

EM FOCO

SISTEMA HÁPTICO, AUTORREGULAÇÃO E MOVIMENTO

*HAPTIC SYSTEM, SELF-REGULATION
AND MOVEMENT*

*SISTEMA HÁPTICO, AUTORREGULACIÓN
Y MOVIMIENTO*

MARCELO MUNIZ

MUNIZ, Marcelo.
Sistema háptico, autorregulação e movimento.
Repertório, Salvador, ano 21, n. 31, p. **87-104**, 2018.2

RESUMO

Um dos grandes desafios nos processos somáticos, tanto terapêuticos quanto educacionais, é conseguir mudar os padrões automatizados de hábitos, postura, coordenação e percepção. Uso aqui um modelo desenvolvido por Hubert Godard para entender a neurofisiologia e a fenomenologia da relação humana com a gravidade, a emoção, o espaço e a alteridade. Busco, por meio deste modelo, demonstrar como o sistema háptico, a gravidade e a orientação espacial podem influir nesse processo, facilitando o alcance de novas possibilidades no campo atitudinal através da expressividade e da impressividade.

PALAVRAS-CHAVE:

Hapticidade. Espaço.
Gravidade. Movimento.
Alteridade.

ABSTRACT

One of the great challenges in somatic processes, both therapeutic and educational, is to be able to change the automated patterns of habits, posture, coordination and perception. I use here a model developed by Hubert Godard to understand the neurophysiology and phenomenology of human relationship with gravity, emotion, space and otherness. I try through this model to demonstrate how the haptic system, gravity and spatial orientation can influence this process, facilitating the attainment of new possibilities in the attitudinal field through expressiveness and impressiveness.

KEYWORDS:

*Hapticity. Space. Gravity.
Movement. Otherness.*

RESUMEN

Uno de los grandes desafíos en los procesos somáticos, tanto terapéuticos y educativos, es conseguir cambiar los patrones automatizados de hábitos, postura, coordinación y percepción. Uso aquí un modelo desarrollado por Hubert Godard para entender la neurofisiología y la fenomenología de la relación humana con la gravedad, la emoción, el espacio y la alteridad. Buscamos, por medio de este modelo, demostrar cómo el sistema háptico, la gravedad y la orientación espacial pueden influir en ese proceso, facilitando el alcance de nuevas posibilidades en el campo de la actitud a través de la expresividad y de la impresión.

PALABRAS CLAVE:

*Hapticidad. Espacio.
Gravedad. Movimiento.
Otridad.*



INTRODUÇÃO

NESTE TEXTO, apresento a influência de Hubert Godard – com quem estudei nos últimos 14 anos, no Brasil e na Alemanha – no estilo do meu trabalho como terapeuta e educador somático. Tenho 28 anos de trabalho com a Educação Somática, como rolfista avançado pela abordagem Rolfing® Integração Estrutural¹ e Rolf® Movimento.² Durante alguns anos atuei como professor ensinando essas abordagens no Brasil pela Associação Brasileira de Rolfing®, somando a este processo minha experiência como terapeuta Crânio-Sacral e praticante de Experiência Somática.³

Hubert Godard é um pesquisador francês, referência no campo da análise do movimento humano que trabalha nas áreas do conhecimento da dança, das técnicas somáticas e da pesquisa médica. Godard é dançarino, professor avançado do método Rolfing® de Integração Estrutural, Rolf® Movimento e foi *Maitre de Conférences* da Universidade Paris 8. Em parceria com Odile Rouquet, Godard introduziu na formação oficial dos professores de dança, na França, a Análise Funcional do Corpo no Movimento Dançado (AFCMD). Godard tem um renomado trabalho de pesquisa no campo da dança, do movimento e da reabilitação.

Apesar de Hubert Godard ser um nome muito conhecido no campo da dança, paralelamente a sua pesquisa e ensino nessa área, ele também desenvolveu vasto

1 O método Rolfing® de Integração Estrutural foi criado pela cientista norte-americana, PhD em Bioquímica, Dr^a. Ida Rolf (1986-1979). Esse método auxilia na fluência de movimento e equilíbrio através da liberação da fásia pelo toque.

2 O Rolf® Movimento é um desdobramento do método Rolfing®, mas seu enfoque está no processo de reconhecimento do padrão e da educação do movimento na sua organização com a gravidade. Difere da Integração Estrutural por não utilizar tanto o toque.

