



Paula Adriene Duarte

**Dos Movimentos das aparências aos
movimentos do ser: reflexões sobre a
prática esportiva**

Dissertação de Mestrado

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Departamento de Psicologia do Centro de Teologia e Ciências Humanas da PUC-Rio.

Orientadora: Profa. Maria Inês de Freitas Garcia Bittencourt

Rio de Janeiro
março de 2014



Paula Adriene Duarte

**Dos movimentos das aparências aos
movimentos do ser: reflexões sobre a
prática esportiva**

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Departamento de Psicologia do Centro de Teologia e Ciências Humanas da PUC-Rio. Aprovada pela Comissão Examinadora abaixo assinada.

Profa. Maria Inês Garcia de Freitas Bittencourt
Orientadora
Departamento de Psicologia - PUC-Rio

Profa. Flavia Sollero de Campos
Departamento de Psicologia - PUC-Rio

Prof. Alexandre Abranches Jordão
Departamento de Psicologia - UFF

Profa. Denise Berruezo Portinari
Coordenadora Setorial de Pós- Graduação
e Pesquisa do Centro de Teologia e
Ciências Humanas – PUC-Rio

Rio de Janeiro, 20 de março de 2014

Todos os direitos reservados. E proibida a reprodução total ou parcial do trabalho sem a autorização da universidade, da autora e do orientador.

Paula Adriene Duarte

Graduou-se em Psicologia Clínica e Bacharelado pela Universidade Santa Úrsula em 2007. Completou sua Especialização em Psiquiatria e Psicanálise com Crianças e Adolescentes no Instituto de Psiquiatria da UFRJ- IPUB em 2010. Trabalha em seu consultório particular desde 2007 atendendo crianças, jovens e adultos de maior idade.

Ficha Catalográfica

Duarte, Paula Adriene

Dos movimentos das aparências aos movimentos do ser: reflexões sobre a prática esportiva / Paula Adriene Duarte ; orientadora: Maria Inês Garcia de Freitas Bittencourt. – 2014.

89 f. ; 30 cm

Dissertação (mestrado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Psicologia, 2014.

Inclui bibliografia

1. Psicologia – Teses. 2. Prática esportiva. 3. Corpo. 4. Afeto. 5. Sentidos. 6. Autenticidade. 7. Tempo. 8. Viver criativo. I. Bittencourt, Maria Inês Garcia de Freitas. II. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Departamento de Psicologia. III. Título.

CDD:150

Em memória de Abadia Pereira da Silva cujo sentido da vida
era renovado a cada amanhecer: no encontro da força pujante
de seu corpo com as areias e o mar do Arpador.

Agradecimentos

Ao CNPq e à PUC-Rio, pelos auxílios concedidos, sem os quais este trabalho não poderia ter sido realizado.

Ao Rafael Saladini por ter me encorajado a percorrer esta jornada e pela força e carinho nos momentos de turbulência.

A minha orientadora Professora Maria Inês Garcia de Freitas Bittencourt pela abertura com que recebeu as minhas idéias e pelo constante estímulo para que elas se realizassem neste trabalho.

A Marcia Adriene V. de Souza pela paciência e ternura

A Ana Maria Coutinho Aleksandrowicz pelas preciosas reflexões e apontamentos

Resumo

Duarte, Paula Adriene; Bittencourt, Maria Inês Garcia de Freitas. **Dos movimentos das aparências aos movimentos do ser: reflexões sobre a prática esportiva.** Rio de Janeiro, 2014. 89p. Dissertação de Mestrado – Departamento de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

O presente trabalho busca investigar e compreender as correlações entre os exercícios físicos praticados de forma esportiva, sem finalidade competitiva, e a dimensão experiencial na qual se desenvolve um processo de aquisição de sentido para a vida marcada pela espontaneidade dos movimentos e autenticidade do ser. Para tanto, vamos privilegiar as abordagens que acentuam os aspectos psicológicos, filosóficos e sociológicos envolvidos neste tipo de experiência, pois acreditamos que, ao desvelar o entrelaçamento existente entre eles, evidenciaremos as relações indissolúveis entre o corpo, os afetos, o psiquismo e as influências ambientais de vários tipos, desde os estímulos sensoriais até aqueles difundidos pelos veículos midiáticos da cultura de consumo pós-moderna. A experiência esportiva livre, logo, nos servirá como exemplo valioso para explorarmos diversos aspectos desta dimensão do *viver criativo*, como a importância do corpo na vida subjetiva, mais especificamente, o papel das experiências motoras e sensoriais na construção de significações originárias; na constituição da personalidade, assim como na singularização da experiência do tempo e de si mesmo.

Palavras-chave

Prática esportiva; corpo; afeto; sentidos; autenticidade; tempo; viver criativo.

Abstract

Duarte, Paula Adriene; Bittencourt, Maria Inês Garcia de Freitas (Advisor). **From the movements of appearances to the movements of being: reflections on the sport.** Rio de Janeiro, 2014. 89p. MSc. Dissertation – Departamento de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

This study aims to investigate and understand the correlations between physical exercises practiced without sports competitive purpose and experiential dimension in which it develops a process of acquiring meaning in life marked by spontaneity of movements and authenticity of being. To do so, we focus on approaches that emphasize the psychological, philosophical and sociological aspects involved in this kind of experience, because we believe that by unveiling the existing entanglement between them, we can put in evidence the indissoluble relationship between the body, the emotions, the psyche and the environmental influences of various types, from natural human sensorial stimulus to promoted by media outlet culture of postmodern consumer. The uncompetitive sports experience serve us as a valuable example to explore various aspects of this dimension of creative living, such as the importance of the body in the subjective life, more specifically, the role of sensorial and motor experiences in building ultimate meanings, for the personality constitution, as well as singling out the experience of time and of itself .

Keywords

Sports Activities; body; affection; senses; authenticity, time, creative living.

Sumário

1. Introdução	11
2. O mundo em que vivemos	15
2.1. O sujeito da pós-modernidade	17
2.2. A prática esportiva como atividade do “Ócio Criador”	28
2.3. A singularização criativa	32
3. D.W.Winnicott: experiência vital e seus sentidos	35
3.1. Experiência Pessoal e Saúde	37
3.2. O conceito de experiência em Winnicott	38
3.3. Tendência à integração e cuidados ambientais	40
3.4. Integração pela via da experiência dos estados tranquilos e excitados	39
3.5. Personalização: A construção de uma existência psicossomática	42
3.5.1. A psique	43
3.5.2. O soma	44
3.5.3. E como se constrói a unidade psicossoma?	45
3.5.4. Z.Loparic: A elaboração imaginativa das funções somáticas	46
3.5.5. O papel da elaboração imaginativa nos processos originários de temporalização e espacialização	47
3.5.6. A mente	50
3.6. Transicionalidade e Destrutividade	50
3.7. Experiência instintual e Realidade	53
3.8. Motilidade, sensorialidade e elaboração imaginativa na experiência da autenticidade do ser	55
3.9. Um barco para atravessar este mar em que vivemos	57

4. Merleau-Ponty: Plano originário da vida e os movimentos do sentir	60
4.1. Merleau-Ponty e a Fenomenologia da Percepção	61
4.2. A Ordem Sensível	63
4.3. A indissolubilidade do psíquico e fisiológico	70
4.4. O “corpo-próprio”	72
4.5. O corpo próprio como sistema de potência motora	73
4.6. A “camada originária”	76
4.7. Os movimentos do sentir	79
4.8. Nuances da prática esportiva: a experiência no compasso das sutilezas	81
5. Conclusão	83
6. Referências Bibliográficas	86

*A alegria está na luta, na tentativa, no sofrimento envolvido e não na vitória
propriamente dita.*
Gandhi

Tempo disso, tempo daquilo; falta o tempo de nada
Carlos Drummond de Andrade

1 Introdução

Nos próximos dois anos, serão realizados na cidade do Rio de Janeiro – a Copa do Mundo, em 2014, e os Jogos Olímpicos, em 2016, – dois dos maiores eventos mundiais. Em decorrência desses acontecimentos, está presente na mídia o discurso governamental de investimentos não só em infraestrutura urbanística e instalações para a realização dos esportes na cidade, mas também nos atletas e nas equipes de profissionais que os acompanham, fornecendo o suporte necessário para o desenvolvimento de suas performances. Desta forma, segundo as autoridades organizadoras, além dos atletas, a própria cidade-sede dos jogos e a população local ganhariam com os eventos esportivos.

Dentre os ganhos, frequentemente ressaltados na mídia, está a capacidade com que estes eventos podem contribuir para a promoção da inclusão social a partir do esporte, a descoberta de novos talentos e a criação de um ambiente favorável, suficientemente bom, à prática esportiva. Idealmente, todos esses investimentos e o constante contato com o tema esportivo poderiam trazer, entre outras coisas, um estímulo à população do Rio de Janeiro para o exercício de atividades físicas de forma recreativa no seu cotidiano, atividades essas que poderiam contribuir para um desenvolvimento saudável.

Vale lembrar que não é de agora a relação entre prática esportiva, saúde mental e qualidade de vida, tendo em vista a conhecida máxima da Antiguidade, *mens sana in corpore sano*, na qual se criou a ideia de integração entre corpo e mente. Por esta razão, não seria uma surpresa a psicologia transformar o esporte e sua prática em um dos seus objetos de estudo, que até mesmo dentro do seu campo teórico é analisado sob diferentes aspectos, finalidades e correntes.

Entretanto, grande parte dos estudos que buscam investigar e compreender as correlações entre exercícios físicos e saúde mental privilegiam os aspectos biológicos, cognitivos e comportamentais, colocando, muitas vezes, os aspectos emocionais, filosóficos e sociológicos em segundo plano. Isto, infelizmente, prejudica um olhar mais completo sobre esta questão e impede um maior aproveitamento da experiência. E foi partindo deste princípio que resolvemos dar destaque em nossa pesquisa a esses aspectos menos favorecidos, criando, para

isso, três eixos temáticos distintos, mas que, ao serem costurados com uma mesma linha – a da prática esportiva sem finalidade competitiva –, vão poder se interpenetrar na dimensão experiencial do viver criativo, marcada pela espontaneidade e autenticidade do ser que queremos abordar.

Assim, a experiência esportiva livre nos servirá como um exemplo valioso para explorarmos diversos aspectos desta dimensão, tais como: a importância do corpo na vida subjetiva; o papel que as experiências motoras e sensoriais podem desempenhar na construção de significações originárias; a possibilidade de uma singularização da experiência do tempo.

No primeiro capítulo, intitulado “O mundo em que vivemos”, apresentaremos uma visão panorâmica da sociedade atual, explorando algumas das ideias de Debord (1967), Baudrillard (1970), Bauman (2000), Lipovetsky (2005) e Certeau (2008). O objetivo é esclarecer algumas características preponderantes da cultura contemporânea – consumismo, espetacularização, narcisismo, culto ao corpo, liquidificação, personalização – e a sua forte influência sobre as organizações subjetivas, no que se refere aos modos de ser e de viver. Essa influência é exercida, principalmente, por imagens difundidas pelos meios de comunicação de massa, que, por sua vez, estão a cada dia mais desenvolvidos e capilarizados com o auxílio dos avanços tecnológicos.

Junto a isso, buscaremos entender como o fenômeno esportivo serve para ilustrar todas essas características marcantes de nossa sociedade, podendo ser ele um signo desta. Suas práticas teriam sido apropriadas pelos discursos dominantes e, assim, os esportes se prestariam aos interesses consumistas e narcísicos, distanciando-se dos seus objetivos originários na Grécia antiga. Em face disto, buscaremos apresentar, ainda neste mesmo capítulo, o papel que este tipo de experiência, dos exercícios físicos, tinha na vida dos gregos daquela época, a dimensão criativa na qual ela estava inserida, pois isso nos servirá de contraponto para pensarmos em outras possibilidades de uso do esporte nos dias atuais para além do culto à imagem de si mesmo e do consumo. Apostamos aqui, inspirados em Certeau, na existência de um uso voltado para a metaforização da ordem dominante, um instrumento para realizar o nosso patchwork do cotidiano.

Dando continuidade a esse acento na capacidade criativa do indivíduo de singularização dos aspectos da cultura de massa, construímos um eixo cuja proposta é ressaltar a capacidade do indivíduo de injetar sentido nas suas ações,

nas suas experiências vitais (com enfoque no aspecto sensório-motor) e, assim, construir uma vida cheia de significados e com um sentimento de autenticidade, apesar de todas as influências externas de adequação aos moldes pré-estabelecidos pela cultura. Para possibilitar esta discussão, o segundo capítulo, dedicado à teoria do psicanalista D.W.Winnicott, é intitulado “A experiência vital e seus sentidos” – onde vamos desvelar alguns processos dos primórdios do amadurecimento emocional, partindo do princípio de que muitos dos aspectos descritos por Winnicott, quando resgatados e trazidos para os dias atuais, nos servem como uma bússola na busca de um sentido para nossas ações, dentre elas, as da prática esportiva.

O papel de destaque dado por Winnicott à dimensão da experiência vital; a integração do psicossoma em uma unidade, as elaborações imaginativas das funções somáticas, a transicionalidade, a constituição de um sentimento de realidade e de si mesmo, a necessidade fundamental de pensar o indivíduo indissolúvel do seu meio, todos esses conceitos e idéias contemplam um plano de significação para a própria vida através da magia encarnada da criatividade, o que faz da teoria winnicotiana uma das maiores inspirações para refletirmos sobre a temática aqui tratada.

O terceiro eixo é a perspectiva filosófica desenvolvida na teoria da “Fenomenologia da percepção” de Merleau-Ponty (2011[1945]) e dedicamos a ele o terceiro capítulo – “O plano originário da vida e os movimentos do sentir” – onde vamos resgatar a relação primordial do indivíduo com o mundo, tendo o corpo como primeira instância desse contato vital imediato. Um plano originário da vida onde não é possível fazer separações entre a vida psíquica e a corporal, entre o indivíduo e o ambiente ao seu redor. Assim como Winnicott, o filósofo nos indica a existência de uma “organização global” responsável por apreender as significações originárias do mundo irrefletido, dispostas como simples presenças, isto é, um conhecimento não conceitual do mundo, sem tematizações, mas impregnado de sentidos. E uma das formas de apreensão da realidade imediata, de experimentação da concretude do solo sensível do mundo é através do corpo como potência motora capaz de rodopiar pelo objeto e ter acesso as suas várias faces. De acordo com Merleau-Ponty, o movimento corpóreo fornece uma dupla percepção, a de si próprio e a do mundo percebido e, por isso, a experiência motora é considerada como uma maneira particular de termos acesso ao mundo.

Por esta razão, vamos explorar a referida concepção do filósofo e pensar o papel que as experiências em práticas esportivas, pelos seus movimentos inseridos no mundo vivido, podem desempenhar para a construção de sentidos originais.

Assim, a finalidade desta pesquisa é propor uma investigação do entrelaçamento de algumas perspectivas sob as quais podemos considerar os praticantes de esportes “livres”. Neste trabalho eles não serão considerados somente em função de suas questões psíquicas ou daquelas relacionadas às influências e condicionamentos sociais que lhes são injetados através dos meios de comunicação de massa, da cultura de consumo globalizada na qual o importante é apenas a vivência dos prazeres, das emoções intensas relacionadas às experiências corporais. A ideia é dispor como polo central da investigação esta fina relação que se estabelece entre os diversos aspectos da experiência do corpo no sentido mais amplo deste termo inserido no solo sensível do mundo.

A aposta de nossa pesquisa recai no indivíduo comprometido com seu amadurecimento, que é capaz de deixar sua fixação na imagem de si mesmo, e investir sua criatividade em novas experiências no mundo – indivíduo esse “dotado do sentimento de continuidade de existência e de responsabilidade em relação aos outros” (Bezerra, 2007). A atividade esportiva mais do que um local de glorificação do corpo, de performance e espetáculo, se torna um veículo de experimentação de si mesmo e do ambiente em que ela está inserida.

2 O mundo em que vivemos

O mundo em que vivemos, que se convencionou chamar pós-moderno, se caracteriza por um progresso tecnológico ímpar na história, cujas repercussões transformaram em poucas décadas, na passagem do século XX para o século XXI, os modos de ser, sentir e pensar das sociedades. A tecnologia da comunicação proporcionou, entre outros fenômenos incluídos na *sociedade do espetáculo* (Debord, 1967), a difusão dos esportes. Hoje é possível encontrar canais na TV dedicados a eles 24 horas por dia; jornais e revistas especializadas *online*; aplicativos de *smartphones*; megaeventos internacionais; *outdoors* estampando atletas-celebridades por toda parte do globo; e tudo isso consumido por uma massa de espectadores.

De acordo com Kátia Rúbio (2001), o esporte tornou-se signo da sociedade contemporânea. Transformado em espetáculo pelos meios de comunicação de massa, especialmente pela TV, os seus ideais – tais como, vitória a qualquer preço, força, superação dos limites, boa forma física – são difundidos através da imagem do protagonista do show, o atleta, que nada mais é do que o esportista de alta performance, vitorioso, cheio de contratos publicitários milionários com grandes marcas. O atleta transformado em celebridade, em garoto-propaganda, tem como finalidade difundir a “imagem do viver bem, de estar bem consigo, ser vitorioso” e servir como mais uma peça na engrenagem do consumo (p.103).

Por esta razão, fica difícil falar de esporte e não falar de consumo; das finalidades lucrativas envolvidas e dos artifícios do marketing utilizados pelas indústrias esportivas e do divertimento para criar, em seu público, o desejo de consumir os produtos oferecidos por eles. As estratégias publicitárias, através de imagens carregadas de valores, tais como, sucesso, riqueza, juventude, beleza, invadem as subjetividades dos espectadores e, aos poucos, constroem um padrão de comportamento no imaginário a ser alcançado. E o atleta, neste caso, como assinalado por Rúbio (op.cit) se presta perfeitamente como signo do herói pós-moderno que tem como máxima a vitória e o padrão de comportamento que privilegia a competição, o mais forte e mais habilidoso. A figura espetacular do

atleta sugere aquele capaz de realizar grandes feitos, dificultando sua participação de situações da vida cotidiana.

Desta maneira, o que temos é uma massa de seguidores ávidos por adaptar seus corpos e a si mesmos à imagem do atleta-herói, mas de um herói que não necessariamente tem alguma causa além dos interesses próprios, e uma adaptação que não passa necessariamente pela conquista das mesmas capacidades, mas de uma cópia de certos hábitos e consumo de mesmos produtos. Isto é, daquilo que a imagem da propaganda consegue passar e dos signos que o público consegue perceber. Mas, infelizmente, conforme observado por Rúbio (2001):

A consequência dessa exploração do esporte é a racionalização daquilo que ele possui de mítico. Se no mito o herói se dedica a outrem, a causas externas e à salvação da humanidade, esse mito criado como um personagem necessário ao sistema tem suas realizações voltadas para si próprio e se apresenta por meio de signos rapidamente compreendidos e copiados como os carros importados ou a ostentação de uma vida de pseudo fartura. (Rubio 2001-p.104)

Mas, nem sempre o esporte serviu como instrumento aos propósitos capitalistas e mesmo hoje, como veremos, é possível encontrarmos espaços onde ele ainda pode ser utilizado como um recurso na busca por experiências de maior autenticidade de si. Se hoje as questões ligadas à corporeidade ganham relevo tanto no “diagnóstico” das novas formas de apresentação de sofrimento psíquico, quanto nas invenções criativas encontradas para dar conta do mal-estar inerente a uma existência dentro dos moldes civilizatórios, aproveitamos a prática esportiva como uma forma de ilustrar o quanto o corpo, concebido aqui como algo para além de um mero objeto, pode encontrar saídas em que ele preserve sua dimensão de atribuição de significado de si e do mundo. E claro, para isto, este corpo precisa ser retirado dos holofotes e despojado dos inúmeros acessórios e manipulações a que ele se presta quando colocado a serviço da produção de uma imagem. O destaque ao corpo na constituição subjetiva permanece, assim como o seu uso espetacular no esporte e as experiências de satisfação narcísica dele advindas. Mas, a diferença que mostraremos no decorrer deste capítulo está justamente no resgate de uma dimensão experiencial à qual ele pode servir.

Logo, o panorama a ser exposto sobre a subjetividade dominante nos dias de hoje nos servirá como base para contrapor à existência de experiências corporais, sensoriais, motoras e afetivas de rica significação.

2.1 O sujeito da Pós-Modernidade

Alguns autores contemporâneos trabalham com a ideia de que hoje viveríamos uma ruptura com a modernidade e, assim, o início de novos tempos, de uma sociedade “pós-moderna” que tem como fundamento pressupostos distintos dos de outrora. E dentre os autores que assumem esta descontinuidade estão Guy Debord, Jean Baudrillard, Gilles Lipovetsky e Zygmunt Bauman, representantes de uma concepção nova para a sociedade atual e do projeto identitário que ela traz consigo. Mas se existe ruptura, com o que estamos rompendo de fato?

Em linhas gerais, a modernidade representou o autocentramento do sujeito no eu e na consciência e, com isso, a transformação da individualidade na categoria fundamental da época, não obstante ela ainda fosse subordinada às regras racionais e coletivas, às convenções sociais, aos imperativos morais, à coerção e à disciplina. Junto a isso, as bandeiras levantadas eram aquelas em nome dos avanços da ciência e da tecnologia como instrumentos do exercício da sabedoria humana, do universal, da razão e da revolução. O sujeito moderno devia, então, adaptar-se aos padrões morais de uniformidade dominantes impostos pelo social; esforçar-se pela busca de igualdade, do cumprimento do dever e da manutenção de uma homogeneidade, restando às suas relações serem fixas, enrijecidas e cheias de preconceitos.

E foi em meio ao ideal moderno, que Sigmund Freud escreveu um de seus célebres trabalhos, *O Mal Estar na Civilização* (1929), em uma tentativa de circunscrever o mal-estar do sujeito a partir de uma leitura da subjetividade e dos impasses da época. Isso quer dizer que a segurança projetada em torno de uma vida social estável, ou em torno da ordem, merecia o sacrifício de uma satisfação plena dos instintos; de uma insatisfação do princípio de prazer. Vigoravam, desta maneira, os ditames do princípio de realidade e a prevalência dos interesses coletivos sobre os íntimos. Com isso, o sujeito necessitava encontrar meios – dentre eles a religião e o uso de substâncias químicas – pelos quais ele poderia aliviar o sofrimento decorrente deste constante mal-estar, inerente àqueles que vivem na cultura civilizatória.

Servindo-se deste texto freudiano, onde a subjetividade do indivíduo é a protagonista de uma análise, Bauman (1998) nos faz pensar a respeito deste “mal-estar do sujeito na civilização”, só que agora inserido no solo da sociedade contemporânea, dando o enfoque às devidas particularidades que cabem a ela, pois as exigências atuais já não são mais as mesmas da modernidade, os sofrimentos se manifestam de outra forma, assim como as respostas encontradas para lidar com eles. O autor nos mostra que, de uma maneira geral, com o desenvolvimento do capitalismo, do consumo de massa, o sujeito passa a ser um consumidor voraz não só de coisas, mas também de novas experiências, de sensações intensas, contrapondo-se aos ideais modernos onde a liberdade era amarrada pelas inúmeras coerções morais. Poderia o esporte servir como uma resposta para este sofrimento do sujeito pós-moderno?

