

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO –
MESTRADO E DOUTORADO
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO EM EDUCAÇÃO**

Raquel Maria de Oliveira Viçosa

**EDUCAR-SE NA COMPLEXIDADE DO VIVER:
A ONTOGÊNESE PELO SOFRIMENTO**

Santa Cruz do Sul

2016

Raquel Maria de Oliveira Viçosa
Bolsista FAPERGS/CAPES

**EDUCAR-SE NA COMPLEXIDADE DO VIVER:
A ONTOGÊNESE PELO SOFRIMENTO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação – Mestrado e Doutorado, Área de Concentração em Educação, Linha de Pesquisa em Aprendizagem, Tecnologias e Linguagem na Educação, Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação.

Orientadora: Profa. Dra. Nize Maria Campos Pellanda

Santa Cruz do Sul
2016

V638e Viçosa, Raquel Maria de Oliveira

Educar-se na complexidade do viver: a ontogênese pelo sofrimento / Raquel Maria de Oliveira Viçosa. – 2016.

180 f. : il. ; 30 cm.

Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade de Santa Cruz do Sul, 2016.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Nize Maria Campos Pellanda.

1. Transtorno autístico. 2. Crianças autistas - Educação. 3. Autopoiese. I. Pellanda, Nize. II. Título.

Bibliotecária responsável: Edi Focking - CRB 10/1197

Raquel Maria de Oliveira Viçosa

Bolsista FAPERGS/CAPES

**EDUCAR-SE NA COMPLEXIDADE DO VIVER:
A ONTOGÊNESE PELO SOFRIMENTO**

Esta dissertação foi submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação – Mestrado e Doutorado, Área de Concentração em Educação, Linha de Pesquisa em Aprendizagem, Tecnologias e Linguagem na Educação, Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Educação.

Dra. Nize Maria Campos Pellanda
Professora Orientadora – UNISC

Dra. Eliana Maria do Sacramento Soares
Professora Examinadora – UCS

Dr. Felipe Gustsack
Professor Examinador - UNISC

Santa Cruz do Sul

2016

AGRADECIMENTOS

Agradeço as mães!

Agradeço por todo o percurso percorrido no mestrado, aos mestres com quem convivi e muito me afetaram; aos indígenas com quem troquei experiências únicas de retorno a infância ao encontro com as mulheres guerreiras, com a minha mulher!

Agradeço, mais do que a todos, à minha família: meus filhos Ana Carolina e Felipe e ao meu esposo Eliandro, companheiros fieis que sempre acreditaram que tudo ia dar certo. A força deles é a minha força, no amor com eles eu me reorganizo a cada dia, inspiro o que preciso para seguir em frente, mesmo quando tudo parecia vir contra. Quem disse que viver é fácil!

Aos meus Pais eu agradeço pela educação e ética de uma vida. A minha fiel escudeira, funcionária do meu lar, que segurou firme nos momentos em que tudo parecia ruir, eu agradeço.

Agradeço aos colegas do Gaia que me acolheram com amor e colaboraram para que essa pesquisa nascesse. À prof. Nize minha orientadora que suportou e acreditou em mim, como ser humano, em primeiro lugar, e acreditou no meu sonho, confiou a mim um tema que lhe é caro, vigiando de longe como uma águia pronta para intervir se preciso fosse, e foi, muitas vezes; sua amorosidade e sua confiança me permitiu ser eu mesma.

Agradeço à coordenação do programa pela compreensão e apoio sempre, tanto na pessoa dos coordenadores e vice como na pessoa das secretarias, pessoas incríveis sempre presentes e capazes.

Ainda, agradeço a prof. Ana Luisa que me apresentou aos indígenas e à Jung com quem muito aprendi.

Aos colegas, turma 2013 e 2014, pessoas incríveis, professores dedicados que amam a educação e muito me ensinaram durante esse tempo de convivência quem eu levo comigo para sempre.

Amar! Fico me perguntando o que eu aprendi com essa pesquisa, e dentre algumas transformações eu Cresci!

Adquiro uma segurança em ser quem eu sou, fazer o que faço, na presença do outro.

Se nem todas as pessoas estão prontas para a minha presença, para o meu Eu, não preciso mudar para ser compreendida.

Tudo bem, serei interpretada sob o olhar dos que interpretam, sou assim, para mim está ótimo!

Amadureci para aceitar a felicidade de eu ser suficiente para mim e para os que estão comigo.

Aceitei minhas transformações com fé. E amei e não tenho vergonha de amar!

RESUMO

Esta pesquisa qualitativa, teve por finalidade compreender o processo de complexificação e aprendizagem das mulheres no sofrimento de ter um filho diagnosticado com Transtorno do Espectro Autista (TEA) problemática essa abordada a partir do paradigma da complexidade. Investiguei sob a metodologia da investigação/ação, usando a autonarrativa e a meditação como instrumentos com enfoque nas teorias do movimento da auto-organização. Para isso, foram realizadas oficinas para meditação e escuta de si mesmo, num processo de conhecimento de si pelo ruído, considerando a potencialidade do amor e da cooperação de uma outra lógica complexa de viver em conexão com o cosmos. Os sujeitos da pesquisa são mães de pessoas diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista selecionadas, via convite, por terem uma relação com os pesquisadores do grupo GAIA¹-UNISC, cujos filhos autistas são sujeitos de outras pesquisas desse grupo.

Palavras-chave: Aprendizagem pelo sofrimento. Meditação. Autopoiese. Ontogênese

¹ GAIA- Grupo de Ações e Investigações Autopoiéticas, coordenado pela Prof. Nize Pellanda

ABSTRACT

ABSTRACT

This qualitative research aimed to understand the process of learning and complexity of women suffering of having a child diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD) which questions were approached from the paradigm of complexity. I investigated under the methodology of the research / action, using the self-narratives and meditation as tools focusing on theories of self-organization movement. For this, special encounters were held for meditation and listening itself, a process of self-knowledge by noise, considering the potential of love and cooperation of another complex logic to live in connection with the cosmos. The research subjects were mothers of people diagnosed with Autism Spectrum Disorder selected via invitation, because they are associated with researchers at the GAIA-UNISC group whose autistic children are subject to further research of this group.

Keywords: Learning by suffering. Meditation. Autopoiesis. Ontogenesis

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	QUADRO TEÓRICO	12
2.1	Por que meditar?	16
2.2	As Mães	18
3	A VIDA É UMA DANÇA	19
4	O CAMINHO METODOLÓGICO SE DÁ AO CAMINHAR	24
5	TRATAMENTO DAS EMERGÊNCIAS	28
6	CAMINHOS QUE SE ABREM	61
	REFERÊNCIAS	64
	ANEXO A – Parecer Comitê de Ética	69
	ANEXO B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	73
	ANEXO C – Entrevista semiestruturada	75
	ANEXO D – Diálogo das Oficinas	76
	ANEXO E – Autonarrativas da C. na Terceira Oficina	137
	ANEXO F – Autonarrativas da C. na Quarta Oficina	141
	ANEXO G – Autonarrativas da C. na Quinta Oficina	145
	ANEXO H – Autonarrativas da C. na Sexta Oficina	149
	ANEXO I – Autonarrativas da C. na Sétima Oficina	153
	ANEXO J – Autonarrativas da C. na Sétima Oficina – segunda parte	157
	ANEXO K – Autonarrativas da C. na Oitava Oficina	165
	ANEXO L - Autonarrativas da C. na Nona Oficina	172
	ANEXO M - Autonarrativas da C. na Décima Oficina	176
	ANEXO N - Autonarrativas da C. na Décima Primeira Oficina	180
	ANEXO O – Filmagem das Oficinas	DVD

1 INTRODUÇÃO

Há três anos, busquei no mestrado em educação um sustentáculo para minhas práxis de advogada/educadora, militante nas causas sociais voltadas às mulheres e à família.

Em todo o meu percurso profissional focado no direito de família e social fui uma ouvinte atenta aos problemas dos clientes que vão além do que é dito em escritório. Nas entre linhas, é onde se obtém a raiz dos conflitos, onde podemos dar voz às mulheres que sofrem a violência moral, física e de alma, pela não efetivação dos próprios direitos.

Nesta minha caminhada deparei-me com a questão da inclusão social das pessoas com deficiência. Uma violência social que atinge a todos. Preocupo-me, hoje, com o grande número de crianças com autismo, o sofrimento e a luta diária dessas mulheres por seus direitos e pelos direitos de seus filhos. Assim, cheguei ao PPGedu da UNISC, em especial na linha de pesquisa da aprendizagem, linguagens e tecnologias.

De acordo com o site www.corautista.org, há no Brasil quase dois milhões de autistas. No mundo, a ONU estima que são 70 milhões de pessoas. O que me causa muito desconforto é saber que na grande maioria das famílias de crianças com Autismo, são as mães que criam seus filhos sozinhas, os pais na sua maioria não suportam a pressão e acabam se separando. As famílias adoecem.

Escutando os colegas educadores que pesquisam com crianças autistas, percebi que há uma carência de trabalhos realizados na área da educação para escuta dessas mães que estão vivendo o sofrimento de ter um filho Autista. Os trabalhos que existem são mais nas áreas da saúde e da psicologia.

Assim, aventurei-me a realizar essa pesquisa qualitativa potencializando o empoderamento dessas mulheres na escuta de si pela meditação. Nesse espaço as mães são provocadas a compreender o seu processo de aprendizagem na complexificação pelo ruído, mostrando-se importante na dimensão salutogênica (ANTONOVSKY, 1988) da educação, ou seja, educar-se para viver bem, pela saúde.

E isso me levou a pensar no quanto essa necessidade de uma escuta sensível, amorosa e cooperativa de si, que percebe a complexidade desse viver em ato pode fazer a diferença na vida das pessoas que vivem junto aos autistas e na própria qualidade de vida.

Por querer pesquisar com mulheres e por acreditar no amor entre mãe e filho como revolucionário na aprendizagem, levando em conta os dados trazidos acima, estruturei minha

dissertação a partir das teorias do Movimento de Auto-Organização (DUPUY, 1996) construída por Humberto Maturana e Francisco Varela, em especial.

Na perspectiva da complexidade, onde o caminho se dá ao caminhar, rompendo com uma tradição moderna que negou as práticas de transformação de si, busquei compreender o processo de complexificação e aprendizagem das mulheres no sofrimento de ter um filho diagnosticado com Autismo sob a perspectiva das teorias referidas

Na era cartesiana, linear e fragmentária, onde sujeito e objeto não se articulam, forjou-se um grande abismo entre o sentir, o conhecer e o expressar-se.

Fomos criadas num paradigma (patriarcal) no qual não podemos expressar os sentimentos. Uma mulher tem de ser forte e, esse forte, significa não chorar, não expressar seu sofrimento.

Em uma cultura não-patriarcal, a atividade ritual conserva a consciência da pertença a um mundo natural de processos interligados e interdependentes. Ou envolvem ações que, além de conservar tal consciência, põem em prática essa pertença e participação sem pretender o controle. As culturas matrísticas vivem na consciência do caráter cíclico e recursivo de todos os processos ligados à vida. Numa cultura patriarcal, por outro lado, a desconfiança e o desejo de controle e domínio são centrais. Com eles vem a limitação de percepções do caráter circular e sistêmico dos processos relacionados com a vida. (MATURANA; VERDËN-ZOLLER, 2004, p. 256-257).

Na vivência é que a mãe aprende a ser mãe, na sua ontogenia, “a história do indivíduo desde a concepção até a sua morte” (SOARES; RECH, 2009, p. 03), em um processo ininterrupto de aprendizagem e autoconfiguração pelas perturbações do viver.

Partindo dessa premissa, as mães ao terem seus filhos diagnosticados com Transtornos do Espectro Autista (TEA) sofrem uma perturbação, impacto, que passa pelas emoções de sofrimento expressadas na revolta, negação, luto, um sofrimento intenso de desconfiguração e caos.

Nesse percurso perturbou-me constatar que o sofrimento é um ruído, cuja emergência leva a dois caminhos: o processo de conhecimento de si, de complexificação e autossuperação num movimento de auto-organização; ou essa perturbação leva a uma estagnação, a um estado de torpor vitimizado que não potencializa o conhecimento e a subjetivação.

Nessa trilha formulei minha questão central de pesquisa: Como essas mulheres aprendem e se complexificam a partir de situações ruidosas, sofridas, no estar-sendo mãe de crianças diagnosticadas com TEA, sob o ponto de vista de quem aprende a partir da intervenção nas oficinas?

Para perseguir esta questão, construí o quadro teórico em que apresento outros modos de ser e estar no mundo a partir do movimento de auto-organização (MAO). Pela complexificação pelo ruído, no caso o diagnóstico de autismo, perturbo o modelo de educação

imposto pela era patriarcal, instando essas mulheres a compreender sua ontogenia, onde estamos a viver em outro paradigma em que é possível deixar-se sentir e abrir-se ao amor, ao novo, ao sensível para então compreender-se nesse caminho de aprendizagem contínua unindo corpo, mente e espírito.

Com as mulheres/mães de filhos autistas precisei compreender o sofrimento e a relação entre emoção, conhecimento do aprender em ato (Enação) a partir do sofrimento observado na linguagem analógica (OLIVEIRA, 1999), ou seja, é todo um corpo que fala, comunica-se, reage às perturbações.

Precisei sensibilizar as mães a pensar sob uma outra lógica de consciência originária para compreender os ruídos internos vividos no estar-sendo mãe de autista. Criei um ambiente amoroso que potencializasse estratégias de gerenciamento desse sofrimento (a complexificação das mães por meio de vivências) pela meditação. Percebi como essas mães são afetadas, complexificadas e sua potencialidade da emergência de um conhecimento de si. Como consequência lógica da circularidade que está na complexidade do viver, fomos trocando experiências do quanto as crianças/filhos eram afetadas(os) pelo processo das mães.

A geração das emergências deu-se nas oficinas autopoieticas de meditação focada na respiração consciente e circular e pelas autonarrativas sustentado pelo quadro teórico apresentado a seguir.

2 QUADRO TEÓRICO

“O rio da respiração pode correspondentemente tornar-se um professor para toda a vida, até que, finalmente, a libertação seja atingida no seu fluxo”.

Rüdiger Dahlke

Segundo Maturana e Verdén-Zoller (2004), nossa sociedade ancestral já foi amorosa, sensível, intuitiva. Já vivemos sob a lógica da cooperação e não competitividade, enquanto nossa sociedade “evoluiu” os indígenas mantiveram-se sob a lógica matrística. Tais autores, juntamente com René Girard (OLIVEIRA, 1999), trazem o quanto nossa sociedade ocidentalizada poderia transcender a lógica patriarcal pela relação afetiva de amorosidade entre mãe e filhos, por exemplo, visto que ainda figuram em nossa ancestralidade, e transcender culturalmente a lógica do emocional matrístico em interação com o patriarcado.

No paradigma da complexidade não há superposição de uma lógica a outra e sim um andar junto no âmbito biológico.

Nessas circunstâncias, o fenômeno de competição que se dá no âmbito cultural humano, e que implica a contradição e a negação do outro, não se dá no âmbito biológico. Os seres vivos não humanos não competem, fluem entre si e com outros em congruência recíproca, ao conservar sua autopoiese e sua correspondência com um meio que inclui a presença de outros, ao invés de negá-los. (MATURANA, 2002, p. 21).

A linguagem, por meio da emoção constituinte do humano, vai potencializar o desenvolvimento do cérebro e a emergência de uma inteligência sensível, refinada, dada a sua plasticidade. Esse desenvolvimento se dá na interação, na relação, adequado ao tipo de vida que leva esse ser humano num acoplamento com sua realidade.

É no domínio da relação com o outro na linguagem que sucede o viver humano, e é, portanto, no âmbito ou domínio da relação com o outro que tem lugar a responsabilidade e a liberdade como formas de conviver. (MATURANA, 1997, p.33)

Considerando, dessa forma, que “a emoção que funda o social como a emoção que constitui o domínio de ações no qual o outro é aceito como um legítimo outro na convivência é o amor” (MATURANA, 2002, p.26). Onde, amor é o mais revolucionário dos sentimentos temos que “Os seres humanos vão se transformando através do tempo pela prática do amor”. (PELLANDA, 2009, p.82).

Entretanto, modo de ser importado do Ocidente, que nos colonizou, é um modo que racionalizou e fragmentou o pensamento, nos afastando do ser biológico e considerando apenas o ser cultural.

Se diría que la cultura occidental se erigió sobre el escamoteo y no sobre la superación de la vida emocional, ya sea para evitar el problema, o ya sea para producir, como em

el caso del psicoanálisis, una deflación de la emocionalidad a fin de restituir la libre acción de la inteligencia. (KUSCH, 2012, p.56).

E assim vivemos em conflito, não encaramos nossas emoções como algo que faz parte do ser humano, ao contrário, as sufocamos e assim desumanizamos o humano. Negamos o pensamento complexo, sistêmico, que se esforça para unir, não na confusão, mas operando diferenciações, inclusão.

Perdemos a confiança nas noções transcendentais que antes davam sentido à vida humana sob a forma de inspirações religiosas, e o que nos fica em troca, a ciência e a tecnologia, não nos dá o sentido espiritual que necessitamos para viver. (MATURANA, 1997, p. 32).

O pensamento complexo segundo Morin (1994, p.33), é “o pensamento que se esforça para unir, não na confusão, mas operando diferenciações”. O autor afirma ainda que “a necessidade vital da era planetária, do nosso tempo, do nosso fim de milênio, é um pensamento capaz de unir e diferenciar. Do contrário teremos apenas uma inteligência cega, a inteligência incapaz de contextualizar”. (MORIN, 1994, p. 33).

Minha inquietação partiu por esse caminho no sentido de perceber o quanto o modelo tradicional de educação fragmenta e segrega os diferentes. A lógica cartesiana advinda do patriarcado nos é transmitida pela linguagem e pela cultura. Se a criança não está na “caixinha” da normalidade imposta pela sociedade ela sofre a segregação, vai para o campo da invisibilidade e do sofrimento, assim como é regra social que as mães de crianças autistas vivam em constante sofrimento, que não há vida após o autismo.

Sufrimento esse, que é uma oportunidade ímpar de aprendizagem uma vez que consideramos a biologia do sujeito como sistema fechado, que nos obriga a nos repensar em termos de cognição² e relação com o mundo, em ação e invenção não bastando mais a ideia de representação de mundo.

Considerando que: vivemos na circularidade do fluxo em que, o sofrimento dos pais é o sofrimento do filho e vice-versa, aprendo ao viver e vivo ao aprender, no fluxo, em constante auto-organização (*autopoiesis*), e que o modo de ser e estar (a ontogenia) das mães e familiares influenciarão no modo de ser e estar do filho do aprender em ato, afetando e deixando afetar-se é preciso um olhar atento e acolhedor a essas mães pesquisando “o como” elas lidam (complexificam-se) com essa situação.

² COGNIÇÃO aqui usada no sentido de que não separa corpo e mente, estão unidos em todos os níveis da vida, como é entendida na teoria de Santiago de Humberto Maturana e Varela.

Dessa forma, percebe-se que o sistema autopoietico é um sistema dinâmico, que mesmo sendo um sistema fechado sofre perturbações, deformações, por estar em interação com o outro, com o meio, mantendo sua identidade sem se isolar do contexto.

A continua correspondência entre a conduta e o ambiente, revelada durante a ontogenia, é o resultado da natureza homeostática da organização autopoietica, e não da existência nela de qualquer representação do ambiente, nem é minimamente necessário que o sistema autopoietico deva obter ou desenvolver tal representação para subsistir em um ambiente mutável. (MATURANA, 1997, p. 93-94).

O ser humano é um ser cultural, que vive contextualizado em um espaço físico donde decorrem as perturbações. Une, assim o ser cultural e o ser biológico.

El concepto de cultura está tomado aquí en outro sentido que el corriente. Me refiero al que empleara en un trabajo anterior. Cultura no es sólo el acervo espiritual que el grupo brinda a cada uno y que es aportado por la tradicion, sino además es el baluarte simbólico en el cual uno se refugia para defender la significacion de su existencia. Cultura implica una defensa existencial frente a lo nuevo, porque si careciera uno de ella no tendría elementos para hacer frente a uma novedad incomprensible. (KUSCH, 2012, p.74).

O modo de ser e estar no mundo está diretamente ligado à sua estrutura física e ao seu modo de acoplamento. “Se trata de un pensamiento condicionado por el lugar, o sea que hace referência a um contexto firmemente estructurado mediante la interseccion de lo geográfico con lo cultural”. (KUSCH, 2012, p.75).

Assim, “A ontogenia é a história de transformação de uma unidade. Em consequência, a ontogenia de um sistema vivo é a história de conservação de sua identidade através de sua autopoiese continuada no espaço físico”. (MATURANA, 1997, p. 137).

A *autopoiesis*, termo essencial nessa pesquisa, que foi construído por Humberto Maturana quando ele percebeu que: “a ‘organização do ser vivo’ é um padrão de rede especial, que ele e Francisco Varela mais tarde chamaram de Autopoiese [...]”. (CAPRA; LUISI, 2014, p. 316).

Assim que intuitivamente minha alma levou-me a pesquisar no sentido de que “o conhecimento deve fluir a partir de impressões e sentimentos da experiência espiritual, de um autoconhecimento” (MENEZES; PINHO, 2014, p.85). Como traz Maturana: “Viver é conhecer, conhecer é viver”! (MATURANA; PORSKEN, 2004, p. 80).

Enquanto entendimento de que somos um sistema fechado para a informação e abertos quanto às trocas energéticas com o meio, segundo Von Foerster (apud, PELLANDA, 2009), nós nos auto-organizamos de forma aleatória, autônoma e criativa. E esse movimento de auto-organização é um princípio que levará a um processo de complexificação imprevisível e irreversível de aprendizagem pela perturbação disparada pelo meio externo e interno. É um processo biológico trazido por teóricos como Maturana e Varela (1997) de cognição que se dá

no fluxo do viver. Nada está pronto e acabado a ser descoberto, mas tudo está em constante construção e emerge com a constituição de sujeito em ação no mundo. “O processo de complexificação depende das emergências de um sistema ativo. [...]. Nesse sentido o papel do ruído, do caos inicial ou da desordem é fundamental”. (PELLANDA, 2009, p. 25).

Emergências, no sentido que trago é: “uma propriedade que não está presente nas partes e se origina apenas quando as peças estão montadas juntas”. (CAPRA; LUISI, 2014, p.173) Estes autores afirma ainda que “as propriedades da vida são propriedades emergentes que não podem ser reduzidas às propriedades dos componentes”. (CAPRA; LUISI, 2014, p.173)

Há uma espera sem conhecimento do conteúdo que vai se revelar, o que é diferente da atitude do caçador imóvel, o caçador paciente e vigilante sabe o que ele espera. Essa atitude do *deixar vir* supõe uma espera não focalizada e por isso aberta, normalmente descrita como ausente de alguma discriminação imediata, como *não há nada, é uma névoa, é confuso*. (SADE, 2009, p.55).

A *autopoiesis* vai se dando à medida que o ruído vai adquirindo significação, segundo a Teoria da Aprendizagem pelo Ruído de Henri Atlan. Por isso, o aleatório criado no ambiente de meditação que contempla a experiência direta (MATURANA; VARELA, 1990) através da vivência profunda do si mesmo é fundamental.

As ideias de “consciência de si e vontade de ser” (ATLAN, 1992) são consideradas ainda por muitos cientistas como meras ilusões espiritualistas. Atlan vai desenvolver uma convincente argumentação lógica, para nos mostrar a emergência desses elementos a partir do princípio de auto-organização e sustentado pelo princípio da irreversibilidade da Física, onde o papel das flutuações aleatórias em situações longe do equilíbrio vai levar à produção do novo e à invenção. Com isso, ele vai empreender ‘uma compreensão cibernética dos organismos’. (ATLAN, 1992, p.117 apud PELLANDA, 2009, p.33).

2.1 Por que meditar?

O ato de estar em meditação, um encontro amoroso de olhar para si, na beatificação do encontro com o todo, na escuta das emergências, em um acolhimento que se potencializa um acontecer. Visto que, o olhar para si que esse momento proporciona é como uma brincadeira de criança no sentido da entrega ao momento vivido, nos atiramos em queda livre, deixando que as emoções aflorem, nos enlacem, sejam maiores que a razão. Ali, naquele instante da infância nos deixamos arrastar pelo que emerge. E infância trago no sentido de Gaston Bachelard, como um estado de espírito, e não sinônimo de criança. “Só o enlace do amor com a brincadeira permite a reflexão, pois eles se apoiam no auto e hétero-respeito”. (MATURANA; VERDEN-ZOLLÈR, 2004, p. 255).

A meditação atenta em que a “atenção significa que a mente está presente na experiência incorporada de cada dia. [...]”. (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2003, p.39). Significa dizer que estar atenta, presente nas atividades que experienciamos no dia a dia nos proporciona experimentar o que “a mente está fazendo enquanto ela o faz” (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2003 p.40). É uma atenção presença, que a modernidade dissociou com a fragmentação do corpo/mente em atitudes não coordenadas, entretanto, podemos aprender diferente, voltarmos a unir o que o homem adepto da teoria do cartesianismo separou.

Varela, Thompson e Rosch (2003, p. 42) trazem na obra citada que quando se pratica a meditação “a pessoa se torna capaz de ver a inquietação dessa forma e de ser paciente com ela, em vez de ficar automaticamente perdida nela”. Conforme Dahlke (2009, p.37):

Todas as meditações buscam deter o intelecto e ao mesmo tempo libertá-lo por meio dela, de maneira que os âmbitos corporais importantes sejam transcendidos e se possa chegar ao ser existente por trás. [...] nesses momentos acontecem as experiências de pico, ou seja, as experiências de unidade.

A tendência da mente inquieta é apegar-se a sentimentos, pensamentos e conceitos como se fossem bases sólidas e seguras, entretanto, quando se consegue meditar, silenciando e esvaziando a mente o movimento natural de conhecer a si própria e refletir sobre sua própria experiência pode salientar-se ainda mais quebrando velhos hábitos de permanecer no caos e no sofrimento permitindo a *autopoiesis*, e todo um processo de transformação. Quando trago experiência, estou me referindo ao conceito de experiência em ato, no sentido de vivência.

Uma ferramenta eficaz na prática de manter a atenção consciente na meditação e no dia a dia, é a respiração consciente, ou seja, aquela que em estando meditando estamos focados e concentrados na respiração que circula por nosso corpo; é uma facilitadora no caminho do autoconhecimento.

Respiração assegura nossa sobrevivência, mas a respiração consciente pode levar à vida. Uma única sessão de dedicada respiração pode mostrar de modo impressionante que a vida é mais do que sobrevivência. (DAHLKE, 2009, p.36).

E, quando estamos focados, atentos naquilo que o nosso corpo faz ao fazer, nós estamos vivendo a experiência de fazer, de estar no mundo. Nesse sentido a fenomenologia existencial de Merleau-Ponty, ajuda-nos a pensar que a experiência sensível do mundo é anterior a experiência de pensar sobre o mundo,

Segundo Amaral (1987), “Dilthey (1994) concebe que é a maneira como nos sentimos no mundo que determina a maneira como o compreendemos e o tratamos; como reagimos e como lidamos com ele de uma forma global”. [...]. “Para Toro (2005) o instinto pode ser considerado como a memória da espécie, sendo a base dos processos de aprendizagem destinados a preservar a vida”. (MENEZES; PINHO, 2014, p. 89).

Daí considerarmos a vivência, como um caminho nessa passagem de paradigmas. “O eixo da vivência, enquanto experiência imediata, o sentir passa a ser a chave para o desenvolvimento humano”. (MENEZES; PINHO, 2014, p. 89). A respiração consciente nos traz para o momento do aqui e agora, e nos permite estarmos presentes e inteiros na contemplação de si próprios no processo de conhecimento de si, indo além do conceito de vivência, alcançando o conceito de enação trazido por Varela (1997), que quer dizer *ação-no-mundo*. Ou seja, nós constituímos o mundo, atuamos no mundo. É uma abordagem atuacionista da cognição, em que não há um conhecer o mundo pela mente apenas, há um estar no mundo, sentir, criar o mundo, enquanto atuamos nele. O ser no mundo é algo entranhado ao estar no mundo. Essa maneira de compreender, de conhecer, é o próprio conceito de enação que fundamenta a teoria do conhecimento atuacionista.

Sob esse paradigma de compreender que somos responsáveis pelo mundo, pois o criamos a medida em que vivemos traz muitos desafios, e o grande desafio pessoal de transformação, de *autopoiesis*, desta pesquisadora já valeria o percurso até o momento.

Não sou mais a mesma, visto que pesquisar sobre o autismo remeteu-me a um mundo de emoções, de sensibilidades, de tempos diferentes, emergindo em mim um encanto pela vida do mesmo modo que encontrei na Aldeia indígena Guarani. Existe uma ligação cósmica, universal, entre todos os seres vivos do planeta, onde as emoções se interligam e repercutem, circulam e modificam a realidade vivida. Como traz a mãe de Adriana Rocha o livro em que relatam, mãe e filha, como é a experiência de ter um filho autista:

- Se temos algum compromisso com a verdade, não podemos limitar o universo somente ao que cremos perceber com os nossos cinco sentidos. O mundo não é como parece ser. A cada momento a Adri é viva demonstração dessa verdade, e isso passou a moldar todo o meu pensamento. O extraordinário, o impossível, até o absurdo, pode ser mais real e mais verdadeiro do que todas as crenças lógicas, mensuráveis e embasadas na realidade que a nossa cultura tanto reverencia. (ROCHA; JORDE, 1998, p.100).

2.2 As Mães

Os sujeitos de minha pesquisa, eu os chamo, os identifico, como Mães. Mas, essas mulheres são mais que mães! Antes de serem mães elas são mulheres, filhas, esposas, profissionais, entretanto, pelo fato de terem um filho especial que necessita de cuidados especiais, essas mulheres foram esquecidas de si, assumindo na integralidade o ser Mãe, é assim que a sociedade patriarcal as considera e espera que elas sejam: apenas Mães. E elas interiorizaram esse modo de ser e estar no mundo de forma que negam seus sofrimentos em prol do filho, da família. Estudos apontam que o grau de estresse presente nas famílias com um dos membros sendo autista é bastante elevado. E as mães são o esteio dessas famílias, a dedicação delas ao filho autista é quase que exclusiva, na maioria são abandonadas pelo pai da criança, por essas razões o nível de estresse nas mães é demasiado elevado.

Cada mulher tem sua história de vida, seus fantasmas, seus amores, sua própria forma de superar, ou simplesmente significar sofrimento. O gerenciamento do sofrimento é peculiar de cada um. Às vezes fazem uso de medicamentos, outras de sua religião, ou espiritualidade, em outras vezes são os amigos o grande suporte. Empoderar-se do feminino, de ser mulher tem papel importante para um gerenciamento positivo do sofrimento.

Vale ressaltar que o conceito de feminino que trago no trabalho na perspectiva da lógica matrística não é gênero. É um modo de ser e estar no mundo a partir de uma lógica de amorosidade, de cooperação e não oposição homem, mulher e criança, é uma visão sistêmica de rede autopoietica anterior à visão cartesiana.

Sobre o papel dos familiares, Rossano conta que as associações de pais passaram a oferecer serviços para as crianças autistas, devido à ausência de serviços públicos. A respeito do autismo estar inserido no campo da deficiência, ele citou o Projeto de Lei 1631/11, que cria a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista, na qual se equipara os autistas, para todos os efeitos legais, às pessoas com deficiência, permitindo acesso a tratamento especializado na rede pública. Para Rossano não é possível construir uma política pública para o autismo sem incluir os familiares. “Se desejamos que os serviços tenham ação substitutiva, temos que investir nas associações de pais”, garante. Ele afirma que criação de leis para o autismo nos estados e municípios é irreversível. “Temos duas alternativas, negar isso é dizer que não precisamos de lei. A outra é organizar para qualificar e melhorar a lei”. (I SEMINÁRIO AUTISMO E POLÍTICAS PÚBLICAS, 2015).

3 A VIDA É UMA DANÇA!

“Conhecer, fazer e viver não são coisas separáveis, e que a realidade e nossa identidade transitória são parceiros de uma dança construtiva”.

Francisco Varela

A sociedade disponibiliza os “Recursos Gerais de Resistência” (ANTONOVSKY, 1988), mas “só podemos dizer que esses são suportes de aprendizagem face ao sofrimento se foi desenvolvido sentido de coerência interna ao longo da vida”. (OLIVEIRA et al., 2012).

Ou seja, o sofrimento precisa ser consciente, vivido, acoplado estruturalmente para que faça sentido e possa vir a ser uma experiência em ato de aprendizagem segundo o padrão autopoietico de cada pessoa. Por padrão autopoietico também podemos chamar capacidade de gerenciamento ou padrão de significação que é o como a pessoa significa o viver.

Se não tivermos essa flexibilização de padrão, esse “jogo de cintura” para ultrapassarmos os desafios que a vida nos coloca, não podemos falar em aprendizagem. Seria aquele dito popular: “passamos pela vida sem vivê-la”. Considerando que o conceito de aprendizagem é no sentido daquilo que nós aprendemos, que nós significamos e interiorizamos nos acoplando e significando no decorrer da vida.

Somos seres estruturados e essa perturbação advinda, no caso, do sofrimento, é uma terceira variável em nossa complexa estrutura ôntica, e que sendo ela acoplada a estrutura base emerge a modificação, emerge a autopoiese do sistema, se dá a auto-organização pelo ruído. (ATLAN, 1992, apud, PELLANDA, 2009).

Retomando o conceito de cognição para essa teoria, no sentido de que pelo fato de estarmos vivos, estamos em processo de cognição, conhecendo não apenas pela nossa mente, mas por todos os sentidos incluindo a intuição e, para isso, não se precisa ter um sistema nervoso, basta estarmos vivos. Para compreender essa lógica precisa-se ter em conta que estamos falando de todo e qualquer sistema vivo.

Esse padrão de rede especial vai interagindo com o meio, no processo de conhecer e se autogerando, ou seja, dentro de uma lógica circular o ser vivo pode se regenerar a partir de dentro, é uma mudança estrutural que se dá do interior para o exterior; visto que, parte-se do princípio de que o sistema vivo é um sistema fechado para troca de matéria e aberto para troca de energia. A *autopoiesis* é a auto-organização para a vida em que a medida que o ser vivo vai vivendo, interagindo na vida, ele vai se acoplando estruturalmente cuja auto-organização

permite a regeneração de seus componentes. (CAPRA; LUISI, 2014). “Que conhecer, fazer e viver não são coisas separáveis, e que a realidade e nossa identidade transitória são parceiros de uma dança construtiva”. (MATURANA, 1997, p.60).

Retomando, Maturana e Varela (1997), trazem que o conhecimento está no ato de viver. Os saberes da alma como diz Ruben Alves (2011), onde nosso corpo sabe sem saber, vem dessa compreensão, de que corpo e mente são inseparáveis na construção do conhecimento, e o observador está no conhecimento, pois ao mesmo tempo que conhece é conhecido, é uma circularidade compreendida a partir do paradigma da complexidade, segundo Edgar Morin (2011).

Há uma comunicação corporal que não precisa ser racionalizada, analisada. Não precisa passar por um padrão mental para ser conhecimento cognitivo. Nesse sentido:

Enquanto vocês não souberem qual o poder de ser afetado de um corpo, enquanto o apreendem ao acaso dos encontros, vocês não terão uma vida sabia, vocês não terão a sabedoria. Saber do que vocês são capazes, não como uma questão de moral, mas sim antes de tudo como uma questão física, como uma questão do corpo e da alma. Um corpo tem qualquer coisa fundamentalmente escondido: nós podemos falar da espécie humana, do gênero humano, isto não nos dirá o que é capaz de afetar nosso corpo, o que é capaz de destruí-lo. A única questão é esse poder de ser afetado. (DELEUZE, 2009, p. 44)

Esta pesquisa foi pautada na complexidade do viver. Assim, antes de compreendermos o que é o paradigma da complexidade, interessante explicitar o que seja um paradigma. Portanto, paradigma significa um modelo segundo Kuhn (1994),

Sob o seu ponto de vista, paradigma refere-se a modelo, padrões compartilhados que permitem a explicação de certos aspectos da realidade. Paradigmas não são teorias. São mais do que teorias, implicando uma estrutura que gera novas teorias, que estabelece critérios, parâmetros considerados aceitáveis por uma comunidade científica responsável pelo sistema de organização do trabalho científico. De tempos em tempos, este arcabouço teórico fica sujeito a modificações decorrentes do surgimento de certas dificuldades em explicar a realidade, do aparecimento de certos problemas, cujas soluções aparecem impossíveis de serem encontradas ao se utilizar o conjunto de teorias, conceitos e pressupostos que caracterizam determinado modelo científico vigente. (MORAES, 2003, p. 131-132).

Estamos a viver num modelo complexo e é a partir desse modelo que elaboro meu trabalho, um paradigma complexo e vivo visto que os conceitos devem ser lidos sob a perspectiva biológica de aprendizagem.

Por essa ótica percebemos a necessidade de caminharmos em busca de um viver bem, de um encontro conosco mesmo, de uma aprendizagem pela saúde em um processo de resgate ao ser humano completo: corpo, mente e espírito. É um fluxo contínuo que, por essa visão epistemológica chegamos ao paradigma da salutogênese, como traz Antonovsky (1988) ou seja, potencializando recursos internos que se opõe às doenças estaríamos vivendo de forma saudável. Por salutogênese como Antonovsky (1988) problematiza um modelo educacional que

tratar e pesquisar a doença, sendo que poderíamos educar para a saúde a partir do momento em que auxiliássemos a pessoa a perceber-se como ela significa os acontecimentos, o seu viver. Esse padrão autopoietico é ôntico, é construído pelos significados, ou interpretações de si.

Como já referido, somos sistemas vivos fechados para troca material e abertos para trocas energéticas, com isso compreendemos que tudo o que nos adocece ou nos cura está dentro de nós mesmos, embora não tenhamos aprendido dessa forma. Desconectamo-nos do nosso centro com o passar dos anos, do nosso EU, do nosso self³, aprendemos que há um mundo fora de nós a ser descoberto, teoria esta que estamos a criticar.

Pelo ponto de vista que trabalhei na pesquisa, não há nada lá fora a ser descoberto, mas há um universo interior a ser ouvido, percebido, potencializado a partir, também, de perturbações externas, no caso o sofrimento, que nos instigam a um processo autopoietico.

[...] a capacidade que os sistemas autorganizados possuem de construir níveis de ordenação maiores quando sujeitos a perturbações profundas; a este processo chamamos de aprendizagem orgânica, pois é típica dos seres vivos. (OLIVEIRA, 2007, p. 168).

O sofrimento, no caso o diagnóstico de ter um filho com Autismo, é um ruído externo, um disparador que pode levar a um processo de aprendizagem. Digo “pode”, pois: “só quem possui a capacidade de integrar uma experiência de sofrimento na sua vida, consegue realizar uma aprendizagem com ela”. (OLIVEIRA et al., 2012, p.27).

O modelo social patriarcal que ainda reina, embora eu defenda que estamos em um processo de transição e resgate do modelo matrístico (MATURANA; VERDËN-ZOLLEN, 2004) de sociedade, impõe uma forma hegemônica cultural de ser e estar no mundo cujo padrão de normalidade indica o autista como doente, anormal, adoecendo inclusive seus cuidadores. E essa própria sociedade impõe significados a esse sofrimento, julgamento, como por exemplo: sofrimento como reconhecimento, como redenção, como superação de si próprio. Mas só aquele que integra a experiência de sofrimento em sua vida consegue realizar uma aprendizagem com ela (OLIVEIRA et al., 2012).

Não há um humano pronto e acabado, há um humano em contínua formação de aprendizagem, uma vez considerado que o caminho se faz ao caminhar, podemos escolher qual modo de existir queremos para nossa vida; seguimos pelo caminho do Amor ou pelo, da Dor⁴!

E, nesse processo autopoietico de desenvolvimento humano, o conhecimento de si é muito importante, conhecer nossos limites, nossas angústias, nossos medos, e etc., nos

³ No sentido literal do conceito em inglês: “fazer por si mesmo”, o Eu no sentido de interno.

⁴ Dor aqui no sentido metafórico de sofrimento, visto que dor é o que sentimos fisicamente e, portanto, diferente de sofrimento.

proporcionam ferramentas para gerenciar o sofrimento sem adoecer. Quantas e quantas vezes nos questionamos do motivo pelo qual, diante do mesmo fato, as pessoas reagem das mais variadas formas! Os fatores sociais, culturais, podem ser os mesmos, mas a capacidade de gerenciamento e organização de cada um é única, cada pessoa tem a sua própria maneira de lidar com o sofrimento. Cada ser vivo tem a sua potencialidade de acoplamento estrutural. Nessa linha compreendemos a diversidade social, e conseguimos compreender o outro, mas não sentir pelo outro.

E, esse sentir é um dos aspectos trabalhados nas oficinas de práticas introspectivas, que propus, por meio daquilo que chamo, neste trabalho, como conceito próprio, de meditação, que seria a ação de olhar ou voltar-se para si. Não estou a trabalhar com um modelo de meditação Yoga ou Budista ou de qualquer outra linha de crença que tem seus fundamentos e ritos próprios os quais merecem respeito.

Para esta pesquisa, meditação é simplesmente a ação de voltar-se para si, aquietar a mente pela respiração e deixar emergir o que tiver de emergir.

Assim, a meditação nas oficinas autopoieticas proporciona uma escuta de si, um olhar para dentro, cuja observação que se faz (sujeito observando a si próprio) é que a vida emerge do nosso interior. “A vida é uma fábrica que constrói a si mesma a partir de dentro”. (CAPRA; LUISI, 2014, p. 173).

Respiração é vida, é amor, é energia em movimento, e quando esse fluxo de energia flui, os bloqueios existentes muitas vezes manifestar-se-ão por experiências de aperto, sensações de formigamento, de pressão, vibrações e até espasmos e dores, que ajudarão na compreensão de sua vivencia. Os sentidos são trazidos pelas próprias mãos que estão a respirar. Quer dizer que, aquilo que lhe perturba, lhe incomoda emerge fisicamente ou não para compreensão. Esse é o significado de autoconhecimento, e, ainda, quando emerge para compreensão, por meio do processo de cognição, torna-se consciente para si mesmo, em que estamos em um instante de complexificação. Houve uma mudança estrutural, sinapses formaram-se

Como essa técnica não tem o objetivo de ser terapêutica nesse momento, mas de uma experiência de autoconhecimento, de produção de si, e aprendizagem pelo sofrimento levando a *autopoiesis*, a respiração é de curta duração, 15 minutos no máximo, mesmo assim, algumas mãos referiram a percepção de unidade cósmica quando relatam que sentem-se girar, com ausência de limites, de amplidão e leveza, visualizam luzes e a própria aura, “outras pessoas percebem sua irradiação, veem sua própria aura ou percebem também a aura dos outros”. (DAHLKE, 2009, p.50).

Falo em emergência, e é importante apontar de onde trago esse conceito, que de uma forma literal clássica é aquilo que surge, que se complexifica de forma organizada. Estou a falar de uma visão emergentista, onde o novo se dá pelo conjunto das partes contextualizadas biologicamente, que por sua vez também respeitam uma natureza hierárquica de organização em prol da autonomia. É uma visão sistêmica, não há separação entre sujeito e objeto. E, como elucidam Capra e Luisi (2014, p. 318):

Como um organismo vivo responde a influências ambientais com mudanças estruturais, essas mudanças, por sua vez, irão alterar sua resposta futura, pois o organismo responde a perturbações de acordo com sua estrutura, e essa estrutura agora mudou. Mas esse processo – uma modificação de comportamento com base na experiência anterior – é o que entendemos por aprendizagem.

Dessa forma, não podemos determinar as mudanças, essas são autônomas de acordo com cada um e sua capacidade de dar sentido a experiência vivida. “É assim que o conceito complexidade pode ser usado como princípio explanatório dos diferentes níveis de aprendizagem que um ser vivo vai alcançando ao longo de sua existência”. (OLIVEIRA, 2004, p. 58).

Em outras palavras a aprendizagem depende dos sentidos internos de coerência de cada um em compreender o que é sofrimento e “construir mundos de significação com o material perturbador e ruidoso”. (OLIVEIRA, 2004, p.59).

4 O CAMINHO METODOLÓGICO SE DÁ AO CAMINHAR

“E mais, se transformarmos o conhecer em compreender tudo se inverte”

Rodolf Kusch.

Começo por escolher meu caminho metodológico ao tomar contato com as leituras de Humberto Maturana, optando por um caminho explicativo “entre parênteses”, no sentido de que não existe uma realidade objetiva (MATURANA, 2001). Portanto, a realidade é construída pelo próprio sujeito cognitivo. Nessa perspectiva, construí minha metodologia que se organiza em torno do eixo *Autopoiesis*, ou seja, da produção de si. Por tudo isso, insiro-me no paradigma da complexidade. E, por pesquisar sob este paradigma, estou implicada na pesquisa, ou seja, fui sendo provocada ao provocar, e assim transformando-me, complexificando-me, ao mesmo tempo que os sujeitos da pesquisa iam se transformando.

