

Biodanza e Análise Transacional: dois elementos para um breve memorial

Autor: Silvério Augusto Moura Soares de Souza

Resenha por Maria de Fátima Almeida

“Se não amar o mundo, se não amar a vida, não consigo entrar em diálogo.”

Paulo Freire

Gostaria, antes de mais nada, de destacar o impacto transformativo que esta leitura propiciou, fiquei mais contemplativa em relação à natureza e passei a me deliciar ainda mais com a beleza da vida.

À luz de uma perspectiva inclusiva e emancipadora, o autor, em tom memorialista, aponta caminhos para vivenciarmos a poética do encontro humano, expressa na Biodanza, de maneira entrelaçada com a valorização das interações interpessoais respeitadas, ternas e horizontais, objeto de estudo da Análise Transacional.

A Biodanza, cujo principal expoente é Rolando Toro, é alicerçada no princípio biocêntrico, segundo o qual estamos integrados à natureza e aos outros seres vivos e a vida ocupa um lugar de centralidade que extrapola a visão meramente antropocêntrica. O conceito de inconsciente vital, um segundo eixo de sustentação da Biodanza, está relacionado à regulação do nosso organismo, incluindo o nível celular, e é por vezes percebido a partir de uma sensação geral de bem estar ou de mal estar. Por sua vez, em relação ao nosso potencial genético, Toro o agrupou em cinco categorias - vitalidade, afetividade, criatividade, sexualidade e transcendência - que são vivenciadas em encontros regulares envolvendo música e movimento, de maneira progressiva. O livro explica como sessões de Biodanza ocorrem na prática e apresenta depoimentos de pessoas que as vivenciaram.

A Análise transacional, trazida por Eric Berner, busca alcançarmos o adulto integrado, que se caracteriza pela atratividade, simpatia, análise objetiva dos dados da realidade e responsabilidade ética. Neste caso, dialogamos com a criança e o pai que reside em nós, integrando os aspectos positivos, como a criatividade da criança e a proteção do pai. Em algumas situações, no entanto, identifica-se uma contaminação do adulto pela criança ou pelo pai, ou por ambos, reverberando-se aspectos negativos, como uma rebeldia infrutífera passiva ou ativa, no caso da criança, ou um pai revelando-se perseguidor ou superprotetor. Tais fragilidades propiciam que escorreguemos em jogos psicológicos, na esperança de se obter alguma pseudo-vantagem. A Análise Transacional é um caminho para nos darmos conta destes processos e reprogramarmos os “scripts” de nossas vidas, ajudando-nos a escapar destes jogos e a atingirmos o estado de ego do adulto integrado. Neste ponto, a Biodanza entra como uma grande aliada, a partir de vivências revitalizadoras.

O caráter educacional, social-inclusivo, político-pedagógico e formativo é marcante na obra, o que evidencia a história do autor, um educador engajado. A cereja no bolo, no entanto, são as obras de arte realizadas em diferentes momentos pelo autor-artista, que completam a mensagem de maneira tocante. Recomendo fortemente a leitura!