Nesta nova fase, o sujeito vive em um estado permanente de pressão para despojar-se de toda interferência coletiva no seu destino individual, de ser capaz de gerir sua própria vida, e seguir na tentativa de realização dos imperativos do princípio do prazer. Sendo assim, a diluição da força das regras e exigências sociais e o aumento pela busca de satisfação pessoal do sujeito geraram a construção de um novo projeto identitário, cuja característica predominante identificada por Bauman (2001) é a “liquidez” ou “fluides” que, em sua opinião, funciona como a principal metáfora para o estágio presente da era pós-moderna, da mesma forma que a solidez está para a fase anterior.

Lembremos que duas décadas antes, Marshall Berman em *Tudo que é sólido se desmancha no ar* (1982), já trazia esta metáfora ao resgatar a famosa frase de Marx como título de seu livro, em que acentua as profundas transformações ocorridas na sociedade do século XX, “o turbilhão de permanente desintegração e mudança” que se tornou a vida moderna – um “perpétuo estado de vir-a-ser” – e onde a transitoriedade inundou as relações, as instituições, os conhecimentos e abriu um campo para que o sujeito pudesse criar novos valores, novos caminhos sem precisar se cristalizar neles. Temos, então, um tempo que escorre, os movimentos são rápidos e nada se fixa, os sólidos não são capazes de suportar uma maior tensão sem se deformar ou separar, eles não resistem à enorme pressão das mudanças.

Como sugere Bauman, se a imagem do mundo moderno costumava ser sólida e contínua, pois os padrões eram claramente definidos, estáveis, duradouros

e previsíveis, são as qualidades dos fluidos que melhor se adaptam a esta nova era, pois eles não “mantêm sua forma com facilidade”, “não fixam o espaço nem prendem o tempo”, e mostram que sua “extraordinária mobilidade” é justamente “o que os associa à ideia de leveza” (2001, p.8). Essas características ressaltadas refletem muito bem a imagem do mundo pós-moderno no qual prevalece a ótica das leis do mercado de consumo capitalista, quer dizer, um mundo onde as identidades podem ser adotadas e descartadas como roupas, onde os valores são volúveis e nada mais pode dar a segurança da solidez. O sujeito vive em meio a uma variedade constante de oportunidades de consumo e não precisa mais se comprometer a longo prazo com nada, pois tudo muda o tempo todo e novas versões são lançadas para substituir as antigas, ou seja, os padrões fixos de outrora são apenas produtos ultrapassados em meio a uma multiplicidade de alternativas.

A identidade agora é construída a partir de uma coleção de instantâneos; ela é atualizada de acordo com o gosto do sujeito, e mesmo que ainda a ideia de aperfeiçoamento pela ação legislativa da sociedade como um todo não tenha sido completamente abandonada, a ênfase mudou para a “autoafirmação do indivíduo” (Bauman, 2000, p.38). Ou seja, o que antes era defendido por uma razão humana e pretensamente estendido para todos da sociedade porque era o bom e correto, agora é fragmentado, cabendo ao sujeito escolher à vontade seus próprios modelos de felicidade e de modo de vida adequado.

Isso é uma das razões pelas quais Bauman afirma que a sociedade moderna existe em sua atividade incessante de “individualização”, de uma tentativa de autoafirmação e busca por uma autonomia para experimentar um número infinito de possibilidades. Claro também que toda essa liberdade tem suas consequências, e dentre as destacadas pelo sociólogo, encontram-se “a corrosão e a lenta desintegração da cidadania”, posto que os “cuidados e preocupações dos indivíduos enquanto indivíduos enchem o espaço público até o topo, afirmando-se como seus únicos ocupantes legítimos e expulsando tudo mais do discurso público” (2000, p.46). Essa invasão do espaço público pelas questões de interesse privado é um dos temas em que transparece certa crítica ao modelo vigente. Bauman levanta ainda o tema de que a ausência de normas, ou mesmo de clareza delas, pode ser extremamente prejudicial ao sujeito, pois o incapacita “para dar conta de seus afazeres da vida”, já que as normas estão também intimamente

relacionadas à construção de rotinas saudáveis, com hábitos, e que isto faz parte da atribuição de uma existência com sentido (2001, p.29).

A vida do sujeito pós-moderno se organiza, de acordo com seus observadores, em torno do consumo, questão que Baudrillard foi pioneiro em sinalizar. Um dos fenômenos por ele identificado foi justamente a transposição do estatuto da propriedade privada para o corpo, assim como para a prática social e representação mental que se tem dele. Isto significa que o modo de organização da relação ao corpo reflete o modo de relação às coisas e das relações pessoais, e em uma sociedade que tem suas estruturas atuais na produção do consumo, o corpo torna-se um dos seus objetos, aliás, “o mais belo, precioso e resplandecente” de todos que “possuem, manipulam e consomem psiquicamente” (Baudrillard, 1970, p.171).

Baudrillard parte, assim, da ideia de que, durante séculos de puritanismo, as pessoas eram convencidas de que não tinham um corpo, o prazer lhes era negado, mas que hoje, “substituindo a alma em sua função moral e ideológica”, “sob o signo da libertação física e sexual”, o corpo tornou-se “objeto de salvação”, trazendo consigo vários rituais e “práticas sacrificiais”; monopolizou em seu proveito toda a afetividade; tornou-se objeto de investimento narcísico privilegiado em suas dimensões internas e externas; foi administrado e regulado como um patrimônio, um objeto a ser trabalhado e cuja finalidade é sempre um retorno – ganhos e lucros. Não por acaso, a imagem do corpo, a propaganda que ele faz de si mesmo, seja um dos aspectos de todo este investimento, e conta para isso com dois elementos fundamentais: a beleza e o erotismo. Elementos que funcionam como o novo instrumento de manipulação pela via da sedução, substituindo o controle disciplinar. Hoje, homens e mulheres são julgados pela elegância e agilidade dos corpos, pelas roupas e marcas que ostentam, por suas linhas, peles, tônus muscular e todos os signos de prestígio social que eles possam representar, e também provocar desejo. O corpo precisa ser belo e competitivo.

Neste ponto é importante nos lembrarmos das ricas observações de Debord (1967) a respeito da “sociedade do espetáculo” onde a relação social entre as pessoas é mediatizada por imagens, isto é, uma sociedade que enfatiza a exterioridade, o autocentramento e se anuncia como uma imensa produção e acumulação de imagens; onde tudo o que era diretamente vivido se esvai na fumaça da representação. Da mesma maneira que Baudrillard chama atenção para

o investimento na aparência deste corpo como objeto de consumo e da espera de retorno que ele possa proporcionar, Debord ressalta que, no mundo de agora, mais fundamental do que ser (viver, experimentar) é parecer. As pessoas buscam a acumulação de resultados econômicos, ter, para fazer com que suas conquistas apareçam perante os outros como signos de poder e prestígio social; fazem com que o mundo real seja convertido em simples imagens, que toda a realidade individual torne-se social e “diretamente dependente do poderio social obtido”. De forma homóloga, podemos ver este modo de funcionamento com o corpo, o uso que fazemos dele como elemento de manipulação narcísica para a finalidade de produção econômica.

Importa que o indivíduo se torne a si mesmo como objeto, como o mais belo dos objetos e como o material de troca mais precioso, para que, ao nível do corpo desconstruído, da sexualidade desconstruída, venha a instituir-se um processo econômico de rendibilidade. (Baudrillard, 1970, p.178)

Na mesma linha de discussão, Gilles Lipovetsky (2005) diz não haver dúvidas de que este investimento narcísico do corpo, verificado pelas inúmeras práticas diárias de cuidados e elevado a objeto de culto, é o resultado de uma “mutação da representação social do corpo”, do advento de um novo imaginário social sobre ele (p.42). Se, na modernidade, ele designava uma máquina, agora ele “designa a nossa identidade profunda da qual não mais se tem motivo para sentir vergonha”; ele perde seu *status* de “materialidade muda” em proveito da sua “identificação com o ser-indivíduo”. Devemos cuidar do seu bom condicionamento e funcionamento, combater os sinais da sua degradação, isto é, obedecer aos apelos do imperativo da juventude, admirá-lo e exibi-lo, assim como um indivíduo. Além disso, o autor pontua o movimento de tomada de consciência do corpo a respeito de si mesmo e de seus “poderes subjetivos”, e que isto se tornou a própria finalidade do narcisismo:

Fazer com que o corpo exista por si mesmo, estimular sua autorreflexão, reconquistar a interioridade do corpo, tal é a obra do narcisismo. Se o corpo e a consciência se comunicam, se o corpo fala, do mesmo modo que o inconsciente, é preciso amá-lo e escutá-lo, é preciso que ele se expresse, se comunique e daí emana a vontade de redescobrir o corpo de dentro, a busca desenfreada de sua idiosincrasia, ou seja, o próprio narcisismo, esse agente de psicologização do corpo por meio de todas as técnicas contemporâneas de expressão, concentração e relaxamento. (p.43)

O narcisismo dirigido ao corpo funciona, assim, como uma forma de *normalização* do próprio, e se, em outras épocas, a norma era autoritária e

disciplinar, nos dias de hoje, ela foi substituída por uma norma indicativa, aparentemente suave, que anexou o consumismo, a educação, a produção, a informação e pode ser percebida nos discursos de conselhos práticos, nas terapias feitas sob medida, nas propagandas, dentre outros (Lipovetsky, 2005, p.44). Soma-se a esta função do narcisismo de normalização do corpo, o processo de *personalização* dele, ou seja, de ele poder se organizar, se expressar a partir de suas próprias necessidades e vontades – do seu prazer– e não de coerções morais, tais como os ditames da religião e do estado; de ele desempenhar um papel na singularização subjetiva do sujeito. De uma forma mais ampla, o narcisismo para Lipovetsky é visto como uma “suavização dos jogos políticos e ideológicos e o superinvestimento concomitante das questões subjetivas”, quer dizer, em sua expressão de “indiferença descontraída” ele teria somente reduzido a carga emocional investida no espaço público e aumentado as prioridades da vida privada.

Windsurfe, *skate*, asa-delta, a sociedade pós-moderna está na era do *deslizamento*, imagem esportiva que ilustra melhor um tempo que a *res publica* não tem mais amarras sólidas e nem ancoragem emocional estável. Hoje em dia, as questões cruciais que concernem à vida coletiva têm o mesmo destino dos “mais vendidos” das paradas de sucessos, todas as alturas se dobram, tudo desliza numa indiferença descontraída. (Introdução, p.XII)

Por sua vez, esta prioridade da vida privada é percebida quando, na pós-modernidade, cada sujeito torna-se responsável pela própria vida, tendo, por isso, a missão de administrar da melhor maneira possível o seu capital estético, afetivo, psíquico, erótico e etc. Essa administração significa uma responsabilidade “holística” da saúde pela própria pessoa, “a exploração mental do corpo em ruptura com o dirigismo hospitalar”, quer dizer, o sujeito “é responsável pela sua saúde e pelos seus sistemas de defesa graças aos potenciais de autonomia psíquica” (Lipovetsky, 2005,p.5).

Logo, os cuidados com a saúde tornam-se um tipo de investimento narcísico permanente, a ser gerenciado de forma meticulosa, como se fossem rituais – “investidos de uma dignidade cerimonial”– e com objetivo de alcançar um equilíbrio entre o psíquico e o físico. Na visão de Lipovetsky se, para o bom funcionamento mental, o sujeito, por exemplo, procura por sessões de análise, para o bom funcionamento do corpo, as diversas especialidades médicas e práticas físicas contribuem para isto, e dentre estas, encontramos o esporte.

(...) pelo menos reparamos que no momento presente o esporte em si – mesmo que flexível e independente – tornou-se igualmente uma prática de iniciação de um gênero novo. Já se conhece o progresso fulgurante da prática esportiva, principalmente o dos esportes individuais, mais interessante ainda é o desenvolvimento das atividades esportivas denominadas “livres”, sem preocupação competitiva, fora da rede de federações, longe dos estádios e ginásios. (p.142)

Ênfase deve ser dada ao que o sociólogo denomina de atividades esportivas livres, isto quer dizer, sem qualquer preocupação competitiva. Elas teriam sido suavizadas pelo processo de personalização descontraída, permitindo a seus praticantes exercitarem-se por si mesmos, se divertirem, exercerem menos a força e o reconhecimento do que a alegria da boa forma física, da saúde e do êxtase do corpo. Entretanto, estas práticas que levam “em conta a consciência total de si mesmo e dando livre curso à paixão dos ritmos individuais”, não seriam apenas cerimônias da sensação, mas também uma cerimônia de todo material técnico onde “para testar seu corpo convém informar-se de todas as inovações”, atualizar-se sobre o material mais novo e consumir todos os acessórios “do momento” (Lipovetsky, 2005, p.142).

Esta “duplicidade” presente no esporte “descontraído” nos revela que ele mesmo não está livre de toda panóplia de consumo e da seriedade “profissional” com que o sujeito responsável, *manager* da própria vida, leva o investimento na sua saúde e, conseqüentemente, em todas as práticas a ela associadas. Quer dizer, o corpo esportivo deste gênero livre continua sendo objeto de culto narcísico tanto nas cerimônias de material técnico quanto nas cerimônias da sensação, e, nestas últimas, ganham cada vez mais destaque, pois, segundo Lipovetsky, o sujeito pós-moderno é ávido por ter sensações imediatas, de ser colocado em movimento integral numa espécie de *viagem* sensorial e pulsante do corpo. Na verdade, conforme as ideias do autor, ele é encorajado por uma espécie de “onda hedonista que elimina a culpa do tempo livre e encoraja a entrega a ele sem entraves e o aumento da quantidade de lazeres” (Lipovetsky, 2005, p.5). E claro, por motivos óbvios, a prática e o corpo esportivo se prestariam perfeitamente à satisfação desta onda.

Não por acaso, Baudrillard (1970) pontua o lugar privilegiado do tempo dos lazeres em nossa sociedade de consumo, pois ele passou a ser um fator distintivo de um indivíduo, categoria ou classe. O tempo, de uma forma geral, é colocado como sendo um dos bens disponíveis do quadro do sistema de produção,

real ou imaginário, submetido ao mesmo estatuto que todos os outros objetos: a ser apropriado e consumido. Ele é um “capital cronométrico de anos, de horas, de dias, de semanas”, investido pelo seu dono da forma como preferir; um “orçamento-tempo” que obedece às mesmas leis de uso e de troca (compra e venda) das mercadorias. Assim sendo, sempre podemos nos perguntar: como irei investir o meu tempo? Se por um lado temos o tempo do trabalho, *time is money*, escravizado pela cotidianidade, por outro temos o tempo livre, uma dimensão vazia que serve para o indivíduo se realizar, e que vemos, geralmente, ser preenchida com as atividades de lazer. No entanto, Baudrillard chama-nos a atenção que, se o tempo pode ser cronometrado, regulado e obedecer às leis de investimento do sistema de produção, ele “já não é mais livre”! E da mesma forma ocorre com o lazer!

O tempo livre – dos lazeres – para ser consumido, tende cada vez mais a ser direta ou indiretamente comprado; ele primeiro precisa ter sido ganho com o trabalho e sua produção econômica, para depois poder ser gasto como momento de produção social, de exibição do tempo como um capital, uma riqueza. Por outras palavras, o lazer é o consumo de tempo improdutivo economicamente, mas de produção de valor, de prestígio social. Para Baudrillard, “ninguém necessita de lazer, mas todos se veem intimados a dar prova de disponibilidade pessoal a respeito do trabalho produtivo”, pois no fundo a necessidade que todos sentem em “não fazer nada” é apenas uma forma de fazer vista ao valor social distintivo presente nisso (1970, pp.210-211).

Neste sentido, sob a ótica de Baudrillard, o lazer nada tem a ver com “uma função do *gozo* do tempo livre, de satisfação e de repouso funcional”, pois assim como o trabalho, ele é justificado por obedecer “à lógica da distinção e produção de valor”, isto é, de produzir material de significação e de permuta de signos de distinção e de prestígio social. Não por acaso, o autor afirma que o lazer vive da exposição e do exibicionismo de si próprio em todos os seus discursos, atitudes e práticas (op.cit. p.212).

Então, existiria uma impossibilidade lógica do tempo livre e dos lazeres como espaço de expressão de liberdade individual quando submetidos aos moldes de produção da sociedade de consumo, pois ele estaria intimamente relacionado em servir de critério distintivo das classes. E apesar de Lipovetsky (2005) afirmar que em nossa sociedade “há a busca da autenticidade, mas de modo algum da

espontaneidade” (p.47) – reflexo de uma valorização narcísica da descrição como sinal e instrumento do *self-control* –, Baudrillard faz justamente uma referência de que o lazer tentaria restituir uma espontaneidade que não teria espaço no tempo produtivo do trabalho; uma espontaneidade que remete à “experiência infantil da liberdade no jogo” e, por isso, diz que a infância deve servir de “modelo diretor do tempo livre” (1970, p.207).

Isso nos permite pensar se as atividades de lazer praticadas em nosso tempo livre poderiam, de certa forma, servir para transpassar por toda essa armadura com que os modos de produção da sociedade de consumo submetem a constituição subjetiva do sujeito e, assim, participarem de um movimento para além de um cotidiano escravizado pelos ideais propagados pelos grandes veículos midiáticos; um processo de singularização desta subjetividade através de uma nova forma de vivermos o nosso tempo livre.

Lipovsky (2005) afirma que “o ideal moderno de subordinação do indivíduo a regras racionais e coletivas foi pulverizado”, pois o processo de personalização promoveu e encarnou o valor fundamental do “direito de ser absolutamente si mesmo, de aproveitar a vida ao máximo” e de respeito às “singularidades subjetivas”. Entretanto, esta singularização de que ele nos fala vale uma ressalva, pois devemos lembrar o quão bem o processo de “personalização de si mesmo” foi assinalado, décadas antes, por Baudrillard. Sua compreensão deste fenômeno é feita a partir do que ele chama de “lógica estrutural da diferenciação” da nossa sociedade de consumo, cujo objetivo é manter uma ordem na qual os indivíduos são “personalizados, isto é, diferentes uns dos outros, mas em conformidade com modelos gerais e de acordo com um código aos quais se *alinham* no próprio ato de se singularizarem (p.112)”.

A personalização é definida por ele da mesma maneira que o sistema de consumo, como uma “*produção industrial das diferenças*” que estão diretamente relacionadas ao sistema de códigos e signos do mercado de consumo, e como tudo que é produzido nele, pode ser permutado, substituído e descartado, de acordo com a moda do momento. Se, em outra época, as diferenças eram relacionadas a aspectos essenciais e não permutáveis, tais como nascimento e religião, capazes de marcar e transformar as pessoas em “seres contraditórios”, as diferenças de hoje são “sistematicamente produzidas de acordo com uma ordem que as integra a todas como sinais de reconhecimento” (Baudrillard, 1970, p.113). Ou seja, elas

são codificadas, partilhadas e estão longe de dividir os indivíduos, mas, antes de tudo, tornam-se material de troca.

Estas considerações são importantes, pois nos levam a refletir sobre este processo de personalização – o “direito de ser absolutamente si mesmo” – em nossa sociedade pós-moderna, mas que não pode ser confundido com uma singularização baseada na compra e descarte de diferenças industrialmente produzidas, ou seja, o desenvolvimento de modos de ser apoiados na exterioridade e na imagem, logo, superficiais. Até porque estes modos são passíveis de promover uma substituição da vida interior pela aderência ao concreto, o que gera não só uma tendência a determinar o valor humano pelas posses materiais e pela performance, mas também ocasionar um processo de esvaziamento interno – afetando em diversos graus a capacidade de simbolização do Eu na linguagem (Bittencourt e Duarte, 2013).

Assim sendo, é necessária, neste processo, uma capacidade real de individualizar-se em relação à ordem social massificante, e para isto a autenticidade de si não pode estar dissociada da espontaneidade; o tempo não pode ser servo da produção e do consumo de signos de prestígio; o corpo não pode ser objeto de culto narcísico, assim como também a mente um objeto no culto psi.

A singularidade de que buscamos tratar aqui se aproxima do que Michel de Certeau (1994) desenvolve como a “invenção do cotidiano”, o que implica uma invenção de si mesmo através de uma “arte de fazer”, ou seja, a capacidade do indivíduo de se apropriar de aspectos massificados da cultura de consumo de massa e individualizá-los através de um processo criativo, um verdadeiro *patchwork* do cotidiano – uma bricolagem (p.46). Michel de Certeau é um autor que confia na inteligência e inventividade do “homem ordinário”, seu “herói comum”, e busca provar que ele não é tão passivo consumidor à ordem dogmática de uma cultura dominante (op.cit p.57).

Valores individualistas, como a competição, o narcisismo, o culto ao corpo e consumo desenfreado, a vivência dos prazeres, das emoções intensas relacionadas às experiências corporais, todos esses aspectos e muitos outros, podem ser incorporados de forma criativa pelo indivíduo na constituição de sua identidade. Isso quer dizer que, a partir de uma necessidade de elaborar modelos

que correspondam a sua própria trajetória, o homem comum através de customizações de suas práticas cotidianas, tais como falar, ler, circular, e etc, consegue irromper com vivacidade os produtos culturais oferecidos no mercado dos bens e ter experiências que lhe façam sentido. O texto de Certeau se concentra na liberdade interior e na mobilidade dos não conformistas, que mesmo reduzidos ao silêncio, modificam ou desviam a verdade imposta, criando através de diferentes “maneiras de fazer” das práticas cotidianas, “microresistências, as quais fundam, por sua vez, microliberdades” (op.cit. p.18). O autor nos faz crer na liberdade gazeteira dessas práticas, desviando o foco de seu olhar para os minúsculos espaços de jogo, onde táticas silenciosas e sutis se “insinuam”. Ou seja, o homem comum é capaz de metaforizar a ordem dominante e fazer com que ela funcione em outro registro, modificando o sistema sem precisar deixá-lo (p.95).

Neste processo, a importância do corpo como veículo de expressão das vicissitudes psíquicas, da capacidade de singularização, não pode ser subestimada. Inclusive, acreditamos ser este tipo específico de investimento um daqueles recortes fundamentais para a *invenção de si mesmo*, pois ainda estando o corpo submetido a tantas exigências estéticas, atravessado pelos produtos mercadológicos, ele, o corpo, continua sendo uma peça-chave na engrenagem dos movimentos de ruptura com o que chamamos de cultura de massa. Ao retirar o acento sobre o narcisismo e suas formas de espetacularização, já discutido por Debord (1967) e Baudrillard (1970), entre outros, podemos explorar uma nova relação que se abre com a prática esportiva livre que, tal como a compreendemos, vai além de um local de glorificação do corpo, de *performance* e espetáculo, constituindo um veículo de experimentação de si e do ambiente na sua mais ampla concepção.

Com isso, podemos então dar destaque ao aspecto do divertimento presente no *tempo do lazer* para fazer coro à valorização desta nova vertente. Divertimento tão presente na prática esportiva recreativa, mas que geralmente, tem sua função relacionada a uma solução frívola, uma fuga de enfrentamento da dimensão mais desafiadora e dolorosa da vida humana: de se prestar a um consumo exagerado de acessórios; a uma busca incessante por sucesso através de

altas *performances* realizadas no intuito de ganhar competições e ultrapassar recordes; de produção de signos de prestígio e distinção social, contradizendo desta maneira os antigos e tradicionais ideais ligados ao esporte.

Entretanto, assim como outros autores, Bittencourt (2002) nos faz pensar que existiriam, sim, atividades imersas na atmosfera da diversão que poderiam ser entendidas como dotadas de um sentido mais consistente, falando até mesmo de uma restauração da “dignidade da função existencial do divertimento”, que seria feita através de um resgate corajoso das experiências individuais. E, os esportes, poderiam fazer essa restauração ao se prestarem ao amadurecimento do ser psicossomático, do “*viver criativo*”, no sentido winnicottiano do termo a ser explorado no capítulo dedicado ao autor.