Como já referido, escolhi trabalhar com as mulheres/mães, por uma identificação profissional. Fundamentei o percurso da pesquisa nas teorias do Movimento de Auto-Organização escolhendo a meditação com a respiração consciente, como instrumento perturbador para identificação dos marcadores que orientam a compreensão do problema pesquisado. Existe uma estrutura geral constituinte do processo de tomada de consciência, vejamos:

Ela é constituída por três fases entrecruzadas. Uma etapa de suspensão da atitude natural, atitude judicativa com a qual normalmente nos voltamos para o mundo, e que caracteriza uma atitude de controle. Uma segunda etapa de redireção da atenção do *exterior* para o *interior*. E uma terceira etapa de mudança da qualidade da atenção, de acolhimento da experiência, chamada *deixar-ir* (*lacher prise*). (SADE, 2009, p.54).

Por ser esta uma metodologia dinâmica, utilizei marcadores ao contrário de categorias fixas para a análise das emergências nas autonarrativas e diário de bordo.

Os marcadores que usei no trabalho pesquisa são:

- ✚ Potencialidade para auto-organização
- ✚ Complexificação pelo ruído
- ✚ Sentido interno de coerência
- ✚ Acoplamento estrutural
- ✚ *Autopoiesis*
- ✚ Linguagem analógica
- ✚ Unidade cósmica

A autonarrativa, ora oral, ora escrita, é uma metodologia de narrar em primeira pessoa os fenômenos que emergem quando direciono a atenção para o si mesmo.

Já a metodologia de primeira pessoa é aquela na qual o dado é fenomenológico, no sentido daquilo que aparece para o sujeito, como experiência, a partir da atenção que o sujeito porta sobre si próprio, sobre isso que ele pode acessar de sua experiência no momento presente em que ele experimenta ou *a posteriori* (retrospectivamente). Ela pressupõe a relação do sujeito consigo mesmo em função de uma atenção a si. (SADE, 2009, p 46).

Geração das emergências: Foram realizadas 10 oficinas individuais, uma vez por semana, com duração de 1h, contendo a primeira uma entrevista semiestruturada (ANEXO C), anexo b e nas demais, foi vivenciado a meditação de 15 minutos a escuta ativa das emergências e a construção de sentido. Ainda, foi proporcionada a escrita ou a fala de autonarrativas sobre o momento vivido no intervalo entre uma oficina e outra.

Essas oficinas foram gravadas e divididas em três momentos contínuos, conforme abaixo:

Na 1º oficina, houve a entrevista semiestruturada para apresentação do trabalho e compreensão do nível de consciência do sofrimento, construção de sentido, tem-se consciência ou não do sofrimento antes do 2º momento, que foi a meditação e o 3º, que foi a autonarrativa das emergências.

Nas demais oficinas, houve o momento de Meditação com respiração consciente; criando um espaço de silêncio e escuta de si, para que a mãe pudesse entrar em contato com os seus sons (ruídos) internos, ou seja, com o que emergiu a partir da meditação: pensamentos, dores, sentimentos. E, ato contínuo, a escuta sensível da autonarrativa das emergências disparadas com a meditação; o caos e após o encerramento com o diálogo acerca das aprendizagens.

Neste caso, sustentar a atenção na respiração, acompanhado do gesto de suspensão, pode nos levar a sentir uma intensificação e clareza da experiência (WALLACE, 1999, 2008), ou uma amplitude da mente (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 1992), na qual a fronteira entre interno e externo se apagam. Na entrevista de explicitação, o sujeito começa a sentir que a lembrança vem até ele, ele passa a adotar uma posição mais receptiva, de acolhimento da experiência encarnada. (SADE, 2009, p.55).

Na última oficina, uma conversa a partir da entrevista semiestruturada, adentrando mais profundamente no caos, na desordem vivenciada, baseando-se no rol de perguntas guias disparadoras, com o fim de organizar a proposta das autonarrativas.

No paradigma da complexidade, com a metodologia da investigação/ação, cujo método foi a autonarrativa a partir da técnica de meditação com o enfoque nas teorias do movimento da auto-organização, trabalhei com geração de emergências no momento em que instiguei o sujeito pesquisado, no caso, as mães G., C. e Rj., a considerarem a complexidade da questão estudada problematizando o vivido. Tinha comigo que partiria da meditação, mas não podia dizer onde

chegaria, visto que o sujeito, no caso a mãe, exerce um papel ativo no processo de pesquisa, segundo Morin (2002, p. 337), o “método é a atividade pensante do sujeito”.

Na pesquisa há um afetar-se, um transformar-se autopoiético pela mudança estrutural a partir das conversações, dos diálogos, das autonarrativas. Kusch (2012) afirma que o diálogo é um encontro de interculturalidades, em que trago para a pesquisa o conceito de ontogênese junto ao conceito de cultura, segundo Kusch (2012) e o biológico, na constituição do sujeito.

A metodologia que construí, para compreender os padrões de significados em que busquei perceber, se as mães têm compreensão do sofrimento, se é coerente o expressar-se nas narrativas a partir dos seus sentimentos e emoções, se tais situações são recorrentes em suas vidas, se há a detecção de padrão auto-organizativo.

A ferramenta utilizada para deflagrar as emergências potencializadas do devir – consciente (KASTRUP, 2005), foi a meditação, que consiste no proporcionar um estado de atenção presença em ato. Seguindo o fluxo da respiração as mães foram se permitindo sentir na entrega do momento, aprofundando o conhecimento de si demonstrado pelo relato descritivo da experiência vivida no aqui e agora sem reflexão ou análise.

Na atitude natural nossa atenção está voltada para a vida prática. Ela se engaja na percepção dos outros, na apreensão de informações provenientes do mundo, na busca de objetivos. Como diz Depraz, Varela e Vermersch (2003, 2006), a atenção é naturalmente interessada no mundo, ela não se desvia dele espontaneamente de forma alguma, pois o efeito de captação é irresistível. Essa atenção direcionada para si, e desviada ou desinteressada do mundo, é muito inabitual, na medida em que há relativamente poucas ocasiões de exercê-la espontaneamente ou em resposta a uma demanda educativa. (SADE, 2009, p 55).

O método usado pela ferramenta da meditação possibilita “suspender a atitude natural, a redirecionar a atenção do exterior para o interior e a mudança da qualidade da atenção, da busca pelo acolhimento aberto da experiência”. (KASTRUP, 2005, p. 49). Segundo esta autora:

O devir-consciente é um ato que ocorre em todos nós, mas a questão é como cultivá-lo através de práticas concretas. Trata-se de práticas de presença em si que envolvem uma suspensão da atitude natural e uma aprendizagem da atenção que possui dois movimentos: a redireção da atenção do mundo externo para o mundo interno e a mudança na qualidade da atenção, com o intuito de transformar uma atenção que busca em uma atenção aberta e não focalizada – atenção do *letting-go*, do *lâcher-prise*, do deixar vir. Em outras palavras, visa transformar uma atenção que busca em uma atenção que encontra. (KASTRUP, 2005, p. 49).

Esse conhecimento de si leva a autorresponsabilização na vida, como já referido, compreender que somos responsáveis por nossa caminhada, que construímos o nosso viver, não há um mundo pronto e acabado que estamos descobrindo com a meditação, ao contrário, o que percebemos na meditação é que nós construímos o nosso mundo ao viver. Assim:

Ao tentar conhecer o conhecer, acabamos por nos encontrar com nosso próprio ser. Ou seja, nos encontramos com a experiência, com as relações e as ações que nos constituem, dos quais advém o si e o mundo, mas, para os quais normalmente somos

cegos. Por isso, o comprometimento a que somos levados a assumir com o conhecimento do conhecimento – reconhecer a imanência de nossos atos, que nossas certezas não são provas da verdade, que o mundo de cada um de nós não é *o mundo*, mas *um mundo*, que produzimos com outros. (SADE, 2009, p. 56).

Foi uma pesquisa pensada por mulheres para ser aplicada com mulheres, ou seja, é mulher pesquisando mulher, segundo Macedo (2004), isso é uma revolução na forma de se fazer pesquisa. Visto que, as pesquisas que ditam o fazer ciência em sua grande maioria, são feitas por homens, sob uma perspectiva e lógica patriarcal, linear, onde o objeto é separado do pesquisador. Entretanto, o fazer pesquisa de modo a estar com as mães de crianças com TEA é mergulhar na fonte, na origem, na seminalidade e reconfigurar, tecer uma colcha de retalhos, onde por vezes, alguns retalhos que estão em nosso inconsciente, surgem para compor a colcha consciente de nosso viver, e nada melhor que uma mulher para pesquisar com mulheres.

Para mim essa pesquisa revelou-se, como um “compreender-se” em cumplicidade.

Parece-me que a etnopesquisa é mais um recurso para se decretar uma falência absolutamente necessária no fazer científico e no fazer educacional sexista: a falência do colonialismo bárbaro que historicamente se estabeleceu, quando os homens descobriram o cínico e o confortável *habitus* da utilização das mulheres para os seus projetos iníquos, como aliás foi o que aconteceu e ainda vem acontecendo nos meios educacionais. (MACEDO. 2004, p.242).

Compreendo, também, a importância da escuta sensível que foi oportunizada nas oficinas, que esteve apoiada sobre a totalidade complexa da pessoa: os cinco sentidos, com a consciência de ser implicado no aqui e agora. É a presença meditativa. (BARBIER, 2007).

Os sujeitos da pesquisa foram, como já trouxe em outros momentos da escrita, as mães de pessoas diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista, selecionadas dentre aquelas que já tinham uma relação com os pesquisadores do grupo Gaia, cujos filhos autistas são sujeitos de outras pesquisas desse grupo.

5 TRATAMENTO DAS EMERGÊNCIAS

Na emergência dos dados que agora descrevo, fui respondendo a minha questão central afirmando os pressupostos epistemológicos utilizados: potencialidade para auto-organização, complexificação pelo ruído, sentido interno de coerência, acoplamento estrutural, *autopoiesis*, linguagem analógica, unidade cósmica; consegui perceber que houve a auto-organização, o autoconhecimento profundo, que se desdobrou em um grande caos pela perturbação ruidosa da meditação e da problematização do que emergiu.

Para tanto, no decorrer das oficinas, houve o acoplamento dessas consciências e sua complexificação organizando o caos instalado e dando mais um passo no caminho da aprendizagem. Sendo que essa aprendizagem foi justamente perceber que essas mães construíram um sentido interno de coerência entre o sofrer e o expressar-se, empoderaram-se de sua própria forma de gerenciar o sofrimento e mais, deram-se por conta que elas próprias conseguem se auto-organizar por si só. Essa consciência de auto-organização é por demais importante na aprendizagem do viver. Senão vejamos:

A C. encarou o sofrimento de ter se abandonado enquanto mulher e aceitou que vive em sofrimento por ter um filho com autismo.

Nas primeiras oficinas, a C. não se posicionava em primeira pessoa como responsável pela sua vida e sua trajetória, não se apercebia como construtora da sua própria vida muito menos conhecia a si própria, ou olhava para si. Tanto era assim que ela expressou:

“Tudo bem, quando se concentra no coração é mais rápido, porque é um órgão meu, melhor do que prestar atenção num relógio por exemplo, e todas as vezes que vinha uma distração eu prestava atenção no coração. E quando veio o ronquinho agora no final, me veio a sensação de um corpo velho, cansado, uma sensação assim e foi estranho sentir isso”. (C., Segunda Oficina).

O caos se instalou quando houve a perturbação, ou seja, a percepção de que abandonou a si própria para cuidar do outro, viver pelo e para o outro:

“Para mim passam os anos e eu não vejo a vida passar, a minha vida eu não estou vivendo, não me cuido, esse cuidado que preciso ter tanto com a comida, com a roupa, é sempre para os outros, não comigo, é até uma fuga. Fujo de me encontrar, de críticas, de uma autocrítica, pois daí tu tem de tomar uma atitude, e é mais fácil cuidar dos outros; se eu for cuidar de mim, eu preciso tomar atitudes e é mais fácil estar cuidando dos outros”. (C., Segunda Oficina).

Quando eu trouxe no início deste trabalho, que as mães ficam sozinhas cuidando dos filhos autistas, que é uma família inteira que adocece, eu falava disso:

“É preocupante, porque com qualquer mãe de filho deficiente que você falar vai ouvir a preocupação com o futuro, com a velhice de como vai ficar esse filho quando elas envelhecerem. A gente pensa que nós somos insubstituíveis, que só eu vou dar conta dele. [...]. Chorei porque dói, eu me sinto muito sozinha, tanto no escrever e, aqui, eu me dei por conta do quanto estou sozinha com tudo isso, por mais que eu tenha um aparato de gente perto de mim que me elogia como sou boa mãe, mas eu me sinto sozinha”. (C., Segunda Oficina).

Durante todas as sessões a C. chorou muito, nas primeiras oficinas mais que nas últimas, mas sempre suas lágrimas escorreram. Daí que ressalto a importância da autonarrativa na pesquisa, pois ela também é um encontro nosso com nossas sombras, é uma forma de organizar e se colocar frente aos obstáculos. Na escrita ela conseguiu perceber o sofrimento em que vive, mas nega. A C. reafirma o que diz SADE (2009) quanto à metodologia de primeira pessoa, essa provoca um posicionar-se.

Já a metodologia de primeira pessoa é aquela na qual o dado é fenomenológico, no sentido daquilo que aparece para o sujeito, como experiência, a partir da atenção que o sujeito porta sobre si próprio, sobre isso que ele pode acessar de sua experiência no momento presente em que ele experimenta ou *a posteriori* (retrospectivamente). Ela pressupõe a relação do sujeito consigo mesmo em função de uma atenção a si. (SADE, 2009, p 46).

Outro ponto importante que percebi na autonarrativa, foi a influência da sociedade patriarcal, resquício do cartesianismo que separou o sujeito do objeto pesquisado, vejamos:

“E eu crio uma fortaleza, eu digo para mim que dou conta de tudo, e isso também afasta os outros. Dói, eu penso nesse sentido de sentimentos, no dia a dia eu dou conta, o T. não é um autista grave, mas é pesado, todos dias repetindo as mesmas coisas, isso cansa, é pesado. [...], mas falando de sentimentos, o emocional, tanto da mãe, parabéns pelo teu olhar para as mães, porque se as mães não estão bem, os filhos não estarão bem, temos de estar forte, isso os psiquiatras, os médicos, dizem, mas às vezes esse “ficar forte”, é forte demais, é o que causa o próprio abandono nós de nós mesmos. Ser tão forte é não chegar para alguém e pedir um colo”. (C., Segunda Oficina).

Interessante observar que até o momento a C. percebe que é sofrido ter um filho autista, mas não tem um sentido claro de coerência entre o que ela fala e o que ela expressa, o que

podemos ver por essas duas falas, pois ela refere acima que “*é pesado ter um filho autista, cansativo*”; e na terceira oficina, ela refere que: “*Para mim é até um privilégio ter um filho autista, ele sabe se comportar, ele interage*”; ao mesmo tempo que culpa o filho quanto ao abandono da C. enquanto mulher “[...] *e por conta dessa maternidade eu não consigo sair com as amigas, de ir nas lojas para comprar por não ter vontade de comprar*”. (C., Terceira Oficina).

O sofrimento é tão intenso que ela perdeu a vontade de viver:

“Aonde está a C. mulher, está escondida, e não quero revelar. Eu sinto até desacreditado na palavra Amor (salientou), eu não acredito em relacionamentos, para mim não vale a pena tentar de novo, procurar, desgastar-se com isso. No físico eu vejo que preciso cuidar da alimentação, no mental eu procuro pensar positivo, no espiritual eu sempre estou em busca, eu cuido, mas no emocional é o que pesa; ele paralisa ou impulsiona e no meu caso ele paralisa, e aí entra a depressão e a euforia”. (C., Segunda Oficina).

Percebe que tudo depende só dela, mas ainda não aceita o fato de que é a responsável pela sua caminhada.

A C. afirma ainda que nunca pensou em trocar as lentes para ver sob o paradigma da salutogênese. “*Nunca pensei por esse caminho, nunca pensei em não focar pela doença*”. (C., Segunda Oficina).

Ao encerrarmos a segunda oficina a C. lembra que quando aceitou participar dessa pesquisa foi pensando no quanto ela poderia contribuir para este trabalho pela sua experiência vivida enquanto mãe de uma criança autista. Mas já neste encontro deu-se por conta da sua potencialidade de auto-organizar-se:

“Mas estou me dando por conta que não estou só te ajudando eu estou me ajudando e isso é muito bom. E o teu olhar é bem diferente do psiquiatra, com a tua fala tu acabas fazendo eu me cobrar, cobrar de uma forma leve, por exemplo: ‘o que vai fazer com esse limão’? Isso me acorda mais, isso está me despertando!”. (C., Segunda Oficina).

E, conclui dizendo:

“Sobre hoje a aprendizagem foi um autoconhecimento, eu me dei por conta de muitas coisas de mim, foi um aprendizado, e talvez assim, nas próximas vezes terá uma contradição de tudo o que disse agora, porque

é sobre o emocional, pode ser que o que senti hoje não sinta de novo, mude, sei lá, como será das próximas vezes?!”. (C., Segunda Oficina).

Com isso ela reafirma, também, o quanto a meditação, este espaço de escuta de si perturba fazendo emergir emoções sem o controle habitual. Como já referi, a autopoiese vai se dando à medida que o ruído vai adquirindo significação, segundo a Teoria da Aprendizagem pelo Ruído de Henri Atlan (1992). Por isso, o aleatório criado no ambiente de meditação que contempla a experiência direta (MATURANA; VARELA, 1990) através da vivência profunda do si mesmo é fundamental.

Na terceira oficina, a C. manteve a negação do sofrimento em relação ao filho, mas trouxe que as meditações estão afetando o comportamento do filho T⁵, quer dizer, está sendo percebido que há uma recursividade e um afetar ao filho com as oficinas por intermédio das mães:

“Estou surpresa que faz dias que não brigamos, não discutimos, eu até comentei com o T. e, isso tem influência das oficinas. Quando a mãe está bem, o filho está bem e o contrário nem sempre ocorre. [...] e estes nossos encontros me traz muita calma que estou levando para casa, mas com a problematização das questões, para melhorar. Estou conseguindo sair, passear, falar sobre diversos assuntos. Principalmente na possibilidade de muita coisa mudar para melhor, de estímulos, tanto para ele quanto para mim”. (C., Terceira Oficina).

Nas nossas oficinas eu, enquanto pesquisadora implicada, ao meditar também passei pelo processo de autopoiese a partir das perturbações que emergiram em mim. A troca de experiências a partir da meditação ou das narrativas fundamenta as devidas problematizações e teorizações. Então, quando a C. trouxe a palavra “estímulo” eu teorizei que para nós, no GAIA, que trabalhamos dentro do paradigma da complexidade, não adotamos o conceito “estímulo” como gatilho às mudanças por compreendermos que tal expressão refere-se a algo externo ao sujeito, refere-se a ideia de representação de mundo, enquanto nós trabalhamos com a teoria de experiência vivida, em que nós construímos o nosso mundo.

A meditação desse dia foi diferenciada, provoqueei a fazermos um Reiki, uma técnica de meditação com a imposição das mãos, e foi muito produtivo. Neste dia houve uma entrega muito profunda e emergiram consciências significativas e revolucionárias, visto que a C. se deu por conta de que o disparador do seu sofrimento maior foi o casamento.

⁵ T. é jovem, maior de idade, autista, atualmente não trabalha nem estuda.

“Veio o pensamento bem específico sobre o pai do T. como se alguém dissesse para mim que ele veio como instrumento para a minha evolução, por isso ele não é presente. Como se ele fosse um instrumento potencializador da minha evolução. Porque se não fosse tudo isso que eu vivi e o T. viveu também eu não teria evoluído tanto. E o que eu vou fazer com essa informação? Eu sentia muita mágoa pela falta de atenção ao filho, e para mim, ele hoje tem outra família, e essa mágoa que ainda existe, tem de ser transformada e com esse entendimento de que ele foi apenas um instrumento é isso que tenho de fazer, transformar essa mágoa em perdão. Eu não quero ficar falando dele como uma pessoa ruim, mas especialmente para mim ele deixou marcas ruins principalmente no meu lado mulher. [...]. Tanto que o meu sobrepeso é uma opção de proteção. E como se fosse assim: o meu casamento foi todo baseado em que ele não queria que eu engordasse, que eu não engravidasse, para não engordar, ele cuidava da minha alimentação, dos exercícios, eu permiti que ele comandasse minha vida, desde os 14 anos até os meus 28 anos era ele que comandava minha vida. E quando me separei é como se essa C. tivesse morrido. Era muita humilhação”. (C., Terceira Oficina).

A autonarrativa desse dia foi intensa. A constatação de que esse sofrimento no casamento levou ao abandono da C. mulher, e não a maternidade como ela até agora pensava, reconfigura o olhar proporcionando a auto-organização e podemos ver claramente o marcador da aprendizagem pelo ruído. Tanto que eu provoquei:

“Então C., partindo desse posicionamento se hoje tu tivesses de responder o questionário de início com relação ao sofrimento. Se tu já passaste por uma situação semelhante no passado e a consequência do teu sofrimento, as respostas seriam diferentes. A consequência fora o abandono, mas fora pelo relacionamento e não, causado pelo filho autista. Isso muda muita coisa, e principalmente tira de cima do T. a responsabilidade por esse teu abandono. -Sim, foi muito importante ter me dado por conta disso, muda tudo! Muda o foco”. (C., Terceira Oficina).

Um marcador que aparece apenas nas autonarrativas da C. são os sonhos. Ela relata que sonha com seus “desafetos” e conversa aparando as arestas entre eles no próprio sonho.

Compreendo que ela traz o sonho como uma metáfora já que não consegue, até o momento, aceitar que ela é a responsável em aprender com esses ruídos. Por conta disso, não irei entrar na teorização e estudo dos sonhos nesta pesquisa, quem sabe tal material possa ser explorado no futuro.

Ter esse momento de escuta sensível de si, também foi um espaço para a C. processar muitas das experiências vividas em terapias durante todos esses anos. Ou seja, meditar potencializou a significação do vivido. No referencial teórico eu trouxe que o sofrimento precisa ser consciente, vivido, acoplado estruturalmente para que faça sentido e possa vir a ser uma experiência em ato de aprendizagem segundo o padrão autopoietico de cada pessoa; “só podemos dizer que esses são suportes de aprendizagem face ao sofrimento se foi desenvolvido sentido de coerência interna ao longo da vida”. (OLIVEIRA et al., 2012).

“Assim também está sendo com minha alimentação, eu comia errado, e agora eu me questiono se eu quero mesmo comer aquilo, se eu preciso, e está sendo mais saudável, além de nos estarmos almoçando todos juntos, parei com o leite e me sinto melhor. Eu não forço, mas eu simplesmente não quero. E tem vindo muitas informações, talvez por eu estar em silêncio, me escutando, porque muitas coisas eu já sabia, só não queria ver”. (C., Quarta Oficina).

Algo bastante significativo que emergiu nesta quarta oficina com a C. foi a consciência de que ela é responsável por sua trajetória

“A mágoa nos adocece, e isso fica apenas na gente, pois não afeta os outros. Assim eu sinto com o T., pois tudo que quero para ele, de estímulo, me afeta e nem toca ele, ele não se preocupa”. [...] “as pessoas querem muito me ver diferente, verem eu magra, mas isso só vai existir quando eu quiser que isso aconteça, quando eu permitir. Enquanto não tiver significado para mim não vai acontecer”. (C., Quarta Oficina).

Nessa afirmação a C. deixa claro que ela possui sentido interno de coerência (ANTONOVSKY, 1988).

Como conversamos na quarta oficina, C. e eu:

“Toda vez que tu alcanças o conhecimento de algo: tu tens que tomar atitudes, pois elas foram metabolizadas no teu corpo então tu já te transformaste e tu precisa agir, ou ficar estagnada, depende do padrão autopoietico de cada um”. (Diário da pesquisadora).

Com o relato da C. abaixo percebe-se que houve o acoplamento estrutural e a autopoiese, ou seja, ela tem potencial a disparar o movimento de auto-organização.

“Têm dias que encontramos com assuntos normais, e o que está acontecendo, é que às vezes encontramos pessoas que trocam aprendizagens conosco, vem para nos ensinar, para trocar. E, várias vezes aconteceu de eu estar no centro da cidade e eu acabo encontrando pessoas e a gente troca. Assim, também está sendo com minha alimentação, eu comia errado, e agora eu me questiono se eu quero mesmo comer aquilo, se eu preciso, e está sendo mais saudável, além de nós estarmos almoçando todos juntos, parei com o leite e me sinto melhor. Eu não forço, mas eu simplesmente não quero. E têm vindo muitas informações, talvez por eu estar em silêncio, me escutando, porque muita coisa eu já sabia, só não queria ver. [...] o principal em mim, minha maior transformação, é no físico. Eu vejo assim, o físico é a vitrine, o quanto eu consegui superar tudo isso, pois eu estou escondida dentro de um corpo que não é meu. As médicas já disseram isso e eu concordo, eu sei tudo de nutrição, mas não aplico”.
(C., Quarta Oficina).

Nesse sentido traz Deleuze (2009, p. 44):

Enquanto vocês não souberem qual o poder de ser afetado de um corpo, enquanto o apreendem ao acaso dos encontros, vocês não terão uma vida sabia, vocês não terão a sabedoria. Saber do que vocês são capazes, não como uma questão de moral, mas sim antes de tudo como uma questão física, como uma questão do corpo e da alma. Um corpo tem qualquer coisa fundamentalmente escondido: nós podemos falar da espécie humana, do gênero humano, isto não nos dirá o que é capaz de afetar nosso corpo, o que é capaz de destruí-lo. A única questão é esse poder de ser afetado.

A C. referiu-se muito às oficinas, logo após encerrar a meditação: que via cores movimentando-se como mandalas movendo-se; considero que são linguagens, imagens, metáforas, que o corpo utiliza para comunicar-se no processo de se autoconhecer. Não é um processo consciente, de querer ver tais objetos, ao contrário, mas é um processo de cognição. Por ser um aspecto que abarcaria uma pesquisa detalhada sobre linguagem da psique, assim como os sonhos, deixo de discorrer teoricamente nessa pesquisa, mesmo sabendo que seria um campo lindo e instigante a aprofundar.

Na quinta oficina segundo a C. a maior aprendizagem foi referente à espiritualidade. Percebeu que faz parte de um todo cósmico, *“essa parada para ouvir esse passarinho cantando,*

para observar e ver os sinais, essa ligação espiritual mais aguçada, isso está sendo a maior aprendizagem”. (C., Quinta Oficina).

O acoplamento estrutural mostrou-se intenso nas passagens descritas:

“Uma tranquilidade de tudo que está acontecendo, eu não me envolvo com notícias ruins, não significa que estou apática, mas eu não me envolvo, não quero, não me toca. Estou muito envolvida com a natureza. Suspirou, bem fundo e disse: gratidão! (Referindo-se à meditação). Foi muito profundo, não teve quase pensamento, imagens, a única imagem que veio foi como se eu vestisse o meu personagem de mulher, meia calça, cinto, bem o simbolismo de mulher. Foi muito relaxante, eu acho que é cedo para eu falar, ela vai ter de crescer, pode ser uma menina que está dentro de mim, e ela tem de crescer, virar mulher. Todos os conflitos que tive no meu casamento, com minha sexualidade”. (C., Quinta Oficina).

Já referido no quadro teórico, a metodologia em primeira pessoa de Varela (1997), posiciona o sujeito na relação consigo mesmo, ao olhar para si percebe o fenômeno que emerge desse encontro. O tempo em que as mãos estão na meditação, mesmo que sejam esses 10 a 15 minutos, é um tempo dedicado ao olhar para si e os fenômenos emergem sem controle, quebramos com o hábito da rotina de controlar os pensamentos. Assim, a C. diz que: - *“essa autonarrativa mexeu muito comigo”* (C., Sexta Oficina). Na autonarrativa ela trouxe o caos que está a passar, a perturbação pelo ruído que emergiu ao meditar percebendo que ela não se permite mais amar, sofrer, rir, recomeçar, ousar, chorar. Percebeu que nega o sofrimento ao mesmo tempo que constata que não se permite viver!

“Eu me pergunto porque estou aqui, porque estudar, trabalhar, e vem que, o foco sempre é o filho. Mas eu digo para mim mesma, mas tem tanta gente que gosta dele que ficaria com ele, não no sentido de eu partir. As coisas mudam”. (C., Sexta Oficina).

Sempre nas nossas oficinas temos o tempo para problematizar a experiência vivida a partir da meditação, sobre o que emergiu na semana toda. Nesse tempo, aproveitei para trazer Maturana no que se refere quanto ao viver e aprender que não se dissociam. Não há separação entre viver e aprendizagem. E questionei a C. se ela não se permitia mais viver, visto que para tudo precisamos ter ousadia, rir, chorar, amar... isso é viver; no que ela respondeu:

“Eu me dei por conta que tudo eu posso, mas eu não acredito em mim, todos acreditam e eu não. Por exemplo, esses cartazes que tenho feito,

todos na escola estão maravilhados, e eu acho tão comum. O T. acredita em mim, ele me dá colo, ele disse na noite passada: ‘- mãe, não podes pensar assim, existem homens que são carinhosos também, e tu não podes esquecer que eu sou um homem também’! (C., Sexta Oficina).

A abordagem educacional desta pesquisa, provocando sempre a aprendizagem pelo ruído, em que problematizo a todo instante: o que aprendeu com isso? E as respostas são demais de significativas.

“E eu quero dizer que essas oficinas estão mexendo muito comigo, positivamente, todas essas conversas estão mexendo muito comigo, diferente da psiquiatra, o tema e o mesmo, mas tua abordagem e diferente, por vezes tu vai direto”. [...] “Não é uma fuga da realidade, mas o sonho está ali para elaborar muitas coisas em mim, eu estou muito satisfeita com tudo que estou pensando sobre mim, vir aqui é o meu momento, pode estar caindo raios e trovões, eu venho. Hoje foi bem cansativo de vir, mas é o meu momento. E o que falamos aqui fica para a semana, levo junto, mas principalmente todas essas lágrimas que saem de mim, fico apavorada, só aqui acontece isso, (risos), não é tristeza, é uma alegria eu poder estar conversando sobre isso e eu não forço as lágrimas a saírem, é como se abrissem uma torneirinha e jorram lágrimas”. (C., Sexta Oficina).

Nós que aceitamos os conceitos biológicos que paradigma da complexidade trouxe como o da não separação, o da não segregação; que é um trabalhar junto, construir junto; um afetar; existindo uma circularidade que lhe é própria. O ser vivo se autoproduz pelo processo de viver, ele vai, portanto na ação de viver ele se inventa que modifica sua estrutura, mas mantém a identidade do indivíduo. E as mães estão demonstrando que essa teoria faz sentido quando trazem:

“[...] eu me assusto porque eu tenho de responder rápido sobre algo que nunca havia pensado, só por isso, mas é ótimo. Estou amando. Junto de eu estar aqui vem outras fontes que eu estou indo, como no centro espírita, estou indo já há um mês, então é um conjunto de coisas boas que estão diferentes desde que comecei a vir nas oficinas. Em casa também está tranquilo, a gente dorme muito, tranquilos, porque lá em casa se eu estou bem, todos estão bem, até o cachorro fica bem, eu

estando ruim, todos ficam também. [...] E, algo que aconteceu também que foi bem forte que foi o T. resolver não ir mais na APAE, ele decidiu isso, e ele está bem. Ele disse que não estava legal lá, ele não se identifica com as crianças da APAE mais. Mas não significa um isolamento, estamos vendo outras formas dele se relacionar socialmente. E até o autismo dele, agora eu compreendo que não é uma doença, parece que está se fechando, para ele parece que ele não precisa vir aqui, não precisa ir para a APAE, por ele está bem, não que seja uma cura, mas ele adquiriu uma autonomia. E outra coisa importante é que tudo está acontecendo agora”. (C., Sexta Oficina).

O início das oficinas acontece com a leitura, ou comentários, sobre a autonarrativa escrita, no decorrer da semana que passou ou eu as provoco para fazerem a sua autonarrativa oralmente. Portanto, sempre tivemos um momento para problematizar o ruído vivido disparado pela meditação da oficina anterior.

Na sétima oficina, a C. nomeou sua autonarrativa como ‘Carta Bomba’ afirmando que para ela fora um desabafo muito grande, o que demonstra que as perturbações estão ativamente provocando o processo de autorganização.

“Estas oficinas estão mexendo comigo, quando o Luiz (referindo-se ao colega que pesquisa com as crianças autistas no GAIA) me falou das oficinas, eu pensei: - vou ajudar ela! (Referindo-se a esta pesquisadora). Como mãe de um autista, eu tenho bastante para ensinar, para trocar. Mas daí eu comecei a perceber que não é essa a intenção. É justamente o perturbar para aflorar esse outro lado, que não o da mãe. [...] Trazendo esse sofrimento sob uma perspectiva de dar a volta por cima, sob a perspectiva da mudança”. (C., Sétima Oficina).

A aceitação das provocações que emergiram nas oficinas para compreender o quê, e como as mães aprendem com o sofrimento foi excelente, embora eu tenha constantemente que reafirmar o objetivo geral da pesquisa, como neste caso:

“Porque o sofrimento pode paralisar ou impulsionar, são encontros de aprendizagens. O diagnóstico do autismo entrou como principal disparador num primeiro momento, mas quando vocês começaram a olhar para si mesmas, começou a aparecer esse outro lado, de que vocês paralisaram a vida por conta desse diagnóstico, e que foi até uma

desculpa porque outros sofrimentos mais profundos estavam escondidos. Vocês estão sendo provocadas a olhar para vocês e eu me incluo nisso, porque eu me identifico com todas vocês nas oficinas, pontos contigo, pontos com a G. com a Rj. chego a me espantar, porque é muito forte, e estar olhando para isso novamente está me dando a oportunidade de perceber que ainda tem algo para ser curado, e aí entra a minha aprendizagem, estamos nos complexificando”. (Diário da pesquisadora).

Quando eu comecei a pesquisar, eu tinha um objetivo, mas não antevia resultados, porque não é objetivo. No entanto, se resultados viessem eu não poderia descartar, lembrando que a complexidade é o todo. Por isso, talvez, seja tão surpreendente para mim perceber que a cada oficina que tínhamos, alcançávamos um resultado, ou seja, cada oficina é uma oficina, individual e autônoma. Assim, nesta sétima oficina, para a C. o resultado maior foi identificar o que lhe identifica enquanto mulher que ela abandonou e está a resgatar no seu processo autopoietico, esse feminino ancestral encarnado que o ocidente fragmentou pelo Cartesianismo privilegiando o ter ao ser, vejamos:

“As atitudes, de saber o que quer, de ir atrás, de buscar, de ter, pelo que eu sou e não pelo que os outros querem que eu seja. Permitir-me o Ter e não apenas o Ser. Eu posso ter um carro, eu posso ter uma carteira de motorista, está na hora disso”. [...] se eu olho para atrás, eu vejo o quanto eu fui aniquilada por esse casamento, por esse desprezo, de indiferença. Na minha cabeça esse cara não existe. Às vezes ele aparece na mãe dele e eu não reconheço esse homem, não que eu quero esconder coisas de mim mesmo, não. Eu só não espero nada dele, ele não me toca mais. Antes eu ficava assim, quando acontecia dele não buscar o T., dele prometer e não cumprir, eu tentava mostrar para o T., mas ele não queria ver isso, ele idolatra esse pai. Agora não, eu estou bem. Eu vivo mais em paz, as coisas se resolveram para mim”.
(C., Sétima Oficina).

A aprendizagem pelo sofrimento, como já referido, só é possível quando esse sofrimento faz sentido para a pessoa, ou seja, se foi construído ao longo de sua vida um sentido de coerência interna ao experimentar esse vivido ela consegue significá-lo.

“E nesse dia que escrevi a carta, foi quando eu percebi do T., porque eu me dei por conta que é um sofrimento ser mãe de uma criança assim.

Lembro que quando cheguei aqui tu falavas sobre o sofrimento de ser mãe, e eu negava. Achava um glamour ser mãe de um autista, e agora eu vejo que é um sofrimento sim. [...] A minha tia, que mora comigo, sou muito agradecida por ela, faço tudo por ela, mas agora eu vejo que sou dominada por ela. [...] E tudo isso eu me dei por conta que eu tenho de fazer por mim, ter atitudes. Tudo isso serviu para eu acordar, mas não adianta eu ficar reclamando, agora que vêm as atitudes”. (C., Sétima Oficina).

Pelo relato acima fica visível observar o acoplamento estrutural, a autopoiese e a complexificação, incluindo a mudança lógica de pensamento que passa a fazer mais sentido pensar de forma sistêmica, como:

“Eu digo nós, porque eu sinto que não estou sozinha, eu estou amparada na minha fé. No momento que estamos vivendo eu não me sinto “Eu” C., eu sinto que não estamos vivendo separados, no momento que estou vivendo não é “Eu” é o “Nós”. [...] Eu tenho uma teia. Eu desenhei uma teia e ali coloquei todas as pessoas que me influenciam, que podem me ajudar. E o próprio desapego. Talvez eu esteja vivendo apegada as pessoas da minha família, vivendo no passado”. (C., Sétima Oficina).

Tive sempre, durante todo o percurso da pesquisa, o cuidado ético em provocar e ao mesmo tempo dar o amparo, conduzindo à possibilidade de uma aprendizagem. Porque, esta pesquisa não é de cunho terapêutico, embora a empatia, o acolhimento sensível seja de um cuidado com o outro no sentido de estar junto, na alteridade de se colocar no lugar do outro que potencialize um amparo amoroso. Não poderia levar essas pessoas ao caos e deixá-las sozinhas. Por isso alteramos o número de oficinas de acordo com o binômio possibilidade/necessidade de cada uma.

Dessa forma, para a C. o ápice da desconstrução, do caos, se manteve por mais de uma semana, quando ela se deu por conta do sofrimento que lhe afeta, culminando nas tentativas de suicídio e na loucura que lhe atribuíram. Tudo isso era uma fuga que permitia que terceiros comandassem a sua vida. Foi um choque de realidade esse olhar para si levando à autopoiese, ao seu empoderamento com a força do feminino. Trago na íntegra o relatado na oficina.

“Eu estou muito decepcionada, é a palavra certa, com o T. Pensei muito na gente, nos nossos encontros (referindo-se às oficinas). Na terça-feira aconteceu um fato na escola que me deixou muita chateada

(a C. é professora), uma avó foi reclamar de mim para a direção porque eu não tinha dado um pirulito para a neta e a menina passou mal e teve de ir para o médico. Claro que não foi nada disso, a menina desmentiu, mas eu fiquei triste, pensei: “- poxa vida tudo o que faço vale menos que um pirulito”! Cheguei em casa fui dormir um pouquinho, e daí aconteceu: o T. toda noite quer olhar a novela das 21h e eu faço de tudo para que ele não olhe, porque ele fica agitado, ele vibra com os tiros, com tudo que tem de errado, e desconta em mim. E a minha tia olha a novela e fica chamando o T. Ela olha TV até madrugada e quer que ele faça companhia para ela. E o T. andava muito agressivo comigo, e ele tem conhecimento, não está fazendo por conta do autismo. Ele sabe o que está fazendo. Eu disse para ele que não era para olhar a novela, e expliquei os motivos. Ele ficou uma hora na cama urrando, gritando para eu tirar ele daqui, e dizia: - olha o que tu fazes com teu filho! Dessa vez eu mantive a calma, explicava tudo, e como eu estava gravando tudo, até para mostrar para ele o que ele faz comigo, quando ele disse: “- vou chamar a Tia para brigar contigo”. Foi então que me dei por conta, dentre outras coisas, que essa tia que mora conosco, que eu gosto muito, ela nunca teve filho e ela fica totalmente contra mim; isso aconteceu em 2003, quando eu entrava no banheiro para fazer ele tomar banho direito, e ele gritava sai daqui, não faz isso comigo... e o que ela fez, ela não sabia o que estava acontecendo, ligou para a minha psiquiatra disse o que estava acontecendo, na versão dela, pedindo para ela dar um jeito em mim(porque a C. vai matar o menino ou se matar). E a médica conversou comigo, quem sabe eu ia para uma clínica em Porto Alegre, ficar lá uns dias, como eu gostava de ir para fugir desses conflitos, pois eu voltava bem. Mas dessa vez o médico me colocou em uma clínica por um mês internada, e eu bem, com crise de polaridade, ok, mas mentalmente eu estava bem, com visitas controladíssima, até para escovar os dentes eu tinha de pedir permissão. E outra vez, agora em junho, quando tive uma briga horrível com ele, sem eu encostar um dedo nele, ele grita como se eu estivesse matando ele, e ela veio, eu estava com um lenço no pescoço, e eu fico tão desesperada com medo que ele vá me bater, ele

é um homem (possui 22 anos), que fiquei pensando: - o que que eu estou fazendo aqui? Se ele que é o filho está me tratando desse jeito, cadê a minha família, cadê todo mundo? Tudo isso passou na minha cabeça e eu puxei o lenço ao redor do meu pescoço, e ela gritava: - isso mesmo, te mata, pode te matar. Ela ficava incentivando. Quando eu me dei por conta do que eu estava fazendo, foi quando eu fiquei tonta, essa minha tia disse que veio sangue na minha garganta, eu parei e pensei: - puxa vida, o que eu estou fazendo? Fazendo com a minha vida? Ali também foi um acordar para tudo isso. Mas desta vez, nesta terça-feira, foi bem diferente, porque eu estava muito forte por nossos encontros eu tenho certeza disso. – Ah, é porque frequenta o centro espírita, ou outra coisa, não. Isso faz anos que eu faço, mas esses encontros estão me deixando mais forte, estão me provocando, fazendo eu escrever sobre mim, pensar nas coisas ao meu redor, sobre valores, que eu prezo tanto. Valor que eu dou para os outros. Dessa vez foi diferente, ele gritou tanto, tanto, tanto e eu me mantive calma, e pensei no que fazer. A vontade é a de dar uma surra para ele chorar de verdade, mas não faço, não posso fazer. Então eu peguei uma caneta e comecei a escrever, coloquei no papel tudo o que eu queria fazer, saia faísca da caneta de tanto que eu escrevia. E foi muito bom eu ter feito isso, é uma arma branca a escrita, o desabafar, é um registro, palavras vão com o vento. Eu não estou falando com ele para ele sentir o que ele faz comigo, é muito grave, não é só uma briga, se eu não estou legal imagina o que eu não faria comigo? Mais uma vez de ver que não tenho ninguém, estou sozinha! Se vai ver daqui a pouco nem um filho eu tenho, um filho que suga tudo, nem uma música posso escutar! E como vou deixar ele se criar desse jeito”? (C., Oitava Oficina).

Esse relato, foi um resultado expressivo da complexificação da C. no decorrer das oficinas, ela ressignificou um fato acontecido abandonando o papel de vítima, empoderando-se enquanto responsável por seu caminho. Por isso, questionei se tinha sido a primeira vez que ela lidou com fatos tão ruidosos para ela, mantendo-se calma, sem entrar em desespero ou se machucar, no que respondeu que sim, que foi a primeira vez, porque as oficinas estão potencializando uma força interna de forma muito ativa que inclui a afinidade e a confiança com a pesquisadora.

“Sim. E, se eu olhar para trás, com as minhas leituras, com a psiquiatra que eu vejo uma vez por mês, com tudo que eu venho me construindo; não foi tão intenso do que isso aqui, de estar aqui nas oficinas, por mais que seja pouco tempo, mas foi muito ativo, não sei se é pela nossa afinidade por todas essas terapias. [...] A terapia é a gente ter uma hora na semana para a gente, vir aqui, ser ouvida, incentivada, cutucada, pensar na gente. Ter alguém para nos ouvir, porque tu não fazes isso, vai lá, o incentivo é fundamental. Isso é a terapia. Esse despertar comigo está muito forte, em especial de um mês para cá. Não sei se com as outras está acontecendo tudo isso, mas comigo está. E que bom que coisas ruins estejam acontecendo agora, para eu superar. Não adianta eu vir aqui e ser tudo cor de rosa, purpurina, porque daí eu não conheço o meu outro lado. Meu lado querida, de mãe, que todos admiram eu conheço, mas e o outro lado? Eu estou tendo a oportunidade de conhecer”. (C., Oitava Oficina).

O processo de autopoiese da C. a cada oficina fica mais evidente em especial no fato dela perceber o filho sob outro olhar, perceber que o filho é mais do que o autismo:

“Agora vou ter de retomar, não apenas pelo que aconteceu agora, mas de ver esse filho como um adulto em potencial, com suas maldades, em que ele vive sem mim e eu não estou vivendo sem ele”. (C., Oitava Oficina).

