

## **DIVAGAÇÕES DE UMA TERAPEUTA CORPORAL**

© Todos os direitos reservados

Por: Mariuzza Pregnolato

*Eu tinha um corpo e, outras vezes, havia um corpo que tinha a mim.*

*Quando eu tinha o corpo, eu comandava a minha vida usando-o sem saber que o fazia. Estava montada nele, como num cavalo... Não, menos que num cavalo, num veículo qualquer, como uma carroça automotiva, que eu usava para minha locomoção e manifestação, sem lhe dar tanta importância. Levava-o até onde eu quisesse ir, sem olhar para ele. E ele apenas obedecia, até onde podia.*

*Então, às vezes esse corpo adoecia e, quando isso acontecia, era ele que tinha a mim. O veículo emperrava, não andava mais e me paralisava. Aí ele se impunha e era eu quem obedecia. Acho que nós nos revezávamos entre ser o dominador e o dominado, como se não fôssemos parte um do outro. Não conversávamos. Nem durante a caminhada, nem durante a paralisação. Esperávamos a recuperação um do outro, para voltarmos a nos castigar mutuamente.*

*Isso mudou com o que aprendi a partir do momento em que comecei a estudar técnicas corporais e aplicá-las a mim mesma e, posteriormente, aos meus pacientes. Hoje somos, meu corpo e eu, reflexo um do outro. Ou somos um todo só, não sei.*

*Agora sinto meu corpo, vejo-me inteira e sei que esta sou eu. É uma sensação muito boa. Descobri texturas, temperaturas, pulsares, movimentos, bloqueios, possibilidades, tensões, espaços, sensações incríveis. Aprendi a ouvir o que sinto, a tomar consciência de partes de mim que antes não tinham voz, a experimentar movimentos que não sabia serem possíveis, a desejar ir além – mas só se for possível para o meu corpo.*

*Não foi fácil e nem sempre foi bom. Também não é um trabalho pronto. Até desconfio que seja uma tarefa sem fim, que melhora a cada dia e que me faz compreender as outras pessoas de um modo mais profundo, também. Mobiliza a minha sensibilidade, possibilita modificações tanto nos movimentos quanto nas atitudes, tanto minhas quanto na relação com o outro. Gera, ainda, um crescimento interior e o meu desenvolvimento numa nova linguagem. É um novo jeito de aprender, de sentir, de me posicionar. De pensar, mesmo. Então descubro que começo a entender o que significa integração psicofísica.*