2.2

A prática esportiva como atividade do “Ócio Criador”

Para Viktor Salis (2008), em sua concepção original, na Grécia do período arcaico, o ócio tinha por finalidade ensinar aos homens a imitar os deuses por uma via de aproximação do que ambos teriam de comum: “o poder criador”. Desta maneira, os homens buscavam através da atividade ociosa, isto é, de uma criação, celebrar a vida, consolidá-la, enriquecê-la e poderiam ainda descobrir os seus talentos para seu benefício e para poder servir à Polis (op.cit. p.23). O ócio, nestes moldes, passa a ser definido por Salis como sendo uma experiência vital relacionada não só ao autoconhecimento e realização pessoal, mas também à vivência de um senso de pertencimento e responsabilidade para com a sociedade. Esta perspectiva resgatada pelo autor vai diretamente de encontro à conotação contemporânea de ócio, cujo sentido mais difundido é de estar “desocupado” ou mesmo referente a um tipo de lazer sem significação ou sentido especial.

Salis nos faz lembrar que o que estava em jogo neste tipo de atividade ociosa era o “aprimoramento da arte de ser verdadeiro, de ter a coragem de ser e revelar-se, procurando evoluir a partir disso” (op.cit. p.15). E, por esta razão, ele trabalha com a ideia de que a chave para a experiência do ócio criador está na capacidade do indivíduo cultivar seu tempo livre e transformá-lo em um momento não de consumo desvairado, mas de criação; um momento de descoberta dos

talentos, quer dizer, de desvelamento dos tesouros do espírito. É somente encontrando as possibilidades do ser que o indivíduo terá muito para oferecer e para receber do mundo.

Prat (2008, p.179) nos lembra ainda de que na antiguidade, os gregos propunham o descanso, o esporte ou a contemplação como atividades que incidiam positivamente na saúde e ajudavam a recuperá-la, sendo consideradas atividades de ócio já que elas poderiam contribuir para a melhor realização dos potenciais. O objetivo era, através do exercício dessas atividades, construir o “homem obra de arte” no que tange a sua excelência enquanto ser humano integral, o que não pode ser confundido com fazer dele um narcisista, já que a motivação para o aperfeiçoamento de si era proveniente tanto da satisfação das realizações individuais, quanto da necessidade, e o sentimento de dever, de contribuir com seus talentos para a sociedade e a proteção desta. Por outras palavras, a satisfação não era encapsulada dentro do próprio ego, mas expandida para o mundo, mostrando claramente que o desenvolvimento pleno das potencialidades do indivíduo, sob essa ótica, estava comprometido com os valores humanistas, ou seja, indissociável do seu contexto, incluindo-se aí o mundo cultural e o mundo natural (Cabeza, 2008 p.7).

Ainda nos é pontuado por Salis (2008) que na sociedade “mítico-erótica” grega, o divino se expressava em todas as coisas, plantas, mares, rios, bichos, etc, e a paixão pela vida ocupava um primeiro lugar. A consequência prática dessa visão era de que “o divino, estando onipresente, exigia um respeito por parte do homem para todas as formas de existência” e uma glorificação da vida, o que dava aos mitos um papel de suma importância, pois eles serviam como uma forma de impor limites aos possíveis excessos cometidos pelos homens e à criação de uma consciência onde a natureza deveria ser respeitada e glorificada (pp.12-13).

Em face disso, o indivíduo devia conciliar, através de criações originais, as aspirações pessoais com as exigências da vida em sociedade e as responsabilidades correspondentes em cada contexto, evidenciando, assim, uma sensibilidade que o impedia de dissociar a sua experiência do contexto no qual estava inserido. Sensibilidade esta que não poderia estar de fora também das atividades de ócio, pois ela era um ingrediente essencial na criação de uma significação da atividade vivenciada; no comprometimento com a preservação das

riquezas naturais, humanas e culturais, e, sobretudo, no modo apaixonado de viver. Isto é, eles não desperdiçavam seu tempo livre em vão.

Até porque, para os gregos daquela época, a vivência do ócio não significava passividade, mas, ao contrário, era aquele defendido por Platão e Aristóteles unido ao esforço e ao exercício da liberdade, qualidades expressas, dentre outras maneiras, na expressão artística e no “corpo livre” para participar dos jogos e da guerra (Cabeza, op. cit pg 38). A prática de atividades físicas, do atletismo, por exemplo, exigia grande preparação, mas tinha seu sentido, pois visava manter boas condições físicas através das quais os jovens alcançavam um equilíbrio –“*mens sana in corpore sano*”– máxima norteadora da *Paidéia*, o ideal de educação integral voltado para a *Areté* – a excelência no sentido mais amplo.

O homem livre devia ter energia suficiente para impor a si os esforços que não era obrigado a fazer. Só então era livre. Isto explica o fato de os gregos empregarem seu ócio tanto em cansativos exercícios físicos como mentais, pois ambos colaboravam com o exercício da liberdade (Cabeza, 2008, p.38)

Vale lembrarmos ainda, de acordo com Rúbio (2001), que parte da formação do cidadão grego residia no processo de purificação do espírito, vigente na ideia de que não era possível a perfeição sem a beleza do corpo. Não por acaso, o esporte, a prática de a ginástica ser considerada um dos três pilares da educação da criança jovem, juntamente com as letras e a música. A atividade física para os gregos, portanto, era uma “obrigação moral”, tendo em vista ser responsável pela formação do corpo e dirigida a conseguir os ideais de excelência almejados, o que significava perseguir os objetivos físicos, espirituais e morais. O homem era visto como um conjunto no qual corpo e mente não podiam estar dissociados e, assim, a ginástica tinha que estar necessariamente vinculada a uma cultura moral. A autora faz um rico resumo sobre este papel da formação física:

O descuido dessa obrigação era uma vergonha, segundo Sócrates. O valor da ginástica era apreciado pela capacidade intelectual que preferia comunicar. Segundo Platão, em *Timeo: O mais parecido com a agilidade mental é a agilidade corporal*, e justamente aqueles que precisassem solucionar graves problemas de pensamento, deveriam praticar ao mesmo tempo a ginástica; sempre exercitando conjuntamente o corpo e a alma, e nunca um sem o outro. Segundo essa doutrina, o efeito formativo dos exercícios era visto pelos gregos na resistência à dor, no desenvolvimento da sensatez, assim como na formação de um grande sentido de honra, sobretudo, a generosidade considerada a coroa das demais virtudes. Apenas o homem fisicamente completo era considerado portador da força e superioridade necessárias para enfrentar os revezes da vida. (Rubio, 2000, p.115)

É curioso que já na Antiguidade grega havia uma crítica àqueles atletas que diante de tanta especialização perdiam a conexão com a vida e a dimensão da existência, apesar dos músculos vigorosos. A força sem cultura não tinha valor, pois os exercícios físicos jamais poderiam estar separados do exercício das virtudes. Frente a isso, Rúbio chama a atenção para o fato de certos pensadores da época escreverem sobre a saúde de alguns atletas ficar mais vulnerável, e suscetível a algum tipo de transtorno, quando a prática do esporte era apenas para competir e ganhar. Apesar de a competição ser uma qualidade vital, valorizada pelos gregos por servir ao rendimento, a um refinamento do espírito criador, ela também pode se tornar prejudicial quando direcionada exclusivamente para o resultado, a vitória. Neste sentido, podemos pensar que os sujeitos de elite cuja atividade de treinamento era destinada à preparação para os Jogos Olímpicos e à busca de prestígio que proporcionavam ao vencedor – uma coroa de louros, glória, honras políticas, isenção de impostos, pensão vitalícia, escravos, entre outras regalias– ficassem mais suscetíveis a este mal.

Para o grego, a dignidade e o valor de uma competição não residiam nos resultados. O fator determinante era o brilho e ardor que penetrava nos corpos e espíritos durante o jogo das possibilidades, dominando o instante supremo. (Rúbio, 2001, p.120)

Aproveitamos estas ideias a respeito da prática de esportes na Grécia antiga para reforçarmos o importante papel que este tipo de atividade pode desempenhar quando praticada dentro de um contexto que considere a saúde do indivíduo enquanto um conjunto integral de corpo, mente e espírito na sua mais alta excelência. Neste sentido, o esporte contextualizado como atividade a serviço do ócio está sempre associado ao exercício das virtudes e do compromisso com a pólis.

Partindo dessas premissas teóricas, Cabeza (2008, p.6) pontua a grande diferença hoje em dia, entre o que ele identifica como sendo o “ócio humanista”, tal qual preconizado pelos gregos – uma experiência que ajuda o indivíduo a identificar-se, a comprometer-se e a exercer seus direitos e deveres afirmando sua dignidade como pessoa –, e o “ócio consumista”. Este último descrito pelo autor como dominante em nossa sociedade, um “entretenimento lúdico e superficial”, “predominantemente passivo”. Uma experiência pela metade, pois nela existe uma separação radical entre os que produzem a experiência dos que a aproveitam, ou

ainda, “uma separação radical entre o esforço dos cinco dias de trabalho e a busca frenética de diversão nos finais de semana” (op.cit, p.37).

Essa dissociação, segundo Cabeza, levaria ao triunfo dos valores hedonistas e ao favorecimento das atividades planejadas, entretenimentos sociais com um interesse empresarial e comercial; um divertimento consumista, onde o lazer apresenta-se sem uma significação ou sentido especial, mas como pura descarga de excesso de tensão e busca de prazer desvairado. Um tipo de exercício do ócio muito distante da função outrora atribuída a ele e sinalizada por Sêneca: de atuar como um alimento restaurador da alma; de renovação da energia; o intervalo necessário para a continuidade da fertilidade dos campos; do descanso, citando até mesmo o papel dos exercícios físicos, do divertimento na recuperação de esforços demasiados que levam a mente ao esgotamento (2009, p.84).

Trazendo esta questão para os dias de hoje, Cabeza mais uma vez nos diz, que atualmente o termo “ócio” tem ganhado um prestígio na Europa sendo relacionado, dentre outros aspectos, com a “vitalidade e vivência de experiências autênticas” (op.cit, p.35). Isso nos permite fazer coro à valorização do termo em seu conceito original, englobando nele o aspecto do divertimento no qual as ações são realizadas por elas mesmas, sem estarem subordinadas a outro fim, a interesses financeiros, mas somente àqueles propósitos de enriquecimento da alma, o que inclui sempre, o contexto cultural e natural no qual ela, a atividade ociosa, está inserida. Visão sintônica que propomos nesta pesquisa acerca das atividades esportivas livres poderem se prestar ao exercício do ócio naquilo que tange sua forma elevada de cultivo da criatividade – da arte de ser.

2.3 A singularização criativa

Nesta mesma linha, Bittencourt (2005) também faz um resgate dos ensinamentos preconizados na Grécia arcaica, no seu caso, da mitologia, para ilustrar a possibilidade de uma singularização da experiência subjetiva na contemporaneidade. Para isto, ela usa como referência o deus *Chronos*, tempo sequencial e devorador de todas as criaturas submetidas à finitude da vida, e *Kairós*, tempo subjetivo da experiência do fluir da vida, experimentada como

energia vital espontânea. Ou seja, enquanto *Chronos* é a duração de um movimento objetivado, uma criação artificial que quantifica a passagem do tempo, *Kairos* é o tempo potencial e singular da experiência subjetiva, o tempo mágico da criação e do afeto. É por esta razão que ela sugere o resgate da vivência de *Kairós*, pois ele poderia ser uma forma de responder às pressões da vida contemporânea, cuja tendência é a de reduzir o tempo às atividades alienantes da produção e/ou do consumo. Sua ideia, assim, é a de que o indivíduo deveria conhecer o “tempo de viver”, caracterizado como o tempo da experiência da autenticidade e favorável para a criação de significado para a vida. Mas onde o indivíduo, hoje, poderia viver este tempo oportuno da criação?

Não temos dúvidas de que existem vários palcos onde o indivíduo pode romper com as tendências dominantes que fazem das experiências de si e do mundo um consumo e produção de bens e imagens superficiais, mas demos destaque aos esportes em sua prática livre como um bom exemplo para a criação de um sentido existencial mais profundo, pois há muito tempo eles são utilizados como um aliado valioso no projeto de amadurecimento. O resgate do conceito de ócio criador nos permite ecoar um discurso ligado à prática esportiva no qual a experiência de ser é preponderante em relação ao aparecer. Onde o tempo livre dedicado ao lazer não é um desperdício em não fazer nada, nem tampouco uma forma de produção de distinção social ou mesmo de divertimento consumista, mas um tempo de viver *kairós* e a magia da vitalidade desdobrando-se em criações espontâneas.

Longe dos holofotes, das medalhas, das fotos de narciso curtidas do instagram e facebook, dos ganhos secundários que um corpo esbelto pode trazer, o romancista japonês Haruki Murakami escreve sobre sua experiência com a corrida: “correr é tanto um exercício como uma metáfora”. O que está em jogo para ele é o autoconhecimento, a apuração de si mesmo sem fins competitivos e sem espelhos (Murakami, 2007, p. 16).

Mesmo que não consiga fazer o tempo que esperava, contanto que tenha o sentimento de satisfação de ter feito o seu melhor – e, possivelmente, ter feito alguma descoberta significativa sobre si mesmo no processo – então isso é uma realização em si, um sentimento positivo que ele pode levar consigo para a corrida seguinte.

Existem, neste processo de descoberta significativa, no encontro com algo novo e verdadeiro, aspectos que são de crucial importância para sua realização, e, dentre eles, destacamos a espontaneidade e a criatividade. Ambas são qualidades que possuem um papel direto não só na metaforização da ordem dominante, na singularização subjetiva, mas, sobretudo, na vivência de um projeto de saúde que contemple a abertura para as diferenças e particularidades de cada sujeito; para um enfrentamento dos conflitos internos e a valorização dos sentimentos íntimos; para a realização de nossas visões pessoais. Em suma, elas entram neste projeto como ferramentas aliadas ao novo, às mudanças, ao não conformismo, pois vão diretamente de encontro a uma adaptação excessiva às crenças e padrões generalizados da sociedade, e que por serem rígidos, não contemplam as idiossincrasias do ser. É por isso que, quando o objetivo do indivíduo passa a ser o reconhecimento do grupo, o sucesso no mundo externo, algo de autêntico é sacrificado – do mundo interno- e notamos, muitas vezes, uma perda do apetite pela vida, de nossa força vital.

Não é à toa que Adam Phillips buscou, em seu livro “Louco para ser normal” (2008), refletir sobre o conceito de sanidade e a partir disto fazer uma distinção entre dois tipos: “o superficialmente e o profundamente são”. O primeiro é identificado como uma “caricatura da normalidade”, sendo representada por aquela pessoa que é “absolutamente sensata, séria, atenciosa e equilibrada”; que acomoda seus desejos às necessidades dos outros em nome da perfeita adaptação; que vive “em manifesta harmonia consigo mesmo e com os outros a ponto de não ter nenhuma vida especial” (pp142-143). Isto, a seu ver, faz com que a sanidade passe a significar uma vida sem conflito, de relativa paz, uma vida sem maldades ou cobiça, esvaziando justamente a dimensão de paixão marcada pelas ambiguidades do ser e a tensão de nossa potência vital.

Contra-pondo-se a este tipo, o “profundamente são” é descrito pelo autor como aquele sujeito provido da coragem necessária para viver a sua turbulência interna – de manter a conexão com os sentimentos e as experiências que mais importam para ele -, preservando, assim, seu apetite pela vida. A sanidade, neste caso, não se esquia da dimensão humana dos conflitos, mas, ao contrário, vê nela o combustível para a criação de algo autêntico, de si mesmo.

Os superficialmente são são ligeiramente cômicos, ao passo que os profundamente são se assemelham mais a heróis trágicos que sobreviveram às

provações. Os superficialmente são tendem a nos convencer de que são os produtos de nosso ambiente, afirmando que se dermos às pessoas a criação e a educação certas nós as tornaremos bem ajustadas. Os profundamente são, por outro lado, nos dizem que somos sempre mais que nossos ambientes; que há alguma coisa dentro de nós – que excede o mundo que encontramos, e à qual devemos prestar a mais séria atenção, porque ela nos conduz, de uma maneira ou de outra, para o que somos ou seremos. O que pensamos que a sanidade é, em outras palavras, depende de como descrevemos o que está dentro de nós, de como descrevemos aquilo de que somos feitos. (Phillips, A. 2008, p.143)

A partir desta descrição de Phillips a respeito do “profundamente são”, podemos fazer uma correspondência direta com o que foi dito por Murakami em sua citação acerca de descobrir coisas a seu respeito enquanto corre. A prática física, circunscrita desta maneira, não é somente um exercício para manter a saúde do corpo físico e o bem-estar que ela traz consigo, mas também uma experiência capaz de proporcionar ao sujeito o enfrentamento de sua turbulência; a expressão daquilo que existe de verdadeiro dentro de si e, ainda, a realização de seus potenciais no compasso de suas próprias necessidades e desejos. Quer dizer, uma verdadeira experiência do *mens sana in corpore sano*.

Fica evidente, assim, a afinidade entre os conceitos, de “*profundamente são*”, *Kairós* e *Ócio Criador* naquilo que se refere ao uso da prática esportiva como dimensão propícia para a singularização criativa. Com efeito, chegamos ao ponto onde é possível afirmar que existem pessoas no mundo de hoje capazes de não se submeterem à ordem dominante e de preservarem a força vital de suas naturezas. E tal fato desperta-nos interesse de compreender quais seriam as condições subjetivas de base que permitiriam a certos indivíduos serem capazes de transpassar essa grande tsunami de consumo, onde até mesmo as diferenças são industrialmente produzidas, e preservarem a sua autenticidade, resistirem ao movimento de adaptação excessiva aos padrões e estímulos externos, e, assim, poderem ter o sentimento de originalidade em suas experiências.

Acreditamos que o mergulho nas origens primordiais da constituição subjetiva do sujeito – com destaque para a importância do corpo, sensorialidade, motricidade, elaborações imaginativas e transicionalidade – podem nos sinalizar alguns atalhos que justifiquem, para além do acento sobre o narcisismo e suas formas de espetacularização, o papel da prática esportiva como um recurso valioso no processo de singularização criativa. Ou seja, a prática esportiva como um aliado do indivíduo na criação da força e coragem necessárias para ser quem se é no mundo em que vivemos

3**D.W.Winnicott: experiência vital e seus sentidos**

Chegamos ao infinito particular da alma humana. E para nos orientar nesta infinitude, buscamos a teoria do amadurecimento emocional de D.W.Winnicott que nos serve como uma bússola e nos direciona por um caminho onde a subjetividade é constituída, desde sua origem, a partir de um encontro do indivíduo com o ambiente, ressaltando não só o entrelaçamento entre eles, mas dando sempre destaque ao papel das experiências motoras, sensoriais, afetivas e das elaborações imaginativas tanto na constituição do *self* – de uma unidade psicossomática–, mas também na produção de sentido para a própria vida.

Se até aqui vimos por uma perspectiva de cunho mais sociológico as dificuldades de manter uma genuína singularidade de ser no mundo da cultura de massa, Winnicott é um daqueles que, como Certeau, acreditam na força do indivíduo para realizar suas ações criativamente no mundo, isto é, de ser capaz de fazer adaptações em seu modo de ser para cumprir determinadas exigências da sociedade, mas sem que estas mesmas concessões sejam tão demasiadas a ponto de suas ações perderem o sentido para si.

Em face disso, julgamos que a exploração dos processos primordiais do desenvolvimento emocional nos serve de ilustração a respeito do papel que determinados tipos de experiências na maturidade desempenham na construção de um *viver criativo*. E para nós a razão está em uma aposta simples: as experiências de autenticidade do ser, independente de ontem, hoje ou amanhã, remetem sempre ao mesmo sentimento de real existência proveniente do encontro das ações de nosso corpo com o mundo. O movimento espontâneo, por sinal, é um dos alicerces do verdadeiro *self* que está constantemente em busca de realizar um projeto de vida significativo, onde seu amadurecimento esteja comprometido não somente com a personalização das aparências, mas com a experiência integral que é ao mesmo tempo corpo, afeto, pensamento, e indissolúvel do seu contexto.

Esta perspectiva nos permite ainda refletir sobre aqueles que não se deixam simplesmente levar pelas ondas da cultura de massa, mas que usam sua inventividade para construir barcos e seguir velejando por seus próprios rumos sobre este mar de consumo, imagens e artificialidades. Poderia a prática esportiva

“livre” ser um desses barcos que nos permite deslizar sobre as ondas e não ser arrastado por elas?

3.1 Experiência Pessoal e Saúde

A experiência é um tráfegar constante na ilusão, uma repetida procura da integração entre a criatividade e aquilo que o mundo tem a oferecer. A experiência é uma conquista da maturidade do ego, para a qual o ambiente fornece um ingrediente essencial. Não é, de modo algum, alcançada sempre.

Winnicott, 2005 [1987], p.53

Ao ler a obra de Winnicott, identificamos como seu objeto de estudo a matéria existencial humana encarnada e uma teoria que parece engendrar-se num território misto de corpo e sentido. Para o analista inglês, o indivíduo deve ser compreendido na dimensão experiencial com o mundo, onde a espontaneidade de seus gestos e sua criatividade são expressões de uma unidade psicossomática, isto é, de um organismo vivo carregado de impulsos, sensações, afetos, pensamentos e fantasias. Não nos surpreende, desta forma, quando vemos ressaltar na obra winnicottiana uma busca pela autenticidade da experiência de ser, compreendida por ele como sendo indissolúvel de um contato sensível com o ambiente, ou melhor, de inúmeras oportunidades de intercâmbio entre o mundo interno e o mundo externo, e onde cada um enriquece o outro (Winnicott, 1990, p.98).

Este enriquecimento, por sua vez, é diretamente atrelado à concepção winnicottiana de saúde cujo sentido está para além de qualquer definição organicista; ela pode começar por aquele indivíduo que tenha um corpo livre de doenças físicas, com um bom funcionamento dos órgãos e funções, não perturbado pelas emoções, mas não pode ser resumida a isso, pois a saúde, o sentir-se vivo, deve abranger uma dimensão de significado e sentido para a vida, o que inclui a própria expressão da vitalidade nos movimentos, a espontaneidade dos gestos e a criatividade do ser. Aqui vale fazermos referência à *capacidade de brincar* explorada por Winnicott (1975), pois ela diz respeito à possibilidade de habitar o que ele denominou de *área intermediária de experimentação (espaço potencial)* e entregar-se aí a uma experiência altamente satisfatória que é o protótipo do *viver criativo* – da liberdade de transitar continuamente pelos mundos interno e externo, estabelecendo relações com o mundo objetivamente percebido

sem muito sacrifício da sua espontaneidade pessoal (Dias, 2003, p. 85).

