

O Lugar do corpo no Psicodrama^a

Mário Costa Carezzato^b

1 – Psicodrama.

Apesar do Psicodrama não ser uma psicoterapia corporal (categoria que melhor se atribui às psicoterapias reichianas, pós reichianas e afins), nele, numa maneira peculiar, o corpo exerce importante função, relacionada em muito a sua eficácia terapêutica.

Criação de Jacob Levy Moreno, o Psicodrama é o resultado de um longo trajeto percorrido por seu autor, paralelo à psicanálise de Freud, cujas origens estão na mística do Hassidismo, movimento religioso judaico derivado da Cabala e que pregava a necessidade de se substituir a relação vertical com Deus por uma relação horizontal: Deus não estaria longe, mas aqui mesmo na Terra.¹

A aventura Moreniana começa corporalmente, como ele mesmo relata, numa brincadeira aos 5 anos de idade em que, brincando de céu e de anjos com os amigos, decide galgar uma pilha de cadeiras sobre uma mesa de carvalho para jogar o papel de Deus, o que lhe custou um braço quebrado muito embora tenha inaugurado o seu papel de diretor de psicodrama, dirigindo um grupo de amigos.

Estando em sintonia com sua época, na Viena de fins do século XIX até os anos 30, Moreno conviveu com movimentos que, em oposição à vida industrial, à mercantilização e aos conhecimentos ditos técnico-científicos, pregavam a crítica radical da civilização industrial-burguesa, o retorno à religião e à preocupação com a espiritualidade, tendo participado de um movimento de andarilhos que, em grupos, se esparramavam pelos arredores das grandes cidades, buscando a vida ao ar livre, o contato com a “mãe natureza” e, sobretudo, a religiosidade.²

Vem daí a experiência nos bosques de Viena, dando seguimento a suas práticas grupais, aonde Moreno reunia crianças para lhes contar histórias que eram dramatizadas e resignificadas por elas mesmas. Impressionava-lhe a maneira como as crianças se dispunham em círculos ao seu redor, como eram tomadas e como interagiam com as narrativas. Mais tarde, iniciou atendimento de prostitutas em que se reunia com elas para que conversassem sobre suas experiências, vivências e problemas, sem buscar de forma alguma que elas deixassem de ser prostitutas, mas sim que pudessem assumir a sua condição humana, resgatando a sua dignidade^c.

Em 1921 Moreno funda o *Teatro da Espontaneidade*, aonde os atores improvisavam suas representações, criando no momento os papéis a desempenhar. A proposta de Moreno era de que os desempenhos fossem baseados em uma condição inata do ser humano, que seria perdida, ou pouco desenvolvida, durante o crescimento, à qual deu o nome de *espontaneidade*. Podemos citar Moreno: “*O crescimento físico do organismo do embrião e sua prontidão anatômica para o grande mergulho no último mês de gravidez não podem ser considerados uma explicação suficiente para que se nasça com vida e depois se viva de modo exuberante. Deve existir um fator com que a natureza generosamente dotou o recém chegado, de modo que possa desembarcar com segurança e radicar-se, pelo menos provisoriamente, num universo inexplorado. Esse fator é diferente e algo mais do que a energia dada que se conservou no corpo do recém-nascido. É um fator que possibilita superar-se a si mesmo, a*

^a Trabalho originalmente apresentado na mesa redonda “O Corpo em Diferentes Escolas Psicoterápicas” no IV Congresso Sul Mineiro de Medicina Psicossomática, novembro de 2004.

^b Médico psiquiatra, psicoterapeuta e supervisor de Psicodrama pela FEBRAP.

^c Numa compreensão kantiana, a dignidade humana contrapõe-se à coisificação do ser humano, devendo portanto o Homem ser considerado como um fim em si, e não como um meio.