3 Experiência Somática (SE), método somático aplicado ao Estresse Pós-Traumático, criado pelo Dr. Peter Levine, doutor em Biofísica Médica e Psicologia, rolfista e pesquisador do Stress Pós-traumático.

trabalho clínico de educação do movimento junto à comunidade de professores de Rolf® Movimento, tendo dirigido uma pesquisa em um hospital em Milão para a reabilitação de movimento em mulheres após cirurgia de câncer de mama. Ele criou o modelo da Função Tônica, que é usado no ensino do Rolfing® estrutural e de movimento em todo o mundo.

É nesse campo clínico de exploração, educação e reabilitação do movimento que me encontro com ele. Tive a oportunidade de estudar com Hubert Godard no Brasil, nos anos de 2004 a 2007, quando ele veio ao país para uma série de workshops. Depois, na Alemanha, nos anos de 2013 e 2014, participei de uma série de *workshops* ministrados por ele.

O trabalho de Hubert Godard é basicamente uma exploração da relação do ser humano com o espaço e como essa relação afeta o movimento, a presença, a atitude e o engajamento com o outro e com a vida.

Neste artigo, apresento um sumário, nos campos fenomenológico e neurofisiológico da abordagem somática ensinada por Hubert Godard. Grande parte das informações aqui contidas foi colhida de suas palestras nos *workshops* realizados em Munique, em 2013 e 2014.

Este texto foi escrito primeiramente como uma apresentação teórica dos princípios e conceitos de Hubert Godard para as classes em que ensino os métodos *SomaEmbodiment* e *Haptic Gamma Embodiment* e posteriormente foi adaptado para se transformar em um artigo para esta revista, a convite de seus editores.



DISSOCIAÇÃO, SISTEMA HÁPTICO E SISTEMA SENSÓRIO-MOTOR

Quando se estabelece um processo traumático em uma pessoa, na maioria das vezes ocorre o fenômeno da dissociação, em geral entendido

como uma separação entre mente e corpo. (LEVINE, 1999) Quando observamos esse fenômeno através de uma lente somática, percebemos que existem vários níveis de dissociação. Um padrão comum é a dissociação entre os sentidos: a maneira como se captam informações pelos sentidos se altera e se bloqueia, mudando, assim, a percepção de si e do mundo que rodeia a pessoa traumatizada. (HART, 2011)

Um fenômeno bastante semelhante ocorre quando há uma inibição da expressividade. Também veremos uma mudança na intersensorialidade, que afetará a relação com o espaço interno e externo, podendo ocorrer dissociação ou não. Apesar disso, serão ativados os mesmos mecanismos inibitórios no sistema nervoso autônomo.

Para Godard (2006), a intersensorialidade implica que os sentidos funcionam sistemicamente, estando sempre interligados uns aos outros, formando um sistema de percepção. Então, da mesma forma que pode haver um bloqueio em uma das direções de um mesmo sentido, isso também pode acontecer na relação entre eles. Um padrão comum de dissociação entre os sentidos ocorre entre os sentidos proximais (olfato, paladar e tato) e os sentidos distais (audição e visão).

Em uma pessoa saudável, existe uma intersensorialidade na qual os sentidos se apoiam, se comunicam e se complementam na busca por informações do meio ambiente, criando, momento a momento, possibilidades de autorregulação, individualização e expressão através de uma percepção integrada. Estudos feitos pelo neurocientista Vilayanur Ramachandran (2004) demonstram que essa ruptura ou desorganização na intersensorialidade altera também padrões de organização cerebral, que podem ser recuperados por meio da plasticidade cerebral e da estimulação multissensorial. Nesse caso, a plasticidade do corpo e do cérebro correspondem-se e o sistema sensorio-motor cumpre um papel essencial na integração.

Em seus estudos e pesquisas sobre a educação do movimento, Hubert Godard buscou, no trabalho do psicólogo americano James Gibson,⁴ o termo sistema háptico, onde a motricidade e a sensorialidade se encontram. O sistema háptico está relacionado à intrassensorialidade e à sensorio-motricidade. (GRUNWALD, 2008) Intrassensorialidade refere-se à capacidade dos sentidos de ter dupla

4 Ver Gibson (1966) para um maior aprofundamento em seu trabalho.

função, como, por exemplo, tocar e se sentir tocado pelo tato, pela visão focal e periférica, pela audição focal e periférica. Ou seja, posso buscar uma imagem com os olhos ou deixar que a imagem venha até meus olhos; posso buscar um cheiro ou me abrir para receber os cheiros presentes. Nesse sentido, temos um dar e um receber, um agir e um não agir diante da realidade que nos rodeia, para nos orientar por meio dos cinco sentidos.

