processo de elaboração sigo, de perto, uma intimidade viva e perceptível do meu corpo e do meu espírito, mudo logo de forma e esta metamorfose contribui para a formação de sentido de mim mesma que me transforma ou transformará numa reciprocidade que me parece ser o renascimento duma nova identidade. Isto é o que faz da psicopedagogia um projecto antropofomador.

Primeiro nível de interpretação e de resultados de investigação

A primeira constatação que se impõe no termo da reconstituição do meu itinerário de investigação é a confirmação que houve um processo de degradação da minha identidade, bem como um processo de reconstrução. A primeira observação que me aparece é o desafio de mim enquanto mulher na sua relação ao género masculino. Com efeito, não aparece na minha narrativa o meu contexto profissional, nem tão pouco o social como factores de problemática identitária, ainda que na introdução geral da presente investigação tenha precisado que a construção identitária é indispensável para se tornar um bom professor.

Uma outra constatação é o lugar importante da Psicopedagogia perceptiva sobre o processo de reconstrução identitária mas também sobre a minha capacidade de desenvolver a temática da minha investigação. De facto, aparece-me de forma clara, que se não tivesse seguido a formação em Psicopedagogia perceptiva, não poderia ter tomado consciência do material de partida do meu relato de vida a propósito da minha problemática identitária. E enfim, graças aos espaços de palavra e de escrita na formação eu não saberia realizar um retorno reflexivo sobre a minha prática de vida que engloba a vida psíquica, corporal e perceptivo-cognitiva. Não abordei em detalhe os instrumentos práticos da Psicopedagogia perceptiva, preferindo destacar os impactos desta disciplina sobre a minha reconstrução identitária.

E enfim, constato que existem duas dinâmicas de escrita na minha narração: a primeira extremamente intimista, realizada na primeira pessoa radical enquanto a

segunda parte se revela mais distante e conceptual. Não obstante, após uma análise aprofundada, revelam-se dados bastante significativos para a minha investigação.

Análise e interpretação mais profunda dos resultados da investigação

O primeiro objectivo que visa compreender o processo evolutivo da minha perda de identidade enquanto mulher, é em parte atingido. Aparece claramente que o meu pai, a minha mãe e o meu marido tiveram uma influência sobre a minha própria identidade de mulher. Noto, aliás, que poucas passagens são reservadas aos meus filhos.

O meu pai representa o modelo do homem ideal e que esta frase sintetiza *“Nunca conheci outro homem tão excepcional, tão bem sucedido na sua essência e com a sua existência”*, enquanto a minha mãe representa uma mulher que se sacrifica pelos seus filhos. Por um lado o meu pai tem uma abertura de espírito, criativo, imperturbável, mas permanece no entanto pouco comunicativo; por outro lado, percepciono a minha mãe como rígida e negativista. Apesar das personalidades extremamente diferentes de ambos, percepciono o casal como sendo um casal bem sucedido.

Foi o acaso que me fez escolher como marido um protótipo vivo do patriarca? Ou foi por ter encontrado nele, no início, qualidades do meu próprio pai? De qualquer forma, ele apareceu-me durante um grande período de vida em comum como um homem íntegro, cujos valores eu “desposei”. Ao fim de 25 anos tive um enorme choque na minha vida que me fez perder a confiança no meu marido. A partir daqui desencadeou-se toda uma degradação da minha identidade, ou mais precisamente uma perda da minha própria identidade em prol da identidade do casal e da família. Havia progressivamente perdido a minha autonomia e não conseguia sair do *“molde castrador dos condicionamentos familiares”*. Desejava mudar a minha vida mas tinha consciência que essa mudança iria criar incómodos, sentia-me responsável do mal-estar que poderia causar com essa mudança. Caí então em depressão profunda e fui hospitalizada. Tinha desinvestido a minha vida, mas mais ainda, tinha desinvestido o meu próprio corpo e a minha própria presença a mim. É em todo o caso o que é salientado do meu relato de vida, à luz do meu encontro com o corpo Sensível. Provavelmente sem o meu encontro

com o corpo Sensível eu teria acentuado essencialmente o meu “mal-estar” psíquico e não teria abordado tão especificamente o meu “não-ser” físico.

Aparece obviamente, se eu me referir ao meu itinerário, que a perda de identidade diz respeito a vários níveis da pessoa. Há, desde logo, uma alteração dos estados psíquicos e físicos, e estas duas naturezas de alterações parecem-me, hoje em dia, indissociáveis do processo de perda de identidade, mas também como o veremos de seguida, do processo de reconstrução identitária. Aparece, igualmente, uma alteração profunda da relação a si em ligação com uma deficiência do esquema corporal e da imagem de si, a menos que seja a ausência da presença a si que esteja na origem destas alterações físicas e psíquicas. Se eu sair da busca da causalidade, parece-me que através desta investigação é possível oferecer uma constatação universal que concerne a população das pessoas que têm uma alteração da identidade. Assim, a perda identitária tal como a experienciei evidencia a associação de quatro alterações: físicas, psíquicas, relação a si e temporais. Antes de conduzir a análise não havia concebido este facto.

No prolongamento desta constatação, **sou capaz de melhor compreender o meu segundo objectivo de investigação que visa melhor compreender a relação corpo e psiquismo e a identidade.**

É-me igualmente possível melhor **compreender o processo de construção da minha identidade.** Ao analisar este processo dei-me conta da presença de uma fase que precede e que encenou **as estratégias de salvaguarda da minha identidade**, nomeadamente as que desenvolvi durante a minha infância através, por exemplo, da aprendizagem do piano onde podia desenvolver a minha criatividade e durante a minha adolescência através de uma busca existencial que questiona o sentido da vida através das ligações com a natureza, os sonhos e as intuições.

Foi no entanto no hospital que apareceram de forma forte as minhas estratégias de preservação e de salvaguarda da minha identidade, através da emissão de sons, o meu único meio de exprimir o que estava encerrado no meu peito vazio, através da escolha da solidão para tentar encontrar-me, através uma conversação comigo própria e dos diálogos com o meu espelho na casa de banho do hospital. Tomava consciência que me havia esquecido totalmente de mim própria, que eu era a pessoa com quem nunca tinha falado.

De seguida, aparece de forma muito clara que o hospital foi um lugar de protecção, um lugar de exílio, daquilo que percebia como sendo uma prisão. Foi no

hospital que voltei a ganhar esperança e que cultivei a minha esperança. Foi no hospital que comecei a encontrar-me e a encontrar a minha identidade.

Se me referir ainda à minha experiência num objectivo de generalização, é óbvio que por vezes para se construir, uma pessoa deve voltar a contactar a solidão que representa uma oportunidade para se encontrar a si própria. É igualmente importante ousar recriar o diálogo consigo própria através das palavras que nos dizemos a nós e depois ao seu espelho. Desde que estivesse rodeada, sofria de isolamento, mas a solidão é para mim a oportunidade para encontrar a própria identidade.

A minha reconstrução identitária começou num dia preciso no hospital, que sublinho na minha narrativa de vida, na passagem a água fria sobre a cara e a palpação dos contornos do meu próprio corpo assinalando as premissas da minha reconstrução identitária.

Com o recuo, compreendo a escolha que fiz ao inscrever-me no Mestrado em Psicopedagogia perceptiva. No mais profundo do meu ser, sentia que um trabalho sobre o corpo era indispensável à minha reconstrução identitária. Tinha feito a experiência de ir até ao fundo do poço da perda dos contornos do meu corpo, do meu esquema corporal e da minha imagem de mim e sabia que me era necessário encontrar a minha identidade corporal antes de encontrar a minha identidade de mulher. Através dos exercícios de toque manual, de gestos interiorizados e de introspecção sensorial, e através de um método de explicitação da minha experiência corporal, eu encontrei-me de um outro modo. Fiz em primeiro lugar a experiência do movimento interno que animou a subjectividade do meu corpo e que me permitiu sentir-me viva no interior de mim. À evidência, o retorno ao vivo em mim, vinha satisfazer todas as camadas da minha identidade corporal alterada. Depois no âmago do vivo em mim aprendia a mobilizar a minha atenção e a descobrir diferentes estados como a tranquilidade, o sentimento de si e a globalidade. Descobria igualmente uma nova forma de pensar e de reflectir, ao apoiar-me sobre os meus estados de alma encontrados.

A minha investigação permite-me compreender melhor o processo de construção da minha identidade ao contacto da Psicopedagogia perceptiva. É claro que a reconquista da sua identidade psíquica passa pela reconquista da sua identidade corporal.

Quadro recapitulativo do impacto da Psicopedagogia perceptiva sobre a reconstrução da minha identidade

| Ressentir | Devir | Ser |
|-------------------------------|---|--|
| Sensações, tonalidades | Percepção a Si | Percepção ao mundo |
| Profundidade | Eu sinto-me tocada na minha interioridade | Sou mais periférica, mais preocupada com os outros |
| Globalidade | Sinto-me sólida, unificada | Sou menos dispersa na minha vida, mais ancorada nas minhas acções, mais próxima dos outros. |
| Presença a si | Sinto-me presente a mim mesma e descobri a minha singularidade. Auto-estimo-me | Já não estou no exterior de mim e das coisas à minha volta. Estou presente a tudo o que me rodeia. |
| Sentimento de existir | Sinto-me situada naquilo que sinto. Valido a minha forma de me ver e a minha própria subjectividade | Encontrei o meu lugar próximo dos outros. Existo para além de mim. Valido-me. Sou autónoma. Tenho identidade |

O encontro com o corpo sensível surgiu como uma experiência única, particular. Na presença do entrelaçamento permanente entre o corpo e o Eu, o corpo surge como a ligação dum expressão do si profundo que influencia toda a aproximação à vida e à existência: “O corpo sou eu”. Uma noção de intensidade apoderou-se do meu corpo e modificou a abordagem a mim mesma e à minha vida.

Senti sempre uma forte ressonância interna que me conectou a mim mesma, a um nível mais profundo. Estava perante a restauração da minha identidade. Por isso, tomei consciência do meu estado identitário anterior e comparei-o com o estado actual como se estivesse sob a influência dum lucidez corporizada. Esta tomada de consciência não se limitou apenas à relação com o corpo mas antes convidou-me a inteligir um certo modo de ser a mim e ao mundo. Neste estágio do meu itinerário de (trans)formação, reconciliei-me comigo própria e com o mundo. Estava perante uma modificabilidade da minha mente, uma mudança das minhas representações iniciais ganhando a capacidade de ancoragem à vida, à existência enquanto mulher, mãe, profissional.