*entrar em novas situações como se carregasse o organismo, estimulando e excitando todos os seus órgãos para modificar suas estruturas, a fim de que possam enfrentar as suas novas responsabilidades. A esse fator aplicamos o termo espontaneidade (fator e).”*³ A espontaneidade, portanto, é um estado de consciência, no qual o indivíduo está apto a criar e a inovar. É a origem de todo processo criativo e artístico e inspiração dos grandes místicos. Como diz Moreno, é difícil, por exemplo, imaginar Cristo escrevendo, decorando e ensaiando o Sermão da Montanha, mais provavelmente produto inspirado de um *ato espontâneo*.

Mas, se a *espontaneidade* é um estado de consciência, na sua gênese o corpo atua relevantemente: o primeiro passo para que possamos atingir um *estado espontâneo* é o *processo para o aquecimento*, preparatório para que o organismo realize o *ato espontâneo*. A expressão somática do *aquecimento* ocorre em torno de áreas focais, assim denominadas *zonas*. Ao falar do desenvolvimento dos recém-nascidos, Moreno apontava, por exemplo, uma zona oral, uma zona visual, uma zona anal, e etc., sendo que as zonas sempre atendem ao interesse de uma função indispensável à criança. Importa ressaltar que a zona não se limita ao órgão envolvido; assim, por exemplo, a zona oral não se restringe à boca do nenê, às suas sensações labiais ou gustativas, mas envolve também, além deles, o mamilo, o leite, o ar, fatores todos estes convergentes em um foco para que a zona entre em ação. A *espontaneidade*, portanto, depende de uma interação corporal e ocorre na relação. Temos aqui o modelo de como o jogo espontâneo e relacional forma uma identidade, pois se num primeiro momento seio, leite, colo são percebidos como partes da criança, a relação espontânea possibilita com o amadurecimento que se distinga de início um Eu, depois que além do Eu exista um TU, mais tarde que possa aparecer um ELE e finalmente que o EU possa relacionar-se com um grupo.

Esta é, pois, a base estrutural do Psicodrama: o indivíduo interagindo de forma espontânea gera um ato que transforma simultaneamente a relação enquanto reconstrói o próprio Eu. O ato espontâneo, desta forma, compromete o indivíduo na relação, pois envolve as vontades tanto quanto as adequadas percepções do outro e de si próprio. Consciente e inconsciente, Eu e o Outro, estão envolvidos em um só curso de experiência.

2 – O corpo e a ação.

O Psicodrama, enquanto psicoterapia, nasceu com a constatação do efeito terapêutico de representarmos nossos papéis pessoais, ou seja, a nós próprios, no palco do Teatro Espontâneo. Em sua proposta inicial, como vimos, pretendia aprimorar as experiências humanas, mais do que tratar da doença psíquica, embora saibamos hoje que doença e saúde, de um ponto de vista dinâmico, são pólos de um mesmo *continuum*. Seu método consiste em atuar dramaticamente de forma a transformar papéis rudimentares ou estereotipados em papéis espontâneo-criativos, revitalizando, portanto, nossas percepções de nós próprios e de nossas relações e criando novos sentidos para nossa participação no mundo.

Sendo teatro, a ação se faz através do corpo, corpo este que participa do processo de aquecimento, e que se move e atua no palco psicodramático. São poucos, entretanto, os autores que se dedicam a este tema.

Fonseca⁴ propõe que podemos distinguir três dimensões em que o corpo aparece no Psicodrama; a primeira dimensão do *corpo físico*, biológico. É o corpo que adoece fisicamente e, gostaria de acrescentar, é o corpo que se ergue, movimenta e suporta a atividade sensorial. A segunda dimensão proposta pelo autor é a do *corpo psicológico ou simbólico*, aonde estariam as representações afetivas de cada parte do corpo, ou da doença. Assim, o somático adquire um significado psíquico próprio nas vivências de cada indivíduo. Uma cardiopatia no corpo físico pode significar, nesta dimensão, um desamparo; uma impotência sexual uma agressão, e assim por diante. A terceira dimensão é a do *corpo energético*, resultado da interação entre o *corpo físico* e o *psicológico ou*

simbólico cujo conceito, de acordo com Fonseca, se assemelharia à aura. A importância do *corpo energético* estaria no fato de que ele pode estar alterado antes mesmo de uma doença manifestar-se.

