VIAGEM DO HOMEM DE LATA PELO CAMINHO DAS PEDRAS AMARELAS

*ANTÓNIO GOETZE PIANO**

*ANA PAULA GUIMARÃES**

Praticando, reflectiu-se nesta sessão/atelier do dia 5 de Junho de 1997, sobre posturas e atitudes do professor/aluno ao longo do processo educativo. Durante umas horas, tentámos (pretensiosamente?) experimentar a ligação do **corpo** ao **pensamento**. Entendemos este texto agora publicado como um guião. Considerá-lo um artigo seria amputar da **prática** uma sessão que dela viveu e apenas através dela fez sentido.

I

Começámos por relembrar um diálogo de *O Feiticeiro de Oz*:

"Perfeito? Eu?" -- exclama o Homem de Lata, quando Dorothy e o Espantalho o desenferrujam-- "Bate com força no meu peito se pensas que sou perfeito. Vá despacha-te, bate!"

"Lindíssimo este som!", exclama o Espantalho.

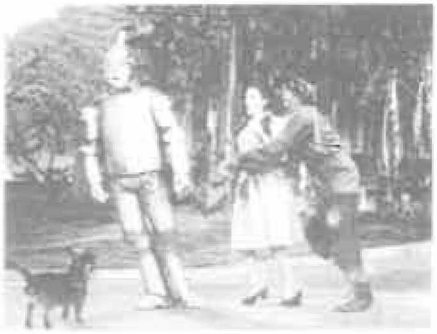
"Está vazio", lamenta-se o Homem de Lata, olhando o seu peito, "O funileiro esqueceu-se de me dar um coração."

"O quê? Não tens coração?", espantam-se os outros dois, Dorothy e o Espantalho.

"Não. Sou ôco."

* *Faculdade Ciências Humanas da Universidade de Lisboa*

*Extracto do FILME



No final da história, frente ao Feiticeiro, meio impostor é certo, o Homem de Lata fica a saber muitas coisas acerca do coração:

1ª que só vale a pena ter coração se ele não fôr de partir

2ª que para resolver o problema do "ôco" no seu peito, ele apenas precisa de um atestado, um certificado, que prove a existência, de facto e desde o princípio, de um coração dentro do seu peito de lata.

Ora acontece ser este homem de lata uma das **três** personagens que acompanham Dorothy, a menina que apenas quer regressar a casa (a origem, o ponto de partida coincidente com o ponto de chegada?). Recordemos o que essas três personagens de papel/ de tela aqui procuram...

- o espantalho: inteligência (miolos, cérebro)
- o leão: coragem
- o homem de lata: coração

...para podermos, conforme prometido, pensar no professor/aluno como alguém...

- que precisa de coragem para entrar no caminho do ensino/aprendizagem
- que tem (terá) inteligência para lidar com a proposta
- que precisa de ligar essas duas faculdades a uma outra mais difícil de definir e a que o homem de lata chama 'coração'.

O eixo dessa acção de construção do indivíduo no sentido ascensional, de elevação, educação (*to raise, élever*), reside justamente no coração do corpo, o lugar da alma, do espírito, da inteligência e da coragem, o lugar do coração (do conhecimento directo e intuitivo representado em determinadas culturas pelo sol ou pela imagem da irradiação).

Escreve Maria Zambrano sobre a "víscera secreta e delatora", da qual confessa pouco saber em termos de funcionalidade na vida psíquica:

"O coração tem sido tudo, até lugar do pensamento em Aristóteles, tudo poeticamente e nas religiões; continua a sê-lo ainda para as criaturas iletradas, especialmente em algumas latitudes, como nas costas do mar por excelência, do Mediterrâneo (que bem poderia ser o leito em que vive permanentemente, onde se retire como num terreno familiar onde nunca há-de ser repelido. Recinto sagrado perante qualquer invasão). Subiu à superfície da História nos dois Romantismos europeus: o do «Outono da Idade Média» e o último, a que pertence o nome. Foi neles uma entidade aceite, resplandescente. Fórmula mágica e figura irradiante, algo assim como o dogma central. Tal exaltação antes o prejudicou, pois, ao chegar a hora do desaparecimento de tais romantismos, foi a entidade mais implacavelmente condenada ao desterro, mais rapidamente expulsa da área visível da vida culta."[1]

