

## CORPO: um “texto” para ser decifrado

O **corpo**, ao fazer visível nossa existência e mostrar nossa verdade atual, se converte numa grande fonte de informação, num “**texto**” que nos permite ler essa verdade que frequentemente nos incomoda.

A **memória** humana é, também, *memória muscular, memória óssea, memória epidérmica, memória sensorial...* As **histórias** positivas e negativas nos chegam e se fixam através de *odores, cores, sensações, contatos físicos, sons, sabores...*

Os sentidos, a sensualidade, a percepção... trazem muita informação à superfície de nossa consciência.

A forma de nosso corpo, os gestos, as cicatrizes, contraturas musculares, reações do sistema nervoso vegetativo, as posturas, os tics, as mesmas enfermidades... criam um alfabeto particular em cada sujeito, único possuidor de sua chave de leitura, saiba ou não decifrá-la.

O **corpo**, assim, é um claro testemunho de nossa evolução, de nossa história (*ler as “**marcas**” do corpo é tomar consciência mais profunda de si mesmo e da própria história*). Ele mostra as **marcas** e os **traumas** físicos e psíquicos de nossa vida, a maior parte contra a nossa vontade.

“O **corpo** é o inconsciente visível” (W. Reich). É o nosso “**texto**” mais concreto, nossa mensagem mais primordial, a escritura de argila que somos.

Alguns já disseram que o “*corpo não mente*”. Mais que isso, ele conta muitas histórias e em cada uma delas há um **sentido** a descobrir (como o significado dos acontecimentos, das doenças ou do prazer que anima algumas de suas partes).

O **corpo** é nossa memória mais arcaica. Nele, nada é esquecido. Cada acontecimento vivido, particularmente na primeira infância e, também, na vida adulta, deixa no corpo sua marca profunda.

Porque o **corpo humano** se recorda de todos os momentos que atravessou e viveu (basta lembrar o corpo do Ressuscitado com as marcas da Paixão).

A **pele** é a ponte sensível de contato com a realidade que nos cerca; é o nosso órgão mais extenso, é o nosso código mais extenso, um lar de profundas memórias.

O **corpo** sente, toca, fala, comunga... **Vida incorporada, corpo da Vida.**

Um **corpo** que escuta e que fala; dele sai a palavra, mas é todo o corpo que se faz mensagem.

Esta **mensagem** é a que deve ser escutada e compreendida para não o destruir. De fato, cada um é a **palavra** que dá a seu corpo. Temos de aprender a escutar e a falar com nosso **corpo**.

Para isso, é necessário devolvê-lo sua transparência, veracidade, capacidade de comunicação... tão manipulada e encoberta.

O **corpo** é comunicação; por isso, se nos distanciamos dele, ele tem suas revanches e nos trai, reclama seus direitos, grita e expressa, sempre expressa. É urgente despertar os **sentidos**: corpos com **ouvidos** que não escutam; corpos com **olhos** que não veem; corpos com **garganta** que não emitem palavras próprias; corpos com um **tato** que não toca; corpos com seus **sentimentos** reprimidos; corpos incrédulos de suas próprias intuições, corpos doloridos e cansados...

O **corpo** exterioriza muitos desejos reais que o espírito não se atreve ou não sabe transmitir; o **corpo** faz isso com espontaneidade. Portanto, é importante estar atento à **linguagem exterior** do corpo; ele é o porta-voz do espírito. O **corpo** nos dá sinais de alarme, sobre os quais devemos dirigir nossa atenção e estabelecer um necessário diálogo com ele.

Se há alguma esfera psicológica difícil de integrar (*afetividade, sexualidade, agressividade, vontade, pensamentos, sentimentos, decisões, amor medos, ira...*), certamente haverá algum lugar no **corpo** que sofrerá as con-sequências e se desintegrará.

A bondade do **corpo** e seus sentidos não significa ingressar no “culto ao eu”, fechado no narcisismo egóico, tão próprio da cultura pós-moderna e das correntes da Nova Era.

Pelo contrário, o **corpo** garante a “autenticidade” da oração: assim como não há pessoa sem corpo, tampouco há oração cristã sem ele. O **corpo** é o que nos ancora no tempo e no espaço, isto é, na história, e a Salvação não se realiza senão na história.