Penso que poderíamos, com a mesma propriedade, denominar esta dimensão de *corpo psicossomático*, pois ao falarmos de psicossomático estamos incluindo aqui os fatos bem e mal conhecidos, que até hoje são apreendidos muitas vezes mais pela intuição do que pela racionalidade, que ocorrem nesta interação *corpo físico - corpo psicológico ou simbólico*. É frequente, sabemos, a ocorrência de infecções de garganta em situações de angústia (choro contido, diz a intuição), ou fraturas de pé no primeiro dia de férias de pacientes obsessivos, assim como a constipação intestinal nas viagens de pessoas fóbicas, embora nem sempre a psico/fisiopatologia destes fenômenos seja totalmente compreendida.

Quero acrescentar, porém, uma dimensão a qual julgo a mais importante dentro do Psicodrama, e que chamarei aqui de *dimensão psicodramática do corpo*. Trata-se de uma dimensão dinâmica, que só dura enquanto Ato, e que integra todas as outras dimensões já mencionadas. Aparece quando, após um processo de aquecimento, o corpo se ergue e se dirige para a ação dramática, veículo da *espontaneidade* e aberto para experimentar e descobrir o ainda desconhecido.

Ao caminhar para o palco, o corpo treme e arfa, cadinho de anseios, medos, percepções e sensações, e no palco encontra outros corpos que interagindo com ele criam novas percepções e caminhos. O corpo ali existe como um *centro virtual de ações*⁵, envolvido em um universo nem real nem imaginário, mas que se realiza através da corporeidade que possibilita a abertura entre o nível virtual e o real.

Ao dar materialidade a todas essas vivências, o corpo que se fixa no *aqui e agora* permite que atualizemos o passado, ligando-o ao presente e ao futuro. Através da dramatização, possibilita que nos transportemos pelo espaço, indo a lugares distantes brincando com nossa própria corporeidade. Por seu pé na realidade, assegura as possibilidades de confrontarmos o próprio real em suas múltiplas dimensões e experimentarmos todas as possibilidades do virtual.

Portanto, este *corpo psicodramático* que desmente a lógica cartesiana, “*Penso, logo existo*”, revelando que “*Existo aonde não penso*”. A cena dramática, que se passa na Ordem do Mito⁶, e que se encarna através deste corpo em ação, evidencia o que sou e também o que não sou, determinando a parte mais central da personalidade, a que sempre permanece e que se mantém independentemente de todos os papéis que se possa desempenhar, ou de todas as emoções que se possa sentir: o Self.

Assim também, corpo ao estabelecer-se como sustentáculo da experimentação do Self, através da livre manifestação da espontaneidade, evidencia o seu caráter relacional, integrando-o a um fluxo criativo em uma dimensão maior, como parte da natureza e do universo, o Self como manifestação de uma divindade: o Self cósmico.

Bibliografia

- ¹ FONSECA Fº, J S ; “Psicodrama da Loucura: correlações entre Buber e Moreno” – São Paulo: Ágora, 1980.
- ² ALMEIDA, W C ; “Moreno: encontro existencial com as psicoterapias” – São Paulo: Ágora, 1991.
- ³ MORENO, J L ; “Psicodrama” – São Paulo: Editora Cultrix, 1978.
- ⁴ FONSECA Fº, J S; “Psicoterapia da Relação – Elementos de psicodrama contemporâneo” – São Paulo: Ágora, 2000.
- ⁵ NAFFAH Nº, A; “Psicodramatizar – Ensaio” - São Paulo: Ágora, 1980.
- ⁶ MASSARO, G; “Esboço para uma Teoria de Cena” – São Paulo,: Ágora 1996