



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES**

MARIA APARECIDA PORTE FERREIRA

**A BIODANZA NA PERCEPÇÃO DAS MULHERES: UM ENCONTRO COM A
ESPIRITUALIDADE E A SAÚDE**



**JOÃO PESSOA - PB
2019**

MARIA APARECIDA PORTE FERREIRA

**A BIODANZA NA PERCEPÇÃO DAS MULHERES: UM ENCONTRO COM A
ESPIRITUALIDADE E A SAÚDE**

Dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões (PPGCR) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), na linha de pesquisa, Espiritualidade e Saúde como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Ciências das Religiões.

ORIENTADOR: Prof. Dr. Fabrício Possebon.

**JOÃO PESSOA - PB
2019**

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

F383b Ferreira, Maria Aparecida Porte.

A Biodanza na percepção das mulheres: um encontro com a espiritualidade e a saúde / Maria Aparecida Porte Ferreira. – João Pessoa, 2019.

120 f. : il.

Orientação: Fabrício Possebon.

Dissertação (Mestrado) – UFPB/Educação.

1. Biodanza, Mulher, Saúde e Espiritualidade. 2. Práticas Integrativas. I. Possebon, Fabrício. II. Título.

UFPB/BC

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES

A BIODANZA NA PERCEPÇÃO DAS MULHERES: um encontro com a espiritualidade e a saúde.

Maria Aparecida Porte Ferreira

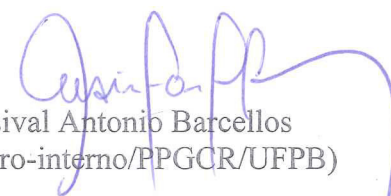
Dissertação apresentada à banca examinadora formada pelos seguintes especialistas.



Fabricio Possebon
(orientador/PPGCR/UFPB)



Elisa Pereira Gonsalves
(membro-interno/PPGCR/UFPB)



Lusival Antonio Barcellos
(membro-interno/PPGCR/UFPB)

Aprovada em 31 de julho de 2019.

Ao Mestre Rolando Toro.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deusa, a Deus e ao Cosmo.

As mulheres que vieram antes de mim, a representação do feminino em mim em todas as suas faces.

A minha avó-mãe, amorosa, cuidadora, educadora, cabocla, rezadeira, benzedeira, lutadora, referência espiritual de vida, neste agora.

A minha mãe, pela sua amorosidade tão presente na minha vida.

Ao meu pai, pela força e coragem em mim.

Aos amigos e amigas biodanzantes, anjos que iluminam a minha vida, nesta experiência.

À Elisa Gonsalves Possebon, pela amorosidade e pelos nossos encontros biocêntricos e biodanzantes, nesta minha caminhada como aprendente permitindo-me descobrir novos horizontes, com inúmeras possibilidades. A minha eterna gratidão.

A Fabrício Possebon, mestre-orientador, pelos preciosos ensinamentos e amorosidade, na minha progressividade acadêmica no mestrado em Ciências das Religiões.

Aos mestres e mestras do Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões, pelos ensinamentos e dedicação.

Aos colegas do mestrado e doutorado, turmas 2017.2, pelo compartilhar sonhos e aprendizagens.

Ao professor Gerson da Silva Ribeiro do Departamento de Enfermagem Clínica pelo auxílio junto ao Comitê de Ética.

À CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior), pelo apoio financeiro.

Aos professores membros da Banca Examinadora, pelo convite e as contribuições, no desenvolvimento deste trabalho.

À equipe do Núcleo de Educação Emocional, pelo apoio em meus estudos.

Às mulheres do grupo de biodanza e à facilitadora Débora Cabral Leite, do Equilíbrio do Ser em João Pessoa, que foram fundamentais para elaboração deste trabalho.

A força que nos conduz
é a mesma que acende o sol
que anima os mares
e faz florescer as cerejeiras.
A força que nos move
é a mesma que estremece as
sementes
com sua mensagem imemorial de
vida.
A dança gera o destino
sob as mesmas leis que vinculam
a flor à brisa.
Sob o girassol de harmonia
Todos somos um.

(Rolando Toro)

RESUMO

O estudo objetivou investigar a importância da biodanza como prática do cuidado e sua influência na espiritualidade na percepção das mulheres, no grupo de biodanza. A pesquisa foi realizada com sete mulheres, que participam do grupo de biodanza, no Equilíbrio do Ser/CPICS - Secretaria Municipal de Saúde - João Pessoa/PB. A pesquisa partiu dos seguintes questionamentos: Qual é o impacto da biodanza na vida das mulheres? Como a biodanza pode influenciar na saúde e na espiritualidade das mulheres? O diálogo teórico versou em relacionar os conceitos e significados acerca da biodanza e da espiritualidade, como também abordou questão de gênero e o cuidado com a saúde da mulher. Registrou-se que a biodanza apresenta um modelo – teórico – metodológico e vivencial específico que está ancorado no Princípio Biocêntrico. As cinco Linhas de Vivência (vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência) têm um efeito integrador que atua no organismo em todos os níveis: emocional, neurológico, endócrino e imunológico, modificando o estilo de vida, no despertar da consciência de si e cria novas motivações para viver. A desconexão e desassociação entre corpo/alma/espírito/natureza/sagrado/profano, dentre outros, podem levar à patologia, como alerta Rolando Toro. A espiritualidade é compreendida como componente essencial para saúde e, é expressa na busca individual, dando novo sentido à vida das pessoas. Na biodanza, a transcendência é a expressão saudável da espiritualidade, sendo impossível conceber a espiritualidade sem vitalidade, a energia vital. Assim, o corpo, a matéria torna-se um componente essencial canalizador que permite a conexão, a expressão e o encontro com espiritualidade. Desse modo, este estudo, trata-se de uma pesquisa qualitativa, de cunho fenomenológico, com abordagem hermenêutica. Foi realizada através de aplicação de questionário e entrevistas guiadas, com mulheres participantes do grupo de biodanza. A pesquisa destacou interlocuções de Rolando Toro (1991), Boff (1999), Lelloup (2003), Frankl (2008), Jung (1990), Eliade (2011), Bourdieu (2003), Perrot (1996), Beauvoir (1987), Koenig (2012), Rohr (2012), Creswell (2014), Masini (2010), Maturana e Varela (1990), Capra (1997), Possebom (2018), Possebom (2017), Gonsalves (2010) entre outros, que buscou-se dialogar. De acordo com a pesquisa pode-se compreender que a biodanza tem um papel fundamental na vida da mulher que a pratica. O reconhecimento do feminino de si é o primeiro passo para a mulher despertar do sono profundo e encontrar dentro de si a força, o equilíbrio e harmonia.

Palavras-chave: Biodanza, Mulher, Saúde e Espiritualidade, Práticas Integrativas.

ABSTRACT

The study aimed to investigate the importance of biodanza as a practice of care and its influence on the spirituality and the perception of women in the biodanza group. The research was carried out with seven women, who participate in the biodanza group, in the Equilibrio do Ser / CPICS - Municipal Health Secretariat - João Pessoa / PB. The research was based on the following questions: What is the impact of biodanza on women's lives? How can biodanza influence women's health and spirituality? The theoretical dialogue focused on relating concepts and meanings about biodiversity and spirituality, as well as addressing gender issues and caring for women's health. It was recorded that biodanza presents a specific theoretical-methodological and experiential model that is anchored in the Biocentric Principle. The five lines of life (vitality, sexuality, creativity, affectivity and transcendence) have an integrative effect that acts on the body at all levels: emotional, neurological, endocrine and immunological, modifying lifestyle, awakening self-consciousness and creates new motivations to live. The disconnection and disassociation between body / soul / spirit / nature / sacred / profane, etc. can lead to pathology, as alert Rolando Toro. Spirituality is understood as an essential component for health and is expressed in individual search, giving new meaning to people's lives. In biodanza, transcendence is the healthy expression of spirituality, and it is impossible to conceive of spirituality without vitality, the vital energy. Thus, the body, matter becomes an essential channeling component that allows connection, expression and encounter with spirituality. It, this is a qualitative, research of phenomenological nature with a hermeneutical approach. It was performed through a questionnaire application and guided interviews with women participants of the biodanza group. The research highlighted dialogues Rolando Toro (1991), Boff (1999), Lelloup (2003), Frankl (2008), Jung (1990), Eliade (2011), Bourdieu (2004), Koenig (2012), Rohr (2012), Creswell (2014), Masini (2010), Maturana and Varela (1990), Capra (1997), Possebon (2018), Possebon (2017) among others that we sought to engage in dialogue. According to the research it can be understood that biodanza plays a fundamental role in the life the woman who practices it. The recognition of the feminine self is the first step for the woman to awaken from deep sleep and to find strength, balance and harmony within her.

Keywords: Biodanza, Woman, Health and Spirituality, Integrative Practices.

LISTA DE QUADROS

Quadro1: Dissertações sobre Biodanza (Biblioteca Digital Domínio Público)	20
Quadro 2: Dissertação sobre Biodanza (CAPES)	20
Quadro 3: Tese sobre Biodanza (CAPES)	22
Quadro 4: Dissertação e Teses	23
Quadro 5: Sentido do cuidar em biodanza	32
Quadro 6: Perfil das mulheres entrevistadas	48
Quadro 7: Passos procedimentais para a constatação da saturação teórica	50
Quadro 8: Saturação Teórica	50
Quadro 9: Dança dos quatro elementos / Dança dos quatro animais	55
Quadro 10: Sistema Biodanza	61
Quadro 11: Paradigma da Biodanza	67
Quadro 12: Mecanismo de Ação	72
Quadro 13: Protovivência	76
Quadro 14: Linhas de Vivência	82
Quadro 15: Constituição do Ser	88
Quadro 16: Relação vivência, comportamento e experiência vivida	98
Quadro 17: Mudanças significativas em biodanza vivenciadas pelas mulheres entrevistadas	100

LISTA DE IMAGEM

Imagem 1:	Equilíbrio do Ser, o campo da pesquisa	38
Imagem 2:	Panorama das práticas, no Equilíbrio do Ser.	39
Imagem 3:	Entrevista guiada, no Equilíbrio do Ser.	45
Imagem 4:	Aplicação de questionário.	47
Imagem 5:	Vivência de biodanza.	53
Imagem 6:	Rolando Toro.	57
Imagem 7:	Modelo Teórico da Biodanza.	69
Imagem 8:	Roda de comunicação em vivência pelo olhar.	81
Imagem 9:	Celebrando a vida em vivência.	85

LISTA DE SIGLAS

CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
GRUPEE	Grupo de Pesquisa em Educação Emocional
EJA	Educação de Jovens e Adultos
UVA	Universidade Estadual Vale do Acaraú
JOFEM	Jornada de Formação de Alfabetizadores de Jovens e adultos no Município de João Pessoa
UFPB	Universidade Federal da Paraíba
SEDEC	Secretaria de Educação e Cultura
IBF	International Biocentric Foundation
UFRJ	Universidade Federal do Rio de Janeiro
UFRGS	Universidade Federal do Rio Grande do Sul
CR	Ciências das Religiões
UFSC	Universidade Federal de Santa Catarina
ESTRATEGIO	Faculdade de Pós-Graduação
UCB	Universidade Católica de Brasília
PUC-RJ	Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro
PUC-SP	Pontifícia Universidade Católica de São Paulo
PUC-RS	Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul
UFC	Universidade Federal do Ceará
USP	Universidade de São Paulo
UFAL	Universidade Federal de Alagoas
DGC	Diretoria de Gestão Curricular
PICS	Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
CAAE	Certificado de Apreciação para Apreciação Ética
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
SUS	Sistema Único de Saúde
IEP	Instituto de Educação da Paraíba
CPICS	Centro de Práticas Integrativas e Complementares
ESEJD	Escola Superior de Educação João de Deus
CIMEB	Centro de Investigación de Música y Ejercicios de Biodanza

SUMÁRIO

	APRESENTAÇÃO.....	13
1	TRILHANDO CAMINHOS BIODANZANTES E ACADÊMICOS NO PALCO DA VIDA.....	14
1.1	O universo da pesquisa.....	19
1.1.1	A Biodanza no cuidado com a mulher.....	25
1.1.2	Biodanza na saúde coletiva das PICS.....	32
1.2	Desenho teórico-metodológico da pesquisa.....	39
1.2.1	O trabalho de campo.....	45
1.2.2	Organização e análise dos dados.....	49
2	BIODANZA A LINGUAGEM POÉTICA DOS CORPOS.....	53
2.1	Biodanza: um breve histórico.....	57
2.1.1	Definição, origem e princípios.....	60
2.1.2	O Princípio Biocêntrico.....	63
2.2	Modelo Teórico da Biodanza.....	68
2.2.1	Mecanismos em ação.....	71
2.2.2	Vivência	75
2.2.3	Potenciais genéticos.....	78
2.3	Linhas de vivência	81
3	A BIODANZA E ESPIRITUALIDADE, VÍNCULOS PARA SAÚDE PERCEBIDA: A VOZ DAS DEUSAS.....	85
3.1	Biodanza, o caminho para espiritualidade.....	85
3.1.1	Espiritualidade: conceitos e princípios	89
3.2	A saúde percebida através da biodanza.....	93
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	102
	REFERÊNCIAS.....	105
	APÊNDICES.....	116

APRESENTAÇÃO

A dissertação aqui apresentada, intitulada “A biodanza na percepção das mulheres: um encontro com a espiritualidade e a saúde”, tem como tema central a importância da biodanza como prática do cuidado e sua influência na espiritualidade. Objetivando investigar como as mulheres se percebem a partir da vivência de biodanza.

A pesquisa está estruturada em três capítulos: Trilhando caminhos biodanzantes e acadêmicos no palco da vida; A biodanza, a linguagem poética dos corpos; A biodanza e espiritualidade, vínculos para a saúde percebida: a voz das deusas.

O primeiro capítulo trata-se da descrição da história de vida da autora e dos caminhos percorridos até aqui chegar, na tentativa de mostrar um pouco da sua origem e da aproximação com objeto de estudo. Em seguida, o universo da pesquisa, a biodanza no cuidado da mulher e a saúde coletiva são apresentados de forma introdutória trazendo à tona a discussão sobre o cuidado, saúde e a mulher neste contexto. O trabalho de campo é trazido o construto teórico - metodológico da investigação, a organização e análise dos dados a partir dos seus interlocutores.

O segundo capítulo, biodanza a linguagem poética dos corpos, é feito todo um questionamento traçando o panorama histórico e conceitual, apresentando o arcabouço teórico e metodológico da biodanza, o Princípio Biocêntrico enfatizando o Modelo Teórico da Biodanza.

O terceiro capítulo, a biodanza e espiritualidade, vínculos para saúde percebida: a voz das deusas discorre acerca da biodanza e sua influência na espiritualidade. São abordados os aspectos referentes aos conceitos, significados e sua relevância para constituição do ser e a saúde percebida a partir da biodanza. Em seguida é apresentado os resultados dos dados da pesquisa, analisando conceitos e significados acerca da biodanza vivenciados pelas participantes do grupo da biodanza, estabelecendo a relação com o cuidado, saúde e a espiritualidade. O quarto capítulo por fim as considerações finais.

1 TRILHANDO CAMINHOS BIODANZANTES E ACADÊMICOS NO PALCO DA VIDA

Nós somos a memória do mundo. Só é preciso lembrar que é em nossas células. A coragem de inovar. O abraço, e a reunião de despedida. O mar na nossa pele. A música da vida. A dança da vida. Biodanza nos dá memória ancestral, a possibilidade absoluta de amor. (ROLANDO TORO *in* TERRÉN; VERÔNICA TORO, 2008, p. 14 - tradução nossa).

Este capítulo aborda o universo da investigação e o desenho teórico-metodológico da pesquisa com intuito de problematizar o tema Biodanza, o cuidado com mulher, saúde coletiva e as PICS. Busca-se descrever a trajetória acadêmica, objetivando mostrar como deu-se o encontro entre a pesquisadora e tema deste estudo.

Toda a trajetória percorrida na vida, inicia-se desde a infância, onde aprendi a dar os primeiros passos. Refletir sobre o encontro com o tema requer um mergulho profundo em minha trajetória de vida e recuperar memórias que permitem despertar o olhar para a questão da biodanza, como prática do cuidado e como ela pode auxiliar às mulheres, no seu processo de autoconhecimento e melhor qualidade de vida saudável.

Navegar na temporalidade e recordar a minha história de vida permite uma percepção mais ampliada das próprias aprendizagens, dando novos rumos e significados à própria vivência. Assim, percebi que o meu encontro com o tema não tenha sido germinado nos grupos regulares biodanza dos que participei a partir de 2004, ou quando ingressei na Especialização de Educação Biocêntrica, na Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

Esse encontro com o tema aconteceu no curso de Formação em Biodanza, na Escola de Biodanza Extremo Oriental das Américas da Paraíba. Ao ingressar no mestrado, no Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões, na Linha de Espiritualidade e Saúde, na condição de educanda do mestrado, que foi possível compreender a dimensão e a relevância deste estudo teórico e vivencial para o campo do trabalho científico.

Desse modo, compreendendo que “a pesquisa é um conjunto de processos sistemáticos, críticos e empíricos aplicados no estudo de um fenômeno” (SAMPIERI; COLLADO; LUCIO, 2013, p. 30), a partir do/a pesquisador/a cognoscente, a escolha de um tema a ser pesquisado pode surgir de diferentes formas: no local de trabalho,

no ambiente comunitário, por meio de bibliografia, buscando em livros e publicações acadêmicas (GRAY, 2012). Considerando que o tema pesquisado também pode ter a origem mais profunda na vida da pesquisadora. Uma vez que a minha trajetória biodanzante e acadêmica estará, inelutavelmente, implicada nas minhas escolhas teóricas e epistemológicas.

Nasci nos pampas gaúcho, na cidade de Cruz Alta - RS. A cidade do saudoso escritor e poeta Érico Veríssimo. No Rio Grande do Sul, as estações do ano são bem definidas e principalmente no inverno nos dias que a friagem é mais intensa é possível perceber a paisagem com um aspecto diferente, europeu, até mesmo encantador, coberto pela geada. Em dias de outono, o vento minuano soprando forte, trazendo com ele a renovação e a beleza do novo alvorecer.

Na primavera, a beleza, o perfume e o desabrochar das flores, e no verão são marcados pelo brilho radiante do sol, dias quentes e as noites estreladas, cintiladas pela beleza contagiante da Lua. Nos dias chuvosos pedras de granizo, vendaval e temporal.

A minha infância foi tranquila, desde então, sonhadora, gostava de brincar com minhas amigas e amigos, andar de bicicleta e principalmente de música e da dança. A ligação com a natureza desde minha infância sempre esteve presente, adorava tomar banho no rio e banho de chuva, sentir o cheiro de terra molhada, olhar o céu estrelado em noites de lua cheia, na primavera, em dias ensolarados, gostava de correr nos campos verdes, admirando a beleza das borboletas e das flores Sempre Viva sentindo o seu perfume.

Fui criada em berço cristão, filha única, tive como referência familiar a minha mãe e meus avós maternos que se dedicaram com amorosidade na minha educação, como também na formação enquanto ser que hoje me tornei. O meu pai não conheci. A espiritualidade esteve sempre presente na minha vida, desde a minha infância e por muitas vezes, nem tinha dado-me conta. Visitando a minha ancestralidade de raízes indígenas e afrodescendentes, me vem à memória, a lembrança da presença de minha avó materna, referência marcante em minha vida. De acordo com Barcellos, com relação à memória temos a seguinte contribuição:

A memória é utilizada pelos índios para passar de geração a geração seus ensinamentos. Através do ato de rememorar e de relembrar, pessoas tornam-se infinitamente ricas em suas manifestações. Isso porque a memória reacende as utopias e sonhos de um tempo vivido no passado;

relembra valores, costumes, hábitos e práticas do cotidiano; revigora toda a vida afetiva e emocional; revive situações de lazer, trabalho, lutas e vitórias. (BARCELLOS, 2012, p. 51)

Foi através de sua alquimia entre ervas, rezas e benzeduras, e sua forte ligação com a espiritualidade e com natureza que só hoje pude perceber essa conexão ancestral marcada em minhas células e no meu coração. Na amorosidade e no cuidado desprendido na intenção da cura, que em noites estreladas, sob o brilho da lua, a minha avó, no quintal de casa buscava em suas rezas, benzeduras e nas ervas a força e a energia salutares de vida, convicta de que desta fusão cósmica provenientes da própria natureza que emana o bálsamo curador para o acalento e alívio a dor, inclusive a da alma.

Quintana (1999) salienta que a benzeção além de um ofício é um dom obtido através de uma experiência mística, que confere à benzedeira o poder e força espiritual. Para (ALVES; CALDAS; TEIXEIRA, 2016, p. 115) “o termo cura vem do latim e tem o sentido de cuidado atenção, zelo. O verbo curo, curare tem significado de cuidar de olhar por dar atenção, tratar”.

Nesse aspecto, a cura pode ser feita por meio da benzeção, pode significar também cuidar através da benzeção e se apresenta como terapêutica popular de cura, que vem desde a Idade Média. O ritual da benzeção realizado neste ambiente enriquecido de saberes domésticos trazem para contemporaneidade ricos saberes populares, sobretudo, vivenciados pelas mulheres. Conforme Priore (1997), as mulheres detinham o poder das ervas:

As mulheres e suas doenças moviam-se num território de saberes transmitidos oralmente, e o mundo vegetal estava cheio de signos das práticas que ligavam ao quintal, à horta, às plantas. Cheiro de alecrim era considerado antídoto contra os raios; seus ramos tinham o poder contra feitiços. [...] no quintal, além de colher ervas para curar e práticas mágicas, as mulheres jogavam as águas... Além de constituírem espaço da economia familiar, lugar de plantio de subsistência, da criação doméstica e da cozinha, o quintal era território prestigiado da cultura feminina, feita de empirismo oralidade e memória gestual. (PRIORE, 1997, p. 94-94)

Essa sabedoria ancestral simbolizada pela força da natureza sobrevive a milênios e permanecem vivos na nossa psique. O símbolo é o que traduz os processos inconscientes, torna-os legíveis (JUNG, 2013). O símbolo não é inventado, construído conscientemente e produzido espontaneamente pelo inconsciente. Ele existe desde o início da humanidade e continua ativo em dias

atuais; ultrapassa categorias de linguagem e não pode ser expresso de apenas uma só maneira. Ele “possui várias camadas de sentido” (JUNG, 2012, p. 70-71).

Durand (1997) trata do universo do simbólico e do relacionamento deste com a civilização. O símbolo sempre remete a algo maior, mais amplo e mais elevado. A simbologia da lua, por exemplo, vincula-se em várias culturas como fonte de energia e às mudanças de ciclos naturais, representando também a mulher, o feminino.

Eliade (2011), em vários rituais do homem arcaico, é possível a percepção na celebração da lua, o caráter de astro dos ritmos da vida, sendo considerada como “um fruto que cresce por si mesmo” (ELIADE, 2002, p. 127). No plano cósmico, a lua coloca em ligação o fluxo do devir cíclico: das águas, da vegetação, da fertilidade e das chuvas através da lei de variação periódica deste astro.

Dessa maneira, a lua revela a união de fenômenos naturais e de significações no cosmos, criando simetrias e analogias entre estes fenômenos.

A fase da adolescência parece ter passado tão depressa, ainda sonhadora, apaixonada por música, dança, água e natureza, boas leituras, filmes e viajar. Um tanto introvertida, mesmo assim, tive boas relações e gostava de construir amizades duradoras. Dedicava o meu tempo aos estudos, lazer, amigos e família.

Em 1991, recebi um convite para conhecer João Pessoa, na Paraíba, e logo me encantei pelas belas praias do Portal do Sol. No ano seguinte, dediquei-me com mais afinco nos estudos e nos meus propósitos, decidindo fazer o magistério no IEP, concluindo esta etapa em 1995. Nesse período, tive as minhas primeiras experiências como professora polivalente, no Colégio Sesquicentenário, onde vivenciei, na prática, o sentido de ser educadora.

No ano 2000, ingressei na graduação em Pedagogia, na UVA, e em 2004, logo que concluí o curso, fui selecionada para uma Especialização em Educação Infantil, na UFPB, concluindo em 2006. No decorrer do ano 2009, fiz a seleção para a especialização de Educação Biocêntrica, na UFPB/IBF, um curso que ampliou a minha visão de mundo, a convicção pela vida.

Nesse período, tive a honra de conhecer a Professora, Doutora, Elisa Gonsalves Possebon, logo diretora da Escola de Biodanza Extremo Oriental das Américas da Paraíba, tendo um papel fundamental na minha caminhada acadêmica enquanto aprendiz tanto na Educação Biocêntrica com também na formação de biodanza.

A Educação Biocêntrica me impulsionou para a formação de biodanza, que teve início em 2010, e culminou em 2013. Nesse mesmo período, tive o privilégio de participar junto com a equipe da organização, encampado e organizado pela doutora Elisa e colaboradores, dois grandes eventos, o Congresso Internacional de Educação Biocêntrica e o Encontro Nordestino de Biodanza, intitulado “Amo Logo Existo”, em homenagem ao mestre Rolando Toro, que havia feito sua passagem, deixando o seu legado, presenteando-nos com a Educação Biocêntrica e com a Biodanza.

Em 2015, fiz outra Especialização em Supervisão e Orientação Educacional, concluindo em 2016. Nessa caminhada de aprendizagens, decidi fazer nova Especialização, agora ampliando mais os horizontes para o cuidado na área da saúde, me identificando com as Práticas integrativas e Terapias holísticas. No ano de 2017, decidi ingressar na Especialização em Naturologia e Terapias Naturais e Holísticas, na Faculdade Estratego, concluindo em meados de 2018. Ainda no ano de 2017, fiz a seleção do mestrado em Ciências das Religiões.

Com a aprovação na seleção do mestrado, o desafio agora é compreender o significado da Biodanza e da Espiritualidade na percepção das Mulheres. Dialogar e discutir essa questão envolvendo o cuidado, apresentou-se de fundamental importância, no decorrer da pesquisa. Decerto, o mestrado exige do/a pesquisador/a uma dedicação de forma mais intensiva, de forma que o estudo resulta ao pesquisador uma demanda de ações articuladas que o lança para uma viagem prazerosa, instigante, desafiadora e incessante para compreender e aprimorar conhecimentos, repensando conceitos e práticas, quebrando velhos paradigmas, principalmente de si mesmo.

Nesse sentido, a pesquisa parte dos seguintes questionamentos: Qual é o impacto da biodanza na vida das mulheres? Como a biodanza pode influenciar na saúde e na espiritualidade das mulheres?

Assim, a busca está em trazer respostas através do trabalho de campo e dos interlocutores/as convidados, nesta pesquisa. Almejando compreender os efeitos produzidos na vivência de biodanza e como eles podem influenciar na saúde e na espiritualidade das mulheres que a prática. Portanto, falar de biodanza, cuidado e espiritualidade no universo feminino é mergulhar na minha própria identidade enquanto ser em movimento pelo mundo.

1.1 O universo da pesquisa

O tema da presente pesquisa é: “A biodanza na percepção das mulheres: um encontro com a espiritualidade e a saúde”, tendo como foco investigar o significado da biodanza para a vida das mulheres no grupo de biodanza do Equilíbrio do Ser no município de João Pessoa - PB.

Tem como objetivo geral: Investigar o significado da biodanza e da espiritualidade para vida das mulheres; objetivos específicos: Identificar os principais motivos impulsionadores que levam as mulheres a buscarem o cuidado na biodanza; Observar os efeitos terapêuticos produzidos na vivência de biodanza no grupo de mulheres; Compreender como a saúde, a espiritualidade e o feminino são percebidos pelas mulheres no cotidiano a partir da prática da biodanza.

A intenção aqui é de conhecer as discussões existentes acerca da Biodanza como prática do cuidado e como ela pode auxiliar na vida das mulheres. Inicialmente realizou-se um levantamento dos estudos existentes acerca do tema, utilizando como campo de busca, a Biblioteca Digital Domínio Público. A busca foi realizada considerando a área de Ciências das Religiões, no entanto, observou-se que esta área do conhecimento não fazia parte deste campo de busca. Então, optou-se pela área da Teologia, empregando como descritor, a palavra Biodanza, por considerar o constructo teórico fundamental da pesquisa.

Considerando o número restrito de trabalhos sobre o tema, optou-se por não delimitar o local e período de tempo na busca. Dos resultados obtidos pode-se afirmar que, quando se trata dos trabalhos desenvolvidos no campo das Ciências das Religiões e teologia com a palavra Biodanza, não foram localizadas dissertação e teses de doutorado, nesta primeira busca, na Biblioteca Digital Domínio Público.