Tinha a impressão que só a minha cabeça existia, e existia para um exterior. Esta abordagem ao Sensível fez-me tomar consciência dessa enorme separação entre a minha mente e o meu corpo. Com ela, comecei a sentir em mim as percepções como: a presença a si, o meu corpo, enfim, uma presença perceptiva do sentimento de si.

Descobri que tenho um corpo com uma vida, uma existência, uma identidade dentro de mim: era o meu processo autobiográfico. Esta formação desenvolveu e ampliou este meu processo de reconstrução identitário: vi emergir uma autenticidade de vida onde não há lugar para a separação entre corpo e mente. Significa, portanto, que esta relação com o corpo é educável e pode ser vista num quadro reflexivo de aprendizagem. Pude constatar como a introspecção sensorial representa uma terapêutica efectiva de auto-conhecimento. O fenómeno de transformação desenvolve-se radicalmente e, subtilmente, renasce uma nova consciência das imagens que surgem do corpo e somos inundados por uma calma, paz, serenidade onde, a cada momento, o ser se unifica.

Esta abordagem ao corpo sensível teve um papel considerável nessa busca de ancoragem identitária. Foi infinitamente preciosa e indispensável à descoberta da minha existência: “Eu existo, logo sinto e penso”

Resposta à minha questão de investigação

Sou capaz de responder em parte à minha questão de investigação e que é: **Em que medida, o encontro com o Sensível participou na minha construção identitária?** Aparece de forma clara que o meu encontro com o Sensível participou na construção da minha identidade e muito particularmente à minha identidade de mulher.

No que respeita a minha identidade de mulher que foi o primeiro motor de escolha da minha investigação, tomo consciência de que a minha busca visava melhor compreender a condição da mulher na sua relação ao homem. Foi bem a minha identidade de mulher que foi alterada e que teve uma incidência sobre a minha identidade social, sobre a minha identidade de mim enquanto ser humano. Mas tomo consciência igualmente que a Psicopedagogia perceptiva não me acompanhou enquanto mulher mas enquanto ser humano através da reconstrução identitária corporal sob o modo do Sensível. O trabalho sobre o Sensível não se dirige a raças, a mulheres, a homens, a adultos, a velhos ou a novos, mas sim à parte do ser humano assexuada. Todavia, assim que encontramos o Sensível no corpo, ele reenvia-nos à nossa condição de homem ou de mulher inscritos num contexto de vida. A reconquista da minha identidade não somente corporal, mas também e sobretudo da identidade da minha

natureza humana reconstrói a minha dignidade de mulher, isto é a minha identidade de mulher.

Limites e perspectivas da investigação

Tenho consciência que o campo teórico não foi suficientemente desenvolvido, abordei de forma algo sumária a identidade da mulher, a identidade pessoal e social, bem como a identidade profissional, sem ter ido profundamente aos temas. Se me inscrevo numa perspectiva de tese é claro para mim que me é necessário desenvolver estas três dimensões à luz da psicologia, filosofia, sociologia e psicossociologia.

Estou consciente igualmente que não abordei suficientemente o campo teórico prático da Psicopedagogia perceptiva o que teria permitido ao leitor melhor compreender a dinâmica que rodeia a acção psicopedagógica, tal como o seu campo teórico. Esta temática teria merecido ser abordada.

Preferi consagrar-me à narrativa que me parecia ser o centro da minha investigação, poderia mesmo ter desenvolvido o conceito das histórias de vida centrado sobre a busca identitária que existe na literatura.

Ao nível da postura epistemológica e a metodologia de investigação preferi inscrever a minha dinâmica de investigação conservando uma postura na primeira pessoa e ao optar pelas referências biográficas de autores especialistas no domínio da investigação qualitativa e no domínio da investigação / formação.

No que concerne a identidade profissional, é claro que a reconstrução da minha própria identidade de mulher através do encontro com a Psicopedagogia perceptiva teve uma influência positiva sobre a minha identidade profissional, a de professora, nomeadamente sobre a capacidade de instalar uma ligação interactiva de qualidade com os meus estudantes. O retorno a mim permitiu-me de estar mais presente, mais à escuta dos meus alunos. A tranquilidade e a calma sentidas na minha formação permitiram-me mudar a minhas acções educativas.

Este trabalho de investigação, pelo facto de ter sido formada à escrita sob a forma da narrativa, permitiu-me de trabalhar para a reconstrução da minha própria identidade. Sou capaz de acompanhar os meus colegas em dificuldades com a ajuda da

escrita sob o modo da narração. Parece-me que seria pertinente oferecer uma formação consagrada à escrita de si junto dos futuros professores e aos professores em dificuldade existencial. O encontro com o corpo Sensível mobilizou recursos atencionais, uma actividade cognitiva importante que originou uma repercussão na minha relação aos saberes e na minha maneira de os transmitir. Tenho a convicção de que se trata aqui de um novo modelo de formação que viria de forma pertinente complementar a formação tradicional dos professores.

Para além dos limites da minha investigação posso, não obstante, afirmar que a minha investigação me permitiu responder em parte aos meus objectivos do início. É claro para mim que o método de análise que desenvolvi permitiu-me aprender do meu relato de vida, dar-lhe uma amplitude que não suponha no princípio e que me revelou o meu processo de degradação de mulher, bem como o meu processo de reconstrução identitária enquanto ser humano.

Este processo de investigação inscreve-se numa perspectiva de investigação de doutoramento em torno da temática da construção identitária ao contacto do corpo Sensível.

Bibliografia

- Abraham A. (1984) *L'enseignant est une personne*, Collection science de l'éducation, Paris : ESF
- Albarello, L. (2004). *Devenir praticien-chercheur : comment réconcilier la recherche et la pratique sociale*. Bruxelles : De Boeck Université.
- Barbier R. (1994) « Le retour du 'sensible' en Sciences Humaines », in Lapassade G. (dir.) (1994) *Revue Pratiques de Formation n.º 28*. Paris : Université Paris VIII. pp.98-118.
- Beauvais M (2007) *Chercheur-Accompagnateur: une Posture plurielle et singulière*, Pesquisas Qualitativas, Série 3, PUF.
- Beauvoir S. (2008) *O Segundo Sexo – a Experiência Vivida*. (S. Milliet, Trad.). Bertrand Editora
- Bégout B. (1995) *Maine de Biran, A Vida Interior*, Paris Payot
- Beijaard D. (1995) “Teachers Prior Experiences and actual perceptions of professional identity” in *Teachers and Teaching* 1:2, pp.281-294.
- Berger E. (2004) *Approche du Corps en Sciences de L'éducation*, Tese de D.E.A., Direcção J-L. Le Grand, Universidade de Paris 8
- Berger E. (2009). *Rapport au corps et création de sens en formation d'adultes. Étude à partir du modèle somato-psychopédagogique*. Thèse de Doctorat. Université Paris VIII.
- Bobin C. (2005) *Prisonnier au berceau*, Ed. Mercure de France
- Bois D. (2001) *Le Sensible et le Mouvement*, Paris, Point d'Appui.
- Bois D. (2002) *Un Effort pour être Heureux*, Paris, Point d'Appui.
- Bois D. (2005) *Corps Sensible et transformation des représentations*, Tesina em Didactica e organização das Instituições educativas, Universidade de Sevilla.
- Bois D. (2007) *Le Corps sensible et la Transformation des Représentations de l'adulte*, Tese de Doutorado, Universidade de Sevilla
- Bois D. (2008) De la fasciathérapie à la somatopsychopédagogie. In *Réciprocités* nº2, Editions Point d'Appui et Cerap.
- Bois D. (2008) *O Eu Renovado, Introdução à Somato-Psicopedagogia*, Aparecida, SP, Ideias e Letras, São Paulo.
- Bois D. (2009) *Relation au corps Sensible et potentialités de L'Être Humain*, Ivry sur Seine, Point d'Appui.

- Bruñel L. (1982) *O Meu Último Suspiro*, Edit. Nova Fronteira, 5ª Edição.
- Cochran-Smith, M. & Lytle, S. (1993) *Inside-outside:Teacher research and knowledge*. New York: Teachers College Press.
- Codol J-P. (1981) *Une approche cognitive du sentiment d'identité*, in « Information sur les sciences sociales », SAGE, Londres et Beverly Hills, 20,1, 111-136.
- Correia N. (2006) *De Alma Aberta*, Sete caminhos, Livro de Honra, Lisboa
- Craig P. (1988) *The Heart of the Teacher, a Heuristic Study of the Inner World of Teaching*, Tese de Doutoramento, Boston University Graduated School of Education.
- Crespelle I. (1975) « Psychopédagogie de l'expression corporelle et verbale », In Revue *Education Permanente*, n° 28
- Damásio A. (1995) *O Erro de Descartes* Public. Europa-América, Lisboa.
- Damásio A. (2000) *O Sentimento de si, O Corpo, a Emoção e Neurobiologia da Consciência*, Publicações Europa-América.
- De Lavergne, C. (2007). La posture du praticien-chercheur : un analyseur de l'évolution de la recherche qualitative. *Recherches qualitatives*, hors série n° 3, 28-43.
- Declercq C (2008) [http://www.ac-reims.fr/files/SAIO_identite_sexuee.pdf] [archive] « De la construction de l'identité sexuel aux différences psychologiques selon le genre ».
- Derouet-Besson M.-C. (1988) *Les Murs de l'école. Éléments de réflexion sur l'espace scolaire*. France : Métailié
- Dominicé P. (1984) *La Biographie Éducative*, Education Permanente, Paris
- Dominicé P. (1988) O processo de formação e alguns dos seus componentes relacionais. Nóvoa A. & Finger M. (Orgs.) (1988) *O método (auto)biográfico e a formação*. Lisboa: Ministério da Saúde. Depart. de Recursos Humanos da Saúde/Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional.
- Dominicé P. (1990) *L'histoire de vie comme processus de formation*. Paris: L'Harmattan.
- Drouard, H. (2006). Chercheur et praticien ou praticien-chercheur ? *Esprit critique*, www.espritcritique.org.
- Erickson F. (1986) *Qualitative methods in research on teaching*. In: Wittrock M. (Ed.) *Handbook of research on teaching*. 3rd ed., New York: Mcmillan
- Ferrarotti F. (1988) *Sobre a autonomia do método biográfico*. Nóvoa A. & Finger M. (Orgs.) (1988) *O método (auto)biográfico e a formação*. Lisboa: Ministério da Saúde. Depart. de Recursos Humanos da Saúde/Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional.
- Ferrarotti F. (1990) *Time, memory and society*. New York: Greenwood Press.