Teremos a intrassensorialidade e a intersensorialidade como canais de comunicação pelos quais percebemos a nós mesmos ao perceber o mundo e vice-versa. (GALLESE; SINIGAGLIA, 2011) A intersensorialidade dos cinco sentidos está ancorada e é dependente do sistema vestibular, como veremos adiante.

Sensório-motricidade é quando uma atividade motora e sensorial se relaciona tanto para dar quanto para receber informações. Isso implica uma presença e uma atitude relacional com o espaço e o mundo que nos rodeia. O espaço é a linguagem comum para a sensorialidade, por isso se fala de um sistema háptico, que é um sistema de comunicação e de relação.



A FENOMENOLOGIA⁵ DO ESPAÇO

O espaço é sempre subjetivo, é diferente de topos ou área, que é a referência objetiva e mensurável geograficamente. O espaço é construído pelo imaginário e está ligado à história pessoal a partir das experiências prévias, é habitado por projeções, inibições e dissociações. O topos pode ser homogêneo, mas o espaço não: ele é afetado por nossa história e pelo significado que atribuímos às nossas experiências.

O espaço também é afetado pelo desejo e por nossas expectativas do que está por vir. A subjetividade do espaço é indissociável da subjetividade do tempo, das possibilidades imaginárias de ação no momento presente. O espaço também é afetado pelo contexto ecológico e social.

5 Fenomenologia aqui se refere ao conceito de Edmund Husserl, onde se experimenta o fenômeno da realidade no momento presente, sem ideias ou conceitos pré-concebidos, de maneira direta e individual.

Ecologicamente, seremos afetados pelo ambiente onde vivemos, pelo ritmo das estações e pelas variações naturais, como montanhas, desertos, mares, rios etc. Também seremos afetados pelo ambiente rural ou urbano, se vivemos em pequenas vilas ou em grandes cidades.

Sociologicamente, o espaço será afetado pela cultura e suas projeções e pelos valores coletivos que definem sua identidade, especialmente pela linguagem, ou seja, como nomeamos os objetos, seres e ambientes. Esses fatores influenciam muito na forma como percebemos e usamos o espaço. Minha história pessoal, cultural, social e geográfica cria o contexto que me dá o potencial latente para minha expressividade, como eu habito e me movo em cada situação em particular.

O espaço – não o topos – é o espaço imaginário da ação. Ele não existe fora da história, do tempo e do contexto. O contexto e minha história me dão o potencial para a ação, o que pode ser expresso em todo o meu corpo, nos meus gestos e movimentos.

O que de fato existe é um espaço fenomenológico, um espaço de ação. (GALLESE; SINIGAGLIA, 2011) O fenômeno espacial tem uma base sensória e é único para cada pessoa, depende do momento e de sua subjetividade. Eu estou no espaço e o espaço está em mim, não há distinção entre eu e o espaço. Também não existe distinção entre espaço e tempo. Quando há um vetor de movimento no espaço, uma perspectiva, ela é temporalizada. Experimentamos o espaço e o tempo por meio do movimento; nossa mais básica relação com o espaço é com o suporte. (GODARD, 2006)

Logo no início da vida, nos três primeiros meses após o nascimento, nossa relação com o ambiente e com as pessoas que nos cercam irá definir ou formatar grande parte do nosso espaço subjetivo: como eu percebo o espaço ao meu redor e as possibilidades de criar perspectivas de ação que estão disponíveis nesse espaço. Esse é um processo que continua ao longo de toda vida.

O DESENVOLVIMENTO DO NEONATAL ATÉ O QUARTO MÊS

Desde que a criança nasce e até quatro meses de idade, ela percebe a realidade à sua volta como um fluxo contínuo e indiferenciado. (STERN, 2010a) Embora esse fluxo varie de intensidade, para a criança ainda não há uma diferenciação dos diversos aspectos que compõem esse fluxo. Os sentidos não operam de forma diferenciada e integrada para proporcionar uma análise da realidade. Exemplo: um bebê que está mamando sente o gosto do seio e do leite, sente o cheiro da mãe e do leite, sente o calor e o apoio da mãe, vê a imagem e ouve a cantiga que a mãe está cantando, mas não consegue juntar todos esses elementos, formando a imagem unificada da mãe e percebendo a totalidade do evento. Ele percebe tudo como um fluxo, pois está em um estado subcortical, periférico e receptivo. Junto a isso, ele lida com a gravidade, que é invariante e constante. Toda vez que ele se move, lida com o motor e com o sensorial simultaneamente. E sua atividade psíquica é dependente e interconectada ao sensório-motor. Só quando se move, ele tem atividade psíquica que o orienta entre o fluxo contínuo das imagens e a gravidade, proporcionando um sentido de presença de si mesmo. Ele é capaz de reagir ao que é confortável ou desconfortável para expressar o seu estado interno.