Buscou-se outras áreas afins: educação, psicologia, saúde entre outras, utilizando palavra-chave Biodanza. Foram encontrados quatro trabalhos de dissertação de mestrado com o tema Biodanza, porém, trazendo outros desdobramentos, não foram localizados trabalhos de tese. Os trabalhos identificados foram agrupados no quadro a seguir:

Quadro 1: Dissertações sobre Biodanza (Biblioteca Digital Domínio Público)

TÍTULO	AUTOR/AUTORA	ÁREA/NÍVEL	ANO/INSTITUIÇÃO
A poética do encontro humano: uma análise crítica da Biodanza como potência de ação nas empresas	HOLANDA, Auro Key	Psicologia/ Dissertação	2002/PUC-SP
Autoconceito do idoso e biodança: uma relação possível	CARVALHO, Noeme Cristina Alvares de Carvalho	Gerontologia /Dissertação	2006/UCB-DF
Biodança e saúde percebida: um olhar biocêntrico sobre a saúde.	RIBEIRO, Kelen Gomes.	Psicologia / Dissertação.	2008/UFC.

Fonte: A autora (2018)

Foram realizadas outras formas de busca *online*, através do catálogo de dissertações e teses da CAPES e em outras bibliotecas repositórias. A busca foi feita pela palavra-chave Biodanza. Foram utilizados para nova pesquisa, os mesmos critérios de busca adotados anteriormente, utilizando a palavra-chave Biodanza, levando em consideração a área de conhecimento das Ciências das Religiões e Teologia, como também áreas afins: educação, psicologia, saúde entre outras. Nesta pesquisa, foram localizados os trabalhos de dissertação e tese que são apresentados a seguir:

Quadro 2: Dissertações sobre Biodanza (CAPES)

TÍTULO	AUTOR/AUTORA	ÁREA/NÍVEL	ANO/INSTITUIÇÃO
Biodanza: Uma educação da vida em movimento área temática: psicologia da educação	ROTENBERG, Maur	Educação/ Dissertação	1999/UFSC
Biodança: religiosidade ou secularização radical?	LEITE, Alexandra Aparecida	Religião / Dissertação	1999/UFJF

A Experiência do Sagrado em Biodança.	FURIA, Vera Regina.	Psicologia / Dissertação.	2000/PUCSP.
O desenvolvimento pessoal do educador através da biodança	DIAS, Amélia Maria da Soledade	Educação / Dissertação	2003/UFAL
Criatividade e Biodanza: a trama que qualifica as relações entre crianças	PASINATTO, Susana	Educação / Dissertação	2007/UFSC
Educação biocêntrica: contribuições para o processo de escolarização	SOARES, Lupécia Jeane	Educação / Dissertação	2012/UFPB
Princípio Biocêntrico: A contribuição do Pensamento de Rolando Toro para o campo da Educação	GUEDES, Ricardo Ferreira	Educação	2012/UFPB
A importância da biodanza no Desenvolvimento de crianças com Necessidades educativas especiais	FERREIRA, Karen, Cristina Duarte	Educação / Dissertação	2013/ESEJD-Lisboa
Sensibilizar a Pele, Singularizar a Existência: o toque e as políticas de contato na prática da biodança	PIRES, Nathalia Massi	Psicologia / Dissertação	2014/UFRJ
Relação entre cinestesia e percepção de si mesmo a partir da fenomenologia: narrativas da corporeidade humana.	COL, Patrícia Simone Dal.	Psicologia / Dissertação.	2018/UFRRJ.

Fonte: A autora (2018)

Quadro 3: Teses sobre Biodanza (CAPES)

TÍTULO	AUTOR/AUTORA	ÁREA/NÍVEL	ANO/INSTITUIÇÃO
Infância e Violência: o que a escola tem a ver com isso?	SOUZA, Ana Maria Borges	Educação/Tese	2002/UFRS
O grupo de 3ª idade na busca de um espaço cordial: um estudo psicológico	PETRINI, José Fernando	Psicologia/Tese	2002/PUC-SP
Biodanza como processo de renovação existencial do idoso: análise etnográfica	D'ALENCAR, Bárbara Pereira	Enfermagem/Tese	2005/USP
Dança da Vida: A experiência estética da biodanza	REIS, Alice Casanova dos	Psicologia/Tese	2012/USP
A Poética do encontro humano: Um estudo da Biodanza como mediação da Educação Biocêntrica na transformação do emocional para novas posturas éticas	DIAS, Amélia Maria da Soledade	Educação/Tese	2013/UFPB
Educação biossustentável: uma proposta teórico - metodológica para a formação de professores em educação ambiental.	FELISMINO, Hérica Paiva	Educação/Tese	2014/UFPB

Fonte: A autora (2018)

Diante dos resultados obtidos, podemos constatar que, quando se trata dos trabalhos desenvolvidos no campo das Ciências das Religiões e da Teologia, com tema a biodanza destaca-se o trabalho de dissertação de Alexandra Aparecida Leite na Ciência(s) da(s) Religião(ões), da Universidade Federal de Juiz de Fora.

Dos trabalhos de dissertação e tese acerca do tema pesquisado em questão, tiveram outros desdobramentos, pois envolvem outras áreas do conhecimento. Os trabalhos identificados estão apresentados da seguinte forma: Considerando temática atribuída a biodanza nas Ciências das Religiões e na teologia foi encontrada, apenas uma dissertação, e nenhuma tese, foram encontradas, no entanto, nas áreas afins: psicologia, educação, saúde, entre outras, multidisciplinar entre 1999 a 2018, foram encontrados alguns trabalhos.

Partindo dessa premissa observaram-se seis trabalhos na área da educação (dissertação); sendo seis na área da psicologia (dissertação); uma na Gerontologia (dissertação). Dos trabalhos de tese: dois de educação, dois na área da psicologia e uma de enfermagem.

Totalizando doze dissertações e 6 teses que abordaram o conceito de biodanza. Foram considerados, na busca da pesquisa, o período de tempo cronológico. Outro componente a ser registrado se refere aos trabalhos apresentados destacando a região geográfica, conforme esta constatação, temos o seguinte desdobramento:

Quadro 4: Dissertação e Tese

DISSERTAÇÃO	TESE	REGIÃO
01	-	Centro Oeste
02	01	Sul
06	02	Nordeste
05	03	Sudeste
01	-	Lisboa

Fonte: A autora (2018)

Utilizando como descritor o termo “biodanza” foram encontrados trabalhos de monografia, revistas e artigos científicos com publicações e estudos sobre biodanza em circulação, envolvendo outras temáticas, principalmente com grupos de idosos e crianças, na sua maior parte em relação aos demais grupos. Considerando a biodanza como tema desta pesquisa envolvendo as mulheres e a espiritualidade

poucos trabalhos foram encontrados, principalmente no que tange à biodanza e espiritualidade. Também foram observados trabalhos que abordam mais a biocêntrica. (Educação Biocêntrica e Princípio Biocêntrico).

Outro ponto observado, no caso dos trabalhos de dissertação e tese é que o seu maior fluxo de pesquisa em biodanza encontra-se no campo da educação, psicologia e saúde, nas demais áreas apresenta-se até o momento mais estanques. Em síntese, dos trabalhos mencionados, todos estes estudos foram realizados na perspectiva de intervenção e análises acerca dos efeitos produzidos pela biodanza na vida dos sujeitos das pesquisas, tratando de faixas etárias e grupos distintos que podem suscitar vários estudos, devido sua relevância e complexidade. Também nesses trabalhos alguns trazem a Educação Biocêntrica como intervenção pedagógica de vida e a biodanza como mediador desse processo.

Dos trabalhos mencionados destacamos apenas dois, que se aproximam com o objeto desta pesquisa. O primeiro trabalho é uma dissertação do mestrado intitulado “Biodança e saúde percebida: um olhar biocêntrico sobre a saúde”, defendida na Universidade Federal do Ceará, no Programa de Pós-Graduação em Psicologia, em 2008, “A autora é Kelen Gomes Ribeiro. A dissertação defendida pela autora busca identificar a relação entre a prática da biodanza e a Saúde percebida de seus participantes. A pesquisa tem como foco principal a qualidade de vida para pessoas que participam de grupos regulares provenientes do movimento de Saúde Mental.

Trata-se de uma pesquisa descritiva, de caráter qualitativo e quantitativo, onde foram investigados oito grupos regulares de Biodanza, trazendo o histórico de vida em diferentes contextos, os quais podem ter relação com as suas vivências atuais em Biodanza, bem como sua ação para o processo do cuidado.

Para Ribeiro (2008), a relação da saúde percebida em vivência de biodanza nesses grupos é um indicador da importância de mobilização voltada para o cuidado com a saúde através de práticas comunitárias de desenvolvimento humano, reconhecendo o potencial individual e coletivo para a saúde.

O trabalho de tese intitulado “A Poética do encontro humano: um estudo da Biodanza como mediação da Educação Biocêntrica na transformação do emocional para novas posturas éticas”, defendida por Dias (2013), na Universidade Federal da Paraíba, no Programa de Pós-Graduação em Educação, trata-se de uma pesquisa

qualitativa, trazendo uma abordagem fenomenológica, busca apresentar a biodanza como mediação da Educação Biocêntrica fazendo uma relação entre teoria e os significados das vivências na vida dos participantes. Sucinta as éticas como uma postura de um novo estilo de viver e emocionar do ser humano centrado na vida. Por fim, é interessante ressaltar que alguns destes trabalhos contribuíram como base para melhor aprofundamento de análise sobre a complexidade do tema.

1.1.1 A Biodanza no cuidado com a mulher

O interesse pela pesquisa no campo da espiritualidade e saúde tem um enfoque principal pelas questões relacionadas com o cuidado e da urgência de buscar condições concretas que favoreça o bem-estar, físico, mental, emocional, afetivo e espiritual do ser. Por isso, buscou-se o estudo acerca da biodanza.

A biodanza um sistema de envolvimento humano com fins terapêuticos, tem como finalidade o cuidado com a saúde e o bem viver das pessoas através de vivências integradoras, do encontro em grupo, da dança, da música e do canto. De forma possibilitar o fortalecimento das suas próprias potencialidades, os vínculos saudáveis e o autoconhecimento, permitindo a integração, o equilíbrio e harmonia dos corpos.

Ao discorrer sobre cuidado em biodanza chega-se a uma reflexão mais ampla e profunda que engloba outros contextos sociais, culturais, bem como os aspectos psicológicos, biológicos e espirituais que fazem parte da vida humana. Diante da complexidade da temática, principalmente no que tange ao cuidado com a mulher. A opção foi trazer à tona discussões que se considera pertinentes a partir de diferentes óticas do conhecimento científico.

A crise generalizada no mundo globalizado adoecido lança o ser para um movimento imediatista e acelerado que afeta humanidade e se revela pelos padrões e comportamentos equivocados, pelo descuido e pela falta de cuidado com que se tratam as necessidades consideradas mais importantes da vida.

Nessa cultura imediatista e patriarcal, se deixa de aprender o verdadeiro sentido da vida, se vive como numa corda bamba, num barco à deriva, seres desconectados de si mesmos e do cosmo, nesta sociedade. Nesse sentido, Toro (2008) esclarece que:

A desconexão dos seres humanos da matriz cósmica da vida gerou, através da história, formas culturais destrutivas. A dissociação corpo-alma e a repressão da experiência paradisíaca conduziram à profunda crise cultural em que vivemos. (TORO, 2008, p. 23)

A civilização está em crise, somente uma nova ordem ética pode permitir ao indivíduo retornar à essência de sua existência (BOFF, 2001; TORO, 2008). As questões do cotidiano foram banalizadas, corre-se tanto para dar conta das coisas no trabalho, com a educação dos filhos, com a família, com os outros, com o passado, com futuro e, é esquecido do agora do primordial que é a própria vida.

E com o acúmulo de afazeres, ocupa-se e preocupa-se com um tanto de coisas e esquece-se de ocupar-se consigo. Nesse descompasso, desconectados da matriz cósmica, cria-se para si mesmo, transtornos psicossociais, como também o surgimento de muitas patologias que interferem de forma não saudável na qualidade de vida das pessoas, sobretudo, na vida das mulheres.

A mulher, há milênios traz na sua ancestralidade marcas profundas de repressão, violência e do desamor em seus corpos principalmente aquelas que sangram na alma. Frutos da herança do patriarcado tão presentes do universo feminino ainda hoje, quando se reforça por meio de pensamentos, sentimentos, condutas, ações e atitudes não saudáveis que fomentam a repressão, o preconceito, o desrespeito e a desqualificação da mulher e do feminino, na sua integridade. Nesta cultura patriarcal, o homem é visto como detentor do poder em todas as esferas, principalmente no domínio das mulheres.

Embora se reconheçam os esforços de algumas pessoas que dedicam parte de suas vidas às lutas e à defesa dos direitos e empoderamento das mulheres, como também os avanços existentes neste campo, no que diz respeito às políticas públicas de assistência à saúde e apoio às mulheres em prol dos seus direitos básicos. No entanto, percebe-se que a sociedade ainda está caminhando de câmera lenta, em rumo da tão almejada equidade.

Nesse jogo de poder e dominação patriarcal, que constitui a construção das relações de gênero na qual têm raízes estruturais mesmo social e culturalmente contextualizadas definem papéis e atributos a homens e mulheres por vezes dicotômicos e quase opostos, que atribuem ao homem como o provedor e a mulher reprodutora/cuidadora (FERREIRA, 1999; PERROT, 1996).

Para Bourdieu (2003), o “habitus” de gênero, ou seja, o sistema de disposições, ações e percepções que os indivíduos adquirem com o tempo em suas experiências sociais, material ou culturalmente construídas proporcionam a compreensão das posições de gênero, de homens e mulheres, nos diferentes espaços: familiar, cultural, econômico ou político.

Essa matriz de significações, determinada pelas estruturas relacionais, delinea e discrimina para cada uma das identidades feminina e masculina o modo de pensar, ver e agir dos sujeitos, traduzindo um conjunto de pensamentos, julgamentos e estilos de vidas que regem e balizam suas experiências nesses campos sociais.

Assim, postula-se uma identidade, quase que uma lei social, do que se entende por “ser homem” e “ser mulher”, nessa linha de pensamento, Bourdieu esclarece que:

[...] o produto de um trabalho social de nomeação e de inculcação ao término do qual uma identidade social instituída por uma dessas linhas de demarcação mística, conhecidas e reconhecidas por todos, que o mundo social desenha, inscreve-se em uma natureza biológica e se torna um habitus, lei social incorporada. (BOURDIEU, 2003, p. 64)

Nesses termos, o pensamento bourdiano remete ao patriarcado, tendo em vista que trata-se de um sistema que promulgou as diferenças entre os papéis femininos e masculinos, vinculando normas, regras e valores direcionados à distinção sexual (biológica) e de comportamentos, o que gerou a dicotomia sexista e binária, determinando que compete ao homem o poder, a virilidade e a provisão do lar, e à mulher, a docilidade, a fragilidade e a submissão ao homem.

Essa visão atribui ao espaço doméstico e privado o lugar da figura feminina e ao espaço público o lugar da figura masculina para a garantia e a manutenção da família. Dessa forma, a delimitação corrobora para que a falta de liberdade e de expressão das mulheres diante do poderio masculino seja mais premente que persiste ainda contemporaneidade.

Nessa linha de pensamento, o gênero, enquanto construção social, manifesta-se a todos os níveis, desde o individual ao social (HOLMES, 2007; AMÂNCIO, 1994; BEAUVOIR, 1987). É dentro de um contexto de modelo dominante masculino que a construção social de gênero, em torno de características biológicas

de sexo, se foi manifestando e se reflete no espaço social e cultural em que as mulheres e os homens vão se socializando (BEAUVOIR, 1987; AMÂNCIO, 1994).

Para esses atores e autoras, ser mulher é uma questão de trajetória na formação da ideia de gênero, e não só uma mera formação genital externa. Todas as problemáticas associadas ao gênero são reproduzidas socialmente, no seio de um paradigma de dominação do gênero masculino, dentro das relações sociais de gênero (BUTLER, 1990; GIDDENS, 2008).

Boris (2004) entende que as marcas do padrão patriarcal ainda se manifestam diversos campos, particularmente envolvendo a sexualidade e atos de violência e agressividade contra a mulher. Nessa perspectiva, “calcula-se que o homem haja estabelecido seu domínio sobre a mulher há cerca de seis milênios” (SAFFIOTI, 1987, p. 47).

Nessa sociedade caótica, aliados à exigência do mundo moderno e tecnicista percebe-se que a mulher muitas vezes devido a acúmulos de afazeres lhe falta tempo para o cuidado de si e poder respeitar o próprio ritmo e movimento de seu corpo e perceber-se amorosamente.

Cada vez mais, ressalta-se a percepção de que cada pessoa, para existir, para viver, se necessita flexibilizar-se, adaptar-se, reestruturar-se, interagir e co-evoluir. É preciso estar em constante reconstrução no exercício do dia a dia nesse percurso do despertar consciencial. E, é nesta busca individual que a biodanza contribui nesta despertamento interior e da necessidade do reaprender a cuidar de si e romper barreiras e vazios existenciais criados por si mesmos/as. Nesses termos, com o propósito biodanza, Toro (2008) afirma:

Desde há milhares de anos temos vivido dentro de um contexto alienante. Mas, se o universo está vivo desde o começo, a cultura do futuro será uma cultura da vida. [...] Os parâmetros de nosso estilo são parâmetros da vida cósmica, [...] nosso movimento, nossa dança, se organizaram como expressão de vida e não como meios de alcançar fins externos. Vivemos pra criar mais vida no íntimo da vida. (TORO, 2008, p. 24-25)

Ao ser considerado o ponto de vista do autor, que condições culturais e sociais são “ante-vida” precisa-se, então, mudar o sistema, ou seja, não através do auxílio de uma ideologia, mas “restabelecendo em cada instante de nossa vida, as condições de nutrição da vida” (TORO, 2008, p. 25).

Nessa linha de pensamento vale ressaltar que quando as condições de nutrição da vida e de “cuidado” não são favoráveis o vazio existencial se torna a realidade do ser, será impossível o desenvolvimento de uma disponibilidade básica constante para a sensibilização solidária e terna consigo mesmo.

Boff (2008), corroborando com Toro (2008) esclarece que atualmente o projeto humano está em crise, sente-se a falta de cuidado em toda a parte. As suas ressonâncias negativas evidenciam-se pela má qualidade da vida, pela penalização da maioria empobrecida da humanidade, pela degradação ecológica, pela exaltação exacerbada da violência e pelo descuido e uma falta de atenção pela vida.

Nesse sentido, o maior desafio que tem o ser humano está no campo afetivo. As ações humanas só poderão mudar se o emocional de cada pessoa mudar. A tecnologia não é a solução para os problemas da humanidade, entende-se que os problemas da humanidade pertencem ao domínio do emocional. O campo da psicologia, da saúde e das neurociências sinaliza em suas pesquisas uma atenção maior com as emoções. Nessa linha de pensamento, Elisa Possebon (2017) afirma que:

As emoções desempenham um papel central nas nossas vidas, especialmente por serem estruturantes no desenvolvimento de uma pessoa. Elas influenciam na personalidade, estão nos comportamentos, têm impactos na nossa saúde. (p.16)

Nesse sentido, Toro (2005) defende que as emoções têm como uma resposta psicofísica de profundo envolvimento corporal representado pelos impulsos internos à ação. Nas palavras de Toro:

As emoções têm uma orientação centrífuga e uma acentuada expressividade (por exemplo: alegria, raiva, medo); têm uma forte influência sobre o sistema neurovegetativo. Emoções violentas de raiva ou medo, repetidas com frequência, induzem transtornos psicossomáticos; emoções que não se expressam acumulam-se nos órgãos. (TORO, 2005, p. 32)

Cuidar das próprias emoções, dos sentimentos em biodanza, vai além a percepção do existir, pois sugere um mergulho na profundidade do ser, o sentir-se como um ser no mundo, o sensibilizar-se com a beleza da existência humana, tudo isso, torna possível o estabelecimento de uma nova ética do viver. Somente depois desse “humanizar-se” é que se pode iniciar o cuidar do outro e do planeta.

Boff (2001) afirma que o cuidar é algo intrínseco ao homem. Já se nasce ser do cuidado; está inscrito nas células. Heidegger (2004, p. 261, *apud* BOFF, 2001), afirma: “Cuidado significa um fenômeno ontológico-existencial básico”, ou seja, “um fenômeno que é a base possibilitadora da existência humana enquanto humana” (BOFF, 2001, p. 34). Assim, este autor apresenta o cuidado como uma das coisas fundamentais na vida, sendo ele, um veículo de princípios, valores e atitudes que fazem da vida um bem-viver e das ações e do agir consigo e com os outros.

Inspirado na fábula mitológica sobre o cuidado, de origem latina com base grega de Higino mencionada por Boff (2005, p. 45):

Certo dia, ao atravessar um rio, Cuidado viu um pedaço de barro. Logo teve uma ideia inspirada. Tomou um pouco de barro e começou a dar-lhe forma. Enquanto contemplava o que havia feito apareceu Júpiter. Cuidado pediu-lhe que soprasse espírito nele. O que Júpiter fez de bom grado. Quando, porém, Cuidado quis dar um nome à criatura que havia moldado, Júpiter o proibiu. Exigiu que fosse imposto seu nome. Enquanto Júpiter e o Cuidado discutiam, surgiu, de repente, a Terra. Quis também ela conferir o seu nome à criatura, pois fora feita de barro, material do corpo da Terra. Originou-se então uma discussão generalizada. De comum acordo, pediram a Saturno que funcionasse como árbitro. Este tomou a seguinte decisão, que pareceu justa: “Você, Júpiter, deu-lhe o espírito; receberá, pois, de volta este espírito por ocasião da morte dessa criatura. Você, Terra, deu-lhe o corpo, receberá, portanto, também de volta o seu corpo quando essa criatura morrer. Mas como você, Cuidado, foi quem, por primeiro, moldou a criatura, ficará sob seus cuidados enquanto ela viver. E, uma vez que entre vocês há acalorada discussão acerca do nome, decido eu: esta criatura será chamada Homem, isto é, feita de húmus, que significa terra fértil”.

O cuidado é uma atitude que atravessa todas as dimensões da realidade humana. Percebe-se que o animal cuida do corpo animado e o homem cuida de si próprio e de seus semelhantes com base na cultura, que é fomento do humano e dos meios para cultivá-los.

Os pais cuidam dos filhos, o político cuida da cidadania e as divindades cuidam de todos. O cuidado e o “ethos” do humano, o que se opõe ao descuido e ao descaso é o cuidado. Cuidar é mais que um ato; é uma atitude. Portanto, abrange mais que um momento de atenção, de zelo e de desvelo. Representa uma atitude de ocupação, preocupação, de responsabilização e de envolvimento afetivo com o outro (BOFF, 1999).

A palavra cuidar origina de dois vocábulos latinos: cogitare (está associada ao sentido de pensar e imaginar) e curare (sentido de tratar de). Portanto, o cuidar pode ser definido como:

[...] uma expansão de sentido de cogitare, agitar pensamentos, cogitar, pensar naquilo que se cuida, estar atento ao objeto do que se cuida; também, no sentido de desvelo, solicitude o esmero. Pode-se entender que cuidar não envolve só uma habilidade técnica, mas uma atenção, reflexão, contato e, levando em conta o componente emocional, que envolve carinho, atenção ao outro. (GUIMARÃES, 2008, p. 19)

Nessa perspectiva, o cuidar é uma atitude em relação a si, aos outros e ao mundo; o cuidar de si indica ações por meio das quais uma pessoa se encarrega de si mesma e se modifica. Essa visão também é percebida na expressão “Conhece-te a ti mesmo”, impelindo aos outros a se ocuparem de si mesmos e a terem cuidados consigo. Para os antigos, ocupar-se de si mesmo se define como um modo de viver com os outros, implicando uma intensificação das relações sociais.

Heidegger (*apud* DALBOSCO, 2006) o cuidado tem início com a angústia do ser humano. O cuidado diz respeito a uma atitude, um modo de “ser-no-mundo” adotado pelo ser humano em relação a sua ação e ao fenômeno da vida em sua totalidade. E, exige do ser aí um auto compreensão de sua ação como um acontecimento que abrange a totalidade da vida humana, tendo em mente uma perspectiva de integralidade, com a facticidade (o passado), a existencialidade (o futuro) e a decadência humana (o presente onde ocorre o cuidado).

O corpo é repleto de memórias, “cuidar do ser é cuidar do outro que tem uma face - um corpo que tem um semblante único” (LELOUP, 2007, p. 28). Ao mobilizar seus conteúdos, é preciso delicadeza. Há corpos que não permitem aproximações devido a traumas de maus cuidados.

Tais aproximações só existirão se ele conseguir compartilhar sua história e para isto será preciso o acolhimento de alguém. “Cuidar de alguém é cuidar do que é saudável nele, porque é a partir desse estado de saúde” (LELOUP, 2003, p. 67).

A Biodanza é um sistema que vem facilitando um grande avanço na vida das pessoas que se aventuram na arte de dançar a vida, com o intuito de cuidar-se. Um convite para o despertar através da dança, uma nova sensibilidade no cuidado da própria vida, da vida de um outro, da vida como um todo. O cuidado em biodanza tem consonância afetiva de nutrição pela vida. De modo que sentido de cuidar compõe mecanismos que envolvem o encontro afetivo que contempla quatro ações importantes, conforme é observado no quadro:

Quadro: 5 Sentido do cuidar em Biodanza.

CUIDAR EM BIODANZA	
O sentido da empatia	Cuidar de alguém é colocar-se e seu lugar; é viver o que ele está vivendo; é assumir um olhar integral para com o indivíduo.
O sentido da ajuda	Ajudar o outro a realizar o que ele não pode fazer sozinho. Sob esta perspectiva cuidar de alguém é ajudá-lo a ser autônomo, ou seja, a realizar sua própria vida.
O sentido do convite	Cuidar é convidar o outro para desejar-se, ser ajudado pelo cuidador.
O sentido do ser na vida na sua inteireza.	Cuidar de si e do outro é estar o/a protagonista no verdadeiro centro da ação em torno do qual tudo adquire sentido e valor, espiritualidade do ser.

Fonte: A autora (2018)

O cuidado com a mulher em biodanza se refere ao resgate do feminino adoecido devido à cultura ante-vida e patriarcal, através das vivências integradoras. Não se trata aqui de um confronto ideológico de gênero ou até mesmo, incitar a dualidade das polaridades representadas pela energia yin e yang (feminino/masculino), trazidos pela filosofia oriental. Trata-se, no entanto, na busca da integração, do equilíbrio e harmonia desses polos, como forma de estabelecer vínculos saudáveis e uma melhor qualidade de vida.

1.1.2 Biodanza na saúde coletiva das PICS

Em tempos remotos, surgia na Grécia, a escola Médica de Hipócrates e com ela a figura do profissional médico, que valorizava o indivíduo como um todo, o sujeito mais que a doença, com ligação ao cosmo, e sua iniciação se dava a partir de mestres antigos e consagrados (MORAES, 2005; DUNEAU, 2003). No entanto, ao longo dos séculos, a atenção à saúde foi se modificando com a crescente monopolização do ato de curar, pelos médicos e isso gerou uma imposição sobre as outras referências de tratamento de doenças das sociedades antigas (xamãs, raizeiros, curandeiros, entre outros).

Estas práticas milenares são deixadas à margem do crescente racionalismo iluminista e do empirismo, que por sua vez, passam a influenciar o modo como se

discute e se tratam as doenças e os fenômenos naturais, incentivando-se progressivamente a formação tecnológica, afastando e coibindo os modelos analógicos e mágico-espirituais de cura. Esse fato culmina na hegemonia médica, tecnicista e reducionista, predominante até os dias atuais (MORAES, 2005).

No final do século XIX, em virtude da decadência da teoria miasmática, a atenção dos cientistas voltou-se para o estudo dos sistemas e partes do corpo humano, e a assistência à saúde passou a seguir uma lógica cartesiana e mecanicista. Almeida (2013, p. 109), “o esgotamento da teoria do germe e a crise cultural da medicina oficial”, o autor afirma que a teoria do germe se introduzir-se na medicina quase que exclusivamente, perdurando até a atualidade, de forma que ainda não se vê o caminhar da medicina oficial rumo a uma visão funcional, presente no âmbito das PICS.

A grande divergência entre essas duas linhas terapêuticas é que as PICS não consideram que a patologia seja causada por um agente externo, mas sim, por um somatório de causas que resultam em desarmonia e desequilíbrio (TEIXEIRA, 2014). Com o progresso da ciência e da medicina, no século XX, unidos à interesses econômicos de grupos privados fez valer os valores utilitários da biomedicina.

Decerto que a lógica de desenvolvimento do capitalismo favoreceu fortemente a medicalização da sociedade, reforçando o modelo biomédico presente até aos dias atuais. Contemporaneamente, o uso excessivo de medicamentos e tratamentos desnecessários resulta em uma sociedade que ruma em busca de uma saúde. A biodanza como prática coletiva da saúde integra, a partir da publicação da Portaria Ministerial GM nº 849, de 27 de março de 2017, o âmbito de novas práticas institucionalizadas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Conforme menciona o documento a biodanza trabalha:

Coordenação e o equilíbrio físico e emocional por meio dos movimentos da dança. Saúde é, portanto, um conceito positivo, que enfatiza os recursos sociais e pessoais, bem como as capacidades físicas. Assim, não é responsabilidade exclusiva do setor saúde e vai além de um estilo de vida saudável, na direção de um bem-estar global. (BRASIL, 2017, p. 30)

A Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde, realizada em 1986, em Ottawa, no Canadá, estabeleceu uma série de princípios éticos e políticos, definindo os campos de ação. De acordo com o documento, promoção da saúde é o

“processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação no controle desse processo” (CARTA DE OTAWA, 1986, p. 1).