- Foucault M. (1992) *A Escrita de Si*, Espaço Académico.
- Franklin M. (1994) *Possum Gully*. Austrália.
- Gagnebin, J.M. (1997), *Uma Filosofia do Cogito Ferido: Paul Ricoueur*, in Estudos Avançados, V.11.
- Gaillard J. (2000a) *Du sens des sensations dans les apprentissages corporels Expliciter*, 34
- Gaillard J. (2000b) *Sensation et pédagogie vers une conception énaactive, Expliciter*, 35
- Goodson I. (1992) *Studying teachers' lives*. London: Routledge
- Gruen A. (1984) *A Traição do Eu*, Assírio e Alvim, Lisboa.
- Hall S. (1987) *Identity: The real me*. ICA Document 6. Londres: Institute for Contemporary Arts
- Hall S. (1999) *A identidade cultural na pós-modernidade*. (T.T. da Silva & G.L. Louro, Trans.). Rio de Janeiro: DP & A.
- Huberman M. (1992) O ciclo de vida profissional dos professores. In: Nóvoa A. (Org.) *Vidas de professores*. Lisboa: Porto Editora
- Josso M.-C. (1988) *Da formação do sujeito...ao sujeito da formação*. Nóvoa A. & Finger M. (Orgs.) (1988) *O método (auto)biográfico e a formação*. Lisboa: Ministério da Saúde. Depart. de Recursos Humanos da Saúde/Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional.
- Josso M.-C. (1991), *Cheminer vers Soi*, Lausanne, L'âge d'Homme.
- Josso M.-C. (1999) História de vida e projeto: a história de vida como projeto e as "histórias de vida" a serviço de projetos. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 25
- Jung C. G. (1939) *Phénomènes occultes*. Paris: Ed. Montaigne.
- Jung C.G. (1961) *Memórias, Sonhos e Reflexões*, autobiografia de Jung, Editora Nova Fronteira S.A.,
- Jung C.G. (1978) *Sincronicidade*, Edições Europa-América, Lisboa
- Larrosa J. (1994) "Tecnologias do Eu e Educação". In SILVA T. T. (1994) *O sujeito da educação – Estudos foucautianos*. Petrópolis: Vozes, p. 35-86.
- Lejeune P. (2008) *O Pacto Autobiográfico*, Edit. UFMG.
- Loizos P. (1996) *Construções da Vida Real: Biografias e Retratos*, Cadernos de Antropologia e Imagem.
- Louis M.-V. (2005) "Dis-moi, "le genre" ça veut dire quoi?", artigo disponível no site: <http://sisysphe.org>,
- Luzes P. (1997) *Do Pensamento à Emoção, Perspectivas Psicanalíticas*, Edit. Fenda, Lisboa.
- Mackiewicz, M. P. (2001). *Praticien et chercheur - parcours dans le champ social*.

Paris : l'Harmattan.

- Maine de Biran F. (2005) *De L'aperception immediate*, Paris. LGF, Livro de bolso.
- Mantel A. (1975) *Le Corps du délit*, Éducation Permanente, n° 28,
- Maturana H e Varela F. (1995) *A árvore do conhecimento: as bases biológicas do entendimento humano*. Campinas: Editorial Psy. pp. 205-266.
- Merleau-Ponty M. (1945) *Phénoménologie de la Perception*, Paris, Gallimard.
- Merleau-Ponty M. (1992, *La Prose du Monde*, Paris, Gallimard.
- Middleton S. (1992) *Developing a radical pedagogy: autobiography of a New Zealand sociologist of women's education*. In: Goodson I. (Ed.) *Studying teachers' lives*. London: Routledge.
- Moita M. C. (1995) “Percursos de formação e de trans-formação”. In Nóvoa A. (1995) *Vidas de professores*. Porto: Porto Editora.
- Morin E. (1992) *Sciences avec Conscience*, Paris, Fayard
- Nóvoa A. & Finger M. (Orgs.) (1988) *O método (auto)biográfico e a formação*. Lisboa: Ministério da Saúde. Depart. de Recursos Humanos da Saúde/Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional.
- Nóvoa A. (1989) *Os professores: Quem são?, Onde vêm?, Para onde vão?*, ISEF, Lisboa
- Nóvoa A. (1991) *Profissão Professor*, Coleção Ciências da Educação, Porto Editora, Porto
- Nóvoa A. (1992) *Vidas de Professores*, Coleção Ciências da Educação, Porto Editora, Porto
- Nóvoa A. (2002) *Formação de professores e trabalho pedagógico*. Lisboa : Educa
- Paillé P. (1994) *L'analyse par théorisation ancrée*. In *Cahier de recherche sociologique*. n°23, pp. 147-181.
- Paillé P. (2008) *La Recherche Qualitative, une Methodologie de la Proximité, Problèmes Sociaux*, Québec, Press de L' Université Du Québec.
- Perraut Soliveres, A. (2001). *praticien-chercheur : défricher la nuit*. Paris : L'Harmattan.
- Perrot M. (1989) *Práticas da memória feminina*. *Revista Brasileira de História*, São Paulo, v. 9, n.8
- Pessoa F. (1935) *O Cancioneiro*, http://www.pensador.info/autor/Fernado_Pessoa/
- Pineau G. & Le Grand, J.-L. (2002) *Les Histoires de Vie*, Coleção enciclopédica, PUF.
- Pineau G. (1987) *Produire sa Vie: autoformation et autobiographie*, Édilig, Éditions Saint-Martin

- Pineau G. (1988), *A Autoformação no decurso da vida: entre a hetero e a ecoformação*.
 Nóvoa A. & Finger M. (Orgs.) (1988) *O método (auto)biográfico e a formação*.
 Lisboa: Ministério da Saúde. Depart. de Recursos Humanos da Saúde/Centro de
 Formação e Aperfeiçoamento Profissional.
- Pujade-Renaud C. & Zimmerman D. (1979) *Voies non verbales de la relation
 Pédagogique*, Paris, ESF.
- Rauch A (1998) *Corps*, (2^a edition), Paris
- Rich A. (1976) *Of Women Born: Motherhood as Experience and Institution*, NY, W.W.
 Norton
- Ricœur P. (1988) *L'Identité Narrative*, in *Esprit*, Juillet-Août, p. 295-304.
- Ricœur P. (1991) *O Si Mesmo como um Outro*, Campinas, Papirus.
- Rogers C. (1984) *Tornar-se Pessoa*, Lisboa, Moraes Editores
- Rousseau J.-J. (1971), *Discours sur les Sciences et les Arts*, in *œuvres complètes*, vol.2,
 Seuil.
- Sacks O. (1985) *O Homem que confundiu a Mulher com um Chapéu*, Edições Relógio
 d'água, Lisboa.
- Salzer, J. (1975). *Que dit mon corps ? Ou la communication hors des mots. Éducation
 permanente*, n° 28, 3-30.
- Santos B. S. (1987) *Um Discurso sobre as Ciências*, Edições Afrontamento, Lisboa.
- Santos C. (2006) *A Modificabilidade Perceptivo-Cognitiva e os seus Desafios
 Conceptuais, Construção de uma Síntese Teórica em torno do Diagrama da
 Modificabilidade Perceptivo-Cognitiva*. Tese de Mestrado em Psicopedagogia
 perceptiva, Universidade Moderna de Lisboa.
- Sartre J.-P. (1967) *Questão de método*. 2. ed., Trad. de Bento Prado Júnior. São Paulo:
 Difusão Européia do Livro
- Simões M. (2003), *Psicologia da Consciência*, Edições Lidel, Edit. Fenda, Lisboa.
- Sousa C., Catani D. Souza M. & Bueno B. (1996) *Memória e autobiografia:
 formação de mulheres e formação de professoras*, *Revista Brasileira de
 Educação*, São Paulo, n. 2.
- Strauss A. & Corbin J. (2004) *Les fondements de la recherche qualitative : techniques
 et procédures de développement de la théorie enracinée*. Fribourg : Academic Press
 Fribourg.
- Valéry P. (1952), *Lettres à Quelques-uns*. Paris, Gallimard
- Vigotsky L. (1997) *Pensamento e Linguagem*, Porto Editora, Porto
- Weber M. (1968) *Methodologischen Schriften*, Frankfurt, Fischer
- White R.T. (1975) *Recall of autobiographical events*, *applied Cognitive Psychology*, 3

Wilde O. (2003) *The Importance of being Ernest and four other plays*, Barnes and Noble Classics, London

Anexos

Narrativa de Vida: material retrospectivo

“Toda a gente utiliza o passado para se definir a si próprio. Quem sou eu? Tenho um nome, uma família, um lar, uma profissão. Sei muito bem acerca de mim próprio: o que tenho feito, como me tenho sentido, onde tenho estado, com quem tenho travado conhecimento, como tenho sido tratado. O meu passado define-me, juntamente com o meu presente e com o futuro que o passado permite esperar. O que seria de mim sem isso?
White. R.T.

Perda de Identidade

1 Ao contrário do que pensa a maioria das pessoas – que são totalmente
2 herméticas na revelação de assuntos relacionados com a sua vida – penso que devemos
3 deixar transparecer alguma coisa. É evidente que, para tal, dependemos de quem temos
4 à nossa frente e do momento ideal para abordarmos a nossa vida. A minha experiência
5 diz-me que partilhar algo no momento certo e com a pessoa certa, pode ser uma grande
6 ajuda nesta caminhada. Daí eu estar preparada, neste momento para partilhar algumas
7 experiências marcantes e revelar aspectos da minha vida totalmente resolvidos, sem
8 responsabilidade ou culpas. Não no sentido de desabafar ou exorcizar alguns assuntos
9 mas uma força de vontade para escrever a minha história de vida. Uma das razões desta
10 escrita, tem como base o facto de saber o quanto as mulheres buscam de modelos nos
11 quais querem espelhar-se, identificar-se. Esses modelos devolvem-lhes força de vontade
12 para avançar. Contudo, não tendo a ousadia de me sentir um modelo, sinto que, ao
13 revelar que passai por situações muitos desestruturantes, consegui sobreviver utilizando
14 ferramentas terapêuticas que podem ajudar bastante.

15 Nasci no Alentejo, em Vendas-Novas. Estive lá apenas 6 meses da minha vida e vim
16 para a Cidade do Barreiro, na altura, ainda vila. Lá cresci com os meus pais e a minha
17 irmã e com uma profunda vontade de ter um irmão mais velho, para me proteger..
18 Lembro-me que sempre pensei nisso: a vontade de me sentir protegida.