Na autonarrativa a C., assim como a G. e a Rj, a partir da consciência que emergiu com a complexificação por todo esse processo que vivenciamos problematizaram até que ponto vai a compreensão do autista (no caso seus filhos). Elas passaram a perceber que eles antes de serem autistas são crianças que, também, exercem a manipulação, a birra, e como mães, elas conseguiram sair do enclausuramento da culpa e ficar atentas para perceber quando o comportamento é consequência do autismo ou quando ele é consequência de uma manipulação da criança.

No decorrer das oficinas construímos uma relação de empatia, entre pesquisador e pesquisadas, que é típica do pesquisar moderno no paradigma da complexidade, ou seja, pesquisador implicado e de um pesquisado ativo. O que favorece o pesquisar acerca do sofrimento.

Não é possível abordar o sofrimento humano sem se estabelecer uma relação de empatia e confiança, sem estabelecer um acoplamento com as pessoas em causa, pois nesse objeto de pesquisa de nada nos serve o modelo do observador do mecanicismo

moderno que se crê neutro, tão neutro, que é como se não existisse! (OLIVEIRA et al., 2012, p.35).

A relação de confiança estabelecida nas oficinas é um diferencial importante para dar-se a entrega e a aprendizagem da mãe pesquisada.

[...] *“porque eu vejo que o acolhimento vem de pessoas que eu nem imagino, como o que tenho contigo. A gente nem se conhece muito, e é muito mais do que eu tenho com gente que está dentro de casa comigo, de um olhar diferente, de um tempo”*. (C., Oitava Oficina).

E essa confiança construída proporcionou a C. a desconstrução do mundo perfeito, passar da negação à raiva quando escreve em sua autonarrativa: *“a ingratidão de um filho para comigo”*. (C., Oitava Oficina). E mais, perceber o potencial do corpo, a reorganização, ou a reconstrução, o potencial de escolha acerca de qual modo de existir deseja, qual caminho a seguir; essas percepções deram-se nesta oficina, vejamos:

“A minha letra, não é a minha letra. Ela estava gritando. Mas eu não vejo mais em mim um grito de socorro, porque se eu olhar ao meu redor quem vai me socorrer? Só eu! Tudo isso é muito forte! É como se eu estivesse me descobrindo, do que eu gosto? Que filme eu olho”? (C., Oitava Oficina).

Para ter clareza sobre o sentido de coerência, o gerenciamento e a significação das perturbações trabalhadas, questionei a C. sobre a influência da medicação que faz uso nesse processo, tendo ela respondido:

“-Não, a medicação que tomo é a mesma há quinze anos, não mudou. Nesse último mês, que venho aqui, é que está sendo diferente. Mesmo que eu fale com a psiquiatra todo o mês, aqui eu estou sendo provocada, e toda essa perturbação é que está fazendo a diferença, para que eu tome atitudes e não fique me fazendo de vítima. Porque eu saio daqui pensando sobre o que acontece aqui, sobre a escrita. Tudo isso me desacomodou e agora eu preciso acomodar, tem autores que falam sobre isso. Agora eu tenho de ver o que serve e o que não serve mais para mim e acomodar, sair desse turbilhão”. (C., Oitava Oficina).

Para chegarmos a complexificação a partir do sofrimento, existe uma lógica, um caminhar, que passa pela enação, compreensão, aceitação, gerenciamento e aprendizagem. Ou seja, a todo momento ocorria a provocação a potencializar a capacidade de saber gerir os recursos disponíveis seja pela autonarrativa escrita, seja pela meditação focada na respiração

ou, seja pelo diálogo no encontro das oficinas, as mães eram postas a experienciar emoções que negavam ou não compreendiam alcançando a cognição.

“Senti um relaxamento bem profundo, na cabeça em especial, nem conseguia mexer a cabeça como se os músculos do pescoço, cabeça não respondessem ao comando de mexer. Muito bom. [...] O fato de poder escrever já foi de grande ajuda, a escrita com toda a emoção da hora é muito importante. É o que eu não aceitava em mim; de sofrimento e tudo que eu não aceitava em mim”. (C., Oitava Oficina).

O acoplamento estrutural, o “sentar a poeira”, ocorre pouco a pouco no intervalo de uma oficina e outra, daí a importância de mantermos a regularidade dos encontros em um curto período de tempo, que seja o suficiente para esse acoplamento. (C., Nona Oficina) refere:

“Aquelas implicâncias que eu estava sentindo, eu percebi que não ia resolver nada ficar sentindo isso, e foi bem claro, isso no sábado. Até sexta-feira eu estava bem incomodada. [...] teve a festa, foi tudo de bom, e acabou, foram todos embora. Mas percebi que não posso ficar nessa vitimização de me sentir sozinha, isso não vai adiantar. Então eu estou reagindo”.

Mais adiante, na décima oficina, a C. referiu que mudou seu modo de atuar, ou seja, parou de alimentar as implicâncias, e passou a prestar atenção naquilo que a estava incomodando, visto que este incômodo ela projetava no outro. Passou a compreender que ela é responsável por seus sentimentos e ações.

Quando a C. chegou às oficinas, o seu padrão era o de não se responsabilizar pelo seu sofrimento, pela sua caminhada; ela era a vítima. Com o passar das oficinas, houve o acoplamento da experiência vivida levando-a ao processo de autopoiese na complexidade do viver sistêmico. Tanto que, ela relatou ter feito o desenho de uma teia em casa, ligando todas as pessoas importantes na sua vida, as que lhe tocam. No decorrer da décima oficina a C. manteve o movimento de auto-organizar-se, prestando atenção aos limites do seu corpo. *“Eu me peguei hoje percebendo meu corpo, com a respiração, a espinha ereta, senti meu coração batendo, eu entrei em contato comigo mesma”.* (C., Décima Oficina). Também, percebeu a influência da sociedade patriarcal, machista, influência do ocidente, na sua postura em negar a sua mulher.

Como afirmei anteriormente, foi preciso relativizar o tempo para que a C. pudesse encerrar esse ciclo, por ética minha, não poderia deixá-la inserida no caos, foi preciso uma oficina a mais para que completasse a autopoiese. É claro que não podemos precisar quando

termina o ciclo de aprendizagem de cada um, pois estamos aprendendo a cada respiração, portanto a aprendizagem é do viver, encerra-se com o ciclo da vida, mas aquilo que foi mexido nas oficinas precisava ser acomodado, acoplado.

“Entender tudo que estava acontecendo e resolver as coisas de um jeito tolerante com todos, e comigo mesma, para que as coisas tivessem um resultado melhor. As coisas acalmam até não ter o que fazer para ter o impulso de recomeçar”. (C., Nona Oficina).

Pela última autonarrativa, que fora falada, podemos perceber que houve o encerramento deste ciclo, cujo resultado, embora não necessário, se apresenta nessa fala da C. com a simbologia dos objetos constante na foto, vejamos:

“Em primeiro lugar, palavras não existem para te agradecer e, para me agradecer também, por tudo que passamos juntas aqui nessa sala. Pode ter certeza que tu contribuístes muito para esta C. que está vindo, que até tem me assustado de tão bom que é ser diferente, ser novo, de ousar, de me libertar. Leva contigo, para teu trabalho, tua família, o quanto tu foste e, tu és, na minha vida e na vida das outras, porque foi um tempo que nós dedicávamos a nós mesmas a buscar no passado, buscar o que estava escondido, perdido, todo o sofrimento que estava escondido também. Hoje para mim é um dia de festa, como se fosse minha formatura, primeiro eu quero me formar como pessoa. Os títulos vão vir, tu vais ser notificada. Mas ‘Este título’ de hoje se eu tivesse que escrever uma dedicatória seria para ti. Por mais que eu tenha frequentado terapias, tratamento, lido livros, este espaço em que tu me ouviste, que tu me questionaste, que tu me fizeste pensar com tema de casa, foi muito importante para mim, minhas atitudes mudaram, eu mudei com meu filho, ele está mudando, e ele vai ter de mudar por ele mesmo, encontrar seu caminho. E esse corte de laços aconteceu aqui contigo, não foi em nenhum outro lugar, nenhum remédio. Ele não se desfez, mas vai continuar de outra forma. Podes falar para teus professores, colegas, pois isso aqui despertou tudo isso aqui (mostrando os presentes que me trouxe), de criar, de transformar. É um poder que eu me apropriei de encantar as pessoas com a beleza. Eu pedi tanto, tanto por onde eu andei a minha vida toda: beleza e sabedoria. Não a beleza física, que virá com o tempo, eu estou

aprendendo a me amar, não preciso que outros me amem para eu me amar, eu estou aprendendo. E não é amar, porque o amor está tão banal, eu estou aprendendo a me apaixonar por mim e paixão é aquela coisa que te move, que te tira do lugar, que faz tu ver os outros, se colocar no lugar do outro. Então, fiz esses miminhos para ti. E cartas para Raquel, pode ser o nome do teu livro! Neste envelope da carta falada, que tu coloques todos os teus sonhos, (que agora são realidades) tudo da tua vida, da tua família, teus estudos, de tudo que ainda tem por vir da tua capacidade de ouvir, de entender e de se colocar, de se doar. Nós não envolvemos dinheiro nessa nossa amizade, jamais eu disse que estava caro para eu vir, isso aqui é um presente para nós. Passamos dificuldades para estar aqui, sim, mas foi um presente. Essa aqui é quem me move (falando da imagem da nossa senhora com o filho no colo). Todas as vezes que eu vejo Nossa Senhora, eu me coloco no lugar dela, a C. com o T. no colo. Quem sofreu não foi o filho, foi a mãe, que tem todo o afeto de quem ficou sofrendo. Aqui, (falando da embalagem do sabonete) o perfume para perfumar teu trabalho, teus estudos, teus dias, os laços que nos une, tem todo o simbolismo da embalagem, primeiro eu era fechada na minha delicadeza, sempre fui, com o passar dos dias eu fui me abrindo, me abrindo, me abrindo e este vermelho que surgiu representa a paixão. Paixão que move o que virá. E o doce para adoçar nossas vidas, o afeto que envolve é melhor que o carinho, e eu te agradeço porque tu me afetaste. O afeto é de quem afeta, e tu me afetou, e eu não posso voltar atrás para ser quem eu era. O passarinho para batermos nossas asas e voar, voltar para o ninho toda a noite para aconchegar nossos passarinhos. Vai adiante com esse teu trabalho, vai sem medo”!
(C., Décima Primeira Oficina).



Presentes que recebi da C. cujos significados foram relatados acima

Cada pessoa é única em sua individualidade, em seu percurso de vida e na construção de nossas oficinas não foi diferente. Enquanto a C. mostrou uma característica de ser bem falante, com uma necessidade de se auto narrar, a G. mostrou uma entrega profunda na meditação, visto que logo nas primeiras oficinas o seu mergulho no autoconhecimento foi no descobrir a potencialidade de si, do corpo, um conectar cósmico característico da complexidade.

A G. é mãe do M⁶., trago essa referência, pois percebi uma influência significativa do meu projeto com a mãe no avanço cognitivo do M., como ficará mais claro no decorrer dos relatos.

Ela, a G. descreve que “se sentiu”, ao meditar, referindo-se a um encontrar consigo mesma, que se percebeu capaz por si só, de produzir sua própria energia “*eu posso produzir minha própria energia*” (G., Segunda Oficina) ou seja, teve consciência de si e entrou em sintonia cósmica que é própria da complexidade do viver.

O discurso lindo, asséptico de perfeição de mundo vivido, mudou após a meditação no decorrer das oficinas, quando a G. reconheceu que sente raiva, estresse, ao ser mãe de uma criança autista. A perturbação fez emergir as sombras que ela queria negar.

Nas oficinas ela relatava que tentava controlar o que pensar nas meditações repetindo um comportamento estereotipado. Disse, na segunda oficina, que tentou controlar a meditação, afirmou que queria direcionar o pensamento forçando imaginar paisagens para relaxar, mas não

⁶ Menino autista, adolescente, que frequenta o grupo de pesquisa do Gaia no projeto “Na ponta dos dedos: o I PAD como instrumento complexo de cognição/subjetivação”, sendo ele sujeito na pesquisa do colega Luiz Elcides.

conseguiu. Alega que parecia que tinha uma força que impedia ela de pensar, a mente adquiriu vontade própria. O corpo disse – “*não, tu não vais pensar em nada*”! Onde a concentração é de si mesma. Afirma, que a escuta sensível, a atenção presença deixa a gente mais sensível, em que não vemos mais as coisas como antes. A G. refere que após iniciar na pesquisa, ela não se perde no barulho externo, mas o barulho do M. a desestrutura, reconhecendo que o M. é sensível ao modo de ser e estar dela, ou seja, as emoções da mãe influenciam no comportamento do filho, e ao iniciar com as oficinas ela está mais tranquila e por consequência o M., na semana que passou, está mais calmo.

Na terceira oficina, a recursividade e a afetação das oficinas no filho autista, o M. ficou muito clara.

“A G. chegou com um brilho lindo no olhar, dizendo que não havia escrito a autonarrativa, mas que havia pensado muito em mim na sexta e que irá fazer a autonarrativa oralmente agora. Emocionou-se com o olho brilhando em lágrimas de felicidades, contando sobre os avanços do M. na semana, em especial fazendo doces na sexta à noite para o aniversário dele que seria comemorado no domingo. Ela disse que nunca pode deixar o M. ajudar nesse trabalho porque ele fazia muita bagunça, sujeira, comia demais, era impossível. Muitas vezes ela tentou e tinha de interromper o trabalho. Na sexta, ele estava olhando ela fazer as bolinhas de doces, tentando ajudar por entre as grades que protege a cozinha, quando ela olhou para ele e disse: “vem M. vem ajudar”. Ele sentou à mesa, ajudou-a fazer 140 docinhos, enrolando-os no açúcar e no granulado, sem bagunça, sem comer, sem derramar nada, numa paz muito grande. Quando acabaram, ele guardou as caixas junto aos demais doces, pegou ela pela mão e lhe levou para a cama. Como quem diz: -“pronto mãe, acabou, agora venha descansar”. Foi lindo demais e um avanço enorme, já que ele tem compulsão por comer o que forçou ela a gradear a porta da cozinha. A sensibilidade do M. em perceber e ser afetado pela mudança energética e angústias da mãe, sim contribui para essa calma toda, mas também pensa que a troca da medicação que se deu em janeiro, e a troca do monitor, agora em agosto, pode ter influenciado, pois tem remédios que demoram 6 meses para fazer efeito”. (Diário da pesquisadora da Terceira Oficina).

A G. em todas as oficinas mostrou-se muito sensível ao sutil, ao corpo, como já relatou que as meditações lhe provocaram a mudar seu comportamento. Passou a fazer meditações rápidas com o M. em casa, e incorporou ao seu modo de ser a atenção presença, a enação. Percebe-se que houve o movimento de auto-organização com o acoplamento estrutural, ao ter consciência de que seu comportamento era controlador, e a autopoiese, vejamos:

“Consigo pensar mais nas situações, menos impulsiva, consigo pensar melhor, e não forço para fazer isso; é natural esse comportamento, que até me espantei. Parecia que eu estava mais tranquila onde as coisas iam acontecendo e eu mais tranquila. Estou me dando mais tempo para ser mais compreensiva. [...] esse comportamento parece que já está dentro do meu ser, eu nem entro em desespero, quando me dou por conta eu penso: - ‘Nossa estou agindo diferente!’ Antes eu existia de uma forma e agora eu existo de outra forma, e ainda, vejo que posso existir diferente. E considero isso uma melhora do meu ser. Antes eu não me concentrava em uma coisa só, hoje já faço uma coisa de cada vez”. (G., Quarta Oficina).

O sofrimento de ter um filho com autismo fora negado no início dos nossos encontros, pois a G. reconhece como sofrimento a doença da sua mãe e do seu pai. Como ela disse: - “o M. não tem me preocupado”. (G., Quarta Oficina). Pois até o pai do M. está se reaproximando do filho após dois anos sem contato. E o M. tem adorado estar com o pai de 15 em 15 dias. Questionada sobre a influência das oficinas em sua vida acerca do sofrimento, a G. (Quarta Oficina), relata:

“Não tenho mais medo do futuro, eu tinha até iniciarmos as nossas oficinas, porque tudo tem seu tempo, aprendi a cuidar dele (refere-se ao M.) para ser autônomo. E eu vejo ele como um bebezão, e eu tenho de me policiar para não infantilizar ele mais ainda. E eu compreendo isso agora, com a ajuda da minha irmã, e da minha mãe, que eu tenho de viver o presente e tratar o M. como um menino de 11 anos, a idade que ele tem. Antes eu não conseguia visualizar o M. com 20, 30 anos; hoje eu já vejo essa possibilidade”.

O trabalho perseguiu a aprendizagem pelo ruído, provoquei as mães, sujeitos da pesquisa, a olharem para si e entregar-se as emergências. Na quinta oficina, a G. trouxe que muitos sentimentos afloraram, trouxe lembranças da própria infância, da época em que seus

pais eram saudáveis, que possibilitou uma aceitação da doença, aceitação do sofrimento e o processo de autopoiese.

“Hoje eu penso que eu vou passar pelo que eu tenho de passar, é o momento, cada coisa no seu tempo. E, eu não vou conseguir acelerar o tempo! Tu não dominas o tempo. E, hoje eu não me vejo mais como uma vítima, mas vejo como momentos necessários para aprendizagens. Com as oficinas eu estou aprendendo a me concentrar mais. Hoje, eu consigo focar minha atenção para uma coisa apenas, isso até na sala de aula eu consigo me desligar dos alunos e ficar focada no que eu preciso. A respiração também me ajuda muito, fico mais calma”. (G., Quinta Oficina).

Durante as meditações, eu conduzo ao relaxamento que potencialize a mudança da atenção do externo para o interno, que provoca o corpo a encontrar linguagem para dar significado ao vivido, não se trata de suggestionar a pessoa, mas sim provocar as emergências no processo cognitivo, que se dá com o silenciar da mente, do racional, no primeiro momento.

“O relaxar hoje, na meditação, foi bem interessante porque quando tu disse para eu ir largando as mochilinhas eu vi pesos de areia caindo dos meus ombros, muitos, muitos, e eu me sentindo mais leve. Eu não queria mais aquilo e foi materializando e fui largando. Outra coisa interessante é que eu percebi na meditação que eu fico no passado e no futuro e não fico no presente, no aqui e agora. Lembrando da infância me ocorreu que todo esse passado amoroso da infância foi a base, o suporte para que eu consiga suportar tudo o que passo hoje com uma criança deficiente”. (G., Quinta Oficina).

Entretanto, como já trouxe no quadro teórico acima, o entendimento de Von Foerster (2003), de que somos um sistema fechado para a informação e abertos quanto às trocas energéticas com o meio, e que nós, nos auto-organizamos de forma aleatória, autônoma e criativa, levando-nos a um processo de complexificação imprevisível e irreversível de aprendizagem pela perturbação disparada pelo meio externo e interno. Em que, “O processo de complexificação depende das emergências de um sistema ativo. [...] Nesse sentido o papel do ruído, do caos inicial ou da desordem é fundamental”. (PELLANDA, 2009, p. 25) a G. desabafa:

“A agitação do M. me deixa muito angustiada, eu me desespero e acabo me perdendo na agitação do M. E eu compreendo que estou

aprendendo com o M. a ter paciência e tolerância com ele. Eu já melhorei muito. E agora eu vejo que ele é bastante independente”. (G., Sexta Oficina).

O autoconhecimento alcançado no decorrer das oficinas pela G. potencializou- lhe a olhar o M. com outros olhos, a perceber que ele cresceu e que tem potencial para ser mais independente, fato que o controle dela não permitia enxergar tudo isso no filho. E continua seu relato dizendo que percebeu o que mais lhe perturba nessa agitação do M. é: - *“Quando ele faz o que eu faço: um monte de coisas juntas e ao mesmo tempo”.* (G., Sexta Oficina). Houve uma identificação e reconhecimento no comportamento do M. E em ela se dando por conta disso, do que lhe causa perturbação, ela tem a opção de se perder ou não, de se irritar ou não.

“E, eu culpava o M. por isso, mas agora vejo que eu é que sou assim. Além disso o M. copia o meu comportamento, eu faço tudo ao mesmo tempo, mas ele não, e eu não consigo que ele faça tudo ao mesmo tempo, porque ele faz muito rápido, o pensamento é muito rápido, que eu não consigo acompanhar. Hoje aconteceu que dei 3 comandos para o M.: - ‘apaga a luz, abre a janela e liga a TV’. Ele não fez nada! Se eu disser uma coisa de cada vez ele faz direitinho. E, pela primeira vez, me dei por conta que acontecia isso e, que ele não compreendia, porque ele entende fazer uma coisa de cada vez”. (G., Sexta Oficina).

O processo de significar o vivido vai se dando no decorrer das oficinas. É muito interessante perceber que essa compreensão da G. acerca do comportamento do filho muda o seu próprio modo de ser e agir, pois, antes disso, quando o M. agia de forma a imitar a G., fazendo várias coisas ao mesmo tempo, isso a irritava porque, como ela disse, ele é muito rápido e ela não dá conta de acompanhá-lo. *“O interessante é que me dou por conta que tenho de aprender com ele sobre ter paciência e fazer uma coisa de cada vez.”* (G., Sexta Oficina).

A importância de conhecer o corpo, o como aprendemos com o corpo, o processo cognitivo de conhecer potencializado na meditação, dispara o movimento de auto-organização, visto que conhecemos a partir da interpretação que fizemos da experiência vivida. Essa interpretação é um processo ôntico do corpo, não se dá apenas a nível mental como o cartesianismo científico insiste afirmar. Vejamos:

“Durante a meditação eu senti muito arrepio, como de frio, e percebi que quando eu parava de respirar, ou não respirava direito, o arrepio de frio passava; e, quando eu voltava a respirar o arrepio voltava. Percebi que o corpo respondia a respiração. Os arrepios vinham

quando eu estava respirando. Eu percebi os pássaros cantando e eu tentava escutar o pássaro (bem-te-vi), eu me perdia na respiração. Não conseguia fazer as duas coisas. E como hoje eu dei prioridade para a respiração, porque eu me sinto bem respirando relaxada, e acho que era isso que eu precisava. [...]eu acho que a reação no meu corpo quando eu respirava profundo era a quantidade de oxigênio inalado, é uma reação física, que eu mesma posso produzir, eu mesma posso me acalmar, eu mesma posso respirar profundamente para meu corpo responder. Quando o corpo está tenso, cansado, a irritação é muito maior”. (G., Sexta Oficina).

Ao pesquisar sob o paradigma da complexidade, considerando que vivemos em um sistema vivo auto-organizativo, tive como objetivo secundário questionar se o modo de ser e estar das mães exerce alguma influência no modo de ser e estar dos filhos autistas. No caso, a autopoiese das mães, influenciou na autopoiese e complexificação dos filhos. Como relatado pela G. referindo-se ao comportamento do M.: *“Mas ele está muito falante, a fala foi algo que melhorou muito”. (G., Sétima Oficina). “Ele ajudou a fazer os cartões das professoras, super bem, e a fala é muito importante, organiza os pensamentos. Para as mães é a mesma sensação de quando o bebe começa a falar, o M. está falando e eu estou muito feliz”. (G., Oitava Oficina). “[...] está cada vez mais adquirindo a autonomia”. (G., Décima Oficina).*

O autoconhecimento, esse olhar para si, foi bastante significativo nesta oficina:

“Eu percebo que em matéria de comportamento eu estou diferente. Porque eu percebo que vem uma vozinha quando eu tenho de fazer um monte de coisas ao mesmo tempo e então eu me policio. Isso aconteceu umas três vezes nas últimas semanas. Eu tenho prestado atenção em dar os comandos para o M., ser mais clara, até com frases mais claras e objetivas, eu estou aprendendo a lidar com ele e com os outros e isso foi a partir da meditação, das nossas conversas que eu percebi a minha agitação”. (G., Sétima Oficina).

Continuando a ouvir os relatos da G. nesta oficina, consegui perceber que houve o acoplamento estrutural e a autopoiese a partir do autoconhecimento, além da mudança de paradigma e a conscientização de que somos os responsáveis pela nossa caminhada:

“E, eu estou me irritando bem menos, hoje já consigo fazer os alunos se acalmarem de forma tranquila. Eles estão correspondendo a minha calma. Sentem a troca energética. [...]antes era ao contrário, eu

xingava e não adiantava nada. E sempre dando desculpas para esse comportamento. Eles estão agitados por causa do tempo para a chuva, por causa disso ou por causa daquilo, ao contrário de assumir a responsabilidade daquilo que é nosso. O meu pensamento é mais positivo, se deu ótimo, se não deu Ok. Antes eu ficava me questionando: - e se o M. não conseguir? E se o M. não quiser? E acabava ficando muito frustrada por esperar demais do M. e o meu pensamento influencia no comportamento do M. [...] eu acho que ele me lê muito bem, ele me conhece muito bem. Hoje eu vejo que ele vê no meu semblante como eu estou, ele tem uma compreensão da linguagem corporal. E antes eu não via isso, não dava esse espaço para ele se manifestar, a respeitar e conhecendo o limite um do outro. As coisas não precisam ser de forma autoritária de cima para baixo, nós estamos em outro patamar, estamos diferentes”. (G., Sétima Oficina). “Antes eu falava por ele, a gente tenta proteger, porque não se conseguia diferenciar o que é a doença dele e o que é a falta de limite (birra). Ele não entende ou ele está fazendo birra? E a minha tranquilidade permite que eu perceba essas nuances para explicar novamente, dar comando mais claro, e a falta de tranquilidade faz com minha reação seja apenas de xingar, gritar com ele, sem paciência, pensando que tudo é birra ou eu faço por ele. Eu compreendi que, também tenho limites, que não posso ser tão perfeccionista, controladora. E essas mudanças estão acontecendo de forma automática como se fizesse parte de mim, eu não preciso dar um comando de para relaxar, para não brigar, para não controlar tudo, simplesmente acontece”. (G., Nona Oficina).

A opção pelo paradigma da salutogênese (ANTONOVSKY, 1988) também foi provocado nas oficinas, visto que não é prática comum as pessoas serem educadas para a saúde, ao contrário, elas são educadas para a doença, e a dor torna-se naturalizada, como: “[...] *que fui deixando minha saúde de lado, pois tenho de fazer uma cirurgia, bem na época em que a mãe adoeceu, e eu fui cuidar dela, e agora, veio com tudo. Vamos ver, agora eu estou olhando para mim. Porque eu sempre tive isso, e eu era acostumada com a dor*”. (G., Décima Oficina).

Nós podemos curar a nós mesmos com a respiração, ela é um caminho de cura, que se dá pela educação, pelo autoconhecimento, pela prática da meditação. Quando conhecemos os limites do nosso corpo, e o respeitamos, disparamos o movimento de auto-organização, as

limpezas profundas que fizemos ao meditar exalando a respiração de modo a eliminar pensamentos que nos magoam, que nos ferem, sentimos no físico as mudanças, o corpo reage.

A força elementar da respiração é simbolizada no âmbito material pelo oxigênio e sabe-se que muitas doenças físicas são provocadas por uma deficiência de oxigênio nos tecidos correspondentes. Voltaire já dizia que uma grande parte das doenças podia ser eliminada “respirando-as para longe”. (DAHLKE; NEUMANN, 2009, p.51).

A fé é importante para justificar as mudanças pelo padrão autopoiético de cada uma, mas fisicamente a respiração consciente está agindo de modo a limpar o organismo, assim referiu a G. referindo-se ao momento da meditação:

“Concentrei mais profundo, menos tempo, mas teve um momento muito mágico porque senti a presença do meu protetor espiritual aqui, e ele fez uma limpeza muito grande em mim. Antes eu estava com dor, e agora não estou mais com dor, por isso acredito que era ele quem estava aqui”. (G., Décima Oficina).

Quando iniciei a pesquisa, um dos objetivos era perceber a influência que a meditação com as mães tinha nos filhos autistas, ou seja, perceber a recursividade típica da complexidade do viver na relação entre mãe e filho. Eu acreditava que o olhar para a mãe, que o cuidar da mãe poderia ter influência no modo de ser e estar do filho autista. Ambas as mães trouxeram de forma mais ou menos significativa essas afetações, vejamos no caso da G., lembrando que seu filho o M. participa do projeto de pesquisa do Ipad junto ao Grupo GAIA:

“E a meditação ajudou para me relacionar mais com ele, com o M., compreender ele, de respeitar a individualidade dele, a personalidade dele e a meditação me ajudou a olhar para o M. como uma pessoa com personalidade própria, antes eu era autoritária com ele, agora não, eu respeito à vontade dele, tento entender o que ele quer. A meditação ajudou nisso, no relacionamento meu e do M., ele não está mais tão brabo, talvez eu esteja entendendo ele melhor. Ele cresceu muito, ele não está tão agressivo. Aprendi a cuidar mais de mim, conhecer o meu corpo, me acalmar, não preciso controlar tudo, fazer tudo ao mesmo tempo. Uma grande frustração que eu tinha eram as coisas não acontecerem como eu organizei. E agora não, se não deu agora eu faço depois; levo na boa. Minha mãe era assim tranquila, e agora é o M., mas eu estou conseguindo, ainda não 100%, mas estou conseguindo me dar por conta, porque eu levo um tempo para mudar totalmente, tem

coisas que já faço no automático, mas ainda eu preciso melhorar. Eu tenho dificuldade para mudar, eu demoro, mas eu mudo, porque eu não deixo nada pela metade. Hoje o momento que estou vivendo é de mudança”. [...] “A ira é outra coisa que eu mudei, coisas pequenas que me descontrolavam eu fazia um escândalo, e agora não, eu percebo as mudanças. E essas mudanças atingem o M. quando eu desço com o M. para a Topik⁷, tranquila, ele entra legal da Topik. Quando eu penso, ai, eu acho que ele não vai entrar, se eu estou insegura, ele não entra. Ele percebe muito meu jeito de estar. Podemos dizer que tivemos um ganho significativo, dos dois lados. Eu ainda estou em ponto de ebulição, de mudanças”. (G. décima primeira oficina) [...] “Eu me dei por conta que sim, ele evoluiu bastante, cresceu bastante. Ele está se impondo de acordo com o que ele deseja. Eu vejo na escola, ele não quer mais ficar na escola, para ele não tem função. Ele vai para a escola. Ele amadureceu, sabendo decidir o que ele quer ou não quer. Semana passada a gente foi na praça, sempre vamos, mas ele não descia do carro. Levo as cadeiras de praia, eu peço para ele abrir as cadeiras, assim ele desce, dou um chimarrão para ele para ver se ele fica ali sentado um pouco, e agora faz umas 3 ou 4 vezes que ele fica o tempo todo sentado com a gente tomando chimarrão. E antes ele nem descia. Levo ele no mercado, e ele não pega nada sem eu deixar, não toca em nada e sai bem faceiro. Ontem eu pensei nisso, eu estava voltando do centro espírita e fazendo uma retrospectiva da minha vida, e daí eu pensei aqui nos nossos momentos; no centro Espirita, e que bom que eu pude me modificar, hoje eu estou mil vezes mais calma, porque até pouco tempo atrás eu ficava agitada, lembra que te falava isso, agora eu não fico mais, eu acalmo o M. eu desvio o pensamento dele, faço um carinho, olho bem dentro do olho dele e digo que não precisa gritar e quando eu vejo já está funcionando. O M. também fica mais calmo. Antes eu ficava agitada junto, desgastada e ele também, eu acho que ele chorava a tarde inteira no colégio também, e agora não. Era uma briga de força, e ninguém ganhava. Eu encontrei outras

⁷ Marca de carro utilizada para transporte escolar.

formas, outros caminhos. É uma aprendizagem. É um exercício diário para exercitar a paciência, a tolerância”. (G., Décima Segunda Oficina).

Nas últimas oficinas a G. trouxe um fato que muito se discutiu durante as aulas de mestrado: qual a precariedade dos programas de formação de professores, em especial, aqueles que trabalham com crianças deficientes, que tem influência direta com o modo de sociedade patriarcal, importada do ocidente colonizador. O relato da G. que é professora da rede municipal, deixa claro a importância de se pesquisar outros caminhos para a educação e a formação de professores.

“Ele não está mais gostando da escola, está difícil para ele ir com prazer, ano que vem, ele iria para o turno da manhã, ficar no meio dos mais velhos. E andei falando com outras pessoas, e pensando sobre o assunto, então decidi levá-lo para a APAE. Hoje ele tem ficado a maior parte do tempo fora da sala de aula. Ele não está em sala de aula, ele não tem aproveitado nada. R: será que não é a escola que está falhando? G: pode ser, mas a escola não vai mudar, na área é pior ainda. Ontem mesmo aconteceu um fato, tive de ir buscar o M. porque o motorista não conseguiu colocar o M. na Topik, e eu cheguei e ele entrou, com lágrimas nos olhos e bem rápido no carro. Eu questionei a professora que estava com ele, e ela contou que a Topik foi pegar ele no portão de baixo, porque estávamos lá, e o M. não quis entrar, entrou em pânico. A escola não se deu por conta que essa mudança de portão, confundiu o M. ele deve ter ficado confuso com medo de não ir para a casa, já que mudou a direção. E como a escola não conseguiu perceber os motivos, eu fiquei mais decidida a trocar. E falando com uma professora da APAE, ela disse que seria melhor, pois ela reconhece que neste ano o M. regrediu bastante, por passar a maior parte do tempo fora da sala de aula. A escola não sabe trabalhar com crianças deficientes. Tinha de ter uma graduação para professores nessa área. Eu não posso deixar o M. triste, ele não tem progredido, e na APAE ele terá a alfabetização, ele irá continuar aqui no projeto do IPAd, e no projeto da educação física”. (G., Décima Primeira Oficina)

Meditar traz um estado de relaxamento, de concentração como já trouxe em outro capítulo, onde a meditação consciente, em que a “atenção significa que a mente está presente

na experiência incorporada de cada dia. [...]” (VARELA; THOMPSON; ROSCH, 2003, p. 39) potencializa o viver em ato. Viver o aqui e o agora. E o instrumento que utilizei para isso foi a respiração. Nas oficinas da Rj., ela trouxe a dificuldade em viver o aqui e agora, viver o presente suas preocupações antecipam o futuro, ou vivem no passado, e o presente, o viver em ato não acontecia.

“Sabe aquele dia que a gente falou em sofrer por antecipação, porque eu me questionava muito, enquanto mãe, com a mana, né. O que eu fiz de errado, e daí pensei; sei lá, cada um tem seu caminho, eu nem me dei por conta e as coisas foram mudando. Mas foi muito por eu me dar por conta de que eu estava vivendo no futuro, e eu não vivia aqui e agora. Como a questão do xixi do P. a fala dele, todos já estão falando, tirando a fralda, e aí eu pensei se ele não falar tudo bem, vamos ter de nos adaptar, eu relaxei, deixando as coisas andarem no tempo próprio, tudo começou a se organizar, ele está falando muito, com um sotaque de alemão bem forte. Eu estava muito angustiada com tudo isso”. (Rj., Sétima Oficina).

Foi uma consciência que a Rj. alcançou, lá na sétima oficina, demorou, ela precisou compreender os acontecimentos individuais que aconteceram nesse ano após o diagnóstico do autismo no filho P. A filha mais velha teve uma crise nervosa muito séria, sendo que com as nossas oficinas a Rj. passou pelo processo autopoietico mudando suas atitudes frente a vida, frente a filha e os resultados foram de mais aproximação, de mais respeito ao tempo e ao modo de ser e estar do outro e de resgate ao diálogo, como vemos:

“Bem mais tranquila do que da última vez. Veio tudo mais calmo na minha cabeça, sem correria, lá em casa, [...] nosso dia a dia, as crianças, apesar de estarem uns dias mais cansados, mas está indo sabe, o P está mais tranquilo, a mana mais alegre, parece que nós estamos nos falando mais, retomamos o diálogo, antes parecia que eu ficava mais com o mano e não dava atenção para o resto, não tinha tempo nem vontade, e agora estou conversando mais com ela, estou mais por dentro, estou indo buscá-la na escola, e naquele minuto vamos conversando, as fofocas da escola, ela questiona as coisas da escola”. [...] “E agora antes de vir para cá eu estava pensando, um vestido era branco com azul de listras, veio um conjunto todo branco com azulzinho, uma saia rodadinha, e antes era tudo preto, lembra que te

falei, e ela disse que gostou de todos, daí já mudou e eu fiquei pensando, eu estava sofrendo por antecipação, da mesma maneira com o P. claro que eu ainda fico enlouquecida quando eu vejo o braço dela, mas ela está vaidosa”. (Rj., Sexta Oficina).

Quando eu afirmei que precisei trabalhar com um número variado de oficinas, com a Rj. os encontros foram apenas dez, não tiveram uma regularidade semanal por dificuldades em conciliar o trabalho dela com os horários disponíveis no SIS, e isso eu considero ter sido insuficiente para acomodar a perturbação disparada nas oficinas.

No entanto, a Rj demonstrou ter um potencial auto-organizativo, pois em diversos momentos ela por si mesma se auto-organizou, saindo do caos que se instalou pelo ruído das oficinas. *“Eu acho que a função dos cortes dela é que me deixaram muito insegura, foi o meu limite de medo. Eu nunca impus nada, só também não soltava muito. Foi uma maneira grotesca de aprender, mas está fazendo eu rever”. (Rj., Quinta Oficina). “Sinto-me um pouco fracassada. [...] eu me sinto muito impotente, eu sinto muito medo”. (Rj., Quarta Oficina).*

No caminhar da quinta oficina a Rj concluiu sua auto-organização, afirmando: *“Eu acho que estou me impondo mais”*. E, disse mais, afirmou que ela já havia sido assim e que estava apenas: *“é voltando a ativa, como eu brinco. Para mim é até um pouco tenso”*. (Rj., Quinta Oficina). Seu processo de autopoiese lhe empoderou e lhe proporcionou escolher outros modos de existir. E, claro ela está se autoconhecendo, tudo o que pode o corpo, quais são as emoções disparadas, como essas são expressadas.

Outro ponto interessante que a Rj tocou, e que eu trouxe no quadro teórico, é a influência da sociedade patriarcal na ontogenia das mães, em que o padrão de ser mãe é repetido sem contextualizar, reproduz-se o que tivemos enquanto filhos, mesmo que não seja o modo mais adequado para os momentos atuais, de complexidade e transição.

“Ela trouxe a educação que teve na infância, e percebeu que reproduz essa educação e isso é o que torna o aspecto de aceitação social o mais difícil de ser mãe do P. o grito e o choro do P. desestabilizam-na e ela se perde nesse caos. “Corre, corre para não “pensar”, porque ela não pode dizer alto que se sente impotente. ‘cresci na pressão de não incomodar os outros e fui sobrevivendo’”. (Diário da Pesquisadora).

Essa tentativa de reproduzir o modo de ser mãe de quando foi filha, repetiu-se com ambos os seus próprios filhos:

“Eu acho que em algum momento eu devo ter me perdido e ter atropelado a mana, a gente nunca sabe o que passa na cabecinha deles.

Eu me lembro que na idade dela eu já estava trabalhando para os outros, a gente tinha outra carga, ela estava sempre reclamando sobre provas, trabalhos, e eu questionava sobre o que mais, porque ela está só estudando. Porque com 6 anos eu já cuidava do meu irmão, meus pais iam para a lavoura e eu cuidava dele. Imagina! Ah repara o mano uns minutos enquanto vou ao supermercado, fica atenta ao mano enquanto o pai sai do salão e eu estou saindo para trabalhar. Mas isso não é nada, ela cuida do quarto dela. Eu acho que às vezes a gente alcança demais. Na idade dela eu tinha toda uma casa para cuidar. Mas é outra geração, outros tempos”. (Rj., Quinta Oficina).

As oficinas com a Rj. foram muito produtivas, embora ainda tenhamos muito caminho a trilhar, no sentido de que ela teve a oportunidade de olhar para si, se autoconhecer, relaxar, no modo de ser e estar a partir do diagnóstico do filho com autismo, fato que para ela foi muito desestabilizador. Houve o processo de autopoiese, ela possui um sentido interno de coerência para compreensão do que é sofrimento, tanto que questionada sobre:

“R: O que é sofrimento para ti? Rj: até então eu achava que era uma dor, ter uma doença que não tenha cura. Mas agora eu não sei o que é. Às vezes eu acho que a gente sofre mais da alma do que de uma dor. Eu só me sinto muito triste, tenho uma vontade de ficar quieta sozinha, bem quieta”. (Rj., Nona Oficina).

O autoconhecimento disparado nas oficinas, onde sempre a Rj. chorou muito, vivenciou as emoções de medo, tristeza, frustração, ou seja o ruído interno disparado lhe provocou aprendizagens que influenciaram diretamente no modo de agir dos filhos, como ela diz: *“eu fico pensando que eu era mais evasiva, desrespeitava a vontade dos outros, eu estou muito crítica com tudo, se não gosto não gosto, e não faço mais questão de agradar. Eu estou questionando os gritos do P. ele grita e olha para mim”. (Rj., Décima Oficina).* E essa mudança estrutural da mãe potencializou mudanças no P. pois ele começou a caminhar, a falar, a ir ao banheiro sozinho, tudo depois do início das oficinas e da inclusão dele no Projeto de Estudo do Ipad, aliado ao tratamento homeopático.

A Rj trouxe como expectativa que as oficinas

“Sejam uma ferramenta para educar o outro, humanizar o profissional que trabalha com Autistas, pois ela não se sente acolhida, acalentada, por esses que estão no mercado de trabalho. Quando recebeu o laudo se sentiu perdida”. (Rj., _ Oficina).

Ser mãe de uma criança autista é viver um dia de cada vez, aprendendo em ato de ser mãe. A relação de mãe e filho é muito especial, e o amor que emana desse vínculo é transformador, e é preciso que haja um acolhimento a essas mães, para que elas possam aceitar que o sofrimento é potencializador de aprendizagem, como a Rj percebeu um caminho:

“É, e uma coisa que estou vendo com o P. que é prioridade, é respeitar o tempo dele. Não o que os outros querem, não o que os outros dizem, ah mas com cinco anos ele tinha de estar reconhecendo as cores, não ele não vai estar, ele vai estar mais devagar. A questão da música, para mim ele diz: calma mãe eu sou inteligente”. (Rj., Décima Oficina).

Assim, nas oficinas com a Rj., consegui perceber que ela possui potencialidade para gerenciar o sofrimento e realizar sua autopoiese, ou seja a Rj. complexificou-se a partir de nossas oficinas. Entretanto, o número de dez oficinas não foi suficiente para que ela acomodasse todas as emergências, pois cada um tem o seu próprio tempo de aprendizagem.

6 CAMINHOS QUE SE ABREM:

O caminho não se encerra ao concluir essa dissertação. Assim que, quando senti a necessidade de pesquisar o sofrimento e o modo de aprendizagem com as mães de crianças autistas, enquanto participava do grupo de pesquisa, adentrei em um mundo de sentidos desconhecidos para mim. Entreguei-me àquela curiosidade que vinha emergindo aos poucos mas que criava uma força de querer compreender esse *universo* autista. Mas onde estava o início da linha desse novelo para tecer minha teia?

Conversei com professores, médicos da área, ouvi relatos e compreendi que não havia um início, uma ponta de novelo certa, um caminho pronto, eu iniciaria tecer a minha teia mergulhando no novelo e buscando a minha ponta de linha. Ou seja, o caminho começa ao caminhar por escolhas próprias.

Dentre tantos temas relevantes foquei em compreender a relação entre emoção, conhecimento do aprender na vivência com as mulheres enquanto mães de filhos autistas, cujo disparador foi o sofrimento observado, a partir de uma linguagem analógica pela técnica da meditação. E, nós efetivamente sentimos, choramos, rimos, nos arrepiamos em uma compreensão do vivido. Naquele momento éramos cúmplices na transformação vivida.

Os objetivos específicos de compreender os ruídos internos vividos no estar-sendo mãe de um filho diagnosticado com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA); sensibilizar as mães a pensar sob uma outra lógica de consciência originária; criar um ambiente que potencializasse a complexificação delas por meio de vivências; perceber como elas foram afetadas, complexificadas e a própria potencialidade da emergência de um conhecimento de si. Posso dizer que foram alcançados. Observar nas crianças os reflexos da complexificação dessas mães, a recursividade dos afetos e a própria circularidade, que não estavam previstos inicialmente na pesquisa.

Quando eu percebi que esta seria uma demanda em que eu teria paixão em abraçar, com o meu jeito próprio de acolher essas mães e potencializar o empoderamento das mesmas; que com o estudo das teorias da complexidade, do movimento da auto-organização e da biologia do amor houve a minha própria complexificação no processo e, daí, consegui afetá-las, foi para mim um empoderamento de viver. Apoiei-me na ferramenta da meditação e da autonarrativa para dar conta do vivido, enquanto sujeito implicado, assim como, as próprias mães incorporaram tal metodologia.

A presente dissertação mostra que quando aceitamos sentir a vida, emocionar-se com ela, deixar-se afetar pelo e com o outro, com atenção plena e consciente dos nossos atos, nós

estamos aceitando viver no fluxo da vida, e a autopoiese se dá. Emergimos do caos em busca do equilíbrio.