O termo saúde é baseado no contexto discutido por Segre e Ferraz (1997), em o “conceito de Saúde”, em que os autores definem saúde como “[...] um estado de razoável harmonia entre o sujeito e a sua própria realidade. [...] e não apenas compreendido como ausência de doença ou enfermidade, nem tampouco como utópico estado de completo bem-estar físico, mental e social” (SEGRE; FERRAZ, 1997, p. 542).

Essa concepção está intimamente relacionada a um movimento de crítica à medicalização e à necessidade de atuar sobre diversos determinantes sociais do processo saúde-doença. Incidindo sobre as condições de vida da população, extrapola a prestação de serviços clínico-assistenciais, supondo ações intersetoriais que envolvam a educação, o saneamento básico, a habitação, a renda, o trabalho, a alimentação, o meio ambiente, o acesso a bens e serviços essenciais, o lazer, entre outros determinantes sociais da saúde.

Nesse viés, para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social, os indivíduos e grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente o ambiente natural, político e social. Tendo em vista que a integralidade da atenção é uma das diretrizes do SUS, a Biodanza coloca-se como um recurso para ampliar as possibilidades de ofertas terapêuticas aos usuários da Rede de Atenção à Saúde (RAS), sobretudo, no que tange às abordagens grupais.

Na Biodanza, a prática têm como base as vivências realizadas em grupo por meio da música e da dança e sua metodologia permite agrupar uma variedade ampla de participantes com características singulares, podendo ser aplicada a idosos, crianças, adolescentes, mulheres e grupos específicos ou com patologias como hipertensão, diabetes, obesidade, entre outras (TORO, 1991).

As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) se caracterizam por sistemas e recursos terapêuticos que envolvem abordagens que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no

desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade (BRASIL, 2006a).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) denominou-as de “Medicina Tradicional e Complementar ou Alternativa (MT/MCA)”. Já no Brasil, o Ministério da Saúde (MS), as reconhece por “Práticas Integrativas e Complementares”, são conhecidas, ainda, como terapêuticas não convencionais, medicinas naturais, Medicina alternativa, entre várias denominações para essas modalidades de tratamento e cura (OMS, 2002; BRASIL, 2006a).

Essas práticas dispõem de uma visão ampliada do processo saúde doença por meio da promoção global do cuidado humano, incluindo o autocuidado. Nesse sentido, Moraes (2007) caracteriza as Práticas Integrativas e Complementares da seguinte forma:

Propor a recuperação dos modelos hipocráticos de saúde, alcançáveis com o desenvolvimento de hábitos saudáveis e através de meios naturais, as práticas não convencionais visam a um atendimento voltado para o indivíduo e sua singularidade, não se limitando à dimensão biológica, mas incluindo a esfera psíquica emocional e espiritual. (MORAES, 2007, p. 86)

Biodanza é uma prática que, conforme as pesquisas, já estava sendo executada no SUS, antes mesmo de ser inserida na Política de Práticas Integrativas e Complementares (PICS). Mas, apenas em março de 2017, é que a Portaria 849, incluiu a Biodanza, juntamente com outras práticas, na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). (BRASIL, 2006b).

As orientações para a inserção de práticas integrativas e complementares na rede de atenção à saúde, o Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade na Atenção Básica comprova que a Biodanza é uma abordagem de cuidado já realizada em muitos municípios e que, pela ampliação da PNPIC, tem-se um avanço na institucionalização desta prática no âmbito do SUS – Sistema Único de Saúde, o SUS que é formado pelo conjunto de todas ações e serviços de sistema prestados por órgãos e instituições públicas federais, estaduais e municipais, da administração direta e indireta e das funções mantidas pelo poder público. Isto significa a abertura de possibilidades de acesso a serviços antes restritos a uma prática de cunho privado.

Conforme fonte fornecida pela coordenação das PICS - Secretaria de Saúde/ Diretoria de Atenção à Saúde, da Prefeitura Municipal de João Pessoa, a nível municipal, a Prática Integrativa e Complementar constitui a Biodanza nas terapias disponibilizadas aos interagentes do SUS - João Pessoa, na Paraíba desde 2012. Em João Pessoa, o processo de institucionalização das Práticas Integrativas e Complementares teve seu início, com a inclusão na Carta Proposta do governo municipal, de 2005, da implantação dos Centros de Medicina Natural, na Rede de Atenção à Saúde.

Essas práticas, consideradas a princípio como terapias alternativas estavam e estão presentes nos territórios da Atenção Básica, principalmente as que envolvem o uso de plantas medicinais, no modo de cuidar da população. Por ser uma prática ligada à tradição popular, foi mais viável a implantação e discussão, a partir desse cuidado.

Dessa forma houve uma reforma no organograma da Secretaria Municipal de Saúde, onde foi incluída a Seção de Assistência Farmacêutica em Fitoterapia e Homeopatia, dentro da Gerência de Medicamentos e Assistência Farmacêutica, como também a Seção de Medicina Natural, na Gerência de Serviços Especializados. Atualmente, descrita como Área Técnica em Práticas Integrativas e Complementares, sob a Gerência de Atenção Especializada.

Assim, iniciou-se a discussão nos Grupos de Trabalhos, com a participação de profissionais que realizavam práticas em suas Unidades de Saúde. Com reuniões sistemáticas, e apoio mútuo, entre os terapeutas/ profissionais e terapeutas voluntários, com apoio das Instituições de Ensino Superior (IES), principalmente, com os Projetos de Extensão, na época, da universidade Federal da Paraíba, Campus I; Interação com outras Secretarias Municipais e Estaduais, como também, com participação em Feiras de Saúde, Movimentos com as Equipes de Saúde. Foi possível ampliar o olhar e sensibilizar profissionais e gestores, para implantar o primeiro serviço de PICS, no município de João Pessoa, sendo uma parceria intersetorial com a Secretaria do Meio Ambiente.

Em 2011, foi implantado o Núcleo de Práticas Integrativas e Complementares (NUPICS – Cinco Elementos), em parceria com a Secretaria do Meio Ambiente. Este serviço funciona no Parque Zoobotânico – Arruda Câmara

(Bica), ofertando PICS aos usuários da circunvizinhança, como também aos funcionários do parque.

O Município, em 2012, implantou os Centros de Práticas Integrativas e Complementares (CPICS), compondo a Rede de Atenção Especializada. Estes CPICS são: CPICS – Canto da Harmonia (Bairro do Valentina Figueiredo); CPICS – Equilíbrio do Ser (Bairro dos Bancários). O CPICS – Canto da Harmonia foi inaugurado em março de 2012, enquanto o CPICS – Equilíbrio do Ser, em agosto de 2012.

De acordo com Relatório de Gestão – 2017 (RAG), o Centro de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (CPICS) “Equilíbrio do Ser”, foi inaugurado em 31 de agosto de 2012, localizando-se na região Sul, do município de João Pessoa, no bairro dos Bancários e faz parte da área de abrangência e responsabilidade do Distrito Sanitário V. Embora seja um serviço de referência para toda a Rede de Serviços de Atenção à Saúde do município, integra uma Rede de Serviços de Práticas Integrativas e Complementares de Saúde (PICS), que conta ainda com outros dois serviços: o Centro de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde “Canto da Harmonia” e o Núcleo de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde “Cinco Elementos”.

O Equilíbrio do Ser possui infraestrutura física adequada para as práticas, contando com ampla recepção, 06 (seis) consultórios para terapias holísticas individuais, 03 (três) para práticas coletivas, uma sala com 05 (cinco) baias para práticas de medicina tradicional chinesa e outras terapias, uma sala com 02 (dois) locais de atendimento para Terapia Ayurvédica, 02 (duas) salas administrativas, auditório, biblioteca, brinquedoteca, sala de reunião, área externa de horta mandala de plantas medicinais, almoxarifado, sala de utilidades, copa, banheiros (seis) e SAME.

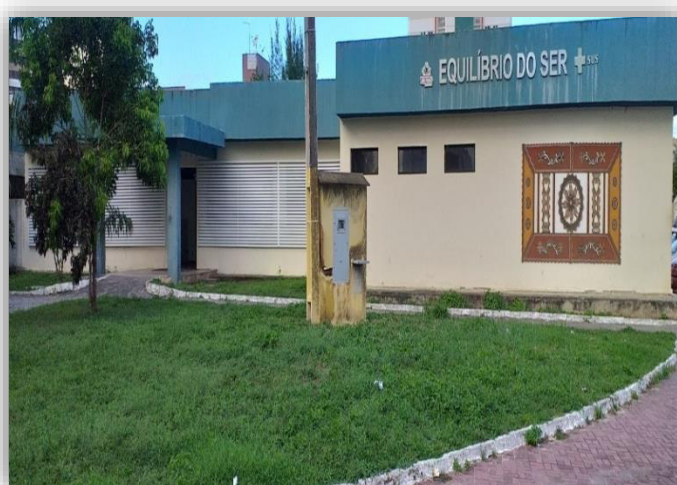
Conta ainda com a estrutura para instalação de um laboratório de manipulação de medicamentos, com setores em separado de manipulação de líquidos, sólidos, semissólidos, homeopáticos e florais, controle de qualidade, esterilização de materiais, sala de produtos acabados, quarentena, almoxarifado para insumos e produtos farmacêuticos e área de dispensação de medicamentos. Ressalta-se que até este momento, a área de dispensação foi inaugurada, no CPICS Equilíbrio do Ser, disponibilizou acesso a 16 medicamentos fitoterápicos

industrializados, para toda rede SUS municipal, aguardando que os outros setores do laboratório sejam estruturados para manipulação de fitoterápicos, medicamentos homeopáticos e florais.

Em 2012, o município de João Pessoa, ofertava as seguintes Práticas Integrativas e Complementares: acupuntura, auriculoterapia, ventosaterapia, moxabustão, arteterapia, cura e expressão, artes plásticas, cura e expressão: teatro, gestalt terapia, biodanza, danças circulares, homeopatia- infantil, homeopatia-adulto, quiropraxia, yoga, tai chi chuan, meditação, terapia floral, terapia ayurvédica, massagem ayurvédica, permacultura, reiki, dança do sagrado feminino, reflexologia podal, massoterapia; massagem quick e fitoterapia entre outras.

A prática integrativa e complementar biodanza está presente nas terapias disponibilizadas aos interagentes do SUS - João Pessoa, e no Equilíbrio do Ser, desde a inauguração em 2012, como mencionado anteriormente. Embora, apenas em 2017, tenha sido aprovada a Portaria nº 145/2017 de 11 de janeiro de 2017.

Imagem 1: Equilíbrio do Ser, o campo da pesquisa, João Pessoa, 2018.



Fonte: A autora (2018)

A partir de 2018, o sistema foi ampliado e novas práticas foram ofertadas nas PICS. Aqui, optou-se por apresentar algumas das práticas ofertadas no Equilíbrio do Ser em 2018, local realizado a pesquisa de campo. Conforme o esquema, apresenta-se a seguinte disposição das práticas:

Imagem 2: Panorama das práticas no Equilíbrio do Ser, João Pessoa, 2018.



Fonte: A autora (2018)

A biodanza já era realizada como sendo uma prática de cuidado. Inicialmente, havia sete (sete) turmas, com média de frequência, em torno de 25 interagentes nos grupos de biodanza. Como o serviço atendia, no turno da noite, teria três (03) turmas nesta prática coletiva. Atualmente, o Equilíbrio do Ser atende nos turnos da manhã e tarde, considerando ainda, que com menor número de turmas quando comparado com o quadro inicial apresentado.

1.2 Desenho teórico-metodológico da pesquisa

Compreender a vida de alguém é mergulhar nas suas essências, na sua forma de ver o mundo. É procurar através do vínculo e da empatia, penetrar nesse mundo do outro; compreender, portanto, não é medir. (HUSSERL *apud* MERLEAU-PONTY, 1996, p. 3)

O estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa de cunho fenomenológico, com uma abordagem hermenêutica. Para tanto, se buscou oito mulheres que participam do grupo regular de biodanza no Equilíbrio do Ser/CPICS/SUS/ Secretaria Municipal de Saúde - João Pessoa /PB. A natureza qualitativa é caracterizada por Minayo (2010, p. 31) como sendo, um tipo de investigação que se aprofunda no

mundo dos significados das ações e relações humanas. Esta abordagem “incorpora as questões do significado e da intencionalidade como inerentes aos atos, às relações, e às estruturas sociais, sendo essas últimas tomadas tanto no seu advento quanto na sua transformação, como construções humanas significativas”.

De acordo com Van Manen (1990, p. 177), os/as “pesquisadores/as qualitativos identificam um fenômeno como um objeto da experiência humana”. Para Elisa Possebon (2018, p. 79) “a questão central para o investigador qualitativo é compreender a maneira pela qual as diferentes pessoas significam os processos cotidianos”. Ainda a autora esclarece que os pesquisadores “buscam diferentes procedimentos de investigação para alcançar, na medida do possível, as perspectivas dos participantes”.

A fenomenologia como um método de trabalho das ciências humanas que também é aplicada nas Ciências das Religiões, estuda os fenômenos existentes, sejam estes visíveis, ou ocultos e que tem como fundamento não a explicação, mas os fenômenos a partir do vivido. Esta compreensão se revela pela a experiência, como ela é vivenciada e percebida a cada ser em sua relação á busca de compreensão humana, ao considerar o “objeto” de estudo o vivido, a historicidade, a temporalidade, a expressão nas diferentes formas: da linguagem, da afetividade, da corporeidade.

O estudo sobre a pesquisa fenomenológica aponta uma mudança de paradigma em relação intersubjetiva entre o pesquisador/a o fenômeno pesquisado, como um elemento essencial de ampliação da compreensão das diversas formas de expressão humana e sua relação com o mundo.

Nesse sentido, Creswell (2014, p.72) esclarece que um “estudo fenomenológico descreve o significado comum para vários indivíduos das suas experiências vividas de um conceito ou um fenômeno”. Ou seja, os/as “fenomenologistas enfatizam na descrição de que todos os participantes têm em comum, quando vivenciam um fenômeno” (*op. cit.*).

Nas palavras de Creswell (2014):

Enquanto um estudo narrativo relata as histórias de experiências de um único indivíduo ou vários indivíduos, um estudo fenomenológico descreve o significado comum para vários indivíduos das suas experiências vividas de um conceito ou um fenômeno. Os fenomenologistas focam na descrição do que todos os participantes têm em comum quando vivenciam um fenômeno. [...] O propósito básico da fenomenologia é reduzir as experiências

individuais com um fenômeno a uma descrição da essência universal. [...] para esse fim, os pesquisadores qualitativos identificam um fenômeno [...] como a insônia, o sentimento de exclusão, a raiva, a tristeza [...]. O investigador então coleta os dados das pessoas que vivenciaram o fenômeno e desenvolve uma descrição composta da essência da experiência para todos os indivíduos. (p. 72)

Nesse sentido, o estudo fenomenológico busca compreender o fenômeno em um nível mais profundo (CRESWELL, 2014). Decerto, que o entendimento somente poderá ser alcançado se o/a pesquisador/a colocar entre parênteses suas concepções, por conseguinte o maior desafio. É interessante ressaltar que se trata de uma suspensão, onde as/os investigadoras/es colocam de lado tanto quanto possível suas experiências, no sentido de compreender melhor o fenômeno em uma nova perspectiva, que não se trata de neutralidade.

Masini (1989) aponta que o método fenomenológico trata de desentranhar o fenômeno e que na pesquisa fenomenológica o conhecimento se dá através do círculo hermenêutico: Compreensão interpretação-nova compreensão do fenômeno. O método fenomenológico não se limita a uma descrição passiva dos dados. É uma tarefa de interpretação, isto é tarefa da hermenêutica.

Dessa forma, “constituem-se, pois como etapas de compreensão e interpretação do fenômeno - que poderá ser retomado e visto com nova interpretação” (MASINI, 2001, p. 66). Isto implica que o foco da pesquisa fenomenológica recusa resultados acabados e fechados, sempre está aberta para outras interpretações, segundo o ponto de vista fenomenológico, o inacabamento não constitui sinal de fracasso, mas sim, uma maneira de mostrar-se em sua verdadeira tarefa. Nesse sentido, cabendo à hermenêutica a tarefa de interpretação dos fenômenos, considerada como a arte de interpretar.

Para Masini (2010), não existe um único método fenomenológico e sim, uma atitude do pesquisador diante do fenômeno a ser analisado. Isto implica em ter uma atitude de abertura, livre de pré-conceitos e pré-julgamentos sobre o objeto de estudo. O ponto de partida da investigação fenomenológica é a compreensão do viver do próprio homem.

Não obstante, a pesquisa fenomenológica hermenêutica sustenta-se na subjetividade, busca-se validar suas crenças, seus valores, pois acredita que o significado de um comportamento só é possível em função da compreensão das inter-relações que se manifestam em um dado contexto na interpretação.

De acordo com Moreira (2002):

[...] a Fenomenologia Hermenêutica almeja um pouco além: descobrir sentidos que não são imediatamente manifestos ao nosso intuir, analisar e descrever, devendo-se ir além do que é simples e diretamente dado. O que é dado é apenas uma pista para o que não é dado, ou não é explicitamente dado. Para que seja realmente fenomenologia, a Fenomenologia Hermenêutica não deve se cingir à inferência construtiva, mas a um desvelar de sentidos ocultos. (p. 101)

A hermenêutica possibilita o verdadeiro desvelamento da essência do fenômeno, analisando, interpretando, partindo do pressuposto do sentido, da significação, do mundo-vida dos sujeitos pesquisados e o seu campo perceptual. A pesquisa com enfoque fenomenológico propõe uma reflexão exaustiva.

Masini (2010) enfatiza que tal enfoque de pesquisa se caracteriza por etapas de compreensão e interpretação do fenômeno que se abre a novas interpretações. Isso diz respeito ao inacabamento da fenomenologia, que propõe um recomeçar incessante de um enfoque que não aceita cristalizações em sistemas acabados e fechados.

Creswell (2014) esclarece que abordagem da fenomenologia hermenêutica, não deve apenas se restringir a com um conjunto de regras ou métodos, mas, como um jogo dinâmico entre as atividades da pesquisa, os quais os/as pesquisadores/as, ao depararem-se para um fenômeno de seu interesse, podem refletir sobre temas essenciais que constituem a natureza dessa experiência vivida, registrando uma descrição do fenômeno, mantendo forte relação do/a pesquisador/a com o item investigado, equilibrando as partes da escrita em relação ao todo, fazendo não apenas uma descrição, mas um processo interpretativo do significado atribuído às experiências vividas.

Os procedimentos metodológicos da pesquisa para a produção e análise dos dados utilizados culminaram no diário de campo, na observação, nas entrevistas estruturadas, semiestruturadas e questionário. Nesses termos Polkinghorne (1989); Van Manen (1990); Moustakas (1994) apontam que a coleta de dados em estudos fenomenológicos consiste em diversas formas de coleta por meio de instrumentos seja este: entrevistas, observações, questionários, entre outros. Cabe ressaltar que são coletados os dados dos participantes que experimentam o fenômeno.

A finalidade da utilização destas técnicas é a captação das significações e das experiências subjetivas dos próprios intervenientes no processo de interação social, possibilitando graus diversos de integração no grupo observado e de sistematização dos procedimentos de coleta de informação, de acordo com os objetivos que o/a investigador/a estabelece para a investigação.

O diário de campo é um instrumento através do qual são registradas as diversas linguagens presentes, seja escrita, sonora, visual, artística, entre outras, que possam ser significativas para o estabelecimento de reflexões, a fim de construir abstrações e outros olhares. O diário de campo é composto pelo registro de notas descritivas, diz respeito ao registro das informações referentes aos acontecimentos e de notas analíticas - correspondem às reflexões pessoais: ideias, percepções e sentimentos surgidos durante a ação (MINAYO, 2010).

A finalidade da utilização desta técnica é a captação das significações e das experiências subjetivas dos próprios intervenientes no processo de interação social, possibilitando graus diversos de integração no grupo observado e de sistematização dos procedimentos de coleta de informação, de acordo com os objetivos que a investigadora estabelece para a investigação.

A observação exige um contato face a face do pesquisador com o seu objeto de estudo. Considerando que não será o número de observações realizadas que define a credibilidade dos dados de uma pesquisa, mas sim, a profundidade e a amplitude alcançadas ao longo do processo de coleta de dados. Ela exige que o/a pesquisador/a utilize todos os seus cinco sentidos para examinar uma realidade a ser investigada, seja ela uma comunidade, um grupo, um fato ou fenômeno, entre outros.

A entrevista enquanto método de coleta de dados permite que o pesquisador, com metas definidas acerca do objeto de sua pesquisa, entre em contato com a (s) pessoa (s) para, através de um diálogo estruturado, adquirir os dados necessários para fundamentar a questão levantada na pesquisa. A entrevista tem certo caráter informal, apesar de ser mais objetiva e direcionada, mantendo uma leve estruturação, pois o entrevistador mantém-se no foco do objetivo da pesquisa e interfere no andamento da resposta do entrevistado quando este se desvia do assunto principal (MINAYO, 2010).

As entrevistas semiestruturadas, em particular, têm atraído interesse e passaram a ser amplamente utilizadas (FLICK, 2009, p. 143). Observa-se que “o pesquisador deve conduzir as entrevistas face a face com os participantes, e as perguntas geralmente são abertas, não estruturadas, pretendendo assim, extrair visões de múltiplas realidades e opiniões dos participantes (CRESWELL, 2007, p. 190).

Ainda no sentido dos instrumentos de pesquisa, verifica-se que:

Os instrumentos usados, questionário ou entrevista, serão amiúde fortemente estruturados, encerrando o participante em opções de respostas previstas antecipadamente. Essa informação permite interrogar rapidamente, e com menor custo, um grande número de pessoas, e tratar os dados estatisticamente para deles tirar conclusões gerais. [...] A flexibilidade adquirida permite obter dos entrevistados informações muitas vezes mais ricas e fecundas, uma imagem mais próxima da complexidade das situações, fenômenos ou acontecimentos, imagem cuja generalização será, todavia, delicada e exigirá cuidado e prudência por parte do pesquisador. (LAVILLE, CHRISTIAN, 1999, p. 18)

A interpretação dos dados seguirá os fundamentos da análise temática, sendo esta forma que melhor atende à investigação qualitativa, uma vez que a noção de tema se refere a uma afirmação a respeito de determinado assunto (MINAYO, 2010).

Nesse sentido, o foco desta pesquisa fenomenológica, com uma abordagem hermenêutica é compreender a importância da Biodanza no processo de cura para o feminino e sua influência na espiritualidade, buscando identificar e descrever as emoções presentes em processos. Identificar, observar e investigar, os efeitos terapêuticos da biodanza, nas diferentes formas de expressões da espiritualidade relacionadas ao cuidado, sentimentos e emoções presentes no cotidiano feminino.

O discurso das mulheres foi adquirido através de aplicação de questionário e entrevista guiada. Esta é utilizada no intuito de compreender quais os aspectos de determinada experiência e como tais mudanças são produzidas em quem vivenciou essa experiência conforme Richardson (2012). Ao considerar o conhecimento prévio do tema a ser pesquisado pela autora nessa pesquisa, foi então possível formular pontos a serem tratados, que auxiliaram para orientar as entrevistas, bem como aplicação de questionário.

O uso do Questionário abrangendo, além de Identificação e Localização das Participantes; alguns questionamentos: - Há quanto tempo você participa do grupo

regular de biodanza? Qual o motivo que levou você a buscar a biodanza? O que é biodanza para você? O que significa para você o cuidar de si em biodanza? Como você se percebe como mulher, houve mudanças na sua vida a partir da prática em biodanza? Você vem percebendo efeitos da biodanza em seu cotidiano? Se sim. Quais são esses efeitos? De que maneira a biodanza pode influenciar na espiritualidade? O que você entende por espiritualidade?

Quanto à entrevista, Kaufmann (2013), com base nos princípios da entrevista compreensiva, indica que a “entrevista” proporciona não a afirmação do entrevistador, onde ele, além de comandar aquele momento, estabelece uma barreira hierárquica com o entrevistado, mas sim um momento de compartilhamento, bem mais próximo a uma “conversa” entre duas pessoas dispostas a dividir um conhecimento, uma ideia.

Assim, conforme afirma o autor, “o informante se surpreende por ser ouvido profundamente e se sente elevado, (...) a um papel central. Ele não é vagamente interrogado a respeito de sua opinião, mas por aquilo que possui, um saber precioso que o entrevistador não tem” (KAUFMANN, 2013, p. 80). Nessa perspectiva, Kaufmann (2013) esclarece que a interpretação do material se constitui como elemento fundamental para a análise dos dados.

1.2.1 O trabalho de campo

Imagem 3: Entrevistas Guiada, no Equilíbrio do Ser, em João Pessoa, 2018.



Fonte: A autora (2018)

A pesquisa foi realizada no Centro de Práticas Integrativas e Complementares (CPICS) Equilíbrio do Ser localizado no bairro dos Bancários em João Pessoa – PB. O primeiro contato da pesquisadora com o Equilíbrio do Ser aconteceu no dia 28 de agosto de 2018, no qual foram apresentados os objetivos propostos da pesquisa para a coordenadora do Equilíbrio do Ser, como também, para a terapeuta do grupo de Biodanza. A coordenadora incumbiu a terapeuta de biodanza a tarefa de acompanhamento da pesquisadora para prestar auxílio no que fosse preciso.

Dessa forma, a pesquisadora foi apresentada ao grupo de biodanza, onde teve a oportunidade do diálogo com as mulheres do grupo, comunicando o objetivo da pesquisa na qual, posteriormente participariam. A pesquisadora optou por participar das sessões de biodanza que foram realizadas uma vez por semana, durante o período de dois meses. No primeiro momento, ficou acordado que a pesquisadora, nas semanas seguintes, toda quarta-feira deveria estar no Equilíbrio do Ser, no horário da sessão de biodanza.

A participação das vivências com as mulheres tornou-se de suma importância para realização das entrevistas e aplicação do questionário. As demais participações nas sessões de biodanza sucederam no intuito de se conhecer melhor o grupo.

Os instrumentos apresentados, de pesquisa, foram o questionário e a entrevista, que foram classificados com perguntas abertas e fechadas. Essa tarefa foi realizada em dois momentos: No primeiro momento, foi realizada a aplicação do questionário, e no segundo momento, seguiram as entrevistas em dias subsequentes. Para identificar as entrevistadas, a pesquisadora optou por identificar as mulheres com codinome atribuído das deusas gregas, (Afrodite, Atenas, Ártemis, Deméter, Iris, Hécate, Hera), uma forma de preservar o sigilo da identidade das participantes da pesquisa.

No dia 04 de setembro, antes de começar a sessão de biodanza, no primeiro momento, durante relato verbal, foi aplicado o questionário, trazendo questões abertas e fechadas para o grupo, houve orientação no que diz respeito à dinâmica do trabalho e o grupo esteve livre para responder. As entrevistadas estavam bastante à vontade, neste dia, e estavam ansiosas para responderem, se

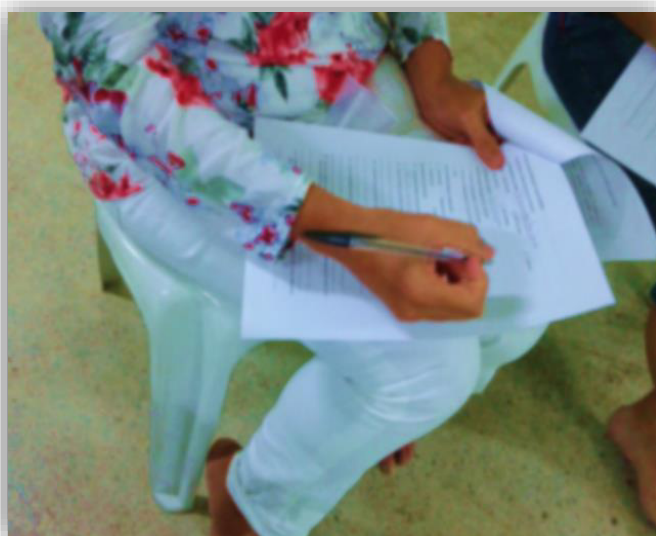
identificando com o tema que estavam sendo tratado, apenas uma delas não quis participar da pesquisa.

O questionário foi aplicado para sete mulheres que estavam presentes no grupo, sendo que o grupo tem cerca de dezesseis mulheres matriculadas, oscilando entre quinze e dez, que participam com mais assiduidade. A pesquisadora optou por uma amostragem da pesquisa, devido à infrequência de algumas mulheres no grupo. Tendo em vista que a pesquisadora adotou como critério para participação da pesquisa, a assiduidade e a temporalidade no grupo após três meses de participação na biodanza.

As entrevistas foram realizadas nos dias 11/18/25, de setembro de 2018, antes de começar a sessão de biodanza, algumas mulheres chegavam cedo e nesse momento, era suficiente para fazer a abordagem. No dia 11/09/2018, foram realizadas três entrevistas, no dia 18/09/2018, duas entrevistas, e para concluir essa etapa, no dia 25/09/2018, foram feitas duas entrevistas, no período da tarde.