19 O meu pai exercia a actividade de inspector nos Caminhos de Ferro e era,
20 simultaneamente, um grande leitor. O meu pai pouco comunicava, só lia e trabalhava.
21 Com a minha mãe teve sempre uma profunda ligação, de amor, direi, ainda hoje com
22 mais de 50 anos de casamento. Não tenho dúvida sobre isso. Sempre achei que o meu
23 pai teria vontade de prosseguir mais estudos, mas a vida não permitiu que assim fosse.
24 Como ele devorava livros. Era uma pessoa muito criativa, tolerante, muito aberta a
25 novas coisas. O meu pai é, de facto, um homem cheio de talento, um verdadeiro
26 cavalheiro. Nunca conheci outro homem tão excepcional, tão bem sucedido na sua

27 essência e com a sua existência. Apesar de tudo, eu nunca tive uma relação muito forte
28 com o meu pai, talvez pela sua personalidade distante, pela sua auréola intransponível.
29 Curioso é que nunca senti medo do meu pai, agora que penso nisso, mas afastamento,
30 admiração à distância por aquela postura imperturbável. A minha mãe era o oposto em
31 certos aspectos. Tudo, para ela era uma “desgraça”, muito doloroso, tudo. Do ponto de
32 vista da estrutura psicológica, a minha mãe era muito rígida. A minha mãe dedicou-me a
33 mim e à minha irmã, toda a sua vida. Com certeza, o facto de não trabalhar fora de casa,
34 influenciou-a nesta dedicação às filhas. Hoje penso que se a minha mãe tivesse seguido
35 os estudos, daria uma óptima directora de escola. A minha relação com a minha mãe era
36 ambivalente entre o amor e a raiva não expressada. Naquela época, os meus avós
37 moravam numa quinta no campo, com 8 filhos. A minha mãe teve um esgotamento e
38 uma depressão aos 11 anos quando viu os credores a entrarem pela casa e retirarem
39 tudo: o meu bisavô era alcoólico e jogava jogos de azar, colocando todos os seus bens a
40 jogo. Foi uma situação sufocante. Acho que nunca mais recuperou. Começou a trabalhar
41 com essa idade. Ainda hoje, com 83 anos, fala disso constantemente. Mas o meu pai
42 esperou 10 anos por ela. E casaram-se. São o casal mais perfeito que conheço: ele, com
43 87 anos e ela 83. Espero que eles nunca me deixem de amar e nunca se vão embora. Aos
44 5 anos, comecei a aprender piano. Ai como eu gostava da minha Professora Etelvina:
45 uma grande pianista. Lembro-me do enorme quadro a óleo na parede da sala, ela própria
46 ao piano, vestindo um azul céu. E o solfejo. E como ela me estalava os dedos, para
47 amaciarem, dizia ela. “ Como é que queres tocar Mozart, se não tiveres dedos para
48 isso?”

49 A minha hipersensibilidade tornava-me uma pessoa frágil e muito ingénua do ponto de
50 vista do meu mundo interior. Mas fechei-me sempre no meu casulo e mostrei-me
51 sempre corajosa, independente e indiferente. Pelo menos na aparência. Fiz o liceu todo
52 de seguida. A minha adolescência foi uma adolescência sem asas e sem amigos. A
53 minha mãe, totalmente castradora, transtornava-me de tal forma que eu já não me sentia.
54 Contudo, do ponto de vista da estrutura psicológica, foi com certeza a educação muito
55 rígida da minha mãe que me afastou de todas as tendências negativas que eu pudesse
56 ter. Não tinha propriocepção, sofria de agnose interna, como a personagem de Oliver
57 Sacks, Dr.P. Tudo era mecânico. Mas lá continuei. O piano era o meu momento
58 criativo, onde eu sonhava.

59 No meio de tudo isto e sem ter essa consciência, tinha começado a minha caminhada
60 interior. Devido ao facto dos meus pais serem ateus, não recebi nenhuma educação

61 religiosa. Mas lembro-me desde pequena, na minha cama, de pensar na nossa origem e
62 sobre a nossa proveniência na Terra como seres humanos. No entanto, nunca procurei
63 estudar as minhas energias e fui até, sempre, muito céptica em relação a visões
64 esotéricas da existência. Só tive oportunidade de estar mais próxima de qualquer coisa
65 semelhante, quando fui viver para a ilha da Madeira, já formada, casada e com uma
66 filha. O Funchal, à beira do oceano Atlântico é um espaço que nos dá tranquilidade, paz
67 talvez pelo som do mar, pela luminosidade do céu, pelas pessoas. Foi nessa altura que
68 comecei a deparar com uns sonhos repetidos, que voltavam regularmente; porém não os
69 entendia e não sabia o que fazer com eles. Hoje tenho a certeza que estavam
70 relacionados com o meu processo de individuação. As imagens e sensações com que
71 acordava, eram muito poderosas e acompanhavam-me durante o dia. Neste sonho,
72 encontrava-me dentro duma casa muito grande, sem móveis, vazia e cheia de mulheres
73 vestidas de preto e com lenços também pretos na cabeça, sentadas num estrado elevado,
74 com as pernas a balançar e do qual se via o centro dessa sala. Lamuriavam alguma
75 coisa, nunca perceptível. Eu estava sempre no centro, toda vestida de branco e descalça.
76 Eu sentia-me responsável por tudo. À medida que o sonho avançava, as mulheres
77 desciam do estrado e cercavam-me até o cerco ficar mais apertado. Eu lembro-me de
78 acordar, sempre apavorada e a chorar.

79 Soluçava, abria os olhos e dificilmente voltava a adormecer. Este sonho acompanhou-
80 me durante anos. Tive este sonho durante muito tempo e ainda o sinto hoje. Era um
81 sonho que tinha sempre os mesmos espaços, as mesmas pessoas.. O ambiente era
82 sempre muito carregado e muito intenso. Uma amiga, então, convenceu-me a ir a um
83 terapeuta para me explicar este sonho. Ele referiu-me o que estava por detrás dessas
84 imagens e eu lembro-me que o ouvia embevecida e até admirada com a compreensão da
85 magia do meu inconsciente e do que era capaz de fabricar. Deparei-me com uma coisa
86 que nunca teria imaginado: o inconsciente tinha a sua lógica. Ele descodificou-me essa
87 linguagem do meu inconsciente: para encontrar o meu lugar na vida, eu tinha de aceitar,
88 apreciar e amar os outros. Os meus sonhos falavam do meu caminho de individuação e
89 da busca de equilíbrio de mim mesma. Percebi que falar de individuação é falar de um
90 processo fundamental da minha caminhada interior.

91 A individuação, segundo Jung é um processo através do qual o ser humano evolui de
92 um estado de identificação para um estado-maior de diferenciação, o que implica uma
93 ampliação da própria consciência. Através desse processo, o indivíduo identifica-se
94 menos com as condutas e valores e mais com as orientações emanadas de Si: a

95 totalidade da sua personalidade individual. Jung entende que o alcance da consciência
96 dessa totalidade é a meta do desenvolvimento da psique e que, eventuais resistências em
97 permitir o desenrolar natural do processo de individuação são uma das causas do
98 sofrimento e da doença física. Por isso, e para uma melhor compreensão do meu próprio
99 caminho, senti a necessidade de inteligir todo este poder transpessoal, esta força que
100 transcende o Ego, esta força que nos impulsiona para a plenitude, para a minha
101 totalidade. Compreender a integração da minha própria sombra era urgente, das minhas
102 projecções e reconhecer o meu Eu autêntico, quem sou e o que realmente é importante
103 na minha história de vida.

104 Na altura em que começara, estes sonhos, eu não havia tomado consciência do meu
105 trabalho interior. Na verdade, só o fiz muito mais tarde. Não tinha saído do molde
106 castrador dos condicionamentos familiares mas tinha consciência de quanto uma
107 mudança no meu caminho poderia incomodar muitas pessoas mas deixar a paz instalar-
108 se em mim. O meu inconsciente estava totalmente ciente desta dinâmica pois eu estava
109 a fabricar sonhos que acompanhavam o meu movimento interno. E isso eu sentia
110 deitada naquela cama branca, no quarto de paredes brancas, onde a Grande Depressão
111 reinava em todos aqueles seres humanos a mendigar a sua própria existência, de mão
112 estendida para o vazio, abandonados da vida. Foi lá que comecei a questionar a minha
113 existência e em que fabriquei, eu própria, uma profunda transformação de mim, como
114 um luto daquilo que tinha sido o meu passado e que eu queria abandonar. Lembro-me
115 da luta dentro de mim, da busca da minha identidade, de um movimento dentro do meu
116 corpo. Esta nova atitude de transmutação de mim abria a porta a novas possibilidades de
117 ser e de viver. De facto, foi neste hospital que parte de mim morreu e a minha
118 identidade renasceu. Esta sequência, agora vejo, representou o caminho interior da
119 minha psique rumo à minha individuação.

120 Nesta altura já estava casada e tinha uma filha. O meu parceiro, cujo nome não revelarei
121 aqui por respeito à sua intimidade, e que viria a ser meu marido era, e ainda é, o
122 protótipo vivo do patriarca. Hoje sei que debaixo do seu ar fechado e duro existe um
123 coração humano que vive para se proteger. Não há dúvida que não podemos passar uma
124 vida inteira a mostrar constantemente a nossa hipersensibilidade. A forte personalidade
125 dele juntava-se à minha e muitas vezes surgiam furacões. Gerava-se um ambiente de
126 grande paixão sendo que, às vezes também as faíscas convertiam-se em grandes
127 fogueiras. Mas tenho a certeza que na minha vida nunca ninguém conseguiu fazer-me
128 sentir tantas emoções ambivalentes. Com ele experimentei tudo: amor, paixão, ódio,

129 paz, guerra, raiva profunda, ciúme e até uma vontade escondida de o cortar aos
130 bocadinhos.

