

Somaterapia e a revolução no cotidiano

O somaterapeuta João da Mata conversa sobre a dissolução dos microautoritarismos e o esforço político por vivências cotidianas mais libertárias.

Na primeira semana de Novembro, o psicólogo e somaterapeuta João da Mata, 41 anos, retornou à Recife para encontrar um grupo de jovens interessad@s na Somaterapia. O encontro ocorreu na Comunidade Ecológica Urbana da Várzea (CEU), uma casa aconchegante e rodeada de verde onde se tenta desenvolver um espaço urbano sustentável. De uma conversa descontraída de mais de 50 minutos entre João e algumas participantes, retiramos estes fragmentos.

Em breves palavras, a Somaterapia se constitui como um processo terapêutico corporal e em grupo, que foi desenvolvido por Roberto Freire, e cujo conteúdo político é o

anarquismo. Seus exercícios abordam a reinvenção da relação corpo/emoções e das sociabilidades por meio de uma pedagogia libertária em relação aos macros e micros autoritarismos. A Somaterapia é marcada pelo pensamento de Willian Reich, pelos conceitos de organização vital da Gestal-Terapia, pelos estudos sobre a comunicação humana da Anti-psiquiatria, assim como pela arte-luta da Capoeira Angola. Nas palavras de João, “para a Soma, a política começa no cotidiano que é a fonte dos mecanismos de manutenção da ordem social”.

Contramola Coletivo de Estudantes de Psicologia
[Http://coletivocontramola.blogspot.com/](http://coletivocontramola.blogspot.com/)



Participante *Que proposta de mudança nas relações pessoais a Soma defende e como isso influenciaria na construção de outro modo de vida em sociedade?*

João da Mata A Soma é uma técnica terapêutica, não é um movimento político. É um conjunto de pensamentos. Uma metodologia com o propósito de desenvolver um processo pedagógico-terapêutico. Por que há muito de pedagogia no trabalho.

Mas, enfim, enquanto um processo datado, que dura em média em torno de um ano, inclusive com a idéia de não produzir nenhuma forma de dependência, mas instrumentalizar as pessoas para que elas possam a partir disso continuar sua luta por autonomia na vida social: é uma metodologia. A gente acredita que se esse processo for feito, se for pensado individualmente e junto ao outro é um processo de ampliação da liberdade em que a gente tenta

Estabelecer novas configurações de sociabilidade. **Sociabilidades menos hierarquizadas, menos baseadas nos exercícios e jogos de poder, nos autoritarismos, nos “microautoritarismos” cotidianos.**

A gente hoje está investindo mais no trabalho terapêutico de formiguinha do que num trabalho que atinja grandes massas. Não que isso não tenha sentido ou que não seja importante, mas dentro da nossa seara termina sendo a prioridade trabalhar com os indivíduos em suas “microrelações”; trabalhar com a microssociedade que se dá primeiro no grupo com um estudo experimental, um estudo empírico mesmo, e como o indivíduo pode estender isso para suas relações afetivas, profissionais, suas amizades. Enfim, um processo integrativo de ampliação da liberdade social.

Tem um autor que tenho estudado

ultimamente, o Michel Onfray, que tem afirmado que os processos macro-sociais estão falidos. Assim como as mudanças sociais de tomada de poder para reimplantação de qualquer outro. Ele não acredita mais nisso. É uma idéia interessante: não é implantar um sistema político novo ou meramente derrubar o Estado, mas afirmar ser o Estado o grande fetiche de qualquer revolução. **Talvez fosse mais útil pensar numa revolução molecular, numa revolução mais local, em pequenos grupos que se auto-organizam, como o Contramola, por exemplo. É uma experiência que independentemente de onde ela queira chegar e nesse sentido acho que é mais importante como ela está do que aonde ela quer chegar, enquanto existência e processo é um exemplo de revolução molecular.**

A Soma também é situada nisso: não numa proposição de revolução imediata e total, mas no que termina acontecendo com algumas pessoas que passam por esse processo terapêutico e terminam virando espécies de difusores, de agentes contaminadores, outras nem tanto. O que a Soma pode contribuir num processo de ampliação da liberdade social é tentar fazer uma espécie de “limpeza” dos autoritarismos que estão introjjetados na nossa constituição subjetiva. E a partir daí, buscar estabelecer relações que também estejam querendo se livrar disso...

P- São muito comuns os discursos de que sociedade melhor é algo que virá. De que ela virá quando a gente ocupar o Estado ou quando a gente destruir o Estado. Mas não se pensa muito na construção micro, acho isso importante...

J.M O que a Soma propõe é exatamente o contrário disso: não esperar que a sociedade mais justa aconteça no futuro,

mas como é que a gente pode produzir ela aqui mesmo no presente. O Michel Foucault tem um conceito que ele chama de heterotopia, que é muito interessante. Ele vai dizer que a utopia enquanto algo do futuro fica muito distante, muito desagregada do presente, da vida das pessoas. Ele defende que a revolução, a utopia, ela precisar ser vivenciada no presente, ser algo realizável no agora; algo que não fique só na esfera da fantasia ou do vir-a-ser, mas algo que permita uma construção cotidiana. **Politicamente o que a Soma pode trazer é fazer uma limpeza emocional e psicológica de nossos saldos autoritários pra que nós busquemos essa heterotopia agora, essa revolução no cotidiano: na forma como a gente lida com o outro, como a gente lida com a nossa própria vida, como nós**

lidamos com nosso meio ambiente. Mas não apenas como a proteção de rios, árvores... Isso é também importante. Mas pensando ecologia inclusive entre as pessoas: o não exercício do poder, o não exercício da dominação sobre o outro são aspectos ecológicos muito importantes.

P É interessante esse caráter político da soma. E é uma política cotidiana...

J.M O que o anarquismo traz, ou pelo menos algumas esferas do anarquismo, é pensar o ato político não como um ato de representatividade, não como um ato da política tradicional, partidária, mas como uma política do cotidiano. Pensar como eu posso fazer um ato político na minha vida, no meu dia a dia. **A proposta libertária instiga a uma constante renovação, a se**

metamorfosar; a não cristalizar-se a um modelo. Por exemplo, se você disser que é contra a democracia, vão dizer: "ah, então você é a favor da ditadura". "Não, também não sou". Se alguém quer participar desse modelo de democracia representativa e escolher entre Serra ou Dilma, tudo bem, mas o que não pode é fazer com que se deixe de lado a prática política cotidiana. Não é apenas ir à urna e depositar o voto e lavar as mãos, é a urgência de responsabilidade. O voto não te livra; você não pode simplesmente delegar a sua responsabilidade a quem te representa. **Para além do partidarismo, para além da política democrática existe uma outra política que deve ser feita na esfera do cotidiano.**

Somaterapia <http://www.somaterapia.com.br/index.jsp>
Comunidade Ecológica Urbana da Várzea
(CEU da Várzea) <http://ceudavarzea.blogspot.com/>

Enquanto houver vida, haverá um motivo pra lutar...

1- Os Xukuru do Ororubá, com a força do Toré e dos Encantados, se organizou e recuperou seu território (sem ferir ninguém)



Serra do Ororubá
Município: Pesqueira
212 Km de Recife
Pernambuco
5 Indígenas
Assassinados
(1992-2003)



4- No dia 07 de fevereiro de 2003, emboscada contra o Cacique Marcos. Dois jovens (que estavam com o Cacique) são brutalmente assassinados. Um dos assassinos fere mais quatro Xukuru (e não foi preso, nem processado!)



revoltado, desesperado,

5- O Povo Xukuru (sem saber se o cacique está morto, e vendo os...