É próprio do cristianismo que, pela **Encarnação** do Verbo, Deus mergulha na história humana tão a fundo e tão a sério que já nunca mais se separará dela: em Cristo, o **tempo** chega a ser uma dimensão de Deus. O específico da espiritualidade cristã é um encontro com o Deus que vem no tempo e na história, não à margem dela. Por isso, não há oração fora da ancoragem histórica própria do corpo.

*“A espiritualidade cristã, ou é corporal ou não é espiritualidade; e o corpo, ou cresce em espiritualidade ou não verá, por agora, o amanhecer do Reino”* (Garcia-Monge sj).

A incorporação do **corpo** na oração padecia da velha heresia, ainda latente na espiritualidade cristã, o **docetismo**, a qual afirmava que a matéria é radicalmente má e, portanto, é impossível que Deus, espírito puríssimo, se contamine realmente com ela. Segundo esta heresia, quanto mais livre a pessoa esteja do corpo e de seus sentidos, maior e melhor será a qualidade da oração.

De uma religião docética, que nega o corpo, é preciso passar para a religião da encarnação. E a religião cristã é essencialmente uma religião da encarnação. O cristianismo é uma religião que tem corpo, o que distingue nitidamente dos espiritualismos de todos os tempos.

Hoje sabemos que a capacidade sensorial do ser humano é uma só, inerente à intrínseca unidade corpo-espírito; então *“a aplicação dos sentidos, como qualquer outra atividade do indivíduo, deve ser interpretado tendo em conta a realidade unitária do ser humano. É o ser humano em sua totalidade: sentir, recordar, imaginar, pensar, querer... são capacidades de uma mesma pessoa”* (M. Alarcón).

De maneira muito intuitiva, e arriscando-se na ausência de marcos conceituais nos quais apoiar-se, Inácio se adentrou implícita e indutivamente em um modelo integrado do ser no qual o **corpo** se situa como meio, e lugar de ressonância, da vida espiritual.

S. Inácio tinha muito em conta a dimensão corporal e afetiva no processo dos Exercícios. O encontro com Deus se realiza a partir da totalidade do ser; e nesse ponto de união as diferentes dimensões da pessoa se encontram alinhadas dando lugar a uma eleição coerente com sua realidade.

Embora os exercícios que Inácio propõe sejam *espirituais*, estes o são **no corpo**, pois não há “sujeito” sem um corpo que se saiba como tal. A transformação pessoal – conversão – se dá de forma integral no ser, e este se recebe e se dá **no e a partir** de seu corpo.

Portanto, o **discernimento** das moções de consolação e desolação tem seu enraizamento no corpo. Desvelar sua base somática é de grande ajuda para poder reconhecê-las, identificá-las e atuar conforme aquilo que elas nos dizem sobre o toque de Deus em nós.

Inácio intuiu aquilo que a neurologia mais atual descreveu, ou seja, primeiro dá-se a sensação e logo o pensamento, e que as moções são acompanhadas de pensamentos. Tudo isso está recolhido na afirmação: *“os pensamentos que **saem** da consolação são contrários aos pensamentos que **saem** da desolação”* (EE. 317). E como se deve combater *“às várias agitações e tentações do inimigo”* (EE. 320), que hoje identificaríamos com o **ego** como conjunto de condicionamentos mentais que restringe a expansão da pessoa para a melhor expressão de seu ser.

Embora a moção seja prévia ao pensamento, este também causa efeitos, movimentos, no corpo inteiro. Uma ideia construída a partir do ego e não a partir da autenticidade do ser na qual se manifesta Deus, também pode produzir algum tipo de “consolação”. Mas poderemos reconhecê-la como falsa porque no curso dos pensamentos vai derivando para alguma *“coisa má ou menos boa que a que tinha proposta fazer”*, ou pelos efeitos sensíveis que produz, como inquietude, confusão, que afastam da paz e serenidade. Efeitos todos eles perceptíveis no interior da pessoa, e com claras ressonâncias corpóreas que remetem, todas elas, ao estado de mal-estar. Tão claras chegaram a ser essas ressonâncias, que Inácio as põe como pista a partir da qual examinar todo o processo (EE. 334).

Quando a pessoa está treinada na escuta interior, o discernimento torna-se profundamente sensitivo. A diferença é tão sutil como distinguir o tipo de eco que ressoa no interior: suave e doce e sem resistências *“como gota de água que entra na esponja”*, ou agudo e estridente *“como quando a gota de água cai sobre a pedra”* (EE. 335).