131 Ele passava, num espaço de segundos, de um comportamento meigo, a um
132 comportamento profundamente irritado, impaciente: era um anjo e um diabo ao mesmo
133 tempo. Por vezes, sentia-me incapaz de lidar com este temperamento e ficava
134 descontrolada. Sentia-me, mais uma vez, responsável e era eu que resolvia todos os
135 problemas. Sentia-me o porto de abrigo de todos. Também era a primeira vez na minha
136 vida que me relacionava com um homem ou seja, com um homem que tinha muitas
137 opiniões formadas e com valores muito fortes. Sempre acreditei nestes valores dele,
138 como sendo a sua essência. Durante 25 anos tive-o como um homem íntegro e talvez
139 por isso, ao fim de 25 anos, tive um grande choque ao ver que o fingimento era a sua
140 maneira de viver. Foi uma tomada de consciência que veio a seguir. Um dia fiquei
141 perdida... e com vontade de desistir da minha vida... Hoje sou capaz de ler nas
142 entrelinhas da minha vida que aquilo que eu sentia iria permitir a minha transformação e
143 a minha cura. Já não vivia. Tentava, apenas sobreviver a uma tentativa de suicídio, tal
144 foi o choque psicológico que tive. Deixei de trabalhar. Não tinha força nem para andar,
145 estive literalmente deitada durante um ano. O toque das minhas mãos não tinha peso,
146 não tinha textura, as pessoas que falavam para mim estavam sempre muito longe, todas
147 as cores eram pálidas aos meus olhos, o meu corpo era tão leve que não me pertencia:
148 era uma pessoa condenada e vítima do meu passado. Um dia resolvi buscar ajuda.. não
149 podia continuar nem conseguia continuar: era um desejo de viver e morrer ao mesmo
150 tempo. Medicava-me em excesso para estar sempre a dormir. Já pesava 37 quilos. A
151 minha pele já não suportava os meus ossos. Supliquei para ser internada. Eu apenas
152 existia no fundo de mim; qualquer movimento no meu interior era sentido como a
153 minha vida inteira. No mundo, eu não era eu. Eu era um reflexo vago de alguém. Eu era
154 um reflexo que alguém sonhava sem acreditar. Os últimos dias de Junho foram de calor
155 insípido; olhava lá para fora, e sentia-me perdida de mim própria, com o olhar preso na
156 janela suja que tentava iluminar o impossível. Cada momento parecia a repetição
157 cansativa de momentos iguais e sucessivos dos dias anteriores. De manhã pensava que
158 era outra vez manhã. Reconhecia a temperatura, os sons e o cheiro do dia a nascer.
159 Decidi ir ao fundo do meu poço para ver o que ali encontrava e tentar entender o
160 conteúdo da minha sombra: aquela parte de nós que não queremos reconhecer. Confiei
161 no meu psiquiatra para me dar vida, novamente. Eu queria mas não conseguia.

162 Não é fácil descrever a totalidade da minha experiência pois certos aspectos ultrapassam
163 a verbalização. Mas foi esta verbalização que me permitiu a tomada de consciência de
164 ser capaz de ver quem eu realmente era e como podia internamente mudar. Podia ter
165 “partido” sem entender esta parte de mim mesma, mas não foi essa a minha opção.
166 Como mulher, lidar no dia-a-dia com o nosso parceiro, com os nossos filhos, com a
167 família, com colegas, com amigos, com a profissão deixa-nos muitas vezes esgotadas.
168 Particularmente as mulheres parecem às vezes, autênticas “malabaristas” para lidar com
169 tudo e com todos. Esta vida tão esgotante, na qual há pouco espaço para cuidarmos de
170 nós, acaba por nos deixar afastadas da nossa verdadeira essência. Sentia que a minha
171 identidade estava violada, traída, não me sentia bem no meu corpo e uma grave
172 depressão com instintos suicidas foi a patologia diagnosticada. Hoje sei que a
173 substituição da vontade própria por uma vontade alheia, quando arrastada por muito
174 tempo, provoca uma incapacidade de funcionar autonomamente e por isso eu fiquei
175 condicionada à ajuda de outra pessoa. Não consegui superar nem sair do labirinto
176 sozinha. Não encontrei o caminho.

177 Entrei no hospital. O elevador conduziu-me à “ala psiquiátrica” onde vagabundos
178 mendigam a sua existência. Pés arrastados, sons moribundos que sofriam dentro da
179 escuridão da sua existência. Eu não queria. À medida que me deslocava por aqueles
180 corredores, veio-me à memória a minha infância, a minha escola primária. O caminho
181 que percorria de mão dada com a minha irmã do coração. Lembrei-me de tudo. De
182 como era bom dar de comer a todos aqueles animais da quinta, vestida com os bibes
183 amarelos que a minha mãe cuidadosamente costurava para nós. Lembrei-me dos
184 cheiros, das cores, do cheiro da terra molhada, da ordenha das vacas. Enfim, da minha
185 infância. Acordei e estava no hospital à espera de ressuscitar numa vida em que vivi
186 livre numa prisão, sem ser Eu, com muitas identidades falsas, na busca de um amor
187 verdadeiro que nunca chegou. E ali estava eu, não demasiado longe de mim, à espera de
188 nascer. Na última tarde em que estive viva, ninguém me veio ver, ninguém me veio
189 visitar. Quando acordei, a minha respiração era um zumbido grosso, rouco porque
190 chorava engasgada em lágrimas pelo rosto contorcido pela dor da minha alma: o
191 sofrimento de mim. Sem escolher as palavras, dizia-as dentro de uivos estendidos,
192 esticados, interrompidos por tomadas sôfregas de fôlego. Eram palavras que eu dizia e
193 que ardiam dentro do meu corpo emagrecido.

194 Os meus filhos tentavam-me abraçar mas eu não deixava. Tinha de estar comigo senão
195 morreria de corpo e alma. Eu queria ser apenas Eu. Toda a minha força. Usei toda a

196 minha força e só conseguia fazer sons horríveis de moribundo. Estava sedada, bastante
197 medicada. Queria dizer que só queria estar sozinha. Mas queria, também dizer aos meus
198 filhos que eu era a sua maior amiga, que nunca os iria deixar sozinhos e que nunca
199 deixaria de ser mãe, de tratar deles, de protegê-los. Em vez disso, usei toda a minha
200 força para fazer um som horrível de moribunda. O som de uma voz que já não sabia
201 falar. Não queria que olhassem para mim, não queria que chorassem. Sentia o peito.
202 Sentia o meu peito com um vazio negro, terrível, profundo. É como se eu quisesse ficar
203 abandonada num canto do meu sofrimento.

204 Vagarosas as noites naquele hospital. Vagarosos os dias. Com um vagar
205 desmedido, as noites cobriam os dias como se mais nada acontecesse. Havia um muro
206 invisível entre o que eu dizia e sentia e o Mundo, um muro que não permitia a
207 compreensão da minha existência. Tinha as pálpebras fechadas sobre os olhos da minha
208 infelicidade. Tinha acabado de morrer por um homem que me fez sofrer mais de duas
209 décadas de sofrimento, feridas psicológicas, internas, que ninguém vê, pontilhadas nos
210 reflexos do dia-a-dia, suspensas nas panelas lavadas, na roupa estendida, no ram-ram do
211 leva e traz os filhos da escola. Fui abafada pelo silêncio de mim mesma. E fiquei assim.
212 Sentia que a minha consciência tinha sido anestesiada para sempre. Longos dias, meses,
213 anos sem fim e já só tinha sombra, eu já não existia. Queria muito a experiência de
214 dormir para sempre. Este pensamento esteve sempre por cima de todos os outros, como
215 um lume em brasas que desperta as chamas; o peso de todas as memórias duma vida de
216 acumulação, de gritos silenciosos, de batidas de coração. Quando cheguei àquele
217 hospital, o psiquiatra fez-me o diagnóstico: depressão profunda. Lamento que não
218 tenham inventado ainda uma qualquer maquina para radiografar a alma ou a nossa
219 identidade. Eu queria dizer o que sentia mas não consegui. Se fosse hoje, diria que não
220 sentia, não pensava, não agia, estava inteiramente perdida. Sentia-me árida, frágil,
221 cansada, amordaçada, calada, desestimulada. Sentia-me assustada, deficiente, fraca, sem
222 inspiração, envergonhada, instável, amarrada, deprimida, transtornada. Incapaz de
223 decisões, sentia-me bloqueada, esgotada, impotente, insegura, esgotada em todas as
224 minhas energias, inerte, inconstante, sofria por viver. Não conseguia insistir ou existir
225 mais na minha vida, queria afastar-me sem saber como, envolver-me não sabia como,
226 isolar-me da minha própria intelectualidade, perder tudo o que tinha. Recreei aventurar-
227 me, revelar-me. Temi procurar ajuda de pai ou mãe e iniciei a minha viagem sem
228 conseguir dizer para onde queria ir. Recreei ter medo de parar, de me esgotar de me
229 curvar, de me humilhar, de me angustiar. Tive medo de ter medo. Tive medo de me

230 sentir partida ao meio, de me sentir estrangulada no meu sentir. Tive medo de nada
231 sentir. Se fosse hoje, era isto que eu diria. Eu diria, hoje, que sofria de uma
232 psicopatologia grave do espírito.

233 Depois de tempo e passos que traziam os medicamentos, lá me levantava para lavar a
234 minha cara com água gelada para despertar a minha consciência. Toda desarrumada,
235 sem saber o que pensar, comecei a sentir o meu corpo, ao fim de muitos meses deitada
236 na cama branca na sala branca. Uma tarde, senti que estava viva. Lembro-me de tocar os
237 meus braços, a minha cara, a minhas pernas, a minha pele. Eu estava lá. Estava viva.
238 Abri os meus olhos, levantei-me e vi-me ao espelho. Lembro-me de pensar que só era
239 eu por dentro pois o meu corpo estava diferente. Muito magra, só pele e osso. Na casa
240 de banho, todos os dias, fitava o espelho e falava comigo. Fixava os olhos em mim,
241 olhos baços sem luz que atravessavam o espelho para se aproximarem de mim própria.
242 Diariamente, fui fazendo esta espécie de exercício, sozinha, fechada na casa de banho,
243 obrigava-me a falar comigo própria e a sentir-me. Lá fora, algures, os meus filhos
244 estavam à minha espera. Eu tinha de conseguir ser o meu próprio porto de abrigo. Por
245 isso não esqueço todo este meu percurso que fiz sozinha, com a autonomia que hoje
246 considero de muita força, em mim. Comecei a sentir-me... a sentir o meu corpo... a falar
247 comigo ao espelho. Comecei a ensinar-me palavras... já não me lembrava de falar.
248 Agarrada ao lavatório daquela casa de banho do hospital, comecei a sentir-me e a olhar-
249 me fixamente para que as minhas memórias ressuscitassem. Todos os dias fazia este
250 exercício. Já não queria ajuda para me levantar. Fazia-o sozinha e sozinha conseguia dar
251 passos por aquele corredor sem fim até à minha casa de banho. Este espaço passou a ser
252 o meu pequeno meio metro de salvação de mim mesma. Batiam à porta para eu sair mas
253 não. Eu tinha de ali permanecer algum tempo, neste encontro comigo própria. Sentia-me
254 em coma, como uma esponja de Prozac e Xanax. Mas até quando poderia eu tapar os
255 olhos para esconder a minha realidade? Até quando conseguiria fugir de mim própria?
256 Por todas as razões que a razão reconhece, resolvi registar este meu projecto de
257 existência, e dar a conhecer ao mundo a minha experiência com a solidão. Este impulso
258 surge numa altura da minha vida em que eu tive de parar para olhar para dentro de mim
259 e esta minha experiência ditou-me que nós, seres humanos, homens ou mulheres, temos
260 sempre duas opções: ou paramos de livre e espontânea vontade a vida louca que
261 levamos e começamos a “regar o nosso jardim” ou a vida encarrega-se de obrigá-la a
262 parar através de situações mais ou menos violentas que nos farão, de certeza, parar. Foi
263 tudo isto que eu comecei a interrogar ao espelho: quem é esta mulher? Que significado