A entrevista foi feita a partir de cinco perguntas que versam acerca do conceito e do significado da biodanza para o cuidado da mulher e sua influência na espiritualidade, considerando ainda, o conceito da espiritualidade. Nos dias previstos foram realizadas as entrevistas, mediante a escolha de um ambiente mais reservado e tranquilo do Equilíbrio do Ser, para entrevistá-las.

Imagem 4: Aplicação de questionário, no Equilíbrio do Ser, em João Pessoa, 2018.



Fonte: A autora (2018)

A entrevista durou aproximadamente quinze minutos, cada uma das entrevistadas posicionou-se de forma receptiva, a cada pergunta pode-se perceber as nuances nos pequenos detalhes, seja no olhar, nos gestos, na maneira de falar, na expressão do corpo. De acordo com o questionário e as entrevistas, em síntese, ocorreu o seguinte desdobramento:

Quadro 6: Perfil das mulheres entrevistadas

Entrevistada Afrodite	27 anos, cabeleireira, ensino médio, não é adepta religiosa, tem fé, reside no bairro de Mangabeira em João Pessoa, pratica a biodanza há 3 meses e chegou com crises de pânico e ansiedade.
Entrevistada Atena	48 anos, desempregada, ensino superior, católica, adepta, tem fé, reside no bairro de Mangabeira em João Pessoa, pratica a biodanza há mais de 2 anos, buscou por terapia ocupacional.
Entrevistada Ártemis	48 anos, esportista, ensino médio, protestante, adepta e tem fé, reside no bairro de Geisel em João Pessoa, pratica a biodanza há 4 anos, chegou com ansiedade e problemas emocionais.
Entrevistada Deméter	55 anos, aposentada, ensino superior, católica, adepta, tem fé, reside no bairro Jardim cidade universitária em João Pessoa, pratica a biodanza há 3 anos, chegou por curiosidade.
Entrevistada Hera	60 anos, aposentada, ensino superior, católica, adepta, tem fé, reside no bairro Bancários, em João Pessoa, pratica a biodanza há 2 anos, chegou com ansiedade.
Entrevistada Hécate	45 anos, agente de saúde, ensino superior, não é adepta religiosa, tem fé, reside no bairro Altiplano em João Pessoa, pratica a biodanza há mais 3 meses, chegou com crises de ansiedade.
Entrevistada Iris	46 anos, autônoma, ensino médio católica, adepta, tem fé, reside no bairro de Mangabeira em João Pessoa, pratica a biodanza há mais 3 meses, chegou com problemas de saúde ligado ao emocional.

Fonte: A autora (2018)

As participantes mostraram-se disponíveis para colaborar com a pesquisa. Elas atribuíram essa vontade de contribuir, por considerar a relevância da biodanza nas suas vidas, cientes de que os resultados da pesquisa serão úteis para diversas mulheres como também para os homens que, como elas, podem se beneficiar com a prática da biodanza, sendo uma prática que favorece o cuidado com a saúde e uma melhor condição de vida. Consideraram ainda, a ampliação e a oferta da biodanza nos sistemas de saúde a nível municipal e estadual.

1.2.2 Organização e análise dos dados

O trabalho de campo foi realizado a partir de uma amostragem de sete mulheres participantes do grupo de biodanza, no Equilíbrio do Ser, no município de João Pessoa.

Para Minayo (2017) a amostra qualitativa envolve uma série de decisões sobre a compreensão dos atores sociais e não sobre quantos indivíduos serão ouvidos. O critério principal das pesquisas de cunho qualitativo não é numérico, muito embora precise justificar quase sempre a determinação da multiplicidade das pessoas que serão entrevistadas. O que deve prevalecer é a certeza intrínseca no/a pesquisador/a de que, mesmo que de maneira provisória, foi encontrada uma compreensão para o objeto de estudo (MINAYO, 2017).

Nesses termos Charmaz (2006, *apud* MINAYO, 2017, p. 5) defende que:

a extensão do objeto e a complexidade do estudo é que devem orientar o tamanho da amostra, concordando com o que assinalo em O desafio do Conhecimento (MINAYO, 2015), sobre o mesmo assunto. Morse (2000) refere, como parâmetros, o escopo da investigação, a natureza do estudo e seu desenho metodológico.

Ainda, conforme Minayo (2017, p. 9), “quem faz pesquisa qualitativa trabalha com a ideia de que ciência se faz por aproximações e de que as investigações seguem e se aprofundam no futuro com ele ou com outros pesquisadores”. Desta forma, é possível afirmar que na pesquisa qualitativa, uma amostra ideal é a que mostra as múltiplas dimensões de determinado fenômeno, buscando a qualidade das ações e das interações no decorrer de todo o processo (MINAYO, 2017).

O processo de saturação da coleta de dados é cauteloso e requer do pesquisador/a uma atenção com os dados. Deve-se interromper a coleta de dados, quando as categorias estiverem saturadas “quando a coleta de dados novos não mais desperta novos insights teóricos” (CHARMAZ, 2009, p. 157).

Para sistematizar e expor o tratamento e análise de dados foi utilizada a saturação teórica. Assim, a coleta de dados foi interrompida ao ser constatado, pela pesquisadora, que a relação entre ela e o campo de pesquisa já não apresentava novos elementos para aprofundar a teorização almejada naquele momento (FONTANELLA *et al*, 2011). Os passos procedimentais percorridos para constatação da saturação teórica nesta pesquisa podem ser descritos da seguinte forma:

Quadro 7: Passos procedimentais para a constatação da saturação teórica

PASSOS	DESCRIÇÃO
Passo 1: Registro de dados “brutos”.	Momento de acesso aos registros integrais de áudios e transcrições.
Passo 2: “Imersão” em cada registro.	São feitas leituras para identificar núcleos de significados nas falas das participantes.
Passo 3: Compilação das análises de cada entrevista.	São reunidos temas e enunciados em cada entrevista.
Passo 4: Reunião dos tipos de enunciados para cada pré-categoria ou nova categoria.	São agregadas as falas dos núcleos de sentido identificados.
Passo 5: Codificação dos dados.	São nomeados os temas enunciados contidos em cada pré ou nova categoria.
Passo 6: Alocação (em tabela) dos temas e tipos de enunciados.	Agrega-se os enunciados destacando quando se deu a primeira ocorrência.
Passo 7: Constatação da saturação teórica para cada pré-categoria ou nova categoria.	Quando novos temas ou enunciados não aparecem após novas entrevistas.

Fonte: A autora (2018), com base em Fontanella et al (2011)

A constatação da saturação teórica, dos temas abordados nesta pesquisa foi registrada da seguinte forma:

Quadro 8: Saturação teórica

TIPOS DE ENUNCIADOS	ENTREVISTAS							TOTAL DE RECORRÊNCIAS
	1	2	3	4	5	6	7	
Dificuldades emocional e afetiva	X		x		x	x		4
Ansiedade	x		x		x	x		4
Empoderamento feminino	X					x		2
Autonomia	X					x		1

Efeitos da biodanza percebidos na saúde hoje	X	x	x	x	x	x	x	7
Despertamento de consciência e mudanças para hábitos saudáveis	x	X	x	x	x	x	x	7
Biodanza encontra-se com a espiritualidade quando: vincula-se ao divino/fé/religioso	X		x	x			x	4
Biodanza encontra-se com a espiritualidade quando: vincula-se à busca interior/ autoconhecimento/ transcendência/ equilíbrio e harmonia/ a natureza/ ao cosmo/ao Numinoso	X	x		x			x	5
Total de novos tipos de enunciados	6	1	0	1	0	2	0	-

Fonte: Dados da pesquisa (2018)

x: recorrências; X: novo tipo de enunciado

* Para esta categoria, a saturação foi constatada na 6ª entrevista.

A saturação teórica dos temas abordados na pesquisa permite dar ênfase aos enunciados mais recorrentes: dificuldades emocional e afetiva, situação de ansiedade, efeitos da biodanza percebidos na saúde hoje, despertar de consciência e mudanças para hábitos saudáveis, biodanza encontra-se com a espiritualidade quando: vincula-se à busca interior/ autoconhecimento/ equilíbrio e harmonia/ a natureza/ ao cosmo/ao transcendente.

As transcrições das entrevistas foram lidas várias vezes, no intuito de compreender o significado que as entrevistadas atribuíram ao fenômeno vivenciado. Foram extraídas frases que dizem respeito diretamente ao fenômeno vivenciado pelas entrevistadas - a este processo dá-se o nome de “extração de assertivas significativas”.

Em seguida, foram organizados os sentidos das assertivas extraídas, criando o que é chamado de “conjuntos de temas”. Todos os resultados obtidos foram integrados em uma descrição exaustiva do fenômeno investigado (MOREIRA, 2002).

De acordo com Creswell (2014, p. 76) “os passos para a análise fenomenológica dos dados são geralmente semelhantes para todos os fenomenologistas”. Os dados são examinados, com base nas transcrições das entrevistas, onde são destacadas “declarações significativas”. Tais declarações são frases ou citações que permitem uma compreensão de como as/os participantes percebem o fenômeno vivenciado (CRESWELL, 2014).

A este passo dá-se o nome de horizontalização. Em seguida, foram desenvolvidos grupos de significados para as declarações, onde tais declarações foram utilizadas para desenvolver uma descrição do que as pessoas participantes experimentaram. A esta fase dá-se o nome de descrição textual. Os significados foram agrupados em temáticas, permitindo o surgimento de temas comuns a todas as transcrições (CRESWELL, 2014).

As declarações foram utilizadas ainda para registrar descrições dos aspectos que influenciaram a forma como as mulheres experimentaram o fenômeno. Esta fase é denominada variação imaginativa ou descrição estrutural (CRESWELL, 2014). O autor destaca também a fase da descrição, por parte das/os pesquisadoras/es, sobre suas próprias experiências, destacando o contexto e situações que serviram de influência.

Por fim, considerando a descrição textual e estrutural, a pesquisadora pretende apresentar a essência do fenômeno, etapa esta chamada de estrutura essencial variante (CRESWELL, 2014).

O rigor metodológico foi obtido através de buscas na literatura, da adesão ao método fenomenológico, de anotações de campo, bem como o uso de uma amostra adequada, que permitiu serem realizadas entrevistas até que a saturação dos dados tivesse sido atingida (CRESWELL, 2014).

Todo trabalho de campo foi realizado após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa- CEP, da Universidade Federal da Paraíba, sob protocolo de número 093201/2018, Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) 95990518.7.0000.5188. Tanto o questionário, as imagens aqui apresentadas, como as entrevistas foram gravadas com o consentimento das participantes, através de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE.

2 BIODANZA A LINGUAGEM POÉTICA DOS CORPOS

Oh dia levanta te... os átomos dançam,
As almas, tomadas de êxtase, dançam,
a abóbada celeste, por causa deste Ser,
dança: te direi ao ouvido até onde conduz sua dança.
Todos os átomos que há no ar e no deserto,
compreenda bem, estão enamorados como nós e cada um deles, feliz ou
desgraçado, deslumbra-se com o sol da alma incondicional.

(RUMI *apud* TORO, 2005, p. 14)

Imagem 5: Vivência de Biodanza realizada pela a autora: O despertar das deusas no cuidado do feminino de si - Equilíbrio do Ser, em João Pessoa, 2018.



Fonte: A autora (2018)

Desde os povos primitivos, a dança, significava transcender pela atitude corporal, uma constante comunhão em respeito e agradecimento à natureza, assim como vivenciar experiências em celebração aos acontecimentos da vida e revelar a manifestação do universo na cultura dos seres humanos e, sobretudo, mostrar pelos gestos e movimentos, a expressão da vida humana. O sentido da dança estava ligado ao “[...] sentimento da presença de Deus e participação no ser de Deus [...]” revelado pela presença do espírito na carne (GARAUDY, 1980, p. 24).

Toro (2005) salienta que desde origem dos tempos, a dança teve um significado sagrado, “como se o movimento corporal, criando formas que em si mesmas têm um sentido, despertassem no dançarino uma ressonância com o cosmos” (TORO, 1991b, p. 322). Para ele, esse movimento corporal ativo a consciência de totalidade e transmuta a energia emanada em cada ser. Nas danças sagradas se deu sempre o fenômeno do movimento como um infável trabalho de

integração ao cosmos. A percepção de dança que as pessoas estão acostumadas geralmente está relacionada aos “espetáculos de balé clássico ou outras formas estruturadas similares, segundo passos preestabelecidos” (TORO, 2005, p. 14). Para o autor, esta visão meramente formal exclui o significado natural da dança. Em suas palavras:

Creio em uma dança orgânica, que responda aos modelos naturais de movimentos do ser humano: movimentos capazes de incorporar harmonia musical, gestos arquetípicos, feitos em profunda ressonância com o cosmo. Procurei essa coerência e a encontrei. [...] As danças primitivas permitiram-me compreender aspectos desconhecidos da alma humana que se associavam ao vínculo essencial com a natureza, à experiência suprema de fusão dentro da comunidade e ao processo evolutivo da consciência cósmica. A dança integra o ser humano consigo mesmo, com seus semelhantes e com as forças da natureza. (TORO, 2005. p. 15-15)

Para Toro (1991b, p. 323), toda a dança é cósmica, “as danças cósmicas de vinculação, têm um significado iniciático; representam as núpcias com o universo, a fusão do dançarino com a energia geradora da vida”. Assim, dançar o movimento e a energia transcendente “da terra, do fogo, da água e do ar que leva o ser a dimensão cósmica” (*op. cit.*).

Fundamentada na Antropologia da dança, as “danças dos quatro elementos, inspiradas nas danças primitivas, as quais surgiram em rituais “de iniciação, evocação e celebração; na fecundidade, como também tem uma profunda relação com de agradecimento e reverência à natureza e celebração ao cosmo” (FERNANDES; REIS, p. 148). Nas vivências de biodanza com os quatro elementos é a linguagem dos corpos em que o movimento expressa o magnetismo do bem viver de plenitude orgânica e de vida que vão além dos padrões motores e gestos convencionais.

Durante as danças, as pessoas atingem um elevado nível de sensibilidade, que contribui para a transformação, o poder de autocura, o predomínio das emoções: amor, desejo e o êxtase. Essas danças possuem a força dos princípios de oposição, contemplação e integração das energias yin e yang, cujo simbolismo está caracterizado na terra e na água como o feminino, no fogo e o ar como o masculino. Contribuindo para a harmonização da identidade. As danças dos quatro elementos sensibilizam as pessoas no sentido de se sentirem parte do universo, de serem capazes de transformar suas atitudes e de recriar seu estilo de vida numa dimensão saudável. (FERNANDES; REIS, 2009, p. 150)

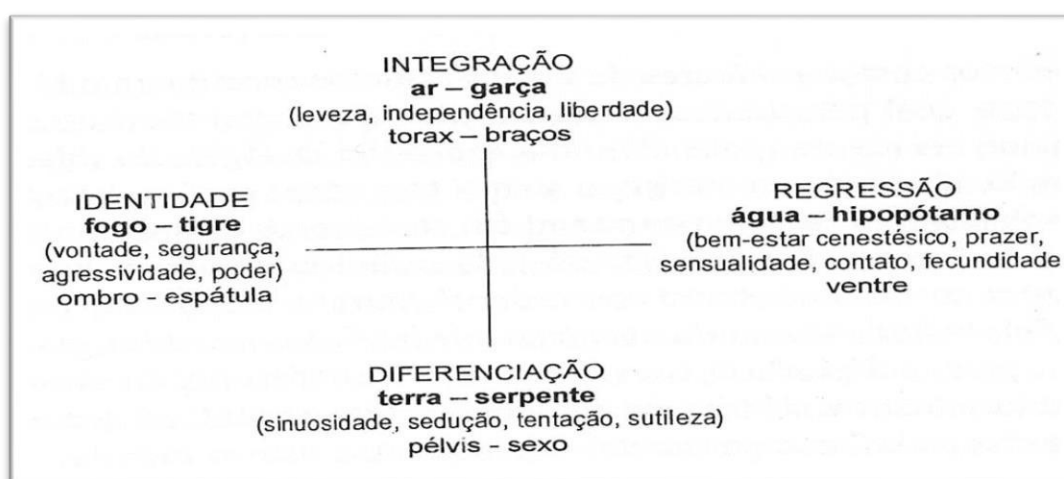
Essas danças arquetípicas têm um grande valor energético para a biodança, pois em sua essência trazem um grande potencial de magnetismo, renovador e de autocura. A dança dos quatro animais tem um simbolismo que abarca aspectos cenestésico, que são “expressões posturas inspiradas na movimentação que temos diante dos desafios existenciais” (FERNANDES; REIS, 2009, 150).

Toro (1991a) selecionou quatro animais de poder da biodança (serpente, tigre, garça e hipopótamo), cujos movimentos se organizam de forma altamente diferenciada, propondo danças que reproduzem seus movimentos. (FERNANDES; REIS, 2009).

Conforme aponta Toro (1991a, p.331), “perdemos nossa conexão com o instinto e esta é a mais grave perturbação biológica, já que o instinto é a sabedoria ancestral, a pulsação mesma da vida”. Assim, as danças dos animais são recursos revitalizadores de vida, essas danças arquetípicas simbolizam novos ritos e podem despertar a “euforia de viver, transformando a cultura patológica em uma cultura hedonista” (TORO, 1991a, *apud* FERNANDES; REIS, 2009, p. 155).

O ser humano “precisa incorporar a relação energética existente entre os quatro animais e os quatro elementos” (TORO, 1991a, *apud* FERNANDES; REIS, 2009, p. 155). Nessa perspectiva, a relação energética entre as danças dos quatro elementos e quatro animais podem ser representados da seguinte forma:

Quadro 9: Dança dos quatro elementos / Dança dos quatro animais - Relação Energética



Fonte: Fernandes; Reis (2018)

As danças folclóricas se baseiam nas imitações dos animais, em algumas culturas e clãs esses animais têm o sentido mágico-religioso, como por exemplo, nas

tradições xamânicas e tribais, pois servem como “totem”, como símbolo de poder, cura e conexão com os ancestrais (FERNANDES; REIS, 2009). Nas palavras de Toro (1991a, p. 334):

Creio que os povos necessitam de apoio ancestral da misteriosa serpente do paraíso, a sedução, a tenção erótica, a harmonia. Do jubiloso hipopótamo necessitamos da capacidade para desfrutar os prazeres da vida, a plenitude, o repouso o lúdico. Da garça aprendemos a elevação, a atitude e a amplitude espiritual. Do tigre teremos a assertividade, o salto, a plenitude da força e da energia, o ataque e a vigilância.

O simbolismo trazido nas narrativas mitológicas acerca desses animais tem um caráter universal por estarem enraizados na psique humana, embora esteja implicado a uma determinada cultura, tempo e período histórico. Em Jung (1991), “a via de integração dos valores simbólicos e arquétipos cenestésicos pode contribuir para estimular o processo de individualização” (FERNANDES; REIS, 2009), ou até mesmo, o desenvolvimento harmonioso e integrado da identidade, como propõe Toro (1991). Isso se dá pelo fato de reunir e harmonizar os opostos. Conforme Fernandes e Reis com base em Jung (1991):

[...] essa é uma das funções dos símbolos, denominada “função transcendente” no sentido de passagem de uma atitude a outra) por estabelecer a conexões entre forças antagônicas, vencer oposições, e assim abrir caminhos para expansão da consciência. Os matizes dos símbolos desses animais, embora variam conforme os termos das narrativas [...] guardam sua orientação primordial, a fidelidade à intuição original e uma coerência em suas interpretações. [...] a dança dos animais reforça as características universais dos instintos como expressão da vitalidade, em suas dimensões mítica, simbólica e arquetípica. (FERNANDES; REIS, 2009, p. 161)

Assim, a dança é um modo de ser no mundo, como defende Toro (1999). Nesses termos, o autor define que a dança:

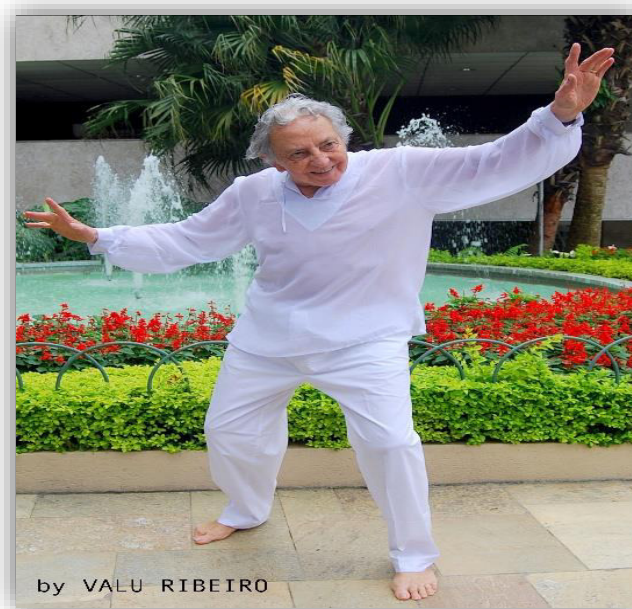
[...] é a expressão mais extrema do Eros Primordial, gerador da vida. A entrega na dança à harmonia e ao ritmo, é o ato prazeroso e terrível de participação nos grandes enigmas de transformação cósmica. É participar no âmago da criação, fazendo surgir o movimento da milenar aprendizagem do contato, do trabalho e do jogo. A dança é não só o temerário ato de vinculação ontocosmológica, mas também a celebração da comunidade com os homens. Dupla origem tem, portanto, a Biodanza: uma origem sagrada e uma profana; um elemento de eternidade e um de fugacidade. Mas, na comovedora vivência que surge da dança, todas as fronteiras são abatidas. O externo e o interno, o espiritual e o corporal, o transcendente e o imanente, são aspectos de uma só e única realidade. Ali, no movimento

inseparável dos corpos, se combinam as energias do coração com as que chegam do cosmo, do vento e das estrelas. Da inocência que os move, surge a mais avassaladora sensualidade, porque a palpação da vida é sempre um impulso de contato. (TORO, 1991b, p. 331)

Portanto, a dança se revela desde a ancestralidade de cada ser, como uma unidade dos movimentos de cada corpo, que se fundem e se integram nesta energia cósmica. Ao ponto que o físico, o emocional, o mental e o espiritual não são domínios separados, mas, são parte da mesma realidade que constituem o ser.

2.1 Biodanza: um breve histórico

Imagem 6: Rolando Toro, o criador do Sistema Biodanza e da Educação Biocêntrica.



Fonte: Foto de Valu Ribeiro (2010)

A biodanza nasce da alma e do coração de um poeta, educador, psicólogo, antropólogo e biólogo chileno, Rolando Toro, o criador do Sistema Biodanza e da Educação Biocêntrica, nascido no ano de 1924, em Concepción, no Chile. Sua primeira experiência foi como professor de crianças em escolas primárias, destacando-se como educador em sua prática docente, buscava incorporar uma aprendizagem significativa que despertasse o protagonismo infantil e desenvolvesse e em seus alunos e alunas, a criatividade e os vínculos afetivos com a natureza.

No ano de 1952, foi relatado, por carta a sua esposa Pilar, seus pensamentos e ideias, no sentido de transformar a sua prática pedagógica através da dança e da música. De forma poética, esse poeta educador relata:

Minha adorada Pilarcita: por momentos saí pelo pátio a procura-te a pensar em ti [...]. Aqui a escola está muito vazia. Na próxima segunda-feira chegarão as crianças. Tive uma ideia de uma ciência rítmica que ordene musicalmente os movimentos naturais do corpo sobretudo os atos, de modo que, sob formas nobres e espirituais, distribua o tempo, a intensidade e a força. Algo assim como provocar a musicalidade do ser. (TORO *apud* GONSALVES, 2010, p. 15)

Foi desta forma que a biodanza, a dança da vida, dança do encontro humano, foi gestada pelo seu criador Rolando Toro e que mais tarde foi oficializada. Essas ideias de Toro surgiram dentro do contexto pós-guerra no qual os seres ainda sofriam com as consequências da capacidade humana de destruição à vida. Em suas palavras, anuncia:

Sentia, às vezes, em meu corpo, toda a manifestação do êxtase, do erotismo, da fraternidade, da energia criadora e do ímpeto vital. Sentia a possibilidade de contato puro com a realidade viva, por meio do movimento, do gesto e da expressão dos sentimentos. A música era a linguagem universal, a única que todos nós podíamos compreender na Torre de Babel do mundo; a dança era a maneira ideal de integrar corpo e alma, e podia comunicar a todos os participantes, felicidade, ternura e força. E eu quis compartilhar tudo aquilo com um grande número de pessoas. (TORO, 2002, p. 9)

Em 1965, Rolando Toro iniciou seus estudos num Hospital Psiquiátrico de Santiago do Chile, integrado como membro docente no Centro de Estudos de Antropologia Médica da Escola de Medicina da Universidade do Chile. O objetivo de seu trabalho, nessa época, era a investigação de diversas técnicas de desenvolvimento que pudessem contribuir à humanização da Medicina a partir de diversas abordagens terapêuticas como psicodrama, arte terapia, entre outras terapêuticas centradas na pessoa.

Assim, Toro, durante as sessões iniciais de dança com os pacientes psiquiátricos, em suas primeiras experiências com esses pacientes clínicos, coordenado pelo professor Agustin Teliez, no hospital psiquiátrico, pode constatar a partir de suas observações que:

Certas músicas tinham efeitos contra-producentes, pois os conduziam com facilidade a estados de transe. Nesses casos, as alucinações e delírios acentuavam-se e podiam durar vários dias. Indubitavelmente, os enfermos que, por definição, têm uma identidade mal integrada, dissociavam-se ainda mais quando realizavam certos tipos de movimento. Selecionei, então, músicas e danças que pudessem reforçar a identidade. Propus também exercícios de contato para dar limite corporal e coesão. O resultado foi claro: muitos enfermos elevaram seu juízo de realidade, diminuíram as alucinações e aumentou a comunicação. Ficou assim desenhado o primeiro eixo para um modelo teórico que, com o tempo, foi-se aperfeiçoando. (TORO, 1991b, p. 3)

Em 1971, em Buenos Aires, Toro pode aprofundar os trabalhos de Psicodanza, como foi chamado por ele a princípio, e a partir de seus primeiros estudos buscou formalizar melhor o modelo operatório, com dois eixos: identidade-transe, diferenciação integração. No ano de 1976, no Brasil, passou a dar continuidade em seu trabalho em Belo Horizonte, Brasília e São Paulo, no entanto, mantendo residência na Argentina. Os primeiros conceitos da teoria de vivência e das protovivências, em meados de 1978, foram se concretizando, a substituição da nomenclatura “Psicodanza”, por Biodanza era eminente por sinalizar para um “modelo que evoluiu progressivamente de uma visão antropocêntrica para uma visão Biocêntrica do ser” (GOIS; TORO, 1991b).

Em 1978, Toro buscou aprofundar ainda mais os seus estudos na teoria da biodanza, estruturando o modelo operatório e o modelo das vivências, integrando-os em um só Modelo Teórico, que culminou no ano de 1983. Os conceitos do Princípio Biocêntrico, Inconsciente Vital, e Inteligência Afetiva, também propostos por ele, fazem parte da concepção teórica do sistema.

O Modelo Teórico de Biodanza foi inspirado em experiências clínicas com pacientes psiquiátricos. Em meus estudos sobre antropologia cultural, chamou-me atenção a frequente utilização da música e da dança pelos povos primitivos em rituais de celebração da vida e com fins de cura. (TORO, 1991b, p. 4)

Nessa perspectiva, Toro (1991b, p. 3) esclarece, ainda com relação ao Modelo Teórico da Biodanza:

No Hospital Psiquiátrico de Santiago (Chile), iniciei uma pesquisa para verificar as vivências que a dança poderia invocar nas pessoas. Na primeira sessão realizada em um grupo de doentes com diversos quadros clínicos, coloquei uma música suave que sugeria uma dança de movimentos lentos, relaxados. Observei que alguns pacientes manifestavam vivências

regressivas e tendência a acentuar as alucinações. Numa segunda sessão coloquei música com elementos estruturais diferentes da primeira e que estimulava uma dança de movimentos rápidos, eufóricos e rítmicos. Observei que pacientes deprimidos e catatônicos manifestavam respostas corporais que denotavam uma certa abertura ao meio e possibilidade de comunicação, o aumento da comunicação e o senso da realidade. Partindo dessa experiência, concluí que, para cada distúrbio, deveria haver uma adequação dos estímulos musicais. Para alguns casos deveriam ser utilizadas músicas que provocassem movimentos corporais que tendessem a reforçar a identidade e consciência da realidade (ritmos euforizantes) enquanto que para outros tendessem a diminuir a identidade, ou seja, propiciar vivências de regressão e reparentalização.

E dessa forma, a biodanza foi sendo gestada com base sólidas e a partir disso vem sendo difundida e semeada em diversos países do mundo nos quais a biodanza é estudada e praticada até os dias atuais. As áreas de aplicação da biodanza dar-se-á mediante a utilização de “esquemas metodológicos diferenciados, pode ser aplicada a três tipos de grupos humanos com peculiaridade próprias” (TORO, 2005, p.37).