Somente a partir do quarto mês o bebê é capaz de criar uma análise da imagem e fazer antecipação mental das relações entre o fluxo de imagem e a gravidade, movendo-se dentro de uma diferenciação dos sentidos. (ROCHAT; BULLINGER, 1994) Nessa segunda fase, ele é capaz de analisar e de se antecipar diante do fluxo de imagens. É o nascedouro da atividade psíquica, como nós a conhecemos enquanto adultos. Até o quarto mês, o bebê não é capaz de reagir ao meio, fazendo escolhas e se movendo de forma independente. Se há uma intensidade de luz sobre ele, o bebê entra em ativação, porque é desconfortável. Ele se agita e chora, mas não sabe se virar e se desviar da intensidade da luz que incide sobre seus olhos. Ele sente e se move conjuntamente, pois existe um vínculo imediato e radical entre motricidade e sensorialidade. Para obter uma resposta, ele vai combinar a informação vinda do fluxo de imagens e do movimento na gravidade.

Lentamente, ele começa a desenvolver respostas que podem trazer conforto, mas elas vêm da integração entre o sentir e o mover. Não há como separar o desenvolvimento motor do sensorial. Podemos dizer, por exemplo, que existe uma cinestesia visual. Até o quarto mês, só existe o fluxo para o bebê: há o som, mas não o significado do som; há o toque, mas não o significado do toque. Ele só sente quando se move, e ainda não há memória. Só mais tarde ele passa a pensar quando se move. Quando se torna focal, começa a ser capaz de criar imagens na mente, caso precise se mover. No primeiro estágio, não há ainda o significado, o que corresponde à realidade como uma representação mental. Há apenas uma atividade periférica, em que não separa modalidades.

Temos, então, um triângulo: o fluxo das imagens (consideramos imagens todas as informações recebidas pelos cinco sentidos), a atividade tônica na relação com a gravidade e a emoção. Diante de um desconforto, como uma intensidade de luz e calor, o bebê só consegue lidar com isso pela atividade tônica. Ele entra em uma ativação simpática (ataque/fuga), de desconforto e insatisfação. Se esse estado de desconforto e ativação perdurar por muito tempo, ele entra em fadiga e colapso e algumas vezes em congelamento. (PORGES, 2011) Leva um tempo até que ele possa analisar e ser capaz de se mover e agir por si só, para se livrar do desconforto.



REGULAÇÃO E AUTORREGULAÇÃO

Nessa primeira fase, a regulação vem do outro, que acolhe, aconchega, cuida e traz de volta o conforto. O bebê encontra autorregulação por meio do apoio e da regulação da mãe ou do cuidador. O diálogo tônico pode acontecer em diversos níveis: é ele que constrói o vínculo, o limite e o continente de segurança espacial para o bebê. Nessa fase, emoção e tonicidades são as respostas possíveis ao desconforto. O toque e o suporte acolhedor criam os níveis mais primários de engajamento social e intersubjetividade sensorial. (STERN, 2010b) A capacidade de criar uma atividade psíquica antecipatória se dá a partir

do quarto mês, quando o bebê consegue sentar na posição ereta e sustentar a cabeça, usando plenamente seu ouvido interno para se relacionar com o espaço. (ROCHAT; BULLINGER, 1994) Quando começa a criar imagens, ele pode antecipar (reconhecer) o ambiente a sua volta. Pelo fato de poder reconhecer/antecipar, o nível emocional pode diminuir de intensidade. Pode ser confrontado com o ambiente e não haverá tanta emoção, podendo haver uma resposta cinestésica de se desviar pelo movimento. Assim ele se torna capaz de fazer escolhas, ampliando seu repertório de ação.

Mas, ao mesmo tempo, para adquirir novas habilidades relacionais sensório-motoras, tanto o bebê quanto o adulto devem se abrir outra vez ao fluxo contínuo de imagens. Se essa volta ou abertura não acontecer, a antecipação/projeção ou expectativa não permitirá a experiência do novo e ele repetirá o caminho conhecido. A subjetividade como uma expressão singular começa a partir dessa organização e torna o desenvolvimento individualizado na relação tempo/espaço, ambiente social/afetivo. Assim, as fases desenvolvimentais irão depender totalmente desse contexto. Aqui também se forma o início do sistema de defesa emocional diante do que é confortável/desconfortável, seguro/inseguro, perigoso/confiável. Por isso, é tão difícil para um adulto mudar a organização somato-emocional.