264 tem este corpo que dói tanto? Quem é este ser desconhecido, prostrado na cama, a
265 vegetar, sem vida? Foi a primeira vez que, realmente, falei comigo. Nunca antes o havia
266 feito. Eu era, na verdade, o único interlocutor com quem nunca tinha falado. E essa
267 descoberta foi tão insuportável que tive de pedir ajuda para calar o meu sofrimento.
268 Lembro-me que o queria calar para sempre. Gritos de desespero que a minha vida
269 enviava aos meus ouvidos tapados, ensurdecidos pelo barulho da minha agitação
270 interior. Eram sinais de alerta, testemunhos do meu desequilíbrio. Não podia ignorar
271 estes sinais mas também não os entendia. De longe, agora analiso as razões desta minha
272 surdez: primeiro, não era capaz ou não tinha vontade de ouvir essas minhas mensagens
273 naturais que me eram enviadas (através dos meus sonhos, das minhas intuições,
274 sensações, percepções) para que pudesse entendê-las; segundo, a maior parte do tempo
275 não podia evitar sentir a dor mas também não sabia descodificá-la. Então, depois de
276 longas conversas comigo mesma, dou comigo a implorar pelo meu espaço, o meu meio
277 metro para estar só comigo, longe de tudo e todos e por isso, o espaço que ansiei foi o
278 espaço que tive para mim: neutro, branco, sem qualquer estímulo. Queria estar perto de
279 todos os seres humanos mortos na sua existência. Lembro-me apenas do cheiro intenso
280 a éter, medicamentos mas era este o espaço onde queria estar comigo própria: era aqui
281 que eu ia transmutar e renovar a minha identidade.

282 Saí do hospital comigo. Caminhei pelas ruas na direcção à minha casa. Os meus
283 pés caminhavam no passeio, os meus movimentos contornavam as pessoas que se
284 paravam à minha frente ou que vinham na minha direcção mas dentro de mim, havia
285 uma sombra que contornava ainda mais obstáculos, que caminhava ainda mais depressa.
286 Não percebia se a minha sombra tinha saído para me ver ou se tinha voltado a entrar por
287 me ter visto. Os meus pés caminhavam no passeio. E, ao contornar o medo, contornava
288 a esperança.

289 Atravessei a entrada da porta de casa. As paredes eram o limite do mundo. Os
290 meus passos sobre a Terra contra o silêncio eram a única demonstração de vida. Abri a
291 porta. Desejei que alguém abrisse mas não estava ninguém. Fiquei. Esse dia teve o
292 tamanho duma geração encadeada. Abri o meu piano e toquei, toquei sem parar mas não
293 conseguia deixar de pensar na minha vida diluída no tamanho daquela tarde
294 exactamente como o mecanismo suspenso do meu piano, o silêncio frágil das cordas
295 alinhadas, a perfeição da sua ressurreição ao tocar Mozart. Depois?... Depois levantei-
296 me e fiquei parada a um passo de mim. Eu olhava na direcção de quem poderia chegar.
297 Só queria os meus filhos. Mas, na verdade ninguém chegava. Eu baixava o rosto como

298 se fosse capaz de chorar realmente. Eu tinha de sair dali para recuperar a minha
299 identidade perdida.

300 Fui com os meus filhos. Nesta ultima viagem, a casa estava toda vazia, as
301 paredes, a casa maior: a ultima coisa a ser carregada foi o cadeirão da sala. E eu levei-
302 me comigo, em busca da minha identidade. Já na outra casa, recuperei o fôlego e sentei-
303 me no cadeirão. Apertei as pernas uma contra a outra, acertei os cotovelos nos braços do
304 cadeirão, aprumei a cabeça com o pescoço, o meu corpo transbordava em ondas de pele
305 que cobriam o cadeirão. Apenas se entendia a existência do cadeirão. Neste percurso
306 solitário, lá liguei o computador para ir em busca da minha identidade. A primeira coisa
307 que me apareceu, vá-se lá saber porquê, foi a palavra “psicopedagogia” e um grande
308 nome, diziam, “Danis Bois”. É verdade. O meu primeiro encontro com Danis Bois foi
309 via internet. Achei, de imediato que qualquer coisa parecida com filosofia, me poderia
310 ajudar a reflectir sobre tudo o que se passou comigo e dentro da minha história.
311 Comecei a ler a sua obra pela noite dentro. Lembro-me como se fosse hoje. Sentada no
312 meu cadeirão, encostada à janela, via as pessoas alegres que passavam. Eu tentava
313 pensar em qualquer coisa que me fizesse sentir maior, como a noite. Depois, eram dias
314 intermináveis que passava sozinha com Danis Bois. Assim que acordava, afastava o
315 lençol e ficava sentada na cama a ver a primeira luz que finalmente entrava pela frincha
316 da minha janela. Mas o tempo continuava uma sucessão de dias que não se detinham
317 com a noite. Levantava-me devagar, sorria ao espelho. Quando saía à rua, a cidade eram
318 vultos vagarosos que renasciam e finalmente viam-se uns laivos de felicidade ao seu
319 alcance. Mas ainda havia muitas brisas que vinham dos cantos negros da noite e que me
320 tocavam no rosto. Continuava a haver aquele verão nocturno. O meu coração
321 continuava perdido, os meus movimentos desenhavam-se no silêncio de mim. Ainda me
322 sentia perdida apesar de estar sempre com Danis Bois debaixo do braço. Obrigava-me a
323 sair à rua todos os dias mas o Prof. Danis sempre me acompanhava. Tinha de me
324 encontrar com a sua vida. E Junho voltou a nascer dentro de mim quando soube que
325 haveria um workshop, em Lisboa, baseado no seu paradigma: o paradigma do sensível.
326 Quando cheguei, sabia que estavam ali algumas respostas às perguntas que a minha
327 sombra me fazia. E, de facto, esse brilho chegou, após muitas sessões terapêuticas
328 comigo e com a minha identidade. Senti que era portadora dum projecto e duma
329 esperança.

330

331

332 **O Encontro com a Psicopedagogia: a (trans)formação de Si**

333

334 Estava exausta no dia em que nasci. E nasci para mim, só para mim, para a
335 consciência de mim. Por esta razão achei importante registrar a minha experiência com
336 esta solidão. Achei importante acalmar-me e descobrir um momento para me ouvir e ao
337 mesmo tempo, ensinar aos meus filhos, o quanto é bom cuidarmos de nós. A maior
338 parte das mulheres não sabe que, em primeiro lugar, é preciso que se dêem a si próprias.
339 Amar-se a si mesmo é, talvez, confundido com egocentrismo, arrogância, ou pior: falta
340 de amor e compaixão pelos outros ou seja, o sacrifício eterno da boa mãe. No entanto, a
341 chave do problema encontra-se no preenchimento do próprio amor de si mesma. De
342 confiança, auto-estima e de respeito, sabendo que a mulher finalmente preenchida
343 poderá dar mais e melhor confiando nos seus dons e acedendo aos seus poderes.

344 Existiram momentos na minha vida em que tive de ficar afastada de tudo e de todos para
345 integrar a minha identidade. Foi a altura em que precisei de olhar para mim mesma e
346 aprender a lidar com a solidão, o silêncio e o vazio. Foram momentos únicos que me
347 fizeram ressuscitar para que o meu quotidiano se instaurasse. A solidão significa estar
348 inteiramente em si, na sua unidade. Ela foi a cura para o meu estado caótico. A solidão,
349 agora posso afirmar, não significa ausência de energia mas sim ela representa um acto
350 paliativo. Foi com ela que me examinei, que propicie uma conversa comigo mesma e
351 que estive perto da minha natureza mais profunda. Foi com ela que eu me permiti olhar
352 para dentro de mim e sossegar. Foi com ela que eu estimulei a minha atenção para o
353 movimento interno do meu corpo. Foi com este movimento interno que vivi longos
354 meses e foi ele que me devolveu a minha excepcional lucidez: diante dos meus olhos
355 desenrolou-se o meu caminho que até então buscava.

356 Os livros também foram muito importantes para mim. Sem os livros e as minhas
357 longas leituras pela noite dentro, eu não estaria aqui a escrever esta minha experiência.
358 Nem sei se estaria viva. Porque foi, também, através deles que aprendi que existem
359 outras maneiras de sentir, ver, pensar. Por isso, eles foram grandes companheiros de
360 vida, fiéis e com um tremendo poder de magia. Permitiram-me profundas descobertas,
361 sobretudo a ligação a um mundo mais humano, mais rico. Eles fazem parte daquilo que
362 eu considero primordial no ser humano: o espírito de pesquisa. Eles preenchem a sede
363 de conhecimento que emana do corpo, a necessidade de uma compreensão mais
364 profunda. Sem sombra de dúvida, enquanto continuei a fazer do grau em que as
365 convenções são assimiladas, a medida da minha saúde mental, não me apercebi que

366 estas mesmas convenções pudessem servir de capa a submissões, erros e mentiras. Só
367 pude compreender o significado da minha forma de sentir, aparentemente
368 incompreensível, quando tomei a minha sensibilidade dolorosa como indicador da
369 minha perda de identidade. Tal atitude perante a vida teve como consequência uma
370 abrangente falta de energia psíquica e debilidade física.

371 Ao longo da vida, fui tocada pelos acontecimentos daquilo que vi, ouvi, percebi,
372 senti, pensei, o que produziu em mim sensações muito particulares.

373 As nossas memórias estão sempre presentes, firmemente comprimidas nas
374 memórias do nosso corpo que alimenta este retorno reflexivo em busca duma identidade
375 que ilumine o presente e actualize o futuro. Neste contexto, o presente desta
376 sintonização de contacto com o sensível actualizou o itinerário biográfico do meu Ser,
377 nesse caminhar para uma consciência de mim, nessa busca de sentido: foi urgente
378 encontrar uma nova orientação nesta identidade fragmentada e contactar esse
379 sentimento corporal ligado à experiência e daí extrair um significado claro e novo, tal
380 como Jung fala na “ compreensão do significado síncrono”, não como uma aquisição de
381 informação ou acontecimentos mas como “ uma experiência vivida que toca da mesma
382 forma, corpo e mente”. Danis Bois enfatiza esses momentos fundadores de vida, do
383 questionamento da própria temporalidade subjectiva. Era urgente deixar vir à minha
384 consciência as vivências, sensações, tonalidades, odores que me fizessem viajar,
385 fragmentos da minha identidade que suspendiam a minha memória e me actualizavam à
386 luz do dia. Vivi momentos de liberdade e autonomia com a introspecção sensorial. Os
387 impulsos do meu corpo tornavam leve a minha carga cognitiva e o encontro com a
388 minha história aconteceu, história iluminadora de um itinerário coerente de vida.