O sofrimento faz parte do viver e podemos perceber nos relatos das mães que é um disparador em potencial da aprendizagem.

Eu e as três mães, sujeitos ativos da pesquisa, vivenciamos na meditação, as emoções que a sociedade ensinou a sufocar, compreendemos que o corpo se expressa, comunica-se e adoece no momento em que lhe é negado espaço para vivê-lo.

O estado de estresse e o discurso pronto das mães que nega a realidade vivida, provocou-me a sugerir uma abordagem que as provocassem no âmbito da aprendizagem.

No ato de pesquisar fui encontrando o meu modo de provocá-las, apropriando-me do meu modo de fazer pesquisa, da minha metodologia de trabalho multidisciplinar, pois incluí nas oficinas a meditação com respiração consciente, o diálogo amoroso, o acolhimento, criando um espaço de confiança e alteridade. Assim, os marcadores foram emergindo e dando a direção das oficinas. Experimentei, usei em outras técnicas que auxiliassem no relaxamento profundo e provocasse as emergências.

Neste aspecto, as três mães, demonstraram possuir o potencial para auto-organização, conseguiram perceber a aprendizagem, pela complexificação pelo ruído, que o sofrimento dispara, houve o acoplamento estrutural e a autopoiese das mães e ainda, houve um devir complexo na percepção do uso de uma linguagem analógica e da união com o todo cósmico.

A contribuição científica da presente pesquisa é no sentido de demonstrar que o sofrimento é disparador de aprendizagem e que a meditação com a respiração consciente, é uma prática de transformação de si, que proporciona autonomia, empoderamento e saúde ao praticante e afeta a autopoiese dos filhos autistas, vindo a ser um modelo complexo de educação no paradigma da Salutogênese (ANTONOVSKY, 1988). Nessa prática vivenciamos os conceitos de afetação, de enação e complexidade trabalhados nas oficinas.

A autonarrativa escrita se mostrou nas oficinas da C., uma ferramenta importante para a organização do caos instalado.

Como expectativa, essa pesquisa trouxe a importância da amorosidade, do acolhimento, da empatia, da humanização na formação dos profissionais que trabalham com as famílias autistas problematizando a práxis desses profissionais e problematizando a neuroplasticidade da criança autista.

Dessa forma, como resultado secundário, mas não menos importante, é o fato de que essa autopoiese das mães reverberaram e afetaram a autopoiese dos filhos autistas, visto que, os três filhos, tiveram um ganho significativo na fala, na autonomia e na independência. Duas

das crianças evoluíram na fala e uma delas no caminhar. Esse método não é usado de forma isolada, ao contrário toda a pesquisa é fundada na complexidade do viver em ato, portanto, ficou demonstrada que a meditação potencializa a transformação do vivido junto a todas as outras ferramentas de cuidado do autista, como o trabalho da fonoaudióloga, o trabalho do médico que acompanha, os diversos projetos de aprendizagem cognitiva, a escola. Enfim, mesmo que tal pesquisa não buscasse tal resultado, pois o objetivo primeiro era compreender o como essas mães aprendem a partir do sofrimento, o resultado final foi importante e poderá ser disponibilizado a alcançar mais famílias.

Assim, tenho que a relevância deste trabalho, inédito junto aos familiares, está na escuta do familiar do autista, do cuidador, de modo singular, amoroso, que lhe proporciona uma entrega segura pela empatia para que possa, então, a partir daí autoconhecer-se pela emergência do vivido e, continuando num caminhar seguro, permitir-se a autopoiese no que refletirá no desenvolvimento cognitivo da criança autista que por ele é cuidada.

Ou seja, o ambiente de segurança e de amorosidade é fundamental para que a emergência do vivido se dê, e a partir dela o processo todo se desencadeará com a consciência que é a complexificação da aprendizagem vivida e que só ocorrerá em um ambiente repleto de empatia.

Assim, como se dá a aprendizagem pelo sofrimento? Posso responder, que é pelo e com Amor.

REFERÊNCIAS

- ALVES, R. *Variações sobre o prazer*. São Paulo: Planeta do Brasil, 2011.
- ASSOCIAÇÃO JINGUIANA DO BRASIL (AJB). *Cadernos Junguianos*, São Paulo, n.10, 2014.
- BACHELAR, Gaston. *A filosofia do não; o novo espírito científico; a poética do espaço*. Seleção de textos de José Américo Motta Pessanha. São Paulo: Abril Cultural, Coleção os Pensadores, 1978.
- BARBIER, R. *A pesquisa-ação*. Brasília: Líber Livro Editora, 2007.
- BERGAMASCHI, M. A.; BENVENUTI, J.; MARQUES, T. B. I. (Orgs.). *Educação Indígena sob o ponto de vista de seus protagonistas*. Porto Alegre: Evangraf Ltda., 2013.
- BERGAMASCHI, M. A.; DALLA ZEN, M; XAVIER, M. (Orgs.). *Povos indígenas e educação*. Porto Alegre: editora Mediação, 2012.
- BOBBIO, N. *A era dos direitos*. 11. ed. Rio de Janeiro: Campus, 1992.
- BOECHAT, W. *A mitopoese da psique: mito e individuação*. Petrópolis/RJ: Vozes, 2009.
- BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Resolução CNE/CEB nº 5, de 22 de junho de 2012. *Define diretrizes curriculares nacionais para a Educação Escolar Indígena na Educação Básica*. Brasília: CNE, 2012. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=11074-rceb005-12-pdf&category_slug=junho-2012-pdf&Itemid=30192. Acesso em: 14 fev. 2016.
- CAPRA, F. *O ponto de Mutação*. São Paulo: Cultrix, 2002.
- _____. *A teia da vida*. São Paulo: Cultrix, 2006.
- CAPRA, F.; LUISI, P. L. *A visão sistêmica da vida uma concepção unificada e suas implicações filosóficas, políticas, sociais e econômicas*. São Paulo: Cultrix, 2014.
- CDH vai debater as políticas públicas para as pessoas autistas. *Agência Senado*, Brasília 20 março 2015. Disponível em: <http://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2015/03/20/cdh-vai-debater-as-politicas-publicas-para-as-pessoas-autistas>. Acesso em: 14 fev. 2016.
- DAHLKE, Rüdiger; NEUMANN, Andreas. *A Respiração como Caminho da Cura a regeneração física, psíquica e espiritual através da nossa capacidade mais elementar*. São Paulo: Cultrix, 2009.
- DAMÁSIO, António. *O Mistério da Consciência do Corpo e das Emoções ao Conhecimento de Si*. São Paulo: Companhia das Letras. 2015.
- DEMO, P. *Complexidade e aprendizagem: a dinâmica não linear do conhecimento*. São Paulo: Atlas, 2008.

DELEUZE, Gilles. *Cursos sobre Spinoza*. Fortaleza: EdUECE, 2009.

ÉSTES, C. P. *Mulheres que correm com os lobos: mitos e histórias do arquétipo da mulher selvagem*. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

_____. *A ciranda das mulheres sábias: ser jovem enquanto velha, velha enquanto jovem*. Rio de Janeiro: Rocco, 2007.

FERREIRA, L. A. M. *O Estatuto da Criança e do Adolescente e a Educação: Direitos e Deveres dos Alunos*. São Paulo: Verbatim, 2011.

FRANCELIN, M. M. A epistemologia da complexidade e a ciência da informação. *Ciência da informação*, Brasília, v. 32, n. 2, p. 64-68, mai./ago. 2003.

FREIRE, P. *Extensão e Comunicação*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.

_____. *Pedagogia da Autonomia. Saberes necessários à prática Educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 2011.

_____. *À Sombra desta Mangueira*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2012.

_____. *Pedagogia do Oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2013.

GHAMORRO, G. *Terra Madura Yvy Araguayje: Fundamento da Palavra Guarani*. Dourados-MS: Editora UFGD, 2008.

JOHNSON, R. A. *Viver a vida não vivida: a arte de líder com os sonhos não realizados e cumprir seu propósito na segunda metade da vida*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

I SEMINÁRIO Autismo e Políticas Públicas. *Conselho Regional Psicologia Minas Gerais*, Belo Horizonte. Disponível em: <http://www.crpmg.org.br/GeraConteudo.asp?materialID=2891>. Acesso em: 14 fev. 2016.

JUNG, C. G. *O desenvolvimento da personalidade*. Petrópolis-RJ: Vozes, 1981.

_____. *Símbolos da transformação: análise dos prelúdios de uma esquizofrenia*. Petrópolis-RJ: Vozes, 2011a.

_____. *Seminários sobre sonhos de crianças: sobre o método da interpretação dos sonhos; interpretação psicológica de sonhos de crianças*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011b.

_____. *O Eu e o inconsciente*. Petrópolis: Vozes, 2013.

KASTRUP, Virgínia. O devir-consciente em rodas de poesia. *Revista do Departamento de Psicologia - UFF*, v. 17, n. 2, p. 45-60, Jul./Dez. 2005.

KUSCH, R. *América Profunda*. Buenos Aires: Biblos, 1999.

_____. *Esbozo de una antropología filosófica americana*. Rosário: Fundación A. Ross, 2012.

- _____. *La negación en el pensamiento popular*. Buenos Aires: Editorial Las cuarenta, 2008.
- _____. *El pensamiento indígena y popular en América y la negación del pensamiento popular*.
- LÉVI-STRAUSS, C. *O pensamento selvagem*. Campinas/SP: Papyrus, 1989.
- _____. *História de Lince*. São Paulo: Companhia das Letras, 1993.
- MACEDO, R. S. *A etnopesquisa crítica e multirreferencial nas ciências humanas e na educação*. Salvador: EDUFBA, 2004.
- MATURANA, H.; VARELA, F. *El árbol del conocimiento*. Santiago: Universitaria, 1990.
- MATURANA, H.; VARELA, F. J. *De Máquinas e Seres Vivo Autopoiese – a Organização do Vivo*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.
- MATURANA, H; PÖRKSEN, Bernhard. *Del Ser Al Hacer Los Orígenes de La Biología del Conocer*. Casilla 34-T Santiago/Chile.2004
- MATURANA, H.; VERDËN-ZOLLER, G. *Amar e Brincar: fundamentos esquecidos do humano do patriarcado à democracia*. São Paulo: Palas Athena, 2004.
- MATURANA, H. *Emoções e Linguagens na Educação e na Política*. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2002.
- MATURANA, H. *Cognição Ciência E Vida Cotidiana*. Belo Horizonte: UFMG, 2001.
- MENEZES, A. L. T.; PINHO, A. M. M. de. *Arte e vivência: libertação do feminino em situação de pobreza*. Curitiba/PR: CRV, 2014.
- MORIN, E. *Ciência com Consciência*. Rio de Janeiro: Editora Bertrand Brasil, 2002.
- _____. *Os Sete Saberes necessários à educação do futuro*. Tradução de Catarina Eleonora F. da Silva e Jeanne Sawaya. 2. ed. São Paulo: Cortez; Brasília/DF: UNESCO 2011.
- _____. *Por uma Reforma do Pensamento*. Conferência introdutória ao colóquio “Reforme de la pensée et système éducatif”, promovido pela UNESCO, em setembro de 1994, na cidade de Paris.
- MORAES, C. M. *Educar na biologia do Amor e da Solidariedade*. Petrópolis: Editora Vozes, 2003.
- NASCIMENTO, A. C. (Org.). *Criança Indígena: diversidade cultural, educação e representações sociais*. Brasília: Liber Livro, 2011.
- NASCIMENTO, A. C.; VINHA, M. Educação Escolar Indígena e o Sistema Nacional de Educação. In: XXIII SIMPÓSIO BRASILEIRO DE POLÍTICA E ADMINISTRAÇÃO DA EDUCAÇÃO; V CONGRESSO LUSO-BRASILEIRO DE POLÍTICA E ADMINISTRAÇÃO DA EDUCAÇÃO; I COLÓQUIO IBERO-AMERICANO DE POLÍTICA E ADMINISTRAÇÃO DA EDUCAÇÃO, 2007, Porto Alegre. *Cadernos ANPAE*, Porto Alegre:

- ANPAE, 2007. Disponível em: http://www.anpae.org.br/congressos_antigos/simposio2007/01.pdf. Acesso em: 14 fev. 2016.
- NICHOLSON, S. (Org.). *O novo despertar da Deusa o princípio feminino hoje*. Rio de Janeiro: Rocco, 1993.
- OLIVEIRA, C. J. de; WANDERER, K.; GELSA, F. (Orgs.). *Etnomatemática, currículo e formação de professores*. Santa Cruz do Sul: Edunisc, 2010.
- OLIVEIRA, C. C. *A educação como processo auto-organizativo: fundamentos teóricos para uma educação permanente e comunitária*. Lisboa: Instituto Piaget, 1999.
- _____. *Auto-Organização, Educação e Saúde*. Coimbra: Ariadne Editora, 2004.
- _____. *Contributos educativos e comunitários do Movimento Epistemológico da Auto-organização- um método auto-organizativo na formação de educadores de adultos*. *Educação*, Porto Alegre/RS, v. 30, n.1, p. 165-180, jan./abr. 2007.
- OLIVEIRA, C. C. et al. *Aprendizagem e sofrimento: narrativas*. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, 2012.
- PELLANDA, N. M. C. *Maturana e a educação*. Belo Horizonte: Autentica Editora, 2009.
- PINHO, A. M. M. de. *El valor ético del arte*. Buenos Aires: Libris, 2003.
- PRANIS, Kay. *Processos Circulares*. São Paulo: Palas Athena, 2010.
- ROCHA, A.; JORDE, K. *Uma criança especial: um impressionante relato da historia de Adriana Rocha, 13 anos, autista, e sua sabedoria*. Rio de Janeiro: Ediouro, 1998.
- ROSEMBERG, M. B. *Comunicação não-violenta, técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais*. São Paulo: Ágora, 2006.
- SADE, C. *Enação e Metodologias de Primeira Pessoa: o reencantamento do concreto das investigações da experiência*. *Informática na Educação: teoria & prática*, Porto Alegre, v. 12, n. 2, p. 45-58, jul./dez. 2009.
- SOARES, Eliane M. S.; RECH, Jane. *Refletindo Sobre Processos Educativos em Ambientes Virtuais à Luz da Biologia do Conhecer*. *Informática na Educação: teoria & prática*, Porto Alegre, v.12, n.2, jul./dez. 2009.
- TASAT, J. A.; PÉREZ, J. P. (Coords.). *El hedor de américa: reflexões interdisciplinares a 50 años de la américa profunda de Rodolfo Kusch*. Sáenz Pena: UNTREF e Centro Cultural de la Cooperación Floreal Gorini, 2013.
- VARELA, F. J.; THOMPSON, E.; ROSCH, E. *A mente incorporada: ciências cognitivas e experiência humana*. Porto Alegre: Artmed, 2003.
- VASCONCELOS, C. E. de. *Mediação de Conflitos e Práticas Restaurativas*. São Paulo: Editora Método, 2012.

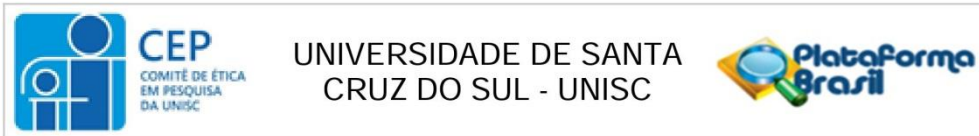
VICOSA, R. M. O.; MENEZES, A. L. T. Educação Guarani, a resolução de conflitos e a Mediação transformativa como vivência. In: 5ª CONFERÊNCIA INTERNACIONAL DE PSICOLOGIA COMUNITÁRIA, 2014, Fortaleza. *Anais...* Fortaleza: UFC, UNIFOR, 2014. p. 442-442. Disponível em: http://www.5cipc2014.org/conteudo/view?ID_CONTEUDO=215. Acesso em: 14 fev. 2016.

VITALE, E. Direitos Indígenas e Direitos Fundamentais: uma Reflexão Crítica. *Revista Eletrônica do Curso de Direito - PUC Minas Serro*, n. 2, 2010. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/DireitoSerro/article/view/1341/1843>. Acesso em: 14 fev. 2016.

WOOLGER, J. B.; WOOLGER, R. J. *A Deusa interior*: um guia sobre os eternos mitos femininos que moldam nossas vidas. São Paulo: Cultrix, 2007.

ZWEIG, C. *Ser Mujer*. Barcelona: Editora Kairós, 2013.

ANEXO A - Parecer Comitê de Ética



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: EDUCAR-SE NA COMPLEXIDADE DO VIVER: ONTOGENIA, AFECTOS E ENAÇÃO

Pesquisador: RAQUEL MARIA DE OLIVEIRA VIÇOSA

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 46976015.0.0000.5343

Instituição Proponente: Universidade de Santa Cruz do Sul - UNISC

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.315.693

Apresentação do Projeto:

Trata-se de um projeto de pesquisa apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Educação - Mestrado, Área de Concentração em Educação, Linha de Pesquisa em Aprendizagem, Tecnologias e Linguagens na Educação, Universidade de Santa Cruz do Sul, orientado pela Profa. Dra. Nize Maria Campos Pellanda e realizado pela estudante Raquel Maria de Oliveira Viçosa.

Este trabalho tem por finalidade compreender o processo de complexificação e aprendizagem das mulheres no sofrimento de ter um filho diagnosticado com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA). A metodologia trabalhada será a da complexidade trazida, em especial, por Edgar Morin, cujas oficinas oportunizarão um espaço de meditação e escuta de si mesmo, num processo de conhecimento de si pelo ruído, considerando a potencialidade do amor e da cooperação de uma outra lógica complexa de viver em conexão com o cosmos.

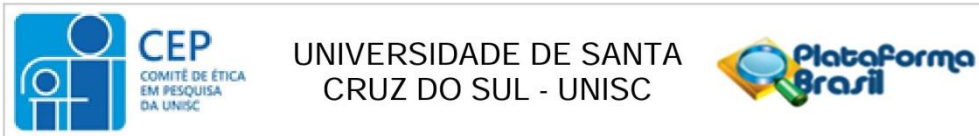
Objetivo da Pesquisa:

Presentes e claros. Quais sejam:

Objetivo primário: compreender o sofrimento e a relação entre emoção, conhecimento do aprender em ato no paradigma matrístico com as mulheres/mães de filhos autistas cujo disparador será o sofrimento observado a partir de uma linguagem analógica.

Objetivo secundário: criar um ambiente que potencialize estratégias de gerenciamento desse sofrimento.

Endereço: Av. Independência, nº 2293 - Bloco 6, sala 603
Bairro: Universitário **CEP:** 96.815-900
UF: RS **Município:** SANTA CRUZ DO SUL
Telefone: (51)3717-7680 **E-mail:** cep@unisc.br



Continuação do Parecer: 1.315.693

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Presentes e claros. Quais sejam:

Riscos: o risco que existe é a pessoa não compreender o diagnóstico de Transtorno do Espectro do Autismo como sofrimento capaz de levar a aprendizagem.

Benefícios: potencializar recursos de gerenciamento a cerca do sofrimento sofrido pelo diagnóstico do transtorno do espectro do autismo do filho visando uma educação saudável além de propiciar pela meditação o auto conhecimento.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A metodologia trabalhada será a da complexidade trazida, em especial, por Edgar Morin, cujas oficinas oportunizarão um espaço de meditação e escuta de si mesmo, num processo de conhecimento de si pelo ruído, considerando a potencialidade do amor e da cooperação de uma outra lógica complexa de viver em conexão com o cosmos.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

TCLE: presente

Folha de rosto: presente e assinada

Projeto: presente e completo

Orçamento: presente e assinado

Recomendações:

Não há.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há.

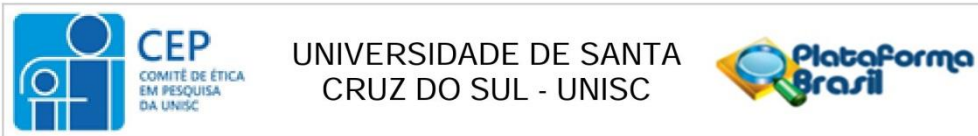
Considerações Finais a critério do CEP:

Projeto aprovado e em condições de ser executado.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_544206.pdf	28/10/2015 11:39:44		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	modelo_TCLE.pdf	28/10/2015 11:38:49	RAQUEL MARIA DE OLIVEIRA VIÇOSA	Aceito
Projeto Detalhado	projeto_pdf.pdf	28/10/2015	RAQUEL MARIA DE	Aceito

Endereço: Av. Independência, nº 2293 - Bloco 6, sala 603
Bairro: Universitário **CEP:** 96.815-900
UF: RS **Município:** SANTA CRUZ DO SUL
Telefone: (51)3717-7680 **E-mail:** cep@unisc.br



Continuação do Parecer: 1.315.693

/ Brochura Investigador	projeto_pdf.pdf	11:36:41	OLIVEIRA VIÇOSA	Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_544206.pdf	07/07/2015 16:16:05		Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_544206.pdf	03/07/2015 10:14:33		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	2502_001.pdf	03/07/2015 09:55:34		Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_544206.pdf	29/06/2015 20:00:35		Aceito
Folha de Rosto	20150630003338033.pdf	29/06/2015 19:58:14		Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SANTA CRUZ DO SUL, 10 de Novembro de 2015

Assinado por:
Ingo Paulo Kessler
(Coordenador)

Endereço: Av. Independência, nº 2293 -Bloco 6, sala 603
Bairro: Universitario **CEP:** 96.815-900
UF: RS **Município:** SANTA CRUZ DO SUL
Telefone: (51)3717-7680 **E-mail:** cep@unisc.br

ANEXO B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

EDUCAR-SE NA COMPLEXIDADE DO VIVER: ONTOGENIA, AFECTOS E ENAÇÃO DO PPGEDU-UNISC

Eu, _____, aceito por livre e espontânea vontade, participar da pesquisa de campo no Projeto de Pesquisa Educar-se na complexidade do viver: ontogenia, afectos e enação do Programa de Pós-Graduação em Educação/ PPGedu-UNISC em conjunto com a aluna mestranda Raquel Maria de Oliveira Viçosa, fone (51) 99713947 sob a orientação da prof. Nize Maria Campos Pellanda (51) 81167791. Autorizo a utilização de meu nome e de minha imagem (fotos e vídeos) na pesquisa e em eventos educacionais e de saúde.

O objetivo da pesquisa é compreender a relação entre emoção, conhecimento do aprender na vivencia com as mulheres/mães de filhos autistas cujo disparador será o sofrimento observado a partir de uma linguagem analógica pela técnica da meditação.

Os objetivos Específicos são: compreender os ruídos internos vividos no estar-sendo mãe de filho diagnosticado com Transtorno do espectro autista (TEA); sensibilizar as mães a pensar sob uma outra lógica de consciência originaria; criar um ambiente que potencialize a complexificação das mães por meio de vivencias; perceber como essas mães são afetadas, complexificadas e a potencialidade da emergência de um conhecimento de si e observar nas crianças os reflexos da complexificação das mães, a recursividade dos afectos, circularidade.

A relevância deste trabalho está diretamente ligada ao desenvolvimento cognitivo das crianças, filhas dos sujeitos pesquisados, por ser o Autismo uma patologia que afeta as relações sociais de interação, cognição e comunicação.

Assim, em respeito à legislação pertinente quanto a liberdade da pessoa humana e utilização dos dados, pode qualquer participante sair da pesquisa a qualquer momento sem gerar despesas adicionais de qualquer espécie aos participantes.

Fui, igualmente, informada:

- **que o projeto está em análise no Comitê de Ética da UNISC e que as oficinas iniciarão antes do parecer final do Comitê, já no mês de agosto, devido ao tempo necessário para a conclusão da pesquisa.**
- da garantia de receber resposta a qualquer pergunta ou esclarecimento a qualquer dúvida acerca dos procedimentos, riscos, benefícios e outros assuntos relacionados com a pesquisa;

- da liberdade de retirar meu consentimento, a qualquer momento, e deixar de participar do estudo, sem que isto traga prejuízo à continuação de meu cuidado e tratamento;
- da garantia de que não serei identificado quando da divulgação dos resultados e que as informações obtidas serão utilizadas apenas para fins científicos vinculados ao presente projeto de pesquisa;
- do compromisso de proporcionar informação atualizada obtida durante o estudo, ainda que esta possa afetar a minha vontade em continuar participando;
- da disponibilidade de tratamento médico e indenização, conforme estabelece a legislação, caso existam danos a minha saúde, diretamente causados por esta pesquisa;
- de que se existirem gastos adicionais, estes serão absorvidos pelo orçamento da pesquisa.

Nesses termos vão assinadas duas cópias de inteiro teor do acordo.

Santa Cruz do Sul, 06 de agosto 2015.

Sujeito da pesquisa

Raquel Viçosa – mestranda

Nize Pellanda- orientadora

ANEXO C - Entrevista semiestruturada

PERGUNTAS GUIAS:

- I. Qual sua expectativa sobre as nossas oficinas?
- II. Já praticastes meditação?
- III. Como foi a experiência de ter seu filho diagnosticado com TEA?
- IV. Qual o impacto dessa experiência em sua vida?
- V. Já passaste por situações semelhantes no passado?
- VI. O que você aprendeu com ela?
- VII. O que mudou em sua vida a partir dessa situação?
- VIII. Hoje, vivendo essa experiência de ser mãe de uma criança com diagnóstico TEA, quais são suas aprendizagens?
- IX. Há alguma situação recorrente em sua vida?
- X. Fez alguma diferença participar das oficinas, meditar e escrever sobre seu sofrimento?
Como?

ANEXO D - Diálogo das oficinas

1. OFICINAS DA C.

PRIMEIRA OFICINA

Fiz uma apresentação do projeto, e a aplicação do instrumento de entrevista semiestruturada.

SEGUNDA OFICINA

Perguntada a C. respondeu: -Eu passei bem, nos nossos encontros, vai ser bom tanto para mim quanto para ti, vai respingar neles (referindo-se as crianças autistas). Expliquei que iniciariamos com a meditação e depois teríamos um espaço para conversarmos, para trocarmos ideias. Trouxe que o importante é a entrega, e iniciei o relaxamento, falando suavemente sobre a importância da respiração, do ar que entra, do ar que sai, pedindo que prestasse atenção ao movimento da respiração ao seu corpo, permitindo que os pensamentos que vierem a mente possam partir. O aqui e agora! Foram 15 min., de meditação.

Quando ela retornou foi perguntado: - como se sente? E a C. respondeu:

“Tudo bem, quando se concentra no coração é mais rápido, porque é um órgão meu, melhor do que prestar atenção num relógio por exemplo, e todas às vezes que vinha uma distração eu prestava atenção no coração. E quando veio o ronquinho agora no final, me veio a sensação de um corpo velho, cansado, uma sensação assim e foi estranho sentir isso. Foi estranho tu se perceber velho? Sim, foi. Para mim passa os anos e eu não vejo a vida passar, a minha vida eu não estou vivendo, não me cuido, esse cuidado que preciso ter tanto com comida, roupa, e sempre para aos outros, não comigo, é até uma fuga. Fujo de me encontrar, de críticas, de uma autocrítica, pois, do contrário, tu tens de tomar uma atitude, e mais fácil cuidar dos outros, se eu for cuidar de mim, eu preciso tomar atitudes e é mais fácil estar cuidando dos outros. E eu sinto muitas saudades de um colo, e quem geralmente me dá esse colo é meu filho, ele me elogia, e ele é muito do olfato, me cheira, e diz “ah que cheiro bom de mãe”. Ele elogia minha roupa, esses dias fiz uma maquiagem, ele disse: -“ não, essa não é minha mãe, acho que vou querer outra agora para mim”. Ele tem esse olhar para mim. Só ele tem. Questionada: cada olhar é assim, os colegas da escola, como essa tia que mora comigo tem um olhar de cuidado mais muito crítico, fala que eu tenho de me cuidar, usar saltos, maquiagem. Como foi tu te perceber assim agora, num corpo de velho? É preocupante, porque com qualquer mãe de filho deficiente que você falar vai ouvir a preocupação com o futuro, com a velhice de como vai ficar esse filho

quando elas envelhecerem. A gente pensa que nós somos insubstituíveis, que só eu vou dar conta dele. Mas eu penso que se eu não ensinar isso para ele, quem vai ensinar? E porque tu choraste? Chorei porque dói, eu me sinto muito sozinha, tanto no escrever e aqui eu me dei por conta o quanto estou sozinha com tudo isso, por mais que eu tenha um aparato de gente perto de mim que me elogia como sou boa mãe, mas eu me sinto sozinha. E eu crio uma fortaleza, eu digo para mim que dou conta de tudo, e isso também afasta os outros. Dói, eu penso nesse sentido de sentimentos, no dia a dia eu dou conta, o T. não é um autista grave, mas é pesado, todos dias repetindo as mesmas coisas, isso cansa, e pesado. Mas falando de sentimentos, o emocional, tanto da mãe, parabéns pelo teu olhar para as mães, porque se as mães não estão bem, os filhos não estarão bem, temos de estar forte, isso os psiquiatras, os médicos, dizem, mas às vezes esse “ficar forte”, e o forte demais, é o que causa o próprio abandono nos de nós mesmos. Ser tão forte e não chegar para alguém e pedir um colo. Eu gosto muito dessa palavra colo, lembro da minha mãe, da minha avó. Sinto falta de um colo, um colo que não é qualquer pessoa que vai dar, físico ou emocional. Essa coisa de mãe mexe comigo, ser mãe e ter tido minha mãe junto comigo, é muito do emocional de se construir assim, essa coisa de ser tão materna. Hoje eu vivo a maturidade da maternidade, de todas as experiências que vivi, que me fortaleceu para essa maternidade. É por conta dessa maternidade eu não consigo sair com as amigas, de ir nas lojas para comprar por não ter vontade de comprar, e na escola e a mesma coisa com meus alunos, eu dou colo para eles, eu desempenho esse papel maternal na escola. Nas minhas terapias é isso que ela enfatiza, aonde está a C. mulher, está escondida dentro de um corpo para não se revelar para a vida, de não estar aberta para outros relacionamentos, sinto que minha essência está bem escondida, e não quero revelar. Eu sinto até desacreditada a palavra Amor. Eu não acredito em relacionamentos, para mim não vale a pena tentar de novo, procurar, se desgastar com isso. No físico eu vejo que preciso cuidar da alimentação, no mental eu procuro pensar positivo, no espiritual eu sempre estou em busca, eu cuido, mas no emocional e o que pesa, ele paralisa ou impulsiona e no meu caso ele paralisa, e aí entra a depressão e a euforia. Se eu estou depressiva, só em casa, sem querer sair o T. também sente.

Questionada se nunca pensou em ver por outro lado, que não o da doença; respondeu: não, nunca pensei por esse caminho, nunca pensei em não focar pela doença. O próprio autismo, eu não vejo como doença, e como eu leio muito eu acredito às vezes que eles são de outros mundos, são seres que vem de outros lugares para transformar a vida da gente. Às vezes eu penso por aí. Então o que que te fez tu querer adoecer, tu buscar a doença? O que que fez tu te abandonar tanto, já que tu consegues ver o autismo não como doença, mas como seres diferentes. Respondeu: Eu nunca pensei sobre isso. Não sei te dizer.

Também falaste que nos momentos que tu tiras para escrever que são muito bons, e o que é a escrita para ti? A escrita flui, como se eu tivesse recebendo informações e quando termina eu choro. Eu sei que sou capaz de escrever bem, mas sempre me surpreendo com o que escrevo, acho lindo, às vezes penso que tem influência espiritual. E eu choro porque sinto uma emoção muito grande, até de agradecimento por ter escrito tudo aquilo, porque faz bem para as outras pessoas. Assim me sentia quando eu escrevia para a coluna do jornal e eu parei quando entrei numa depressão, e também não tive muito retorno e daí fui desistindo, assim como desisti do meu corpo, da minha faculdade. Eu ganhei a faculdade praticamente de graça e trancou na monografia, primeiro porque eu queria fazer sobre o autismo, e o professor disse que não porque ia entrar para o lado da medicina, da psicologia e aí eu desisti no primeiro não, e agora não dá vontade de voltar. E quando chega ali que quase vai, é daí eu me boicoto. E tudo depende só de mim.

Questionada, do porquê ela desiste, responde que é a vontade. Quando tem vontade de fazer, eu faço. Mas me deixam muito livre, e eu não funciono sem cobrança. E lá em casa as pessoas me identificam como se eu fosse um esteio e eu acho muita responsabilidade para mim. Até a minha psiquiatra diz isso, que todos precisam de mim lá em casa.

Sobre hoje qual foi tua aprendizagem com a meditação. – Foi um autoconhecimento, eu me dei por conta que muitas coisas de mim, foi um aprendizado, e talvez assim, nas próximas vezes ocorrerá uma contradição de tudo o que disse agora, porque é sobre o emocional, pode ser que o que senti hoje não sinta de novo, mude, sei lá, como será das próximas vezes.

A meditação, ou esse tempo que tiramos para olharmos para nós, é importante para ver que nós não somos perfeitinhas, somos um caos, mas ok o que eu faço com isso? Vamos sim passar pelo caos, pelo turbilhão e eu espero que a gente consiga se auto-organizar, perceberem a auto-organização. Eu até percebo, mas não sei o que fazer com essa informação. Justamente isso, o prestar atenção ao corpo. O corpo sabe o que fazer!

Da semana que passou como percebeu a influência da meditação? Eu me senti mais quieta, mas não é tristeza, e o pensamento de si pensar.

Na primeira vez tu disse: nossa eu sou muito agitada, me dei por conta! E o que aconteceu durante a tua semana? Ela te acalmou, ficou quieta. Muito bom!

Quando eu aceitei fazer esse trabalho, eu pensei que legal vou ajudar ela, vale a pena ajudar. Mas estou me dando conta que não estou só te ajudando eu estou me ajudando e isso é muito bom. E o teu olhar é bem diferente, do da psiquiatra, com a tua fala tu acabas fazendo eu me cobrar, cobrar de uma forma leve, por exemplo: “o que você vai fazer com esse limão?” Isso me acorda mais, isso está me despertando. Eu também preciso de ajuda, de colo, se eu estiver

bem ele também irá estar bem, mas eu também preciso descobrir o que é esse “estar bem”! O que me faz ficar bem, posso estar com roupas lindas, maquiada, eu posso não estar bem. E tem dias que estou super bem, engajada em atividades sociais me move, eu adoro, mas não sei o que fazer, preciso descobrir.

Para encerrar, eu gostaria que tu escrevesse cartas, todo o turbilhão que estas passando, como tu estas se sentindo e quais aprendizagens que tu podes estar tendo com tudo isso.

TERCEIRA OFICINA

Iniciamos com a leitura da autonarrativa. Hoje lanço a proposta de utilizar a técnica do Reiki na nossa oficina, pode ser? Claro, eu sou terapeuta Reikiana também, vou adorar. Como tu passou essa semana? Está sendo muito bom, tudo está ajudando até o clima está ajudando, dá vontade de se repensar, de fazer as coisas, uma clareza de ideias. E de alguma forma está afetando teu filho? Estou surpresa que faz dias que não brigamos, não discutimos, eu até comentei com o T. e isso tem influência das oficinas. Quando a mãe está bem, o filho está bem e o contrário nem sempre ocorre. Para mim é até um privilégio ter um filho autista, ele sabe se comportar, ele interage. No primeiro encontro sai daqui e fui no projeto de ginástica dos autistas para ver o pessoal e fiquei observando as outras mães, porque nos espelhamos muito nos outros pais, por que muita superproteção, negação. E eu vejo que eu consegui que ele tenha uma independência, educação, foi conquista minha, a nossa relação é muito boa. E estes nossos encontros me trazem muita calma, que estou levando para casa, mas com a problematização das questões, para melhorar. Estou conseguindo sair, passear, falar sobre diversos assuntos. Principalmente na possibilidade de muita coisa mudar para melhor, de estímulos, tanto para ele quanto para mim. Estou percebendo, tanto aqui quanto na psiquiatra, inclusive expliquei para ela que estou fazendo as oficinas contigo e ela adorou, gostou muito, que às vezes o estímulo não é para ele e para mim, porque se eu estou estimulada eu consigo levar ele para sair, passear, se eu não estou são dois que ficam em casa. É isso estou percebendo, o quanto está sendo bom estar conseguindo sair, fazer coisas e falar sobre diversos assuntos. Neste momento eu expliquei para a C. como usamos o conceito de estímulo como algo externo, e aqui trazemos a perturbação interna, porque essa força de querer sair é a tua vontade, e a vontade é interna, vem de dentro, a emoção que é o disparador da ação, é no momento que conhecemos nossa emoção, se vou por aqui ou por ali, você está agindo, no seu tempo, e as coisas vão acontecendo, e para mim também, porque eu enquanto pesquisadora implicada não sou mais a mesma, estou sendo tocada.

Iniciamos o Reiki com a duração de 15 minutos. Despertando, eu tive consciência de tudo o tempo todo. E ao mesmo tempo que via mandalas se formando, e veio pensamento bem específico sobre o pai do T. como se alguém dissesse para mim que ele veio como instrumento para a minha evolução, por isso ele não é presente. Como se ele fosse um instrumento potencializador da minha evolução. Porque se não fosse tudo isso que eu vivi e o T. viveu também, eu não teria evoluído tanto. E o que eu vou fazer com essa informação? Eu sentia muita mágoa pela falta de atenção ao filho, e para mim, ele hoje tem outra família, e essa mágoa que ainda existe tem de ser transformada e com esse entendimento de que ele foi apenas um instrumento e isso que tenho de fazer, transformar essa mágoa em perdão. Eu não quero ficar falando dele como uma pessoa ruim, mas especialmente para mim ele deixou marcas ruins principalmente no meu lado mulher. Essa mãe eu sei que sou, uma boa mãe que está sempre melhorando. Hoje se eu for me definir como pessoa eu me defino como a C. Mãe do T.! A mulher não existe. Várias tentativas, terapias, eu ainda não consigo. Tanto que o meu sobre peso e uma opção de proteção. E como se fosse assim: o meu casamento foi todo baseado em que ele não queria que eu engordasse, que eu não engravidasse, para não engordar, ele cuidava da minha alimentação, dos exercícios, eu permiti que ele comandasse minha vida, desde os 14 anos até os meus 28 anos era ele que comandava minha vida. E quando me separei é como se essa C. tivesse morrido. Era muita humilhação. Tem frases dele na minha cabeça, como por exemplo: - como tu vai estar quando tiver a idade da tua mãe? E coisas nesse sentido. A própria sexualidade, de estar dormindo na mesma cama por meses e não acontecer nada. E todos me criticaram diziam: tu tens tudo porque vai se separar? O tudo era material. E o meu sobrepeso é para não atrair outros olhares, que não quero passar por experiências assim, eu trabalho as cicatrizes que ficaram, e o personagem que eu vesti foi o da mãe, o da professora. Apesar de agora não estar com sala de aula, eu não tenho vínculos com ninguém, sou dedicada, mas não crio vínculos, por não ter uma turma.

Pesquisadora: -Foi muito importante hoje, produtivo, porque ter essa consciência do papel do pai do T. na tua vida foi bastante significativo, muda muita coisa. Vamos ver como você vai passar essa semana, principalmente perceba o que esse silêncio de estar contigo mesma, esta te provocando, como tu diz está te desacomodando, então como será? Continua escrevendo, por favor.

Sim, porque quando eu venho aqui não sei o que vai acontecer, sobre o que vamos conversar. Como essa coisa sobre ele, eu procuro não estar mais falando nele, porque eu não sou mais importante para ele, mas acaba sendo recorrente para mim, eu não quero falar mal dele, mas acabo falando. R: Por que tu não consegues virar a página, porque tem coisas que tu precisas

compreender para seguir em frente. C: Sabe que muitas coisas eu resolvo no sonho com ele. Eu sonho muito e digo tudo que quero no sonho. Ele é um cara jovem, e a nova esposa tem 23 anos, e ele uns 48 anos; nada contra, mas o comportamento dos pais de se isolar e de se relacionar com as pessoas influencia, e eles também se isolaram, e eu me vejo nessa esposa, bem miudinha, magrinha, nós somos amigas, e o dia em que eu soube que ela estava grávida eu sonhei e disse para ele: - que a espiritualidade estava dando uma nova chance para ele ser pai e que ele aproveitasse, e que eu estava perdoando e pedindo perdão. Foi um sonho muito agitado e real. E a partir desse dia eu tive uma outra forma de pensar nossa situação, mas eu ainda tenho mágoa, e ele não está nem aí. Ele tinha uma intenção boa de cuidar de mim, mas a forma como isso era cobrado foi que deixou essas marcas.

R: São duas questões que fico pensando, será que a maior causa desse teu abandono e o sofrimento de ter um filho com autismo ou foi esse relacionamento?

C: - Com certeza foi o relacionamento, eu gosto de crianças, por mim eu adotaria mais filhos.

R: - Então partindo desse posicionamento, se hoje tu tivesses de responder o questionário de início com relação ao sofrimento. Se tu já passaste por uma situação semelhante no passado e a consequência do teu sofrimento, as respostas seriam diferentes, a consequência foi o abandono, mas foi pelo relacionamento e não causado pelo filho autista. Isso muda muita coisa, e principalmente tira de cima do T. a responsabilidade por esse teu abandono.

C: - Sim, foi muito importante ter se dado por conta disso, muda tudo! Muda o foco. Porque eu encaro assim, já passei muita coisa com o T. foi desgastante, mas eu encaro de uma forma mais positiva possível, eu não me queixo por ter um filho autista, mas o meu passado foi um sofrimento por causa desse relacionamento, impede que eu queira me relacionar com outro homem. Até já tive outros dois namorados.

QUARTA OFICINA

Iniciamos pela leitura da carta, Reiki de Luz e Calor, onde duas questões foram problematizadas: - “Busco novas formas de estar no mundo e os sonhos. ”

C: Os sonhos foram muito reveladores!

Já que falamos tanto desse homem, desse personagem da minha história, pai do T., que deixou muitas marcas em mim, não queria estar falando ou pensando nele, mas está lá embaixo do tapete, e essa noite eu sonhei muito vivo com ele, a gente conversa bem, “ele chegou para mim e pagou uma hidroginástica para mim, e estava muito agitado, eu gritava me espera, me espera, e eu disse: por isso que nunca deu certo, eu ia em um ritmo e eu em outro. E ele respondeu: que tudo que fez ele fez para o meu bem, para minha saúde, eu tinha vontade de te ajudar.” E esse

jeito dele falar dele me acalmou, vai de encontro com o que já falamos e também ao que uma terapeuta de florais sugeriu que eu fizesse exercícios na água, pois ela abraçaria minhas carências.

Aconteceram muitas coisas legais, no meu trabalho eu estou tendo tempo para estar em casa, recolhida em casa para minhas leituras exotéricas, voltei a frequentar o centro espírita, que fazia tempos que eu não ia. E cada palestra foi exatamente sobre o que eu precisava ouvir, uma foi sobre a família, ontem foi sobre a mágoa, e foi muito bom ouvir, pois a mágoa nos adocece, e isso fica apenas na gente, pois não afeta os outros. Assim eu sinto com o T. pois tudo que quero para ele, de estímulo, me afeta e nem toca ele, ele não se preocupa.

R: Você percebeu que cada um é responsável pela sua caminhada, visto que tudo que tu sentes é responsabilidade tua e afeta apenas a ti. A mágoa fica em ti, não afeta o outro, e só tu podes escolher o que fazer com ela. Outro ponto que quero questionar, você disse que atraiu muitas pessoas que estavam vibrando e pensando do mesmo modo que tu, como e isso?

C: Têm dias que encontramos com assuntos normais, e o que está acontecendo e que às vezes encontramos pessoas que trocam aprendizagens conosco, vem para nos ensinar, para trocar. E várias vezes aconteceu de eu estar no centro da cidade e eu acabo encontrando pessoas e a gente troca. Assim também está sendo com minha alimentação, eu comia errado, e agora eu me questiono se eu quero mesmo comer aquilo, se eu preciso, e está sendo mais saudável, além de nós estarmos almoçando todos juntos, parei com o leite e me sinto melhor. Eu não forco, mas eu simplesmente não quero. E tem vindo muitas informações, talvez por eu estar em silêncio, me escutando, pois, muita coisa eu já sabia, só não queria ver.

R: A partir do momento que tu tens consciência de que ele te causou sofrimento está no corpo, tu tens que tomar uma atitude, porque toda vez que tu alcanças o conhecimento de algo tu tens que tomar atitudes, pois elas foram metabolizadas no teu corpo então tu já te transformaste e tu precisas agir, ou ficar estagnada, sair dessa zona de conforto.

C: O principal em mim, minha maior transformação, é no físico. Eu vejo assim, o físico é a vitrine o quanto eu consegui superar tudo isso, pois eu estou escondida dentro de um corpo que não é meu. As medicas já disseram isso e eu concordo, eu sei tudo de nutrição, mas não aplico.

R: Esse é um outro ponto que quero abordar, sobre as formas de estar no mundo.

C: Quando eu escrevi na carta tinha um sentido, agora depois da nossa conversa tem outro sentido. Formas de estar no mundo eu busco como formas de aprendizagem, cursos, Reik, especialização, de educação, de autismo.