Os grupos propostos por Toro (2005) os quais se destina a biodanza são: Biodanza em Educação; Biodanza a Saúde (complementação Terapêutica); biodanza para organizações. Esses grupos se diferem atendendo diversidade e a necessidade do público que a procura, atualmente em biodanza trabalha com grupos de pessoas específicas: Biodanza para crianças, adolescentes e jovens, adultos, idosos, mulheres, homens, gestantes entre outros, em diferentes faixas e áreas de aprofundamento e progressividade.

Em 2010, antes de fechar o seu ciclo de vida, Rolando Toro (1924-2010) concentrou seus derradeiros estudos à biodanza, trazendo o conceito do “Inconsciente Numinoso”, integrando à concepção teórica da biodanza.

2.1.1 Definição, origem e princípios

A Biodanza é um sistema de desenvolvimento humano orientado para o estudo e o fortalecimento da expressão das potencialidades humanas, através da música, exercícios de comunicação em grupo e vivências integradoras (GOIS in Toro, 1991). Assim, a biodanza é definida como: “um sistema de integração afetiva, renovação orgânica reaprendizagem das funções originárias de vida.” (TORO, 1991a, p. 3)

Conforme Toro:

a base conceitual da Biodanza provém de uma meditação sobre a vida, ou talvez do desespero, do desejo de renascer de nossos gestos despedaçados, de nossa vazia e estéril estrutura de repressão. Poderíamos dizer com certeza: da nostalgia do amor. Mais que uma ciência é uma poética do encontro humano, uma nova sensibilidade frente à existência. (TORO, 1991a, p. 16)

Nesse aspecto, podemos entender que o sistema biodanza na sua construção epistemológica traz características e significados que compõem a sua estrutura conceitual que podem apresentar-se da seguinte forma:

Quadro 10: Sistema Biodanza

CARACTERÍSTICAS	SIGNIFICADO
Integração afetiva	Restabelecer vínculos entre percepção, motricidade, afetividade e funções viscerais. O núcleo integrador é a afetividade, que influi sobre os centros reguladores límbico-hipotalâmicos.
Renovação orgânica	O estabelecimento da harmonia homeostática e ultra estabilidade dinâmica do bio-sistema. A renovação orgânica é induzida principalmente através de estados especiais de transe, que ativam processos de renovação e regulação global das funções biológicas, diminuindo os fatores de desorganização (entropia do sistema).
Reaprendizagem das funções originárias de vida	Na retroalimentação do comportamento e do estilo de vida, com os instintos básicos (programação genética). Os instintos têm por objeto conservar a vida e permitir sua continuidade e evolução. O desenvolvimento dos potenciais genéticos se realiza através de ecofatores positivos sobre cinco grandes conjuntos de potenciais: Vitalidade, Sexualidade, Criatividade, Afetividade e Transcendência. O desenvolvimento dos potenciais genéticos dentro de um contexto ecológico, reativa as funções originárias de vida (capacidade de amor, alegria, coragem de viver).

Fonte: A autora, com base em Toro (1991a)

Ao criar a biodanza, Toro inspirou-se em fontes antropológicas e etológicas do conhecimento científico. Para ele, esses fundamentos devem ser buscados na Biologia como a ciência da vida. Nesse sentido, defende que:

o termo biodanza foi criado a partir de uma ampla elaboração semântica. Havia nascido uma disciplina com características inéditas, para a qual não existia uma denominação apropriada. Não era uma interdisciplinar de simples convergência com a dança, de conteúdos antropológicos, psicológicos ou filosóficos, para a qual teriam servido os termos “antropodanza”, “sociodanza”, “psicodanza”. Tratava-se de um sistema em que determinados movimentos e situações de encontro, acompanhados por música e canto, induziam vivências capazes de modificar o organismo e a existência humana em diferentes níveis: desde a homeostase orgânica, a estrutura postural, o estilo de vida, até os processos sócio-culturais. Para a síntese semântica do nome, era necessário um conceito profundo e global, relacionado mais com a sabedoria do que com o conhecimento, que incluísse uma concepção sistêmica e holística. A ideia se aproximava claramente do conceito de “dançar a vida” proposto por Roger Garaudy. Era necessário restaurar o conceito original de dança como movimento natural, pleno de significação e de vida, em sua ampla acepção. Não podia, portanto, ser associado ao “ballet” nem a outra forma de dança estruturada. Tampouco poderia ser associada a alguma forma particular de psicoterapia. Inicialmente, utilizei o conceito de “Psicodanza”, que possui o grave defeito de ser dissociativo. “Psico” provém do grego “Psyche” = Alma: Dança da Alma. Aí estava implícita a dissociação platônica. (TORO, 1991a, p. 4)

Ao examinarmos etimologicamente a palavra biodanza, o prefixo “Bio” tem sua origem no termo grego “Bios” (vida). A palavra “Danza”, em espanhol, vem de origem francesa “danse”, significa: movimento integrado, pleno de sentido. Toro (1991a) concebeu a “Biodanza, Danza da Vida”.

É interessante ressaltar que a palavra original “biodanza”, em espanhol, mencionada por Toro, passa por algumas alterações relacionada a terminologia, no Brasil, por exemplo, essa palavra é utilizada por alguns estudiosos e pesquisadores como “biodança, em português”. O paradigma da biodanza está intrinsecamente relacionada com Ciências Humanas, nesse sentido, o autor esclarece que:

Biodanza é um sistema coerente de ações fundamentado nas ciências do Homem: Antropologia, Etologia, Biologia, Medicina, Psicologia, Sociologia. Não deriva de nenhum sistema ideológico, religioso ou psicológico especial. Baseia-se na observação, na descrição e na experimentação. Utiliza as técnicas tradicionais de investigação científica. É um sistema de integração e desenvolvimento humano, não interpretativo, baseado na dança e em situações de comunicação em grupo. (TORO, 1999, p.13)

A biodanza não tem ideologia nem teologia e busca ser uma síntese universal, uma linguagem que possa ser compartilhada pelos mais variados povos e etnias, eliminando padrões de comunicação culturalmente herméticos que demandam especialização do conhecimento. De forma que a biodanza “não se encaixa como um estudo simples, sua metodologia apresenta uma linha pedagógica

própria e bem laborada” [...] Não é uma encenação de algo possível de se viver, não é um teatro” (BARROS, 2018 p. 102).

2.1.2 O Princípio Biocêntrico

O Princípio Biocêntrico parte de um novo paradigma, segundo o qual, o universo existe porque a vida existe. O Princípio Biocêntrico se inspira na intuição do universo, organizado em função da vida, e consiste numa proposta de reformulação de valores culturais que toma como referencial o respeito pela vida, como proferido por Toro (2009). Sendo assim, esse novo paradigma para as ciências humanas propõe orientar todos os empreendimentos sociais e educacionais direcionados à criação de uma estrutura psíquica capaz de proteger a vida e permitir sua evolução.

Nas palavras de Toro:

O Princípio Biocêntrico constitui o paradigma que poderá servir de fundamento das Ciências Humanas do futuro: Educação, Psicologia, Ciências Jurídicas, Medicina e biológica. O Princípio Biocêntrico situa o respeito pela vida centro e ponto de partida de todas as disciplinas e comportamentos humanos. Restabelece a noção da sacralidade da vida. (TORO, 2002, p. 17)

De acordo com Toro (1991a, p. 34), esse princípio tem como ponto de partida, a vivência de um universo organizado em função da vida. Tudo o que existe no universo, a partir de seus elementos, astros, plantas e animais, incluindo o ser humano, que são componentes de um sistema vivo maior. “O universo existe porque existe a vida e não o inverso” (TORO, 2002, p. 17).

As relações de transformação matéria-energia são graus de integração da vida. É um princípio que nos convida a reformular nossos valores culturais, sociais, econômicos, políticos, éticos e morais; nossa conduta e nossa forma de estar no mundo com os seres, tomando como referencial o respeito à vida. Nesse sentido, entende-se que:

A vida não é a consequência dos processos atômicos e químicos, mas a estrutura-guia da construção do universo. As relações de transformação matéria-energia são os estados de integração da vida. A evolução do universo é na realidade, a evolução da vida. (BARROS, 2018, p. 107 *Apud* TORO, 2002)

Em torno desse princípio, organiza-se a formulação teórica da Biodanza, com a ideia de que o universo conspira em favor da vida. A ação e reflexão embasadas na sacralidade da vida partem de sensações e sentimentos de vinculação com ela mesma, com suas diferentes formas de expressão nos seres vivos, que se apresentam desde as mais simples estruturas, como as unicelulares, até as organizações mais complexas.

A percepção e os sentimentos, na perspectiva biocêntrica, avançam com relação às visões teocêntricas (Deus como centro e princípio), e antropocêntrica (ser humano como centro e princípio), e conseqüentemente, da ecologia rasa para a ecologia profunda.

O fundamental, neste construto é o padrão de organização “autopoiético”, que deriva de “autopoiéses”, o termo “poiésis” é de origem grega, que significa produção, “autopoiése” quer dizer autoprodução. É empregado por Maturana e Varela (1994), para definir os seres vivos como sistemas que produzem continuamente a si mesmos. Esses sistemas são autopoiéticos porque recompõem continuamente os seus componentes desgastados. O que os autores atribuem como “centro da dinâmica constitutiva dos seres vivos”.

Os seres vivos se caracterizam pelo fato de, literalmente, se produzirem continuamente a si mesmos, e assim chamamos a organização que os define de organização autopoiética. Os componentes moleculares de uma unidade autopoiética celular deverão estar dinamicamente relacionados em uma contínua rede de inteirações. (MATURANA; VARELA, 1990, p. 25)

De acordo com Capra (1997), a ecologia rasa é antropocêntrica, ou centralizada no ser humano. A ecologia profunda não separa seres humanos ou qualquer outra coisa do meio ambiente natural. Sua visão não é do mundo como uma coleção de objetos isolados, mas como uma rede de fenômenos que estão fundamentalmente interconectados e são interdependentes.

A ecologia profunda reconhece o valor intrínseco de seres vivos e concebe os seres humanos apenas como um fio particular na teia da vida. A compreensão de que o ser humano se apresenta como mais uma das possíveis manifestações da vida e que reconhece a sagrada pulsação da natureza em nós, exige um posicionamento ético e afetivo.

O processo de vida é a atividade envolvida na contínua incorporação do padrão de organização do sistema, “este padrão de organização está incorporado na estrutura do organismo, e a ligação entre padrão e estrutura reside no processo da incorporação contínua.” (CAPRA, 1997, p. 135).

Esse posicionamento deve ser em favor da construção de novas formas de relação, que manifestem a possibilidade de transformação de estruturas vistas anteriormente como cristalizadas e que também facilitem a vida biocêntrica.

Na visão biocêntrica, as relações interpessoais baseiam-se na confiança, na amizade, na cooperação, na fraternidade e no amor. A vivência biocêntrica requer o desenvolvimento equilibrado e a integração, a radicalização das linhas de vivência é um estado pleno e inocente, é a vivência verdadeira do Princípio Biocêntrico. É a expressão da “identidade-amor” e do “movimento-amor” (TORO, 1991a, p. 138).

Gonsalves (2010) corrobora quando distingue as dimensões do método científico biocêntrico apontado por Toro, entre estes a “corporeidade do vividor como recurso epistemológico”. A autora traz que o corpo é um lugar pleno de expressões, sentimentos e sentido do mundo que permite o encontro da reflexividade e da comunicabilidade. (GONSALVES, 2010, p. 52).

Diferentemente da visão de que o humano “tem um corpo” que remete para a valorização narcisista e dicotômica do ser. Toro afirma que “sou o meu corpo.” Assim, se remete para uma unidade, a corporeidade vivida, permitindo afirmar que o sentimento, o pensamento e as emoções nascem de diversos pontos do corpo, não são atividades excepcionalmente cerebrais.

A identidade e movimento associados ao amor constituem uma presença sensível de vida no mundo, com possibilidades amplas de alterações de referenciais presentes nos relacionamentos interpessoais pautados em modelos bélicos; de expansão da ternura e da restauração do sentido pleno de viver com o outro, em comunidade e em comunhão com a totalidade.

A evolução de tudo o que existe seguiria, portanto, um curso em que toda diretriz se centra na força da vida. O Princípio Biocêntrico é o alicerce, a base estrutural da teoria da biodanza e se inspira nas leis universais que conservam os sistemas vivos e que tornam possível sua evolução. Estabelece um modo de sentir e de pensar que toma como referência existencial a vivência. Ele surge, assim, de

uma proposta anterior à cultura e se nutre de informações que temos sobre os seres vivos.

O universo apresenta regularidade, que atua no “caos”. Não se pode conceber um modelo da vida humana exilado do processo de gênese da vida e de sua evolução filo e ontogenética. Para compreender o fenômeno da vida como um acontecimento cósmico é necessário compreender que todos os seres vivos possuem elementos e características fundamentais comuns.

Assim, entende-se o universo como um sistema vivo. O reino da vida abrange muito mais do que vegetais, os animais e o homem. Tudo o que existe da pedra ao pensamento mais sutil, faz parte deste sistema vivo e extraordinário. Sendo o universo um holograma, toda vida existente é sagrada e não há uma real separação entre sagrado e profano.

Toda vida na dimensão do aqui - agora é sagrada e há uma inteligência organizadora proveniente da própria vida que se faz presente em tudo. Todas as galáxias, planetas, seres vivos e natureza fazem parte de um sistema único, regido pelas mesmas regras.

O efeito desta forma de pensar, portanto, implica numa postura de proteger a vida e numa ética de cuidar da vida, fazendo que todas as nossas ações e relacionamentos se voltem para a preservação e nutrição da vida. Rolando Toro vai ainda mais longe, ao propor que o Princípio Biocêntrico seja o centro e o ponto de partida para a educação, seja norteador para todas as disciplinas e todos os comportamentos humanos.

A biodanza está ancorada na concepção holística integradora de todas as instâncias da natureza (interligadas e concomitantes na rede da vida) em consonância com as noções de Inconsciente Vital, do Princípio Biocêntrico e da ideia de cognição celular, explicitados por Toro (1991), como fundamentais para entender e recuperar a sintonia vital com o universo. Esses paradigmas de estruturação da biodanza são os pensamentos chaves, anteriores a toda outra formulação teórica e metodológica do sistema que são apresentados da seguinte forma:

Quadro 11 - Paradigma da Biodanza

PARADIGMA DA BIODANZA	
- Princípio Biocêntrico	Tem como referencial imediato a vida. Inspira-se nas leis universais que conservam os sistemas vivos e fazem possível sua evolução.
- Princípio Neguentrópico de amor e Iluminação	princípio postula que o sistema vivo humano não é somente capaz de autorregulação, autonomia, mas também de auto evolução. O sistema vivo humano possui potenciais de criatividade capazes de alcançar novos níveis de diferenciação e autonomia. O acesso é através de sucessivos atos de iluminação gerados no amor, é possível elevar a qualidade da vida e conduzi-la para seu máximo esplendor e plenitude.
- Expansão da Existência a partir do Potencial Genético	Parte da observação da presença do “embrião-sistema” e de seus múltiplos canais de expressão. Os potenciais genéticos já vêm altamente diferenciados quando o indivíduo nasce e se manifestam através das estruturas funcionais, dos instintos, vivências, emoções e sentimentos. Esses potenciais se expressam através da existência quando encontram as condições necessárias (cofatores e ecofatores).
- Progresso Biológico Autoinduzido	O sistema vivo humano pode induzir processos de altíssima diferenciação através da produção de estados de regressão/refundição/renovação. Os exercícios de Biodanza, desafios e cerimônias de regressão podem reforçar a homeostase e os processos de autorregulação e, além disso, a transtase, isto é, o processo neguentrópico de diferenciação evolutiva.
- Pulsação da Identidade	A identidade tem uma gênese biológica que vai desde a identidade imunológica até outras formas de identidade psíquica e comportamental (identidade sexual, identidade criativa). A identidade, portanto, não tem estrutura cultural. Chamamos de ego (patológico) a pseudo-identidade auto afirmativa, competitiva, egocêntrica. A identidade propriamente dita manifesta-se hierofanicamente no encontro com o outro. A identidade é pulsante.

- Permeabilidade da Identidade	A identidade é permeável à música e à presença do outro. Isto significa que a potência expressiva de nossa identidade pode ser influenciada por situações de encontro e pelo estímulo musical. Biodanza, portanto, trabalha com a Gestalt música-movimento-vivência.
Autorregulador é a Vivência	A vivência é a percepção intensa e apaixonada de estar vivo aqui e agora. É a intuição do instante de vida capaz de estremecer harmonicamente o sistema vivo humano. O ponto de partida em Biodanza é a vivência e não a consciência; os exercícios estão destinados a vivenciar e somente muito posteriormente conscientizar. A vivência tem um poder autoregulador em si; a consciência, por outro lado, é um espelho que registra e denota os novos estados de integração, regulação e otimização.

Fonte: Toro (1991b)

Essa visão ultrapassa o panorama holístico e se manifesta num sentimento sagrado da vida e do universo, que tem como origem a vivência biocêntrica. O desafio citado acima é compartilhado por aqueles que fazem o Movimento Biodanza e acreditam na possibilidade de ressignificação de valores e de transformação de estilos de vida, num mundo mais amoroso. No Princípio Biocêntrico, há uma proposta de resgate da vida, onde ela é oprimida, com as condições sociais, econômicas e culturais ante-vida. Há uma busca do reestabelecimento das condições de nutrição da vida, com toda sua consistência e potência afetiva.

2.2 Modelo Teórico da Biodanza

A base do Sistema Biodanza apoia-se na estruturação e articulação entre a música, o movimento e a vivência. Conforme Toro (2002, p. 121), estes três elementos formam uma unidade em sentido estreito, ou seja, um “conjunto organizado” cujos componentes são inseparáveis, pois a funcionalidade do conjunto requer a participação simultânea de cada um deles.

Toro (2005) sustenta que o universo apresenta regularidade, que atua no “caos”. Não se pode conceber um modelo da vida humana exilado do processo de gênese da vida e de sua evolução filo e ontogenética. Este é o modelo do “Homem

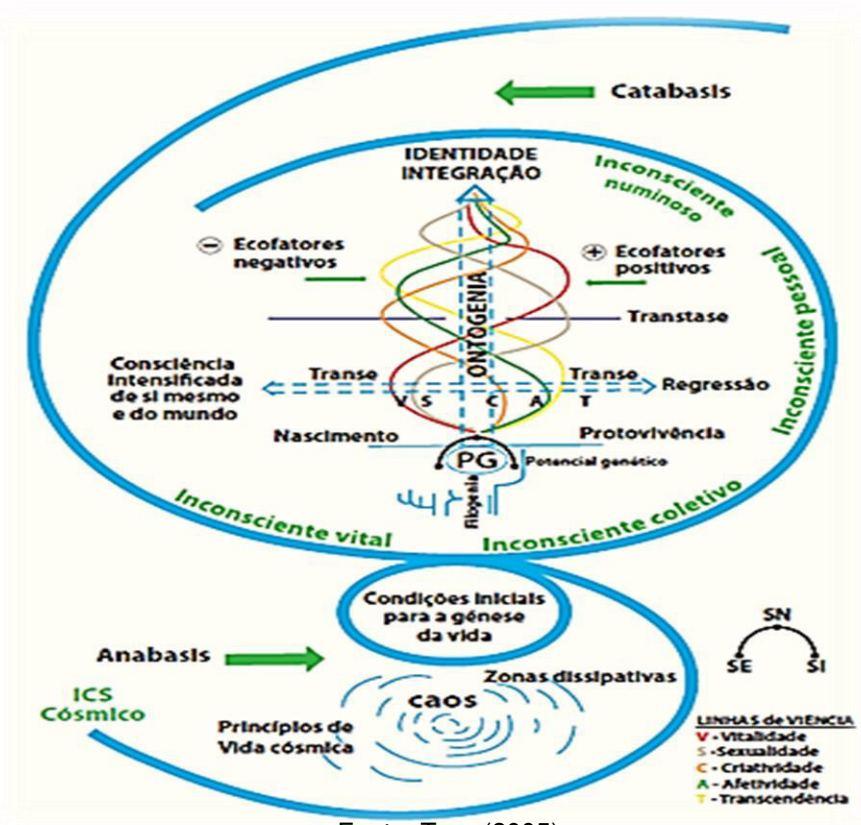
Cósmico”. Os seres vivos têm algumas características comuns, apesar de seus distintos graus de organização. Para compreender o fenômeno da vida como um acontecimento cósmico é necessário compreender que todos os seres vivos possuem elementos e características fundamentais comuns.

Assim, a proposta de cada um dos exercícios “implica uma música e o movimento corporal, por ela estimulado e coerente com ela; é além do mais, voltado à indução de uma vivência específica, cujos efeitos correspondem a um objetivo metodológico inerente ao processo de integração humana” (TORO, 2002, p. 121).

O primeiro eixo Teórico de Biodanza é um modelo do “homem cósmico”, pois aborda o ser humano em sua dimensão biológica, psicológica e, principalmente, cósmica; este modelo não considera o indivíduo isolado, mas sim, em completa conexão com o “todo” (TORO, 2005) O Modelo Teórico da Biodanza, propõe uma nova visão sobre o ser humano e a vida.

Para melhor compreensão, apresenta-se o Modelo Teórico da Biodanza atualizado, instituído por Toro (2005).

Imagem 7: Modelo Teórico da Biodanza



Fonte: Toro (2005)

Dessa forma, pode-se registrar com precisão como é edificado um sistema bastante complexo no qual, os movimentos e cerimônias de encontro, acompanhados de música, induzem “vivências” capazes de proporcionar às pessoas a possibilidade da Integração da Identidade através da expressão das cinco linhas do Potencial Genético.

O Modelo Teórico V, S, C, A e T representa, respectivamente: vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência, conforme a imagem apresentada. Os eixos: Um horizontal, onde se encontra a identidade e o transe, que mostram a totalidade da experiência humana, com cinco linhas diferentes e complementares de expressão de potenciais: vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência.

O desenvolvimento evolutivo se realiza à medida que os potenciais genéticos encontram oportunidade de se expressar na existência. Em torno dos eixos está a representação dos quatro aspectos do inconsciente: o inconsciente pessoal, proposto por Freud (1996); o inconsciente coletivo (2012), proposto por Jung; o inconsciente vital por Toro (2005), a abordagem do inconsciente numinoso atribuído a Toro, o termo Numinoso, já é utilizado por outros autores a exemplo de Rudolf Otto (2007), o termo latino *numen* significa *deus ou divino*, que traz a noção do sagrado, envolvendo na sua concepção aspectos racionais e irracionais. Na base, estão os potenciais genéticos, que são a fundação do desenvolvimento em cada ser vivo.

O potencial humano individual que se expressa em cinco conjuntos, os quais se manifestam mediante cinco “linhas de vivência” que se potencializam reciprocamente e se entrelaçam em forma de espiral ascendente que representa o processo de integração que dura toda a vida (Ontogênese).

O eixo horizontal oscila entre dois polos, o trânsito entre esses dois polos representa as categorias de movimentos realizados durante uma sessão de biodanza. A manifestação dos potenciais é pulsante entre os estados biológicos “consciência de si e do mundo” e “fusão com o todo” (regressão).

No processo integrativo intervêm três níveis de inconsciente, que se comunicam entre si através de “umbrals de transição”. Entre o Inconsciente Pessoal de Freud (memória do indivíduo) e o Inconsciente Coletivo de Jung (memória da

espécie) se estabelecem os processos que vão desde a história pessoal até o arquétipo. Entre o Inconsciente Coletivo e o Inconsciente Vital (memória cósmica) se estabelecem os processos que vão desde o arquétipo até os sistemas de integração biológica.

Para Toro (2005, p. 74), o Modelo Teórico da Biodanza abarca três componentes: a filogênese que se refere a história do desenvolvimento “evolutivo das espécies vivas”, desde seu surgimento até os dias atuais. O potencial genético que representa a “ontogênese que alude ao conjunto de potencialidades herdadas pelo indivíduo geneticamente”.

O mistério da existência humana é insolúvel e intraduzível, assim procurar abrir o portal do inconsciente, vistas, aqui, como porta de entrada da identidade. A palavra “inconsciente” provém do termo latino “inconscious” que significa tudo aquilo que não se consegue compreender ou explicar.

O Modelo Teórico da Biodanza passou por transformações ao longo do tempo, Rolando Toro continuou a desenvolver suas investigações e aperfeiçoar a técnica, incorporando contribuições de diferentes fontes e campos de conhecimentos estruturando melhor o seu método.

2.2.1 Mecanismos de ação

Os mecanismos de ação da biodanza estão profundamente interconectados e desempenham um papel importante como um dos componentes que dão sustentabilidade ao Modelo Teórico da Biodanza. O mecanismo de ação fundamental da biodanza é a estimulação de vivências por meio da música, da dança e de situações de encontro em grupo. Na abordagem de biodanza, as vivências têm prioridade sobre o pensamento conceitual ou sobre as programações de conduta.

O pensamento lógico racional não é o instrumento apropriado para a modificação existencial e para induzir mudanças profundas de atitudes e tendências. As vivências têm efeitos sobre a identidade, sobre os processos de integração afetiva, sobre a reabilitação existencial e os estados de consciência.

De acordo com Toro (1991b), os princípios básicos dos mecanismos de ação que sustentam a biodanza estão intrinsecamente interligados na própria vivência. Os mecanismos de ação da biodanza caracterizassem-se da seguinte forma:

Quadro 12: Mecanismo de Ação

MECANISMO DE AÇÃO	
Progressividade	Evolução progressiva para a saúde configura um estilo e um “sentido” de trabalho que dá tempo ao praticante de biodanza assumir suas próprias mudanças. O princípio da progressividade é coerente com os conceitos de integração e desenvolvimento.
Reciprocidade	A atividade de grupo, é necessário regular as formas de relacionamento dentro dele. Estimulação do relacionamento em “feedback”. O encontro corporal progressivo de sinalização recíproca.
Vivência	Dar-se-á por estimulação por meio da música, da dança e de situações de encontro em grupo no aqui e agora. Na vivencia em biodanza o pensamento lógico racional é um instrumento inadequado para a modificação existencial e para induzir mudanças profundas de atitudes e tendências frente a vida.
Autorregulação	Biodanza se fundamenta no conhecimento fisiológico das funções de autorregulação fortalecendo tais funções. Os mecanismos naturais de regulação interorgânica não se intervêm nos automatismos através da vontade.
Reculturação	A biodanza é informativa, mas não interpretativa e tão pouco analítica.
Transcendência	Consiste em transcender os problemas do ego e abordar de imediato sua vinculação saudável consigo mesmo, com o semelhante e com a natureza. Biodanza proporciona um acesso à consciência cósmica.
Autocura	Em Biodanza, o/a doente toma parte ativa em sua cura, a tal ponto que a função terapêutica se reduz somente a pôr-se em

	contato com seus próprios recursos de autorregulação. A cura é suscitada por motivações internas carregadas de emocionalidade. A pessoa toma em suas mãos o processo de sua própria evolução. Cada indivíduo adquire um sentido evolucionário como condição para sua cura, assumindo a responsabilidade de regular sua própria evolução e encontrar suas respostas.
Ação Autoplástica	O movimento ocorre por motivações internas carregadas de emoção. Cada participante tem uma parte ativa em sua cura e desenvolvimento evolutivo.
Estrutura Grupal	A biodanza é uma técnica de grupo e em certo modo de massas. Dentro do grupo os/as participantes ensaiam novas atitudes de contato e comunicação. Os exercícios de transe só podem ser realizados dentro de um grupo integrado que serve de matriz e continente para a pessoa que abandona sua identidade. Os grupos são abertos e semiabertos. Não é possível fazer Biodança individual.
Importância da Situação em Si	Em Biodanza não há representação. As situações não se fixam em “como se”. Cada movimento tem um significado real e um valor aqui-agora.
Ação sobre a Parte Sã	A biodanza não trabalha sobre os sintomas. Desenvolve a parte que ainda permanece sã; os impulsos de liberdade, os esboços de sinceridade, a potencialidade criativa, a ternura, a graciosidade de movimentos, os restos de autoestima, o equilíbrio, o entusiasmo entre outros. Neste sistema não se analisa a miséria humana, mas sim, aumenta-se a grandeza do homem.
Princípio de Ressonância Musical	A biodanza utiliza os elementos essenciais da música para induzir estados emocionais, ativar processos psicossomáticos, estimular o contato interpessoal, entre outros. A harmonia vincula em especial a pessoa consigo mesmo; a melodia e a tonalidade, com o semelhante; o ritmo com a natureza. As músicas eufóricas reforçam a identidade e despertam o ímpeto vital; os coros de transe induzem regressão integrativa; as pausas e silêncios têm valores afetivos.
Indução de Transe Integrativo	O sistema inclui como parte essencial, a indução de transe integrativo. Este tipo de transe tem as seguintes características: Progressivo - O nível de transe se induz em escala progressiva. Os primeiros transes são muito leves;

	Grupal - Não se realizam transe isolados. O grupo cumpre a função de matriz; Beatífico - O transe produz plenitude, bem-estar corporal e sentimentos posteriores de harmonia e amor; não convulsivo; Sequencial - Os exercícios para induzir transe musicais estão sujeitos a uma sequência determinada.
Princípio Integracionista	Toda pessoa pode fazer biodanza, seja qual for sua raça, religião, ideologia, idade, condição social ou estado de saúde.
Princípio de Realidade	A biodanza não adere a nenhuma forma de culto mágico. Seus conceitos e práticas se inspiram nas ciências naturais e humanas e na investigação experimental.
Esquema de Harmonia	Substitui-se o esquema de estresse pelo esquema de harmonia (amor-alegria). Isto significa uma mudança radical do estilo de vida. Aprendizagem, intensificação e facilitação de “vivências positivas”. Ativação hipotalâmica, estimulação dos impulsos vitais, instintos e emoções. Influxo sobre os circuitos da síndrome geral de adaptação. Integração psicossomática.
Acesso à Identidade	Fortalecimento da identidade autêntica. Descobrimiento de caminhos de consistência. Aquisição da capacidade de resposta adequada e flexível frente a situações diferentes. Flexibilidade das funções de identidade (consciência e luta) - regressão (harmonia e vinculação).
Diferenciação	Desenvolvimento das potencialidades individuais e da criatividade.
Integração Corporal	Integração da personalidade a nível sensitivo-motor, afetivo-motor, sensorio-motor e fluidez, equilíbrio, elasticidade e eutonia.
Vinculação em “feedback”	Aprendizagem de técnicas de comunicação e encontro em “feedback”. Ensaio e intensificação de condutas de contato, em situação aqui-agora.
Renovação Sexual	Dessensibilização à culpabilidade. Desenvolvimento da sensualidade e da genitalidade. Técnicas de comunicação e fusão. Capacitação para o prazer de viver. Desenvolvimento do eros indiferenciado e do eros diferenciado.
Movimento-Amor	O conceito de movimento vai unido ao de amor, com todas suas implicações corporais, afetivas e sociais.