389 Pude verificar que a introspecção sensorial a que me sujeitava todos os dias
390 favorecia uma qualidade de interiorização e uma atmosfera de reciprocidade que
391 influenciava, indubitavelmente, a unicidade da minha identidade desintegrada. O
392 encontro com este corpo sensível mobilizava uma actividade intelectual eficiente e
393 propiciava-me a receber os conteúdos dessa vivência, de forma pertinente, autêntica e
394 espontânea.

395 Esta subjectividade corporal deu lugar a um desdobramento de sentidos em mim,
396 vinculados ao meu contexto de vida. Vivi uma situação pedagógica, formadora de mim
397 relacionada com a auto-formação na interactividade com o Sensível e remeteu-me para
398 uma relação profunda e viva comigo mesma como ponto de partida para o
399 reconhecimento duma presença. Isto conduziu a uma aprendizagem experiencial, a um

400 modo de relação comigo e a uma mobilização perceptiva e de consciência de mim que
401 se expressou por uma pedagogia orientada para o gesto habitado e para uma
402 mobilização introspectiva que questionava os conteúdos da minha própria existência.
403 Esta minha experiência com o sensível trouxe consigo conteúdos de vivência singulares
404 significantes e motivadores.

405 De acordo com o modelo de Danis Bois, é permitido a qualquer ser humano
406 captar os modos operacionais perceptivos e cognitivos mobilizados na conquista desse
407 sensível significativo, conteúdo da minha própria identidade. O Sensível dá-se primeiro
408 na forma de sentir mediante o desdobramento de uma actividade perceptiva paroxística
409 e depois na forma de pensar mediante essa mobilização introspectiva que age sobre o
410 campo representacional de cada um de nós. No que se refere ao modo de sentir, o
411 Sensível apresentou-se-me sob a forma duma subjectividade corporal móvel, interna,
412 encarnada e consciencializada na imediatez da minha própria experiência. Essa
413 subjectividade era dotada de valor objectivo porque exprimia a maneira como o meu
414 corpo reagia a um modo de relação comigo mesma, mas também a maneira como o meu
415 pensamento se manifestava no contacto com o meu corpo sensível.

416 Não posso dizer que foi um processo fácil até porque a minha estrutura cognitiva
417 estava continuamente permeável a ideias pré-existentes o que senti ser um obstáculo
418 inicial na minha busca de identidade. Mas o que realmente me ajudou, também, foi a
419 reflexão teórica que me envolvia através da escrita das minhas percepções e que me
420 convidava insistentemente, a uma reflexão pedagógica na medida em que passei a
421 considerar esses obstáculos de uma maneira específica: primeiro, ajudaram-me a
422 reconhecer o que me é dado viver durante a experiência, aquilo que eu observo e
423 vivencio; em seguida ensinaram-me a atribuir um valor inteligível àquilo que eu vivia;
424 por último ajudaram-me a realizar o retorno reflexivo pós-experiencial, ou seja,
425 ensinaram-me aquilo que eu devia fazer com o meu material de reflexão. Estas
426 condições da minha experiência extra-quotidiana permitiram que eu assumisse o
427 estatuto de sujeito da minha busca que se observa a si próprio e apreende um tipo de
428 conhecimento que emerge duma relação com o corpo. Mas muitas vezes me interroguei
429 sobre o meu sentir e o meu pensar. Como haveria eu de articulá-lo? De sintonizá-lo?
430 Depressa percebi que a experiência do sensível revelava uma significação que poderia
431 ser percebida em tempo real e integrada, em seguida, nos modelos cognitivos já
432 existentes, provocando uma (trans)formação dos contornos identitários.

433 Apercebi-me que todo este processo começava numa educação perceptiva que
434 passa pela experiência corporal. Esta relação com o corpo permitia integrar a
435 consciência de mim própria e ensinou-me a construir uma nova relação entre o meu
436 sentir e o meu pensar. Durante as sessões, fui evoluindo para uma dimensão
437 introspectiva sensível que permitiu inspeccionar-me, analisar os meus estados internos
438 em todas as situações pedagógicas. Comecei a pensar que era possível viver. É isto a
439 que chamo o emergir duma inteligência sensível: a maturidade necessárias à revisitação
440 reflexiva de mim mesma, sobre a minha subjectividade corporal e daí retirar
441 ensinamentos que são (trans)formadores da atmosfera psíquica. Este diálogo inteligente
442 entre corpo e psique, entre sentimento e pensamento, entre atenção e acção permitiu
443 recriar a minha identidade fragmentada. Compreendi que esta modulação tónica
444 conduzia à unificação da minha mente e do meu corpo. Esta reconstrução das camadas
445 identitárias é aquilo a que Danis Bois designa por “sintonização somato-psíquica”. Ela
446 torna-se numa acção pedagógica onde o diálogo entre corpo e o psiquismo é retomado.
447 Por conseguinte, o corpo é tratado, ao solicitar a mente reflexiva e a mente é tratada
448 solicitando o corpo. Todo o processo de actividade cognitiva é mobilizado nesta relação
449 com o corpo sensível, no qual se baseia o modelo da modificabilidade cognitivo-
450 perceptiva, de Danis Bois. (Danis Bois, 2005).

451 Este modelo responde a uma preocupação teórica e a uma preocupação
452 pedagógica: o termo “perceptivo” é colocado enfaticamente antes do “cognitivo”
453 revelando a importância em enriquecer as representações perceptivas antes de renovar o
454 campo representativo e conceptual. Tudo estudei até ao fim. Tudo senti e a modificação,
455 tão esperada, aconteceu. Com efeito, todas as sessões pedagógicas apelavam para uma
456 percepção paroxística de natureza corporal, em mim e nos outros, convidando-me a
457 captar a minha subjectividade corporal que está no âmago da própria actividade
458 perceptiva. Esta identidade corpórea como mesmidade em diferenciação de mim
459 insinuava uma ontogénese, o aparecimento de sentido em estado nascente numa relação
460 inextrincável sensível-inteligível, visível-invisível que abandonava todos pressupostos
461 positivistas em que acreditava. A análise fenomenológica do eu-corpo exhibe, assim, o
462 enigma da relação ontológica que se exerce com o saber. Deste modo, o corpo abria a
463 possibilidade de compreensão da relação de si e para si.

464 Ao recorrer a estas experiências subjectivas que emergiam da minha
465 corporeidade, a actividade cognitiva continuava a ser profundamente solicitada. Pude
466 observar que todo o enriquecimento perceptivo, sistematicamente proposto como

467 primeira intenção formadora, ia influenciando a minha configuração cognitiva e
 468 consequentemente, a minha representação identitária. Nesta fase, afastei a ideia de que a
 469 mobilização cognitiva procede, apenas, e tão só, de um impulso do intelecto. Não.
 470 Trata-se da reformulação de mim própria, da integralidade dessa caminhada
 471 transformadora em busca da minha identidade. A introspecção sensorial foi um
 472 instrumento que acompanhou esse trajecto de prolongamento de mim. Vários autores já
 473 haviam referenciado a introspecção sensível como por exemplo, Maine de Biran³ que
 474 convidava o sujeito a aperceber-se e sentir-se enquanto Titchener propunha “pôr a
 475 atenção sobre as próprias sensações”. Foi esta introspecção sensível que me convidava
 476 insistentemente a uma análise introspectiva muito activa da interioridade do meu corpo,
 477 importante nesta relação de ajuda, quer manual, quer gestual.

478 Vi-me, senti-me, assim, a questionar os conteúdos da minha vivência corporal ao
 479 longo destas sessões introspectivas, analisando cada camada da minha identidade
 480 desintegrada. No silêncio descobri as quatro camadas que podia explorar:

481

| | |
|------------------|--|
| Escutar | Escutava-me e penetrava nesse silêncio a fim de sentir a minha presença |
| Olhar | Olhava-me com os olhos fechados e via uma atmosfera iluminada que habitava todo o meu campo perceptivo |
| Observar | Observava-me nesse movimento subjectivo e lento que me tornavam sensível de mim |
| Despertar | Despertava a minha consciência para um sentido construído a partir desse modo de reflexão |

482

483 Depois sentia o calor de todas as tonalidades das minhas camadas a deslocarem-
 484 se, produzindo em mim uma sensação de profundidade, de globalidade e de existência
 485 identitária. Mas esta introspecção não se desenvolveu, apenas, no modo de sentir,
 486 solicitando, igualmente, a minha participação no modo de pensar. Fiquei, assim, em
 487 condições de submeter a minha vivência à prova através do meu questionamento do
 488 vivido: “o que realmente sinto eu?” – era um questionamento reflexivo: “o que aprendi
 489 eu com aquilo que senti?”. Nesta situação, não me satisfazia em sentir mas também em
 490 perceber o impacto da minha percepção sobre esse modo de sentir. Ao mobilizar a
 491 minha actividade reflexiva punha em movimento toda a matéria, a minha consciência,

³ B. Bégout, Maine de Biran, A Vida Interior, Paris Payot, 1995

492 as minhas representações, facto que conferia à experiência um verdadeiro valor de
493 aprendizagem. Com isto, acentuei a qualidade da relação entre as várias camadas da
494 minha identidade, detectando todas as tonalidades da percepção de mim assistido, deste
495 modo, ao modelo processual da relação com o sensível, descrito por Danis Bois (2007):
496 há um calor que nasce da profundidade, donde emerge um estado de globalidade e um
497 estado de presença a si que se reflecte nessa construção das camadas identitárias.

498 O espaço verbal também foi muito importante: a palavra viva, descritiva,
499 ancorada num estado de ser que não vive apenas do silêncio. E o corpo que emite o
500 próprio pensamento, a subjectividade da corporeidade transmitida através da palavra.
501 Esta corporeidade verbal apelava à minha memória, à rememoração do vivido que,
502 muitas vezes, se tornava difícil pôr por palavras; este lugar de confiança levava-me às
503 mais profundas inspirações que assumiam um sentido específico: a verbalização do
504 pensamento do sensível humano. A Palavra representava esse momento de entrar na luz,
505 o momento em que a porta se abria e iluminava, conduzindo ao renascimento e
506 equilíbrio do meu conhecimento; eu conheci através da palavra e é a palavra que me
507 definiu como o fundamento da minha mente. Eu senti todo um Potencial, uma força
508 dinâmica que emanava de dentro do meu corpo que aspirava à evolução. Foi o contacto
509 com este corpo Sensível, com esta consciência que me conduziu à percepção de mim.
510 Olhei a minha dinâmica psicológica como uma relação com o meu próprio potencial,
511 olhei para este processo com um olhar que se traduziu em força de compreensão e
512 resolução dos meus impasses psicológicos.