A construção de um padrão apreendido na coordenação e na percepção sensório-motora cria uma orientação automatizada – engramas sensório-motores –, que só se solta e se abre para um novo aprendizado se voltarmos a uma relação não projetiva em relação ao meio, em relação ao outro. (KOCH et al., 2012) Temos que ser capazes de voltar a um estado receptivo, periférico e vulnerável, que permita uma relação renovadora entre atividade tônica (gravidade), sistema límbico (emoção) e o meio (fluxo contínuo de imagens).

Não há como adquirir novas competências sem um retorno a esse estado inicial. Voltar a dialogar com o fluxo requer uma abertura do sistema háptico, da capacidade de receber e de se mover com o fluxo e encontrar, nessa interação, novas respostas, novas possibilidades de autorregulação. Isso cria um novo paradigma sobre a estabilidade. Quando dizemos que, para curar o trauma emocional e/ou criar uma nova coordenação e capacidade de movimento, precisamos encontrar estabilidade, não estamos falando da capacidade de se estabilizar a si mesmo,

mas de estabelecer um diálogo apropriado, que permita fluidez e continuidade na relação com a gravidade, com o espaço e com o outro, seja ele o ambiente, um objeto ou uma pessoa.



EXPRESSIVIDADE E IMPRESSIVIDADE

O que vamos encontrar nessa relação com o espaço e com o outro é a expressividade e a impressividade que está por trás da regulação da tonicidade. A todo momento o tônus corporal é modulado pela expressividade – como manifesto minha presença de dentro para fora na relação com o outro – e pela impressividade – como recebo e percebo a presença do outro de fora para dentro. Onde o sistema de defesa emocional se organiza por meio de inibições, onde não há relação de fluidez e continuidade, o sistema háptico estará dissociado ou inibido. Veremos bloqueios e contenções, fixação de atitude e de percepção.

A regulação do tônus se dá dentro da organização gravitacional. Temos a sensação de peso e os mecanorreceptores de pressão dos pés informando a relação com o chão e o ouvido interno e os otólitos informando a relação com o espaço. Os otólitos são concreções de carbonato de cálcio presentes dentro de câmaras no aparelho vestibular do ouvido interno dos vertebrados e que têm a função de controlar a posição do corpo do animal, ou seja, manter o equilíbrio postural no movimento, são totalmente devotados a relação direta com a gravidade. (GIBSON, 1966)

Quem regula o tônus muscular são os fusos musculares (*spindles*), que podem ser acionados por dois tipos de neurônios: neurônio motor alfa (cortical/piramidal voluntário) ou neurônio motor gama (subcortical, que vem do tronco cerebral, ligado à emoção e à orientação espacial).

O sistema límbico, o hipocampo e a amígdala têm um efeito muito grande sobre o neurônio motor gama. Assim, o estado emocional afeta a função gama. (LENT, 2008) Os músculos responsáveis pela estabilidade do *core* (NEWTON, 2003)

estão diretamente ligados ao sistema háptico através dos pés, das mãos, dos músculos suboccipitais e do ouvido interno, áreas que são devotadas à haptividade na relação direta com a gravidade e funcionam sistemicamente. São áreas do corpo com grande número de fusos musculares que funcionam como órgãos sensoriais, levando e trazendo informações, juntamente com os outros sentidos. Sentir-se tocado, ou seja, receber o fluxo, é o primeiro passo para reabilitar a função háptica. Ser tocado é permitir a presença do outro.

Quando você se sente tocado, ocorre uma ativação emocional. O tônus básico da atitude e da postura de estar diante do outro e em relação a este é mantido pela atividade gama. A formação reticular no tronco cerebral inicia a atividade gama; depois, o neurônio motor gama estará sob a influência do hipocampo e da amígdala. Isso ativa diretamente os músculos estabilizadores do core, que regem a coordenação motora, o que permite equilíbrio e fluidez na gravidade.