R: Foi uma metáfora. Mas essa questão de tu falares que tu não queres mais esse corpo, que ele não é teu. Os modos de existir, temos modos de existir, antes de chegar aqui eu era uma, no

momento que entrei em contato com vocês, refletimos, problematizei, eu já me modifiquei, eu quero voltar a ser aquela eu já não posso, não tem como, mas também posso perceber que aquela já não me serve, mesmo que eu pudesse voltar, não ia querer, porque ela não me serve mais. Não quero mais me esconder numa massa de gordura, eu quero comer, ser feliz, ser mulher, desabrochar para o mundo, então é um modo de existir, foi bom, foi sofrido, passou pelo que tinha de passar, mas não quero mais. Tu é mãe, professora, foi esposa, tu é ex-esposa.

C: As pessoas querem muito me ver diferente, verem eu magra, mas isso só vai existir quando eu quiser que isso aconteça, que eu permiti.

R: Isso serve para ti compreender o porquê que não usamos estímulos, existe o interno, a perturbação.

C: Enquanto não tiver significado para mim não vai acontecer. Tem que ter um sentido para mim. Eu acho que Paulo Freire traz isso, que só se aprende aquilo que tem significado. E me dei por conta também o quanto eu tenho permitido que as outras pessoas comandam a minha vida, para mim está tranquilo, confortável. E aconteceu que um rapaz que conheci que mora em outra cidade, ele vinha e queria ficar lá em casa, queria algo mais, e eu disse que tinha minha tia, enfim, e ele questionou: -sim, mas de quem é a casa? Tu não és adulta? O que tu queres? Então se tu queres, tu tens meio de fazer as coisas acontecerem. E a minha tia ficou totalmente incomodada com a presença dele. E eu aí me dei por conta o quanto eu ainda abro mão das minhas coisas. Mas percebo que são pistas a partir desse olhar para mim. E na sexta aconteceu de eu ter a possibilidade de pegar uma carona com um rapaz para vir na UNISC, mas para isso teria de faltar aula, e eu escolhi pegar a carona, arriscar, ter um bom papo, eu arrisquei. E um começo, até para eu não me assustar.

Iniciamos a respiração pelo relaxamento do corpo, percebendo a respiração, o corpo por 10 min. Quando eu fechei os olhos eu via formas dançando na cor amarela, como se fossem vários túneis, e senti a água, o vento, a terra o ar, tudo isso dançando na minha frente, montando formas e desmontando essas formas. Questionada o que compreendeu disso, respondeu, que é um novo jeito que está se abrindo se formando, outras formas que estão se mostrando com a ajuda dos elementos, e a cor amarelo predominou. Eu expliquei sem profundidade que tem a ver com o resolver assumir as rédeas da tua vida, autonomia, pelo sentido da cromoterapia, as cores podem ser metáforas para que nos compreendamos o processo de autoconhecimento, temos de encontrar linguagem.

As formas também, as muitas pessoas. Sabe, veio uma fala, a gente quer identificar a fonte, mas veio de mim, minha fonte, enfim, veio uma fonte dizendo que: “em breve as pessoas não vão

precisar falar tanto, como hoje, a comunicação será por outros meios mas para isso precisaremos estar mais calmos”.

O que faço em casa, porque eu me canso, para o T. eu tenho de falar muito, eu relaxo e faço gestos, ou escrevo, para eu não me cansar.

R: Isso e autopoiese.

QUINTA OFICINA

Iniciamos pela leitura da autonarrativa: Essa semana foi muito significativa na parte dos sonhos e muito sono. De não conseguir acordar de manhã, e nos sonhos tive encontros com o pai do T. aprendi muito, principalmente com esse relacionamento, foram três encontros nos sonhos, em que ele me relevou coisas que eu já sabia, mas que ele não se deu conta do quanto ele estava me prejudicando, e no sonho ele disse que ele queria o melhor para mim, e eu consegui dizer que existem formas e formas de fazer as coisas, foi de uma forma muito imposta!

Eu sempre sonhei, mas agora com as oficinas eu tenho sonhado muito mais. E eu percebo que não preciso falar com meus desafetos, no sonho eu falo tudo. E no centro espírita, estou indo sempre no mesmo, criei um vínculo e a cada trabalho abordado parece que é justamente o que trabalhamos durante a semana. É uma tranquilidade de tudo que está acontecendo, eu não me envolvo com notícias ruins, não significa que estou apática, mas eu não me envolvo, não me desestabiliza. Em casa minha tia adora essas notícias ruins, mas eu não me envolvo, não quero, não me toca. Estou muito envolvida com a natureza. As pessoas que estão chegando lá em casa, não vem por acaso, estão sendo conduzida, aos poucos eu vou descobrindo o motivo, as colegas falam, como eu aguento essas visitas lá em casa, e eu adoro, para mim seria uma comunidade, e eu sonhei com uma comunidade, que era para eu construir um quadrado que seria uma comunidade, com diversos templos de várias religiões. Tenho andado muito pela natureza, caminhando na praia, e o interessante, foi que quando deu cedo, tinha uma vendinha para comprarmos água, quando deu fome, tinha uma casa com uma plaquinha que dizia: “vende-se trufas”, e então comemos, parece que tudo está à disposição para a gente. E essa meditação que a gente faz toda a noite com a energia da mãe Maria, direcionando para o país, para o mundo, está sendo ótimo, e o T. está participando, escutando músicas bem zen.

R: Quando tu falaste sobre a conversa, será que isso não é uma metáfora, para que tu te dêes por conta que esses diálogos são teus internos, por questões mal resolvidas que ficaram em ti? Como se tu estivesse te libertando.

C: Sim, eu concordo, porque para eles não dá nada. Quando eu digo meus desafetos, são os três homens da minha vida que sinto falta, (ex-marido, pai e irmão). E eles estão vindo, sem eu

chamar, estão me visitando mais. Mas eu sinto muita falta deles. Meu irmão mora uns cinco anos em Porto Alegre, casado.

C: Essa parada para ouvir esse passarinho cantando, para observar e ver os sinais; essa ligação espiritual mais aguçada, e isso está sendo a maior aprendizagem.

R: Parece que essas metáforas sobre tu estares caminhando e ter ali a água, a comida, é para mostrar que a vida não é difícil, tudo está a nossa disposição, não precisamos correr, correr, correr.

C: Sim, e até para o dinheiro, as pessoas correm atrás do tempo e do dinheiro; eu tenho dinheiro quando eu preciso. E o tempo nem se fala, eu estou tendo tempo para acordar para esse tempo: acordar- acordar de acordar; acordar de concordar e acordar de dar a cor!

Vamos meditar?

C: Eu queria o Reiki, porque foi muito bom aquele dia.

R: Mas eu considero que tu não precisas de mim para fazer o Reiki, tu consegues, vamos exercitar essa autonomia, vamos fazer uma meditação mais prolongada, com um relaxamento mais lento, e vamos ver como se sai. OK

Vamos respirando bem profundo, sentindo seu corpo Vamos despertando os pés, os dedinhos

Suspirou bem fundo e disse gratidão! Foi muito profundo, não teve quase pensamento, imagens, a única imagem que veio foi como se eu vestisse o meu personagem de mulher, meia- calça, cinto, bem o simbolismo de mulher.

R: Ou seja, foi tu te apropriando dessa mulher, porque esse personagem és tu!

C: Foi muito relaxante, eu acho que é cedo para eu falar, ela vai ter de crescer, pode ser uma menina que está dentro de mim, e ela tem de crescer virar mulher. Todos os conflitos que tive no meu casamento, com minha sexualidade.

Um silêncio, uma lentidão para falar, e não quis falar muito, disse sentir um formigamento, e foi muito profundo. (Prolongou-se um silêncio de minutos).

C: Sabe que eu tinha uma necessidade de dar presentes, quando eu tinha crises de bipolaridades na hora da euforia eu dava, dava presentes, dava tudo que eu tinha. E nessa última semana, eu percebi ao contrário, porque tenho procurado um presente para uma amiga que está de aniversário e todos os presentes que encontro são para mim, eu compro para mim. E aconteceu ontem que eu comprei uma imagem da Nossa Senhora barroca para ela, e resolvi ficar para mim, hoje comprei uma blusa e uma pulseira, e resolvi ficar com a pulseira para mim, meu primeiro símbolo do meu feminino, porque eu preciso do concreto. Outro personagem que eu usava, principalmente na escola em que trabalho, era o de fazer piadas, muitas brincadeiras,

falar bobagens de sexo, e eu estou me dando por conta que eu chego lá e fico quieta, estou em silêncio, não tenho vontade, porque para mim o sexo é sagrado. E, quando eu era casada com o pai do T. ele frequentava a gnose; é a ciência do autoconhecimento, todos o conhecimento sobre chacras, energia, eu fui apresentada aos 14 anos, inclusive o sexo como sagrado, o tantra, também foi assim. E eu me dei por conta que falo todas essas bobagens como se eu fosse uma pessoa muito segura sobre sexo, e não sou. Penso que era uma defesa minha que agora não faz mais sentido, esse personagem não está tendo mais valor para mim. Comentaram comigo que estou ficando chata, mas eu estou mais quieta. O Sexo foi muito reprimido pelos pais, já aos 14 anos, e quando nos praticávamos era mais uma meditação, uma troca, energia da Kundalini, isso tudo nos praticávamos, e eu não sei aonde isso se perdeu, e eu não vejo isso como um prazer, era como meditação, de estarmos conectado. E agora está vindo diferente, mas eu não quero qualquer parceiro, e de qualquer sexo, mas eu reconheço a força da feminilidade, da mulher e eu sei que não é qualquer um que vai vir e se apropriar do meu corpo, muito calma. Na verdade, eu estou sem medicação para a bipolaridade por uma semana, e ele é minha muleta, e eu não sei ficar sem. Isso retém líquido, mas eu tenho receio de parar ainda, mesmo que já estejam me perguntando se eu preciso mesmo. Mas eu tenho receio, não vou dizer medo porque medo é uma palavra feia.

R: Não medo é importante, faz parte do teu instinto de sobrevivência, não é feio. Mas o medo não pode te paralisar, de mandar na tua vida. O importante é a aceitação, tu chegares e dizer eu vou tomar o remédio, porque assim me sinto bem, Ok, a vida é tua. Se ele te da segurança, Ok.

C: O ideal seria que eu não precisasse da medicação, que eu fosse despertando e não precisasse mais.

R: Bem, então ficamos por aqui hoje, escreva tua autonarrativa, entre de cara nela, (risos)

C: Sim, porque nessa última eu estive resvalando, nós é nós.

Gratidão.

SEXTA OFICINA

Diz a C.: que essa autonarrativa mexeu muito comigo. Fizemos a leitura, e iniciamos nossa conversa.

Na autonarrativa ela traz as máscaras, a negação o tempo todo, e ao mesmo tempo constata que não se permite viver! Eu me pergunto por que estou aqui, por que estudar, trabalhar, o vem que o foco sempre é o filho. Mas eu digo para mim mesma, mas tem tanta gente que gosta dele que ficaria com ele, não no sentido de eu partir. As coisas mudam.

R: Eu questiono isso com base em Maturana: viver e aprender e aprender e viver. Não há separação entre viver e aprendizagem. E quando tu dizes que tu não te permites mais amar, sofrer, rir, recomeçar, ousar, chorar; tu não te permites mais viver. Para tudo precisamos ter ousadia, rir, chorar, amar...

Mas são fases, daqui a pouco eu já não penso mais. Eu me dei por conta que tudo eu posso, mas eu não acredito em mim, todos acreditam e eu não. Por exemplo, esses cartazes que tenho feito, todos na escola estão maravilhados, e eu acho tão comum. O T. acredita em mim, ele me dá colo, ele disse na noite passada: “- mãe, tu não podes pensar assim, existem homens que são carinhosos também, e tu não pode esquecer que eu sou um homem também”! E, aí eu me dei por conta.

Ele o T. tem uma idade mental de uns 13 anos, e ele está despertando para querer mulheres, deitar junto, mas sem sexo. E ele pergunta muito como era meu relacionamento com o pai dele, se fazia sexo com ele ou não. (Risos)

Nesse ponto, o meu sofrimento é nesse caminho do relacionamento do sexo! Muito medo de começar um relacionamento com alguém, primeiro se vai dar certo com o T. e depois por tudo que passei. E eu quero dizer que essas oficinas estão mexendo muito comigo, positivamente, todas essas conversas estão mexendo muito comigo, diferente da psiquiatra, o tema e o mesmo, mas tua abordagem é diferente, por vezes tu vai direto. E os sonhos, estão muito vivos, e muito frequentes. Como o meu ex-marido eu pinto como um monstro, mas ele não é um monstro, ele tinha o jeito dele de querer o melhor para mim, talvez se eu tivesse ido pelo caminho dele, quem sabe eu não estaria melhor, sei lá. Já foi. Com o meu pai. Não é uma fuga da realidade, mas o sonho está ali para elaborar muitas coisas em mim, eu estou muito satisfeita com tudo que estou pensando sobre mim, vir aqui é o meu momento, pode estar caindo raios e trovões, eu venho. Hoje foi bem cansativo de vir, mas é o meu momento. E o que falamos aqui fica para a semana, levo junto, mas principalmente todas essas lágrimas que saem de mim, fico apavorada, só aqui acontece isso, ha, ha, ha, não é tristeza, é uma alegria eu poder estar conversando sobre isso e eu não forço as lágrimas a saírem, como se abrissem uma torneirinha e jorram lágrimas.

R: Mas é bom chorar, derreter. O fato de eu ir direto te assusta?

C: Não, não é ruim, eu me assusto porque eu tenho de responder rápido sobre algo que nunca havia pensado, só por isso, mas é ótimo. Estou amando. Junto de eu estar aqui vem outras fontes que eu estou indo, como no centro espírita, estou indo já a um mês, então é um conjunto de coisas boas que está diferente desde que comecei a vir nas oficinas. Em casa também está tranquilo, a gente dorme muito, tranquila, porque lá em casa se eu estou bem, todos estão bem, até o cachorro fica bem, eu estando ruim, todos ficam também.

R: É que tu estas com pilares de segurança, como a tua fé, pessoas que te fazem bem, onde tu optaste em não querer mais as pessoas que te faziam mal, é opção tua, tu construístes tua própria realidade, e tu optaste por essa forma positiva de viver. O que é a realidade? É como tuas emoções são disparadores das ações, então se tu estas emocionalmente bem, tuas ações são boas nesse caminho, a gente não está isolada.

Obs.: Tenho a impressão que a C. só quer falar, não quer ouvir o que eu tenho para falar!

C: Algo que aconteceu também que foi bem forte foi o T. resolver não ir mais na APAE, ele decidiu isso, e ele está bem. Ele disse que não estava legal lá, ele não se identifica com as crianças da APAE mais. Mas não significa um isolamento, estamos vendo outras formas dele se relacionar socialmente. E até o autismo dele, agora eu compreendo que não é uma doença, parece que está se fechando, para ele parece que ele não precisa vir aqui, não precisa ir para a APAE, por ele está bem, não que seja uma cura, mas ele adquiriu uma autonomia. E outra coisa importante, e tudo está acontecendo agora, a avó dele mora em frente da nossa casa junto com dois primos do T. jovens/adultos, que não trabalham, são sustentados pela avó, e um deles andou surtando, quebrou toda a casa, não sabem o motivo, se é droga, ou doença; e o T. estava tendo ele como uma referência masculina. Inclusive esse menino ficava olhando filmes pornô e se masturbava na frente do T. bem fora da casinha, e o T. começou a achar errado, mas ele ri, não tem esse filtro, daí fiz assinatura de filmes para ele ficar em casa e foi ótimo, porque ele não vai mais tanto lá. O meu maior medo e ele sofrer um abuso. Por mais que eu já tenha explicado tudo, mas ele diz que como eles são amigos, se o amigo quiser fazer com ele, ele tem de deixar, não pode dizer não para o amigo, eu quase morro! É um grande desafio para mim tudo isso.

R: Enfim, por esse período todo que estamos juntas tivemos grandes aprendizagens.

C: Eu já disse para a minha psicóloga que o que me sustenta é a minha fé inabalável. Eu vou em tudo, desde centro espírita até igreja católica, umbanda. Fizemos o evangelho no lar, o T. participa de tudo. Mas a psicóloga fala muito em perdão, perdoar o outro, perdoar a mim. E eu ainda não penso assim.

R: E existem culpados? Eu penso que não existem culpados, existem aprendizagens, escolhas, eu sou responsável pela minha caminhada e posso escolher por qual caminho seguir. É bem isso, aqui nós tratamos de aprendizagens, não é terapia, apesar das nossas conversas.

Então vamos meditar, respirar bem profundo sentir o ar que entra, o ar que sai percorrendo todo o seu corpo, inspira e solta tranquilamente, de forma leve, como se a vida fosse uma dança, num ritmo leve, desviando dos outros casais, seguindo em frente, indo e voltando, sem nunca perder o ritmo. Respiração é vida, é amor por você, é você quem brilha, sem paradas, num ritmo contínuo.... (Nesse momento os passarinhos no estacionamento cantaram muito alto, muito lindo). Depois de 15 min, vai voltando, respirando fundo, sentindo vontade de se mexer, e como se sente?

C: Me sinto muito bem, eu enxerguei muito nítido o Chico Xavier psicografando, e acho que abriu um portal aí com essas cartas para Raquel, e eu acho que vou por esse caminho. Já aconteceu comigo isso. Eu tenho conversado muito sobre isso, talvez sejam lembranças que vieram agora.

R: quem sabe é tua missão? Importante tu assumir teu lugar no mundo!

Ela quis ficar mais em silêncio, e encerrou-se a oficina.

SÉTIMA OFICINA

Conversamos sobre o clima, sobre a quantidade de chuvas e raios, amenidades do dia a dia. Iniciamos a leitura das autonarrativas, são duas cartas. A segunda carta, foi nomeada pela C. como uma carta bomba!

C: Tu provocaste Raquel e veio esse desabafo muito grande, sobre as figuras masculinas que conversamos, sobre o meu avô, que trouxe como meu “mentor”. E os quatro homens: meu ex-marido, meu pai, meu irmão e meu filho, o quanto foram importantes para mim. E o meu avô que foi a pessoa que sempre me valorizou muito e a minha mãe também. Trazendo esse sofrimento sob uma perspectiva de dar a volta por cima, sob a perspectiva de mudança.

R: E por que tu dizes que eu te provoqueei?

C: Isso aqui está me provocando, essas oficinas estão mexendo comigo!

R: Realmente estás cumprindo o seu papel de ser perturbada, de aprender pelo ruído!

C: Quando o Luiz me falou das oficinas, eu pensei vou ajudar ela, como mãe de um autista eu tenho bastante para ensinar, para trocar. Mas daí eu comecei a perceber que não é essa a intenção. E justamente o perturbar para aflorar esse outro lado, que não o da mãe.

R: Na verdade, são oficinas para compreender o que vocês aprendem com o sofrimento. Porque o sofrimento pode paralisar ou impulsionar, são encontros de aprendizagens, o diagnóstico do

autismo ele entrou como principal num primeiro momento, mas quando vocês começaram a olhar para vocês, começou a aparecer esse outro lado, de que vocês paralisaram a vida por conta desse diagnóstico, e que foi até uma desculpa porque outros sofrimentos mais profundos estavam escondidos. Vocês estão sendo provocadas a olhar para vocês e eu me incluo nisso, porque eu me identifico com todas vocês nas oficinas, pontos contigo, pontos com a G. com a R., chego a me espantar, porque é muito forte, e estar olhando para isso novamente está me dando a oportunidade de perceber que ainda tem algo para ser curado, e aí entra a minha aprendizagem. E eu dizia para a R. antes, o quanto é bom escutar as gravações anteriores, são degraus que vocês estão subindo, complexificando-se.

C: E a última página foi um decreto para mim mesma, vou pensar mais em mim, está escrito, é um documento!

R: Como tu passou, depois se dar por conta de tudo isso, não deve ter sido fácil?

C: O ponto em que estou é encontrar aonde eu perdi a minha mulher. Porque eu perdi, está escondido.

R: E o que identifica essa mulher para ti?

C: As atitudes, de saber o que quer, de ir atrás, de buscar, de ter, pelo que eu sou e não pelo que os outros querem que eu seja. Permitir-me o Ter e não apenas o Ser. Eu posso ter um carro, eu posso ter uma carteira de motorista, está na hora disso.

R: Então essa mulher tem atitude, é uma caçadora, como toda a fêmea ela permite ou não o macho de se aproximar. Tu vias essas questões como conflituosas, e paralisava. É tu lutar por ti! Tem a ver com instinto de sobrevivência, de fêmea, de conquistar, tu queres ter a coragem de ir à luta, conquistar o que tu desejas, seja o que for, um homem ou um carro, tu falas dessa fêmea.

C: Se eu olho para trás, eu vejo o quanto eu fui aniquilada por esse casamento, por esse desprezo, de indiferença. Na minha cabeça esse cara não existe. As vezes ele aparece na mãe dele e eu não reconheço esse homem, não que eu quero esconder coisas de mim mesmo, não. Eu só não espero nada dele, ele não me toca mais. Antes eu ficava assim, quando acontecia dele não buscar o T., dele prometer e não cumprir, eu tentava mostrar p o T., mas ele não queria ver isso, ele idolatra esse pai. Agora não, eu estou bem. Eu vivo mais em paz, as coisas se resolveram para mim.

R: Ao mesmo tempo que está em paz, você está com um semblante determinado.

C: É isso o que determina e eu vir para Santa Cruz. Eles me valorizam muito ali no Goiás, meus colegas, é um relacionamento legal. E eu escrevendo eu disse, investi todas as minhas fichas nesses homens e eu não tive retorno. Não me valorizam pelo que eu fiz. Meu irmão, tudo o que

eu fiz, o meu pai chegava sujo de graxa e eu cuidava de tudo, naquela época eu assegurava as pontas porque eu ganhava mais, ajudei meu irmão a ir para Porto Alegre, e tudo. Mas e agora que eles estão bem, quem me ajuda? Nem com o T. quem me ajuda a lidar, até dar umas broncas de homem, porque não é fácil educar, NINGUÉM! Já falei claramente sobre isso, mas não mudam.

OBS: Eu senti que ela se sente abusada pelo pai, irmão e ex-marido.

O meu irmão veio da última vez, conversamos muito choramos abraçados. Mas ele vive lá em uma vida de ostentação pois a esposa dele tem dinheiro. Porque eu já enlouqueci. Louca, eu já estive louca. E essas crises de bipolaridade tem tudo a ver com isso, eu esperava um reconhecimento, uma ajuda com o T. nem que seja por telefone, uma bronca. Eu vivia no passado, e agora chega. E nesse dia que escrevi a carta, foi quando eu percebi do T. porque eu me dei por conta que é um sofrimento ser mãe de uma criança assim. Lembro que quando cheguei aqui tu falavas sobre o sofrimento de ser mãe, e eu negava. Achava um glamour ser mãe de um autista, e agora eu vejo que é um sofrimento sim. Tu ainda vais conhecer ele; tem coisas que ele faz para mim que são erradas, e dali a pouco ele percebe o que fez, se arrepende, mas ele falou, doeu, passei vergonha, já aconteceu. E ele vive pedindo coisas, eu embarco nos sonhos dele, umas viagens, as vontades dele. Agora ele está na onda de pintar camisetas, eu compro tudo, mas não tem um limite, e quando eu vou fazer por mim, o que eu quero. Até para escutar as minhas músicas. A minha tia, que mora comigo, sou muito agradecida por ela, faço tudo por ela, mas agora eu vejo que sou dominada por ela. Os amigos que vão lá em casa ela julga, tem canudo? (Diploma) eu até tive um amigo que me ajudou muito com o T. foi importante para mim por essa ajuda, mas ele não tinha nem emprego direito, e ela sempre desprezando ele. Agora eu vejo isso porque a minha prima que está morando comigo tem um namorado e ele foi para lá ontem, tomou banho, jantou, dormiu lá em casa e ela não disse nada, sendo que eu não posso fazer. E eu acabava não fazendo isso para não me incomodar, eu fugia do conflito. Daí minha prima sai para dormir na casa do namorado, não avisa, e eu tenho de ficar ouvindo por ela, minha tia reclamando que ela sai não avisa, reclama que meu irmão não liga. E tudo isso eu me dei por conta que eu tenho de fazer por mim, ter atitudes. Tudo isso serviu para eu acordar, mas não adianta eu ficar reclamando, agora que vem as atitudes.

R: Bem por mais que esteja tudo tumultuado, conversamos muito sobre tudo isso, eu peço que tu mantenha o máximo do foco na respiração para que possa emergir o que precisa.

Respira bem fundo, concentra na respiração....

C: Foi muito relaxante, muito profundo, vieram muitos pensamentos, mas não foquei e veio muito a cor verde, tudo verde. E o barulho aí de fora parece um avião que eu ouvia muito na minha infância, parece que era eu decolando de avião, e agora parou o barulho.

R: O verde é o chacra cardíaco, do amor, da cura, é interessante que nessa oficina tu chutou o balde e decidiu viver. Tu és o centro, tu és importante.

C: Eu digo nós, porque eu sinto que não estou sozinha, eu estou amparada na minha fé. No momento que estamos vivendo eu não me sinto Eu C. eu sinto que não estamos vivendo separados, no momento que estou vivendo não é Eu é o Nós.

R: Mas tu trazes esse pensamento de um pensamento sistêmico, não estamos sozinhos no mundo, como se fosse uma teia. Existe um dentro de um contexto, mas tu te vês como um indivíduo dentro do contexto.

C: Eu tenho uma teia, eu desenhei uma teia e ali coloquei todas as pessoas que me influenciam, que podem me ajudar. E o próprio desapego. Talvez eu esteja vivendo apegada as pessoas da minha família, vivendo no passado.

R: Aí entra a importância da metáfora do avião, da tua infância, da cor verde, parece que tu estas curando esse passado.

C: Mas o passado para mim é muito importante, a história é muito importante.

R: Quando eu digo: tu vivendo no passado, não é para ti apagar o passado, até porque não pode. Mas é o seguir em frente.

C: Foi muito bom hoje, vale muito a pena eu vir aqui, eu faço qualquer coisa para vir aqui, muito bom!

OITAVA OFICINA

Eu estou muito decepcionada, é a palavra certa, com o T. Pensei muito na gente, nos nossos encontros. Na terça aconteceu um fato na escola que me deixou muita chateada, uma avó foi reclamar de mim para a direção, porque eu não tinha dado um pirulito para a neta e a menina passou mal e teve de ir para o médico. Claro que não foi nada disso, a menina desmentiu, mas eu fiquei triste, pensei: “- poxa vida tudo o que faço vale menos que um pirulito!” Cheguei em casa fui dormir um pouquinho, e daí aconteceu do T., toda noite ele quer olhar a novela das 21h e eu faço de tudo para que ele não olhe, porque ele fica agitado, ele vibra com os tiros, com tudo que tem de errado, e desconta em mim. E a minha tia olha a novela e fica chamando o T., ela olha TV até madrugada e quer que ele faça companhia para ela. E o T. andava muito agressivo comigo, e ele tem conhecimento, não está fazendo por conta do autismo. Ele sabe o que está fazendo. E eu disse para ele que não era para ele olhar a novela, e expliquei os motivos.

Ele ficou uma hora na cama urrando, gritando para eu tirar ele daqui, ele gritava: “olha o que tu fazes com teu filho”. Dessa vez eu mantive a calma, explicava tudo, e como eu estava gravando tudo, até para mostrar para ele o que ele faz comigo, quando ele disse: “- vou chamar a tia para brigar contigo. ”

E daí me dei por conta, dentre outras coisas, que essa tia que mora conosco, que eu gosto muito, ela nunca teve filho e ela fica totalmente contra mim. Isso aconteceu em 2003, quando eu entrava no banheiro para fazer ele tomar banho direito, e ele gritava:(sai daqui, não faz isso comigo...) e o que ela fez, ela não sabia o que estava acontecendo, ligou para a minha psiquiatra disse o que estava acontecendo, na versão dela, pedindo para ela dar um jeito em mim porque a C. vai matar o menino ou se matar. E a médica conversou comigo, quem sabe eu ia para uma clínica em Porto Alegre, ficar lá uns dias, e eu gostava de ir, fugir desses conflitos, eu voltava bem. Mas dessa vez o médico me colocou em uma clínica por um mês internada, e eu bem, com crise de polaridade, ok, mas mentalmente eu estava bem, com visitas controladíssima, até para escovar os dentes eu tinha de pedir permissão.

Outra vez agora em junho, quando tive uma briga horrível com ele, sem eu encostar um dedo ele grita como se eu estivesse matando ele, e ela veio, eu estava com um lenço no pescoço, e eu fico tão desesperada com medo que ele vá me bater, ele é um homem, que fiquei pensando o que que eu estou fazendo aqui? Se ele que é o filho está me tratando desse jeito, cadê a minha família, cadê todo mundo? Tudo isso passou na minha cabeça e eu puxei o lenço ao redor do meu pescoço, e ela gritava: - isso mesmo, te mata, pode te matar. Ela ficava incentivando. Quando eu me dei por conta do que eu estava fazendo, foi quando eu fiquei tonta, essa minha tia disse que veio sangue na minha garganta, eu parei e pensei: - puxa vida, o que eu estou fazendo? Fazendo com a minha vida? Ali também foi um acordar para tudo isso. Mas desta vez, nesta terça, foi bem diferente, porque eu estava muito forte por nossos encontros eu tenho certeza disso, ah e porque frequento o centro espírita, ou outra coisa, não. Isso faz anos que eu faço, mas esses encontros estão me deixando mais forte, estão me provocando, fazendo eu escrever sobre mim, pensar nas coisas ao meu redor, sobre valores, que eu prezo tanto. Valor que eu dou para os outros. Dessa vez foi diferente, ele gritou tanto, tanto, tanto e eu me mantive calma, e pensei no que fazer. A vontade e a de dar uma surra para ele chorar de verdade, mas não faço, não posso fazer. Então eu peguei uma caneta e comecei a escrever, coloquei no papel tudo o que eu queria fazer, saía faísca da caneta de tanto que eu escrevia. E foi muito bom eu ter feito isso, é uma arma branca a escrita, o desabafar, é um registro, palavras vão com o vento. Eu não estou falando com ele para ele sentir o que ele faz comigo é muito grave, não é só uma briga, se eu não estou legal imagina o que eu não faria comigo? Mais uma vez pude ver que não

tenho ninguém, estou sozinha! Se vai ver daqui a pouco nem um filho eu tenho, um filho que suga tudo, nem uma música posso escutar! E como vou deixar ele se criar desse jeito?

Outra coisa bem chata que aconteceu, mas encaro como aprendizagem também, no domingo saiu para caminhar eu minha prima e o T. e o pai dele passaram de carro e nem bolas só abanou, não parou. Mas eu pensei que eu tivesse enganada. E ontem a mesma coisa, ele passou de carro e o T. ficou olhando aquele carro ir embora de longe, sonhando. E daqui a pouco atravessamos a rua e um carro parou do outro lado e o T. ficou olhando pensando que seria o pai, mas não era, ficou naquela ilusão. Então tudo isso só vai se juntando, se juntando e assim eu só tenho para te dizer que bom que eu consegui lidar com isso agora, talvez venham outras oportunidades que eu não mantenha toda essa serenidade.

R: Foi a primeira vez que tu lidaste com tudo dessa forma? Sem entrar em desespero e te machucar?

C: Sim.

R: Tu dizes que os nossos encontros te fortalecem, por quê? Será porque tu estás olhando para ti, percebendo essa força interna tua?

C: Sim. E se eu olhar para trás, com as minhas leituras, com a psiquiatra, que eu vejo uma vez por mês, com tudo que eu venho me construindo; não foi tão intenso do que isso aqui, de estar aqui nas oficinas, por mais que sejam pouco tempo, mas foi muito ativo, não sei se é pela afinidade nossa por todas essas terapias.

R: O que que tu achas que acontece aqui nas oficinas que dá resultado? Porque aqui eu não faço terapia, e eu serei questionada sobre isso.

C: Ha ha ha... Não é que tu apliques terapias. A terapia é a gente ter uma hora na semana para a gente, vir aqui, ser ouvida, incentivada, cutucada, pensar na gente. Ter alguém para nos ouvir, porque tu não fazes isso, vai lá, o incentivo e fundamental. Isso é a terapia. Esse despertar comigo está muito forte, em especial de um mês para cá. Não sei se com as outras está acontecendo tudo isso, mas comigo está. E que bom que coisas ruins estejam acontecendo agora, para eu superar. Não adianta eu vir aqui e ser tudo cor de rosa, purpurina, porque daí eu não conheço o meu outro lado. Meu lado querida, de mãe, que todos admiram eu conheço. Mas e o outro? Eu estou tendo a oportunidade de conhecer.

R: Oportunidade de conhecer as nossas sombras, que fazem parte de nós, e precisamos buscar o equilíbrio entre a luz e a escuridão.

C: Verdade! Mas o pior de tudo agora está em eu olhar ao redor e estar cheio de gente e ver que não tenho ninguém! Isso está sendo brabo.

R: De certa forma enquanto tu estavas forte, achando que tudo era purpurina, ninguém precisou se preocupar contigo. Te acolher. Agora tu percebes que tu és humana e precisa de um acolhimento.

C: Mas agora eu nem quero, porque eu vejo que o acolhimento vem de pessoas que eu nem imagino, como o que tenho contigo. A gente nem se conhece muito, e é muito mais do que eu tenho com gente que está dentro de casa comigo, de um olhar diferente, de um tempo. E isso que eu escrevo agora, que essas pessoas não estão tendo um lugar na minha vida, isso é forte! Eu estou falando de pai, irmão, do filho. Agora eu vou ter de retomar, não apenas pelo que aconteceu agora, mas de ver esse filho como um adulto em potencial, com suas maldades, em que ele vive sem mim e eu não estou vivendo sem ele. Então, eu projeto toda a minha vida em cima dele, tanto que daqui a pouco eu tenho de ir lá dizer para ele tomar banho porque temos de ir, enfim, é tudo ele, ele, ele. E eu? E tem outro marco importante comigo nessa semana, que está mexendo comigo, porque no domingo é o aniversário dele e a comunhão, e aí eu questiono cadê a família, que na hora de um troço desses que aconteceu, em que eu preciso deles não tem ninguém e agora todos vêm para um churrasco? Então que sentido tem tudo isso? Eu tenho vontade de arrumar ele bem lindo e mandar para eles! Eu sei que não vou fazer isso.

R: Penso que tu chegaste em um ponto da tua vida bem profunda, tu remexeste em toda a sujeira, no fundo do poço, Ok. Agora vamos serenar, precisas reorganizar a tua vida, reaprendendo a ser mãe, porque tu te deste por conta que ele cresceu sem limites por conta do autismo, enquanto adolescente, criança, e ele tomou conta de ti e te manipula. A tua tia deve ser mais facilmente manipulada por ele. Sabe que a G. trouxe a semana passada: até aonde vai a birra e até que ponto ele não compreende? Esse é um ponto para ti prestar atenção, e perceber ele. Agora tu estás olhando ele diferente, por mais que ele seja um autista ele também é um jovem adulto, uma criança!

C: Foi isso que eu questionei na carta, até que ponto vai a deficiência? Será que é? O autismo é uma incógnita para todo mundo, e se tu acompanhar o comportamento deles e de birra, os pais não sabem como lidar, enfim, não vou entrar no mérito.

R: Conversando com a prof. Nize, sobre uma troca que ela teve nos EUA com um médico especializado em autismo, ele problematizou a cura do autismo? O que é a cura? Querer que eles sejam iguais aos outros, então o autismo não tem cura, mas querer que eles sejam autônomos, tem cura. O T. precisa de um pulso forte em que só tu consegues fazer, e tu pode fazer.

C: E agora vem outro ponto, agora ele quer namorar. Eu digo: - tu tens de conquistar. E ele responde: - não eu pego a força! Tudo ele quer a força, ele quer que as amigas dele, que ele

tinha lá no passado, beijem ele na boca. Ele diz: - elas me adoram. E eu repondo: - mas tu tens namorado, elas não te adoram. Ele fica brabo e diz que elas têm de gostar dele a força. Então, está difícil, ele não quer ouvir, ele não quer aprender sobre o dinheiro, ele não quer entender sobre o tempo. Bem, trouxe uma carta para a Raquel com uma mandala!

R: E olha que lindo o centro dessa mandala? O que tu pensas que significa essa mandala?

C: Pelas nossas conversas sou eu.

R: E a cor amarela no centro é a tua força pessoal, o teu poder pessoal, e o fato de tu estares assumindo o controle da tua vida, tudo o que conversamos. Muito bom!

C: Vou ler para ti ligeirinho. E eu quero que tu me interrompas para me ajudar a compreender. “A ingratidão de um filho para comigo...” eu não estava sozinha para escrever.

R: Pelo que eu compreendi aqui foi um grito de liberdade. A tua escrita estava encarnada pela tua reação. Como tu disse: a tua escrita estava gritando! A tua letra gritou!

C: A minha letra, não é a minha letra. Ela estava gritando. Mas eu não vejo mais em mim, eu não vejo um grito de socorro, porque eu se eu olhar ao meu redor quem vai me socorrer? Só eu! Tudo isso é muito forte! E como se eu estivesse me descobrindo, do que eu gosto? Que filme eu olho?

R: E para ti ver a força em potencial que tu tens? No momento que tu te libertas de tudo isso, recomeçando, tu estás reaprendendo, tu tens a opção da escolha. Qual caminho eu quero? Tu queres continuar nessa loucura? Como tu disse, teu rótulo é de louca! Que é isso?

C: (Após um silêncio) E, quando eu quero comprar algo a mais, porque eu tenho condições, do meu salário sobra todo mês, eles já me chamam de louca, desconfiados. Sabe, eu não quero nem falar para mim não ouvir, mas acho que não foi uma boa essa minha tia ter vindo morar comigo. Quando ela falou com meu irmão, pediu ajuda para ele, ele veio num glamour todo, porque a esposa veio também e ela tem dinheiro, só que sumiu todo mundo e ficou só a C. com ela. Meus sonhos, minhas vontades, terminaram. Há cinco anos quando eu vim trabalhar aqui em Santa Cruz, eu queria vir morar aqui com o T., nem que fosse em um quarto e sala, teria mais oportunidade para ele; e ela disse: -“ não, eu não suporto aqueles alemães, e não vou.” E agora que eu estou me acordando! Eu abri mão de tudo! Eu estou em uma situação bem delicada, se eu digo para ela ir embora, quem é a louca? Se eu deixo ela em Rio Pardo e venho para cá e se acontece alguma coisa? Tudo tem que ser bem pensado! Vai chegar a hora certa.

R: Tu não estás sozinha, tu ainda não te apercebeste de quantas outras pessoas estão contigo. Outra coisa, agora é o momento de acalmar, serenar, acomodar tudo isso que emergiu, tu vais perceber que o T. foi um gatilho ótimo para ti perceber todos esses incômodos que tu não querias enxergar.

R: Apenas para eu compreender bem. Tu disseste que dessa vez, houve a briga, a discussão, e tu te manteve calma para resolver tudo, explodiu na escrita. Certo? Bem, para essa tua postura a medicação da psiquiatra influenciou, houve alguma modificação?

C: Não, a medicação que tomo é a mesma há quinze anos, não mudou, a dose é a mesma. Nesse último mês, que venho aqui, é que está sendo diferente. Mesmo que eu fale com a psiquiatra todo o mês, aqui eu estou sendo provocada, e toda essa perturbação é que está fazendo a diferença para que eu tome atitudes e não fique me fazendo de vítima. Porque eu saio daqui pensando sobre o que acontece aqui, sobre a escrita. Tudo isso me desacomodou e agora eu preciso acomodar, tem autores que falam sobre isso. Agora eu tenho de ver o que serve e o que não serve mais para mim e acomodar, sair desse turbilhão.

R: Perfeito, agora ficou bem claro. Vamos meditar?

Havia muito barulho de passarinho cantando. “SONS”

R: Então, como se sente?

C: Eu acho que me concentrei tanto, tanto no passarinho, que não deixava nem pensamento vir. Senti um relaxamento bem profundo, na cabeça em especial, nem conseguia mexer a cabeça, como se os músculos do pescoço, cabeça não respondem ao comando de mexer a cabeça. Muito bom. Em casa eu tenho tentado fazer alguns minutos de relaxamento também.

R: Como nós mexemos em algo bem profundo, se precisares me ligar, por favor, liga. Ok

C: Não que eu vá te ligar, mas quando aconteceu tudo isso eu pensei muito em ti. Estava ansiosa para chegar aqui e poder falar tudo, desabafar. O fato de poder escrever já foi de grande ajuda, a escrita com toda a emoção da hora, é muito importante. É o que eu não aceitava em mim; de sofrimento e tudo que eu não aceitava em mim.

NONA OFICINA

Iniciamos pela cartinha, sobre o viver no passado! Uma carta para Raquel.

R: Como passou essa semana? Depois de ter ido para casa, como foi?

C: Eu estava bem perturbada quando sai daqui da última oficina, mas depois a poeira sentou, foi passando tudo aquilo, aí veio a primeira comunhão, e deu tudo certo. Aquelas implicâncias que eu estava sentindo, eu percebi que não ia resolver nada ficar sentindo isso, e foi bem claro, isso no sábado. Até sexta eu estava bem incomodada. Aí no sábado, veio meu irmão, conversamos, e ele disse para eu relevar as coisas, “como sempre”, mas eu já estava dizendo para mim mesma que ficar implicando não ia levar a nada. Meu irmão me ajudou com muitas coisas no sábado para a festinha de domingo, e daí parece que aquela solidão que sentia diminuiu, muitas pessoas começaram a vir para ajudar. Teve a festa, foi tudo bom, e acabou,

todo mundo foi embora. Mas percebi que não posso ficar nessa vitimização de me sentir sozinha, isso não vai adiantar. Então eu estou reagindo. Na terça, agora, o T. começou a fazer a mesma coisa sobre olhar a novela, mas eu estava tão cansada, que fui me deitar e pensei e justamente o que ele quer me dominar até que eu deixe ele olhar a novela. Então, peguei ele e falei, olha, lembra tudo que aconteceu semana passada, não quero que tu olhes a novela, e tu disse que não ia fazer de novo, e estamos nessa polêmica mesmo. Agora não é o momento eu não posso voltar atrás. E esta semana eu estou cansada, sem ânimo, como uma vela que está se apagando, talvez pela gripe. Antes eu estava em um pique bem legal. E ontem eu fui na psiquiatra, e ela disse que eu ainda estou vivendo no passado, e por isso escrevi a autonarrativa. Mas ao mesmo tempo eu escrevi de uma forma que o passado é suporte para o que estou vivendo agora é para o futuro. Eu não consigo projetar o futuro, este será o que eu viver agora. O meu físico também está pesando para eu poder passar o verão legal. A reação é em mim mesmo que estou sentindo, se eu quero um bem-estar eu tenho de fazer alguma coisa.

R: Querendo ou não tu estás voltando ao teu passado, mas está reorganizando, tu mexeste nessa poeira, agora tem de reorganizar.

C: A C. do passado eu conheço, está aqui do presente eu estou descobrindo, estou acordando e a que virá vai depender desse hoje que estou me trabalhando. Tudo é um conjunto, a gente trata em não estar amarrada ao passado, na psiquiatra também, a autoestima, e nos outros lugares em que eu vou também os conselhos são os mesmos. De valorizar.

R: Tudo está trabalhando para essa construção. E tu chegaste a conversar com tua tia sobre tudo isso, sobre tu não gostares que o T. olhe a novela?

C: Não, porque eu não estava legal.

R: Tu pensas em conversar?

C: Ela é muito inteligente, porque quando eu falo com o T. ela está ouvindo e, mas ela não vai mudar. Ela não está chamando ele mais. E tem pessoas que eu ignoro, não falo mais. Com outras eu tenho expressado as minhas vontades. Está legal. Mas com o pai do T. eu desisti. Na comunhão o T. ficou na porta esperando pelo pai. Mas no final o T. viu o pai, tirou foto e tudo. No outro dia, que era o aniversário dele, ele foi na minha casa, trouxe presente para ele, ficou cinco minutos e nesse tempo só falou da barriga do T.

R: Talvez ele não saiba como chegar, como se aproximar, não tem assunto.

C: Mas só aumentou o complexo do T. porque ele está se sentindo diferente, queria nascer com outro rosto, enfim.

R: De uma certa forma pode estar te ajudando a fazer com que o T. queira jogar uma bola, ter uma vida mais ativa?

C: Mas não é por aí. Eu fico chateada de ter de falar nele de novo, mas igual tenho de falar. Por que isso tudo me perturba tanto?! Eu tenho que falar nem que seja nos sonhos. Eu direciono o T. a educação dele para o lado que eu quero, são as minhas vontades, o pai dele não ajuda e não participa de nada, ele resvala, ele foge. Já tentei muitas vezes. Para mim ele (o pai) é um autista bem claro. Eu penso nisso, já li sobre casos que identifico com ele, principalmente a parte de relacionar-se. A mãe dele mesmo diz que ele nasceu de oito meses, e vivia isolado na garagem desmontando brinquedos. Tanto que agora que está casado novamente ele foi morar em uma chácara bem isolada. Enfim, não quero estar falando dele!