Senão vejamos como cabe hoje ao coração, em exclusivo, um tom afectivo e sentimental que não se ajusta com a concepção antiga, defendida por Aristóteles: o coração era a sede do pensamento. Deve-se a Herófilo, um médico do século III A.C., a descoberta de que o pensamento se localiza no cérebro e não no coração.

"Esta é uma das mais belas ideias que a Alexandria do século III A.C. deixou para a posteridade", escreve Sven Ortoli num editorial de *Science et Vie*.

Curiosamente, "vinte e dois séculos mais tarde, a nossa época faz uma promessa análoga: o cérebro ainda é a fronteira, o território mais desconhecido e mais espantoso que ao Homem é dado explorar hoje em dia. Talvez o século que se avizinha nos abra essa porta que esconde um 'nó luminoso' capaz de se revelar e iluminar aquilo que somos. E se não formos tolos, então aprenderemos a pensar um pouco mais com o coração e um pouco menos com a cabeça. É Aristóteles que vai ficar contente!"

Num âmbito diverso, escrevendo sobre "Gestão Moderna e Tradições Locais" em *Courrier de l'Unesco*, John Harford cita um provérbio japonês: "é superficial pensar apenas com a cabeça". E acrescenta: "A palavra japonesa para plano, *Fukian*, significa, literalmente, projecto do ventre (*Hara*, sede do sopro e da energia vital), o que quer dizer (e são palavras suas!) "que o **coração intervém tanto como o espírito** na sua concepção."

De facto, na escrita chinesa o coração surge como denominador comum às palavras amor, pensamento e inspiração, o que, em última instância, quererá dizer que tanto se ama como se pensa através do coração. Tal como podemos ver:

a palavra *chi* (inspirar, engolir)

... forma em conjunto com a palavra *hsin* (coração)...

...*Ai*, que quer dizer engolir, inspirar para o nosso coração, amar, gostar. bondade, favor:

A palavra **pensar** associa a cabeça

ao coração

(o fluido vital do coração viaja pelo corpo e ascende até à cabeça quando se pensa)

e diz-se *ssu*

II

Embora o provérbio japonês nos diga que "é superficial pensar apenas com a cabeça" e que, citando John Harford outra vez, "o coração intervém tanto como o espírito ...", o caminho para a unificação do corpo com a mente é difícil de encontrar. No *I Ching*, o Livro das Mutações, a via do meio aparece ligada à cor amarela (a cor do caminho na direcção de Oz?), à Terra, ao equilíbrio.

Propomos, a fim de encontrar essa via, cinco exercícios diferentes:

1- O MOMENTO PRESENTE

Uma quadra popular portuguesa ensina-nos, de uma maneira lúdica, a dar atenção ao momento presente, o "aqui e agora" da tradição universal:

"Agora, que eu vou entrando
Por salas e corredores,
Já m'a mim m'ia esquecendo:
– Boas tardes, meus senhores!"[2]

Este momento presente, que flui como a água, é de extrema importância na relação professor/aluno. Tomemos como exemplo um aluno desatento. Porventura durante as aulas estará a pensar na praia, tendo como resultado um mau aproveitamento das mesmas e consequente reprovação. Obrigado a repetir os seus exames em Setembro, será fácil imaginá-lo na praia com os livros, preocupado com tudo o que terá para estudar. O momento presente escapa-lhe sendo incapaz de viver a sua vida plenamente.

É possível e necessário corrigir esta desatenção e é aqui que intervém a prática. Postura corporal, respiração correcta e atitude justa são três vértices de um triângulo que é preciso equilibrar. Estes vértices serão o ponto de partida da nossa prática.