Trata-se de uma área que não é disputada porque nenhuma reivindicação é feita em seu nome, exceto que ela exista como um lugar de repouso para o indivíduo empenhado na perpétua tarefa humana de manter as realidades interna e externa separadas, ainda que inter-relacionadas. (Winnicott, 1975, p.15)

3.2

O conceito de experiência em Winnicott

O bebê já é um ser humano desde o início da vida ultraterina, e isto se define pela sua capacidade inata de fazer experiências. Apesar de inata, essa capacidade precisa ser exercida, tornada real e integrada à personalidade, e isto só se realiza se, no decorrer dos estágios iniciais, o bebê for provido de cuidados facilitadores, caso contrário a capacidade fenece ou paralisa. A capacidade para a experiência é, portanto, uma aquisição do amadurecimento, que depende de um elemento imponderável: a facilitação ambiental. Deste modo, pode ocorrer de ela não ser alcançada. (Dias, 2003, pp.124)

Mas o que Winnicott entende como experiência? Elsa Dias (2003) nos indica dois pontos importantes para respondermos a esta pergunta. Em primeiro lugar, diz que o que é experiência varia conforme o momento do amadurecimento, pois o que vai ser considerado uma experiência no estágio inicial, onde ainda não existe uma unidade psicossomática, uma integração no tempo e espaço, é diferente de quando o indivíduo já conquistou essas tarefas básicas. Um segundo ponto que a autora chama-nos a atenção está no fato de ela conceber, a partir de sua própria leitura da obra winnicottiana, que o conceito de “experiência” e o “sentimento de real” “estão mutuamente imbricados”, pois só poderiam ser considerados uma experiência, tanto um estado de ser, uma fantasia, um sonho ou mesmo um acontecimento, se eles fossem igualmente sentidos como reais (Dias, 2003, p.123).

Sobre este aspecto do real, Dias nos lembra de que a forma com que o analista inglês se utiliza deste conceito nada tem a ver com “a realidade externa, no sentido de realidade que é representável, perceptível, visualizável e dizível”. Para Winnicott, o chamado princípio de realidade de Freud é concebido como “o fato da existência do mundo, independentemente de o bebê tê-lo criado ou não”, tornando-se desta maneira um inimigo para a espontaneidade, a criatividade e o sentimento de real. Isto é, a experiência para acontecer deve ser capaz de gerar no indivíduo o sentimento de que ele faz parte da construção do que está sendo

vivenciado, de que ele não é um observador somente dos fatos e objetos da realidade externa, mas capaz de criar e receber aquilo que o mundo lhe tem para oferecer.

E para que este tipo de experiência aconteça é necessário, como veremos mais detalhadamente no prosseguimento desta pesquisa, que no início da vida do bebê – ainda imaturo, sem consciência de si e do mundo e absolutamente dependente dos cuidados ambientais –, ele seja capaz de habitar em um mundo subjetivo regido pela “ilusão de onipotência”. Esta forma de ilusão, por sua vez, funciona como uma base sobre a qual ele, o bebê, pode “simplesmente ser” e viver pautado pelo próprio ritmo e imaginar que tudo o que ocorre é derivado de seus gestos espontâneos. Podemos dizer, assim, que na ausência de uma maturidade egoica que será conquistada numa fase posterior, fica a cargo do ambiente garantir as condições para que a experiência aconteça. Isto é, promover que os cuidados adequados possibilitem ao bebê viver sob uma atmosfera de ilusão, onde não existirão interrupções entre o seu gesto espontâneo e a satisfação de suas necessidades e toda experiência passa a ser a experiência da continuidade do seu ser.

Foram estas ideias iniciais que nos levaram a pensar da seguinte forma: se Winnicott sublinha o quanto a saúde está vinculada ao *viver criativo*, ou seja, à capacidade de ter experiências altamente satisfatórias, e que a própria capacidade para a experiência é uma conquista da maturidade do ego a ser alcançada, é importante para nós percorrermos os estágios iniciais do desenvolvimento emocional onde são constituídas as bases da personalidade, porque são elas as responsáveis por assegurar que o indivíduo seja capaz de experienciar o mundo e a si mesmo de forma espontânea e criativa. No caso ainda desta pesquisa, onde as experiências destacadas para exemplificação são circunscritas a um âmbito esportivo livre, focamos a nossa atenção na teoria winnicottiana sobre as origens do *self*, especialmente no processo de *personalização*, pois compreendemos que o papel das *elaborações imaginativas* junto à integração da unidade psicossoma é crucial para o que queremos explorar.

Esses assuntos que também dizem respeito ao desenvolvimento emocional muito primitivo não são fenômenos de interesse apenas teórico. Eles são e continuarão a ser a tarefa básica de cada ser humano pela sua vida a fora. As tarefas permanecem as mesmas, mas, à medida que o ser [humano] cresce e se desenvolve, torna-se cada vez mais individual, engajado na verdadeira luta que é a vida. (Winnicott, 1990, pp.103)

Mas o que nos motiva estar “engajado na verdadeira luta que é a vida”? Sob a perspectiva de Winnicott podemos dizer que são justamente as experiências que nos fazem sentir vivos; que nossas criações, nossos gestos possuem significado próprio e dão sentido para a nossa existência. Notamos o quão este tipo de experiência de que o psicanalista nos fala está imbricado em uma mistura de sentimento, ação, pensamento, não podendo ser pensado em termos puramente físicos ou cognitivos, motores, afetivos e etc. E a razão disto está no fato de, no campo do viver criativo, existir um indivíduo, isto é, uma unidade psicossomática, que respira, se move, sente, fantasia, pensa. É esta dimensão encarnada de profundos significados, ou de “dação de sentido” como nos descreve Loparic (2000) que buscaremos ressaltar, pois acreditamos ser ela a matéria que alimenta a força vital do indivíduo e a vontade de contribuir com seus gestos para o mundo coletivo em que vive.

3.3 Tendência à integração e cuidados ambientais

Na formulação de uma teoria psicológica é muito fácil considerar a integração como garantida, mas no estudo dos estados iniciais do desenvolvimento individual humano é necessário pensá-la como algo a ser alcançado. Não há dúvida de que existe uma tendência biológica em direção à integração, mas os estudos psicológicos da natureza humana jamais serão satisfatórios se se basearem excessivamente nos aspectos biológicos do crescimento. (Winnicott, 1990. p.136)

Nos primórdios do processo maturacional, para D.W.Winnicott, o ser humano encontra-se num estado de não integração subjetiva, ou seja, os sentidos de realidade interna e externa ainda não foram construídos, e ele (o bebê) vive em um mundo subjetivo que não é nem dentro e nem fora, sem qualquer consciência de si, da sua dependência, e ausente de uma percepção de globalidade tanto no espaço quanto no tempo. Sendo assim, para que o indivíduo seja dotado de uma personalidade total, capaz de sentir e reconhecer a si mesmo como um *self* separado e relacionado com os outros objetos do mundo é necessário que três processos fundamentais sejam consolidados: a integração, a personalização e, em

seguida a estes, a realização que consiste na apreciação do tempo e do espaço e de outros aspectos da realidade (Winnicott, [1958] 2000 pp. 222-223).

Na verdade, esses processos são aquisições do ser humano nunca de todo completadas, acompanhando nosso desenvolvimento por toda vida, mas que, desde o início, dependem da interação de dois fatores: a tendência inata à integração, concebida como os aspectos biológicos do crescimento, e a existência contínua de um ambiente facilitador, sobretudo os cuidados maternos, que justamente têm a função de facilitar a realização desta tendência, tendo em vista que ela não é uma determinação que se conclui de forma automática com o passar do tempo.

A respeito deste último fator, ambiental, seu papel ocupa um lugar de destaque na teoria do desenvolvimento emocional winnicottiana, pois, compreende-se que a condição de extrema dependência física e emocional do bebê demanda a presença de uma pessoa que seja responsável por se adaptar de forma ativa e sensível às suas necessidades, por satisfazê-las. E, apesar da função ambiental não ser de posse exclusiva da mãe biológica, Winnicott diz ser ela a pessoa mais apropriada para esse desempenho, pois sua capacidade não estaria baseada no conhecimento formal, mas em uma condição emocional adquirida na medida em que a sua gravidez avança, e depois perdida à proporção que a criança se desenvolve e se afasta (Winnicott, 2011, p.3).

Para este estado maternal, Winnicott deu o nome de “preocupação materna primária,” que, em linhas gerais, corresponde a uma identificação inicial da mãe com seu bebê, ao ser impulsionada por lembranças inconscientes dos cuidados maternos que recebeu outrora. Aos poucos, depois de algumas semanas, a função ambiental compreendida aqui como a totalidade dos cuidados maternos, vai se adaptando às novas necessidades que surgem do bebê, e respondendo pelo conceito de *mãe suficientemente boa*.

Dentre uma das funções desta mãe destacada por Winnicott está o *holding*, caracterizado por prover uma sustentação física e psicológica ao bebê, já que ele sozinho ainda não é capaz de satisfazer as suas necessidades e nem de suportar a tensão que elas provocam. Por meio de um relacionamento amoroso e ativo, a mãe cria um ambiente *suficientemente bom* para seu filho, livre de tensões, funcionando para ele como um filtro das tensões instintivas, ou mesmo, de estímulos sensoriais muito fortes, tais como, excesso de luz, calor, som. Ao

oferecer um colo firme e seguro, no qual o bebê sintá-se protegido de choques e quedas, acolhido para dormir, nutrir-se, relaxar, brincar, a mãe permite que seu filho se torne o centro dos seus cuidados e a continuação do seu ser. O *holding*, em última instância, é o que fornece ao bebê o suporte egoico necessário para a integração das experiências, pois quando elas são vivenciadas repetidamente, com base numa relação viva e pessoal, não rígida, geram estabilidade e fazem com que o bebê construa o sentimento de confiabilidade frente ao ambiente e, ainda, o desenvolvimento do sentimento de Eu Sou.

3.4

Integração pela via da experiência dos estados tranquilos e excitados

Enquanto os estados tranquilos são mais claramente a ocasião para as tarefas de integração, no tempo e no espaço, e de alojamento da psique no corpo, os estados excitados são mais diretamente relacionados com o início do estabelecimento do contato com a realidade – ao mamar e agarrar objetos–, além de serem o momento privilegiado para observar as raízes da agressividade. (Dias, 2003, p. 174)

No início, o bebê vive estados e sentimentos desconexos devido à ausência de um ego ainda que rudimentar; os diferentes aspectos que vão ser integrados à pessoa inteira que ele será estão ainda espalhados e desconectados, podendo dizer-se que o bebê neste começo é uma mera coleção de fenômenos sensório-motores que precisam do ambiente para os reunir e conferir-lhe uma unidade (Winnicott, 1965, p.175). Em razão desta condição de não integração, o *self*, para ser constituído, demanda uma repetição contínua de pequenas experiências unificadoras que fazem com que o estado integrado se torne cada vez mais estável, de tal modo que o bebê caminha na direção de integrar-se de fato em uma unidade. Essas experiências, por sua vez, estão diretamente relacionadas a dois estados do bebê que se alternam permanentemente, durante todo o processo de integração, e que sofrem influência tanto de fatores externos (cuidados ambientais) quanto de fatores internos (tensões instintuais e motilidade). São eles os estados *tranquilos* (de repouso) e os *excitados* (de atividade).

Vejamos. O bebê se encontra em um estado de tranquilidade, ou seja, de descanso, livre de tensões, e isto só acontece porque existe alguém, uma mãe

suficientemente boa, que cuida dele, satisfaz suas necessidades prontamente e o protege de qualquer estímulo externo que possa ser visto como uma intrusão e interrompa a sua experiência de continuidade do ser. O *holding* é o que sustenta esta situação de isolamento do bebê no tempo e no espaço, o resguardando de qualquer tipo de pressão ambiental, transmitindo segurança e permitindo a ele confiar no colo a ponto de poder estar em pedaços, sem o sentimento de fragmentação – de ele ficar no estado não integrado e usufruir desta experiência.

Ele se entrega à “contemplação”, elaborando imaginativamente os estados fisiológicos da digestão, ou envolvido pelos ruídos, cheiros e movimentos do ambiente. Se a mãe o tem no colo, ele olha longamente para ela, que lhe fala ou canta uma canção, ou se recolhe em isolamento para um lugar ao qual ela não tem acesso, ou dorme. A mãe permanece lá, *sustentando a situação no tempo*, aguardando que o bebê retome uma busca qualquer: quando ele desperta e faz um gesto de comunicação, lá está ela, apresentando-lhe um fragmento de mundo ou um manejo que confirma, para ele, que o mundo continua presente e vivo. (Dias, 2003, p, 191)

Entretanto, esta tranquilidade é interrompida quando uma onda instintual ou mesmo um impulso-motor afeta o corpo do bebê e o retira do estado de repouso. Aqui vale fazermos uma observação. Neste início, pela imaturidade do bebê e sua incapacidade de saber se os impulsos instintuais são internos ou externos, sem saber que eles lhe dizem respeito, Winnicott se refere a eles como excitações ou tensões instintuais, reservando a experiência de satisfação instintual como tal somente a um momento posterior da vida da criança – quando ela é capaz de viver essa experiência no interior de uma experiência global de encontro com a mãe ou substitutos. Ou seja, quando ela se torna capaz de reconhecer a sua existência separada e independente dos objetos externos, assim como de sentir os instintos como sendo impulsos internos, de reconhecer o efeito das ações provocadas por eles nos objetos, e a sua responsabilidade sobre os mesmos.

A experiência que se pode ter, nesta fase mais primitiva do processo de maturação emocional do bebê, é aquela decorrente das tensões instintuais, das excitações que elas provocam e, conseqüentemente, de uma exigência de alívio imediato: de uma ação. No caso de um bebê com fome, por exemplo, pode ser o impulso motor de procurar algo – que ele não sabe o que é– para saciar o seu desconforto, pois o caráter de urgência que toma conta dele gera uma expectativa de satisfação, desdobrando daí um impulso para agir (Dias, 2003, p.175). Isso quer dizer que neste período o bebê ainda não tem consciência do que buscar para diminuir sua necessidade, mas a intensidade desta faz com que ele se atire

impulsivamente ao seio quando a mãe o apresenta. Essa sequência é justamente o que permite ao bebê viver a continuidade da experiência pessoal, quer dizer, dos impulsos e sensações da pele, do erotismo muscular e instinto (Winnicott, 1990.p 144). Nas palavras de Jan Abram (2000):

O bebê vive o sentimento de que é em consequência de seus esforços– o vigoroso sugar– que recebe o leite (a criação do objeto). É este tipo de satisfação que conduz ao sentir-se real (p.75).

Em face disso, essas excitações geradas pelas tensões instintuais não devem ser reduzidas a meras sensações destituídas de valor para o bebê e seu amadurecimento, pois as funções corporais envolvidas nessas excitações e os próprios impulsos motores que delas surgem vão sendo dotados de sentido, através das elaborações imaginativas, o que torna todo o percurso desencadeado pela tensão instintual uma experiência que fortalece o ego e favorece a coesão psicossomática da criança. Isto acontece, é claro, se existir uma mãe que permita durante este período do estado excitado que “a vivacidade do bebê se expresse conjuntamente pela voracidade instintual e pela livre movimentação que acompanha a excitação” (Dias, 2003, p.183). E além deste papel materno de *holding* para assegurar a expressão vital espontânea, Winnicott percebeu também que a mãe ao manejar o corpo do bebê provoca estímulos que dão a este a sensação de ser uno e coeso. Em face disto, o psicanalista destacou outra função materna, a do *handling* que, segundo ele, inclui a técnica pela qual uma pessoa mantém a criança aquecida, a forma como a segura, dá-lhe banho, a faz ninar, e a chama pelo nome. (1958, p. 224).

E da mesma forma que vimos as ondas instintuais servindo de fonte de impulso para o estado de excitação, a motilidade também desempenha esta função, pois é ela quem leva o bebê para a atividade de exercitar a vitalidade dos músculos e tecidos, de se movimentar, de descobrir o mundo por meio do impulso motor, ou melhor, pelo encontro do seu gesto espontâneo com uma oposição do ambiente. Este é um ponto elementar, pois o bebê só consegue colocar em exercício sua força muscular, se existir algo contra o qual ele deve fazer força. Ou seja, a oposição é necessária para dar realidade ao impulso e produzir qualquer experiência satisfatória, já que “o que transforma, gradualmente, a vitalidade do bebê em capacidade para a agressão é o contato com o objeto que resiste e se opõe.” (Dias, 2003, p. 182-3)

Não por acaso, na teoria winnicottiana, os estados excitados estão relacionados com o estabelecimento do contato com a realidade e as raízes da agressividade, pois é a partir do encontro dos movimentos espontâneos carregados de vitalidade (de potencial agressivo) com o ambiente, com os objetos do mundo (oposição), que ele pode ter a experiência de um sentimento de realidade: primeiro de seu próprio impulso; depois, de sua unidade; e, com mais avanço do amadurecimento, de todas as outras unidades separadas que fazem parte da realidade compartilhada.

De uma forma geral, percebemos que na experiência dos estados excitados e tranquilos os breves momentos de integração iniciais são possibilitados pela convergência satisfatória entre a tendência inata – representada pela expressão dos impulsos motores e pelas tensões instintuais – e o cuidado maternal. Que pela provisão de um *holding* capaz de transmitir confiança e acolhimento, o bebê relaxa e vive uma não integração. Que este mesmo suporte materno é quem cria uma espécie de experiência de isolamento do bebê no qual suas funções, sentimentos, sensações vão sendo elaboradas imaginativamente. E, por último, que pelo *handling* do corpo do bebê são promovidas repetidas e silenciosas experiências de ele estar sendo cuidado fisicamente, o que permite a ele, gradativamente, construir a consciência de habitar dentro daquele corpo.

3.5

Personalização: A construção de uma existência psicossomática

Existem o soma e a psique. Existe também um inter-relacionamento de complexidade crescente entre um e outra, e uma organização deste relacionamento proveniente daquilo que chamamos mente. O funcionamento intelectual, assim como a psique, tem sua base somática em certas partes do cérebro. (Winnicott, 1990. p. 29)

Na teoria psicanalítica, geralmente se assume que o ego é um ego corporal, isto é, que a estrutura total da personalidade é construída sobre o funcionamento do corpo e sobre a fantasia que acompanha o funcionamento do corpo. Usei o termo “*imaginative elaboration of function*” para descrever essa teoria da fantasia e da realidade psíquica como sendo, em sua origem, uma elaboração da função. (Winnicott (2005 [1987], p.149)

A natureza humana, na visão de Winnicott, pode ser observada a partir de três aspectos com operações distintas – soma, psique e mente –, só que esta

distinção deve ser considerada como uma artificialidade para fins de estudo, pois seja qual for o fenômeno humano a ser analisado, ele precisa levar em conta a *pessoa total*, isto é, a unidade psicossomática. Esta unidade, por sua vez, é o resultado de um processo de desenvolvimento e entrelaçamento, chamado pelo psicanalista de *personalização*, cujo início acontece logo nos primórdios da vida do bebê e tem como base a atuação tanto de fatores pessoais referentes à vivência das experiências funcionais, quanto do cuidado fornecido pelo ambiente materno.

Durante este processo de *personalização* ocorre um inter-relacionamento complexo da psique e do soma, no qual o bebê pode realizar o seu projeto de habitar o seu próprio corpo; de ter seu *self* nele localizado. Isto nos revela que o corpo, impreterivelmente, está presente na raiz do desenvolvimento, e é a partir dele, de suas experiências do viver físico e elaborações imaginativas das mesmas, que se evolui para uma parceria psicossomática (Phillips, 2006. p.120).

Emergindo do que se poderia chamar de elaboração imaginativa das funções corporais de todos os tipos e do acúmulo de memórias, a psique (especificamente dependente do funcionamento cerebral) liga o passado já vivenciado, o presente e a expectativa de futuro uns aos outros, dá sentido ao sentimento do eu, e justifica nossa percepção de que dentro daquele corpo existe um indivíduo. A psique, desenvolvendo-se desta maneira, torna-se possuidora de uma posição a partir da qual é possível relacionar-se com o ser qualitativamente enriquecido, em condições de ir além daquilo que se pode explicar pelas influências da realidade externa, torna-se algo que é capaz de criar e de perceber a realidade externa, torna-se um ambiente, e capaz não apenas de se adaptar, mas também de se recusar a se adaptar, e de se transformar numa criatura com algo que parece ser capaz de fazer escolhas. (Winnicott, 1990. pp. 46-47)

3.5.1 A psique

A psique na teoria winnicottiana, como bem pontuou Loparic em seu artigo “*O animal humano*” (2000), não deve ser confundida com uma instância psíquica ou mesmo uma substância de natureza inconciliável e separada do corpo, conforme vemos em Descartes e sua *res extensa* e *res cogitans*, mas sim como um *modo de operar* da natureza humana, um funcionamento psíquico que apesar de distinto do funcionamento somático, gradualmente, “tornam-se envolvidos num processo de mútuo inter-relacionamento” (Winnicott, 2000[1958], p.334). Mas que *modo de operar* é este? Winnicott faz uma identificação inicial entre a psique e o que ele chama “*elaboração imaginária (imaginative) dos elementos,*

sentimentos e funções somáticos, ou seja, da vitalidade física” (Ibid., p.333), isto é, uma elaboração do próprio *estar vivo fisicamente*.

Entretanto, Loparic nos chama a atenção para o fato de Winnicott usar em sua obra o conceito de psique com mais de um sentido como se fosse ora a própria “*elaboração imaginativa*” e ora como algo forjado (*forjed*) a partir do “material fornecido pela elaboração imaginativa das funções corporais” (Idem. 1988. p. 52). Contudo, nesta pesquisa, faremos como o comentador que preserva os dois sentidos por ele destacados e, dependendo do contexto, chamamos “de psique quer a própria atividade de elaboração imaginativa quer os seus produtos, obtidos em diferentes fases do amadurecimento pessoal” (Loparic, 2000, p.10).

Ao destacar esta origem da psique com as elaborações imaginativas das funções somáticas, fica impossível concebê-la como um aspecto ‘isolado’ do funcionamento corporal, até porque Winnicott ressalta que “a base da psique é o soma” não tendo, portanto, condição de existir separada do funcionamento fisiológico, em particular, do funcionamento cerebral. A psique está ligada com a própria condição de o *self* existir, tendo em vista que Winnicott diz ser a “tarefa mais importante” dela “a interligação das experiências passadas com as potencialidades, a consciência do momento presente e as expectativas para o futuro” (1990, p.37). Ou seja, a integração do espaço e do tempo sem o qual não conseguimos dar sentido para as nossas vivências transformadas em uma memória.

3.5.2 O soma

Quando Winnicott faz uso do conceito de soma é interessante que tenhamos clara a ideia presente em sua formulação, já que mais do que um corpo físico restrito ao aspecto anatômico ou fisiológico, o soma é o corpo vivo – um composto de experiências corpóreas que vai sendo personalizado à medida que é elaborado imaginativamente pela psique. Fazem parte intrínseca dele a vitalidade do indivíduo como pessoa, a sua capacidade de relaxar, ficar excitado, mamar, digerir, evacuar, ter coordenação motora, de se mover, de respirar, e assim por diante.

Além disso, este corpo vivo possui uma tendência ao crescimento, responsável por direcioná-lo às “novas maneiras de funcionamento e novos tipos de organização dos tecidos e órgãos e do cérebro que possibilitam novos modos de vida,” tais como “aqueles que permitem o surgimento da agressividade enquanto tal, das paixões, da fala e da consciência”. Corpo que tem sua própria temporalidade, “até mesmo *prévia* à elaboração imaginativa”, e que Loparic exemplifica não somente com as “tensões instintuais,” descritas como sendo os “impulsos de natureza biológica que ainda não receberam o formato de instintos”, mas também como os “próprios instintos” que “vão e vêm na vida do bebê ou da criança, e que exigem ação” (2000, p.11).

Assim, ao tomar o soma como “resultados da elaboração imaginativa”, deve-se compreendê-lo como diretamente relacionado às soluções das tarefas do amadurecimento conquistadas pelo indivíduo, desde os resultados das tarefas mais iniciais “(integração no tempo e no espaço, início das relações objetais, embasamento do si mesmo)” até os das mais avançadas “(o uso de objeto, genitalidade, masculinidade, feminilidade)”. E isto se dá em razão de que para Winnicott em todas essas conquistas está presente um ingrediente corpóreo essencial, o que impede de reduzirmos o alcance de uma capacidade, seja ela a de amar, a um processo puramente mental (op.cit, p.12). Em outras palavras, todas as capacidades afetivas e psíquicas conquistadas pelo indivíduo possuem um componente somático como base, o que faz com que seu ponto de partida seja a experiência de um corpo vivo que vai personalizado pelas elaborações imaginativas.