A atividade gama é diretamente dependente do estado emocional. O ato de se alongar, por exemplo, depende totalmente do estado emocional. Quando você tenta se alongar via comando voluntário/alfa, a resposta é sempre menor do que quando você se abre ao relacionamento com o espaço vindo da relação háptica dos pés, das mãos e dos suboccipitais, que na verdade pode ser o dobro do comando alfa. Você se abre na relação com o espaço e imediatamente ocorre uma modulação via sistema límbico. A atividade gama permite um reflexo de estiramento mais longo, mudando o tônus e permitindo alongar com baixa resistência. Na realidade, quem faz o movimento é o neurônio motor alfa, por duas vias, uma direta e outra indireta, através do neurônio motor gama.

Podemos dizer que, na atividade direta voluntária (alfa), temos um agente controlador e na atividade relacional com o espaço, com o emocional (gama), temos, ao contrário, um agente receptivo. Quando o sistema háptico não está ativo e funcional, haverá uma perda de fluidez e de estabilidade que gera uma atividade alfa de se segurar em relação à gravidade e ao outro, ocorrendo um processo de defesa e inibição, um bloqueio na expressividade e na impressividade. Esse é um processo ligado à imagem corporal, à imagem que eu quero projetar no mundo, uma imagem que eu percebo ser correspondente ao que eu sou enquanto identidade, mas que na verdade é uma projeção.

De maneira geral, esse ato de segurar busca uma correção geométrica do corpo. Na tentativa de manter uma simetria, os músculos mais superficiais do corpo são usados para criar uma forma e manter o corpo ereto na gravidade. Há uma perda de atividade palpatória dos pés e/ou um bloqueio nos suboccipitais que afeta toda a intersensorialidade. O peripersonal-espaco ou cinesfera da pessoa fica constricto e isso impede a relação de dar e receber, reforçando as projeções mentais. (BLAKESLEE; BLAKESLEE, 2007) Mesmo em uma estrutura em colapso, veremos um nível de se segurar em oposição a se abrir para o espaço, e a atividade *háptica* também estará inibida.



TRAUMA E EDUCAÇÃO SOMÁTICA

Exploramos a dinâmica destes elementos adaptativos no trabalho clínico para a resolução traumática e também na educação somática da percepção e do movimento. Desta maneira podemos nos perguntar: por que isso importa na resolução do trauma? Porque esse arranjo adaptativo pode tanto ser o pano de fundo onde se instalou a desregulação do sistema nervoso autônomo, quanto pode ser o que impede de gerar novas capacidades de vínculo e conexão com a vida, após uma conquista de resolução traumática. Para correr risco, eu preciso de estabilidade e fluidez, não de constrição. (LEVINE, 2015)

Por que isso importa para a educação somática e para as abordagens fenomenológicas da percepção? Porque nossa relação com o momento presente e, consequentemente, com o espaço, estará comprimida e limitada, diminuindo o potencial para a ação. Mover-se pelo mundo é sempre um risco: ir até o outro, afastar-se do outro, encontrar o outro, acolher, negar, dizer sim, dizer não, amar, dizer adeus...

O primeiro passo no sentido de restaurar a função háptica é encontrar um centro tônico no qual eu possa redirecionar a relação entre o chão e a orientação espacial, vindo da atividade palpatória dos pés, sendo tocado pelo chão, abrindo-me ao fluxo contínuo e permitindo que os otólitos me ergam em direção ao espaço. Para

encontrar o outro, ou receber o outro, eu preciso me dividir. No desenvolvimento da criança, ela primeiro separa alto e baixo, que é a organização na gravidade entre o chão/peso e os otólitos/espço. Depois, ela separa frente e costas, estar consigo mesma ou estar com o outro. Somente quando o movimento contralateral emerge é que se é capaz de estar consigo e se estender até o outro, quando um lado estabiliza e o outro pode ir com o mundo, com o outro.



FUNÇÃO PHORIC

Esse é outro conceito de Godard (2013): *phoric*, que vem do grego e quer dizer suporte, sendo entendido, em sentido amplo, como território. Quando pensamos o corpo como território, estamos falando do corpo como envelope, volume, densidade, interocepção, propriedade. As vísceras e a pele são as partes do corpo que nos dão um sentido de presença e território. Se não estou seguro em meu território, não tenho confiança para me mover.

Em uma pessoa traumatizada ou com supressão da expressividade, esse é um aspecto primário a ser resgatado: sensação de território e seus limites. Somente a partir da segurança no território poderemos nos arriscar no corpo enquanto agente, aquele que se move no mundo. Para a pessoa se mover, é necessário dividir-se: uma parte fica *phoric*, como território e suporte, e a outra parte pode ir com o mundo, com o espaço, com o outro.