FONTE: Toro (1991)

Assim, a biodanza é um processo de desenvolvimento e transformação global que abarca todos os níveis da vida: nível celular e imunológico; nível neurovegetativo; nível homeostático; nível motor; nível afetivo; nível mental; nível da comunicação; nível da qualidade de vida; nível existencial; nível de consciência; nível transpessoal e de consciência ética. Ressaltando ainda que sua ação opera sobre a parte saudável do indivíduo.

2.2.2 Vivência

O conceito de vivência é amplamente utilizado pelos diversos campos do conhecimento, tanto no domínio da ciência, quanto do senso comum. Entre os pesquisadores a se dedicarem a vivência e suas implicações destacamos aqui o primeiro pesquisador a se debruçar nas pesquisas sobre o sentido das vivências foi Dilthey (1883-1911), que considerava o significado da vivencia como “algo revelado no complexo anímico dado na experiência interna de um modo de existir a realidade para um certo sujeito” (TORO, 2008, p. 2) Ou seja, a experiência é vivida na consciência.

Para o Sistema Biodanza, o termo representa uma condição elementar para a manutenção da vida humana, é expressão do potencial genético, e segue a direção da nutrição, da vinculação e da integração com a vida que abarcam as funções emocionais sinestésicas e orgânicas.

Nesse sentido, a vivência é compreendida como um impulso para vida instintiva para a contemporaneidade, em que predominam valores, símbolos e exacerbação da reflexão. De acordo com Possebon (2017, p.112):

A vivência é um conceito chave e é entendida como o movimento vivido com intensidade e não apenas como o que é experimentado. Apenas no aqui e no agora, no presente, podem ser vivenciadas, de forma profunda e regeneradora, e, em grupo, experiências do bem viver.

Nesse sistema, considera-se que as vivências são possibilidades humanas, trazidas a partir da genética, mas que somente dentro da cultura humana podem acontecer. Com essa compreensão, a consciência deve surgir a partir da vivência, mostrando a expressão de um mundo que é instintivo e ao mesmo tempo humano. Caso a sequência não seja essa, ocorre uma negação do próprio corpo e repressão

das emoções e dos instintos. Toro (1991a) considera como patologia da civilização, ou negação da vivência pela consciência. Nesses termos, observa-se que:

A vivência é compreendida como fonte de um poder de integração em si mesma, sem necessitar de elaboração estritamente consciente. O processo de conhecer (processo da vida) é mais amplo do que a concepção do pensar. A mente não é uma coisa, mas um processo que necessita de substrato somático para poder operar. A vivência é um modo de cognição no nível inconsciente. (GONSALVES, 2010, p. 60)

A expressão sensível e particular do mundo nas pessoas se revela de várias formas, inclusive no processo de conscientização, e tem influência dos elementos do meio ambiente, chamados de eco fatores. Eles incluem os fatores naturais, sociais, econômicos, políticos, culturais e humanos, assumindo um papel central na construção da identidade, que inclui a expressão do potencial genético.

A influência das pessoas significativas na vida de uma criança ocorre também antes do processo de socialização, mesmo na vida intrauterina, através da vinculação e do afeto. Dependendo de como se dão essas relações e as seguintes, o movimento do indivíduo no mundo pode ser incentivado ou bloqueado. Os primeiros contatos, ou as protovivências, são de grande importância nas histórias dos sujeitos.

De acordo com Toro (1991a), as protovivências de movimento, contato, expressão, segurança e harmonia são as vivências que envolvem os primeiros seis meses de vida, em que o bebê inicia a sua experimentação no mundo. Influenciam no desenvolvimento das cinco linhas de vivência do sistema biodanza.

Quadro 13: Protovivência

PROTOVIVÊNCIA	LINHAS DE VIVÊNCIA	EMOÇÃO E SENTIMENTO	EXPERIÊNCIA EVOLUTIVA
Movimento/energia-ímpeto vital	Vitalidade	Alegria/ ímpeto/ vital/ entusiasmo	Autonomia
Contato e carícias	Sexualidade	Desejo/prazer	Fusão orgâsmica/ Voluptuosidade

Liberdade/expressão /curiosidade	Criatividade	Exaltação criativa	Criação artística e científica
Proteção/segurança/ nutrição (alimento)	Afetividade	Ternura/amor/amizade	Altruísmo
harmonia /respiração livre	Transcendência	Beatude/espiritualidade/ serenidade	Experiência suprema: íntase/êxtase

Fonte: A autora, com base em Toro (2005)

Em biodanza, é considerada a tendência do ser humano para o crescimento, seguindo a tendência a “auto realização”, conceituada “autopoiesis”, de Maturana (1985). A continuidade do movimento existencial depende também dos ecos fatores, em especial os humanos, caracterizados nas relações estabelecidas.

Para Toro (2002), todos os movimentos são organizados pela programação genética, cuja expressão de se diferencia e modifica ao longo do desenvolvimento ontogênico, mediante a aprendizagem, os impulsos da consciência e a interação com os estímulos do ambiente. Nessa linha de pensamento, Barros (2018, p. 132) defende que:

O movimento na biodanza não pode ser reduzido apenas à motricidade, nem somente aos sentidos, à cognição, ao erotismo ou à espiritualidade. Ele pode envolver os aspectos: sensório-afetivo-motor; sensório-ideomotor; sensório-erótico-afetivo-motor; ou sensório-sensitivo-motor. Eles recebem estímulos com predominância cognitiva, afetiva, erótica ou transcendente.

Assim, o corpo todo comunica-se pelos órgãos dos sentidos, a vida pulsa a cada movimento através do encontro da reciprocidade, do gesto, do olhar, do cheiro e da pele e expande-se para uma consciência cósmica integrando-se à totalidade, rompendo-se com a fronteira do próprio ego.

A biodanza, com a facilitação da vivência, traz a possibilidade de modificação de padrões já estabelecidos e de desenvolvimento dos potenciais genéticos e consequente expressão da identidade no mundo. Isso se dá através da integração das pessoas no grupo, das músicas apropriadas para deflagração da vivência e dos exercícios semiestruturados.

2.2.3 Potenciais genéticos

A bioenergética, ciência criada a partir das ideias Wilhelm Reich (1897-1957), muito contribuiu para a compreensão e concepção da biodanza (TORO, 1991a). Esta linha teórica muito ofereceu, em termos de inspiração, para o trabalho da biodanza. Nesse sentido, entende-se que:

Reich estabeleceu a relação entre os estados de repressão emocional e a tensão de certos grupos musculares. Estados permanentes de repressão produzem tensão crônica da musculatura, dando origem à “courage caracterológica”. A energia emocional não expressa ficaria, por assim dizer, acumulada nos músculos e também nos órgãos. [...] o pensamento de Reich me parece correto. Não obstante, as tensões emocionais, as repressões e os conflitos se projetam, a nosso ver, na totalidade do organismo e em todos os níveis: motor, visceral, homeostático, imuno-genético. Assim mesmo existem relações complexas nos circuitos de projeção dos diferentes grupos musculares. A energia emocional não expressa ficaria, por assim dizer, acumulada nos músculos e também nos órgãos. Existe uma estreita correlação neurológica entre os diferentes anéis de tensão descritos por Reich. É por isso que, em Biodanza, os exercícios para dissolver as tensões crônicas abarcam um mínimo de três anéis. (TORO, 1991b, p. 387)

Reich (1995), em seus estudos localizou as “courage caracterológicas”, distribuídas em anéis de tensão muscular e repressão energética ao longo do corpo, anéis esses correspondentes a tensões e/ou conflitos emocionais ao redor dos principais centros energéticos do corpo humano, conhecidos também como plexos, pela fisiologia tradicional, por “*chakras*”, por sistemas esotéricos até mesmo na filosofia de conhecimento e das medicinas orientais.

Verificou-se em Reich (1897-1957), que o relaxamento dessas tensões musculares, através da terapia orgânica associada ao trabalho psicanalítico, trazia consigo a liberação das energias ali contidas, ocasionando também a liberação de material inconsciente para a consciência com a consequente liberação da memória emocional.

A experiência mostra que a biodanza, ao trabalhar os potenciais humanos à luz predominante da afetividade, ajuda a dissolver as courage defensivas, neutraliza as memórias emocionais não saudáveis, instaurando o movimento orgânico ligado a memória emocional positiva e propiciando a substituição das defesas por outras formas de ser, sentir, pensar, apresentar-se e se comportar.

Nesse sentido, em biodanza a expressão das potencialidades genéticas é realizada através das linhas de vivência, pode ser bloqueada ou estimulada pelas condições e estímulos eco fatores positivos - os fatores ambientais que favorecem a expressão dos potenciais genéticos e de eco fatores negativos - os que inibem a sua expressão. Através da geração de eco fatores positivos, a biodanza busca a integração e potencialização das linhas de vivência na tentativa de liberação das coraças que impedem o desenvolvimento natural do ser.

O sistema integrador-adaptativo límbico-hipotalâmico integração orgânico são estruturas fisiológicas que asseguram estabelecer as relações operacionais entre as relações do organismo complexo, integrando unidade do sistema funcional do organismo com um todo.

Para Toro (2005, p. 42), “a biodanza considera um sistema integrador de origem de novos modelos de comportamento que respondem as necessidades vitais básicas”. Nesse sentido, ele defende que: O sistema integrador - adaptativo límbico-hipotalâmico é extremamente ligado à expressão dos instintos, das vivências, das emoções e dos afetos. Ele contribui para a consolidação dos modelos de comportamento e influi sobre córtex cerebral através de suas conexões neocorticais. O córtex cerebral (neocórtex) tem, por sua vez, funções que agem sobre esse sistema e podem modelar o comportamento por meio de estímulos conscientes.

O sistema nervoso autônomo (SNA) é a parte do sistema nervoso que comanda as diversas funções involuntárias que servem à conservação da vida, tais como, atividades do coração, dos pulmões, aparelho digestivo, dos órgãos sexuais, entre outros. Ele regula cada uma dessas funções entre si, mantendo o equilíbrio entre elas e a atividade psíquica. Quando ocorre o desequilíbrio, aparecem os distúrbios psicossomáticos. É constituído por dois subsistemas: o Simpático e o Parassimpático.

O Sistema Nervoso Simpático (SNS) está relacionado ao estado de vigília e aos mecanismos de luta e fuga. Através da Noradrenalina age estimulando o metabolismo, aumentando a circulação, o ritmo cardíaco e a pressão arterial, promove a broncodilatação, para permitir maior ventilação pulmonar e maior fluxo de sangue aos músculos, predispondo o organismo a situações de defesa.

O Sistema Nervoso Parassimpático (SNP), com a produção de Acetilcolina, está relacionado aos mecanismos de repouso, estados de relaxamento, renovação

orgânica, onde acontece a diminuição da pressão arterial e do ritmo cardíaco, aumento das secreções glandulares, entre outras.

Quando um desses sistemas está em funcionamento, o outro está em repouso, e por isso podemos estimulá-los separadamente com exercícios de biodanza. O Sistema Nervoso Simpático é ativado com músicas alegres, eufóricas, potentes, buscando a alegria, o prazer, a vitalidade, e outros aspectos. O Sistema Nervoso Parassimpático, com músicas lentas e suaves, desaceleradas, buscando o estado de relaxamento predispondo ao sono e ao repouso.

O estilo de vida em que vivemos, condicionado pela nossa cultura, estimula predominantemente a atividade simpática, induzindo a um desequilíbrio neurovegetativo. A biodanza, por sua vez, com sua atuação do Sistema Nervoso, promove este equilíbrio, pois existe uma íntima relação entre a psique, sistema nervoso, glândulas endócrinas e sistema imunológico.

Dessa forma, o processo de integração existencial se realiza através de vivências integradoras específicas que estimulam positivamente as linhas de potencialidades pouco desenvolvidas, geralmente algumas linhas se desenvolvem mais do que outras, o que reflete alguma carência. A integração se dá no desenvolvimento conjunto das cinco linhas de vivência que intensificam suas potencialidades no processo de interação recíproca.

A evolução e consequente, integração das linhas de vivência, a partir do potencial genético, está relacionada a emoções e sentimentos específicos. A estimulação de emoções específicas através de determinadas vivências acarreta a deflagração de hormônios e neurotransmissores naturais que estimulam a expressão das potencialidades genéticas - condicionada a condições ambientais (ecofatores) e a fatores químicos que operam em nível orgânico (cofatores).

Contudo, a desconexão dos seres humanos através de formas culturais atuais destrutivas, a dissociação corpo-alma, homem-natureza, sagrado-profano, patologia psicossocial e afetiva também são decorrentes dessa dissociação, são assim, enfatizadas pela teoria biocêntrica.

O potencial humano individual que se expressa em cinco conjuntos, os quais se manifestam mediante cinco “linhas de vivência”, que se potencializam reciprocamente e se entrelaçam em forma de espiral ascendente, que representa o processo de integração que dura toda a vida (Ontogênese). A manifestação dos

potenciais é pulsante entre os estados biológicos “consciência de si e do mundo” e “fusão com o todo” (regressão).

Ao trabalhar as linhas de vivências, desperta-se a antiga capacidade de conexão com a vida: conexão consigo mesmo, conexão com o semelhante e conexão com as forças vivas do universo (integração). É o caminho que vai da emoção à saúde.

2.3 Linhas de vivência

Imagem 8: Roda de comunicação pelo olhar em vivência, no Equilíbrio do Ser, em João Pessoa, 2018.



Fonte: A autora (2018)

A metodologia da biodanza busca a indução de vivências integradoras que envolvem todo o organismo, num processo de aprendizagem nos níveis: cognitivo, vivencial e visceral. Uma aprendizagem não reflexiva, silenciosa, a partir do encontro das pessoas de forma inteira, desenvolvendo e integrando as linhas de vivência da Vitalidade, Sexualidade, Criatividade, Afetividade e Transcendência.

Consideradas como potencial genético de cada indivíduo e que podem levar à expressão e fortalecimento de um estilo de viver, que obedeça a mais ao ritmo de cada um, fazendo, dessa forma, com que seja mantido ou recuperado o equilíbrio psíquico e fisiológico, propiciando aos indivíduos uma maior conexão consigo mesmos e com a totalidade. Conforme Toro (1991a), as vivências dividem-se em cinco linhas básicas: vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência.

Quadro 14: Linhas de Vivência

LINHAS DE VIVÊNCIA	
1 - Linha de Vitalidade	Instinto de conservação, homeostase e regulação intraorgânica. Manifesta-se no humor endógeno.
2 - Linha da Sexualidade	Instinto sexual, reprodução e fluxo genético. Desejo e prazer.
3 - Linha da Criatividade	Impulso de estabelecer novas relações com o mundo. Expressividade e exaltação criativa.
4 - Linha da Afetividade	Fundo biológico de coesão à espécie. Amor, amizade, altruísmo e compaixão.
5 - Linha da Transcendência	Vinculação com a totalidade cósmica. Expansão da consciência; êxtase e consciência ética.

Fonte: Toro (2005)

Toro (2005) esclarece que a memória é constituída pelos processos de codificação, de armazenamento e de evocação da informação do processo evolutivo da espécie humana. A memória é a base de cada processo de aprendizagem. Nesse sentido, o instinto pode ser considerado a “memória da espécie” que se revela através de uma “expressão biológica que se destina a preservação da espécie” (TORO, 2005, p. 50).

Os seres vivos são sistemas “autorregulados”, pois suas funções automáticas têm origem nos “sistemas homeostáticos, considerados em sua amplitude como os mecanismos de equilíbrio interno encarregados de conservar a unidade orgânica” da espécie (*op. cit.*, p. 5).

Desse modo, entende-se que chave da biodanza é a auto regulação. Os potenciais genéticos são um conjunto de potencialidades herdadas geneticamente por cada indivíduo, foram agrupados por Rolando Toro em cinco grandes grupos, correspondentes às principais aspirações humanas as linhas de vivência.

A semântica da biodanza é estruturada conforme um princípio totalizador e subversivo que transcende a simples convergência interdisciplinar. É do alcance da biodanza “modificar o organismo e a existência humana em diferentes níveis: desde a homeostase orgânica, a estrutura postural, o estilo de vida, até os processos socioculturais” (TORO, 1991a, p. 4).

Para a composição desse cenário no qual o sentir possui preponderância sobre o pensar, trata-se, em biodanza, de tomar como referência existencial, a vivência e a compreensão dos sistemas vivos. Nessa perspectiva, é interessante ressaltar os efeitos da biodanza no tratamento das patologias, a proposta consiste em atuar por meio de exercícios específicos que deflagram emoções integrativas para favorecer a auto regulação orgânica. Do ponto de vista psicológico, a biodanza é uma técnica ansiolítica, isto é, redutora de ansiedade.

O estresse produzido por conflitos emocionais tende a diminuir rapidamente, como vimos anteriormente, pois ela atua sobre o Sistema Integrador-Adaptativo-Límbico-Hipotalâmico. No âmbito psicológico modifica o estilo de vida e cria novas motivações para viver.

Ao considera-se o ponto de vista biológico, a biodanza é uma técnica de integração interorgânica. Isto implica que a prática de biodanza integra o organismo em todos os níveis: emocional, neurológico, endócrino e imunológico. Por esta razão, tem efeitos terapêuticos e curativos que favorecem de reabilitação nos mais diversos casos clínicos.

A expansão da identidade gera saúde, alegria de viver e novas formas de comunicação afetiva e erotismo. O tratamento específico das diversas enfermidades psicossomáticas consiste na prática de biodanza, com exercícios adequados a cada situação clínica apresentada.

Assim, constitui-se a biodanza como uma “uma Poética do Encontro Humano”, como é mencionado por Rolando Toro (2012, p. 54): “La danza, capaz de generar vida puede también expresar significados universales.” Hacer de nuestra vivencia una danza es en realidade *ser poesía*”. A base estrutural dos exercícios e músicas de biodanza estão passando por modificações atualmente, embora buscando sempre preservar ortodoxia do sistema proposto por Rolando Toro. Conforme Barros (2018, p. 165):

O modelo natural dos movimentos, como gestos ligados aos costumes sociais, os movimentos arquétipos, os rituais e as danças tribais e movimentos funcionais constitui a base estrutural dos exercícios da biodanza.

É relevante ressaltar que a biodanza contém um repertório próprio, compondo a lista oficial de exercícios e do elenco de músicas catalogadas do

Sistema Biodanza e que fazem parte de sua base estrutural. Esses exercícios oficiais compõem os catálogos do Centro de Investigação de Músicas e Exercícios de Biodanza (CIMEB) cujos responsáveis são Verônica Toro e Raul Terrén. Também se destaca o detalhamento dos exercícios nos livros: Biodanza e Plenitude de Maria Lúcia Pessoa (2009) e Danças sequenciais, de Almira Rocha (1998).

O trabalho da biodanza é vasto e profundo, ela desenvolve projetos de extensão e a aplicabilidade é feita à nível também de aprofundamento e radicalização das vivências, considerando neste aspecto, a progressividade. Alguns projetos de extensão da biodanza: Identidade e os quatro elementos, Biodança e os arquétipos, Identidade e os quatro animais, Retorno de Dionísio, Biodanza e argila, Biodanza Aquática, Projeto Minotauro, Biodanza e o Neoxamanismo, Biodanza e os orixás, Árvore dos desejos, Arquétipos e mitos do tarô, biodanza e o feminino profundo, biodanza e o sagrado masculino, entre outros.

3. A BIODANZA E ESPIRITUALIDADE, VÍNCULOS PARA SAÚDE PERCEBIDA: A VOZ DAS DEUSAS

El espíritu inquieto se busca a sí mismo através de inciertos caminos. (TERRÉN, 2019, p. 52)

Imagem 9: Celebrando a vida em vivência - Equilíbrio do Ser, em João Pessoa, 2018.



Fonte: A autora (2018)

Este capítulo versa sobre o significado da biodanza, da vivência e da espiritualidade estabelecendo uma relação com a saúde percebida a partir da biodanza vivenciadas pelas participantes da pesquisa.

3.1 Biodanza, o caminho para espiritualidade

A existência do ser parte do ponto de vista Biocêntrico e, é entendida como tempo vivido, “a existência é o desenvolvimento de um projeto inicial cujo núcleo essencial é a natureza emocional” (LEMOS, 1996, p. 7). E aquilo que o ser sente é que caracteriza a sua realidade.

Partindo deste ponto de vista, que neste estudo, parece improvável se falar em espiritualidade, sem que sejam mencionados os mecanismos que a compõem, e que regem na simbiose do ser, evolutiva de vida no universo. Em biodanza, o acesso à consciência cósmica e a iluminação se dá através do desenvolvimento do ser, é um movimento pulsante em espiral e infinito provocado pelo fenômeno da transtase, que significa um salto evolutivo no sentido da Integração da Identidade.

O estrato do inconsciente transita aos níveis de Inconscientes que se comunicam entre si através de “umbrais de transição” (TORO, 2005). (Inconsciente Pessoal, Inconsciente Coletivo e Inconsciente Vital e Inconsciente Numinoso). O Inconsciente Numinoso é “o estrato mais profundo e sublime do inconsciente humano”, dizia Rolando Toro nas suas últimas entrevistas publicadas, em 2011. E acrescentava, em um “mundo carente de amor e enfermo de civilização, onde somos criados com medo de viver, o mais reprimido é a grandeza humana” (TORO, 2011).

Para a Biodanza, o Inconsciente Numinoso é uma proposta ontocosmológica, que gera o desenvolvimento de quatro grandes potenciais humanos: amor, em todas as dimensões; coragem; iluminação e íntasis; consciência ontocosmológica. Este conjunto de potenciais de extraordinária diferenciação e refinamento constituem o poder de excelência do humano e está intimamente ligado com a transcendência.

Em biodanza, estimula-se a prática de transcender os problemas do ego (o si mesmo) e elaborar vínculos saudáveis com a existência, o que seria para alguns “sábios iluminados”, incluindo Rolando Toro, que dizem que o único obstáculo no caminho da realização da transcendência “é o ego - o si mesmo” (LEMOS, 1996). É, como continua Lemos (1996): “Eu sou o único obstáculo no caminho daquilo que sou” (p. 8).

Boff (2000) entende que a transcendência é uma forma de perceber o ser humano como um projeto ilimitado, que possui uma dimensão de abertura, um desejo de ir além, de romper limites, de exercer sua liberdade criativa e sua capacidade de voo.

Lemos (1996, p. 50) afirma que “transcendência é a percepção de si como parte e expressão da totalidade; é a conexão com a divindade, a vivência de que a divindade não está separada do ser”. Portanto, é vista como potencializadora do sentimento de valorização do indivíduo, em relação a si mesmo, e do reconhecimento da sacralidade da vida, como movimento e expressão. A biodanza propõe o desenvolvimento da identidade, a vinculação saudável dar-se-á a partir de três níveis simultaneamente (LEMOS, 1996). A vinculação com o próprio ser, a vinculação com o outro e a vinculação cósmica com a natureza.

Lemos (1996, p. 9) defende que:

É importante percebemos este aspecto temporal. Não se trata de uma vinculação saudável consigo mesmo para que se possa então vincular com o outro, como frequentemente ouvimos. Pensa-se que é “preciso que eu conheça a mim próprio para então conhecer o outro,” Não, essa proposta mostra uma impossibilidade, pois não se pode conhecer a si próprio e depois conhecer o outro. Estas realidades não são compartimentadas. A possibilidade única é conhecer a si próprio, pois só assim poderemos vir a conhecer o outro, em um mesmo momento.

Assim, em biodanza, a identidade expressa a si, em um estado de vitalidade e mostra a si própria transcendência. A vitalidade, a transcendência são linhas de vivência, como visto no capítulo anterior, e apresentam-se como um fenômeno biológico. Aqui, acrescenta-se que a transcendência para os místicos pode também revelar-se através de experiências espirituais, e o estado de transe em transcendência são estados orgânicos de funcionamento do organismo (LEMOS, 1996). Observa-se, que:

Existem aqueles que pensam na transcendência como uma vivência espiritual, mas é a organização que permite o acesso a novas percepções mais refinadas e sutis. A espiritualidade requer a materialidade para existir. O espiritual que se expressa na matéria existe em função do espiritual que se expressa. A vida é indivisível e se apresenta aos sentidos perceptivos de diversas maneiras. Matéria e energia são expressões de uma única realidade. (LEMOS, 1996, p. 22)

Partindo do ponto de vista Biocêntrico e da biodanza trazido por Lemos (1996), pode-se entender que existe uma tenuidade na relação entre transcendência e espiritualidade. O conceito de transcendência aproxima-se do conceito de vivência proposto por Toro (2005), no qual a vivência no ser humano se expressa através dos cinco canais de energia, que se configuram nas linhas de vivência (Vitalidade, Sexualidade, Criatividade, Afetividade e Transcendência).

A espiritualidade, neste aspecto, requer a matéria, o corpo, o “Sôma”, terno traduzido do grego e nesta compreensão seria um dos componentes da constituição do ser que compõem esses mecanismos biológicos para que a espiritualidade pode então, existir e expressar-se dinamicamente na existência do ser. Como dito anteriormente, a “espiritualidade” é um tema complexo, que já vem do termo “espírito”, ambos, termos descritos para o português, do latim *spíritus*, e este último, de tradução grega *pnêuma* (POSSEBON, 2017).

Nessa perspectiva, com base nas tradições herdadas da cultura greco-romana arcaica, enriquecidas pelas filosofias de tradições orientais, que reverbera em conhecimento ocidental, nesta temporalidade. Possebon (2017, p.13) esclarece, em detrimento a constituição do ser, que:

O conceito de vida bios, parece ligar-se de modo mais imediato à ideia de respirar. Identifica-se que um indivíduo está vivo se ele está respirando, o que se verifica ainda hoje experimentalmente entre leigos com um vidro posto sob suas narinas. Assim, o complexo fenômeno de vida se reduz em termos simples a respiração. Um corpo morto se distingue de um corpo vivo, porque este respira. Um corpo desacordado assim se distingue de um corpo morto, mas se distingue também de um corpo em estado de vigília, porque neste se manifesta alguma habilidade intelectual ou alguma expressão afetiva. Destas constatações mais imediatas e concretas, extraem-se três elementos: há um corpo, este está vivo quando preenchido pelo o ar da respirado, há um sopro que dá então a vitalidade preenchendo-o, e há ainda um elemento que é a individualidade do ser, aquele que pensa, sente, que age. A tradição grega usa respectivamente os termos *sôma*, *pnêma* e *psykhé* para estas três ideias.

Em síntese, conforme Possebon (2017), a constituição do ser caracteriza-se da seguinte forma:

Quadro 15: Constituição do Ser

DIMENSÃO	ENVOLTÓRIO
Dimensão anímica	psykhé, anima, alma
Dimensão intelectual ou mental	noûs, intelligentia, inteligência e/ou ménos, mens, mente
Dimensão emocional	thymós, animus, ânimo
Dimensão pneumática ou vital	pneûma, spiritus, sopro
Dimensão somática ou corporal.	sôma, corpus, corpo.