A seguir, ilustramos esta ideia com uma passagem de Winnicott destacada por Loparic e o comentário do filósofo sobre esta, pois apresenta-nos bem este aspecto somático contido nas conquistas do processo de maturação emocional:

“(i) Amor significa existir, respirar; estar vivo identificar-se a ser amado (ii) Amor significa ter apetite. Aqui não há preocupação, apenas necessidade de satisfação (iii) Amor significa ter contato afetivo com a mãe (iv) Amor significa a integração (por parte da criança) do objeto da experiência instintual com a mãe integral do contato afetivo; o dar passa a relacionar-se ao receber, etc. (v) Amor significa afirmar os próprios direitos à mãe, ser compulsivamente voraz, forçar a mãe a compensar as (inevitáveis) privações por que ela é responsável.(vi) Amar significa cuidar da mãe (ou do objeto substituto) como ela cuidou da criança— uma prefiguração da atitude de responsabilidade adulta.” (Winnicott, 2011

[1965], pp. 19-20)

“Em todos esses aspectos, o amor do bebê tem um ingrediente corpóreo essencial. Por essa razão, a capacidade amorosa do bebê não pode ser reduzida ao "desejo" do "objeto", a um apetite meramente mental do "sujeito" humano. O mesmo pode ser dito, por exemplo, das agonias impensáveis. Algumas delas são definidas como "cair para sempre", "cair em pedaços", "perder o contato com a realidade", descrições que revelam, inconfundivelmente, o componente somático dos estados em que se originam as psicoses.” (Loparic, 2000, p.12)

3.5.3

E como se constrói a unidade psicossoma?

Sabemos que a unidade psicossoma se estabelece por meio de um processo de inter-relação, isto é, os funcionamentos somáticos e psíquicos entrelaçam-se formando uma parceria, que por sua vez, não é estabelecida pelo ‘trabalho intelectual’, mas pela ‘fantasia’ concebida na origem como elaboração imaginativa da função física (Loparic, 2000, p.13).

A elaboração imaginativa do funcionamento corporal organiza-se em fantasias, que são qualitativamente determinadas pela localização no corpo, mas que são específicas do indivíduo, por causa da hereditariedade e da experiência. (Winnicott, 1990, p. 69)

É fundamental neste ponto fazer uma ressalva como bem pontua Loparic, pois o sentido do termo ‘fantasia’ utilizado por Winnicott difere do mesmo utilizado na psicanálise clássica de Freud ou mesmo Klein. Para estes autores a estrutura da personalidade seria constituída em cima do funcionamento corpóreo e da fantasia inconsciente que acompanha o funcionamento corpóreo, sendo o termo ‘fantasia’ nesta concepção psicanalítica possuidor do significado de uma “*operação mental*, que se desdobra, desde o início, em *introjeção* e *projeção*”. Contudo, Loparic (op.cit, pp.13-15), nos mostra que Winnicott, apesar de ter-se utilizado da premissa de um ego corpóreo e do papel da ‘fantasia’ em sua constituição, atribui a este recurso uma nova conotação nos primórdios, na qual o aspecto “mental” ainda não está presente, estando a fantasia ligada nesta fase ao “diagrama que o indivíduo tem de si próprio” (Winnicott, 2000 [1958], p. 332). Caberia à fantasia, por exemplo, o papel de organizar as elaborações que vão sendo feitas a respeito do esquema corporal e de seus aspectos temporais (memórias, expectativas, etc) e espaciais (superfície, profundidade, dentro-fora,

etc).

Ocorre-me que eu possa estar usando a palavra "fantasia" de uma maneira que não é familiar a alguns de vocês. Não estou falando do fantasiar ou da fantasia propositada, mas sim pensando na totalidade da realidade psíquica ou pessoal da criança, certa parte dela consciente, mas, a maior parte, inconsciente, e, ainda, incluindo aquilo que não é verbalizado, afigurado ou ouvido de maneira estruturada, por ser primitivo e próximo das raízes quase fisiológicas das quais brota. (Winnicott, 1989a, p. 69n; tr. p. 56).

Nesta passagem fica mais claro o que Winnicott entende como fantasia: “a totalidade da realidade psíquica” sendo “a maior parte inconsciente” e “incluindo aquilo que não é verbalizado [...] por ser primitivo e próximo das raízes quase fisiológicas das quais brota”. Ou seja, a fantasia ou mesmo a elaboração imaginativa são anteriores, em termos de desenvolvimento, ao surgimento dos conceitos de intelecto ou verbalização e participam do processo de “arranjo operacional satisfatório entre a psique e o soma” (Winnicott, 1989a, p. 270; tr. p. 209). É justamente sobre as “raízes fisiológicas” das quais brota este arranjo e da precocidade de seu surgimento em relação às operações de representação, verbalização e simbolizações, em geral, que Loparic (op.cit, p.16) aproveita para trabalhar o sentido “*gestual* ou *comportamental*” do “*modo originário de operar da psique humana*”. Ou seja, ele busca desvelar o trabalho das elaborações imaginativas frente aos gestos, introduzindo assim uma discussão de grande valor: a “*Dação de sentido*” dessas operações e sua relação com a criatividade.

3.5.4

A elaboração imaginativa como “Dação de sentido” segundo Loparic

Mesmo sem se inscrever na dimensão representacional ou simbólica da natureza humana, a elaboração imaginativa originária é essencialmente relacionada ao sentido. Na origem, a fantasia não é, de modo algum, a fantasia da origem, mas - essa é a tese que gostaria de propor - a dação do sentido (*Sinngebung*) aos movimentos do corpo. (Loparic, 2000)

Com objetivo de explorar este campo não verbal dos sentidos originários da experiência psicossomática, Loparic (2000) parte da ideia de Winnicott de que desde a vida intrauterina os movimentos do corpo e até mesmo a quietude são providas de significação (Winnicott, 1990, pp.38-9) e nos propõe uma forma interessante de analisar este tipo de experiência, mantendo-se dentro do escopo

teórico referido. Segundo o autor, existe uma transfiguração dos movimentos do corpo em gestualidade e este processo é o resultado do que ele chama de “dação de sentido” pela elaboração imaginativa. O gesto, diferentemente de uma simples ação do corpo, deveria ser visto como um “agrupamento sensório-motor que exprime o impulso espontâneo”, e Loparic (2000, pp.17-18) lembra-nos de que o conceito de “verdadeiro *self*” winnicottiano é ligado ao “gesto espontâneo”, o que faz com que este possa “indicar a existência de um potencial si mesmo verdadeiro”.

Desta maneira, é justamente porque a elaboração imaginativa serve como recurso de “dação de sentido” desde os primórdios, período no qual o indivíduo ainda não possui os recursos simbólicos (de representação), que se credita a ela o acréscimo do significado aos movimentos do corpo. Loparic aprofunda este estudo fazendo uma articulação das ideias de Winnicott com os pensamentos de Heidegger, dentre eles com o conceito deste de “compreensão” (o verbo alemão *Verstehen*), onde as relações capazes de tornar possíveis “os encontros com as coisas e o estar com os outros” são definidas por “esquemas do uso e da convivência”. Isto é, “compreender o próprio corpo significa possibilitar a sua presença como esse ou aquele modo factual de se ocupar das coisas e de cuidar de outros seres humanos com base em certos esquemas constitutivos do mundo” (Loparic, 2000, p.19). Mas, para os devidos fins de nosso estudo, nos ateremos às ideias de Loparic naquilo que se restringe à teoria winnicottiana e, sobretudo, no que diz respeito à participação da motricidade na criação do “sentido de real”, da própria experiência da realidade, presente desde cedo, como já citado, na barriga da mãe.

A sensação física, os movimentos, as atividades fisiológicas de uma maneira geral, tornam-se experiências pelo fato de a elaboração imaginativa fornecer-lhe sentido. Cabe a este recurso a função de integrar as operações do soma e da psique, de construir uma memória corporal da experiência viva. A “dação de sentido” nos abre um modo de ver os relacionamentos essencialmente corpóreos, onde, desde a relação intrauterina da mãe e do bebê, a simples presença de um para o outro já é fonte de experiência e significado.

3.5.5

O papel da elaboração imaginativa nos processos originários de temporalização e espacialização

Anteriormente, mencionamos que a fantasia no começo da vida do indivíduo pode ser definida, segundo Winnicott, como a elaboração imaginativa das funções físicas. Entretanto, este recurso torna-se cada vez mais complexo, pois com o desenrolar das sucessivas fases do processo de amadurecimento e das tarefas que as acompanham, ele ganha um novo papel a ser realizado.

1) Simples elaboração da função; 2) Distinção entre: antecipação, experiência e memória; 3) Experiência em termos de memória da experiência; 4) Localização da fantasia dentro ou fora do *self*, com intercâmbios e constante enriquecimento entre ambos; 5) Construção de um mundo interno, ou pessoal, com um sentido de responsabilidade pelo que existe e ocorre lá dentro; 6) Separação entre consciência e inconsciente. (2011[1965], p. 10).

Ao analisarmos as tarefas da fantasia nos tópicos sequenciais 1, 2 e 3, é possível identificarmos as suas correspondências com a fase na qual se desenvolve o processo de personalização e, ainda, de estas mesmas tarefas remeterem ao processo de introdução do indivíduo na ordem do tempo e do espaço. Tempo e espaço concebidos não como objetos a serem encontrados, mas sendo aqueles que, na medida em que se articulam e constituem o mundo, tornam-se a condição de possibilidade para que algum objeto seja encontrado (Dias, 2003, p.167). Como veremos, no próximo tópico, a constituição do tempo e do espaço é o que vai permitir a entrada no campo da transicionalidade: tempo dos relacionamentos com os objetos.

Sendo assim, a primeira tarefa da fantasia descrita na citação acima pode ser associada ao alojamento da psique no soma por meio da elaboração das funções corpóreas. Isto nos leva à espacialização, já que é somente residindo no corpo que o bebê pode começar a ocupar o espaço, a dar concretude à presença, a ter distâncias e proximidades.

Já a segunda e terceira tarefas nos levam ao processo de temporalização originário, isto é, à inserção destas funções corpóreas em um tipo de marcação do tempo, que é anterior ainda à percepção das cronologias, distinta do tempo mental – da representação, do tempo linear constituído pelo ego. O tempo vivenciado

neste começo da vida do bebê é aquele medido quase que totalmente nos termos dos ritmos de seu corpo em intimidade com o corpo da mãe ou daquela que cumpre este papel, e isto inclui, por exemplo, os ritmos de sono e vigília, da respiração, dos batimentos cardíacos, da fome.

A datação do tempo é operada, portanto, pelos cuidados maternos que, inicialmente, se ajustam ao ritmo do funcionamento fisiológico, que tem um tempo próprio, e pela elaboração imaginativa desse funcionamento e das sensações corpóreas. Fazendo assim, a mãe propicia que o bebê seja iniciado na periodicidade do tempo, tendo como matriz o seu próprio ritmo, o ritmo corpóreo. (Dias, 2003, pp. 199)

E para acontecer esta iniciação do lactente na “periodicidade do tempo” a mãe deve ser uma presença viva, sensível e atenta, que obedece ao ritmo do bebê, pois só desta maneira ela é capaz de se adaptar às necessidades do filho, protegê-lo de imprevistos e facilitar para que ele tenha experiências totais, isto é, com começo, meio e fim – mantendo a continuidade de ser e existir. Além disso, as experiências regulares, repetidas várias vezes, sem sobressaltos ou estados de alerta contra uma invasão ambiental, fazem com que surja no lactente um sentimento de confiança frente aos cuidados adaptativos. É por esta razão que a repetição e a previsibilidade são características fundamentais para o desenvolvimento da capacidade de especular sobre um futuro

Pela repetição da experiência, um sentido de “futuro” começa ser constituído: o bebê começa a *ser capaz de prever o que virá, a partir de suas próprias necessidades*, tornadas reais pela resposta a atendimentos maternos. (Dias, 2003, p. 199)

Gradualmente, o bebê vai amadurecendo, criando um estoque de memórias das suas experiências e podendo servir-se delas para antecipar situações e objetos, o que se desdobra em oferecer novas condições de adaptação para sua mãe. Com o tempo ela vai ajustando o ritmo baseado no funcionamento fisiológico do filho a um intervalo regular que lhe pareça conveniente e adequado às necessidades dele e que também possa contemplar as suas próprias necessidades de mulher e mãe. A sensibilidade de uma adaptação ativa da mãe frente às novas capacidades e necessidades do filho permite que, com o tempo, ambos cheguem a um acordo referente ao tempo comum que podem viver uma mesma situação.

Caso contrário, se a mãe impõe ao bebê o seu próprio ritmo, os das suas

próprias necessidades, por exemplo, quando ela tenta adaptar o intervalo das mamadas a uma determinada quantidade de horas e não ao ritmo natural da fome de seu filho, ela faz com que este busque adaptar-se a uma demanda externa, ou seja, a um tempo objetivo (cronológico). O problema aqui está na sequência desta vivência temporal, já que segundo Winnicott, o indivíduo deve primeiramente constituir e habitar em um tempo subjetivo – apreendido como o ritmo de seu próprio corpo –, para que somente depois possa “negociar” com o tempo da realidade externa.

Este tempo subjetivo é crucial para que as elaborações imaginativas trabalhem e cumpram sua tarefa de coesão da unidade psicossoma, que delimitem um espaço integrado no mundo. Vale lembrar ainda que a elaboração imaginativa tem o papel de transformar as sensações e sentimentos provocados pelas experiências somáticas (fisiológicas, sensoriais e motoras) em memórias corporais e que estas, aos poucos, vão sendo reunidas e formando um estoque de experiências do qual o indivíduo vai poder se utilizar para se antecipar, esperar, aprender, guardar, agir. Ou seja, a temporalização é o que permite, gradativamente, a inserção do indivíduo numa história tanto pessoal quanto interpessoal e justifica a sua percepção de que ele habita dentro daquele corpo.

Com o tempo, ele começa a ter um “conhecimento” – de si mesmo, do ambiente e do que irá suceder – que não é mental, mas baseado na crescente familiaridade com as sensações corpóreas que vão sendo elaboradas imaginativamente e com o estado de coisas que o rodeia. É este o fundamento da temporalização, inicialmente subjetiva, do bebê: a partir das experiências do presente, ele começa a constituir um “passado”, um “lugar” onde guardar experiências, de onde pode antecipar o futuro, pelo fato de algumas coisas e acontecimentos terem se tornado previsíveis. Tem início uma história. Esta é a base para o estabelecimento da capacidade para a experiência num sentido cada vez mais amplo.” (Dias, 2003, pp.198- 199)

Portanto, as elaborações imaginativas durante o processo de personalização possuem a tarefa de não só integrar em uma unidade o soma e a psique, inaugurando uma dimensão espacial, mas também de constituir uma dimensão temporal subjetiva na qual esta unidade vive suas experiências (no tempo infinito da continuidade do ser) e as armazena como memórias de si, construindo uma história de passado, presente e futuro.

3.5.6 A mente

Na teoria winnicottiana, a mente é concebida, antes de tudo, como uma “ordem à parte”, “um caso especial do funcionamento psicossoma” (Winnicott, 1990, p. 29) e a razão disto está no fato de ela depender da “existência e do funcionamento de partes do cérebro que se desenvolvem depois (na filogênese) das partes relacionadas à psique primitiva (Winnicott, 2011. p.9). Isto quer dizer que a mente surge depois, sendo uma especialização desta psique, porém mantendo uma total distinção desta. Dentre suas funções, Winnicott cita a catalogação de eventos, acúmulo e classificação de memórias, a medição do espaço, assim como relacionar causa e efeito, criar a noção de tempo e o suporte da ausência (Winnicott, 1990, p. 9). Tais funções são cruciais, mesmo que de forma rudimentar no início, para ajudar no processo de desadaptação gradativa do ambiente, e a possibilidade de uma “maior independência” do bebê por parte deste, pois essa “desadaptação” está vinculada aos “relativos fracassos” maternos que justamente possibilitam o amadurecimento do bebê; de ele iniciar o processo de separação da mãe; de conseguir suportar no tempo uma certa ansiedade sem que esta rompa sua continuidade de existir; de criar uma nova zona de experiência onde possa relacionar-se com objetos não eu.

3.6 Transicionalidade e Destrutividade: da *relação* ao *uso* do objeto

Investigamos como o bebê, ao nascer, vive em um estado não integrado no tempo e no espaço, sem maturidade para perceber que ele habita o próprio corpo, a existência da realidade externa e os objetos que a ela pertencem. Neste ponto de partida do processo maturacional não existe qualquer sentido de realidade e para que algum tenha início “é necessário que lhe seja propiciado o único que lhe é possível: *a realidade do mundo subjetivo*” (Dias, 2003, p, 213). É a mãe suficientemente boa, que se adapta de forma tão entregue e intensa às necessidades do filho, e proporciona o ambiente de *holding*, quem lhe garante a experiência da continuidade de ser, e de viver, no ritmo natural do seu próprio funcionamento corpóreo.

Aos olhos do observador, na hora que o bebê demanda os cuidados, que suas tensões instintuais exigem um alívio imediato, existe ali com ele uma mãe pronta para satisfazer-lhe a sua necessidade. E é este cuidado materno tão atento e dedicado o responsável por proporcionar as condições para a experiência de ilusão onipotente do bebê: de ele habitar em um mundo subjetivo com seu tempo e espaço correspondentes, onde, de maneira mágica, os objetos são criados e saciam as suas necessidades prontamente. É desta forma que o ambiente, a mãe suficientemente boa, proporciona as condições necessárias para que o bebê possa se relacionar com os objetos dentro de uma realidade subjetiva.

Aos poucos, com a realização de tarefas fundamentais no que diz respeito aos processos de integração no tempo e espaço, de personalização e do surgimento da mente – esta última responsável por ajudar a lidar com a lacuna existente entre a adaptação completa e a incompleta dos cuidados –, o bebê se torna capaz de suportar um período de ausência materna sem ter a sua continuidade de existência interrompida, permitindo a esta mãe desempenhar um novo papel: o de desadaptação gradual às necessidades do bebê. Em outras palavras, torna-se “permitido” (e esperado) que a mãe cometa pequenas “falhas” no que se refere aos cuidados, pois agora por meio de uma incipiente compreensão intelectual do bebê, estas falhas podem ser toleradas e até mesmo previsíveis por ele.

A desadaptação ambiental é responsável, assim, pelo início do processo de desilusão da criança, de que diferentemente da realidade do mundo subjetivo que ela habitava, não é ela quem cria efetivamente o mundo, mas que ele existe antes mesmo e independente dela. Entretanto, segundo Winnicott, para enfrentar e lidar com este insulto da realidade factual do mundo, a criança precisa de uma espécie de zona de “amortecimento”; uma dimensão intermediária na qual ela pode, aos poucos, entrar em contato com esta nova realidade que se apresenta, mas sem precisar abrir mão ainda da magia do controle onipotente. Sendo assim, um novo campo de experiência da criança vai se constituindo – a terceira área do viver – com seus próprios objetos, fenômenos e realidade. Todos dotados de uma mesma qualidade particular: a transicionalidade.

Mais do que uma qualidade, a transicionalidade foi concebida por Winnicott como um conceito que engloba toda uma área da experiência humana e nos fornece um precioso material no que diz respeito ao estudo do campo da criatividade, do brincar e das experiências culturais. Uma das grandes riquezas do

conceito em questão está na sua origem clínica, pois foi a partir da observação de bebês que Winnicott viu transparecer neles, durante a fase de desadaptação materna, uma tendência em tecer um relacionamento de grande apego (sensorial e afetivo) a certo objeto físico, a primeira posse não Eu, e a quem ele chamou de *objeto transicional* (1975).

De acordo com o autor, ele pode ser um brinquedo, um lençol ou mesmo uma parte do corpo, importando apenas a função que lhe é concedida pelo bebê: dele funcionar como um intermediário entre o seu *self* (a unidade psicossomática) e o mundo exterior; uma ponte de contato entre a psique (do bebê) e a realidade externa; algo que é ele e ao mesmo tempo não é; que se adapta às suas necessidades, mas não de modo absoluto como sua mãe. Da mesma forma que o objeto transicional serve a uma satisfação pelo controle onipotente, característico da relação com os objetos subjetivos, ele também pode ser manipulado, agarrado, cheirado, o que introduz algumas qualidades da realidade externa em suas experiências.

Em última análise, o objeto transicional serve como um facilitador e amparador na separação da unidade indiferenciada mãe-bebê, pois ele abre ao mesmo tempo em que cria um *espaço potencial* onde o bebê pode sair de um estado em que estava totalmente misturado com a mãe, onde ele e a mãe eram um mesmo objeto, para um outro estado, onde ele passa a possuir um objeto (transicional) e a ter um controle sobre ele pela via da manipulação. A transicionalidade permite desta maneira que o bebê possa se relacionar com objetos, apesar de eles ainda não serem percebidos objetivamente como separados e independentes de seu controle.

A partir de certo momento os sentidos das realidades subjetivas e transicionais já não são suficientes e “a tendência ao amadurecimento empurra o bebê na direção de outro sentido de realidade: o da realidade externa e compartilhada, em que ele poderá usar objetos vistos, agora, da perspectiva da realidade” (Dias, 2003, p, 144). A mudança em questão é a de o bebê passar de uma *relação* para um *uso do objeto*, ou seja, uma mudança no sentido de realidade do objeto, o que implica a criação de um mundo que não o subjetivo ou potencial. Se até então a natureza subjetiva do objeto possibilitava a ilusão do controle onipotente em sua fantasia, agora a direção para o sentido da realidade

compartilhada faz com que o bebê considere o objeto como algo externo e separado dele, independente de sua existência, e, portanto, fora de seu controle.

É por esta razão que para o objeto ser usado pelo bebê, ele precisa fazer parte da realidade compartilhada, ser um objeto real e não um feixe de projeções (Dias, 2003, p. 245). Mas como conferir um caráter externo ao objeto? O bebê precisa expulsar o objeto (subjetivo) para fora do âmbito da onipotência; ele precisa destruir o objeto subjetivo para poder criar um novo sentido de realidade, o da externalidade. O que Winnicott nos revela com esta ideia é que a destruição desempenha um papel na criação da realidade; que antes de encontrar o mundo da realidade compartilhada é necessário destruir o que foi criado na ilusão da realidade subjetiva. Isto implica uma nova concepção da destrutividade dentro da teoria psicanalítica tradicional, pois esta destrutividade não é nem oriunda de experiências instintivas e nem possui raiva, por não estar relacionada a experiências de frustração, de enfrentamento do princípio de realidade. Pelo contrário, o impulso de destruir é o que permite a experiência de realidade da externalidade – de se sentir real.