2- ESCUTA

Voltemos às quadras populares:

"A cantiga que cantaste
Nela não tomei alento:
Fui acudir ao chapéu
Que me 'avoou' com o vento"[3]

Foi-nos ensinado que uma postura correcta é uma postura de escuta. Ao possibilitar uma respiração ampla ela irá contribuir para uma melhor irrigação do cérebro. Mas não o devemos separar do resto do corpo. Quantas vezes não fica o corpo 'encarquilhado' por estarmos com uma actividade intelectual intensa? O resultado será uma respiração deficiente com o consequente aumento da fadiga. O segredo consiste em manter uma postura correcta sem contracções, alinhando num eixo a 5ª vértebra lombar, a 7ª dorsal e a cabeça. Deve-se tomar atenção para não contrair os ombros, o que iria prejudicar a respiração.

*EXERCÍCIO

Na quadra, o cantador não "tomou alento", força, ânimo, inspiração poética, saber, porque o "vento" lhe arrebatou o chapéu. Podemos comparar este "vento" à palavra sânscrita *vritti* que quer dizer turbilhão, vento, flutuação mental. Diz um provérbio indiano: "as águas do lago acalmam quando o vento deixa de soprar." Como acalmar as águas do lago, imagem do nosso mental? Através da respiração.

3- RESPIRAÇÃO

Tomemos "alento" na quadra:

"Tenho dentro do meu peito
Duas escadas de flores;
Por uma descem suspiros
Por outra sobem amores"[4]

Esta quadra remete-nos para uma tomada de consciência do nosso espaço interior. Inspirações e expirações deixam de ser apenas actos mais ou menos mecânicos e inconscientes ligados ao funcionamento de mecanismos biológicos, ganhando uma dimensão mais humana.

Segundo a tradição chinesa, à inspiração corresponderá o nascimento, o amor, o fogo, ou seja, o *yang* e à expiração corresponderá a morte, a moral, a água, o *yin*. Ainda segundo esta tradição, a respiração parte do coração. A mente afecta o corpo através do coração. Ao regularizarmos a nossa respiração, iremos harmonizar o *yin* com o *yang*, a dispersão com a concentração; tornamo-nos aptos para entrar no difícil caminho do ensino/aprendizagem.

Uma respiração correcta e equilibrada compreende três fases: a primeira á a chamada respiração diafragmática ou abdominal que podemos observar nos recém-nascidos. A esta fase corresponde uma descida do diafragma na inspiração e subida na expiração. A cintura abdominal deve estar controlada, ou seja, não se deve distender o abdómen em demasia. À segunda fase corresponde a respiração torácica e à terceira a clavicular.

* EXERCÍCIO

Podemos associar estas fases às três forças simbólicas fundamentais que animam a natureza: terra, homem, céu, ou seja, acção, sentimento e pensamento. Citando Alexis Carrel: "é preciso pensar como um homem de acção e agir como um homem de pensamento."

4- ATITUDE MENTAL/CONCENTRAÇÃO

Energia, calma, coragem, humildade, respeito, atenção, disponibilidade, são alguns de entre muitos atributos que não hesitaríamos em atribuir a algum super-herói mas que, segundo todas as tradições, orientais e ocidentais, constituem a nossa verdadeira natureza. Cabe a nós, professores e alunos, preparar o terreno de maneira a que estas sementes possam germinar. Diz um provérbio: "não gostamos da erva daninha mas ela está sempre a crescer."

* EXERCÍCIO

5- COLOCAÇÃO DE VOZ

Na era da comunicação virtual torna-se cada vez mais difícil estabelecer um diálogo franco e aberto. Cantores e praticantes de artes que se servem do som sabem que a postura e a respiração correctas são imprescindíveis à boa projecção do mesmo.

O médico Alfred Tomatis, pesquisando o campo das ligações entre o ouvido, a voz e o corpo, introduz a questão: "Quando falais, o som desliza-vos da boca como a água que transborda de uma bacia demasiado cheia. Inunda-vos o corpo e espalha-se sobre ele."[5]

Mais adiante: "Pense, pois, como propomos, numa enorme cascata de que é a partir de agora a fonte e o beneficiário, visto que as ondas saindo das modulações do seu próprio sopro deslizam ao longo do seu próprio corpo."