Quando caminhamos, por exemplo, precisamos que um lado do corpo nos apoie, para que o outro se lance no espaço e no mundo; em seguida, há uma inversão: o lado agente se torna *phoric* e o outro se torna agente. Para encontrar o outro, eu preciso me dividir. Quando me divido, introduzo a presença do outro na minha relação com o espaço, criando diálogos entre os muitos possíveis vetores de movimento.

ORIENTAÇÃO ESPACIAL

Para fluir no movimento, temos as articulações fundacionais, que funcionam como vetores dinâmicos primários, que nos dividem ao criar separações e, ao mesmo tempo, nos organizam no espaço tridimensional e na relação com a gravidade:

- 1 - Alto e baixo
- 2 - Frente e costas
- 3 - Lado a lado
- 4 - Vergência

Quando tenho meus otólitos funcionando plenamente, posso me orientar através deles para o espaço e liberar meus olhos da responsabilidade de me apoiar e agarrar o mundo ao meu redor. Tenho a capacidade de estar perto ou longe no espaço, por meio de um *zoom* nos sentidos, em especial na visão, que me permite uma elasticidade em relação ao outro. Vergência é minha capacidade de envolver o outro na minha cinesfera ou não. Quando retorno para um movimento defensivo de simetria postural (flexão), eu também perco a vergência. (WARSHOWSKY, 2008)

Em termos de movimento, começamos por perceber primeiro o território, a parte do corpo que permanece e não se move. Depois, percebemos o que deixamos mover e ir com o mundo em direção ao espaço. Um de nossos medos básicos é o medo de se desmembrar ou partir em pedaços; o outro é o medo da queda. Quando nossa presença adquire uma qualidade que permite um senso de território definido e claro, podemos nos dividir, sem medo de nos perder quando nos movemos pelo mundo. Adquirimos uma elasticidade que compõe com nossa capacidade de vergência.

A gravidade como pano de fundo e fator invariante de nossa relação com a vida não só regula nosso tônus muscular, como também regula a atividade do sistema nervoso autônomo via sistema límbico. (ROBBINS, 1977) O triângulo tonicidade (gravidade) x sistema límbico (emoção) x fluxo contínuo de imagens (periférico/

receptivo) é o que permite uma reorientação via sistema háptico. É a base para mudar em direção a novas possibilidades adaptativas e interativas com o outro e com o mundo.



EMBODIMENT

Nesse sentido, o sistema límbico cumpre um papel fundamental no trabalho de *embodiment*. Godard (2010) fala de entrar em um estado receptivo que permita uma pequena emoção ao receber a presença do outro via sistema háptico. Trata-se de uma pequena emoção conectada ao presente. Criamos uma borda entre interocepção e exterocepção, com a qual é possível a vergência e a reorientação no espaço e no presente, pela revelação vinda do sensorial na relação consigo mesmo e com o outro. Se houver uma grande emoção, seremos inundados por ativações vindas do passado e perderemos o presente. Uma pequena emoção nos permite uma regulação momento a momento, na qual o *embodiment* não será um exercício de bem-estar ou um exercício performático, mas uma exploração sensorial ligada ao presente, reconstruindo a relação entre espaço interno e externo, em busca de estabilidade na relação com o outro. Do presente, nos movemos em direção a um futuro mais seguro e estável, integrando potencialidades e criando novos e ricos significados.



CONCLUSÃO

Tanto no trabalho clínico com pessoas traumatizadas, quanto no trabalho de educação pelo movimento, teremos a dissociação entre o sensorial e o motor como a dissociação básica na atividade postural, influenciando diretamente a orientação espacial e a relação como a alteridade. Ao resgatar a

funcionalidade do sistema háptico, abrimos possibilidades de autorregulação do sistema nervoso autônomo usando a relação com a gravidade e com o espaço como relações fundacionais na construção contínua de uma estabilidade dinâmica. Dessa maneira, poderemos recriar no momento presente gestos perdidos no passado ou arriscar alcançar gestos ainda sequer imaginados. Desafiamos o potencial de ação de forma sensível ao momento e ao outro, nos incluindo no contexto do qual participamos no tempo e no espaço.

Hubert Godard chama esse processo de Psicologia do *Core*,⁶ um trabalho atitudinal, onde expressividade e impressividade são as duas faces da mesma moeda. Nele, a psiquê se revela somaticamente na relação com o mundo e com o outro, ampliando o sentido da palavra atitude

6 Nos seminários ministrados por Hubert Godard em Munique nos anos de 2013/2014, ele usou este conceito de Psicologia do *Core* para explicar a manifestação da psiquê nos processos somáticos.