Trata-se de uma destrutividade *sem raiva*, referida à necessidade, própria ao amadurecimento, de o indivíduo começar a habitar num mundo que não é sua projeção, e no qual existem objetos que, tendo existência própria, podem ser usados. (Dias, 2003, p. 246)

Mas de que forma a destrutividade se manifesta neste processo? Na teoria winnicottiana existe no bebê um impulso real e incompadecido para destruir e cabe a esta forma de manifestação agressiva a tarefa de expulsar os objetos subjetivos para fora do âmbito na onipotência. Para isso, o bebê se utiliza de sua potência muscular, da sua coordenação motora, como por exemplo, quando ele morde a mãe, atira com força os objetos e trata com brutalidade o objeto transicional, e também dos pensamentos que acompanham esses impulsos, de que ele, o bebê, destruiu esses objetos, ainda sem culpa de tê-lo feito. Porém os impulsos e pensamentos em questão só conseguem alcançar seu objetivo – de *uso* do objeto– se, neste caso, a mãe sobreviver a estes ataques, o que significa neste contexto não retaliar, não deprimir, não mudar a atitude e permanecer ela mesma. Essa sobrevivência do objeto revela não só a sua existência independente, mas leva à separação de dois fenômenos fundamentais para o amadurecimento: a destruição na fantasia inconsciente e a colocação do objeto fora da área de projeções. Ou seja, de separação entre a fantasia e o fato. (Dias, 2003, p. 248).

/.../ se o objeto sobrevive – o que significa que tem existência independente –, o bebê descobre que pode continuar a destruir os objetos, agora na fantasia inconsciente, porque o objeto, que ele necessita usar, permanece incólume. Pode, portanto, ser usado. (Dias, 2003, p, 250)

3.7 Experiência Instintual e Realidade

É fácil perceber a tremenda quantidade de crescimento que ocorre nesta progressão da *ruthlessness* até o *concern*, da dependência do Eu ao relacionamento do Eu, da pré-ambivalência à ambivalência, da dissociação primária entre os estados de tranquilidade e excitação à integração destes dois aspectos do self. (Winnicott, 1990, p. 89)

Chegamos ao ponto em que o bebê amadureceu o suficiente para se perceber como uma unidade separada dos objetos externos, podendo viver em uma realidade compartilhada, e finalmente, em condição de integrar a sua vida instintual e se tornar uma pessoa inteira capaz de se relacionar com pessoas inteiras (Dias, p. 259). Até então, o bebê não tinha maturidade o suficiente para fazer esta integração, devido a sua incapacidade de perceber que os impulsos instintuais vinham de dentro dele, e nem de avaliar as consequências de seus ataques impiedosos nos objetos; de que a mãe que ele atacava ferozmente com suas mordidas nos estados de excitação é a mesma que lhe fornece um colo seguro para relaxar nos estados de tranquilidade. Somente agora, com o reconhecimento de sua própria unidade psicossomática e da independência do objeto externo, é que ele, o bebê, pode integrar as formas tranquilas e excitadas de relacionamento com uma pessoa total – entre dois Eus–, o que faz surgir tanto o sentimento de responsabilidade da criança pelas suas experiências instintivas e pelos conteúdos do seu Eu, como ainda um sentimento de independência em relação ao que está fora (Winnicott, p. 88).

Dito de outra forma, o bebê conquista a experiência de ambivalência de amor e ódio por um mesmo objeto e, aos poucos, ele constrói e consolida a capacidade de se preocupar (*concern*) com os efeitos de seus impulsos e de buscar reparação se necessário. A conotação de ‘preocupar’, neste caso de Winnicott, é indicativa de um indivíduo que na maturidade se importa, valoriza, e aceita a responsabilidade pelos seus gestos, evidenciando a ligação entre os elementos

destrutivos do relacionamento instintivo com o objeto e os outros aspectos positivos de se relacionar.

O papel do ambiente nesta fase não poderia receber menos destaque, pois, para que a integração da vida instintual se concretize, é fundamental a presença de um “*ambiente pessoal contínuo*”, melhor dizendo, de uma mãe que sustente a situação no tempo e no espaço, que se mantenha “continuamente vivaz e disponível” (Winnicott, 1978, p. 78), tanto para receber a expressão intensa dos instintos através dos gestos impiedosos sem retaliar ou deprimir, quanto para dar a possibilidade de o seu bebê reparar nela mesma o machucado que ele possa ter-lhe causado.

Quer dizer, sem que o gesto inicial (agressivo/espontâneo) se perca por não ter tido a oportunidade de um novo gesto reparatório e, desta maneira, possibilitando a continuidade da experiência do ser. Se a mãe é capaz de receber e sustentar toda uma carga dos impulsos do seu filho, de sustentar a situação diariamente, semana após semana, ela permite que o bebê tenha tempo suficiente para elaborar imaginativamente a experiência que está sendo vivenciada, de ele poder organizar as numerosas consequências imaginativas da experiência instintiva e com isto reparar imaginativamente o dano causado a ela (Winnicott, 1990, p. 90). Ou seja, a mãe permite que as elaborações imaginativas do seu bebê desempenhem o papel na solução dos “problemas da ambivalência”, pois se, antes, a destrutividade presente na expressão bruta do instinto era feita através de um impulso motor impiedoso ao objeto, agora, ela pode ser vivenciada na fantasia inconsciente, resguardando o objeto de um ataque de fato.

A criança saudável não consegue tolerar inteiramente os conflitos e ansiedades que atingem seu ponto máximo no auge da experiência instintiva. A solução para os problemas da ambivalência inerente surge através da elaboração imaginativa de todas as funções; sem a fantasia, as expressões de apetite, sexualidade e ódio em sua forma bruta seriam a regra. A fantasia prova, deste modo, ser a característica do humano, a matéria prima da socialização, e da própria civilização. (Winnicott, 1990, p. 78)

Em suma, o alcance do estágio do *concern* leva o indivíduo a reconhecer os fatores agressivos e destrutivos presentes no amor instintivo, às fantasias inerentes a eles, e à necessidade de controle dos impulsos. A criança começa a desenvolver o senso de responsabilidade pelos conteúdos do Eu, pelos seus atos e

pelos efeitos que eles podem provocar no outro, além de se sentir capaz de reparar seus erros. Podemos dizer que o *concern* é a base para o convívio social.

3.8

Motilidade, sensorialidade e elaboração imaginativa na experiência da autenticidade do ser

Todas as experiências são tanto físicas quanto não físicas. As ideias acompanham e enriquecem as funções corporais, e estas acompanham e *realizam a ideação* (...) (Winnicott, 2000 [1958] p.289).

Antes de tudo, durante esse nosso trajeto pelas fases iniciais do processo de amadurecimento emocional, observamos como o ambiente é um ingrediente indispensável. Em todas as tarefas ele precisa estar lá, interagindo ativamente com o bebê e adaptando-se a cada nova necessidade deste, pois nada é conquistado fora do campo experiencial do indivíduo e o seu mundo. No começo, esse ambiente é, em grande parte das vezes, a mãe, e vimos como a interação estabelecida entre ela e o seu bebê é, sobretudo, corporal e afetiva, de pura intensidade e sensibilidade, o que, por sua vez, faz com que todas as experiências relacionadas aos cuidados do corpo do bebê, as sensações e movimentos que ali são estimulados ou apaziguados, tornem-se grande fonte de significação.

E, neste ponto, entra o aspecto de suma importância, trabalhado no presente capítulo, o conceito winnicottiano de elaboração imaginativa, capaz de atribuir significado – de *dação de sentido*– aos movimentos e sensações do corpo em uma fase da vida na qual o indivíduo ainda não possui os recursos simbólicos (representação). As elaborações, por exemplo, transfiguram a potência da vitalidade exercitada pelos movimentos em gestos e memórias, ou seja, elas transfiguram os movimentos em experiências pessoais.

Partindo deste princípio, fazemos a leitura de que a constituição de si mesmo e do mundo é uma conquista do amadurecimento que passa necessariamente pelas experiências do gesto espontâneo do bebê – quer ele tenha sua fonte na motilidade em si, quer ele tenha sua fonte nos impulsos destrutivos e instintuais–, e ainda pelas elaborações imaginativas das funções corpóreas envolvidas nesta atividade. Pois, como se viu, as experiências são desde os primórdios da vida, e sempre, tanto físicas quanto não físicas. Elas são

psicossomáticas.

Isso se estende ainda para o entendimento das capacidades afetivas e psíquicas conquistadas pelo indivíduo, já que por elas possuírem um componente somático como base, o ponto de partida para qualquer discussão a seu respeito, dentro do processo de amadurecimento do indivíduo, seja em que idade for, passa a ser aquele da experiência de um corpo vivo, que vai sendo personalizado pelas elaborações imaginativas.

E justamente porque os gestos espontâneos do bebê têm a sua fonte nas próprias necessidades internas, estão eles sempre relacionados à expressão do verdadeiro *self* e nos levando para as experiências de autenticidade do ser; e de sentido de realidade. Sabemos, pois, que a vivência do tempo e do espaço também é fator fundamental para este tipo de transfiguração dos movimentos em gestos com significação, e por isso, Winnicott concebeu a terceira área do viver. Nela, o indivíduo ainda pode viver o tempo e espaço subjetivamente, no ritmo de seus movimentos, suas sensações e pensamentos, no ritmo próprio do sentir. Do encontro dos seus gestos com o objeto transicional, do manuseio deste e dos seus impulsos destrutivos e vorazes que buscam a oposição – da experiência de fantasia e realidade.

Nesta área do viver, em períodos posteriores da vida do indivíduo, são alojados os herdeiros do objeto transicional: a brincadeira, a arte, a experiência mística, ou seja, de um modo geral, todas as produções realizadas pelo homem na relação com os outros e na apropriação criativa do que lhe é oferecido pela tradição cultural. E dentre estas produções incluímos aquelas que nos servem de exemplo nesta pesquisa, as dos esportes, cujos praticantes se apropriam daquilo que outrora foi aprendido pela própria tradição da atividade física escolhida e, através de seus gestos espontâneos, singularizam suas práticas e, conseqüentemente, expressam no mundo, e para ele, a autenticidade do seu ser. Resgatemos nosso exemplo com estas ideias agora já trabalhadas.

3.9

Um barco para atravessar este mar em que vivemos

Mas como associar esta exposição teórica do amadurecimento emocional winnicottiano com a proposta deste trabalho? A partir do que vimos não podemos

pensar o indivíduo isolado de seu ambiente, pois o ser na cultura é entrelaçado nas significações do mundo. Da mesma maneira que, no início da vida, existem fortes estímulos externos a partir dos quais o bebê precisa reagir e buscar formas de alívio, por exemplo, um frio demasiado, o indivíduo na idade adulta também é pressionado para reagir a esses estímulos. A diferença é que se nos primórdios a mãe desempenhava uma função apaziguadora, de filtragem dos excessos e busca da satisfação, em uma época posterior, cabe ao próprio indivíduo encontrar os meios para aliviar o seu mal-estar decorrente de estar no mundo e ser suscetível aos estímulos dele.

De um lado temos a cultura do consumo e do espetáculo pressionando o indivíduo a fazer inúmeras adaptações aos padrões imagéticos propagados pelos meios de comunicação, bombardeando-o com um tsunami de informações e estímulos, e ele sucumbido por essa avalanche. Por não conseguir colocar um limite a este ambiente “invasor” – não suficientemente bom –, acaba por ceder tanto ao ritmo frenético do *on time* do mundo quanto à pressão por adaptar-se aos vários modelos de ser da estação – a personalização das aparências. Tudo isto, infelizmente, leva ao padrão reativo do ser, ou como diria Winnicott, ao falso *self*, pois as condições fornecidas pelo ambiente do espetáculo não são facilitadoras para a expressão dos movimentos autênticos, mas de movimentos adaptativos, o que acaba por gerar, em muitos casos, uma vida de artificialidade, angústia e vazio.

Mas, por outro lado, não há como o indivíduo se separar e se isolar totalmente desta cultura na qual ele está inserido, até porque é somente no encontro do próprio gesto com a realidade externa que o indivíduo descobre a alegria de poder compartilhar suas experiências, de contribuir para um acervo cultural da humanidade. Se vivemos nesse mundo, logo, devemos procurar maneiras astutas, como diria Certeau, de conseguir encontrar ou mesmo criar as condições facilitadoras para o exercício da autenticidade.

Sendo assim, fica claro que não podemos pensar em uma prática esportiva no ambiente das cidades isoladas de todos os aspectos consumistas e espetaculares já discutidos no capítulo anterior, no intuito de tentar freá-los e não deixar que eles “invadam” a experiência e a transformem em mais um produto. O que precisamos considerar é que, se a verdadeira realização de si mesmo se dá no encontro do gesto espontâneo com o mundo, o objetivo passa a ser encontrar uma

dimensão desta experiência esportiva dentro da cultura contemporânea onde exista um espaço para o viver criativo. A ideia aqui proposta é a de que a dimensão pré-verbal explorada por Winnicott nas origens do *self* pode nos servir como uma bússola, e sinalizar uma espécie de refúgio para os indivíduos ávidos por uma experiência que seja de um valor subjetivo transformador.

Para tanto, o ambiente não deve ser visto como um único bloco homogêneo, mas como um bloco mágico, que dependendo dos movimentos daquele que o manuseia pode tomar novas configurações. A exposição realizada neste capítulo da teoria do amadurecimento emocional de Winnicott permitiu refletirmos sobre como a expressão da vitalidade pelo corpo e suas ações e a forma como a unidade psicossoma interage com a oposição que encontra determinam a qualidade da experiência, aquilo que as elaborações imaginativas vão ter de base para significar.

Soma-se ainda que a prática de atividades físicas proporciona condições não só para que a vitalidade dos movimentos seja elaborada imaginativamente, de modo a ganhar uma significação própria, mas também para que as capacidades psíquicas e mentais sejam aprimoradas e utilizadas a serviço de um enriquecimento das próprias funções somáticas envolvidas.

Neste caso, as atividades esportivas são realizadas em um ambiente capaz de suportar a espontaneidade dos movimentos (sem críticas e comparações com padrões pré-definidos) e no ritmo próprio do corpo (e não o dos cronômetros das *performances*). Nestas atividades, a descarga dos impulsos instintuais é feita com responsabilidade, evitando lesões em si mesmo, tão frequentes na busca de perfeição, e sem agredir seus parceiros. Práticas esportivas nas quais imperam ainda os valores éticos (respeitando as diferenças e os códigos de conduta, o *fair play*) e onde a criatividade sobressai frente ao culto das aparências. São, sobretudo, experiências “curtidas” na intimidade do ser no mundo, preservadas dos compartilhamentos excessivos das redes sociais que, por sua vez, banalizam com frequência a magia destes momentos onde o corpo, o afeto e os pensamentos estão sintonizados em fina harmonia.

Não podemos esquecer, afinal de contas, que a experiência é psicossomática. A força e o erotismo muscular, as excitações dos sentidos, a alegria do estar vivo, tudo é matéria bruta para a experiência de realização de si mesmo, de sensações altamente satisfatórias. Essas experiências esportivas

quando estão em interação com um ambiente facilitador dizem respeito a algo íntimo sobre aqueles que as praticam, a um mundo não verbal, mas não menos verdadeiro e desprovido de significações. Um mundo onde as palavras objetivas são muitas vezes insuficientes para descrever os sentidos intangíveis, e talvez somente a poesia consiga aproximar-se do que está aquém da representação.

Os esportes, em sua prática livre, poderiam ser plataformas onde o corpo desnudo de significações mercantilistas, em contato com o ambiente, com uma esfera mais natural, pudesse experimentar seus movimentos como criações originais e por elas descobrisse aspectos de si e do mundo por uma via não verbal. Talvez o enfoque esteja na sensibilidade e na sutileza do indivíduo, na forma com que ele direciona suas ações para o ambiente e o desprendimento de todas as convocações feitas pela cultura do consumo e do espetáculo. Não existe uma negação dos aspectos narcísicos e performáticos envolvidos, mas eles são esvaziados de atenção, como os lados que não vemos do bloco mágico quando o estamos mirando de uma determinada posição.

Além disso, o aspecto do divertimento não poderia ficar de fora, considerando-se que ele é a própria atmosfera presente nas práticas de verdadeiro tempo livre do lazer, de um lazer que busca resgatar a espontaneidade perdida pelas concessões diárias em nome das aparências, e que remete diretamente às experiências culturais sinalizadas por Winnicott, tendo em vista que elas são herdeiras do brincar, e assim, da plena satisfação de estarmos imersos e absorvidos pelo intercâmbio de nós mesmos e do mundo ali vivido, na transicionalidade.

A exploração do campo não verbal dos sentidos originários da experiência psicossomática no início da vida nos permitiu fazer uma aproximação com a prática esportiva e o papel que o corpo, suas ações, sensações e as elaborações imaginativas podem estar cumprindo durante a atividade, tornando-a uma experiência do viver criativo.

E assim respondemos à pergunta feita no começo deste capítulo, onde nos questionávamos sobre a possibilidade de o esporte servir como um barco para navegarmos sobre as ondas da cultura de massa. Sim. Ele tem esse poder de nos permitir atravessar este mar em que vivemos, mas que pouco tem de nós. Mas e onde achamos o mar de nós originais?

4

Merleau-Ponty: Plano originário da vida e os movimentos do sentir

Ser uma consciência, ou, antes, *ser uma experiência*, é comunicar interiormente com o mundo, com o corpo e com os outros, ser com eles em lugar de estar ao lado deles. Ocupar-se de psicologia é necessariamente encontrar, abaixo do pensamento objetivo que se move entre as coisas inteiramente prontas, uma primeira abertura às coisas sem a qual não haveria pensamento objetivo. (Merleau-Ponty, p.142)

No capítulo anterior percorremos os primórdios da vida subjetiva sob a ótica de D.W.Winnicott e, a partir dela, observamos, dentre outros aspectos, a importância da motilidade e das elaborações imaginativas de todas as funções e sensações corpóreas na realização dos processos de personalização, de avaliação do tempo e do espaço e, ainda, de estabelecimento de uma relação com a realidade externa. Junto a isso, vimos o quanto os gestos espontâneos estão associados tanto à expressão da singularidade do *self* e do sentimento de autenticidade do ser quanto são um instrumento criador do mundo dotado de um sentido.

Não por acaso, quando o foco geral recai na temática do corpo, destacando sua ação motora como fonte da experiência de si e do mundo, tanto o psicanalista Winnicott quanto o filósofo Merleau-Ponty nos convidam com suas teorias para explorarmos um território peculiar no qual toda experiência está enraizada desde sua origem. É o plano originário da vida, uma dimensão onde não é possível fazer separações entre a vida psíquica e corporal, entre o indivíduo e o ambiente ao seu redor. Não por acaso, ambos pensadores nos levam para a experiência pré-reflexiva, não discursiva, apontando-nos, assim, outras formas de articulação de sentido na relação com os outros e com os objetos. Eles nos indicam uma via de apreensão imediata da realidade, um conhecimento não conceitual do mundo e que não pode ser dissolvido ou superado pelo campo das ordenações linguísticas de significado (Bezerra, 2007, p. 59).

E talvez um dos melhores caminhos para começarmos nossa aproximação com a obra de Merleau-Ponty seja justamente destacando o apreço comum deste filósofo e de Winnicott por certos temas, dentre eles, como bem nos assinalou Benilton Bezerra em seu artigo “Winnicott e Merleau-Ponty: o *continuum* da experiência subjetiva”, (2007, pp.35-6) o “papel do *ser vivente* na análise das

fontes da vida subjetiva”; “a importância central da *ação* na constituição da experiência do eu e da realidade”, assim como o esforço de ambos para “afastar a psicanálise e a filosofia da sombra dos dualismos tradicionais entre mente e corpo, interno e externo, matéria e significação.” Estes grandes temas, por sua vez, levaram Bezerra ainda a destacar outros pontos mais específicos de afinidades entre os autores, tais como, a “relevância do corpo como fonte da experiência do *self*”; “a coemergência da experiência de si e do mundo”; “a importância da dimensão pré-reflexiva na vida subjetiva”; assim como a teorização produzida por cada um deles a respeito da continuidade entre interioridade e exterioridade, permitindo, desta forma, que houvesse uma renovação de nosso entendimento das relações entre psiquismo e corpo, mundo interno e realidade externa, sujeito e objeto (2007 p. 59-60).

Uma renovação, segundo Bezerra, atrelada à teorização dos conceitos de *transicionalidade* e *espaço potencial* por Winnicott, assim como de *campo fenomenal* por Merleau-Ponty, todos eles conceitos sinalizadores de suas perspectivas da experiência humana como uma *abertura do ser em direção ao mundo*, cuja realização é feita “de modo processual, incluindo, em seu desenvolvimento, diferentes planos de organização, ou campos da experiência, jamais podendo ser concebida como fincada em um deles” (Bezerra, 2007, p.36).

4.1 Merleau-Ponty e a Fenomenologia da Percepção

Maurice Merleau-Ponty tem como um dos núcleos de seu pensamento a teoria fenomenológica da percepção, segundo a qual aquilo que é percebido por nossos sentidos não constitui simples aparência, pois existe uma realidade evidente na presença da coisa percebida que está relacionada a seu aspecto concreto, à textura mesma de suas qualidades, àquela equivalência entre todas as suas propriedades sensíveis. A preocupação desta teoria está, assim, em descobrir significações originárias que sejam capazes de “pôr a consciência em presença de sua vida irrefletida nas coisas”; de descrever o “vivido”, em sua ambiguidade concreta, e não em submeter o dado às exigências da inteligência lógica e reconstruí-lo segundo a ordem racional. Neste sentido, Merleau-Ponty se opõe à tendência racionalista que está associada a uma forma de pensamento científico

que “manipula as coisas e renuncia habitá-las”, “que inventa o mundo que pretende descobrir para submetê-lo a esquemas operatórios, a um conceitualismo claro e eficaz” (Vergez, 1980, p.406).

Em linhas gerais, a fenomenologia descrita por Merleau-Ponty é aquela que busca as essências contidas nas experiências do indivíduo inserido no solo do mundo sensível. Filosofia esta que tenta, da sua forma, descrever essas experiências como elas são, ainda mudas, antes de qualquer tematização, mas que, não obstante, deixam transparecer os sentidos das significações que atribuímos a elas. Ou seja, são experiências que possuem sua origem no contato “ingênuo”, direto e primordial, do sujeito vivo – aquele que tem o “corpo próprio” como um centro de perspectiva – com o mundo.

Mas a fenomenologia é também uma filosofia que repõe as essências na existência, e não pensa que se possa compreender o homem e o mundo de outra maneira senão a partir de sua ‘facticidade’ (...) é também uma filosofia para a qual o mundo já está sempre ali, antes da reflexão, como uma presença inalienável, e cujo esforço todo consiste em reencontrar este contato ingênuo com o mundo, para dar-lhe enfim um estatuto filosófico. (Merleau-Ponty, 2011[1945], p.1)

É por esta razão que, em sua *Fenomenologia da Percepção*, Merleau-Ponty fala-nos da necessidade de retornarmos às coisas mesmas, o que seria um retorno ao “mundo anterior ao conhecimento do qual o conhecimento sempre *fala*, e em relação ao qual toda determinação científica é abstrata, significativa e dependente” (2011, p.4). Um mundo que não pode ser identificado com o ambiente físico, com um conjunto de objetos e estímulos determinados, e sim com o plano originário pré-reflexivo, no qual, por meio de nossa inscrição corporal, de nossa percepção, se delineia uma experiência de interioridade e de realidade externa, responsáveis por compor nosso campo existencial. Mas, um campo que só vai se tornar objeto da consciência reflexiva em um segundo momento. Quer dizer, a experiência emerge da imbricação do corpo no mundo, não pertencendo à interioridade e nem à realidade externa, o que coloca em questão os “pressupostos dualistas contidos na formulação do *cogito* cartesiano, pois faz aparecer um entrelaçamento entre mente e mundo inexistente na relação entre *res cogitans* e *res extensa* do filósofo das *Meditações*” (Bezerra, 2007, 49-50).

O mundo está ali antes de qualquer análise que eu possa fazer dele, e seria artificial fazê-lo derivar de uma série de sínteses que ligariam as sensações, depois os aspectos perspectivados do objeto, quando ambos são justamente

produtos da análise e não devem ser realizados antes dela. (Merleau-Ponty, 2011 [1945], p.5).