R: Bem então vamos respirar pelo baixo ventre, abre tua calça para sentir a barriga movimentar-se. OK

Ela chegou a ressonar no final da meditação, sendo demorado para ela acordar.

C: Quase que eu não volto mais! (Silêncio) suspirou muito profundo. Parece que minha cabeça está vazia por dentro, de tudo. Vazia de pensamentos, leve. (Com uma fala arrastada) veio a cor azul, muito azul. Eu acho que essa cor representa a cura, a transformação. Porque eu estou esperando muito por isso, por essa transformação. Acho que esse azul transmite um pouco disso. De eu ser melhor, de eu fazer as coisas acontecerem.

R: Mas essa é uma vontade tua ou é o que tu interpretas da cor azul?

C: Eu acho que é o que ela quer dizer, na pontinha tinha um laranja, uma cor quente. Essa meditação foi com essas cores. Vieram pensamentos do dia a dia, mas não me detive. Eu acho que essas cores, elas simbolizam muitas coisas ao contrário de eu pensar em uma situação de transformar minha vida, fazer isso ou aquilo, vem a cor azul que é o símbolo de tudo isso para mim; vem o laranja devagar para dizer que vai acontecer essa mudança, mas será devagar, aos poucos.

R: Algo mais que tenhas percebido?

C: Foi só isso, porque foi um relaxamento bem profundo, acho que ainda virão as compreensões.

R: Da semana que passou para cá, qual foi tua maior aprendizagem? Penso que, se eu tivesse que usar alguma frase tua seria, a de que tu não podes ficar se vitimando.

C: Eu penso que foi a tolerância! Entender tudo que estava acontecendo e resolver as coisas de um jeito tolerante com todos, e comigo mesma, para que as coisas tivessem um resultado melhor. As coisas acalmam até não ter o que fazer para ter o impulso de recomeçar.

R: Concordo contigo, nosso corpo não aguentaria ficar sempre nessa agitação. Importante dar tempo ao tempo.

C: Também acho importante não ficar só pensando em mim. É importante esse momento sim, mas não posso ficar centrada só em mim. Sendo que eu tenho de resolver tudo isso. Eu tenho de agir. Ficar apenas nessas “queixas” de mim não vai adiantar, tenho de ir em frente.

Encerramos, com um pedido de escrever a autonarrativa.

DÉCIMA OFICINA

C: Fiz a cartinha sobre pensar na vida a partir da morte. Eu adoro história, valorizo a morte.

Obs.: Tinha muito barulho no pátio da UNISC, então foi bem complicado para meditar.

C: A semana de finados é pensar na vida a partir da morte, tem um significado de renascimento, memórias, história. O título é vida, morte, vida. Um ciclo no sentido bom da morte, elaborar de outra forma.

R: Como passou a última semana?

C: Passei bem, tranquila. Passei o feriadão todo em casa, não teve as turbulências da semana passada. Acalmaram as implicâncias. E eu já me conheço, se eu ficar alimentando tudo isso só piora.

R: Como tu fizeste para não alimentar?

C: Eu fiquei analisando as pessoas, o que estava incomodando em mim que eu estava projetando nos outros. Hoje eu estou sentindo isso, estou super disposta, a temperatura está ótima, está gostoso até para caminhar, fiz muitas coisas legais agora no centro da cidade. Na semana passada a temperatura estava demais de quente, eu não me aguentava mais, o físico me incomoda. Eu estou com disposição, chovendo gostoso. Fiquei pensando em mim!

R: E o que mais te incomoda e tu acabas projetando no outro?

C: Eu estava projetando muito na minha tia. Na verdade, os ciúmes e a inveja estão na gente, por mais que a gente negue por ser um sentimento feio. E como minha tia estava fazendo esse jogo de só elogiar a minha prima, a comida dela, eu fiquei percebendo que eu estava com ciúmes da minha prima. E então comecei a implicar comigo, ela não vai mudar o mundo dela, quem tem de mudar sou eu, não preciso ficar bajulando. Eu tenho de aceitar, não dar bolas, e estou bem com isso.

R: Sabe que o principal e tu teres de dado por conta, porque as sombras estão em nós também assim como a luz, é uma herança cultural essa negação das nossas sombras, não podemos pecar. E tu conseguiste passar por essa tormenta, tu desceste no fundo do poço e se auto-organizou e se transformou.

C: E essa medição de forças que eu ainda estou com o T. estou ainda nessa guerra de força com relação a novela. Acontece que ele não aceita o não é muito persistente. Ele está vendo muito

filme violento, luta, terror e, aí ele se volta contra mim. E aí essa semana pensei que ele precisa voltar para a psicóloga porque essa idade, esses hormônios, estão muito alterados. Em minutos ele fala tanta coisa para mim, e depois se arrepende. E o que me assusta é que ele vive no passado dele, com as colegas que tem uns 13 anos, e ele quer que elas gostem a força dele, se não ele irá se vingar delas. E eu fico muito preocupada, não que ele vá fazer, mas precisa falar disso com alguém, falar desse sentimento. Ter outros tipos de grupo para ele conviver. Essa semana estou substituindo no ensino médio e fico imaginando ele em uma roda dessas, da falta que faz um amigo da mesma idade. Eu não consigo incluir ele na escola no ensino médio, ele se enquadra no EJA (ensino para jovens e adultos), mas o perfil dos estudantes não se enquadra com ele, e difícil. E ele pensa muito em reformas, eu acho que as reformas que ele quer dentro dele ele projeta na casa, na rua. Ele quer um quarto nos fundos só para ele, com sofá assim e assado, amanhã ele já quer diferente, com lareira, enfim, ele tem as medidas tudo. Eu até tenho vontade de fazer, mas ele já está sempre mudando, são muitas as ânsias dele e eu acabo embarcando junto. Eu me vejo uma bagunça, assim como o canto dos meus livros, eu me acho entre eles, mas é uma bagunça. Comprei um caderno muito lindo de princesa, eu estou escrevendo nele, coisas que eu penso, recortes, tem todo um significado para mim, no meus guardados. É o mesmo sentido que eu vejo nos meus artesanatos, ele vê isso na construção. Essa ansiedade que nos sentimos de mudança ainda estão nas nossas coisas, mas queremos fazer em nós mesmos. Eu me vejo muito só pensando nele, isso ele ia gostar, isso seria bom para ele. Nunca olho para mim! E agora eu estou entrando numa fase que é da arte, de enfeitar, começou com tuas cartas, tu és a culpada, (risos). Puxa eu fiz só isso e todos acham bonito, então comecei a enfeitar lá na escola. Minhas colegas gostam disso também, importam-se com a estética, e eu comecei a fazer cartazes coloridos com pensamentos positivos e coleí pela escola, identificação das salas e todo mundo tem gostado muito.

R: Tu estas deixando fluir teu lado criativo, poético.

C: Eu estou puxando ele para o meu lado, (o T.) ele gosta. Está tudo muito calmo, estou sentindo bem. E semana passada fui na médica, e disse que eu acho importante eu vir aqui, falamos sobre as mesmas coisas, mas sob outra ótica. Eu acho que este autoconhecimento está sendo muito importante, porque faz uns 15 anos que estou nesses altos e baixos, e tudo isso vai construindo. E eu me pego hoje percebendo o meu corpo, com a respiração e a espinha ereta, senti meu coração batendo, eu entrei em contato comigo mesma. Tem coisas que está me incomodando. Desde o começo, quando eu me separei, eu fui no centro espírita e o meu padrinho foi a pessoa que me atendeu no atendimento fraterno, e ele disse: “olha C. agora vê se tu vais andar como a bandeira do divino por aí!” (Ele quis dizer sobre a C. não andar solta, namorando todo mundo),

e ano passado ainda falei para ele, que eu levei muito ao pé da letra, e que ele podia me liberar da promessa, rindo. Mas ele sempre disse: tu tens de te amar C.; minha mãe também dizia; minha tia ainda diz: tu tens de te amar, te amar, te amar! Mas o que é esse amar? Como assim, eu me amo aquela que está dentro de mim? Eu primeiro tenho de me construir assim, o espiritual, emocional e depois tem o físico. Porque o físico é mais fácil, tem as cirurgias plásticas. Ao contrário, se eu tivesse um físico lindo, mas não tivesse passado por tantos percalços eu não seria assim. Minha história seria outra.

R: Mas será que eles não falam no sentido de cuidar do teu corpo, pelo olhar da saúde, não sobrecarregando o coração, o fígado, ... é um amor por ti. A gordura e consequência dessa falta de cuidado pelo teu corpo. Vamos meditar sobre isso! Hoje será um desafio grande por conta de todo esse barulho externo, que de certa forma nos provoca a perceber que não podemos nos isolar do mundo externo, faz parte. (Muito barulho, buzinas, vozes).

C: É bom demais esse momento. Consegui desligar desse barulho, escutei o passarinho, e até pensei: será que não vai vir nenhuma cor, nenhuma imagem? E veio uma imagem tipo um portal com uma entrada com uma folhagem violeta, como um túnel, mas eu não entrei, eu apenas achei muito bonito. Vi também um mar bem sereno de um verde misturado com o azul, bem tranquilo, e eu não sei se era por conta das lágrimas eu via imagens dançando, douradas.

R: Eu li a tua cartinha, e quero te perguntar: ela foi sobre uma passagem, não foi na primeira pessoa, mas foi uma reflexão sobre essa passagem. Será que isso não foi uma metáfora para isso que tu estas vivendo? Se tu tivesses que reescrevê-la em primeira pessoa, como seria? Pode tentar? Da uma lida nela e percebeba onde que tu se encaixas nessa reflexão.

C: Talvez essa parte relacionada com essa viagem, passagem, eu imagino essas minhas etapas, porque eu não imagino quando chegará ao fim, e quando chegará o dia de acabar essas angústias, tudo se confunde, o início e o fim. Sei lá!

DÉCIMA PRIMEIRA OFICINA- encerramento

Não foi filmada. Apenas gravada. Mas tem fotos das lembranças que ganhei.

C: Em primeiro lugar, palavras não existem para te agradecer e, para me agradecer também, por tudo que passamos juntos aqui nessa sala. Pode ter certeza que tu contribuis muito para essa C. que está vindo, que até tem me assustado de tão bom que é ser diferente, ser novo, de ousar, de me libertar. Leva contigo, para teu trabalho, tua família, o quanto tu foi e, tu é, na minha vida e na vida das outras, porque foi um tempo que nos dedicávamos a nos mesmos a buscar no passado, buscar o que estava escondido, perdido, todo o sofrimento que estava escondido também. Hoje para mim é um dia de festa, como se fosse minha formatura, primeiro eu quero

me formar como pessoa. Os títulos vão vir, tu vais ser notificada. Mas esse título de hoje se eu tivesse que escrever uma dedicatória seria para ti. Por mais que eu tenha frequentado terapias, tratamento, lido livros, este espaço em que tu me ouviste, que tu me questionaste, que tu me fizeste pensar com tema de casa, foi muito importante para mim, minhas atitudes mudaram, eu mudei com meu filho, ele está mudando, e ele vai ter de mudar por ele mesmo, encontrar seu caminho. E esse corte de laços aconteceu aqui contigo, não foi em nenhum outro lugar, nenhum remédio. Ele não se desfez, mas vai continuar de outra forma. Pode falar para teus professores, colegas, pois isso aqui despertou tudo isso aqui (mostrando os presentes que me trouxe), de criar, de transformar. É um poder do qual eu me apropriei de encantar as pessoas com a beleza. Eu pedi tanto, tanto por onde eu andei a minha vida toda: beleza e sabedoria. Não a beleza física, que vira com o tempo, eu estou aprendendo a me amar, não preciso que outros me amem para eu me amar, eu estou aprendendo. E não é amar, porque o amor está tão banal, eu estou aprendendo a me apaixonar por mim e paixão e aquela coisa que te move, que te tira do lugar, que faz tu ver os outros, se colocar no lugar do outro. Então fiz esses mimos para ti. E cartas para Raquel pode ser o nome do teu livro. Nesse envelope da carta falada, que tu coloques todos os teus sonhos, (que agora são realidades) tudo da tua vida, da tua família, teus estudos, de tudo que ainda tem por vir da tua capacidade de ouvir, de entender e de se colocar, de se doar. Nós não envolvemos dinheiro nessa nossa amizade, jamais eu disse que estava caro para eu vir, isso aqui é um presente para nós. Passamos dificuldades para estar aqui, sim, mas foi um presente. Está aqui é quem me move (falando da imagem da Nossa Senhora com o filho no colo). Todas as vezes que eu vejo nossa senhora, eu me coloco no lugar dela, a C. com o T. no colo. Quem sofreu não foi o filho, foi a mãe, que tem todo o afeto quem ficou sofrendo. Aqui, (falando da embalagem do sabonete), o perfume para perfumar teu trabalho, teus estudos, teus dias, os laços que nos une, tem todo o simbolismo da embalagem, primeira eu era fechada na minha delicadeza, sempre fui, com o passar dos dias eu fui me abrindo, me abrindo, me abrindo e este vermelho que surgiu representa a paixão. Paixão que move o que virá. E o doce para adoçar nossas vidas, o afeto que envolve, e melhor que o carinho, e eu te agradeço porque tu me afetaste. O afeto é de quem afeta, e tu me afetou, e eu não posso voltar atrás para ser quem eu era. O passarinho para batermos nossas asas e voar, voltar para o ninho toda a noite para aconchegar nossos passarinhos. Vai adiante com esse teu trabalho, vai sem medo!

R: A minha trajetória aqui foi interessante, eu dei uma volta enorme, e cheguei até vocês pedindo licença, muito tímida, diante das críticas que eu ouvi, pois eu nunca fui conflituosa. No fundo eu sinto uma grande paz, e quero tanto que todos ao meu redor sintam também. E fui muito bem recebida por todo o grupo, pelo gaia, que me sustenta. E estar aqui com vocês uma

vez por semana me fez pensar muito, em muitas coisas, e questionar SERÁ? Eu não entendo de autismo, mas eu entendo de ser mãe, de amor, de conversar. Um conversar que é o do estar junto, da troca, e era só o que eu podia dar. E veio um retorno de vocês de uma forma tão grandiosa. Linda foi a trajetória que nós tivemos para chegar até aqui, lindo que será esse novo. Porque ele é novo, vai ser um susto. E eu trago esse amor, trago essa união que criamos, simplesmente o encontro que se deu. Foi muito maravilhoso, e uma transformação para a vida toda, não se pode voltar atrás, é em marco estaremos juntas novamente, as oficinas irão continuar.

C: Diante de tudo isso, dessa grandiosidade toda desse teu trabalho, por tudo o que envolveu, o que tu vais fazer com essas informações?

R: Vão para o mundo. Por muito tempo eu deixei guardado tudo isso, essa forma de dialogar, pouca gente conhece. E agora que encontrei os teóricos que sustentam o meu pensar, eu vou em frente.

C: Eu te vejo como um gatilho. O potencial todo ali do tiro e nosso. Mas tu puxaste o gatilho, e agora dispara cada uma do seu jeito. É bem por aí, tem de repensar essas teorias do autismo, da educação, tem de dar um jeito de mudar isso, mostrar o nosso jeito. Não tivemos uma sala própria, cheia de recursos, e foi tudo isso! O teu Eu vai te mostrar as pessoas certas para ti mostrar o teu trabalho. A prof. Nize, eu não conheço, mas eu a admiro tanto, e ela será uma mãe para ti, e vai ser por aí o caminho.

R: E eu sempre pensei na mãe como Mãe Maria, essa força feminina, essa energia, que move o mundo pelo seu filho. E eu só fiz pegar na mão de vocês que vinham sozinhas, e eu nunca imaginei que os nossos encontros fossem ser um despertar tão grande. Eu só tenho a agradecer, e bate o medo pelo tamanho da responsabilidade que vem com tudo isso. Agora que a gente sabe o quanto a gente pode, a responsabilidade é maior.

C: E foi realmente. As minhas atitudes, as pessoas em casa estão estranhando, esse desapego, de colocar na luz os homens da minha vida, e está sendo leve para mim.

R: E eu só tenho a agradecer pela entrega de vocês, pela confiança, e pelos vínculos que criamos. Muito agradecida!

C: E vamos seguir em frente! Chegou a hora de cuidar da minha saúde física, chegou a hora de acordar. Feliz Natal, muitas coisas boas e que a mãe Maria esteja conosco. Os sonhos estão virando realidade.

2. OFICINAS G.:

PRIMEIRA OFICINA - entrevista semiestruturada

SEGUNDA OFICINA

Eu, pesquisadora implicada, senti muita dor no olho esquerdo, vontade de chorar e ao ouvir um passarinho senti uma alegria me invadir – vida. Percebi a importância de explicar melhor sobre a respiração consciente e circular. Eu senti ela muito “opaca” no viver, ou seja, “estar simplesmente passando pela vida”, seu olhar é sem vida, sem expressão.

Ela relatou que sentiu calor, frio, dormência no corpo, muito forte nos braços e mãos. Repassou mentalmente a vida familiar, descreveu que se “sentiu” e que pode “produzir” sua própria energia. Ou seja, teve consciência de si, um profundo autoconhecimento, inédito. Ela atende num centro espírita e sempre sentiu o movimento de energia ao seu redor, mas nunca pensou que fosse sua própria energia, não se considerava capaz disso. Imputava tais movimentos energéticos aos espíritos, e agora percebeu que a energia é a dela, e que ela produz isso.

Como expectativa, ela queria ver o que está fazendo de errado, falou que uma das aprendizagens com o M. é não controlar. Trouxe a todo o tempo o externo, os outros. Acho um discurso muito pronto, certinho, lindo, controlado.

Respirou na meditação toda tensa, controlada, expirando com a boca como se expulsasse o ar, expulsasse a vida. Não relaxou, não se entregou. Manteve uma barreira, talvez não se sinta acolhida, não sinta confiança em mim, ainda.

A respiração mostra o quanto ela prende tudo, centraliza e segura tudo para si.

Abriu os olhos mais de uma vez durante a meditação numa clara intenção de me observar.

Relata que viu luzes e vieram situações do dia a dia na cabeça. Tem uma aparência de felicidade durante a meditação. E teve também uma consciência de poder (eu posso produzir minha própria energia). O discurso lindo de início mudou ao final quando reconheceu que sente raiva, stress e percebeu que pela meditação pode limpar a raiva e se “recompôr”, ouve a *autopoiesis*, uma reconfiguração a partir da consciência de si, de suas sombras.

TERCEIRA OFICINA

Percebeu e escutou sua própria respiração. Queria controlar a meditação. Sentiu o corpo (braços e mãos) formigar e esquentar quando chamei para voltar da meditação. Via cores claras, como o branco, azul clarinho, amarelo clarinho. Observou o corpo, é um processo. Sentiu-se muito tranquila.

Iniciou ainda respirando de forma a expulsar o ar e com muito controle. Com o passar do tempo, pareceu-me que a tensão ia se desfazendo, já não estava tão tensa como da primeira vez, parou de expulsar o ar. Em nenhum momento abriu os olhos.

Quando abriu os olhos, no final da meditação, foi mais como um estado de “espanto feliz”.

Disse que tentou controlar a meditação, afirma que queria direcionar o pensamento, forçando imaginar paisagens para relaxar, mas não conseguiu. Alega que parecia que tinha uma força que impedia ela de pensar, a mente adquiriu vontade própria. Entrou num relaxamento profundo onde o corpo teve vontade própria. O corpo disse: “não, tu não vais pensar em nada! A concentração é nossa. A escuta sensível, a atenção presente deixa a gente mais sensível, a gente não vê mais as coisas como antes. Ela não se perde no barulho externo, mas o barulho do M. a desestrutura. Essa semana ele está mais calmo.

Quase não fala na primeira pessoa. O M. é sensível ao modo de ser e estar da G.

Uma palavra: tranquilidade.

Chegou com um brilho lindo no olhar, dizendo que não tinha escrito a autonarrativa, mas que pensou muito em mim na sexta, e que irá fazer a autonarrativa verbalmente agora.

Emocionou-se, com o olho brilhando em lágrimas de felicidades, contando sobre os avanços do M. na semana, em especial fazendo doces na sexta à noite para o aniversário dele mesmo que seria comemorado no domingo. Ela disse que nunca pode deixar o M. ajudar nesse trabalho, porque ele fazia muita bagunça, sujeira, comia demais, era impossível. Muitas vezes ela tentou e tinha de interromper o trabalho. Na sexta, ele estava olhando ela fazer as bolinhas de doces, tentando ajudar por entre as grades que protege a cozinha, quando ela olhou para ele e disse: “vem M. vem ajudar. ” Ele sentou à mesa, ajudou-a a fazer 140 docinhos, enrolando-os no açúcar e no granulado, sem bagunça, sem comer, sem derramar nada, numa paz muito grande. Quando acabaram, ele guardou as caixas junto as demais, pegou ela pela mão e a levou para a cama. Como quem diz: - “pronto mãe, acabou, agora venha descansar.” Foi lindo demais é um avanço enorme, já que ele tem compulsão por comer o que forçou ela a gradear a porta da cozinha.

A sensibilidade do M. em perceber e ser afetado pela mudança energética e angústias da mãe, sim contribui para essa calma toda, mas também pensa que a troca da medicação que se deu em janeiro, e a troca do monitor agora em agosto pode ter influenciado, pois tem remédios que demoram seis meses para fazer efeito.

Na meditação, ela logo iniciou uma respiração circular pela boca, de forma bem tranquila e perfeita, sem paradas. E alegou que essa forma de respirar foi involuntária, tanto que ela quando percebia que sua boca estava seca ela forçava a respiração pelo nariz, mas por pouco tempo,

pois em seguida caia novamente na respiração circular pela boca. Ainda conversamos sobre isso quando eu disse que essa era a respiração originária de nós quando bebês, uma respiração conectada com o cosmos, profunda.

Afirmou que quando abriu os olhos, ao terminar, se sentia tonta. E disse estar indignada por não conseguir fazer duas coisas ao mesmo tempo, visto que ela tentava imaginar paisagens para relaxar melhor, mas daí se perdia na respiração, quando ela se concentrava na respiração ela não conseguia imaginar paisagens. Fato que eu comemorei explicando para ela que isso era ótimo, pois ela estava exercitando a atenção presença, a enação, como traz Varela, que é o viver em ato.

QUARTA OFICINA

Eu, enquanto pesquisadora implicada, não senti vontade de meditar, optei por propor fazer um reiki na G. e ali eu me senti muito tranquila, mas minha mente esteve muito agitada.

Os marcadores que identifiquei: modos de existir; atenção presença; senti muito sua intuição.

E PROBLEMATIZAMOS: o que se aprende com o silêncio?

Comentou que já está difundindo a técnica da respiração, tem feito em casa com o M. e a cada semana se sente mais calma, mais reflexiva; ela diz: - consigo pensar mais nas situações, menos impulsiva, consigo pensar melhor, e não forço para fazer isso, é natural esse comportamento, que até me espantei, parecia que eu estava mais tranquila, onde as coisas iam acontecendo e eu mais tranquila. Estou me dando mais tempo para ser mais compassiva.

Desde que começamos as oficinas eu, G., estou me conhecendo mais, isso eu quero para mim, aquilo não quero mais. Estou me analisando mais, pensando mais presente. Antes eu queria fazer tudo ao mesmo tempo e isso me incomodava quando não conseguia. Hoje eu faço como posso, se não der hoje faço amanhã e tudo bem. Esse comportamento parece que já está dentro do meu ser, eu nem entro em desespero, quando me dou por conta eu penso- nossa estou agindo diferente! (*Houve o acoplamento grifei*).

Antes eu existia de uma forma e agora eu existo de outra forma, e ainda vejo que posso existir diferente. E considero isso uma melhora do meu ser.

Antes eu não me concentrava em uma coisa só, hoje já faço uma coisa de cada vez.

Bem, no reiki, como uma técnica de relaxamento, senti que a G. se entregou ao processo respirando bem profundo. A G. segue dizendo: Eu senti os meus braços muito leves, é aquela sensação de quando se tira um gesso, custei a conseguir mexer. Senti a sensação na cabeça, um arrepio, como se fosse colocado coisas na minha cabeça, sentia toda a energia em ondas, senti no peito uma coisa boa no coração, e depois senti por todo o corpo essa energia. Fiquei muito

consciente do meu corpo, a energia que vibrava nele, o calor, o formigamento. Ouvi muito forte o canto dos passarinhos.

Falando em sofrimento, tem voltado na minha mente o sofrimento com a doença da minha mãe. O M. não tem me preocupado. Tenho pensado muito como será quando minha mãe não estiver mais aqui (Morte). O pai do M. é bem ausente, reconstruiu a vida dele, e fazia 2 anos que não via o M. agora ele tem visto o filho de 15 em 15 dias. Ficamos casados por quase 10 anos, o M. tinha 5 anos e meio quando nos separamos. E o motivo foi porque ele quis ser autônomo, pediu demissão do emprego e aí eu vendo que o M. precisaria de tratamento, que não ia dar certo sem um emprego fixo, eu resolvi me separar antes que o barco afundasse comigo e o M. junto. Eu buscava uma segurança sólida enquanto que ele saiu do emprego sem pensar na família. O casamento estava desgastado, porque é muito complicado ter um filho assim com autismo, ele não tomava medicação e era muito hiperativo, ele só corria e acordava muito durante a noite, e isso foi até os 3 anos, quando começou a tomar medicação. E as pessoas dizem tu não queres ter outro bebê? E eu digo não, eu tenho um bebê. O M. tem comportamento de bebê.

Eu tive relacionamentos e hoje eu tenho um namorado fixo que conhece o M., mas não exerce o papel de pai; é meu namorado.

São sentimentos que eu vou selecionando, isso para a minha vida serve, isso não serve. E me deixo sentir com mais serenidade, quietude. Eu estou buscando o que se aprende com o silêncio. Tanto que estou lendo 2 livros que me surgiram Quietude e Serenidade do Robinson Pinheiro. Eu sou muito persistente, não gosto de desistir no meio do caminho.

Não tenho mais medo do futuro, eu tinha até iniciarmos as nossas oficinas, porque tudo tem seu tempo, aprendi a cuidar dele (refere-se ao M.) para ser autônomo. E eu vejo ele como um bebezão, e eu tenho de me policiar para não infantilizar ele mais ainda. E eu estou compreendendo isso agora, com a ajuda da minha irmã, e mãe, que eu tenho de viver o presente e tratar o M. como um menino de 11 anos, a idade que ele tem. Antes eu não conseguia visualizar o M. com uns 20 e 30 anos; hoje eu já vejo essa possibilidade.

QUINTA OFICINA

Como passaste a semana? Estou mais cansada porque o M. tem acordado de madrugada, lá pelas 4 e 5h, e lá por 10h ele dá uma cochilada, parece bebê que inverte o horário. E ele esteve essa semana com a babá, não sei que horas ele ia para a cama. Alega que estava bem. Mas eu fui puxando e a G acabou dizendo que alguns sentimentos afloraram, coisas minhas, coisas do M.

Afora isso alega que está bem, mas sua postura mostra diferente. Eu fui perguntando e ela falou que veio muitos sentimentos de sua infância; lembranças; ora do M. que estava bem agitado, ora minhas. Eu também fui visitar meu pai, meu tio que não está bem de saúde, então por isso voltei à propriedade que passei a infância no interior. Sentimentos e lembranças dos dias em que meus pais eram saudáveis. Ontem mesmo meditei, pois gravei um pen drive com músicas para relaxar, algo que sempre quis fazer e agora fiz (e sorriu) e aí vieram a imagem deles nos dias em que eles eram saudáveis, como se eu estivesse lembrando da minha infância, mas não me via criança, mas era “formato” deles saudáveis, era como eu queria que eles estivessem, como eu queria vê-los. Visitar o tio, penso que provocou a isso, a essas lembranças do passado, pois fazia ½ ano que eu não ia lá naquela casa ver o meu tio. Caminhamos pelo terreno, eu meu tio e meu pai, lembrando de onde ficava cada coisa, a casa do meu avô, lembrei da minha infância, que foi muito boa, tinha muitos livros, jogos, brinquedos, espaço para brincar, muito amor, eu não apanhava dos meus pais, eu achava que morava numa fazenda grande. Costumávamos caminhar com o vô e ia falando das ervas, chás, árvores, coisas que o M. não tem porque moro em apartamento.

Eu tenho estudado sobre chás, pedras e isso tem mexido muito comigo, as pedras em especial. Iniciamos a meditação com relaxamento profundo e a consciência da respiração. E pela filmagem dá para perceber que ela custa a relaxar, pois se mexe um pouco. Entra em relaxamento com dificuldades em manter a cabeça parada, firme, suas expressões se suavizam. Quando voltou, acordou, alegre, relatou o quanto sua perna esquerda e pés formigaram muito, logo ao iniciar o relaxamento. –“Achei até interessante, diz a G. porque tu disseste: - relaxa os pés. E eles começaram a formigar, e eu pensei: - nossa como ela sabe que eles estão formigando? Também achei bem legal quando tu disseste: “deixa as mochilinhas!” E eu estava bem zen e aí vieram as preocupações, na hora pensei: o quanto eu carrego os problemas dos outros, as doenças, preocupações. “E eu penso muito nessas preocupações (na hora seus olhos ficaram apagados, tristes). Minha vida é uma montanha russa!”

Hoje eu penso que eu vou passar pelo que eu tenho de passar, é o momento, cada coisa no seu tempo. E, eu não vou conseguir acelerar o tempo! Tu não dominas o tempo. E hoje eu não me vejo mais como vítima, mas vejo como momentos necessários para aprendizagens.

Com as nossas oficinas eu estou aprendendo a me concentrar mais. Hoje eu consigo focar minha atenção para uma coisa apenas, isso até na sala de aula eu consigo me desligar dos alunos e ficar focada no que eu preciso. A respiração também me ajuda muito, fico mais calma.

O relaxar hoje, na meditação, foi bem interessante, porque quando tu disseste: “para eu ir largando as mochilinhas eu vi pesos de areia caindo dos meus ombros, muitos, muitos, e eu me

sentindo mais leve. Eu não queria mais aquilo e foi materializando e fui largando. Outra coisa interessante é que eu percebi na meditação que eu fico no passado e no futuro e não fico no presente, no aqui e agora. Lembrando da infância me ocorreu na meditação que todo esse passado amoroso da infância foi a base, o suporte para que eu consiga suportar tudo o que passo hoje com uma criança deficiente.

Eu penso que o M. tem uma infância normal, mas para mim é mais triste porque ele não tem tanto espaço, não convive com os avós, apenas com a minha mãe e pai, que são doentes; então eu comparo a minha infância e fico triste pensando nisso.

SEXTA OFICINA

Quando iniciamos a meditação, eu enquanto pesquisadora implicada, senti uma paz muito grande, uma suavidade percorreu meu corpo e veio o pensamento do quanto eu ainda reclamo! A reclamação paralisa, o importante é reagir; dizer que por exemplo: - eu não gostei disso!; é uma ação que vai condicionar a outras. A emoção vem ao reclamar e deve ser o impulso para a ação de transformar.

Na quarta, nós estivemos brincando no Ipad (G. e o M.) e ele já foi mais cedo para a cama, e então dormiu melhor. Trouxe uma autonarrativa escrita.

A agitação do M. me deixa muito angustiada, eu me desespero e acabo me perdendo na agitação do M. E eu compreendo que estou aprendendo com o M. a ter paciência e tolerância com ele. Eu já melhorei muito. E agora eu vejo que ele é bastante independente. E nesse dia eu caí nessa agitação. Questionei: -O que nessa agitação toda mais te desestabiliza? A G. responde que é quando ele faz o que eu faço: um monte de coisas juntas ao mesmo tempo. (Houve uma identificação e reconhecimento nesse comportamento) por exemplo: ele está no banheiro, e eu vou lá para arrumar e ele já vai para outra peça da casa bagunçando que eu já tenho de ir lá, e não consigo dar conta de arrumar tudo, e eu gosto de tudo arrumado, organizado, e quando ele faz isso eu me perco, não é um controle, é o fato de não dar conta de tudo. E em ela se dando por conta disso, do que lhe causa perturbação, ela tem a opção de se perder ou não, de se irritar ou não. E eu culpava o M. por isso, mas agora vejo que eu é que sou assim. Além disso, o M. copia o meu comportamento, eu faço tudo ao mesmo tempo, mas ele não, eu não consigo que ele faça tudo ao mesmo tempo, porque ele faz muito rápido, o pensamento dele é muito rápido que eu não consigo acompanhar.

Hoje aconteceu que dei 3 comandos para o M.: -apaga a luz, abre a janela e liga a TV. Ele não fez nada. Se eu disser uma coisa de cada vez ele faz direitinho. E pela primeira vez me dei por conta que acontecia isso e que ele não compreendia porque ele entende fazer uma coisa de cada

vez. Entretanto, quando ele faz tudo ao mesmo tempo, a G. se irrita. O interessante é que me dou por conta que preciso aprender com ele sobre ter paciência e fazer uma coisa de cada vez. Durante a meditação, eu senti muito arrepio, como de frio, e percebi que quando parava de respirar, e não respirava direito, o arrepio de frio passava e quando eu voltava a respirar o arrepio voltava. E eu percebi que o corpo respondia a respiração. Os arrepios vinham quando eu estava respirando, eu percebi os pássaros cantando, (mas não havia pássaros cantando) e quando eu tentava escutar o pássaro (bem-te-vi) eu me perdia na respiração. Não conseguia fazer as duas coisas. E como hoje eu dei prioridade para a respiração, porque eu me sinto bem respirando, relaxada, e acho que era isso que eu precisava. Nas pernas eu não senti nada. Mas não sei o porquê eu dei prioridade para a respiração.

Eu acho que a reação no meu corpo quando eu respirava profundo, era a quantidade de oxigênio inalado, é uma reação física, que eu mesma posso produzir; eu mesma posso me acalmar; eu mesma posso respirar profundamente para meu corpo responder. Quando o corpo está tenso, cansado, a irritação é muito maior. Eu vejo isso claramente em mim, pois eu que trabalho com criança, a agitação deles me desorganiza, apesar de que eu estou em constante troca de turmas para alcançar novos desafios. A agitação me incomoda muito em mim, troco sempre de turmas pelo desafio e não é como uma fuga. (Enquanto falava não parava de se mexer, mexendo na corrente) e o barulho me incomoda, não sei estudar com TV ou rádio, e eu comento com meus alunos, e isso sempre foi assim para mim. E os alunos fazem tudo ao mesmo tempo, são de outra geração e prestam atenção em tudo realmente. Eu estou fazendo o caminho de volta, é um resgate da atenção plena. E me incomoda porque eu não consigo fazer as coisas bem-feitas, não consigo dar atenção aos alunos ao mesmo tempo, e isso me incomoda. Eu Não dou Conta!

É um tempo diferente. E eu tenho dificuldade em me adaptar a esse novo tempo, porque cada um tem seu tempo. E eu já pensei em trazer essa minha vivência para eles, já pensei muito nisso, pois meus professores faziam meditação conosco, nós rezávamos, e agora não se faz mais, não se agradece mais. E os alunos chegam muito cansados e nos professores já chegamos despejando conteúdo. E eu vejo que os meus alunos não têm concentração, a aprendizagem é muito pequena, pelo menos eu penso assim, porque para mim a quietude, a concentração é importante não se escuta. E, como tu se identifica com os adolescentes que tu dá aula?

SÉTIMA OFICINA

Não teve oficina no dia 24. Aquela semana que estava com o M. foi bem difícil, porque ele esteve com dor de ouvido, e o antibiótico corta o efeito dos outros medicamentos, e ele fica muito agitado. Mas ele está muito falante, a fala foi algo que está melhorando muito.

Estou mais tranquila, lendo bastante, embora a semana que o M. esteve com dor de ouvido, ele não obedecia, muito agitado, hiperativo demais, eu imagino que ele mexe em tudo, compulsivo ao extremo, como se expressar. E ele no SIS copiou o Luiz colocando o bilhete no sabonete para dizer que ele estava estragado. Colaram as mãos que desenharam e foi uma função com as fitas para colar. E ele adora tirar fotos e se olhar, e as professoras na escola estão trabalhando com fotografias pois para a alfabetização eles precisam das fotos do seu ambiente. E ele é muito detalhista nos seus desenhos, aprendeu com uma professora que na árvore tem o ninho de passarinho e ele até hoje desenha assim, e o mesmo acontece com a mão, unha, ranhuras. Em resumo, com o M. estamos com muitos avanços.

Vamos meditar: iniciei com o relaxamento profundo, falando da respiração, e a G. se entregou ao relaxamento. Nas filmagens pode se ver ela com um semblante tão sereno, leve. Enquanto eu, pesquisadora implicada, meditava, veio uma paz, uma tranquilidade tão grande e a certeza de sou humana. Eu disse isso para alguém, mas não sugerindo como extraterrestre, mas como sensível.

Olhando a G. meditar na filmagem ela entra num vórtice positivo. “Acordou tranquila, e disse que conseguiu concentrar nos passarinhos e na respiração. Estava mais calma, não pensou em nada. Eu percebo que em matéria de comportamento eu estou diferente. Porque eu percebo que vem uma vozinha quando eu tento fazer um monte de coisas ao mesmo tempo e então eu me policio. Isso aconteceu umas 3 vezes nas últimas semanas. Eu tenho prestado atenção em dar os comandos para o M. ser mais clara, até com frases mais claras e objetivas, eu estou aprendendo a lidar com ele e com os outros e isso foi a partir da meditação, das nossas conversas que eu percebi a minha agitação.

E eu estou me irritando bem menos, hoje já consigo fazer os alunos se acalmarem de forma tranquila. E eles estão correspondendo a minha calma. Eles sentem essa troca energética, onde eu estou contaminando eles com a minha calma e antes era ao contrário eu xingava eles e não adiantava nada. E sempre dando desculpas para esse comportamento. Eles estão agitados por causa do tempo para a chuva, por causa disso, por causa daquilo, ao contrário de assumir a responsabilidade daquilo que é nosso.

O meu pensamento é mais positivo, se deu ótimo, se não deu Ok. Antes eu ficava me questionando e se o M. não conseguir, e se o M. não quiser, e acabava ficando muito frustrada por esperar de mais do M. e o meu pensamento influencia no comportamento do M. Questionada se ela achava que o M. responde linearmente aos comandos dela. Sua resposta foi: Eu acho que ele me lê muito bem, ele me conhece muito bem. Hoje eu vejo que ele vê no meu semblante como eu estou, ele tem uma compreensão da linguagem corporal. E antes eu não via

isso, não dava esse espaço para ele se manifestar, a respeitar e conhecendo o limite um do outro. As coisas não precisam ser de forma autoritária de cima para baixo, nós estamos em outro patamar, estamos diferentes. Hoje as crianças ficam no meio dos adultos e são ouvidos. E agora eu estou dando esse espaço para ele se expressar, ele é muito sensível, por exemplo no centro espírita quando ele vai receber passe, às vezes ele mostra aonde ele quer receber o passe. Eu busquei o espiritismo para eu me fortalecer, porque eu estava muito cansada. Tanto que eu não fico aficionada estudando só o autismo, eu sempre digo: -“o M. não é o autismo, ele é mais que isso, são muitas coisas. ”

O principal sofrimento da minha vida não é ter um filho autista, meu sofrimento é saber que ele não está feliz, pois até na aprendizagem o M. aprende muito mais se ele está feliz, brincando. Com o M. as coisas não podem ser arrancadas dele, tudo precisa ser explicado e muitas vezes cansa, mas é o melhor jeito, porque se tu o agredir (arrancando, puxando) ele vai agredir tb. A reação do M. a tua ação é em igual proporção e força. Se tu fores calma, ele também será. E ele é muito dócil, calmo, mas tu só vais aprender depois de um tempo. Há uma ressonância de comportamento. E isso me faz problematizar a subjetivação do M. será que ele faz essa separação. Mas eu G. consigo separar, hoje eu percebo que Eu preciso vir em primeiro lugar para cuidar do outro. O pai do M. agora tem ficado de 15 em 15 dias com ele, e este adora ir com o pai. O pai é muito carinhoso com ele, mas eu não convivo nessa relação, e acho bem importante que agora o M. esta se relacionando com a família do pai.”

OITAVA OFICINA

Chegou muito alegre, disse que passou muito tranquila, as semanas tem sido assim bem tranquilas. O M. está bem, falando muito, muito. Ele ajudou a fazer os cartões das professoras, super bem, e a fala é muito importante organiza os pensamentos. Para as mães é a mesma sensação de quando o bebê começa a falar, o M. está falando e eu estou muito feliz. Perguntada acerca da meditação se tem influência nesse fato, ela respondeu: - “com certeza; porque eu estou mais calma, mais tranquila e daí tenho me comunicado mais com ele. Antes tinham coisas que ele fazia que eu já brigava, e agora não. Antes eu falava por ele, a gente tenta proteger, porque não se conseguia diferenciar o que é a doença dele e o que é a falta de limite (birra). Ele não entende ou ele está fazendo birra? E a minha tranquilidade permite que eu perceba essas nuances para explicar novamente, dar comando mais claro, e a falta de tranquilidade faz com minha reação seja apenas de xingar, gritar com ele, sem paciência, pensando que tudo é birra ou eu faço por ele. ” Eu compreendi que também tenho limites, que não posso ser tão perfeccionista, controladora. E essas mudanças estão acontecendo de forma automática como

se fizesse parte de mim, eu não preciso dar um comando de para relaxar, para não brigar, para não controlar tudo, simplesmente acontece.

(E questionada sobre, se a partir da meditação, da respiração consciente, desse tempo das oficinas; existem mudanças acontecendo no corpo que influenciam no teu modo de agir. Quais seriam tuas imperfeições do teu Eu que tu querias que fossem perfeitas?) – (Nunca pensei sobre isso.)

Iniciamos a meditação, com tomada de consciência da respiração pelo corpo. Durante o processo manteve a face tranquila.

Ao voltar, espreguiçou-se muito e se abraçou, disse que frequentemente teve a impressão de desmaiar, perder a consciência, parecia queda de pressão, muita tontura. Ela disse que: -Como espírita eu penso que é uma viagem astral, é uma facilidade maior para sair do corpo, por todos os estudos. E o fato de estar mais tranquila, todo mundo diz: nossa como tu está mais tranquila, relaxada. E eu até penso em fazer a meditação com os alunos, mas ainda não sei se estou preparada, e até fiquei pensando, antes a gente fazia com o professor isso, rezava, era tudo mais devagar. Hoje alguns colegas contam que na escola delas os adolescentes estão tirando foto do quadro ao contrário de escrever e é para estudar, não é para bagunça. E, para mim é muito difícil ler no computador, mas estou me puxando para isso. Eu faço até os diários da escola tudo escrito, e mudo todo ano, mas é tudo escrito. Na meditação foi muito bom para relaxar, mas como estou muito empolgada com um projeto novo na Luz Azul e isso veio muito a minha mente. E ficamos conversando sobre esse trabalho.

3 OFICINAS RJ.:

PRIMEIRA OFICINA

Entrevista semiestruturada.

SEGUNDA OFICINA

DIÁRIO DA PESQUISADORA: - eu tive empatia pela dor que ela trouxe. No entanto, senti uma paz muito grande durante todo o momento. A sessão teve de ser interrompida em decorrência do horário, não pude fazer o encerramento para saber como se sentiu na meditação embora ela tenha demonstrado na sua fala anterior grande sofrimento e afirma que o Autismo do filho uniu a família. Eu senti diferente, senti que ela não consegue verbalizar o que realmente sente, a sua revolta, ou a sua solidão, tem algo na linguagem analógica que não condiz com sua

linguagem verbal, como se ela ainda não tivesse tido coragem para aceitar e verbalizar o tumulto do que esta a viver e sentir.”

Ela trouxe como expectativa para as oficinas que estas sejam uma ferramenta para educar o outro, humanizar o profissional que trabalha com Autistas, pois ela não se sente acolhida, acalentada, por esses que estão no mercado de trabalho. Quando recebeu o laudo se sentiu perdida! Tenho dúvidas se ela comentou ao terminar de meditar que se deu por conta do quanto ela é escrava do horário, sempre correndo, sua fala foi: “eu corro demais”.

No seu relato ela trouxe emoções de culpa, impotência, magoa. Entre muitas lágrimas, Falou: - “ah, é autista, e ok a vida segue. Não, não segue!”.

Tiveram uma expectativa muito grande sobre o bebê P. ele foi planejado, esperado, e veio esse “tumulto”. A família se desestabiliza sim, mas também sente que estão mais unidos, adaptados ao P.

Percebeu na meditação o quanto está acelerada. Eu percebi que houve uma entrega.