* EXERCÍCIO

Através de exercícios específicos podemos tomar consciência de como as vogais vibram com mais intensidade em zonas privilegiadas do corpo humano. São exercícios eminentemente práticos. No entanto, podemos informar que à vogal *O* corresponderá a zona abdominal, vibrando a vogal *A* privilegiadamente na zona do coração. A vogal *E* manifestar-se-á ao nível da garganta enquanto que a vogal *I* ao nível nasal. A vogal *U* irá vibrar no topo da cabeça.

Cumprirá então à linguagem e por extensão ao pensamento/escrita, o mesmo papel unificador de que estava incumbida a respiração. Elo de ligação entre o céu e a terra, entre o professor e o aluno.

III

Chega-se ao fim que é apenas o princípio de uma viagem ao país de Oz para ficar a saber/experimentar aquilo que já se sabia (e que já se tinha experimentado?):

- inteligência, o coração e a coragem (buscadas pelas três personagens) são, afinal, uma única qualidade, aliás, correspondente ao *thymos* grego, à *mens* ou *animus* dos Latinos, a respiração, o sangue, o ânimo...

- essa qualidade apenas precisa de ser **re-conhecida** (no filme, atestada por um certificado) porque, de facto, não é algo que se acrescente ao ser humano, já está **em** quem a busca.

- a poesia a que chamamos popular ou tradicional, próxima e familiar, ajuda a aprender (como Dorothy, heroína do conto) o caminho de regresso a casa, óbvio mas invisível por excesso de transparência.

Partimos do princípio de que estas quadras populares sabem mais do que parece: diagnosticam 'males' e receitam, à maneira da poesia antiga, fórmulas de vida mais sã. A poesia popular surge, assim, como receita de bem estar, aquilo a que Kenneth Burke chama "equipamento para vida". Daí que se fale da profunda necessidade da poesia e da arte, do quanto ela comporta, não de luxuoso, mas de essencial.

Escrevemos a páginas tantas em *Abecedoria do Coração*[6]:

Funcionando como uma caligrafia chinesa, a quadra, lanterna de bolso ou astrolábio orientador dos comportamentos quotidianos, não persuade apenas por figuras de retórica mas sugere formas de agir concretas. Assim o seu carácter sentencioso a não relegue para o domínio de um saber livresco mas a faça viver-- incorporadamente-- no diário gesto de **fazer**, reconhecida origem da palavra **poesia**.

De facto, mais do que um vulgar manual de bem amar, bem cantar ou mesmo de bem viver (que o é), o *Cancioneiro Popular Português*, colecção de quadras, rasto de fórmulas esquecidas, revela-se receituário a seguir, código a desvendar e a experimentar. Dir-se-ia que propõe um descobrimento a ser quotidianamente praticado: o da sabedoria do coração, um reino novo, edificado no Oriente interior de cada corpo.

Guiados por textos-mestres (traves, alicerces do edifício corporal humano) quisemos, no aqui e agora dessa tarde de Junho, experimentar convosco aquilo que consideramos as coordenadas essenciais daquele que quer ser, se não aluno ou professor, pelo menos, pessoa.

NOTAS

(1) *Metáfora do Coração.* Lisboa, Assírio e Alvim, 1993, p.21

(2) José Leite de Vasconcellos, *Cancioneiro Popular Português*, Vol.I. Coimbra, Por Ordem da Universidade, 1975, p.3.

(3) *Idem*, p.9.

(4) José Leite de Vasconcellos, *Cancioneiro Popular Português*, Vol.I. Coimbra, Por Ordem da Universidade, 1979, p.86.

(5) *O Ouvido e a Linguagem.* Porto, Civilização, 1977, p.7.

(6) *Abecedoria do coração—Arte de Bem-Viver no Cancioneiro Popular Português.* Lisboa, Vega, 1994, p.111.