Antes de tudo, este mundo é o mundo vivido entranhado de experiências e dos sentidos que elas fazem surgir das nossas experiências, das dos outros, dos entrelaçamentos das nossas com as do outro e, ainda, do sentido que surge a partir da intersecção de todas essas experiências umas com as outras. Com isso, o que o filósofo nos diz é que o mundo é inseparável da subjetividade e da intersubjetividade, pois as duas formam uma unidade a partir da retomada de “minhas experiências passadas em minhas experiências presentes, da experiência do outro na minha experiência” (2011, p.20), o que significa que o processo de constituição da subjetividade e, sobretudo, de aquisição de um sentido para a vida, ocorre na dimensão do tempo, conforme este é apreendido pelo corpo através de suas experiências. Ou seja, a consciência do sentido da vida é sempre aquela de um indivíduo ‘encarnado’, inserido na temporalidade.

Com tais premissas, Merleau-Ponty (2011) nos mostra tanto uma crítica ao intelectualismo quanto o seu esforço para recolocar o pensamento num “existir” preliminar por meio da percepção originária que é, segundo ele, “uma experiência não tética, pré-objetiva e pré-consciente” (p.325), capaz de oferecer “uma significação inerente aos signos, e da qual o juízo é apenas a expressão facultativa” (p.63). Para tal tarefa, entretanto, é necessário primeiro despertá-la e “desfazer a astúcia pela qual ela se deixa esquecer enquanto fato e enquanto percepção, em benefício do objeto que nos entrega e da tradição racional que funda” (op.cit, p.90).

4.2 A Ordem Sensível

O primeiro ato do filósofo seria então retornar ao mundo vivido aquém do mundo objetivo já que é nele que poderemos compreender tanto o direito com os limites do mundo objetivo, restituir à coisa sua fisionomia concreta, aos organismos sua maneira própria de tratar o mundo, à subjetividade sua inerência histórica, reencontrar os fenômenos, a camada da experiência viva através da qual primeiramente o outro e as coisas nos são dados, o sistema ‘Eu-Outro-as coisas’ no estado nascente. (Merleau-Ponty, 2011, pp. 89-90)

Retornar ao mundo vivido, como nos incita o filósofo, é desvelar o campo fenomenal sobre o plano originário da vida, um campo perceptivo sobre o fundo

de mundo irrefletido. Ora, isto quer dizer que a experiência perceptiva é a forma de contato primordial do sujeito com a realidade imediata, e isto se faz por ela contar com uma “organização global” responsável por apreender as significações originárias presentes neste fundo do mundo onde as operações reflexivas não iniciaram suas tematizações sobre as qualidades dispostas cuja configuração ainda se apresenta como simples presença – onde a existência é indivisa. A “organização global”, assim, impede de reduzirmos a ideia de percepção a um único ato, a uma tomada de posição deliberada, pois a sua capacidade de “ver jorrar de uma constelação de dados um sentido imanente sem o qual nenhum apelo às recordações seria possível” (2011, p.47) faz com que o fenômeno perceptivo seja mais amplo e rico.

4.3 A indissolubilidade do psíquico e fisiológico

De acordo com Merleau-Ponty é preciso admitirmos (e ele nos dá alguns exemplos de sujeitos com lesões das vias sensoriais) a existência de fenômenos que ultrapassam a alternativa entre o psíquico e o fisiológico e nos indicam uma falha na separação realizada pelo pensamento mecanicista, onde temos de um lado os determinantes psíquicos e no outro as condições fisiológicas. Sendo assim, contrapondo-se a esta concepção, o filósofo trabalha com a ideia de que ambos, na verdade, engrenam-se uns aos outros e determinam em conjunto o fenômeno e, para isso, ele desenvolve a ideia de um “pensamento orgânico” cuja finalidade é a de revelar qual o terreno comum a essas duas séries de condições; um “mesmo ponto de aplicação comum aos ‘fatos fisiológicos’, que estão no espaço, e a ‘fatos psíquicos’, que não estão em parte alguma”, isto é, propiciar um encontro entre eles (Merleau-Ponty, 2011. p.116-117).

E qual seria a função do organismo na recepção dos estímulos e na resposta das excitações que eles provocam? Se, na visão objetivista, a “qualidade sensível” é efeito de uma situação fora do organismo, na perspectiva fenomenológica, “as excitações de um mesmo sentido diferem menos pelo instrumento material do qual se servem do que pela maneira pela qual os estímulos elementares se organizam espontaneamente entre si.” Ou seja, no plano da percepção, “das qualidades sensíveis”, o fator decisivo não é externo ao sujeito,

mas a sua própria organização que vai ao encontro dos estímulos e concebe certa forma de excitação. (op.cit p.113-14)

Da mesma maneira, os movimentos reflexos que são vistos, geralmente, apenas como processos objetivos, uma resposta aos estímulos externos dos quais a consciência pode constatar o desenrolar e os resultados, se ajustam para dar um “sentido” à situação antes de qualquer pensamento voluntário, o que seria indicativo juntamente com a percepção, de uma modalidade de ser no mundo – uma “visão pré-objetiva.” Assim, segundo Merleau-Ponty, o que possibilita esta capacidade das percepções e dos reflexos estar investida de sentido é a existência de um “diafragma interior”, uma forma de “organização espontânea dos reflexos” que proveria um sentido aos estímulos fazendo com que eles existissem para o organismo mesmo sem a consciência estar engajada. Ou seja, o reflexo não seria um resultado de estímulos objetivos, mas o contrário, ele se voltaria para eles e os investiria de sentido.

Para aquém dos estímulos e dos conteúdos sensíveis, é preciso reconhecer um tipo de diafragma interior que, muito mais que eles, determina aquilo que nossos reflexos e nossas percepções poderão visar no mundo, a zona de nossas operações possíveis, a amplitude de nossa vida. (Merleau-Ponty, 2011 [1945] p. 118)

Dito isto, Merleau-Ponty mostra-nos a existência de certa consistência de nosso “mundo”, relativamente independente dos estímulos, que proíbe tratar o ser no mundo como uma soma de reflexos. Em sua teoria há um circuito sensório-motor, “uma certa energia da pulsação de existência, relativamente independente de nossos pensamentos voluntários” que transcorre no interior de nosso ser no mundo; uma corrente que é anterior a qualquer tematização; que é capaz de determinar aquilo que visamos no mundo e de fazer nosso primeiro contato com a existência. O que quer dizer, em última instância, que o primeiro contato com a existência é corporal (op. cit. p.131).

Frente a isso, Merleau-Ponty escreve sobre a necessidade de “passarmos de um conhecimento dos fatos psicológicos e fisiológicos a um reconhecimento do acontecimento anímico como processo vital inerente à nossa existência”, isto é, de reconhecermos uma ordem sensível que estaria para além desta dicotomia (2001 p. 130). Assim, seu trabalho procura afastar-se do homem considerado um psiquismo unido a um organismo, em favor do movimento de alternância contínuo que ora deixa de ser corporal e ora se dirige aos atos pessoais. Não existe uma colisão entre o psíquico e o fisiológico, nem mesmo uma separação total, mas uma

relação de troca, de entrelaçamento.

Os motivos psicológicos e as ocasiões corporais podem entrelaçar-se porque não há um só movimento em um corpo vivo que seja um acaso absoluto em relação às intenções psíquicas, nem um só ato psíquico que não tenha encontrado pelo menos seu germe ou seu esboço geral nas disposições fisiológicas. (Merleau-Ponty, 2011.p 130)

Portanto, o que a teoria da fenomenologia introduz é a possibilidade de pensarmos uma ordem sensível da experiência na qual o entrelaçamento do psíquico e do fisiológico dar-se-ia por um corpo tido como potência de um certo mundo – corpo próprio – que é sujeito de suas ações e criador de significações originárias.

4.4

O “*corpo próprio*”

O corpo próprio está no mundo assim como o coração no organismo; ele mantém o espetáculo visível continuamente em vida, anima-o e alimenta-o interiormente, forma com ele um sistema. (Merleau-Ponty, 2002, p.273)

Na “*Fenomenologia da Percepção*”, o autor descreve a dinâmica do corpo na experiência a partir de duas inscrições diferentes, isto é, de duas perspectivas pelas quais ele se insere na experiência. O primeiro é o corpo enquanto objeto da consciência reflexiva e gênese do mundo objetivo; um corpo tomado como uma coisa, matéria extensa situada no espaço e que pode ser observada em meio a todos os outros objetos do mundo. “É o corpo em sua existência material e fisiológica, regulado por leis biológicas de troca com o meio, o corpo analisado em sua *performance* física” (Bezerra, p.53), a massa que nos define enquanto uma substância separada das outras, o *nosso* corpo, aquele que possuímos.

O segundo é o “corpo próprio” do campo fenomenal, isto é, o corpo não mais como objeto do mundo, e mundo não mais como soma de objetos determinados. Nesta forma de inscrição, o corpo é o nosso meio geral de ter um mundo, de se comunicar com ele, mas com um mundo que é o “horizonte latente de nossa experiência”, um “presente sem cessar antes de todo pensamento determinante” (p.136). Merleau-Ponty atribui ao corpo próprio a função de nos ancorar no solo sensível do mundo e nos juntar a ele; de ser “o próprio movimento

de expressão, aquilo que projeta as significações no exterior dando-lhes lugar” para que “comecem a existir como coisas, sob nossas mãos, sob nossos olhos” (p.202). O corpo próprio, por tais aspectos, é considerado como a “fonte primária da posição como sujeito”, pois é a partir deste ancoramento da “massa pesada” no campo fenomenal que emerge a percepção da existência de si mesmo e dos objetos que estão ao seu redor.

4.5

O corpo próprio como sistema de potência motora

A motricidade deixa de ser a simples consciência de minhas mudanças de lugar presentes ou futuras para tornar-se a função que, a cada momento, estabelece meus padrões de grandeza, a amplitude variável de meu ser no mundo. (Merleau-Ponty, p.283)

De acordo com Merleau-Ponty (2011), o objeto da percepção, diferentemente daquele definido pela ciência clássica, tem sua origem fundada no “coração da nossa experiência” (p.10), pois ele não pode ser visto à parte de sua coexistência com todos os outros ao seu redor; suas várias faces não podem ser vistas de um só ângulo. Por ele pertencer a um campo com outros objetos e por ser multifacetado, torna-se impossível a sua sintetização em um único ato perceptivo, necessitando, para isto, poder vê-lo a partir da ação do corpo-próprio, de um corpo como o “*pivô do mundo*” pelo qual o sujeito pode dar a volta ao redor dos objetos, pode ir na sua direção, pode experimentar a sua concretude.

Neste sentido, o sujeito tem consciência do mundo por meio de seu corpo, e de forma inversa, tem consciência de seu corpo através do mundo já que ele é, no centro do mundo, o termo não percebido para o qual todos os objetos voltam a sua face (op.cit, p.122). Trata-se, portanto, de ver nascer uma dupla percepção através do movimento corpóreo: a de si próprio e a do mundo percebido.

A experiência motora de nosso corpo, na teoria merleau-pontyana, não é um caso particular de conhecimento; ela nos fornece uma maneira de ter acesso ao mundo e ao objeto, e onde o corpo tem seu mundo ou compreende seu mundo sem precisar passar por representações, sem subordinar-se a uma função simbólica ou objetivante. Na visão do filósofo, a motricidade deve ser encarada como a esfera primária em que primeiro se engendra o sentido de todas as significações no

domínio do espaço representado, e isso significa que todo movimento é movimento e consciência de movimento, o que não quer dizer que o movimento seja o pensamento de um movimento, e o espaço corporal um espaço pensado ou representado. Até porque Merleau-Ponty trabalha com a ideia de que a espacialidade do “corpo próprio” e o seu “contorno” não podem ser entendidos como um “mosaico de valores espaciais” que obedecem às relações de espaço ordinário, pois os diferentes pontos do corpo formam um sistema, uma “posse indivisa” (2011, p.143).

O espaço corporal é o fundo do qual os gestos se projetam no horizonte do mundo, e mais do que obedecer a uma “*espacialidade de posição*”, onde a posição do corpo frente aos objetos se dá por relação a outras posições ou pela relação a coordenadas exteriores, ele obedece a uma “*espacialidade de situação*”, onde a posição de um objeto se dá “pela instalação das primeiras coordenadas, a ancoragem do corpo ativo em um objeto, a situação do corpo em face de suas tarefas” (p.146). Isso quer dizer, em última análise, que a espacialidade do corpo só pode se dar na experiência, pois o corpo não é para o homem “apenas um fragmento de espaço corporal”, ele é o fundo sobre o qual todas as coordenadas em relação aos objetos são constituídas; não teríamos como delimitar um espaço objetivo (exterior) através de nossa razão, por coordenadas, se antes não houvesse o espaço corporal; sem o corpo não haveria espaço. É ele quem nos situa no mundo.

Para que possamos representar o espaço é preciso primeiramente que tenhamos sido introduzidos nele por nosso corpo, e que ele nos tenha dado o primeiro modelo das transposições, das equivalências, das identificações que fazem do espaço um sistema objetivo e permitem à nossa experiência ser uma experiência de objetos, abrir-se a um “em si”. (Merleau-Ponty, [1945] 2011.p.197) .

Mas que sentido poderia ter a palavra “sobre” para um sujeito que não estivesse situado por seu corpo ante o mundo? Ela implica a distinção entre um alto e um baixo, quer dizer, um “espaço orientado”. Quando digo que um objeto está *sobre* a mesa, sempre me situo em pensamento na mesa ou no objeto, e aplico a eles uma categoria que em princípio convém à relação entre meu corpo e objetos exteriores. (ibid. p.147)

Ora, se a espacialidade se dá pela situação do corpo no mundo, e se esse corpo é uma constante em movimento que assume diferentes pontos de ancoragem diante dos objetos, isso significa que é através da ação que a espacialidade do corpo se realiza, e que nunca é o nosso corpo objetivo que movemos, mas o nosso corpo fenomenal. Corpo enquanto potência de certo número de ações familiares

da qual ele próprio já conhece antecipadamente o campo ou o alcance, e sem precisar, para isso, que haja uma reflexão do sujeito acerca da posição de seu corpo, dos objetos e do meio que o circunda como sistemas de qualidades ligados por uma lei determinada. Trata-se, assim, do corpo revelado por Merleau-Ponty (2011) enquanto “potência motora”, um “projeto motor”, uma “intencionalidade motora” que o liga aos objetos, que os faz existirem para si e, desta forma, possibilita o corpo-sujeito-motor se levantar em direção a eles. Não por acaso, o autor diz serem o movimento e a percepção maneiras específicas de nos relacionarmos aos objetos, pois, através de suas respectivas experiências, é expressa uma “função única”– o movimento de existência– que orienta a “diversidade radical dos conteúdos” para a “unidade intersensorial de um mundo”, isto é, não “os coloca sob a dominação de um eu penso” (ibid.p.192).

Mover o corpo, essa “potência motora”, é poder visar às coisas através dele sem nenhuma representação, isto é, se dirigir aos objetos do mundo por uma intencionalidade originária. Nas palavras do autor, “a experiência motora de nosso corpo não é um caso particular de conhecimento; ela nos fornece uma maneira de ter acesso ao mundo e ao objeto, uma “praktognosia” que deve ser compreendida como original e talvez originária” (ibid. p.195).

Portanto, a motricidade não é como uma serva da consciência, que transporta o corpo ao ponto do espaço que nós previamente nos representamos. Para que possamos mover nosso corpo em direção a um objeto, primeiramente é preciso que o objeto exista para ele, é preciso então que nosso corpo não pertença à região do ‘em si’. (Merleau-Ponty, 2011.p.193)

E para ilustrar esta forma motora de ser no mundo é importante citarmos a experiência da aquisição de um hábito, considerado por Merleau-Ponty como a ação do corpo na qual os seus gestos inauguram um sentido para além de sua simples existência de fato. Em um primeiro momento, este gesto passa a ser um “novo núcleo de significação” para o corpo próprio, pois é ele uma forma de expressão inédita para o sujeito até então. Depois, este mesmo gesto passa a ser incorporado ao sistema de potência motora e, assim, transforma-se em um hábito, que segundo o autor, em todos os planos exerce a mesma função: a de emprestar aos movimentos instantâneos da espontaneidade um pouco de ação renovável e de existência independente.

Ainda para Merleau-Ponty é o movimento que confere ao corpo próprio sua dimensão de temporalidade e transcendência, ou melhor, o movimentar-se

humano é a própria transcendência, pois a partir do passado (da incorporação de gestos e conhecimentos tornados habituais), o corpo atual apoia-se na materialidade do presente (no contato direto do instante, com as qualidades sensíveis do contexto que está inserido), e se lança ao futuro (este sentido e percebido pelo sujeito como uma possibilidade já que não tem como ser totalmente previsível). Em outras palavras isso quer dizer que a motricidade é a forma pela qual tanto retomamos de maneira expressiva os nossos hábitos, atualizamos o passado, como nos lançamos para o futuro por meio de nossas expressões criativas. Quer dizer, tanto podemos repetir gestos com significações já habituais, quanto podemos ressignificar um mesmo gesto imprimindo ali algo novo.

4.6

A “camada originária do sentir”

Ocupar-se de psicologia é necessariamente encontrar, abaixo do pensamento objetivo que se move entre as coisas inteiramente prontas, uma primeira abertura às coisas sem a qual não haveria pensamento objetivo. (Merleau-Ponty, 1945, p.142)

Anteriormente citamos a passagem da obra de Merleau-Ponty na qual ele nos sugere retornar ao plano originário da vida e resgatar a experiência perceptiva como a forma de contato primordial do sujeito com a realidade imediata. Para isto, o sujeito conta com uma espécie de diafragma interior capaz de “determinar aquilo a que nossos reflexos e nossas percepções poderão visar no mundo, à zona de nossas operações possíveis, à amplitude de nossa vida.” A percepção, desta maneira, deixa de ser um efeito de uma situação de fora do organismo para ser a maneira pela qual este organismo se dirige aos estímulos e atribui um sentido a eles. Ou seja, existe uma abertura do organismo para o mundo vivido que se dá pela existência de uma “camada originária do sentir” que é anterior à divisão dos sentidos e onde o sujeito pode viver a sua unidade e a “unidade intersensorial da coisa” (ibid.p.320). Isso acontece porque, na visão merleau-pontyana, a experiência sensorial assume o papel de uma forma de existência, e o sentir passa a ser considerado o “tecido intencional” que reveste as nossas percepções e

movimentos e nos liga às coisas mesmas; ele “é a nossa comunicação vital com o mundo” (ibid. p.84), a nossa “superfície de contato com o ser”.

A sensação, tal como a experiência a entrega a nós, não é mais uma matéria indiferente e um momento abstrato, mas uma de nossas superfícies de contato com o ser, uma estrutura de consciência e, em lugar de um espaço único, condição universal de todas as qualidades, nós temos com cada uma delas uma maneira particular de ser no espaço e, de alguma maneira, de fazer espaço. (Merleau-Ponty, p.299)

Trata-se, portanto, de uma noção do sentir descrita pelo autor como sendo uma “experiência em que não nos são dadas qualidades mortas, mas propriedades ativas” (op.cit, p.84), pois o sentir apreende as significações de uma qualidade para o nosso corpo e a investe de um valor vital; em última instância, ele é quem torna viva a relação daquele corpo que percebe com seu mundo, pois o sentir não é uma simples recepção de qualidades cuja “fisiologia acreditava poder acompanhar, desde os receptores até os centros nervosos, a projeção do mundo exterior no ser vivo” (2011, p.88); ele é quem torna o sujeito sensível às qualidades expostas no mundo e cria uma afinidade com elas.

Qualidades que, desde já, são habitadas por um sentido, porque “irradiam em torno de si um certo modo de existência”, “têm um poder de encantamento” que faz justamente com que o sujeito que sente não as põe como objetos, mas simpatiza com elas, as faz suas e encontra nelas a sua lei momentânea” (op.cit, p.288). A ideia trabalhada por Merleau-Ponty é de que o sujeito da sensação não pode ser visto como um pensador que é capaz de identificar uma qualidade ou como um meio passivo que seria afetado por ela, mas sim uma “potência que conasce em um certo meio de existência ou se sincroniza com ele.”(2011, p.285)

Para ilustrar este seu pensamento sobre a relação viva das qualidades sensíveis e do corpo que as percebe, o autor utiliza-se, como exemplo, da experiência das cores, pois cada cor provoca uma determinada excitação sensorial ao ser percebida por nossos olhos – a visão já é “habitada por um sentido que lhe dá uma função no espetáculo do mundo” (Merleau-Ponty, 2011, p.83) –, e antes de ser vista, a cor já se anuncia pela experiência do corpo, de certa atitude dele, que somente ela pode determinar, tendo em vista que, nas diferentes experiências analisadas por Merleau-Ponty, cada cor age sempre no mesmo sentido, de forma que se pode atribuir a elas um valor motor definido (op.cit, p.282).

Sabe-se lá há muito tempo que existe um “acompanhamento motor” das sensações que os estímulos desencadeiam “movimentos nascentes” que se associam à sensação ou à qualidade e formam um halo em torno dela, que o “lado

perceptivo” e o “lado motor” do comportamento se comunicam (Merleau-Ponty, 2011, p.282)

Na verdade, a ideia que o filósofo quer ressaltar é que as excitações sensoriais influenciam no campo motor, e ainda, que as “qualidades sensíveis” se oferecem com uma “fisionomia motora” e estão envolvidas em uma significação vital. Pois, as reações motoras provocadas por uma excitação sensorial não são efeitos no corpo objetivo, mas significações de qualidades que atingem “uma certa montagem geral” pela qual o sujeito se adapta ao mundo e o convida a fazer uma nova avaliação. O sensível, desta maneira, não tem somente uma significação motora e vital, mas certa maneira de ser no mundo, de fazer nosso corpo vibrar. Quando um sujeito experimenta uma sensação, ela não diz respeito ao ser pensante, mas a uma parte do ser que “já tomou partido pelo mundo, que já se abriu a alguns de seus aspectos e se sincronizou a eles”; uma sintonia de sensibilidades, isto é, uma afinidade. É por esta razão que Merleau-Ponty afirma que “a sensação é literalmente uma comunhão” (p.286), uma “modalidade de existência geral já consagrada a um mundo físico, e que crepita através de mim sem que eu seja seu autor” (p.291).

A sensação necessariamente se manifesta a si mesma em um meio de generalidade, ela provém de alguém de mim mesma, ela depende de uma *sensibilidade* que a precedeu e que sobreviverá a ela /.../ Pela sensação eu apreendo, à margem de minha vida pessoal e de meus atos próprios, uma vida de consciência dada da qual eles emergem, a vida de meus olhos, de minhas mãos, de meus ouvidos, que são tantos Eus naturais. (p.291)

Portanto é na “camada originária do sentir” – “anterior à divisão dos sentidos” – que o sujeito retoma o contato com a sensorialidade que ele vive do interior e que lhe permite que o mundo não seja ignorado, ou melhor, que o mundo exista para o sujeito sem precisar ser interrogado, sem precisar criar um distanciamento do ser e do mundo. Os sentidos, assim, neste plano originário das experiências, mantêm suas particularidades ao mesmo tempo em que formam um conjunto global, e afastam-se de qualquer análise que tenta compreendê-los de forma objetiva, que tenta segmentá-los e explicá-los por leis fisiológicas.