Fonte: Possebon (2017)

Na mesma linha de pensamento trazida por Possebon, Ferdinand Rohor (2012) traz uma compreensão acerca da espiritualidade trazendo a ideia de dimensão espiritual agregando um elemento que é a “intuição”, sendo para ele o elemento crucial na caracterização da espiritualidade. Nas palavras de Rohor:

[...] refletir sobre espiritualidade implica [...] levar em consideração a integridade do ser humano. Se admitimos inicialmente de forma provisória, que a espiritualidade é uma das dimensões que fazem parte do ser humano, não podemos vê-la de forma isolada, sem nexos com as dimensões “profanas”. Criar um distanciamento intransponível entre espiritualidade e as demais dimensões - afirmamos com antecipação - gera um misticismo falso e nocivo à formação humana. [...] a intuição é um acontecimento mental interior de qualidade distinta do nosso intelecto. Do pensamento discursivo. Só nós mesmos podemos saber autenticidade de nossa intuição. [...] mesmo distinta, não podemos pensar a intuição nem independente nem em contraposição ao intelecto [...] já no momento em que queremos expressar uma intuição temos que recorrer ao domínio de intelecto. (ROHOR, 2012, p. 14-31)

Considera-se que a biodanza trabalha em grande escala com as funções da saúde numa dimensão transcendente, envolvendo toda a inteireza do ser, ela também leva esse ser para o caminho da espiritualidade, de forma saudável, uma vez que os seres não são isolados, mas integrados e interligados entre si.

Para esse ser encontrar a própria espiritualidade e transcender em biodanza é necessário vivenciar, na prática cotidiana, as potencialidades, estando presente no aqui e no agora. As suas potencialidades vitais expressam-se através das cinco linhas de vivência da biodanza.

3.1.1 Espiritualidade: conceitos e significados

Tratar do conceito de espiritualidade não é algo fácil, pois existem muitas divergências entre correntes teóricas e autores que buscam tratar com mais coerência esta complexa e abrangente temática. Algumas entrevistadas mostram uma certa dificuldade de verbalizar o que elas entendem por espiritualidade, e isso só reforça a subjetividade e a complexidade, ao discorrer sobre o tema. Elas também foram questionadas sobre de que maneira a biodanza pode influenciar na espiritualidade. Diante destas colocações propostas, as entrevistadas relataram que:

“Entendo que a espiritualidade é a maneira me reconheço como gente e com Deus e a biodanza me ajuda ativar tudo isso.” (entrevistada Atena)

“Entendo que a espiritualidade é fé é ter Deus em primeiro lugar. Vejo a espiritualidade como algo divino, supremo que devemos buscar para que melhor possamos viver melhor. Acredito que a biodanza influencia sim na espiritualidade me ajudando e assim posso perceber e vivenciar a minha espiritualidade pois ela está em todas as coisas na vida.” (entrevistada Deméter)

“A espiritualidade pra mim é como eu sinto, vejo e ajo no mundo. E a biodanza vem me ajudando perceber este processo dentro de mim pelas vivências, é na biodanza que aprendo o valor da vida e pra mim a espiritualidade é vida. Quando eu tenho a consciência que sou me olho com mais amor e olho para o outro e quando cuido da planta, dos animais, das pessoas e de mim, posso encontrar Deus, ele tá em toda parte. Isso pra mim é espiritualidade. (entrevistada Artêmis)

“A espiritualidade pra mim é a fé em Deus e a biodanza tem influência na espiritualidade quando ela me ajuda a me valorizar mais na vida, amar mais a mim e os outros e enxergar o mundo de outra forma. (Entrevistada Iris)

“Penso que a espiritualidade é a nossa ligação com o mundo superior, a nossa fé, nossa crença em Deus, em nós como sua criação. Acredito que a biodanza influencia no sentido de estreitar a nossa relação com o mundo superior e com Deus nos fortalecendo, fazendo perceber o quanto somos fortes e capazes”. (Entrevistada Hécate)

Para estas entrevistadas percebe-se que o contexto da espiritualidade traz componentes ligados a Deus e à fé. Constitui-se um campo de elaboração subjetiva no qual, a pessoa constrói de forma simbólica, o sentido de sua vida, podendo ou não estar ligada a crenças ou dogmas religiosos.

Nesse sentido, vale salientar as afirmações do psiquiatra norte-americano Willian Breitbart (2011), que traz uma contribuição com base em Frankl (2008), referindo-se que a espiritualidade articula os conceitos de fé e o sentido. Conforme suas afirmações:

Fé é uma crença numa força transcendente superior, não identifica necessariamente deus nem vincula com a participação nos rituais ou crenças de uma religião específica; esta fé pode identificar tal força como externa à psique humana ou internalizada; o relacionamento e a ligação com essa força, ou espírito, são o componente essencial da experiência espiritual estando vinculadas com o conceito e sentido. O sentido, ou julgar que a própria vida faz sentido, envolve a convicção de que se está realizando um papel e um propósito inalienáveis uma vida que é um dom, uma vida que traz consigo a responsabilidade de realizar o pleno potencial que se tem como ser humano; e, ao fazê-lo, ser capaz de alcançar um sentido de paz, contentamento ou mesmo de transcendência por meio do vínculo com alguma coisa mais ampla do o próprio eu. (FRANKL, 2008 *apud* BREITBART, 2011, p. 211)

Koenig (2012) defende que a espiritualidade é uma busca pessoal pela compreensão das questões últimas, acerca da vida, do seu significado, e da relação com o sagrado e o transcendente, podendo ou não, conduzir ou originar rituais religiosos e formação de comunidades.

O significado do termo espiritualidade foi ampliado recentemente para incluir conceitos psicológicos positivos, como significado e propósito, conexão, paz de espírito, bem-estar pessoal e felicidade [...] Essa nova versão de espiritualidade evoluiu para incluir aspectos da vida que não tem nada a ver com religião, além de, muitas vezes, excluir a religião por completo, como na afirmativa “sou espiritual, não religioso”. Isso pode tornar a espiritualidade indistinguível de conceitos seculares [...] Espiritualidade tornou-se um termo popular e flexível, sobretudo em círculos acadêmicos seculares, devido à sua imprecisão, amplitude dependência de auto-definição. Esse termo pode incluir a todos, mesmo os não religiosos. (KOENIG, 2012, p. 10-12)

Para Boff (2001), a espiritualidade está relacionada com a experiência da realidade como um todo, ao qual, o ser humano pertence. Na espiritualidade desenvolve-se a capacidade de contemplação e escuta das mensagens e dos valores que estão no mundo em que se vive. Os ritos, as celebrações, as doutrinas e os dogmas religiosos são apenas caminhos institucionais que podem ajudar a viver a espiritualidade: “Nasceram da espiritualidade, contém espiritualidade, mas não são a espiritualidade. São água canalizada, não a fonte da água cristalina” (BOFF, 2001, p. 66).

Para o autor, a espiritualidade é a vivência dos valores mais profundos que o humano é capaz de expressar, é a realização mais plena do ser humano, é a manifestação da essência, o lugar onde o divino e o humano são uma única matéria. A espiritualidade pode ser entendida como uma conexão com o transcendente, que evolve o homem consigo mesmo, com o outro, com a natureza, ou alguma causa que dê sentido à vida (FRANKL, 2008).

A espiritualidade aqui abordada é compreendida por alguns autores como constitutiva da existência do ser, pode estar presente no existir do homem, e pode apresentar-se tanto de forma autônoma e independente de uma manifestação religiosa “madura, adulta”, como diz Valle (2005). O autor retoma ainda, a ideia de espiritualidade, considerando que ela não se impõe ao material, do corpóreo ao mundo.

a espiritualidade adulta supõe conhecimento e aceitação dos próprios limites e possibilidades. Não é um ato de resignação e sim uma atitude corajosa e humilde de alguém que sabe que sua vida é um projeto aberto ao ser mais, ao comungar mais, ao cuidar do que precisa ser cuidado. É uma experiência de despojamento que se coloca nas antípodas do poder, da autossuficiência, e do imediatismo egocêntrico. (VALLE, 2005, p. 105)

Assim, entendemos que a espiritualidade precisa ter um vigoroso combustível que a sustente, ou seja, a fé. Mas, não necessariamente, a fé por meio de dogmas religiosos, ritos e celebração, ou no divino, mas, fé na vida, na totalidade do ser, como traz a biodanza.

“Acredito que a espiritualidade tá muito ligada com a sua maneira de ver o mundo das pessoas e a si próprio. Cuidar da espiritualidade é cuidar do próximo e de si mesmo. Pra mim a biodanza ajuda a agente a chegar neste lugar deste cuidado pela vivência.” “A espiritualidade tem sentido pessoal e com Deus. Vejo que a biodanza ajuda a gente vivenciar a espiritualidade de um jeito melhor. Percebo que estou mais consciente de meus pensamentos, atos e sentimentos com possibilidades de vida com mais saúde. Acredito que a espiritualidade tá em todo lugar e não só nas igrejas e nas religiões. Deus tá dentro de mim.” (Entrevistada Hera)

“Entendo que tudo o que nos preenche, seja a música, a dança, canto, na beleza das flores, do mar, no abraço, etc, e eleva a nossa espiritualidade. Pois vejo que a biodanza a cada vivência me faz crescer espiritualmente e entender que o divino sou eu e está presente em todas as coisas na vida. A espiritualidade pra mim é como eu vivo intensamente a minha vida e como eu me relaciono com o outro, com mundo e não está só destinado para os religiosos que vivem na igreja rezando, cada um vive a sua própria espiritualidade em qualquer lugar e do jeito que quiser.” (Entrevistada Afrodite)

Conforme foi relatado pelas entrevistadas a espiritualidade é apontada como um elemento inerente ao ser humano, dando maior significados em sua vida. Todas as experiências e vivências profundas podem levar o desvelamento da espiritualidade porque levam a uma percepção mais sensível de si mesmo frente à vida. A biodanza, por meio das vivências, pode auxiliar neste processo de reaprendizagem, reconstrução e do autoconhecimento. Nas palavras das autoras Fernandes e Reis:

É possível pensar em um estilo de espiritualidade pelo caminho da ritualização, através da dança, se considerarmos o aspecto sagrado das danças através dos tempos. A dança como um caminho da alma ao encontro com o Ser supremo, pode expressar a profundidade da terra, o esplendor do fogo, da transparência da água, a leveza do ar. Sendo o processo vivencial com os quatro elementos uma experiência de transcendência, impregnada de rituais simbólicos, que conduz aos estados de êxtase e de íntase, é possível atingirmos um nível de espiritualidade ritualizada, com ênfase na vivência da dança da terra, do fogo, da água e do ar com seus respectivos centros energéticos. Temos a possibilidade de expressar, através da dança, o potencial sagrado e profano do nosso ser, o que facilita um “religare” com o arquétipo divino. (FERNANDES; REIS, 2009, p. 130)

Como é sustentado anteriormente, que a espiritualidade não necessariamente está atrelada a uma experiência religiosa, a espiritualidade “madura” pode manifestar-se de diversas formas, ou seja, esta dimensão pode apresentar-se na forma de divino, Deus, Deusa, sagrado, natureza, na dança, na música, na poesia, entre outras formas capazes de dar sentido às vidas. Com base nesta afirmação, Saporetti (2009) defende:

Todas as coisas que dão significados à vida de uma pessoa (família, trabalho, religião, etc.) podem apresentar uma relação clara com o transcendente (Deus, o metafísico, o sobrenatural ou sagrado). Esta dimensão entre o existencial e o transcendente chamamos de espiritual. [...] A profissão pode ser, como exemplo, a manifestação do sagrado na terra. (SAPORETTI, 2009, p. 168-271)

Para Jean-Yves Leloup, o desenvolvimento da espiritualidade pressupõe a integração da imanência e da transcendência, a não oposição entre o céu e a terra, o ser espiritualista, sem esquecer-se da dimensão corporal, e o ser materialista, sem esquecer-se da dimensão espiritual: “Porque o céu e a terra foram feitos para as núpcias. Assim como a matéria e o espírito são feitos para se unirem” (LELOUP, 2000, p. 92).

3.2 A saúde percebida através da biodanza

Desde a antiguidade, algumas culturas religiosas, algumas correntes ideológicas e dicotômicas cartesianas, bem como o patriarcado castram e reprimem o “corpo”, considerando-o como símbolo do pecado e de depravação. A vida humana é vista em segundo plano é descartável. Para Toro (1991a, p.364):

A ideia do corpo tem sido associada à dor, à doença e ao sofrimento. Esta visão determina atitudes e estilos de vida conformistas e dependentes. O temor ao sofrimento só se vence desenvolvendo a capacidade de prazer.

Embora se tenha noticiais de registros de algumas culturas que preservam o corpo considerando-o como templo sagrado e a vida na sua essência primordial, mesmo assim, ainda hoje, na sociedade “antevida” essa cultura de dessacralizar o corpo ainda sobrevive.

A repressão em biodanza possui uma dimensão antropológica e cultural, nela entende-se que os preconceitos, as ideias sobre decência, o puritanismo religioso e muitas outras formas de controle aniquilam as opções de prazer e de ternura apresentadas pela vida. Seguindo as recomendações sociais, as pessoas rechaçam os fatores que poderiam integrar seu organismo e incorporam aqueles que as impedem de estabelecer o equilíbrio, desenvolvendo transtornos, adoecendo (RIBEIRO, 2008, p. 31).

Para Toro (1991), a repressão do Eros, como conjunto de pulsões de vida, dá lugar a um desenvolvimento tortuoso das energias vitais e à inversão dos impulsos vinculadores, surgindo a destrutividade típica da civilização, representada na guerra, na tortura, na exploração e na destruição ecológica.

Se as religiões, as ideologias políticas e as distintas formas de psicoterapia trabalham em torno das patologias do ego, sobre uma imagem antropocêntrica miserável, a biodanza trabalha com grandes funções de saúde, em uma dimensão transcendente, de permanente reverência pela vida (TORO, 1991b, p. 21).

O conceito de saúde percebida a que se propõe apresentar é como uma dimensão que se refere à percepção do indivíduo em relação a sua saúde geral (subjetiva e objetiva). Nesse sentido, Ribeiro (2008, p.18) esclarece que:

A saúde objetiva é entendida como a evolução mediante o número e a frequência de dores e sintomas, o estado nutricional, a eliminação e/ou redução de transtornos orgânicos como variações dos níveis hormonais, da pressão arterial, da imunidade; e com relação ao ritmo biológico de uma forma geral. [...] A saúde subjetiva pode ser compreendida como a satisfação do indivíduo com seu estado de saúde, com os diversos aspectos da vida como o trabalho, a família, os momentos de lazer, a moradia, a vizinhança e os amigos; com a sua disposição e vitalidade, com os sentimentos e sensações em relação a si e ao mundo, com o estado anímico do indivíduo, com os aspectos afetivos; com a relação de congruência entre objetivos desejados e alcançados e com o bem-estar psicológico.

Para esse estudo, foi considerado o aspecto subjetivo envolvendo a qualidade de vida, incluso no conceito de saúde percebida (OLIVEIRA, 2003), além da percepção do indivíduo em relação aos aspectos objetivos de sua saúde. Muitos são os caminhos que levam as pessoas a buscarem o cuidado, com a biodanza e através da percepção de si mesmas, e na progressividade da prática constante

poderão entender o que ela representa em suas vidas. Nesse sentido, as entrevistas relatam que:

“Há dois anos atrás fui buscar uma terapia ocupacional e encontrei a biodanza. Foi muito bom encontrar a biodanza tem me deixado mais leve. Pra mim hoje ela é um poder de transformação, pois ela tem me ajudado com as vivências a me observar mais, trabalhando o meu interior.” (entrevistada Atena)

“Há mais de três meses tenho frequento a biodanza, cheguei através de uma escuta qualificada no Equilíbrio do Ser. Meu primeiro contato não sabia do que se tratava e demorei um pouco para entender, mas aos poucos fui sentindo que me soltava e uma sensação muito boa de bem-estar. Hoje sinto que algo que me faz muito bem, pois é um espaço onde posso me soltar sem julgamento. É onde posso me cuidar e me desestressar e tirar as tensões acumuladas do dia. Ela leva a gente também poder cuidar do nosso corpo, mente e espírito.” (entrevistada Hécate)

“Há três meses busquei a biodanza por motivo de saúde e problemas emocional e a partir deste encontro venho podendo me liberar de minhas mazelas. A biodanza pra mim representa a vida que por momentos parecia tão distante de mim. O cuidado em biodanza pra mim é saúde. Ela me sinaliza saber que preciso cuidar de mim, amar a vida, me conhecer mais.” (entrevistada Íris)

“Há mais de três anos conheci a biodanza e pratico até então, vim por curiosidade em saber o que seria a biodanza. E esse encontro foi muito bom. A biodanza pra mim é vida e sendo a dança da vida é o movimento que leva ao bem maior até mesmo a cura de doenças ligadas ao emocional eu mesma venho me curando de um tanto de coisas que não me fazem bem. O cuidar de mim em biodanza seria eu poder me olhar mais, me sentir, abraçar e abraçar...” (entrevistada Deméter)

Entre idas e vindas trilham-se o encontro do cuidado e do autoconhecimento em biodanza, neste movimento pulsante de descobertas e aprendizagens significativas as entrevistadas relatam a partir de suas vivências.

“Há três meses conheci a biodanza, eu vim por causa de crises de ansiedade e crises de pânico. Meu encontro a partir de então tem sido algo explosivo dentro de mim, onde pude me encontrar comigo mesma e me sentir mais presente a cada vivência sem preocupação e julgamento e sem a pressão do mundo de fora. Pra mim a biodanza é um compromisso comigo, para o meu bem-estar, um lugar onde eu realmente posso me abrir sem medo e de perder o medo. O cuidado de si em biodanza é o que me faz ficar viva, me aceitar como sou, me amar em primeiro lugar e só assim poderei amor ao próximo.” (entrevistada Afrodite)

“Há quatro anos e meio conheci a biodanza e esta busca foi devido a minha ansiedade e problemas emocionais. Tenho praticado a biodanza desde este período e tem me feito muito bem. Hoje já consigo ver as coisas da vida de uma forma diferente, que eu não via a muito tempo. Me sinto melhor e tem me ajudado muito naquilo que eu tenho vontade de fazer, me sinto sem vergonha de que sou. Entendo que é importante reservar um tempo para

cuidar de mim mesma, para que eu possa ficar em equilíbrio, e saber lidar melhor com a vida e me relacionar melhor os outros. E pra mim é esse o significado de cuidar de si na biodanza. (entrevistada Artêmis)

“Há dois anos cheguei na biodanza, foi levada por causa de problemas com a ansiedade. Desde então o meu encontro com a biodanza foi ótimo, até porque ainda hoje permaneço praticando. Pra mim a biodanza é um lazer e um prazer é onde me abasteço de energias boas que me dão alegria de viver. Já o que entendo no cuidado de si na biodanza tem a ver como eu posso ter cuidado comigo, me observar e ter consciência de mim, do que penso e devo agir e encontrar o equilíbrio dentro de mim.” (entrevistada Hera)

Em Biodanza, a busca é por meio da vivência de linguagem universal que transcenda os conflitos do pensamento racional-analítico, para evocar saúde e realização pessoal através de vivências com efeitos harmonizadores em si mesmas, sem a necessidade de elaboração interpretativa ao nível da consciência.

Quando questionadas sobre qual maneira que a biodanza pode influenciar na espiritualidade, as entrevistadas foram unânimes em afirmar que seria através das vivências e do autoconhecimento. Nesse sentido, Toro (2008) esclarece que:

A vivência é a experiência vivida com grande intensidade por um indivíduo em um lapso de tempo aqui-agora [...] abarcando as funções emocionais, cinestésicas e orgânicas. Na biodanza se dá a maior importância à indução de vivências integradoras de alegria, paz, ternura, erotismo, transcendência, ímpeto vital, entusiasmo, etc. As vivências integradoras têm um efeito harmonizador em si mesmas, não é necessário elaborá-las ao nível da consciência. As vivências são elaboradas nos órgãos, nas glândulas endócrinas e nos neurotransmissores. (p. 2)

Conforme a concepção junguiana, e de Jean-Yves Leloup propõe como básico para se desenvolver uma boa saúde física, psicológica e espiritual é a integração de quatro dimensões do ser: razão, sensação, intuição e sentimento. “A doença consiste em viver em apenas uma parte de si mesmo: viver apenas em sua cabeça, viver somente suas sensações, viver somente da sua afetividade, viver somente de suas revelações interiores” (LELOUP, 1999, p. 18).

Por um longo período da história, o corpo é considerado como algo distanciado da alma ou do psíquico. No entanto, a partir da medicina psicossomática foi que, então, passou-se a considerar, “formalmente, o estudo sistemático das relações entre os processos psíquicos e certos problemas relativamente persistentes de funções corporais” (RIBEIRO, 2008, p. 137). Assim, considerando dessa unidade psicofísica do organismo, que mostra relações corpo-alma, com influências

recíprocas, não somente nos problemas ou distúrbios, mas principalmente, na harmonia de um indivíduo saudável (Ribeiro, 2008).

Outro componente histórico a acrescentar diz respeito à questão de gênero, a mulher neste contexto que longo de sua história traz na sua ancestralidade marcas de uma cultura patriarcal na qual é colocada em segundo plano, sempre numa posição inferior em relação ao homem. O feminino é desvalorizado, reprimido, explorado, violado e desrespeitado.

Na sociedade contemporânea ante-vida ainda reverberam os reflexos de uma cultura patriarcal, que pode trazer muitos transtornos de ordem física, psíquica, emocional, afetiva e espiritual, impedindo que mulher tenha uma vida saudável e feliz. Partindo dessas afirmativas, entende-se a urgência de ações mais assertivas que atendam às necessidades da mulher, envolvendo a prevenção e o cuidado.

Tendo como base este pressuposto de cuidado à saúde da mulher em detrimento aos aspetos do patriarcado que ainda estão presentes no cotidiano da mulher, buscou-se questionar as entrevistadas como elas se percebem como mulher, e se houve mudanças em sua vida a partir da prática em biodanza. No entanto, percebe-se a dificuldade de algumas entrevistadas relatarem as percepções de si mesmas enquanto mulher.

“Percebo que estou mais calma, mais prestativa, menos ansiosa. Houve mudanças sim com a biodanza principalmente no resgate da feminilidade e do cuidado comigo mesma.” (entrevistada Artêmis)

“A prática de biodanza tem me ajudado com certeza, ela mudou a maneira de me ver como mulher.” (entrevistada Deméter)

“Com certeza a pratica da biodanza tem me ajudado sim, houve mudanças na maneira de agir, pensar e nas emoções. Me sinto realizada como mulher. (entrevistada Hera)

“Me vejo como mulher com mais capacidade de dirigir a minha vida de maneira mais autônoma me e sentindo mais segura nas minhas decisões. Estas foram algumas das mudanças que tenho vivenciado com a prática da biodanza.” (entrevistada Hécate)

“Me percebo mais forte enquanto mulher, sinto mais empoderada até mesmo na tomada das decisões.” (entrevistada Afrodite)

“Penso que como mulher continuo a mesma, porém mais consciente e resiliente.” (entrevistada Atenas)

“Percebo ainda que estou me descobrindo como mulher. A mudança depois da prática da biodanza foi o autoconhecimento.” (entrevistada Íris)

O efeito produzido pelas vivências sobre as funções orgânicas na sessão de biodanza tem a função de estimular a “região limbo-hipotalâmico e a hipófise, a qual estimula por sua vez, as glândulas sexuais” (TORO, 2008, p. 6). As linhas de vivência “são impulsos de origem genéticas em torno do qual se organizam funções orgânicas, performances e decisões em relação ao meio” (TORO, 2008, p. 8). As linhas de vivência são estimuladas ou reprimidas pelo ecofatores. Os efeitos produzidos pela vivência sobre as funções orgânicas apresentam os seguintes desdobramentos:

Quadro 16: Relação vivência, comportamento e experiência vivida.

VIVÊNCIA	EFEITOS COMPORTAMENTAIS	EXPERIÊNCIA
Vitalidade	Atividade, jogo, luta e fuga	Plenitude
Sexualidade	Carícias, busca de prazer	Voluptuosidade, fusão orgâsmica
Criatividade	Expressões das emoções, busca de estímulos novos, inovação existencial	Criação artística ou científica
Afetividade	Dar continente, ação altruísta, ação social	Autodoação eucarística, amizade
Transcendência	Busca de harmonia	Gozo supremo, êxtase, iluminação

Fonte: Toro (2008)

Partindo das percepções apontadas por Toro (2008), acerca dos efeitos da biodanza sobre as funções orgânicas, foi questionado para as entrevistadas, como elas vêm percebendo os efeitos da biodanza em seu cotidiano, caso afirmativo, quais seriam esses efeitos.

“Sim, são muitos efeitos da biodanza na minha vida, hoje ouço música regularmente até no momento de trabalho, não qualquer música aquelas mais leves e que tocam realmente no meu ser, danço, me sinto mais viva, relaxada mais feliz e tudo isso me faz ver com mais leveza os problemas do

dia-dia como também lidar melhor com minhas emoções. (entrevistada Afrodite)

“Sim tenho percebido vários efeitos da biodanza na minha vida. A melhora do sono, o temperamento que está calmo, mais tranquilidade, equilíbrio emocional, clareza nas situações de decisões, facilidade de lidar com as pessoas e a convivência. (entrevistada Hécate)

“Tenho percebido sim os efeitos da biodanza, principalmente com relação a timidez e a ansiedade. Antes era bastante envergonhada, tinha medo de falar e me mostrar em público, hoje não tenho vergonha de falar o que penso. E estou aprendendo mais a lidar com a ansiedade. As vivências tem me ajudado muito nesse caso. (entrevistada Artêmis)

“Percebo sim os efeitos da biodanza, eu era muito tímida, hoje não sou mais. (entrevistada Deméter)

“Sim percebo os vários efeitos da biodanza principalmente na autoestima elevada. (entrevistada Hera)

“Sim com certeza, os efeitos são percebidos no meu dia-dia. Melhorei bastante da minha timidez e hoje sou uma pessoa mais tolerante e mais flexível até mesmo comigo mesma.” (entrevistada Atenas)

“Sim, os efeitos percebidos na minha vida são a alegria, o bem-estar, a descoberta, a comunicação, a interação a criatividade, tudo isso sendo abastecida a cada vivência de biodanza.” (entrevistada Íris)

Em síntese, entende-se, a partir dos relatos que a vivência é única, pessoal e intransferível. Seja através dança, dos exercícios, da música, da consigna, a cada olhar, gesto, do encontro ou contato em grupo. As percepções, os sentimentos e emoções são pessoais e únicos, no momento presente. Sem análises ou julgamentos, de forma progressiva o participante vai tomando a consciência de si mesmo, sendo o protagonista responsável pela sua transformação pessoal e da autocura.

Santos (2009) esclarece que a progressividade é “uma sucessão interrupta e constante dos diversos estágio de um processo” (SANTOS, 2009, p. 65), o critério da progressividade é adotado na biodanza e, é utilizado para todos os níveis de grupo: iniciação, intermediário, aprofundamento e radicalização das vivências.

Na Biodança, a utilização de músicas tem como objetivo induzir à liberação de emoções integradoras, como: alegria, ternura, recolhimento, exaltação (TORO, 2002). A dança como a linguagem corporal, o movimento estimula a pulsão que é uma energia que colocada a serviço do ego, para a solução de conflitos e origina manifestações interiores e exteriores.

Os efeitos de mudança pessoais são perceptíveis, pois levam ao despertar da consciência e a mudança de postura frente à vida envolvendo o modo de sentir, pensar e agir transformando o próprio estilo de vida de forma mais saudável e feliz. Essas mudanças pessoais têm ressonância diretamente no convívio com as outras pessoas, apontando uma qualidade mais afetiva nas relações interpessoais, no cuidado consigo mesmo, com o outro e com o mundo.

Quadro 17: Mudanças significativas em biodanza vivenciadas pelas entrevistadas.

VIVÊNCIAS INTEGRADORAS	
Saúde percebida.	Espiritualidade.
Alegria, coragem, força.	Harmonia, integração.
Autocuidado, autoimagem e autoestima elevada, resiliência.	Transformação interior despertar da consciência cósmica.
Equilíbrio emocional, resistência ao estresse e a patologias, bem-estar físico, emocional, mental e espiritual.	Valorização da própria vida, busca de sentido de vida, transcender além de si mesmo.
Fortalecimento dos laços afetivos.	Transmutação, iluminação.
Expressão e fortalecimento da identidade saudável.	Altruísmo e solidariedade.
Promoção de saúde e hábitos saudáveis.	Conexão afetiva com a natureza e com a totalidade.

Fonte: A autora (2018)

Nas vivências integrativas, a harmonia é um componente importante, ela é considerada como uma condição intrínseca a estrutura do universo e da vida, encontrada através de atos de encontro e de vinculação que permitam unificar partes que ainda estão isoladas. Toro (1991a, p. 58) afirma que:

[...] harmonia é movimento-amor, função hipotalâmica de comunicação e contato, risco, luta e cuidado por estabelecer pontes através das quais circulam a energia vital. Chegamos, assim, a um novo conceito de harmonia, cujo principal instrumento é a carícia. Uma harmonia pulsante, fluida, íntima, acolhedora.