Havia muito barulho de crianças no corredor do SIS. Tentaram abrir (forçando) a porta da sala por duas vezes. Ou seja, o barulho externo era muito grande, justamente num dia que ela chega falando que: “criança deve ser educada de forma a não incomodar”. “Eu morro de vergonha pelos gritos e barulhos do P.” Ela foi criada pela mãe de forma que criança não pode incomodar. Por esse tumulto todo deixei meditando por 20 min e me pareceu que ela estava alheia a tudo, mas eu tive muita dificuldade para meditar. Eu sentia o turbilhão das coisas, agitação total, tudo estava me incomodando, eu não consegui relaxar.

Mas o interessante foi que quando ela saiu do estado de meditação, super calma, ela disse: “tiraram um peso enorme de cima dos meus ombros e cabeça.” Alegou que conseguiu relaxar profundamente, não se importou com os barulhos todos.

Ela trouxe a educação que teve na infância, e percebeu que reproduz essa educação e isso é o que torna o aspecto de aceitação social o mais difícil de ser mãe do P. o grito e o choro do P. desestabilizam-na e ela se perde nesse caos.

Iniciou a respiração tensa, muito tensa, expirando o ar pela boca (assoprando o ar); engolindo muito a saliva como se tivesse muito para falar e não pudesse, tendo de engolir o desespero, a raiva, a frustração, pois foi educada para não perturbar, para aceitar calada. Mesmo com interrupções na porta, ela não se alterou na meditação, estava respirando profundamente pelo nariz; relaxou; houve uma entrega.

Acordou tão tranquila e relatou que sentiu que tiraram um peso dos ombros e cabeça. Sentiu dificuldade de se entregar no início. Percebeu o quanto é importante ter o seu próprio tempo; corre muito pelos outros. Corre, corre para não “pensar” porque ela não pode dizer alto que se sente impotente. “Cresci na pressão de não incomodar os outros e fui sobrevivendo”.

Sente medo, sente vontade de colocá-lo em uma redoma de vidro, mas não pode porque a vida está aí e se ela não ensinar, como será? Sente medo de não poder abraçá-lo mais um dia, por tudo o que já leu sobre autistas que perdem esse contato íntimo. (Toda essa fala foi entre muitas lágrimas, chorava copiosamente).

Na quarta-feira, (dia 19), quando ele (o P.) surtou no projeto geralmente faria com que ela chorasse muito, mas nesse dia ela não chorou, agiu diferente. Embora tivesse percebido que se sentiu muito irritada durante toda a semana, depois da oficina de meditação, e com muita dor no ciático de tanto dar colo ao P. ela não se desesperou na saída do projeto, não ocorreu a oficina com o Ipad porque ele chorou muito. Eu observo com essa fala da Rj. que suas dores são uma fala do seu modo de viver. Ela está exausta de “carregar esse defeitinho” (forma carinhosa e autêntica de referir-se ao P.) porque ela não aceita esse diagnóstico. Sua forma agitada é um jeito de gritar: mecham-se, ajudem-me, não aguento mais. Tenho de trazer novamente esse contexto para ela olhar sob outra perspectiva.

R. Afirma com todas as letras que: - “Ele tem total domínio sobre mim”! O que é ser mãe?

Como aprendizagem a partir das oficinas ela considera o fato de ter começado a se questionar mais sobre tudo. Ou seja, passou a problematizar a vida.

TERCEIRA OFICINA

No acolhimento conversamos sobre amenidades femininas que mostram o quanto a Rj. é vaidosa, cuida de sua beleza, seu lado mulher.

Relatou que teve um dia de muita tristeza, estava sozinha, e não sentia vontade de sair da cama, olhou muitos vídeos do P. e chorou muito. Estava num processo de internalização, lambendo suas feridas e deixando-se sentir.

Trouxe o quanto fica ansiosa quando o P. tem psicopedagoga, porque quer que ele interaja, faça tudo correto, e não é assim, ele não faz. Comentamos o quanto hoje não se dá o tempo da criança, não deixam que ele experiencie no tempo dele, e ela trouxe que o P. tem um tempo diferente, inclusive no tirar a fralda, e ela nesse ponto deu o tempo para ele, mas de resto, se apercebe desrespeitando. Antes pensava que ele era incapaz, agora ela percebe que ele tem um tempo diferente, mas que ele consegue. “E a psicopedagoga quer que ele interaja muito, estimula muita coisa, e às vezes ele não quer brincar com a massinha e ela insiste, talvez seja

isso que me incomoda”. No carro ela sempre tocava músicas que quando o P. chegava na aula de violino ele queria tocar aquela, e nem sempre ela lembrava além de ter custado a entender que era isso que ele queria. E agora não, ela não coloca música no carro para irem p aula de violino. Assim funciona pela manhã, ele procura o DVD que quer escutar, passa DVD por DVD até encontrar o que ele quer.

Na nossa conversa, ela se deu por conta que se sente incomodada pela maneira como a psicopedagoga está agindo, não respeitando o tempo dele, não está observando a individualidade dele. Diferente da escola, aonde a prof. respeita o tempo dele. Por exemplo: “na musicalização na escola ele não ficava, não gostava, e sem forçar nada a prof. conseguiu que ele já fique na sala sentado numa cadeirinha observando, e por vezes ele dá muitos bjs na professora para poder pegar o violão dela. O mesmo aconteceu no SIS, ele estava louco pelo violão, mas como ele não tinha intimidade com a Paula, ele não interagiu. Ele vai se chegando devagarinho. E só agora ele está escutando a palavra cantada e está conseguindo cantar duas músicas. Na piscina ontem ele riu muito, brincou comigo, e contou, pois fazia dias que não contava até o 15 que eu já estou insistindo. Mas ele faz quando ele quer”.

Rj: Na psicopedagoga estamos fazendo de forma que eu não interaja junto, mas ele vem seguido me dar beijos. E eu tenho falado para ele não gritar e sim mostrar, o que quer, falar, e ele compreende, tanto que às vezes ele grita e me olha.

QUARTA OFICINA

Como te sentiste da última semana para cá?

Rj: Eu me senti! Tu sabes que parece que as coisas estão indo mais suavemente, eu mudei o foco, deixei o um pouco o P. e voltei para a mana, e de certa forma eu acho que ele está respirando. Ele está caminhando só! Veio da APAE até a escola caminhando sozinho, uma hora a mochila rodava, e nós trocávamos de mão, e ele não pediu nenhuma vez o colo. Eu achei o máximo. O A⁸. nos deixou lá e eu disse deixa que voltamos a pé, eu fui de tênis para carregar ele. E aí nós ficamos com a mochila e ele se sentiu no compromisso de carregar a mochila. E eu disse, mano quem sabe tu vais caminhando, está muito pesado carregar tu e mais a mochila. E ele prontamente foi, mas claro, quando tinha de trocar a mochila de mão, eu sentia que ele precisava primeiro trocar a mão comigo, para depois trocar a mochila. Ele chegou na escola todo faceiro, a professora elogiou e ele saiu todo sorrisos. Ele está tendo essa noção. Na escola ele teve aula de violino, e ele foi caminhando um trecho. Então eu acho que é o tempo dele, não adianta a mãe dele enlouquecer.

⁸ Sigla para indicar o esposo da Rj; pai do P.

R: Tu achas que era tu que o estavas sufocando?

Rj: Eu acho que eu estava muito nervosa, e para mim está sendo muito bom sentar aqui contigo, me questionar, e lembra quando conversamos na semana passada sobre a psicopedagoga, que quanto mais eu queria que desce certo, pior ele se comportava? E tu me perguntou se era eu que estava ansiosa ou questionando o trabalho dela? E terça, eu pensei: não eu vou ter de ir com minha cabeça aberta, seja o que Deus quiser, se ele gritar e espernear, como ele faz aqui com a Yanae, eu vou pegar e sair com ele. Eu falei com ele, disse que não adiantava nada brigar com a prof. Deise, que ela era uma amiga, era do bem e que ela só estava nos ajudando. Conversei com ele numa boa. Parece que ele chegava lá e queria me afrontar, e desde ali ele chegou numa boa, claro que ele dá uns gritinhos, como acontece aqui com a Yanae, parece que ele tem uns minutinhos para chamar a atenção, mas passa, não fica naquela birra. Está dando tchau, porque a menina é um amor.

R: Tu não estás dando atenção para os gritos dele.

Rj: E ele está percebendo isso em casa, porque na rua, em público, eu ainda tento administrar, mas em casa ele grita e grita.

R: E aquilo não te toca?

Rj: Antes aquilo me deixava em pânico, eu saía correndo. E agora ele grita e grita aí ele entra gritando, e eu pergunto: tu estás precisando de alguma coisa? Eu não estou entendendo? Ele dá uma risada como quem diz, ah tu estava ouvindo mas não saiu correndo! Ele está me testando, ele está naquele momento. E eu também tinha a mania de tentar adivinhar o que ele queria, ah, tu está com sede? Está com fome? Ou às vezes até eu socava na boca uma bolacha para ele parar de gritar. Não, quer gritar então grita, se jogar no chão, se joga, enquanto está em casa. Eu acho que ele está percebendo isso. E de certa maneira estamos aprendendo a lidar. Porque a gente vem em uma tempestade. Ah, é autista, o guri está com 3 anos e não fala uma palavra ainda. Sai correndo, para tudo, se comunica como?

R: Pois é, tu trouxeste uma questão importante. Parece que caiu uma bomba em cima de vocês que desestruturou tudo, cada um saiu correndo para um lado, enlouquecidos, ninguém parou para respirar!

Rj: Como eu te disse, tem alguma coisa diferente com o P. e eu levava no pediatra, o A. dizia que eu não estava respeitando o tempo do P. e como a mana era bem tranquila e dócil, a gente levava um susto cada vez que o P. gritava e chorava, entende?

R: Certo, mas quando tudo isso começou a reverberar na tua cabeça, como é que tu estavas? Era um período que tu estavas passando como?

Rj: Cada dia era uma surpresa, porque às vezes não dormia à noite, as vezes gritava no público, às vezes não acontecia nada. Eu estava o tempo todo em casa com ele. Quando eu saí do consultório com o diagnóstico de autismo do P. de uma certa maneira eu me tranquilizei, eu não sabia do que estávamos falando, eu sabia que o caminho ia ser difícil, o que era exatamente, mas eu pensava “Meu Deus” pelo menos alguém agora olhou e percebeu o que eu sempre percebia no meu filho. A gente tinha de ter parado e feito, nós iniciamos a fono e a psicopedagoga com o P., mas eu e o A. não saímos para conversar com ninguém, não fui atrás de um psicólogo, ninguém disse, ou sei lá, como a gente conversa aqui, na Apae, com a psicóloga de Porto Alegre, que nos dá hoje esse suporte. Até então, passamos um ano na confusão, acalmando o P. no grito. Isso foi o que a gente fez, e a partir de um período começamos a entender que não era a curto prazo, que nós também tínhamos de nos domesticar. E é o que estamos fazendo agora se adaptando, fazendo com que ele entenda que o grito dele não era a maneira certa de comunicação, o que ele tinha era o grito e choro. E ele tem um poder de persuasão que tu não tens noção, as lágrimas salpicam dos olhos, e agora estamos conseguindo diferenciar o que é birra ou não.

Iniciamos a respiração, com um relaxamento profundo, prestando atenção no corpo e relaxando.

Rj: Sempre quando eu faço eu me sinto bem, tenho dificuldade em seguir a ordem, mas no momento que tu vais falando as coisas vão ficando agradáveis. E quando tu vais falando nas partes do corpo eu vou percebendo que impressionante como a gente tem um peso que não está aparentemente como um casaco pesado, eu sinto isso quando tu chegas na parte das costas.

R: Como se tu estivesses carregando um peso extra, muitos. E o que tu considerarias esse peso extra, é a forma como tu lida com as coisas ou é algo que não te pertence e tu acabas pegando para ti carregar?

Rj: Olha, eu acho que é a maneira como lido com as coisas! Como eu já disse, se eu tiver alguma coisa eu vou chegar para ti e vou falar, da melhor maneira possível, em casa eu sou muito assim, e daí a gente se depara com pessoas, que agora é uma questão que está me preocupando muito que é com a L⁹. (Filha adolescente). Então a gente vê que as pessoas, por mais que a gente diga que é importante conversar, acho que tem momentos em que tu te perde, e como diz aquele ditado, tu acha que os filhos vão crescer e os problemas vão diminuir, acho que estou vivendo isso com ela. Porque eu vejo que ela está crescendo, e eu tenho preocupações extremamente assustadoras, se quando bebês era de tirar a fralda, perder o dentinho, eram preocupações mais lúdicas, de certa forma, e hoje tu vê que lá fora, tu podes até educar, mas querendo ou não ela

⁹ Filha adolescente, por vezes chamada de mana durante as oficinas.

tem fazes, ela é questionadora, sempre tem argumentos, e eu me dou conta que estou tão cansada em relação a isso, sinto-me um pouco fracassada. Eu acho que ela tem de questionar. Mas por atitudes que ela tomou eu pensei que ela seria diferente, tivesse uma estrutura melhor. Como eu te falei das roupas pretas, eu criei diferente, tudo bem, pode ser que passe ou não passe, sei lá.

R: Tu estás frustrada?

Rj: (Não conseguiu responder com palavras, segurando as lágrimas ela concordou com a cabeça)

R: Nenhum dos teus filhos foram aqueles filhos que tu idolatrou, idealizou?

Rj: (Em lágrimas ela responde). Não, né! E isso talvez seja só um momento, pela idade, mas eu tenho medo que se perca, e eu já estou sofrendo lá na frente.

R: Esse sofrimento é pela realidade que tu caíste por que eles não são o aquilo que tu imaginaste?

Rj: Não, na verdade eu tenho medo que se perca. Deixa eu te explicar, em função do P. a gente pode ter deixado ela de lado, eu sei que eu estava muito angustiada, nesse meio tempo eu comecei a trabalhar, tu sabes trabalho novo é sempre um desafio, Ok. Mas eu achei que a estrutura que a gente tinha dado nunca permitiria que ela tivesse se cortado toda no braço, no banheiro, com a gilete do Pai. E ela fez isso agora. Isso para mim, talvez vá demorar muito, por mais que ela diga que não tem nada a ver, eu me sinto muito impotente, eu sinto muito medo. Tu sabes, vibração são vibrações, parece que ela não atrai pessoas do bem para ela. Eu fico muito surpresa, minha sobrinha tem quase a idade dela, e meu irmão não tem uma estrutura de família, como a gente tem, eles não se respeitam, e nós sempre nos preocupamos com a minha sobrinha, ela é introspecta e a amiga da minha irmã mais nova se suicidou; a gente sempre se preocupava, e de repente acontece dentro de casa! E aí eu fico pensando, quando foi que eu errei, quando foi que eu deixei que a minha princesinha virasse um monstrinho, para mim aquilo foi um caos! Quando eu vi aquele braço todo cortadinho eu fiquei sem chão, e toda vez que eu olho; eu fiquei totalmente insegura, eu não deixo ela dormir na casa de amigas que eu não conheço. Fico em busca do face dela. Ela só posta coisas em inglês, e teve uns dias que ela só postava coisas que eles chamam de tribos, veias saltadas, tão ruim Raquel, tão ruim.

R: Faz tempo isso?

Rj: Foi em junho que ela se cortou. E daí levamos ela no médico psiquiatra. Porque eu acho que é importante levar ela para conversar com alguém fora de casa.

R: Alguma vez tu te questionaste, por que tu falaste sobre estrutura de família que vocês têm, de respeito; alguma vez tu te questionaste se ela estava tendo essa oportunidade de ser filha? Se tu estavas exercendo essa oportunidade de ser mãe, o A. o próprio P.?

Rj: Eu acho que vai levar muito tempo para entender o que aconteceu. Porque a gente teve a preocupação de agradá-la, nunca fomos aqueles pais que Deus me livre tirar uma nota baixa na escola.

R: Ok, então tema de casa, presta atenção em casa, veja como tu permites que ela seja filha, com tu és mãe...? da mesma forma como tu dizes que ninguém te ensinou a ser mãe do P. talvez ela também não saiba como é ser irmã do P.

QUINTA OFICINA

R: Então, fiquei preocupada contigo na semana passada, porque não tivemos um encerramento, pois tu precisaste sair rápido, mais cedo.

Rj: Sim, eu precisava ir. Fui levar ela na psiquiatra. Mas tudo bem.

(Conversamos sobre o encaminhando na médica da mana).

Rj: Eu acho que em algum momento eu devo ter me perdido e ter atropelado a mana, a gente nunca sabe o que passa na cabecinha deles. Eu me lembro que na idade dela eu já estava trabalhando para os outros, a gente tinha outra carga, ela estava sempre reclamando sobre provas, trabalhos, e eu questionava sobre o que mais, por que ela está só estudando. Porque com 6 anos eu já cuidava do meu irmão, meus pais iam para a lavoura e eu cuidava dele. Imagina! Ah repara o mano uns minutos enquanto vou ao supermercado, fica atenta ao mano enquanto o pai sai do salão e eu estou saindo para trabalhar. Mas isso não é nada, ela cuida do quarto dela. Eu acho que às vezes a gente alcança demais. Na idade dela eu tinha toda uma casa para cuidar. Mas é outra geração, outros tempos.

R: E como tu passaste nessa semana?

Rj: Eu estava bem agitada, e sábado eu perdi a paciência e dei uns “patis” no P. que ele estava tihoso, acho que quanto mais ele exigia mais eu cedía e mais ele me sufocava, estava no limite dos dengos, das manhas, e daí eu dei uns patis nele e depois eu me arrependi, mas depois fiquei bem. A mana até ficou assustada. Ela nunca me vê fazer isso. Porque ele está fazendo escândalos quando a gente diz o “não” de parar. Então a gente vê que é muita manha. No outro dia ele estava tão falante, tão respeitoso. Eu não gosto dessa teoria do “pati” mas ele passou dos limites, porque eu sempre disse que no salão ele não pode gritar nem se escabelar, e ele fez duas vezes, e aí chegou uma menininha com um brinquedo e ele queria o brinquedo, e, claro, quando ela foi embora ela queria levar o brinquedo dela, e ele fez um escândalo, um escândalo. Eu levei

e acalmei, levei e acalmei, e daí tive de dar uns “patis”. No domingo correu tudo bem. Daí segunda, fomos no médico, eu e a mana, conversamos, caminhamos no centro, eu estou tirando mais tempo para ela, como a gente conversou, fomos fazer o teste da lente de contato, daí agora ela estava lá pedindo o colírio, e eu disse vai na farmácia, é pertinho. Na escola ela está bem, notas altas. (Ficamos conversando sobre a escola dela).

Eu me senti, eu estava lendo que a gente vai tirando alguns bichos, e como eu venho aqui, faço massagem com a Tânia, que também envolve a respiração, ela também explica que para atingir o equilíbrio a gente passa por esse caos.

Iniciamos a meditar com um relaxamento profundo, respirando de forma consciente.

RJ: Hoje eu tive mais dificuldade para concentração, bem desnecessário essa caixa de som bem alta aqui no corredor.

R: Bem, percebo que o externo te incomodou bastante. O que, e por que isso te irritava?

Rj. Eu não conseguia me concentrar com o barulho. Realmente já vim em outros dias que estava mais alto, mas hoje, como é uma rádio que não gosto, e essa rádio não é para ambiente de saúde ou terapia, já me chamou a atenção na chegada. Não sei, talvez esteja mais questionadora, ou mais incomodada?

R: O que tem te incomodado mais? O autoconhecimento tem disso, vamos olhando para nossas sombras, que às vezes não queremos, e isso vai nos incomodando aquilo estava tão guardadinho lá por que fomos mexer? Mas só te irrita se tem uma terra fértil que vai brotando essa sementinha.

Rj: Eu acho que às vezes a gente vai se acomodando com o passar das coisas, as coisas vão acontecendo, mas eu nunca aceitei muito, sempre fui questionadora. Hoje no meu trabalho eu acabei falando, mas quem não gostou azar. Eu sigo as regras como tem de ser, detesto e-mail meia-boca. – Aí, cadê tal negócio que sumiu daqui? Bem, se sumiu alguém não cuidou. Mas eu acho que onde trabalha meia dúzia todo mundo sabe de tudo. E eu detesto isso, assim como eu falo com o P. não adianta colocar tudo no saco do autismo porque cada um é um. E eu disse para o meu colega, eu não mando mais dizer. Porque as coisas precisam ser ditas, têm de serem claras. (Falamos sobre o trabalho da Rj.). Se foi eu que deixei o carro aberto e molhou o banco, chega e diz, R. toma mais cuidado. Mas não fica mandando e-mail para todo mundo, está lá a planilha, tem como saber quem usou por último, a gente não é mais criança, não precisa de meias palavras. E eu fiquei muito irritada com um acontecimento que teve, porque ela (a chefe) questionou: essa organização de vocês! E eu disse, bem é o reflexo da nossa hierarquia, eu disse para ela. Porque se a gente fica sabendo das coisas pelos alunos, a coisa não está legal. E daí disseram que eu poderia ter sido mais delicada, mas Ok, eu acho que estou ganhando muito

pouco para ouvir isso. Na reunião todo mundo levou xixi, todos ficam quietos; eu não, não fui eu pronto, não fico mais quieta. E isso reflete com as crianças, foi meu limite de paciência de manhã, de birra. Lembra que teve uma época que eu disse para ti, que a gente não sabia a diferença, se era manhã, se era birra, a gente não sabia se ele entendia até que ponto a gente podia ir, mas ali ele sabia que não era lugar de gritar, sabia que o brinquedo não era dele. Eu acho que estou me impondo mais.

R: Isso te assusta? Tu já foste assim?

Rj: Não me assusta, eu já fui assim.

R: E o que fez tu te apagar?

Rj: Eu acho que foi o tempo que fiquei em casa, cuidando do P. naquele mundo sem compromisso. Foi opção minha, não me arrependo de ter ficado um ano amamentando e dois adorando, como eu digo. Fiquei mais calma, mais tranquila, seguindo o fluxo. E agora eu voltei a me impor, no trabalho, na casa. Eu sou formada em comunicação.

R: O que tu estás pedindo é uma comunicação clara, objetiva, produtiva.

Rj: E que seja em alto e bom som. Porque quando a gente entra numa sala de aula com adolescente, tu vai dando as regras, lá pelas tantas vai chegar o momento que alguns fogem as regras, e daí tu vais e diz fulano, fulana desliga o celular etc., mas nós somos um bando de adultos, e eu acho que não pode tu ficar sabendo das coisas por alunos, pelos outros. O que eu questiono muito a diretora geral, temos a chefe, mas somos uma equipe, trabalhamos junto, se um errar a gente prejudica a equipe, a instituição, e isso eu estranho porque parece que tem cada um puxando para um lado, nós não somos uma equipe. E como eu passei a questionar algumas coisas fui ficando de ladinho. É como aqui, se eu fosse diretora de alguma coisa, jamais eu iria achar legal um SIS com essas músicas bombando, se fosse apenas na recepção, até tudo bem, pode não ser do perfil da Rj gostar de música clássica, mas o ambiente pede.

R: É o acolhimento.

Rj. Esses dias aconteceu num consultório médico, a secretária ficou louca comigo, porque tinham essas bolinhas de carinhas ao alcance do P. e imagina, ele pegou e saiu correndo. Ora, eu até posso ter sido lerdinha, mas as bolas estavam ao alcance, será que não pensaram que uma criança poderia pegar? A gente tem de se acostumar, se adequar. E antes eu ficava quieta, agora estou mais questionadora, às vezes não é bom.

R: De uma certa forma tu estás tendo um empoderamento. Até frente ao P., claro, tu podes ter perdido o limite, mas tu estas também te testando, até onde tu podes ir? Tem um autor que fala que o resgate do sujeito, e o conhecimento de si é importante por que, tu precisas saber qual é o teu limite? Mas tu só vais saber disse te testando, te conhecendo. Então tu estás num período

de transição de mudança, tu estás resgatando uma Rj que estava aí, não é nada de fora que tu estás imitando ou representando, é simplesmente.

Rj: É voltando a ativa, como eu brinco. Para mim é até um pouco tenso. Mas no SENAC eu acho ótimo, porque tu não segues um calendário, então oscila muito e eu consigo conciliar com as atividades. Mas querendo ou não eu não estava acostumada com esses compromissos, e eu sou muito dedicada, por mais que eu repita o mesmo módulo em várias turmas, eu sempre quero levar coisas novas, diferentes, e isso está fazendo eu administrar o meu dia, e isso para mim é novo. Antes eu trabalhava em uma empresa pública, era mais calma, depois fui trabalhando no salão com o Al. É novo, além de toda a função com o P. com a mana, enfim a gente vai se administrando, é ótimo mas é novo.

R: Tu estás cansada?

Rj: Às vezes eu me sinto bem cansada. Mas também não sei se é um cansado de cansada ou se é um cansado de emocional, de inseguro. Eu até escrevi, que é estranho, a gente enquanto filho tem uma percepção, eu acho que também é a crise dos 40 anos, eu já fui mãe mais velha, com 27 anos, mas sempre valorizei o pai e a mãe com suas limitações. Eu agora estou insegura. Com o P. estamos vivendo um dia de cada vez. Eu sempre peço que eu faça a melhor escolha, e também se errar, como fiz com a mana, porque estou arrependida de ter trocado ela de escola; mas também não sei o que iria encontrar em outros. Tu não tens o acerto 100%, com a mana eu me preocupo bastante, talvez seja uma fase, talvez passe. Como eu te disse semana passada no primeiro momento bem difícil, mas talvez enquanto profissional ela vai seguir, ela vai ser muito boa. Às vezes a gente se pergunta onde foi que se perdeu?

R: E por que tu achas que se perdeu? Que tu achas que errou? Por que não pode ser encarada como uma opção dela sem erros ou acertos?

Rj: Como eu te disse, naquele show que eu fui com ela, todo mundo de preto, tatuado. Foi muito legal, um momento legal para estarmos juntas. E eu vi que não era só adolescente tinha um público mais velho. Eu conversei com uma moça, trabalha numa empresa de importação, super bem resolvida, e ela disse que a primeira vez que ela viu o cantor foi com a idade da mana. Não tinha um lugar no corpo que não era tatuada, usava um alargador na orelha, e a mana desde pequena curtiu tatuagem. Nós morávamos num residencial ela tinha uns 5 anos e tinha um Dj tri gato, que ela amava ver e sabia todas as tatuagens do cara, percebia quando ele fazia nova. E essa coisa de eu ter ido no show com ela foi legal porque eu vi, apesar de eu ter criado ela toda de rosa e de lilás, que é muito legal esse outro lado, e que pode ser muito feminino. Mas eu como mãe, tinha medo dela amanhecer numa praça, toda dark, tatuada. Eu tenho medo do mundo lá fora. A gente tenta orientar muito.

R: Mas tu percebeste que não existe um mundo lá fora, e outro dentro, existe o agora, o nosso mundo, hoje vivendo.

Rj: Mas o eu acho que em casa tu dá um suporte e quando elas estão lá na rua é diferente.

R: Mas me parece que, com mudanças de palavras e tal, o discurso é o mesmo. Tu tinhas o P. numa redoma de vidro, e era o teu medo de largar ele para o mundo, tu disseste isso aqui, e agora tu dizes que a mana também, tu tens numa redoma de vidro e tens medo de largar para o mundo.

Rj: Eu tenho medo sim. É isso mesmo.

R: Então, de quem é esse medo? E eles estão pedindo, eles querem bater asas. O P. é independente ele te ensina a ser mãe dele. A mana está começando a te ensinar, ela precisou um baita de um piti, de um grito, para dizer deixa eu ser do jeito que eu quero e vem junto. Ainda se ela te excluísse, mas não ela te quer junto. Então, parece que esse medo é teu! Sabe o que uma vez um índio disse, nós estávamos numa reunião, e comentávamos como as meninas são mães muito cedo, porque nós brancos temos muitos cuidados para evitar uma gravidez cedo, e os índios não tem. E ele disse: “- porque a mulher nasceu para ser mãe, e como ela vai ser mãe, se a gente não permitir que ela seja mãe”. E eu disse: mas tu podes permitir quando ela for mais velha. E ele disse: “- eu não tenho que permitir nada, o corpo dela é que vai permitir que ela seja mãe, e em ela sendo mãe é que ela vai aprender a ser mãe”. Então, não existem regras, não existe um comportamento que tu recebeste e que agora tu vais passar, existe tu se entregar ao momento de ser mãe da mana e mãe do P. que talvez te exijam papeis diferentes enquanto mães, mas é uma aprendizagem única que é tua.

Rj: E a insegurança também.

R: Mas a insegurança vem do que?

Rj: Sei lá, eu tenho tanto medo das coisas aconteceram, ela é tão ousada.

R: Ou é porque está saindo do teu controle?

Rj: Não, eu acho que não, tanto que ela está usando o preto, ouvindo as músicas. Eu acho que a função dos cortes dela é que me deixaram muito insegura, foi o meu limite de medo. Eu nunca impus nada, só também não soltava muito. Foi uma maneira grotesca de aprender, mas está fazendo eu rever. A gente nunca deixava ela ir nos lugares, raramente, agora estamos deixando ela sair na casa dos amigos. A gente está revendo algumas coisas, tem pais que são mais tranquilos em relação a isso. Esses dias ela fez um comentário, ela queria ficar na praça, mas eu penso que tem de ter alguém olhando de longe, por causa de assaltos, enfim. (Ficamos conversando sobre esse assunto).

SEXTA OFICINA

Iniciamos com amenidades, e passamos direto para a meditação com a respiração consciente.

“Descrever o relaxamento guiado” quando voltou da meditação, afirmou que:

Rj: Bem mais tranquila do que da última vez. Veio tudo mais calmo na minha cabeça, sem correria, lá em casa, no Senac, nosso dia a dia, as crianças, apesar de estar uns dias mais cansados, mas está indo sabe, o P está mais tranquilo, a mana mais alegre, parece que nós estamos nos falando mais, retomamos o diálogo, antes parecia que eu ficava mais com o mano e não dava atenção para o resto, não tinha tempo nem vontade, e agora estou conversando mais com ela, estou mais por dentro, estou indo buscar ela na escola, e naquele minuto vamos conversando, as fofocas da escola, e questiona as coisas da escola. Essa semana eu achei interessante, porque ela está na fase de estar gorda, que uma amiga levou uma saia para ela, e ela disse que experimentou a saia e ficou muito grande, mas mãe eu não consigo ver que a fulana é tão mais gorda do que eu. Daí eu citei meu exemplo, tu estás de boicotando, porque quando a gente disse que tu estás bonita, e tu sempre diz, mas as minhas pernas, minha barriga, tudo é questão de autoestima, tu ficou uns dias querendo se esconder, mas tu viu que não precisa. Daí questionei o peso da menina, altura, enfim, são oito quilos de diferença, que a menina tem mais que a mana. Daí encomendei umas saias e uns vestidos de uma cliente, e ela experimentou aquilo numa euforia. E agora antes de vir para cá eu estava pensando, um vestido era branco com azul de listras, veio um conjunto todo branco com azulzinho, uma saia rodadinha, e antes era tudo preto, lembra que te falei, e ela disse que gostou de todos, daí já mudou e eu fiquei pensando, eu estava sofrendo por antecipação, da mesma maneira com o P. claro que eu ainda fico enlouquecida quando eu vejo o braço dela, mas ela está vaidosa. E ela ficou com vergonha do que o médico colocou na receita.

R: Ela teve um choque de realidade!

Rj: Ela não me falou nada do que falou com o médico. E sempre ela me contava. E casualmente eu não pude acompanhar ela no médico, mas ela sempre vai nele, então, sem problemas ela ir sozinha. Agora pediu para não mostrar para o pai a receita do médico. Até então quando eu questionava as postagens no face, ela achava legal, e na semana que eu não vim aqui ela postou uma foto bem bonita mas tapou o rosto, e eu mostrei para o Pai, e ele foi furioso pedir para tirar aquela foto. Eu questionei o motivo, e ela disse: “por nada, mas hoje quando eu cheguei na escola dois colegas vieram falar comigo”. E daí aproveitei para falar que por mais que a gente viva bem em casa, tem postagens que mostram o contrário.

R: Parece que ela não tinha essa subjetivação.

Rj: Eu acho que foi a mudança de escola. Na anterior ela era bem conhecida, se sentia acolhida, tinha muitas amigas, e aí ela chega naquela escola enorme, fria, e tinham umas professoras que exigiam que ela provasse que ela era muito boa, ela sentiu, daí vem ah eu sou uma gorda, ando de cabeça baixa. Eu vejo ela bem diferente agora, talvez eu esteja percebendo mais, esteja mais atenta. (Conversamos mais sobre a relação com a filha, sobre quebra de vínculos).

R: Mas tu consegues perceber que tu estás diferente frente a essas situações?

Rj: Consigo, sim. Porque antes o que acontecia eu podia ver, mas eu não queria ver, não me interessava, se ela me cumprimentava quando chegava da escola tanto fazia. Eu estava muito voltada para o P. eu tava meio no meu limite, não sei exatamente.

R: E agora que tu te deste por conta disso, que tu estás fazendo um esforço enorme para romper essa ligação íntima com o P. porque tu estás dando mais autonomia, dando limites para o P. tu estás conseguindo te voltar mais para a mana e tu estás conseguindo se voltar mais para ti também ou não?

Rj: Sim, porque antes era tudo muito rápido. Hoje não, eu estou tirando mais tempo para parar, para dar uma analisada, claro que a gente continua, eu me sinto cansada às vezes, o mano está evoluindo muito, a mana está mais próxima também. Eu brincava com o meu marido, que eu estou sentindo que estou ficando velha, teve uma época em que eu andava com muita dor nas costas, e agora o P. está caminhando, na escola sempre vem elogios, coisas novas. E na terça-feira fomos em um aniversário, e antes era um inferno, e dessa vez ele entrou direto para a piscina de bolinhas. E teve um momento que eu achei muito engraçado, porque ele não subia para cair na piscina de bolinhas, ele ficava dentro já, mas para o amigo cair ele tinha de sair, e daí ele vinha e passava a mão no rosto do amigo, dava um beijinho, e o amigo dizia, “-Tá P. então tu fica aqui no cantinho porque o amigo vai cair”. E ele achava o máximo. No escorregador, ele tinha que escorregar para os outros também escorregarem, mas ele não queria, daí fazia a mesma coisa, abraçava e beijava o amigo, crianças que ele nunca tinha visto, e os amigos deixavam ele ficar, e todo mundo estava encantado com ele. Era uma turma de clientes antigos do salão, e eu dessa vez deixei ele bem à vontade para o P. porque antes eu ficava em volta dele com medo que ele surtasse. Ele adorou, não gritou, ele vinha e comia, dividia o chocolate com uma amiga. E o professor de violino também está encantado com ele. Essa semana quem levou ele para a aula foi o A. o P. orquestrava e o professor tocava no ritmo do P. e o professor pediu que a gente trouxesse ele na orquestra, porque eles querem incluir ele na atividade de final de ano. É o máximo!

SÉTIMA OFICINA

Como passastes?

Rj: Estamos indo, bem corrido. O P. está bem, a mana também está mais tranquila, eu de certa maneira estou mais tranquila. Estou estranhando por estar trabalhando o dia todo, e estamos nos adaptando a isso.

R: Tu estás mais cansada por conta do trabalho, mas como está o relacionamento em casa, consigo mesma.

Rj: Eu estou mais acomodada! Antes eu não ia dormir sem lavar o último copo, agora se a pia está cheia eu vou dormir depois eu faço, estar tudo organizado, banheiro limpo, roupa dobrada, eu era cheia de TOK. Agora não. Agora estou mais tranquila, eu acho que é bom. Porque antes eu atropelava todo mundo. Gritava. Enfim, o P. esta até indo ao banheiro sozinho, independente, ele avisa que vai. Antes eu levava ao banheiro, todo mundo levava ele. Agora não, quando a gente vê, lá está ele sentadinho. Na escola ele ainda não está indo sozinho, e eu conversei com ele dizendo que ele pode ir sozinho incentivei, e a professora comentou que no mesmo dia ele avisou que queria ir ao banheiro, ela incentivou e ele foi sozinho. Daí tu lembra aquela agonia que eu tava, expectativas, comparação. E hoje, aconteceu que eu não entendi o que ele queria que eu colocasse, ou tirasse, da mochila dele na hora de ir para a escola, e ele foi aos 10 min do caminho de vez em quando dando uns gritos, resmungando, e eu fui tranquila, as pessoas me olhavam e eu não me importava, antes eu iria surtar com ele.

R: Que legal, é meio que natural esse meio de viver, internalizou e tu nem te deu por conta, houve uma mudança, não é?

Rj: Sim.

R: e tu consegue identificar o disparador?

Rj: eu acho que tudo esta muito relacionado ao P. ao diagnostico dele, porque eu mesma comparava, se eu mesma não respeitava os momentos dele, eu estava atropelando, e no momento em que eu relaxei com essa questão, que eu entendi que seja autista ou não, o tempo é o dele, nos vamos nos adaptar ao tempo dele não adianta eu querer que ele siga o meu tempo, e daí eu acho que eu me acalmei.

R: Mas essa percepção tua em que tu começaste ficar mais tranquila, enfim, tu conseguiste perceber em ti uma mudança, sabe aquele Clic?

Rj: Sabe aquele dia que a gente falou em sofrer por antecipação, porque eu me questionava muito, enquanto mãe, com a mana, né o que eu fiz de errado, e daí pensei sei lá, cada um tem seu caminho, eu nem me dei por conta e as coisas foram mudando. Mas foi muito por eu me dar por conta de que eu estava vivendo no futuro, e eu não vivia aqui e agora. Como a questão do xixi do P. a fala dele, todos já estão falando, tirando a fralda, e aí eu pensei se ele não falar

tudo bem, vamos ter de nos adaptar, eu relaxei, deixando as coisas andarem no tempo próprio, tudo começou a se organizar, ele está falando muito, com um sotaque de alemão bem forte. Eu estava muito angustiada com tudo isso. E como eu e o P. nós temos uma ligação muito grande, eu ficava obcecada por ele, nem perguntava sobre o dia da mana. Essa semana ainda aconteceu de nós irmos ver a apresentação da orquestra e o P. achou que ele podia orquestrar e conversar e resumindo eu tive de sair com ele e em outros momentos eu ia arrancar ele, mais tensa, e agora não, eu saí, mas tudo bem.

R: Eu lembro que quando tu chegaste tu trouxeste muito a forma em que tu foste criada, em que a criança não podia atrapalhar o adulto. Tu repetias com eles a forma em que tu foste criada, e agora tu estás aprendendo a ser mãe do jeito Rj, dando espaço para eles.

Rj: É bem isso. Estou dando espaço para eles e conseqüentemente estou mais leve, antes eu ficava muito tensa, porque ele chega nos lugares e nem sempre acontece como tem de ser. Como acontecia com psicopedagoga, que eu chegava tão ansiosa para o P. colaborar, fazer certinho, que tudo o que ele menos fazia era colaborar. Aqui no Ipad, também.

R: Na verdade ele sentia a tua ansiedade e ficava ansioso.

Rj: Nós somos muito ligados.

R: Isso é impressionante! Todas vocês dizem a mesma coisa sobre essa forte ligação com o filho autista. O jeito que vocês estão reflete no filho.

Rj: Até a questão da comunicação, até meses atrás, eu não precisava que ele falava para mim eu identificava o que ele queria, nós tínhamos uma comunicação que não sei explicar. Desde a barriga, porque com a mana eu falava com a barriga todo o tempo, relatava tudo em voz alta, conversando com a barriga. Com o P. eu passei os nove meses calada, eu não falava em voz alta com a barriga era tudo via pensamento. Quando ele nasceu também, eu não ia até a cama dele dar boa noite, eu pensava da minha cama, é diferente, eu entendo ele sem ele falar, eu sei o que ele quer. E conseqüentemente eu percebo que ele é mais observador.

R: Será que é por tu não falares tanto com ele, a linguagem verbal entende, de uma certa forma provocou ele a desenvolver mais outros sentidos de comunicação.

Rj: Mas o que acontece é que ele não é o meu primeiro filho, e o que eu fiz com ele na gestação não combina comigo, é um jeito meu e dele, porque eu sou muito falante. E com o P. eu me estranho, com ele eu não falo, a comunicação é diferente. Para ti ter uma ideia, de madrugada é eu me acordar e o P. acorda. Quando eu estava dando aulas de noite, no horário que eu chegava em casa ele arrastava o pai para a frente da casa para esperar eu chegar. E no momento em que eu estou tranquila ele fica tranquilo. Porque o P. são toques, é sorriso, é expressão facial. Quando eu falo sério com ele, ele vem na minha frente e dá aquele sorriso, para ver se eu

mantenho a seriedade. Eu não sei te dizer, talvez a gente vá ter problemas de alfabetização. Mas eu fico muito apaixonada com a questão da música, ele conta para a gente que é enlouquecido por alguma coisa. A questão do contar, ele tem uma facilidade, porque na apresentação da orquestra o Leandro foi contar como se monta uma orquestra, quem são as pernas, o corpo, e ele contou 1,2, e o P. 3 e já. Quer dizer ele tem algumas coisas que mostram que ele entende ou em casa ele conta, do jeito dele. Ele tem quatro anos e meio. (Conversamos sobre a aceleração da infância na alfabetização) a gente está atropelando o tempo das crianças.

R: O fato dele ser especial é uma coisa e o fato de tu respeitares o tempo dele, da infância dele, é outra coisa.

Rj: É, e uma coisa que estou vendo com o P. que é prioridade é respeitar o tempo dele. Não o que os outros querem, não o que os outros dizem, ah mas com cinco anos ele tinha de estar reconhecendo as cores, não ele não vai estar, ele vai estar mais devagar. A questão da música para mim ele diz, calma mãe eu sou inteligente.

R: E tu te acalmando, tu estás dando mais tempo para ele.

Rj: Eu vejo com a mana que tem uma competição, a roupa mais bonita, a nota melhor. E com o P. estamos vendo que o mundo não é só isso, tem coisas que na competição deixa de observar dentro de casa, deixa de vivenciar com mais calma, mais coração. E o P. é só coração, ele tem uma delicadeza, uma luz que é uma coisa muito gostosa, o jeito de conduzir diferente, no momento que a gente convive tu se apaixonou, é do jeitinho dele.

R: E por que tu choras, vem uma emoção de beleza, tristeza?

Rj: Eu choro por me sentir muito iluminada por ter ele perto da gente. Chega às vezes que me dá um medo sabe, se a mana é para o mundo talvez ele seja mais. Tenho medo, porque nossa sociedade é bem cruel.

R: Medo que ele sofra. Mas tu mesmo disseste que quem convive com ele acaba se apaixonando, talvez esse medo seja infundado. Ele tem uma cara linda, preparada, parece que ele sabe que estamos na sala ao lado, ele chega no vidro e dá uma bela risada. E tu ainda sentes vergonha quando ele faz as birras?

Rj: Tu sabes que ele está tão civilizado, que ele não tem feito mais aqueles escândalos. Mesmo que não tenha no supermercado o que ele quer, eu troco, converso e ele sai faceiro.

R: Ele está sendo compreendido!

Rj: Sim. E ele tem feito as coisas que ele gosta, está mais leve. Acho que era muito desgastante quando a gente exigia o que ele não queria. Esses dias levamos ele no traumatologista porque ele estava mancando de um pezinho, e foi muito tranquila a consulta, mesmo que ele tenha ficado irritado porque ele precisou esperar uma hora para ser atendido. O médico disse que ele

tinha crescido muito rápido e o tendão não acompanhou. Mas ele está bem acessível a ambientes novos, está caminhando.

R: Na verdade todas as tuas reclamações quando o P. veio a primeira vez, dele não caminhar, dele gritar, enfim, tudo se acalmou. E ele começou no grupo de pesquisa do Ipad no mesmo mês que tu começaste comigo as oficinas. Tudo se acalmou!

Rj: Talvez eu relaciono também ao fato de que como eu fiquei mais calma, ele também amadureceu, ele foi sentindo segurança.

R: Então vamos respirar!

As sessões de meditação da Rj. sempre foram mais agitadas, o corpo não para, quando retornou relatou que o pé direito formigou muito. Conseguiu respirar, prestando atenção em todo o corpo.

Rj: Até então tu tens outra percepção de mundo. Antes e depois do P. antes, tu passa despercebido, quando é tudo normal, tu vais seguindo o fluxo, e quando tu vê, ou a caixa mudou não é mais quadrada, ou o que. E lá em casa tudo mudou, não foi um que mudou, todos mudamos, a família toda que vai aprendendo e para mim foi mais difícil porque eu sou totalmente o avesso de um autista, e para o meu marido já não é difícil porque ele é muito igual ao P. enfim.