Para Merleau-Ponty os “sentidos traduzem-se uns nos outros sem precisar de um intérprete, compreendem-se uns aos outros sem precisar passar pela ideia” (p.315). No mundo irrefletido, o sentir dos sentidos faz com que cada parte do corpo não seja vista como um instrumento que reage a uma ordem do maestro –

da consciência—, mas que o corpo próprio seja, ele mesmo, o maestro da orquestra sensório-motora.

A experiência sensorial não é uma forma de conhecimento elementar, inferior, quando comparada ao pensamento e à representação; sentir não é conhecer, ele possui sua própria estrutura espaço-temporal que não pode ser a do espaço e tempo mensurável, mas uma que esteja ligada ao movimento. O ser no mundo, por uma relação de afinidade com as qualidades sensíveis das coisas, sente-se atraído ou afastado por elas, quer dizer, ora estas qualidades se destacam no movimento de aproximação ou afastamento do sujeito, ora ele se une, ora se separa delas. Isto revela que o corpo passa a ser o campo de ação que articula o interno e o externo, pois ele é o mediador de um mundo e não uma fronteira que separa verdadeiramente o que está dentro e fora. No presente do sentir, o eu e o mundo desdobram-se simultaneamente para o sujeito, ou seja, a objetividade e a subjetividade se entrelaçam no corpo.

Meu corpo é o lugar, ou antes, a própria atualidade do fenômeno de expressão, nele a experiência visual e auditiva, por exemplo, são pregnantas uma da outra, e seu valor expressivo funda a unidade antepredicativa do mundo percebido e, através dela, a expressão verbal e a significação intelectual. Meu corpo é a textura comum de todos os objetos e é, pelo menos em relação ao mundo percebido, o instrumento geral de minha compreensão. É ele que dá um sentido não apenas ao objeto natural, mas ainda aos objetos culturais como as palavras. (Merleau-Ponty, p.315)

4.7

Os movimentos do sentir

Cada sensação, sendo rigorosamente a primeira, é a última e a única de sua espécie, é um nascimento e uma morte (Merleau-Ponty, p.291)

A experiência é única e o sujeito que a vive, começa e termina com ela; uma presença do corpo no mundo, um conjunto de significações vividas nas quais a percepção, a motricidade, o sentir e afetividade compõem essa orquestra. Existe uma força dessas experiências no campo originário que está ligada ainda à temporalidade, a sua capacidade de romper até mesmo com tempos passados que insistem em se tornar momentâneos e minam a realização de uma infinidade de

futuros possíveis e inéditos. A experiência neste campo originário, no plano de contato mais imediato do corpo com o mundo, nos permite, em alguns momentos, morrer para o passado e criar um novo horizonte, pois o sentir preliminar nos abre para o mundo, nos deixa sermos invadidos e tomados pela concretude de uma qualidade sensível. Sobre esta questão, Merleau-Ponty nos fornece um exemplo muito bonito:

Enquanto estou abatido por um luto e entregue ao meu sofrimento, meus olhares já erram diante de mim, interessam-se sorratamente por algum objeto brilhante, recomeçam a sua existência autônoma. Depois deste minuto no qual queríamos encerrar toda a nossa vida, o tempo, pelo menos o tempo pré-pessoal, recomeça a se escoar e arrebatada, senão nossa resolução, pelo menos os sentimentos calorosos que a sustentavam. Nessa medida até os reflexos têm um sentido, e o estilo de cada indivíduo ainda é visível neles assim como o batimento do coração se faz sentir na periferia do corpo. (Merleau-Ponty, 2011)

Fica evidente para nós que a experiência deste corpo próprio no mundo irrefletido, que carrega entrelaçadas as percepções, sensações e motricidade, não pode ser compreendida na sua totalidade se deixarmos à parte outro aspecto fundamental: a afetividade. A passagem acima é um exemplo de como neste plano pré-reflexivo da experiência, onde somos presenças imediatas no solo sensível, as significações apreendidas, e ainda não pensadas, provocam reações emocionais que rompem com estados afetivos concomitante à criação de novos.

Portanto, a interpretação que podemos fazer a respeito do corpo em meio a uma ordem do sensível e motor é pela via da criação de sentido e do próprio processo de singularização do ser; dos novos sentidos que são incorporados e enriquecem o conjunto de significações vividas do sujeito no contato dele com o mundo. Significados esses que são incorporados no diafragma interior.

Além disso, a consciência reflexiva passa a ser uma das formas de consciência, existindo também aquela consciência que é encarnada; de um corpo como potência criativa que se liga ao mundo através de seus fios intencionais, e não como sendo mais um dos objetos do mundo, ligados a ele por causalidades externas. Por meio de seu corpo o sujeito se espacializa, ele se temporaliza.

4.8

Nuances da prática esportiva: a experiência no compasso das sutilezas

Permitimos-nos, no rastro da herança poética tão frequentemente associada às inspirações e reflexões suscitadas pela leitura de Merleau-Ponty, apresentar através de uma imagem nossas primeiras intuições acerca do valor “transcendente” de uma determinada prática esportiva. Se pensarmos na plena experiência esportiva como um arco-íris, seu espectro de cores representaria as múltiplas de suas possíveis significações, a serem mais profunda ou superficialmente apreendidas pelo sujeito. As cores primárias – mais evidentes ao olhar e, neste sentido, mais estridentes – corresponderiam às modalidades do sentir de que tratamos no capítulo “O mundo em que vivemos”, condicionadas pela cultura de consumo e pelos investimentos prioritariamente narcísicos da sociedade pós-moderna. Assim, quando um sujeito, durante a sua atividade, focasse a maior parte de sua atenção nos resultados estéticos ou de performance que conseguiria atingir, nos termos de nossa metáfora ele estaria ‘vibrando’ afetivamente segundo as sintonias facilmente traduzíveis, conforme convenções massificadas, das nítidas cores primárias.

Entretanto, o arco-íris de que falamos não se resume a estas camadas. Ele é composto ainda – para se constituir como ‘arco-íris’ – por aqueles tons mais sutis que se formam entre uma cor primária e outra; em nossa imagem, a capacidade de fruição destas essenciais nuances intermediárias corresponderia a uma percepção mais plena, donde mais refinada da realidade, propícia ao desenvolvimento da autenticidade primordial do indivíduo. Em outras palavras, referimo-nos à capacidade do sujeito, durante a sua prática esportiva, de focar sua atenção para além daquilo que, segundo seus condicionamentos mentais usuais, lhe ‘surge’ em maior evidência (a preocupação com os resultados), e permitir que se lhe desvelem as múltiplas essências do ato que realiza, qual o fenômeno do arco-íris em si, vivido como uma ‘aparição’ transformadora da realidade corriqueira, naquele específico, único e eterno, fluxo de tempo. Acreditamos que neste tipo de experiência existiria uma maior propensão de encontro com aspectos do ser que revelem ao indivíduo a potência de sua vitalidade no mundo.

Seguindo esta linha de raciocínio, a natureza surge como espaço privilegiado para a expressão do corpo nos exercícios que viriam a constituir esta forma de “esporte” que buscamos ressaltar no resgate das sutilezas e nuances.

Com efeito, as múltiplas experiências das sensações que a proximidade com os espaços naturais propiciam – tal qual a pujança mesma das cores e de todo impacto que elas criam no que Merleau-Ponty chama de “diafragma interior” – estariam contribuindo para uma vivência mais orgânica da atividade esportiva enquanto âmagos de representação da potência do existir, expressa em conexão indissolúvel de corpo e psiquismo.

Claro está que este tipo de vivência não se restringe à natureza, pois mesmo em uma academia de ginástica, o “diafragma interior” poderia estar aberto para o olhar que reconhece o ‘transcendente’ para além do corriqueiro, com frequência em detalhes usualmente despercebidos, como a beleza de um feixe de luz entrando pela janela, o calor ‘íntimo’ dos próprios músculos, a pele sentindo as gotas do suor. Este tipo de experiência no momento do exercício equivaleria, por assim dizer, a uma espécie de reconhecimento do acontecimento anímico, como um fenômeno do nosso processo vital inerente e constituinte da nossa existência.

Lembremos, contudo, da importância de um reconhecimento por parte do sujeito destas várias camadas da experiência, tendo em vista o que Merleau-Ponty escreveu sobre o corpo ser o “pivô no mundo”, cujo movimento ao redor dos objetos é o que possibilita a percepção das suas várias faces. Do mesmo modo, a imagem da experiência esportiva como um arco-íris permite-nos dizer ainda que a totalidade – inesgotável – de sua vivência é somente apreendida quando temos a condição de reconhecer e transitar pelas suas diferentes cores, isto é, de reconhecermos, por exemplo, tanto os aspectos sociológicos quanto os psicológicos. Junto a isso, devemos acentuar não só o papel do movimento, mas também o da atenção, tendo em vista que frente à palheta de cores, de acordo com o ângulo de visão que nos é concedido, é ela quem de alguma forma, determina o foco de nosso olhar e as significações apreendidas.

Conclusão

Os adultos amadurecidos, destruindo e recriando o velho, o antigo e o ortodoxo, infundem-lhes nova vitalidade. (Winnicott, 2011[1965], p.138)

Apesar de a exibição e as *performances* concretas serem traços predominantes e acentuados na organização subjetiva do indivíduo pós-moderno, ainda vale explorarmos os caminhos da singularização, da capacidade de construir um sentido para a própria vida, de se sentir autor de si próprio e construtor de um mundo coletivo. Pensamos que isto passa por um resgate da dimensão experiencial, no qual o corpo ideal, marcado por uma otimização e pela imagem, é substituído por um corpo natural, mais espontâneo em sua expressão, e com liberdade para sentir o mundo por meio de um contato imediato, e impregnado de significações originárias.

A busca por uma experiência de autenticidade em meio às artificialidades do “aparecer”, ou seja, de estar constantemente se adaptando aos padrões e pressões do mundo externo, também passa pela singularização da nossa vivência do tempo. Trazer os conceitos de *Ócio Criador*, assim como de *Kairós* e *Espaço potencial*, é mostrar a urgência de estendermos o tempo, a fim de conseguirmos agir de forma menos automática, menos estereotipada e com mais liberdade de criação. Somente desta maneira, temos um tempo que singulariza os momentos e os marca com afetos, emoções e sensibilidade distintos – um período de favorecimento de uma metabolização da experiência.

Em termos mais objetivos, a exemplo de ilustração, a prática esportiva nos serve tanto como signo da sociedade do consumo e do espetáculo quanto para desvelar uma dimensão de busca do que potencialmente temos de melhor no que se refere aos nossos talentos e virtudes; de refinamento e excelência dentro de uma concepção ampla que vai até a responsabilidade com os contextos culturais e naturais; de desenvolvimento das capacidades físicas e psíquicas dentro de uma visão integrada, psicossomática; de aquisição de sentido através de recursos pré-reflexivos que elaboram nossas ações e sensações; de um *viver criativo*, para além das personalizações das aparências, das diferenças industrialmente produzidas e

distribuídas em nichos; de originalidade no que se refere ao que faz parte das origens da própria história de amadurecimento do indivíduo.

O esporte, assim, pode ser visto como um recurso valioso, uma espécie de filtro apaziguador para aquelas pessoas que buscam uma suavização do viver e uma proteção da sua sensibilidade frente aos excessos apresentados pela sociedade em forma de incessantes ofertas, propagandas e muitos estímulos sensoriais de todos os tipos.

Desta maneira, o esporte pode ser paradoxalmente usado para uma experiência de tranquilidade, de total relaxamento e desprendimento das expectativas e preocupações suscitadas no decorrer dos afazeres cotidianos, e ainda, servir para a experiência da vitalidade, das intensidades corpóreas e psíquicas, do sentimento de realidade e integração que são mobilizados nos estados de grande excitação durante as atividades.

O conceito winnicottiano de ambiente facilitador, como se viu, não pode ser tido por sinônimo de uma só coisa, de um aspecto, mas de múltiplos suportes que facilitam o progresso da tendência ao amadurecimento. O ambiente vai se ampliando: inicialmente é o colo e os cuidados maternos que devem prover a segurança para o relaxamento e inspirar explorações criativas. Depois entram o pai, os familiares, o lar. Mais adiante, no desenvolvimento, espera-se que o indivíduo adquira o próprio sentido de segurança e tenha necessidade de inserir-se em círculos, cada vez maiores, onde ele possa fazer “uma contribuição nascida de um impulso de criatividade ou generosidade”. Na verdade, o que está em jogo é a capacidade do indivíduo de expandir este colo materno e identificá-lo nos ambientes por mais largos e vastos que eles possam ser (Winnicott, 2011 [1965]p. 130).

Esses círculos, cada vez mais amplos, que a certa altura tornam-se os agrupamentos políticos, religiosos e sociais da sociedade, e talvez o próprio nacionalismo, são o produto final de um processo que se inicia com o cuidado materno e se prolonga com a família. (...)

Esse raciocínio identifica a maturidade adulta à sanidade psiquiátrica. Pode-se dizer que o adulto maduro é capaz de identificar-se a agrupamentos ou instituições sociais sem perder o sentido de continuidade pessoal e sem sacrificar em demasia seus impulsos espontâneos; isto é uma das raízes da criatividade” (Winnicott, 2011[1965], p.137)

A partir daí podemos propor que, sendo a sociedade pós-moderna essencialmente urbana, este ambiente favorável winnicottiano possa ser entendido em termos do *Zeitgeist* contemporâneo para os indivíduos e a cidade. Fazer uso da

cidade através do esporte, quando praticado nos espaços públicos, poderia ser uma forma lúdica e criativa de se sentir parte dela, de dar significado às suas ações, de criar relações mais estreitas e ricas com os outros objetos, pessoas e a própria natureza. Isto implica, claro, em um nível mais profundo, estar desenvolvendo um rico processo de amadurecimento psicológico do indivíduo.

Cabe aqui perguntarmos se os espaços públicos passariam a ser, para além do ambiente físico, locais reconhecidos por sua condição intrínseca de concretizarem os significados de grande importância cultural. Tendo como referência o estudo realizado por Rabello de Castro (2004) sobre o modo como crianças e jovens que vivem na cidade se constroem como seus habitantes, modificam a espacialidade e contribuem para modelar o espírito dela, fazemos uma transposição desta idéia para os esportistas amadores, que através de seus corpos que agem, se movimentam, se deslocam, estariam inscrevendo suas marcas pessoais na cidade, podendo contribuir para fazer dela o que ela é.

Vale dizer que em uma cidade como a do Rio de Janeiro, sempre referida como cartão postal pela notória beleza natural, o contato com esta natureza é geralmente intermediado por uma apreciação previamente condicionada pela cultura, fazendo com que muitos dos seus moradores e visitantes, incapazes de um sentir preliminar e de deixar que novos sentimentos sejam suscitados, usem apenas a beleza como cenário para seus espetáculos particulares do cotidiano, publicados na mesma hora nas redes sociais.

Trata-se de olhar para esta questão por um outro prisma, dando enfoque ao corpo-sujeito enquanto potência motora e sensorial, inserido no solo sensível da cidade, que através de sua prática esportista faz uso do espaço urbano como um palco vivo para a criação de novas significações para sua vida e podendo ainda contribuir para modelar o próprio espírito da cidade sendo, sentindo e agindo.

Deslocar-se significa, em primeiro lugar, submeter-se à concretude do corpo e à possibilidade de mobilidade deste através do espaço transformado que é a cidade. (...)Em segundo lugar, deslocar-se significa experimentar a materialidade do espaço recriando-a dando-lhe sentido através da ação. Neste sentido, o espaço não seria como algo inerte e morto, ou ainda, como um enquadre para a ação humana, mas integrante de como as ações- de um e de outros- se produzem mutuamente e se materializam. (Rabello de Castro, 2004 pp.72-73)

Referências bibliográficas

- ABRAM, J. **A linguagem de Winnicott**. Rio de Janeiro: Revinter, 2000
- BALESTRIERE, L. **Freud et las questions des Origines**. Bruxelles: De Boeck, 2008
- **Vida líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2007
- **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001
- BAUDIRLLARD, J. **A sociedade de consumo**. Lisboa: Edições 70, 1970
- BAUMAN, Z. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001
- **O mal-estar da pós-modernidade**. Rio de Janeiro: Zahar, 1999
- BEZERRA, B. **Winnicott e Merleau-Ponty: o continuum da experiência subjetiva**. In: BEZERRA, B & ORTEGA, F. (Org.) Winnicott e seus interlocutores. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2007
- BERMAN, M. **Tudo que é sólido desmancha no ar: as aventuras da modernidade**. São Paulo: Companhia das Letras, 1986
- BITTENCOURT, MI. **Reflexões sobre o tempo: instrumentos para uma viagem pelo ciclo vital**. Psychê Revista de Psicanálise ano 9 n° 15. São Paulo: Unimarco, 2005
- BITTENCOURT, MI. e DUARTE, PA. **Ócio e prática esportivarecreativa: via régia para o desenvolvimento de sinergias entre corpo, tempo e cultura na sociedade de consumo**. In: Martins, JC e Baptista, MM (orgs). O Ócio nas culturas contemporâneas. Teorias e novas perspectivas em investigação. Coimbra: Grácio Editor, 2013
- CABEZA, M C. Ócio humanista In: MC CABEZA e JC MARTINS. (Org). **Ócio para viver no século XXI**. Fortaleza: As Musas, 2008
- CERTEAU, M. **A invenção do cotidiano**. Petrópolis: Vozes, 1994
- DAVIS, M; WALLBRIGDE, D. **Limite e Espaço**. Rio de Janeiro: Imago, 1982
- DIAS, E. **A teoria do amadurecimento pessoal de D.W.Winnicott**. Rio de Janeiro: Imago, 2003
- DEBORD, G. **A sociedade do espetáculo**. Rio de Janeiro: Contraponto, 1967
- FILHO, J. **O ser e o viver: uma visão da obra de Winnicott**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989
- FREUD, S. (1905). **O chiste e sua relação com o inconsciente**. Edição standard das obras completas de S. Freud, vol. VIII. Rio de Janeiro: Imago, 1969

- **O ego e o id.** In S. Freud, Edição brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. (Vol. 19, pp. 13-83). Rio de Janeiro: Imago, 1976
- (1930[1929]) **O Mal-Estar na Civilização.** In: S. Freud, Edição brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. (Vol. 21. 67-73). Rio de Janeiro: Imago, 1976
- JAEGER, Werner. **Paidéia: A formação do homem grego.** São Paulo: Martins Fontes, 2013
- LIPOVETSKY, G. **A Era do Vazio: Ensaio sobre o individualismo contemporâneo.** Barueri, SP: Manole, 2005
- LOPARIC, Z. O “animal humano”. **Nat.hum.**, São Paulo, v.2, n.2, dez.2000. Disponível em <
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-24302000000200005&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt%20>. acesso em 17 set. 2013
- MAFFESOLI, M. **No fundo das aparências.** Petrópolis: Vozes, 1996
- MERLEAU-PONTY, M (1945). **Fenomenologia da Percepção.** São Paulo. Martins Fontes, 2011.
- MURAKAMI, H. **Do que falo quando falo de corrida.** Rio de Janeiro: Alfaguara, 2007
- OGDEN, T. **Esta arte da psicanálise: sonhando sonhos não sonhados e gritos interrompidos.** Porto Alegre: Artmed, 2010
- PHILLIPS, Adam. **Winnicott.** Aparecida, Sp: Idéias & Letras, 2006
- **Louco para ser normal.** Rio de Janeiro: Zahar,
- PRAT, AG. **Os benefícios do ócio.** In: JC CABEZA e M C e JC MARTINS, Orgs. **Ócio para viver no século XXI** . Fortaleza: As Musas, 2008
- RABELLO de CASTRO, L. **A Aventura Urbana: crianças e jovens no Rio de Janeiro.** Rio de Janeiro: 7 letras, 2004
- RUBIO, K. **O Atleta e o Mito do Herói: O imaginário esportivo contemporâneo.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001
- SALIS, V. D. **Ócio: da Antiguidade ao século XXI** In: MC Cabeza e JC Martins, Orgs. **Ócio para viver no século XXI** . Fortaleza: As Musas, 2008
- SÊNECA. **Da tranquilidade da alma.** Porto Alegre: L&M Pocket, 2009.
- VERGEZ, André e HUISMAN, D. **História dos filósofos.** Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 1980
- WINNICOTT, D.W. (1958) **A capacidade para estar só.** In: O ambiente e os processos de maturação. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982
- **A Criatividade e suas origens.** In: O Brincar e a Realidade. Rio de Janeiro: Imago, 1975
- (1950-55) **A Agressividade em Relação ao Desenvolvimento Emocional.** In: Da Pediatria à Psicanálise. Rio de Janeiro: Imago, 2000

————— (1962) **A integração do ego no desenvolvimento da criança.** In: O ambiente e os processos de maturação. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982

————— (1967) **A localização da Experiência Cultural.** In: D.W.Winnicott. O Brincar e a Realidade. Rio de Janeiro: Imago, 1975

————— (1949) **A Mente e sua Relação com o Psicossoma.** In: Da Pediatria à Psicanálise. Rio de Janeiro: Imago, 2000

————— (1969) **A experiência Mãe-Bebê de Mutualidade.** In: WINNICOTT, C; SHEPHERD, R; DAVIS, M. (Orgs). Explorações Psicanalíticas: D.W.Winnicott. Porto Alegre: Artmed, 1994

————— (1963) **Da dependência à independência no desenvolvimento do indivíduo.** In: O ambiente e os processos de maturação. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982

————— (1945) **Desenvolvimento Emocional Primitivo.** In: Da Pediatria à Psicanálise. Rio de Janeiro: Imago, 2000

————— (1960) **Família e Maturidade Emocional.** In: A família e o desenvolvimento do indivíduo. São Paulo: Martins Fontes, 2011.

————— (1949) **Memórias do Nascimento, Trauma Do Nascimento e Ansiedade.** In: Da Pediatria à Psicanálise. Rio de Janeiro: Imago, 2000

————— **Natureza Humana.** Rio de Janeiro: Imago, 1990

————— **O Brincar.** In: O Brincar e a Realidade. Rio de Janeiro: Imago, 1975

————— **O lugar em que vivemos.** In: O Brincar e a Realidade. Rio de Janeiro: Imago, 1975

————— (1965) **O primeiro ano de vida: Concepções Modernas do Desenvolvimento Emocional (1958).** In: A família e o desenvolvimento do indivíduo. São Paulo: Martins Fontes, 2011.

————— (1951) **Objetos Transicionais e Fenômenos Transicionais.** In: Da Pediatria à Psicanálise. Rio de Janeiro: Imago, 2000

————— (1968) **O Brincar e a Cultura.** In: WINNICOTT, C; SHEPHERD, R; DAVIS, M. (Orgs). Explorações Psicanalíticas: D.W.Winnicott. Porto Alegre: Artmed, 1994

————— (1963) **O Desenvolvimento da capacidade de se preocupar.** In: O ambiente e os processos de maturação. Porto Alegre: Artes Médicas, 1982

————— (1947) **O Ódio na Contratransfência.** In: Da Pediatria à Psicanálise. Rio de Janeiro: Imago, 2000

————— (1960) **Segurança.** In: A família e o desenvolvimento do indivíduo. São Paulo: Martins Fontes, 2011.

————— (1970) **Sobre as Bases para o *Self* no Corpo.** In: WINNICOTT, C; SHEPHERD, R; DAVIS, M. (Orgs). Explorações Psicanalíticas: D.W.Winnicott. Porto Alegre: Artmed, 1994

————— (1964) **Transtorno [*disorder*] Psicossomático.** In: WINNICOTT, C; SHEPHERD, R; DAVIS, M. (Orgs). Explorações Psicanalíticas: D.W.Winnicott. Porto Alegre: Artmed, 1994