Nessa perspectiva, considera-se, que a harmonia é vivenciada com a presença de outras pessoas, seja com um conectado olhar ou com uma suave

carícia, num movimento de troca de energia e de integração com a harmonia da música proposta, numa sessão de biodanza, que pode levar a redução de sintomas de algumas patologias, bem como questões de ordem emocionais. Fortalecer os vínculos entre a polaridade yin e yang através da vivência de biodanza é o primeiro passo para a busca da força dentro de si, o equilíbrio e a harmonia do corpo e assim, chegar a transcender e reencontrar a espiritualidade que está presente no ser.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percorrer o caminho da pesquisa permitiu compreender a biodanza como um sistema de desenvolvimento humano, que está alicerçado no Princípio Biocêntrico, que é o sistema cósmico gerador de vida e apresenta uma estrutura teórico-metodológico, vivencial específico e coeso.

Trata-se de uma abordagem positiva e de fortalecimento da parte sã do indivíduo. Com isso, a parte doente tende a reduzir-se. Seu foco não está nas doenças, nem em tratar seus sintomas, ou suas causas. Ao contrário, a biodanza procura desenvolver o que o indivíduo tem de saudável, de forma a promover uma reação em cadeia que propicie o desenvolvimento de seus potenciais genéticos.

A prática da biodanza através das linhas vivências integradoras (vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência) oportuniza o fenômeno da descoberta, da reaprendizagem das próprias funções originárias de vida saudável e o despertar da própria consciência de si.

Na fusão das polaridades das energias yin e yang, em biodanza, que se encontra possibilidades múltiplas de contato consigo mesmo, com o outro e com o mundo, em uma linguagem poética amorosa dos corpos, desde os mais sutis, que propiciam a interação, a comunicação, a expressão, a conexão com a natureza e com o cosmo. A dança também traz em sua essência a possibilidade de criação. Assim define Toro (1991b, p. 322):

Biodanza: uma origem sagrada e uma profana; um elemento de eternidade e um de fugacidade. Mas, na comovedora vivência que surge da dança, todas as fronteiras são abatidas. O externo e o interno, o espiritual e o corporal, o transcendente e o imanente, são aspectos de uma só e única realidade. Ali, no movimento inseparável dos corpos, se combinam as energias do coração com as que chegam do cosmo, do vento e das estrelas. Da inocência que os move, surge a mais avassaladora sensualidade, porque a palpitação da vida é sempre um impulso de contato. Possuídos os corpos pelo ímpeto da dança, reproduzem as tormentas do mar e o tremor das flores ao vento.

Os efeitos terapêuticos induzidos nas vivências pela dança, música canto em situação em grupo, na biodanza propiciam o aumento de autoestima, vitalidade, resistência ao estresse e questões relacionados aos conflitos de ordem emocional,

restabelecendo a saúde na dimensão dos corpos. Além de autoconsciência e uma ampliação da consciência corporal e a percepção de si.

Esse é um fator fundamentalmente valioso, na busca de uma melhor qualidade de vida, podendo ser um fator modificador e transformador do ato de cuidar-se, tornando esta ação mais integradora e fundamental para vida das pessoas e para fase planetária da humanidade, que busca em si mesma a própria espiritualidade.

A saúde percebida em biodanza, sobretudo, ao cuidado com a saúde da mulher, que foi vivenciada pelas mulheres entrevistadas do grupo de biodanza, do Equilíbrio do Ser, fruto desta pesquisa, deu-se a partir do autoconhecimento, das mudanças significativas, envolvendo mudanças de hábitos, posturas frente à vida, apontando para um novo estilo de viver mais saudável e de amor a vida.

O resgate do feminino e o encontro com espiritualidade em biodanza acontece a partir da vivência no despertar da consciência de si. No entanto, percebe-se que ainda existe grande tabu e uma lacuna, com relação a esse resgate, ao passo que algumas dessas mulheres ainda têm dificuldade de mergulhar em si mesmas e perceberem a própria feminilidade. Esse mergulho envolve questões de gênero, desde fenômenos de caráter psicológico, emocional, afetivo, espiritual, religioso, social, entre outros, como também os aspectos trazidos pela ancestralidade, que perpetua na sociedade patriarcal, dualista e ante-vida.

Verificou-se que existe uma relação perene e significativa entre transcendência e espiritualidade, sendo impossível conceber a espiritualidade sem o corpo físico, a matéria ou *soma*, uma vez que ele se torna um componente vital para que se possa expressar a própria espiritualidade.

Entende-se a importância da prática da biodanza, para saúde e a qualidade de vida das pessoas, como trazem alguns estudos que abordaram esta temática. Um novo portal de possibilidades abre-se a partir da biodanza, na busca para encontrar dentro de si a força, o equilíbrio e harmonia e assim, o ser vivenciar a sua própria espiritualidade.

Por fim, acredita-se que esta pesquisa não se esgota por hora, ciente de que toda pesquisa tem seus limites e revela a compreensão do fenômeno obtido naquele momento presente, principalmente no que se refere ao fenômeno e na complexidade que são apresentados nos estudos da biodanza e da espiritualidade. Partindo desta

premissa, é necessário brotar outras investigações, que além de aprofundar a discussão, possibilitem explorar lacunas que permitam a compreensão de questionamento: Como desenvolver o feminino profundo em biodanza? Até que ponto a biodanza poderá interferir de forma saudável na espiritualidade feminina.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, E. O esgotamento da teoria do germe. In: NASCIMENTO, M. C.; NOGUEIRA, M. I. (Org.). **Intercâmbio solidário de saberes em saúde: racionalidades médicas e práticas integrativas e complementares**. 1. ed. São Paulo: Hucitec, 2013. p. 106-122.

AMÂNCIO, Lígia. **Masculino e Feminino**. A construção social da diferença, Porto, Edições Afrontamento, 1994.

ALVES, Maria Jeane dos Santos; CALDAS, Marcus Túlio; TEIXEIRA Zirlana Meneses. **Espiritualidade e saúde: teoria e pesquisa**. (Org.). Curitiba: CRV, 2016.

AQUINO, Thiago Antônio Avilar de; CALDAS, Marcus Túlio; PONTES, Alisson de Meneses. **Espiritualidade e saúde: teoria e pesquisa**. (Org.). Curitiba: CRV, 2016.

BARCELLOS, Lusival. **Práticas educativo - religiosas dos POTIGUARA da Paraíba**. João Pessoa: Editora da UFPB, 2012.

BARROS, Magalli Montandon. **Movimento Humano: manifestações do contínuo fluxo da vida**. Brasília-DF: Gráfica e Editora Positiva, 2018.

BEAUVOIR, Simone. **El Segundo Sexo**. Buenos Aires, Ediciones Siglo XXI, 1987.

BOFF, Leonardo. Espírito e saúde. In: LIMA, L. M. A. (Org.). **Espírito na saúde**. Petrópolis: Vozes, 1999.

_____. **Princípio de compaixão e cuidado**. Colab. Werner Muller. Petrópolis: Vozes, 2001.

_____. **Ética da vida**. Rio de Janeiro: Sextante, 2005.

_____. **Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela Terra**. 15. ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 2008.

_____. **Tempo de Transcendência: o ser humano como um projeto infinito**. Rio de Janeiro: Sextante, 2000.

_____. **Espiritualidade, dimensão esquecida e necessária**. Disponível em: <www.leonardoboff.com/site/espiritualidade.htm>. Acesso em: 10 mar. 2019.

BOURDIEU, Pierre. **A dominação masculina**. Tradução de Maria Helena Kichner. 3. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Sec. de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Portaria 971. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde**. Diário Oficial da União 2006a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. **Secretaria de Atenção à Saúde**. 2017, p. 30.

_____. Ministério da Saúde. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS - PNPIC-SUS: atitude de ampliação de acesso**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006b. (Série B. Textos Básicos de Saúde).

_____. Organização Mundial de Saúde. **Estratégia sobre Medicina Tradicional 2002-2005**. Genebra: OMS; 2006.

_____. **Portaria Nº 849, de 27 de março de 2017**. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. 2019.

BORIS, G. D. J. B. A violência como produto da crise da condição masculina. In G. Maluschke, J. S. N. F. Bucher – Maluschke; K. Hermanns (Orgs.). **Direitos humanos e violência: desafios da ciência e da prática**. (pp. 187-196). Fortaleza: Konrad Adenauer, 2004.

BREITBART, William. Espiritualidade e sentido nos cuidados paliativos. In: PASSINI, Leo; BERTACHINI, Luciana. **Humanização e cuidados paliativos**. 5. ed. São Paulo-SP: Edições Loyola, 2011. P. 209-228.

BUTLER, Judith. **Gender trouble: Feminism and the subversion of identity**. New York: Routledge, 1990.

CAPRA, F. A. **Teia da Vida**. São Paulo: Ed. Cultrix, 1999.

_____. **A Teia da vida. Uma nova compreensão científica dos sistemas vivos**. São Paulo: Cultrix, 1997.

CARVALHO, Noeme C. A. de. **Autoconceito do idoso e biodança:** uma relação possível. U. C. B: Brasília, 2006. 237pp. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Gerontologia, Universidade Católica de Brasília. Brasília, 2006.

CHARMAZ, K. A. **Construção da teoria fundamentada:** guia prático para análise qualitativa. Porto Alegre: Artmed; 2009.

COL, Patrícia Simone Dal. **Relação entre cenestesia e percepção de si mesmo a partir da fenomenologia:** narrativas da corporeidade humana. UFRRJ: Rio de Janeiro, 2018. 123pp. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2018.

CRESWELL, John. W. **Projeto de pesquisa. Método qualitativo, quantitativo e misto.** Tradução: Luciana de Oliveira da Rocha. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

_____. Projeto de Pesquisa: **métodos qualitativo, quantitativo e misto.** Tradução: Magda Lopes. Consultoria, supervisão e revisão técnica. 3. ed. Dirceu da Silva. Porto Alegre: Artmed, 2010.

_____. **Investigação qualitativa e projeto de pesquisa:** escolhendo entre cinco abordagens. 3. ed. Porto Alegre: Penso, 2014.

D'ALENCAR, Bárbara Pereira. **Biodança como processo de renovação existencial do idoso:** análise etnográfica. Tese (Doutorado) - Programa Interinidades de Doutorado em Enfermagem. Universidade de São Paulo -USP, Ribeirão Preto: 2005. 220pp.

DALBOSCO, Cláudio Almir. **O cuidado como conceito articulador de uma nova relação entre filosofia e pedagogia.** Educ. Soc. [online]. Vol. 27, no. 97, pp. 1113-1135. ISSN 0101-7330. 2006.

DIAS, Amélia Maria da Soledade. **O desenvolvimento pessoal do educador através da biodança.** Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Educação Brasileira, Universidade Federal de Alagoas - UFA. Maceió: 2003. 104pp.

_____. **A poética do encontro humano:** um estudo da biodanza como mediação da educação biocêntrica na transformação do emocional para novas posturas éticas. Tese (Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal da Paraíba, UFPB, 2013. 148pp.

DILTHEY, W. **A compreensão dos outros e das suas manifestações de vida.** Em: Teorias da História, organização, introdução e comentários de Patrick Gardner. Lisboa. Fundação Calouste Gulbenkian, 1984.

DUBOIS, Christian. **Heidegger:** introdução a uma leitura/Christian Dubois. Tradução: Berabdo Barros Coelho de Oliveira. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.

DUNIAU, M. C. M. **Plantas medicinais:** da magia à ciência. Rio de Janeiro: Brasport, 2003. 150p.

DURAND, Gilbert. **As estruturas antropológicas do imaginário:** introdução à arquetipologia geral. Tradução: Helder Godinho. São Paulo: Martins Fontes, 1997.

ELIADE, M. **O Mito e Realidade.** São Paulo: Editora Perspectiva, 2002.

_____. M. **História das crenças e das ideias religiosas II:** de Gautama Buda ao triunfo do Cristianismo. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

FELISMINO, Hérica Paiva. **Educação biossustentável:** uma proposta teórico-metodológica para a formação de professores em educação ambiental. 2014. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal da Paraíba, 2014.

FERNANDES, Aurea; REIS, Sônia. **Os quatro elementos:** aproximando Jung e Toro. Brasília, 2009.

FERREIRA, Virgínia. Os paradoxos da situação das mulheres em Portugal. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, 52/53, pp. 199-227.

FERREIRA, Karen C. D. **A importância da biodanza no Desenvolvimento de crianças com necessidades educativas especiais.** Dissertação. (Mestrado em Ciências da Educação na Especialidade em Educação Especial: Domínio Cognitivo e Motor) - Escola Superior de Educação João de Deus. Lisboa, 2013.

FLICK, U. **Introdução à pesquisa qualitativa.** 3. ed. Porto Alegre: Bookman, 2009.

FONTANELLA, Bruno José Barcelos; LUCHESI, Bruna Moretti et al. Amostragem em pesquisas qualitativas: proposta de procedimentos para constatar saturação teórica. **Cad. Saúde Pública**. Rio de Janeiro, p. 389-394, 27 fev. 2011.

FRANKL, Viktor E. **Em busca do sentido**: um psicólogo no campo de concentração. Tradução: Walter Schupp e Carlos Aveline, 2008.

FREUD, Sigmund. **Edição Standard Brasileira das obras Psicológicas completas de Sigmund Freud**. Vol. 1. Rio de Janeiro: Editora Imago, 1996.

FURIA, Vera Regina. **A Experiência do Sagrado em Biodança**. Dissertação. (Mestrado em Psicologia) - Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo-SP, 2000.

GARAUD, Roger. **Dançar a vida**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

GIDDENS, Anthony. **Cultura e Sociedade**. In: Sociologia. 6. ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2008. p. 20-47.

GONSALVES, Elisa Pereira. **Rolando Toro**: história e método do poeta que baila a ciência. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB, 2010.

_____, Elisa Pereira. **Conversas sobre iniciação à pesquisa científica**. 6º ed. Campinas, SP; Editora Alínea, 2018.

GRAY, David E. **Pesquisa no mundo real**. Porto Alegre: Penso, 2012.

GUEDES, Ricardo Ferreira. **Princípio Biocêntrico**: A contribuição do Pensamento de Rolando Toro para o campo da Educação. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2012. 81pp.

GUIMARÃES, Daniela. **Relações entre adultos e crianças no berçário de uma creche pública na cidade do Rio de Janeiro**: técnicas corporais, responsividade, cuidado. Tese (Doutorado em Educação) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, 2008.

HEIDEGGER, Martin. **Ensaio e conferências**. Petrópolis-RJ: Editora Vozes, 2006.

HOLMES, M. **What is Gender? Sociological Approaches**. London: Sage. 2007.

HONDA, Auro Key. **A poética do encontro humano**: uma análise crítica da Biodanza como potência de ação nas empresas. Dissertação (Mestrado) Programa de Pós-graduação em Psicologia Social. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo - PUC. São Paulo, 2002. 150pp.

HUSSERL, E. **Investigações Lógicas**: 6ª. Investigação. São Paulo: Nova Cultural, 1996.

JUNG, Carl Gustav. JUNG C. G. **Estudos sobre o simbolismo de si-mesmo**. Petrópolis: Vozes, 1990.

_____. **Psicologia e Alquimia**. Vol. XII. Petrópolis: ed. Vozes, 1991.

_____. **Carl Gustavo. Arquétipos e o inconsciente coletivo**. 8. ed. Petrópolis, 2012.

_____. **A energia Psíquica**. 14. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

KAUFMANN, Jean-Claude. **A entrevista compreensiva. Um guia para pesquisa de campo**. Tradução: Thiago de Abreu e Lima Florencio. Petrópolis: Vozes, 2013; Maceió: Edufal, 2013.

KOENIG, Harold G. **Medicina, religião e saúde**: o encontro da ciência e da espiritualidade. Porto Alegre: L&PM, 2012.

LAVILLE, C.; DIONNE, J. **A construção do saber**: manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas. Belo Horizonte: UFMG, 1999.

LEITE, Alexandra Aparecida. **Biodança**: religiosidade ou secularização radical? Dissertação (Mestrado em Ciência da Religião) - Pós-Graduação em Ciência da Religião. Universidade Federal de Juiz de Fora. Juiz de Fora-MG, 1999.

LELOUP, Jean-Yves et al. **Espírito na saúde**. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

_____. **Caminhos da realização**: dos medos do eu ao mergulho no Ser. 9. ed. Petrópolis: Vozes, 2000.

_____. **Apocalipse**: clamores da revelação. Petrópolis: Vozes, 2003.

_____. **Uma arte do cuidar**: Estilo Alexandrino. Petrópolis: Vozes, 2007.

LEMOS, Sanclair. **A vivência de transcendência**. Poro Alegre: Escola Gaúcha de Biodança, 1996.

MASINI, E. F. Salzano. Enfoque fenomenológico de pesquisa em educação. In: FAZENDA, I. (Ed.) **Metodologia da pesquisa educacional**. São Paulo: Cortez, 1989.

_____. Enfoque fenomenológico de pesquisa em educação. In: FAZENDA Ivani (Org.). **Metodologia Pesquisa Educacional**. São Paulo: Cortez, 2001.

_____. Enfoque fenomenológico de pesquisa em educação. In: FAZENDA, I. (Org.). **Metodologia da pesquisa em educacional**. São Paulo: Cortez, 2010, p. 65 -74.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 12. ed. São Paulo: Hucitec, 2010.

_____. Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. **Revista Pesquisa Qualitativa**. São Paulo, v. 5, n. 7, p. 1-12, 2017.

MATURANA, H. R.; VARELA, F. **El árbol del conocimiento: las bases biológicas del conocimiento**. Madrid: Editorial Debate, 1990.

_____. **De máquinas y seres vivos: autopoiesis, la organización de lo vivo**. Santiago (Chile): Universitária, 1994.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. Trad. Carlos Alberto R. de Moura. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

MOUSTAKAS, C. **Phenomenological research methods**. Thousand Oaks, CA: Sage, 1994.

MORAES, Nilson. Memória e mundialização. In LEMOS, M. T. T.; MORAES. N. **Memória e construções de identidades**. Rio de Janeiro: Sette Letras, 2005.

MOREIRA, Daniel Augusto. **O Método Fenomenológico na Pesquisa**. São Paulo: Pioneira Thomson, 2002.

_____. M. A; Masini, E. F. S. **Aprendizagem Significativa: a teoria de David Ausubel.** São Paulo: Centauro, 2001.

OLIVEIRA, Luciane A. **Calidad de Vida Percibida en Ancianos Urbanos y Rurales em dos comunidades litorales del Estado de Ceara.** Tese (Doctorado em Psicologia) – Doctorado em Psicogerontología: Camvis i Optimización. Universidad de Barcelona. Barcelona, 2003. 409pp.

OTTO, Rudolf. **O Sagrado: os aspectos irracionais na noção de divino e sua relação com o racional.** São Leopoldo: Sinodal/EST; Petrópolis: Vozes, 2007.

PASINATTO, Susana. **Criatividade e Biodanza: a trama que qualifica as relações entre crianças - Educação.** Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2007. 126pp.

PERROT, Michele. A juventude operária: da oficina à fábrica. In. LEVI, Giovanini; SCHMITT, Jean-Claude (Orgs.). **História dos jovens.** São Paulo: Cia das Letras, 1996, p.83-136.

PETRINI, José Fernando. **O grupo de 3ª idade na busca de um espaço cordial: um estudo psicológico.** Tese (Doutorado em Psicologia) Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Campinas-SP, 2002.

PIRES, N. M. **Sensibilizar a pele, singularizar a existência: o toque e as políticas de contato na prática da biodança.** Dissertação. (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2014. 140 pp.

POLKINGHORNE, D. E. Phenomenological research methods. In R. S. Valle; S. Halling (EDs.). **Existential-phenomenological perspectives in psychology.** New York: Plenum Press, 1989. p. 41-60.

POSSEBON, Elisa P. Gonsalves; POSSEBON, Fabricio. (Orgs.) **Ensaio sobre espiritualidade, emoções e saúde.** João Pessoa: Libellus, 2017.

POSSEBON, Elisa P. Gonsalves. **Conversas sobre iniciação científica.** 6. Ed. Campinas-SP: Editora Alínea, 2018.

POSSEBON, Fabrício. Espiritualidade e Saúde: A experiência grega arcaica. (Artigo) Interações. **Cultura e Comunidade**. Belo Horizonte/Brasil, v. 11, n. 20, p. 115-128, jul./dez. 2016. ISSN 1983-2478. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/313258078_Espiritualidade_e_saude_a_experiencia_grega_arcaica>. Acesso em: 29 out. 2018.

PRIORE, M. D. **História das mulheres no Brasil**. São Paulo: Contexto, 1997.

QUINTANA, A. **A ciência da Benzedura**. São Paulo - SP: Cortez, 1999.

REICH, W. **Análise do caráter**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

REIS, Alice Casanova dos. **Dança da Vida: a experiência estética da biodança**. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade São Paulo-São Paulo, 2012. 155pp.

RIBEIRO, Kelen G. **Biodança e saúde percebida: um olhar biocêntrico sobre a saúde**. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Universidade Federal do Ceará. Centro de Humanidades. Fortaleza, 2008. 190pp.

RICHARDSON, Roberto Jarry; **Pesquisa Social: Métodos e Técnicas**. São Paulo: Atlas, 2012.

ROHR, F. (Org.). **Diálogos em Educação e Espiritualidade**. 2. ed. UFPE, 2012.

ROTENBER, Mauro. **Educação: um convite ao movimento da vida**. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Porto Alegre - RS, 1999.

SAFFIOTI, Heleieth **O Poder do macho**. Coleção Polêmica. São Paulo: Moderna, 1987.

SANTOS, M. L. P. **Biodança: Vida e Plenitude**. Belo Horizonte: Ed da autora, 2009.

SAMPIERI, Roberto Hernandez; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, María del Pilar Baptista. **Metodologia de pesquisa**. 5. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

SAPORETTI, L. A. Espiritualidade e cuidados paliativos. In: SANTOS, F. S. **A arte de morrer: visões plurais**. Vol. 2. Bragança Paulista: Editora Comenius, 2009.

SOARES, Lupércia J. **Educação Biocêntrica**: contribuições para o processo de escolarização na educação básica. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Educação. Universidade Federal da Paraíba. João Pessoa-PB, 2012.

SOUZA, Ana Maria Borges. **Infância e Violência**: o que a escola tem a ver com isso? Tese (Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Educação. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre - RS, 2002.

SEGRE, M.; FERRAZ, F. O conceito de saúde. **Revista. Saúde Pública**. São Paulo, v. 31, n. 5, p. 538-542, Oct. 1997.

SILVA, Flávio Rangel da. **Cuidado de enfermagem na complexidade humana - um estudo sobre a espiritualidade no controverso discurso de (des) humanização**. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Enfermagem. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro: UNIRIO, 2010.104pp.

TEIXEIRA, J. B. P. **Práticas Integrativas Não Convencionais em Saúde Brasileira**. 1. ed. Juiz de Fora - Minas Gerais: Belvedere, 2014. 132p.

TERRÉN, Raúl. **La sensualidade de Dios**: danza mística de lo cotidiano. Buenos Aires-Argentina: Editorial Diseño, 2019.

TORO, Rolando. **Teoria da Biodanza – coletânea de textos**. Tomos, volume I. Fortaleza: Editora ALAB. 1991a.

_____. **Teoria da Biodança**: coletânea de textos. Tomos, volumes I e II. Associação Latino Americana de Biodança. Fortaleza, 1991b.

_____. **Biodanza**. São Paulo: Editora Olavobrás, 2002.

_____. **Mecanismos de Ação**. Apostila do Curso de Formação de Docente de Biodanza, da Associação Escola Rolando Toro, do Rio de Janeiro, 2000/2002.

_____. **Biodanza: Ars Magna**. Apostila do Curso de Formação de Docente de Biodanza, da Associação Rolando Toro, do Rio de Janeiro, 2000/2002.

_____. **Contato e Carícias.** Apostila do Curso de Formação de Docente de Biodanza, da Associação Escola Rolando Toro, do Rio de Janeiro, 2000/2002.

_____. **Biodanza.** 2. ed. São Paulo: Editora Olavobrás, 2005.

_____. **Aspectos Psicológicos.** Apostilas da Formação de Biodanza. João Pessoa-PB, 2008.

_____. **Afetividade.** Apostilas da Formação de Biodanza. João Pessoa-PB, 2008.

_____. **Música, Vivência e Movimento.** Tradução: Elisa Gonsalves e Sinfrônio Lima. Apostilas da Formação de Biodanza, João Pessoa-PB, 2008.

_____. **Potenciais Genéticos:** afetividade, criatividade, transcendência, sexualidade e vitalidade. Apostilas da Escola de Formação de Educação Biocêntrica: International Biocentric Foudation, 2009.

_____. **La Inteligencia afectiva:** La unidad de la mente com el universo. Santiago-Chile: Editorial Cuarto Próprio, 2012.

_____. **Inconsciente Numinoso.** Tradução Myrtes Gonzales. Disponível em: <<http://www.biodanzabologna.it/blog/archives/319>>. Acesso em: 18 mar. 2019.

TORO, Verônica; TERRÉN, Raúl. **Biodanza:** Poética del encuentro. Buenos Aires: Lumen, 2008.

TORO. **Imagem.** Disponível em: <<http://biodanzadoc.blogspot.com/2012/11/su-lla-creativita-intervista-rolando-toro.html>>. Acesso em: 13 dez. 2018.

VALLE, João E. dos R. Religião e espiritualidade: um olhar psicológico. In: AMATUZZI, Mauro M (Org.) **Psicologia e espiritualidade.** São Paulo: Paulus, 2005.

VAN MANEN, M. **Researching Lived Experience:** Human science for an action sensitive pedagogy. State University of New York Press: Albany, 1990.

WORD Healttr Organization. The OTTAWA charter for health promotion. Geneve: WAO;1986.

APÊNDICES



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES**

APÊNDICE I - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a),

Esta pesquisa é sobre biodanza, espiritualidade e espiritualidade intitulada “A biodanza na percepção das mulheres: um encontro com a espiritualidade e a saúde” está sendo desenvolvida pela pesquisadora Maria Aparecida Porte Ferreira, aluna do Curso de Mestrado em Ciências das Religiões, na Linha de pesquisa de Espiritualidade e Saúde, da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação do Professor Doutor Fabrício Possebon. A pesquisa será realizada na unidade das PICS Equilíbrio do Ser, nos Bancários, em João Pessoa-PB.

O objetivo central do estudo é: investigar a importância da biodanza como prática do cuidado e sua influência na espiritualidade. A finalidade deste trabalho é contribuir para o desenvolvimento deste campo de conhecimento como uma nova possibilidade de intervenção e de reflexão. Convicta que a investigação poderá assim, lançar novas cirandas teóricas para a construção do conhecimento científico acerca da biodanza.

Solicitamos a sua colaboração para a participação nas entrevistas e questionários, imagens, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica (se for o caso). Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos que essa pesquisa não oferece riscos, previsíveis, para a sua saúde previstos na Resolução 466/12 da CONEP/MS. Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, a senhora não é obrigada a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pela Pesquisadora. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição (se for o caso).

Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecida e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou Responsável Legal

Contato da Pesquisadora Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para o (a) pesquisador (a) Maria Aparecida Porte Ferreira.

Endereço: R. Manoel dos Anjos, Nº 51 - Bairro: Miramar

Telefone: (83)988477076

Ou

Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba Campus I - Cidade Universitária - 1º Andar – CEP 58051-900 – João Pessoa/PB.

☎ (83) 3216-7791 – E-mail: **comitedeetica@ccs.ufpb.br**

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do Pesquisador Participante

Obs.: O sujeito da pesquisa ou seu representante e o pesquisador responsável deverão rubricar todas as folhas do TCLE, apondo suas assinaturas na última página do referido Termo.

APÊNDICE II - ROTEIRO PARA ENTREVISTA E QUESTIONÁRIO

Identificação e Localização dos Participantes:

Nome: (fictício)¹

Localidade/Bairro/cidade

Idade: () 18 a 29 anos () 46 a 55 anos () Outras
() 30 a 45 anos () 56 a 60 anos

Escolaridade: Situação atual - concluiu

() Ensino Fundamental I – 1º ao 5º ano () Ensino Médio

() Ensino Fundamental II – 6º ao 9º ano () Ensino Superior

() EJA

Diversidade Religiosa: Adepto/Fé Sim () Não ()

() Umbanda Catolicismo ()
() Espiritismo Protestantismo () Outras ()

Questionário/Entrevista

- 1) Há quanto tempo você participa do grupo regular de biodanza?

- 2) Qual o motivo que levou você a buscar a biodanza?

- 3) O que é biodanza para você?

1 Para identificação da participante, a pesquisadora optou por apenas identificá-las utilizando os nomes das deusas gregas escolhidas por elas. Este procedimento objetiva a preservação do anonimato e da confidencialidade em relação à identidade da participante da pesquisa e à informação recolhida. A dinâmica para o processo de escolha será feita mediante ao trabalho de campo, organizado pela pesquisadora.

4) O que significa, para você, o cuidar de si em biodanza?

5) Como você se percebe como mulher, houve mudanças na sua vida a partir da prática de biodanza?

6) Você vem percebendo efeitos da biodanza em seu cotidiano? Se sim. Quais são esses efeitos?

7) De que maneira a biodanza pode influenciar na espiritualidade?

8) O que você entende por espiritualidade?