513 A palavra escrita tinha, assim, uma relação de ajuda em torno dos meus
514 pensamentos que surgiam doutros tempos e que, de outro modo, não teriam
515 ressuscitado; palavras revisitadas com a clara finalidade de busca de sentido identitário:
516 encontrar uma orientação para a vida, constatar o sentimento corporal ligado à
517 experiência de vida e retirar um significado novo dessa experiência. Portanto, o espaço
518 da palavra foi vital para esta reaprendizagem identitária: “os fragmentos da minha vida
519 têm de me actualizar”, pensava. Como António Damásio refere “a natureza ainda não
520 tinha inventado o proprietário. A história emerge quando a história de um objecto
521 modifica o estado do corpo”.

522 Foi a palavra inteligível que alterou a consciência, que me fez racionalizar esse
523 estado de aparente inconsciência, que me permitiu alcançar a dádiva do discernimento,
524 dessa lucidez de sentir os equilíbrios e desequilíbrios, a sombra para chegar à luz do
525 conhecimento. Nesta viagem pelo Eu Interno, compreendi a complexa relação das

526 imagens guardadas dentro da minha memória, trancadas e foi através da verbalização
527 dessas memórias que tomei consciência que elas são a minha pertença mental como
528 sujeito e objecto de mim mesma mas conhecedora dos factos de consciência - esta fase
529 de comunicação foi o meu pano de fundo para a pesquisa da minha consciência interna.
530 A percepção sem cognição não transforma o Ser, não categoriza o Sentimento de Si.

531 Ao sentir tantas emoções, desequilibrei o eixo para, de seguida o organizar,
532 como se dum puzzle se tratasse, pois não o ter feito, poderia significar um permanente
533 estado letárgico, de total anestesia emocional onde o meu Eu continuaria impreciso, sem
534 definição, mascarado pela realidade. Ao descrever esta viagem ao âmago do meu Ser,
535 tornei-me no objecto da minha pesquisa interior, autobiográfica mas terrena, e permitiu
536 envolver-me nas profundezas da compreensão das minhas percepções. Esta
537 representação verbal deu-me uma visão mais clara dos movimento sensível e isso
538 revelou também um exercício de trabalho mental onde elaborei a minha história de
539 palavras, uma história reveladora de encontros e desencontros, dos sinais do meu corpo,
540 do Eu Interno. O desfile das cenas internas tornou-se inteligível e deu todo o sentido à
541 minha vida e a toda a teia de emoções, fraquezas e remédios para a crise interna.
542 Digamos que a minha estrutura abanou, os circuitos ofuscaram-se, o meu ser
543 desintegrara-se e a cegueira emocional abafou a aptidão de “ver claramente visto” como
544 diz Pessoa. As colheitas que fiz de mim, após este movimento em espiral, conduziram
545 ao auto-conhecimento e cartografaram, com precisão, o meu coração humano.

546 Por isso, o trabalho de sintonia do sentir/pensar deve ser estimulado, trabalhado
547 para que o rigor e a disciplina emocional e mental se processem e o crescimento
548 aconteça: abri essa porta e não tive medo de mexer no meu repositório de memórias.

549 O trabalho de introspecção sensorial representou esse atravessar a ponte para a
550 integração desses fragmentos de informação sensorial para me incluir e passei de
551 observadora a gestora do meu sentir. Por isso, o primeiro passo é a auto-consciência,
552 apanhar os episódios de dentro de nós, enfrentá-los de modo a estabelecer uma linha de
553 actividade mental entre o sentir e o pensar. Após cada introspecção, sentada, em
554 convergência apercebia-me do reencontro comigo e com todo o ambiente que me
555 circundava, uma amplitude sem limites, enfim, uma densidade em estado puro de
556 existência. Todo o meu movimento interno representava uma relação comigo mesma
557 que me levava a escrever as minhas percepções. Era um movimento que, claramente,
558 não existiria sem mim nem sem aquele ambiente. A qualidade da minha percepção. O
559 calor, o sabor, as tonalidades que me apercebia reenviaram o eco daquilo que sou hoje e

560 da minha própria identidade, da minha relação com o interior. Esta presença a mim
561 permitiu-me a relação comigo e com o meu redor captando aquilo que a dinâmica do
562 meu interior corporal me oferecia: movimento lento e opaco da presença humana como
563 interface instrutivo e formador daquilo que hoje sou. É a consciência da minha
564 consciência, a consistência da minha matéria como ponto de suporte duma consciência
565 que ultrapassa as fronteiras do corpo. Eu via o meu corpo sentado, imóvel mas a minha
566 consciência fluida e leve, livre dos entraves do meu corpo. A ideia desta autonomia do
567 movimento esteve sempre presente nesta experiência onde eu identificava os momentos
568 fundadores que se instalavam em cada introspecção sensorial, onde a minha matéria
569 tinha a sua própria consciência autónoma que ia e vinha, sem qualquer intervenção
570 racional da minha parte. A minha acção consistia em manter-me vigilante. Esta
571 liberdade agradava-me, esta autonomia satisfazia-me: uma imagem de liberdade
572 absoluta da consciência da minha identidade. Da maneira como vivenciei esta postura,
573 apercebo-me duma tranquilidade infinita, uma liberdade de consciência que extrapola
574 para um espaço infinito extra corporal. Parece que um espaço se abre diante de mim,
575 uma grande e larga estrada, sem fronteiras definidas, como que uma continuidade de
576 sentido para a minha transformação cognitiva. A sensação é forte (facto de consciência):
577 sensação de calor e profundidade. Toda a matéria corporal se desloca e se mobiliza pela
578 intensidade da sensação não porque ela é boa, ou doce ou forte mas porque interpela
579 todo o meu sistema perceptivo e cognitivo. Então, eu sou obrigada a “olhar” para esta
580 sensação, esta experiência de perto. É neste momento que uma parte da minha atenção
581 se torna específico: a concentração da atenção aumenta e esta mobilização interna
582 alerta-me para algo de novo. O meu corpo capta este sentido de importância, mesmo
583 antes de saber porque é que é importante. É esta concentração que me diz que há algo
584 importante. A noção de decisão nasce dessa tensão que habita o meu movimento interno
585 e a imobilidade da minha parte activa: é o espaço entre mim e esse movimento que
586 invoca a noção de decisão, de transformação da matéria cognitiva. Esta consciência
587 fluida do acto conduz-me a uma outra dimensão, ao milagre da compreensão, ao
588 paroxismo de proximidade entre o movimento interno e o movimento de transformação
589 perceptivo-cognitiva. Então a introspecção sensorial permite-nos esse processo
590 evolutivo e transformador. Então registo, escrevo, escrevo sem parar.

591 Digamos que após esta reconfiguração cognitiva, o fluir da palavra é de extrema
592 importância para a construção de significados: a escrita interior, suporte do poder da
593 palavra, também, me transformou...A minha mente reagiu em forma de descarga

594 linguística, de signos carregados de significado. Esta intenção conduziu-me ao
595 conhecimento, ao poder de sentir a minha música interior num estado de desafio e
596 reverência, num estado de contemplação e concentração intensas onde a motivação me
597 conduziu à Luz, à Sabedoria, ao Discernimento. O discurso é tão-somente a ponte dessa
598 relação entre o Eu Interno e a minha sombra, prolongado na evidência da arte de ser,
599 exigindo integridade no plano mais profundo, englobante e religador do Ser Humano –
600 a Inteira do Ser -. A escolha das palavras que fluem corresponde à visão do mundo e à
601 aliança do Sujeito com a realidade numa ligação profunda à própria vivência de tensões,
602 facto que torna possível reconhecer o caminho profundo, o encontro com o reino que
603 procura e constrói como Seu. É uma busca que poder-se-ia chamar de objectividade do
604 olhar interno como forma de tomada de consciência, equilíbrio das coisas e Ordem do
605 Mundo. A Palavra como desejo de rigor e verdade instaura a dignidade que, por sua vez,
606 pelo seu poder de transmutação instaura e representa, na sua essência, a dignidade do
607 ser.

608 O corpo criou o meu pensamento e o meu pensamento teve o poder de criar uma
609 nova percepção porque foi moldado para dar origem a uma nova aprendizagem através
610 da palavra. As palavras trouxeram-me uma força própria e uma consciência do meu
611 interior até ao meu Eu interior. É o registo duma memória celular que carrega todos os
612 meus laços.

613 Foi este o meu caminho de harmonização física, mental, espiritual que me
614 permitiu desobstruir a célula, tornou-me num ser humano com existência, trazendo, de
615 volta a minha identidade una e globalizante. Todo o meu potencial foi disciplinado.

616 Depois veio a escuta iluminar a minha temporalidade e tornar leve a carga
617 cognitiva da minha própria história e foi ela que me trouxe o derradeiro sentimento de
618 reencontrar a minha identidade.

619 Lembro-me de ter pensado que tinha entrado no laboratório da minha
620 consciência, não sem algum sofrimento. E fui-me conquistando em torno do meu
621 essencial, durante esses momentos fundadores de um caminho que eu deveria percorrer.
622 E isto foi possível: criar condições favoráveis para que eu descobrisse em mim mesma
623 uma dimensão do sentido da minha existência e do mundo, dos outros. Todo o trabalho
624 psicopedagógico fez-me aceder à minha evolutividade, à evolutividade do meu próprio
625 jogo de tensões que me habitavam provocando em mim um efeito de serenidade mental
626 e uma reorganização do meu equilíbrio.

627 Cada tristeza, cada mágoa iam-se transformando, tornando-se mais leves e
628 carregando consigo, à medida que avançava nas sessões terapêuticas, uma intensa
629 felicidade em se ser, em existir. Posicionei-me face a mim e aos outros. Validei a minha
630 existência. Até então, não tinha tido consciência do meu corpo. Tratou-se de revisitá-lo,
631 com alguma insistência, um corpo que me pertence e que tem inscrito todos os meus
632 registos que podem, a todo o momento, ser reescritos e reconstruídos. O meu corpo é,
633 todo ele, uma substância em movimento que provoca um deslocamento como comenta
634 Danis Bois no seu ensaio filosófico “O sensível e o movimento” (2001). O autor
635 convida-nos a nos voltarmos para Aristóteles e o seu questionamento sobre a origem
636 dos processos de movimento e de mudança que ele constatava na natureza. Ora para
637 Bois, não há movimento sem deslocamento, embora este possa ser invisível. Este
638 movimento (teoria dos mobiles em Aristóteles) é vivido como princípio da força
639 animando todas as estruturas do corpo incluindo as estruturas psíquicas.