REFERÊNCIAS

BLAKESLEE, Sandra; BLAKESLEE, Matthew. *The Body Has a Mind of Its Own*. New York: Random House Trade Paperbacks, 2007.

GALLESE, Vittorio; SINGAGLIA, Corrado. How the body in action shapes the self. *Journal of Consciousness STUDIES*, Milano, 18, n. 7-8, p. 117-43, 2011. Available on: <http://semiorganized.com/articles/other/j_consc_studies_2011.pdf>. Access on: 24 Oct. 2014.

GIBSON, James J. *The senses considered as perceptual systems*. Boston: Houghton Mifflin, 1966.

GODARD, Hubert. Phenomenological Space. Entrevistadora: Caryn MacHose. *Contact Quarterly*, Northampton, v. 31, p. 32-38, Summer/fall, 2006.

GODARD, Hubert. Buracos negros: uma entrevista com Hubert Godard. Entrevistadora: Patricia Kuypers. *O Percevejo*, Rio de Janeiro, v. 2, n. 2, p. 01-21, 2010. Dossiê Corpo Cênico.

GODARD, Hubert. Fond/Figure: entretien avec Hubert Godard. Entrevistador: Loic Toouzé. *Pour un atlas des Figures*, Paris, 7 nov. 2013. Disponível em: <<http://www.pourunatlasdesfigures.net/element/fond-figure-entretien-avec-hubert-godard>>. Acesso em: 27 mar. 2014.

GRUNWALD, Martin. *Human Haptic Perception: Basics and Applications*. Basel: Birkhauser Verlag, 2008.

HART, Susan. *The impact of attachment*. New York: W. W. Norton & Company, 2011.

KOCH, Sabine et al. *Body Memory, Metaphor and Movement*. Amsterdam: John Benjamins Publishing Company, 2012.

- LENT, Roberto. *Neurociência da mente e do comportamento*. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2008.
- LEVINE, Peter A. *O despertar do tigre*. São Paulo: Summus Editorial, 1999.
- LEVINE, Peter A. *Trauma and Memory: brain and body in a search for the living past*. Berkeley: North Atlantic Books, 2015.
- NEWTON, Aline. Core Stabilization, Core Coordination. *Structural Integration, The Journal of The Rolf Institute®*, Boulder, p. 11-17, Dec. 2003.
- PORGES, Stephen W. *Teoria Polivagal: fundamentos neurofisiológicos das emoções, apego, comunicação e autorregulação*. Rio de Janeiro: Senses, 2011.
- RAMACHANDRAN, Vilayanur. S. *Fantasmas no cérebro: uma investigação dos mistérios da mente humana*. São Paulo: Editora Record, 2004.
- ROBBINS, Jeff. Vestibular Integration Man's Connection to The Earth. *Somatics Journal of The Bodily Arts and Sciences*, New York, v. 1, n. 3, 1977.
- ROCHAT, Philippe; BULLINGER, André. *Posture and Functional Action in The Infancy*. Hillsdale, New Jersey: Laurence Erlbaum Associates, 1994.
- STERN, Daniel. *A developmental perspective on intersubjectivity from birth on*. 50 JAHRE SFI. Frankfurt: Sigmund Freud Institut, 2010a.
- STERN, Daniel. *Forms of vitality*. New York: Oxford University Press, 2010b.
- WARSHOWSKY, Joel. Vergence as a self perception relationship function. *Journal of Behavioral Optometry*, New York, v. 19, n. 6, p. 151, 2008.

MARCELO MUNIZ: é Cocriador, juntamente com a psicóloga Sonia Gomes, do Método *Somaembodiment*, abordagem para resolução do trauma emocional. Desde 2011, ensina *Somaembodiment* no Brasil, Suíça, Áustria, Alemanha, França, Portugal, Dinamarca e África do Sul. Como professor de Rolf Movimento e terapeuta de Experiência Somática, traz para o tratamento do trauma elementos fundamentais na relação com o campo gravitacional e com o espaço, para alcançar respostas adequadas e estabilidade ao sistema nervoso autônomo. Atualmente, desenvolve o *Haptic Gamma Embodiment*, abordagem para educadores e terapeutas que trabalham com autorregulação somática. Nesse trabalho, explora as relações do ser humano com o campo de gravidade, com o espaço e o tempo, de modo objetivo e subjetivo; utiliza o toque e movimento para desenvolver e melhorar a dinâmica entre impressividade e expressividade, promover novas respostas emocionais no tempo presente através de melhor qualidade de *embodiment* e mudança na percepção de si e do outro.