OITAVA OFICINA

Rj: Tu sabes que essa semana foi mais instável com o P. a gente saiu bem da rotina, e lá na piscina ele ficou uns 15 min, e ele começou a gritar bem desestabilizado, e eu não sei o que aconteceu na água. Eu logo acalmei, cantei, tentei mudar de brinquedo, dei banho, lavei, sequei e ele sempre gritando, eu me senti bem ruim, mas antes eu chorava junto, agora eu fiquei nervosa mas não chorei, aguentei, ele até me olhava para ver se eu estava chorando, ajeitei ele e levei ele na escola, mas ele não chorou mais. E eu não sei até agora o que aconteceu. Talvez tenha sentido uma dor dentro da água, porque ele estava um pouco gripadinho, sei lá. Eu senti uma tristeza depois, eu acho que é porque eu não consigo entender ele. Não senti vergonha. Eu me sinto impotente por não entendê-lo. Eu vejo que ele sofre, ele fica muito angustiado por não se fazer entender, ele chora sentido. Mas eu continuei fazendo minhas coisas, saí com a mana como havíamos combinado, eu me senti muito ruim, diferente de outras vezes, em que eu me abalava e não queria fazer nada, ver ninguém, e dessa vez não, eu segui fazendo minhas coisas.

R: Para eu compreender, foi penoso para ti mas não te paralisou?

Rj: Não, outras vezes foi paralisante, fui para casa, tive uma crise de choro, fui para a cama. Por mais que tivesse sido ruim, eu continuei minhas coisas. Ele esteve mais chorão essa semana, daí eu acho que foi da gripe. Na psicopedagoga ele também chorou muito, mas na escola ele

esteve normal. Não sei se foi pela troca, porque antes ele estava indo com o pai, e daí eu levei e ele se achou no direito de chamar a atenção, não sei.

R: E como tu estavas nessa semana, como tu passaste desde nosso último encontro?

Rj: Foi tranquilo, fizemos programa de família. Estava tudo tranquilo. Como de ontem para hoje, eu estive bem nervosa com problemas no trabalho, mas antes eu estava tranquila. Essa semana nós fomos também no homeopata, bem tranquilo, conversaram nas diversas línguas que eles falam. Usamos para a questão da fala, da alergia. Eu vejo que está dando diferença, se foi um amadurecimento de ambos, eu estou gostando do tratamento, começamos em janeiro, fevereiro. O maior resultado estamos vendo agora, primeiro foi uma desintoxicação, e agora está mais específico. E continuamos apenas com a homeopatia.

R: Bem, aqui o nosso foco és tu, claro que conversamos sobre eles porque fazem parte da tua vida.

Rj: O P. está bem, mesmo que ele tenha acordado cedo na quarta, fez todas as coisas dele veio para cá tranquilo.

R: Sim, eu vi ele na quarta e ele estava interagindo muito bem com todos no projeto.

Rj: Ele tem pedido bastante o violino, toca de olho fechado, sozinho, as vezes pede aplausos, e ele não brinca de outras coisas, eu não consigo que ele brinque com outras coisas, por minutos que eu consigo.

(Ouvir a Rj. Falar do P. sobre ele só querer tocar violino me passou uma ideia de decepção, de tristeza, por ele ser diferente, não sei, foi algo profundo, que tocou minha alma, ao mesmo tempo pela beleza, grandiosidade dessa criança de quatro anos tocar um instrumento tão complexo.)

Iniciamos a respiração. A Rj teve um acesso de tosse que foi acalmando no decorrer da respiração.

Rj. Eu não consegui ficar quieta, minha perna formigou o tempo todo, a tosse quando tu falou ela passou, mas a perna formigando foi o tempo todo. O que é isso?

Conversamos um pouco sobre isso, provoquei para que ela pensasse sobre o quanto o corpo fala conosco. E encerramos.

NONA OFICINA

Como tu passaste?

Rj: Não sei. Me chamou muito a atenção que eu estou apagando, (iniciou chorando muito). Eu sempre estava animada, agora estou cansada, me boicotando, eu cuido da casa, do meu serviço, mas parece que não tenho mais aquele brilho. O meu marido também percebeu, ele me disse

que não enxerga mais aquele brilho que eu tinha. A mana se afasta de mim, fica quieta. Se são coisas de anos que agora estou me dando conta, ou se eu estou ficando velha, o que será?

R: Eu acho que tu estás mexendo em muitas coisas, é como se tu estivesses no olho do furacão.

Rj: É como eu estou me sentindo. Me preocupa, porque eu sempre tinha muito medo de ficar depressiva. Eu lembro que quando a mana nasceu eu sempre rezei muito para não ter depressão, porque estávamos longe da família, foi uma época muito difícil, passávamos necessidades. E quando eu engravidei do P. foi planejada, nos todos queríamos, mas foi bem tumultuada a gravidez. Eu estive lendo sobre a questão da meditação e tal que é o que tu me disseste, primeiro a gente passa por um turbilhão de emoções para depois acomodar, são coisas de anos. Eu não consigo dormir, por mais que eu esteja muito cansada.

R: A meditação precisa ser regular, ter o teu tempo, que tu possas te dedicares, sem ter de sair correndo. Porque as coisas emergem, perturbam e tu precisas compreender logo. É bom tu teres essa rotina. Até agora tu vinhas jogando tudo para baixo do tapete, e agora essa poeira saiu, e tu vais olhar para ela ou ficar parada ou dar o segundo passo. O mais difícil é seguir em frente. Vamos respirar? Não tranca o choro! Concentre-se na respiração, acredita nisso, mesmo que o corpo tente te boicotar. Iniciamos com um relaxamento bem profundo.

Rj: Veio as coisas do dia a dia, do serviço, mas daí eu me concentrava na respiração.

R: O que é sofrimento para ti?

Rj: Até então eu achava que era uma dor, ter uma doença que não tenha cura. Mas agora eu não sei o que é. Às vezes eu acho que a gente sofre mais da alma do que de uma dor. Eu só me sinto muito triste, tenho uma vontade de ficar quieta sozinha, bem quieta.

R: E por que tu achas que não pode ficar quieta?

Rj: Eu não sei, eu nunca fui assim. E eu acho que não está sendo bom, pois todos ficam mais incomodados. Eu fico mais distante de todos, eu não estou conseguindo fazer diferente.

R: Já ouviste aquela frase que é preciso cuidar do cuidador? Pois talvez seja isso, seja importante tu olhares para ti, o que tu precisas, do que necessitas? Daí depois que tu acomodares isso tu vais conseguir cuidar do outro. Na verdade, tu estás te permitindo sentir tristeza, cansaço. (Fez-se um longo silencio, a Rj. não queria falar, por mais que eu provocasse, questionasse. Conversamos sobre o parto do P. como foi, o que sentiu, as inseguranças do momento). Aqui tu estás sendo provocada a sair da tua zona de conforto, estás olhando mais para ti. E Ok, seguimos. (Ela demonstrou estar querendo fugir, não olhar mais para si mesma, chegamos em um momento crucial, importante, em que a importância do vínculo que se formou, da confiança, não podem ser quebrados, agora é o momento do acolhimento, do empoderamento).

DÉCIMA OFICINA

Iniciamos a nossa oficina em uma sala diferente, em que tinha uma maca para ela deitar e respirar, fiz uma leitura de uma poesia escrita por uma detenta do presídio de Santa Cruz do Sul, e problematizamos um pouco a partir dessa leitura.

Rj: Eu percebo que eu estou mais chorosa, mas a minha família continua ótima, o P. está bem, minha mãe, minha sogra, todos continuam dando apoio, não tem vergonha do P. Eu tinha um tio que era doente mental, e hoje eu penso que ele era autista, ele faleceu aos 35 anos eu deveria ter uns 12 anos, ele fugia, tinha ataques epiléticos, ele estava sempre medicado, ele se mordida todo, era agressivo, e a minha mãe conta que ele parecia ser normal até uma certa idade, e lá por uns 2 anos ele começou a ter os ataques. Ele ficou internado no manicômio, porque ele era agressivo, mas também ele era dócil. Então minha mãe teve uma experiência com uma pessoa especial. Como eu te disse, quando eu cheguei em casa no dia que levei ele para fazer a vacina que eu fiquei arrasada, quando cheguei em casa o A. estava lá para me acalmar, me acolher. E eu fico pensando nessas mulheres em que os maridos abandonam que são os mais provedores, ficam aquelas mulheres, quantas mães sozinhas eu vejo quando vou lá na APAE, como no texto que tu leu, SONHOS, quantos anos vão ficar presas, vão perder.

R: Pois é, mas como tu passaste? Como tu estás te sentindo?

Vamos meditar primeiro, porque daí tu deixas emergir o que tem de vir para depois conversarmos.

Rj: Vou ficar mal acostumada aqui nesta sala. Fiquei agitada no início, formiga a perna, coça a cabeça, mas eu continuo prestando atenção na respiração.

R: O que te perturba quando tu estás respirando?

Rj: Sempre são meus pés, ou minhas pernas que começam a formigar, daí já me desconcentro, já deu uma dor nas costas, uma pressão na cabeça, por isso virei de lado.

R: Mudar a posição influenciou na posição física, ou por uma acolhimento?

Rj: Eu gosto de deitar de lado. Me sinto melhor. E, eu pensei muito na mana, porque eu deixei ela no Inglês toda produzida. E sabe, eu tive a mana num momento em que eu estava muito sozinha, estávamos morando fazia 2 meses no Ceará, eu caminhava no calçadão e desejava um barrigão, e eu nunca tinha pensado em ter filhos, e quando eu vi eu estava grávida. Nós passamos 3 anos só nós três, depois viemos embora, nos duas somos muito parecidas, batemos de frente, mas somos unidas. Depois viemos embora, e tal, quando eu engravidei do P. até meu irmão estranhava que a mana não dormia fora de casa, e tal, na gravidez do P. eu e ela ficamos em Capão e o A. aqui, então ficamos mais unidas ainda. Então eu acho que eu me assustei como ela cresceu rápido neste último ano e o quanto ela já quer voar. Meu Deus, como eu criei uma

criatura toda de rosa e lilás e agora ela está toda de preto. Hoje ela saiu meia preta, tênis branco, blusa preta por baixo, camisa xadrez por cima e a boca reluzindo num batom vermelho. E, eu vi que ela é extremamente vaidosa, mas do jeito dela. Talvez ela vá gostar de usar salto como eu, colorido, sei lá. E eu me assustei muito quando de uma hora p outra tirei tudo do armário dela. E ela iniciou a usar roupas do pai dela, minhas, na cor preta. Eu fui muito resistente em relação a isso. E eu não tinha me dado por conta. Ela também foi muito sutil, não impôs nada. Ela pensou ok a mãe não dá jeito, eu dou outro jeito.

R: Mas ela foi firme no posicionamento dela?

Rj: Sim. Ela nunca foi de sair bater porta, falar palavrão.

R: Esta consciência que tu tiveste foi muito importante, se dar por conta que tu tomaste atitudes extremas de tirar as roupas do roupeiro dela. E quais emoções tu sentiste falando disso?

Rj: Me sinto tranquila, porque eu vi que é o jeito dela, é estilo dela, o espaço dela, que a gente não cria os filhos para a gente para o resto da vida mas eles vão para o mundo. Eu acho que eu estava meio amedrontada com tudo isso, que é a mesma coisa do P. que eu estava preocupada que daqui a um ano ele vai para a escola, como vai ser, mas é ele que vai ter de se ajudar, ele quem vai vivenciar, que conseguir, eu não vou poder estar sempre junto. E isso foi com a mana, ela passou todos esses anos tranquila na escola e agora ela resolveu mudar, dizer que não quer mais isso, e ok. Ela nunca deixou de estudar, de ser respeitosa com a gente, é só o estilo dela que para mim estava me assustando.

R: Tu achas que tu perdeste o controle?

Rj: Eu acho que eu tinha medo dela aparecer com a cabeça raspada, sei lá. Porque no show que fomos, as pessoas eram muito Dark e muitas nem perto do chuveiro passavam, e ele não, ela vive cheirosa, é vaidosa. Então acho que era isso. Eu não sei, ela está com as neuras de estar gorda. Eu sempre fui assim também.

R: Mas tu disseste que está sensível. Explica para mim.

Rj: Sei lá, eu leio algumas coisas no face e já choro, eu já me senti assim quando eu estava grávida.

R: E o que está mudando em ti desde que iniciamos com as oficinas? O que estás aprendendo com isso?

Rj: Eu fico pensando que eu era mais evasiva, desrespeitava a vontade dos outros, eu estou muito crítica com tudo, se não gosto não gosto, e não faço mais questão de agradar. Eu estou questionando os gritos do P. ele grita e olha para mim. Por exemplo: ontem à noite eu estava fazendo massagem no pezinho do P. e ele gritando, ah eu cansei e disse, bem se tu não vais parar de gritar eu também não vou ficar ouvindo, e fui para a cozinha fazer minhas coisas ele

foi de atrás e ficou em volta e daqui a pouco parou. Em outros tempos eu ficaria tentando adivinhar o que ele queria ou justificando, totalmente desestruturada. Agora não, e eu acho que eu acabava justificando muito, e na verdade não era nada daquilo que eu estava achando. Era só um grito.

R: Porque de uma certa forma a valorização do grito era tu quem fazias.

Rj: Isso mesmo.

R: E agora tu estás mais tranquila, tu estás valorizando a tua vontade.

Rj: Antes eu não parava, eu fazia aqui e ali, e hoje me dou por conta que eu fazer se eu tiver vontade e ele também. Antes eu tinha de levar, não podia perder o horário, era uma loucura, agenda lotada, ia para Porto Alegre, com dinheiro e sem dinheiro, apesar do pediatra dizer que ele tem de fazer muitas coisas, eu acho que ele cansa.

Rj: É, mas temos de respeitar o tempinho dele, o descanso dele.

R: Ele é uma criança diferente, é desgastante para ele.

Rj: É de pegar no colo, ficar no marasmo. A professora dele diz que o dia que ele adora é quando os colegas vão para as atividades fora da escola e ele fica na escola.

R: E essa tua sensibilidade está te fazendo sofrer ou está mais tranquilo?

Rj: Está mais tranquilo, mas continua me incomodando, porque eu não estava acostumada. A nossa tarde foi de conhecimento. Das percepções das relações.

ANEXO E - Autonarrativas da C. na Terceira Oficina

①

Encontros & Emoções

Ao ser convidada para participar de uma pesquisa de Mestrado, fiquei entusiasmada. A vontade de contribuir, com a minha experiência de mãe de filho autista, falou mais alto, e logo aceitei.

Primeiramente, o que mais me impressionou foi o "olhar para as mães". Um cuidado maior, um carinho, uma atenção diferente e um espaço de tempo para "se olhar", se perceber como sujeitos de um processo que envolve alegrias, conquistas, incertezas, sofrimento e persistência...

Por mais que toda a família, amigos, educadores e terapeutas estejam envolvidos neste processo, é a MÃE que está diretamente ligada física, emocional, mental e espiritualmente com o filho.

Só ela sabe, desde sempre, mesmo antes da concepção, todos os sentimentos que envolvem esta relação.

Muito se publica, ou se fala, ou se estuda a respeito do Autismo. É uma incógnita. Cada caso é único, com suas especificidades. Se o tratamento, ^o diagnóstico já são difíceis para o filho, imagina para a MÃE.

Na maioria dos casos, as mães tornam-se extensões de seus filhos, deixando suas vidas em segundo plano. Muitas vezes fragilizadas, adoecem. Mas não é só de doença física que se adoece. A alma adoece. A alma pede colo, pede socorro em silêncio, pede proteção e amparo. E, muitas vezes, este socorro não chega, este colo não existe... só existe a resiliência em superar as dificuldades, secar as lágrimas, dar um sorriso e seguir em frente. E, este seguir em frente, é viver um dia de cada vez, pois com filho autista, cada dia traz novas experiências, novos desafios a vencer...

A metodologia que está sendo aplicada nesta pesquisa desenvolve aspectos emocionais a serem resgatados. A meditação é uma forma de relaxamento, de organizar os pensamentos e acessar informações que há tempo são guardadas, esquecidas ou deixadas de lado.

Transmite paz de espírito, clareza de idéias, proporcionando uma reorganização, no sentido de auto-conhecimento, auto-estima, de repensar a vida de outras maneiras, com novas possibilidades.

Estes encontros não são apenas uma vez na semana, por uma hora. Eles ficam conosco. Eles questionam. Fazem refletir. Desacostumam. Estimulam.

Quando aceitei o convite, imaginei diferente: que iria ajudar bastante no estudo. Agora percebo que há uma grande troca: eu estou sendo ajudada, ainda mais.

Fláudia Davila

16 de Agosto de 2019.

ANEXO F - Autonarrativas da C. na Quarta Oficina



Sou Reikiana há tempo, pois busco
 novas formas de estar no mundo. Fiz vários
 cursos, mas, na verdade, não me senti mo-
 tivada a aplicar em alguém, nem em mim,
 por mais que saiba de todos os benefícios.

No dia do encontro anterior, com a Raquel,
 me senti diferente. Encontrei várias postagens
 sobre Reiki e ouvi pessoas comentando. Quan-
 do cheguei na sala, na quinta-feira passada,
 não sabíamos ao certo o que iria acontecer.
 Mas... aconteceu. Raquel aplicou a energia
 Reiki de maneira simples e natural. Senti
 o calor de suas mãos e, com ele, o acesso
 a momentos, sentimentos e emoções há tempo
 guardados. O mais intenso foi a revelação
 de que a pessoa que mais me causou mágoas e
 abandono, foi um instrumento para que eu
 pudesse evoluir. Isto muda tudo. E fui eu
 que permiti estas mágoas e abandono.

Mas o Reiki também tem o poder de
 transmutar estas informações. Mas isto só
 vai acontecer se eu, bláudia, permitir, e
me permitir a transformar tudo isto em
 aprendizado e virar a página do passado.

lá da sala leve. Passei o resto do dia animado, sentindo uma moleza boa.

Durante a semana esta energia Reiki permaneceu em mim. Encontrei várias pessoas que estavam vibrando na minha frequência e apareceram para trazer aprendizagens. Os sonhos também foram de forma diferente, mais reveladores acerca do assunto ativado na terapia.

Mas, o mais impressionante, para mim, foi despertar para a Cláudia Mulher.

Existe em mim, ainda, uma criança interior que se nega e não se permite a ser feliz, sorrir, viver e ter outros relacionamentos. As marcas do passado ainda estão fortes, mas, aos poucos, estou proporcionando o crescimento desta criança. Ela vai desabrochar! Logo!

Em casa notei muita tranquilidade, um ambiente bem Zen. Tiago dormindo bastante, acendendo velas e incensos e concordando com tudo. Acredito que nos seus sonhos ele vive outras possibilidades, percorre outros caminhos, e não tem limites!

Cláudia D'Avila

03/09/2015
h.
super*

Reiki de Luz e Balor

○ Reiki tem a propriedade de transmitir energias. Ele facilita os acessos e outros pontos energéticos de nossos corpos, harmonizando, alinhando, limpando os chacras. Com esta técnica milenar podemos simplificar a nossa vida, e todas as relações que nos envolvem.

○ Terapeuta Reiki, ou reikiano, é um canal entre a Terra e o céu para que esta energia possa ser disponibilizada. Ele é um facilitador.

○ O processo de cura, ou limpeza é feita pelo despertar da pessoa que está sendo trabalhada física, emocional, mental e espiritualmente. O Reiki acena energias estagnadas, que precisam de ativação. Estas energias que envolvem a pessoa e seus corpos causam reações como calor, risos, choros, e outras reações, dependendo de cada um.

ANEXO G - Autônarrativas da C. na Quinta Oficina

Portais que se abrem...

As sessões de "troca" que acontecem todas as semanas são portais para que nós, mães de autistas, tenhamos um tempo e um espaço para nos descobrir enquanto sujeitos no mundo, no nosso mundo.

Desempenhamos vários papéis com dedicações... educadoras, esposas, filhas, amigas... mas nenhum deles é tão exigido quanto o papel de mãe. É uma simbiose entre mãe e filho, que, muitas vezes, não se abre espaço para outras pessoas chegarem. A cumplicidade, o afeto, as expectativas e decepções, as incertezas e conquistas fazem parte deste universo tão singular que é a maternidade.

Acredito que, na maioria das vezes, a mãe se apropria de sua "via", tornando-a dependente da relação. Os filhos, por sua vez, querem autonomia, progredir, superar limites. Talvez os maiores limites estejam bem perto, dentro de casa, na tentativa de proteger e dar suporte necessário

descobertas e aprendizagens. Por vezes, dolorosas, por vezes esclarecedoras. Com a ativação da meditação e Reiki, muitos registros são elaborados de maneira diferente. Eles estão guardados e surpreendentemente, são desvelados. Surgem assuntos que nos desconfortam, pois estão há muito tempo "acomodados" em nós.

Particularmente, o personagem mulher está deixado de lado, ^{minha} ~~em~~ como se ser mãe fosse o único personagem que exerço na minha vida. É nestes encontros eu descobri o quanto isto pode ser prejudicial e o quanto eu preciso investir em mim... nos meus gestos, nos minhas vontades, nas minhas atitudes, nos meus sonhos...

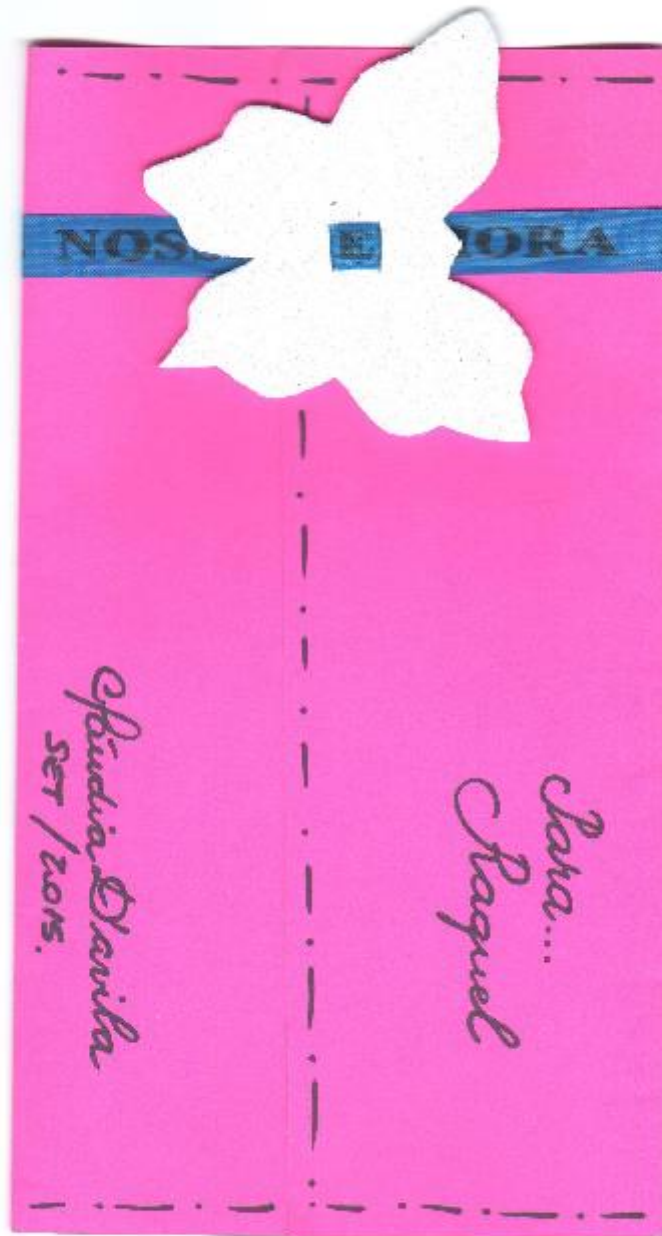
Existem questões importantes em mim que estão vindo à tona durante este período de "acordar". Neste contexto... acord seria despertar, acordar seria concordar que é preciso transformações e, acordar, seria também a cor dar, ou seja, dar uma nova cor ao meu mundo, encher de cores a minha

estas questões presentes em mim, enraizadas e apegadas, estão se resolvendo de uma maneira tranquila e madura, com sabedoria... É exatamente nos sonhos que elas se resolvem. Os conflitos internos ainda existem, mas nos sonhos ganham um novo cenário e uma nova forma de ^{me} encontrar ~~(se)~~, ou encontrar com meus defeitos.

É, quando acordo, sinto uma paz de espírito muito boa... guardo as sensações que tive e procuro elaborá-las, avaliando com carinho e agradecendo...

A gratidão pelo passado, que foi aprendizagem e amadurecimento, pelo presente, que é o despertar para novas possibilidades e pelo futuro, que ainda virá com a expectativa de dias melhores, me faz seguir em frente... vestindo os meus personagens, aprendendo e ensinando, amando e sendo amada e, acima de tudo vivendo cada momento e cada nova oportunidade que a vida me oferece!

ANEXO H - Autônarrativas da C. na Sexta Oficina



③ Mulher, fortaleza e ternura.

A feminilidade é uma questão inata a toda mulher. A delicadeza, o instinto materno, a vaidade, a forma de pensar e agir, as emoções... tudo faz parte do universo feminino.

Mas... e quando o destino resolve colocar obstáculos diante da nossa vida emocional, que o lado mulher é deixado de lado? Vestir outros personagens é bem mais fácil... o de mãe, de educadora, de amiga...

Me deparei a pensar em como relacionamentos amorosos que se desgastaram com o tempo, me fizeram mais cautelosa, até demais.

Tudo foi passageiro, mas as lembranças ainda estão em mim. Aprendi muito. A ponto de saber o que não quero mais em minha vida. E, talvez por isto, seja tão seletiva. e não me permita amar, sofrer, recomeçar, sair, chorar, cusar.

Não acredito mais no amor, em relacionamentos homem-mulher, não para mim. Desconfio. Fujo, Desanimos, Tanto faz, já não vale a pena...

Torço muito pelos outros... mas não faço a mesma torcida para mim.

"Mascaras" a vaidade. Comprar roupas e sapatos é muito chato, bem como investir no visual. Prefiro comprar livros.

Tenho bons amigos, confidentes, divertidos, carinhosos. Mas nenhum deles me desperta para viver outras formas de amar. Até mesmo meu filho me aconselha e me incentiva. Ele diz: - "Mãe, o homem é muito importante na vida de uma mulher! Não esquece que eu sou homem, também, e sou muito carinhoso!"

A auto-estima baixa me faz ficar em casa, trabalhar e sair com meu filho, só!

Mas tudo isto pode mudar de repente!

Basta acreditar e querer que mude!
Tudo tem seu tempo. Não tenho pressa, enquanto as feridas cicatrizam. A dor de antes já passou... Tudo passa...

Fico com a pureza dos perfumes... que deixam marcas, que nos transportam, que nos envolvem... com fortaleza e ternura!

sempre... Cláudia D'Avila

ANEXO I - Autônarrativas da C. na Sétima Oficina



Dia de Chuva...

Um dia de chuva convida a ficar em casa, no aconchego, em retiro, em família...

Tem quem reclame destes dias nublados, cinzentos e com muita chuva. Logo o mau humor toma conta, os comentários sobre o tempo são negativos e se desperdiça energia reclamando o tempo todo.

E se pudéssemos olhar com outros olhos? Olhar de simplicidade, que enxerga o lado bom da vida? Ouvir a chuva caindo, as águas rolando na calçada, observar os clarões no céu como se fossem fogos de artifício... Pisar nas poças d'água, como se fosse um menino... e até tomar banho de chuva... por quê não? Agradecer como se caísse chuva de bênçãos!!!

2/11

Não se pode reclamar sempre...
 O sol, a lua, as estrelas estão lá,
 no mesmo lugar... apenas enobertos...
 "É preciso a chuva para florir."

Que possamos florir, regados por
 esta chuva maravilhosa, que lava
 a alma, os corpos, os sentimentos...
 Desabrochar para a vida... Descobrir
 o melhor em nós, e nos outros...
 Florir, perfumando todos os lugares
 que passarmos, deixando novas marcas
 de beleza, sabedoria e gratidão...

Dia de chuva também é dia
 de preparar e comer gostosuras. Agra-
 dar e ser agradecido. Preparar um
 bolo com carinho, um café passado
 na hora, um pão quentinho, pipoca,
 doces... É adoçar a vida... Tornar
 pequenos instantes em grandiosos mo-
 mentos... Permitir-se cuidar e ser
 cuidado, hummm... que delícia...

etc

Dia de chuva também é
aquele dia de visitar o passado...
olhar fotos guardadas, álbuns de
família e perceber o quanto estamos
melhores, hoje...

Arrumar as gavetas, selecionando
o que já não serve... para que
possamos deixar "algo mais" no lugar.
Esvaziar as gavetas da alma,
fazendo a limpeza interna... desape-
gando do que nos impede de ir
adiante... Limpar, perfumar, enfeitar,
agradecer o que passou, pois foi
suporte para o que vivemos hoje...
agradecendo o hoje, que é a base
para o que virá...

Dia de chuva é dia de fazer
amor... de dar e receber amor...
de reinventar o amor... de permitir
amar e ser amado... De viver,
simplesmente, viver...

elisa * Flávia D'Avila
ABRIL / 2015

ANEXO J - Autônarrativas da C. na Sétima Oficina - segunda parte



Eis que eu estou contigo, e te guardarei por onde quer que fores. (Gênesis 28.15)

Meu Mentor...

A figura masculina, tanto ^{para} a feminina são muito importantes na vida de uma pessoa, ~~na~~ formações de sua personalidade, assim como na sua subjetividade.

Na minha vida, existem quatro figuras masculinas a quem dediquei, incondicionalmente, meu tempo, meu dinheiro e meu mais profundo amor, reconhecimento e gratidão. Pessoas que edifiquei, sempre antes de mim...

Eis que eu estou contigo, e te guardarei por onde quer que fores. (Gênesis 28.15)

O tempo passa, com toda a sua sabedoria nos ensina, nos reprova, nos abre os olhos...

Hoje percebo o quanto de energia desperdici para que a vida deles pudesse estar melhor, agora Ah, o agora! Onde estão todos eles? Quem eram e quem são eles, hoje?

O valor que tiveram para mim é o mesmo que tenho para eles? Finalmente, encontrei a qual resposta! NÃO!!

Eis que eu estou contigo, e te guardarei por onde quer que fores. (Gênesis 28.15)

O primeiro Waldemir Cavalcanti Rodrigues, foi o meu namorado, meu noivo, meu marido e pai do meu filho... A pessoa a quem entreguei a "Bláudia Mulher" com toda a minha inocência, sonhos, expectativas de adolescente... Foi bom...

Mas, infelizmente ele desprezou, com toda a indiferença esta mulher... e ela adormeceu... se decepcionou... entristeceu... e doeu... MAS ESTÁ DE VOZ...

Espera pelo Senhor, tem bom ânimo, e fortifique-se o teu coração; espera, pois, pelo Senhor. (Salmo 27.14)

O segundo, meu pai, Laudelino Freantz de

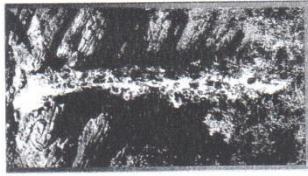
Melo, que estava acima do bem e do mal... Com o sábio tempo, percebi o quanto me "pedou" em meus sonhos e ainda tem influência sobre mim... Decepções... amargura... carência, tristeza, dorça mental e, principalmente, emocional. Hoje, está "muito bem" casado novamente... já não vive mais de mim... Mas eu estou aqui...

Espera pelo Senhor, tem bom ânimo,
e fortifique-se o teu coração; espera,
pois, pelo Senhor. (Salmo 27.14)

O terceiro, meu
irmão, Américo Davil
de Melo, a quem eu
sempre considerei minha
alma gêmea. Meu comple-
mento. Passamos dificulda-
des, juntos, emocionais..."

Hoje, está "muito bem".
Já não precisa mais de
mim. Deve ser educação.
Hoje é só vaidade,
ostentação... pra quê?
Olha pra trás... agradece!

Mas eu ainda estou
aquí... já cansada,
decepcionada... mas inteira



Portanto, não vos inquieteis com
o dia de amanhã, pois o amanhã
trará os seus cuidados. (Mateus 6.34)

O quarto, está sempre
junto comigo, meu
filho, Tiago de Melo
Laudino Rodrigues...

A pessoa a quem dediquei e
dedico todo o meu tempo,
#, dedicções, fidelidade
para investir em todos
os seus sonhos... O que
ele faz com tudo isto?

Não se enche! Apesar de
suas limitações, muitas vezes
não encerra quem esteve
sempre por perto e está...

Mas eu estou e
estarei aqui, firme!!!
Adoro por sua causa



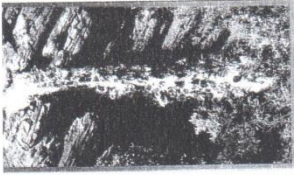
Portanto, não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados. (Mateus 6.34)



Mas, apesar de tudo isto, existe um mentor que me protege, me intuiti e me dá colo... Já pouco tempo tive esta certeza... meu avô Amarante Gonçalves D'Avila... O homem, o único, que enquanto estive neste plano, soube reconhecer o meu valor, desde antes de eu nascer.

Tenho as melhores lembranças tive várias provas de amor. Hoje ele me assiste, e vibra com minhas conquistas... Eu o abençoo!!!

Portanto, não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados. (Mateus 6.34)



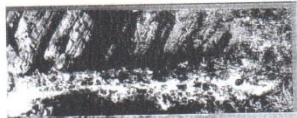
Morava no interior... no tempo do lampião aceso e das conversas, na rua, nas noites estreladas...

Quando eu chegava pequena ainda, ele vinha gritando... "A primeirinha do vô, o vô não dá esta gurice, o vô não vende, o vô não treca"! Eu sou a primeira nata, e apesar de todas as outras, eu fui a única!!!

Se posso ter uma referência boa de homem, é a do meu avô. É esta certeza e lembrança que me faz reerguer com força, leza e ternura!!! Tenho



Portanto, não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados. (Mateus 6.34)

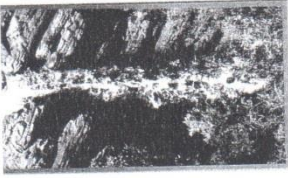


Já a figura feminina que me compõe, não poderia ser outra, a

não ser minha mãe, Terezinha D'Ávila Pires, a quem devo a vida. Aprendi com ela a humildade, a vontade de ajudar, a gostar do trabalho e da família. Com vez a felicidade dos outros, primeiros. Agradeço toda a dedicação com meu filho. Sofreu quieta, adoeceu calada e já não pôde mais respirar neste lugar. Quero realizar cada vontade tua, nas minhas conquistas, a partir de AGORA! Porque eu ESTOU AQUI. SEMPRE!!!

Já a figura feminina que me compõe, não poderia ser outra, a não ser minha mãe, Terezinha D'Ávila Pires, a quem devo a vida. Aprendi com ela a humildade, a vontade de ajudar, a gostar do trabalho e da família. Com vez a felicidade dos outros, primeiros. Agradeço toda a dedicação com meu filho. Sofreu quieta, adoeceu calada e já não pôde mais respirar neste lugar. Quero realizar cada vontade tua, nas minhas conquistas, a partir de AGORA! Porque eu ESTOU AQUI. SEMPRE!!!

Portanto, não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados. (Mateus 6.34)



Já a figura feminina que me compõe, não poderia ser outra, a

não ser minha mãe, Terezinha D'Ávila Pires, a quem devo a vida. Aprendi com ela a humildade, a vontade de ajudar, a gostar do trabalho e da família. Com vez a felicidade dos outros, primeiros. Agradeço toda a dedicação com meu filho. Sofreu quieta, adoeceu calada e já não pôde mais respirar neste lugar. Quero realizar cada vontade tua, nas minhas conquistas, a partir de AGORA! Porque eu ESTOU AQUI. SEMPRE!!!

Espera pelo Senhor, tem bom ânimo,
e fortifique-se o teu coração; espera,
pois, pelo Senhor. (Salmo 27.14)

Finalmente, quero
lembrar de mim. Sim,
Gláudia Davila de Melo.

Olho o que passou e agradeço,
foi muito aprendizado.

Hoje tenho vontade de
mudar... de SER melhor e TER
melhor... Aprender tudo
o que tive de experiências,
boas ou más, e começar
de um novo jeito... do
meu jeito... simplicidade,
bom humor, delicadeza,
bons pensamentos e senti-
mentos, mediada de pessoas
que vivem na minha
energia. Desapegar do que,
e de quem, foi não serve...
criar um mundo de



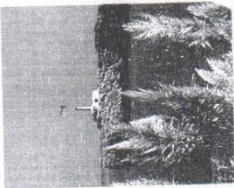
O coração do homem traça o seu
caminho, mas o Senhor lhe dirige
os passos. (Provérbios 16.9)

meu estilo... esboços,
alque, lenito, cheio de
arte, de vida, do sol,
da lua, das estrelas, da
água, da terra, do
vento e do fogo!!!

com cheiros magníficos,
com pessoas bonitas e
cheirosas, por dentro e
por fora!

criar ↳ Recrear ↳
Entender ↳ Agradecer ↳
Observar ↳ falar ↳
Servir ↳ Encantar ↳

SER ↳ TER ↳ FAZER ↳





O coração do homem traça o seu caminho, mas o Senhor lhe dirige os passos. (Provérbios 16.9)

Neste momento,
14 de outubro de
2013, 08:37, me aproprio
do meu EU MULHER,
DO SACERADO FEMININO,
DO BEM ESTAR ... DAS
DIVERSAS FORMAS
FEMININAS QUE ME
COMPOEM... MESTRA,
EDUCADORA, BRUXA,
FADA, SACERDOTISA,
RAINHA, APRENDIZ,

ANEXO K - Autônarrativas da C. na Oitava Oficina



Ingratidão de um filho...
deficiente, será ??? D

Hoje, talvez, esteja acordando para
mais uma etapa da minha vida...
Reconhecer toda a ingratidão do meu
filho para comigo, só comigo! As
palavras fervem ao escrever, parece até
que são palavras de fogo! Ardem,
queimam, machucam, doem muito.

Todas as vezes em que fui falado
em refrimento de mãe de "autista", NEGUEI.
Sempre achei que posso suportar tudo
sozinha! E posso, sim! Por que na
verdade eu estou e sempre fui sozinha
para que ele tenha e seja o melhor.

Hoje à noite, ganhei um presente!
deste filho que me considera tanto.
Acordei às 04:00. para ir trabalhar
em Santa Cruz. fui nas duas escolas

limites... voltei... D

Quando pensei em descansar...
 Ele quis mais uma vez assistir a
 novela pobre das nove horas, a
 qual ele vibra com cada grito
 e cada maldade! Eu não quero
 que ele olhe! fica agressivo, comigo,
 é claro! **ARROGANTE!** Mas a
 querida tia defensora chama ele
 para assistir.. 87 anos!

Então chamei ele. Estava eu no
 computador do quarto e disse para
 ele ficar abtado, por anda me
 afrontando muito. **EU NÃO COMPREÇO!**
EU SOU GENTE!

Gritou, levou por mais de uma
 hora com toda a maldade que
 uma pessoa cabe dentro de si. **SURTOU!**
 Queria me avançar. **GRAVEI TUDO...**

PROVAS... precise para mim mesm-

Berron, ~~quando~~ ³ errou, para que a tia viesse em seu socorro, ele sempre diz e faz. Na outra vez ela me mandou um mês para a clínica em Porto Alegre e na outra incentivou meu suicídio na frente deles!

Mas, desta vez mantive a calma... serena, sabia. Não levantei um dedo nele. Mas a vontade era de dar uma surra para chorar de verdade! Ele veio e viu que eu não estava louca, aliás, este é meu rótulo!

Mandei tomar banho de novo, frio! Ele voltou cheio de rastos! A... b...

Com a escrita. A fala já ^(A)
 não serve. Os gestos não são
 percebidos mais. A escrita é
 um registro...

Tenho muitas dúvidas sobre
 o Autismo... principalmente de
 ele consegue o que quer pela
 insistência, pena e dissimulação.

Tenho vontade de sair sem rumo,
 agora, mas já são 11 da noite.
 Meu coração bate forte, mas estou
 inteira, não triste. NINGUÉM
 merece minhas lágrimas, meu
 desequilíbrio. Meu rumo sou
 eu mesma. Estou sozinha
 para tudo. Que bom!!!
 Minha fé é inabalável.
 Maria, mãe está comigo!

Na verdade, gostaria de ^(D)
 ter atitudes duradas...
 dar um tempo pra esta
 gente. Fugir, no sentido
 mais gostoso da palavra, e
 não covarde. Isto nunca
 fui !!! talvez FINGIR... seja
 uma estratégia...

Promessas... é bom chegar ao
 meu extremo! medir a minha
 fortaleza! Estou satisfeito
 com o que fiz hoje e com
 o que eu não fiz SABEDORIS!
 * Os gritos ainda ecoam
 nos meus ouvidos... o sangue
 ainda ferve em mim.

Prefiro acreditar que [©]
 cada grito foi um bônus
 que ganhei pela minha
 tolerância e tranquilidade.
 Ganhei muito hoje... na escola...
 em casa... máscaras caindo...

Eu recordando MEU PAZOR!!


Não vou para a esta gente!
 Vou sentir minha falta! Quando
 eu não puder me dedicar a eles...
 Vindo outros...

Domingo (25/10). Aniversário e Conselho
 dele. Não sei como vai ser...

Mas que seja uma passagem para
 uma nova fase... MINHA FASE.

(hehe, acho que, tenho
 certeza, que não estou
 sozinho!)

ANEXO L - Autônarrativas da C. na Nona Oficina

Vivendo no passado... 

O passado é a base para o presente e para o futuro. Dele dependem as escolhas que fazemos, bem como as suas consequências.

Cada um tem seu tempo... uns mais calmos, tranquilos, outros mais agitados e inquietos.

Eu me enquadrado nas pessoas bem calmas, que pensam muito antes de agir. Talvez não seja o melhor de mim, pois este ^{pensar} remete a experiências anteriores, muitas vezes não muito boas.

O pensar antes de agir pode paralisar e então perde-se as oportunidades de agir no impulso, o que pode ser positivo.

Viver no passado, para mim, significa analisar, avaliar, reviver o que passou no sentido de ser e fazer melhor, hoje.

Recordar é importante. Valorizar as pessoas que passaram por nós e os acontecimentos são suporte para viver bem o presente.

Mas não se pode se prender ao passado, pois corremos o risco de ficar por lá. O presente é o hoje, o agora e dele depende o futuro, o amanhã.

nasas escolhas, boas ou más,
determinam o nosso futuro.

O futuro vai ser o que fi-
zermos dele,...

Mas, como acertar? O que
fazer para que as novas
atitudes do hoje sejam acertadas
e suficiente para que o
futuro seja melhor?

Neste contexto, o auto conhe-
cimento é fundamental. Conhe-
cer a nós mesmos, o que somos,
quem somos, como podemos nos
tomar melhores... novas tendên-
cias, positivas ou negativas, saber
do que somos capazes e saber,
também, das novas limitações.
Tudo isto nos constrói e nos
fortalece para o que virá.

considero difícil projetar o futuro. Procuro viver o hoje... meus afazeres, meus compromissos, mas o meu refúgio é o passado... Talvez seja a minha zona de conforto. Um lugar estratégico onde eu me sinto bem e protegida. A bláudia que eu fui está lá e eu conheço... A bláudia que sou, estou tentando desvendar... e a bláudia que eu pretendo me tornar ainda é um mistério a desvendar.

Viver no passado... tirar o melhor proveito dele... memórias, recordações, aprendizagens...

Mas saber viver o presente, a cada novo dia... nos "presentear" é essencial !!!

Paula D'Avila

(10) OUTUBRO / 2015.

(4)

ANEXO M - Autônarrativas da C. na Décima Oficina



A vida... A Morte... A vida...

Durante esta semana que passou estive refletindo sobre a morte. A palavra é forte, assusta e muitas vezes, causa desconforto.

A morte é uma viagem, a qual compramos a passagem antes de nascer. Desde antes, já sabemos o dia e a hora do embarque. A poltrona certa, o motivo e destino. Mas... é uma passagem surpresa, pois quando chega a hora certa, temos a permissão de ir embora... deixando tudo para trás... os bens materiais, os títulos, as pessoas e o que TIVEMOS na vida. Levamos conosco, uma mala pequena, onde cabem as nossas boas ações, o que vivemos, o que FIZEMOS por nós e pelos outros. O que SOMOS. Vamos sozinhos. Mas levamos as lembranças, a memória de lugares, de pessoas, de acontecimentos...

Mas, se pensarmos sobre a vida, notamos que ela é feita de pequenas mortes... as limitações, os nãos que recebemos, as pessoas que vão embora, os lugares que deixamos, as etapas superadas, as delusões, os rompimentos, os desamores, as dificuldades... Tudo isto são pequenas mortes que precisamos elaborar na vida. E cada uma delas serve para evoluirmos, deixando de lado o que passou, o que não serve mais...

Logo adiante, com a superação, vem a VIDA, resurgindo em sua plenitude, para começar um novo ciclo...

Para que "vivamos bem a morte," é necessário que tenhamos "vivido bem a vida!"

Dia 2 de novembro é um dia dedicado aos mortos. Há quem tenha muitos preconceitos a este respeito. Há muitas contradições, principalmente, nas religiões... Muito se quer saber sobre o real destino desta viagem, mas é um MISTÉRIO. O mais certo é

vida e morte se confundem... ☺

A tradição de visitar os cemitérios é muito antiga e cultural. É um dia de relembrar com carinho a nossa ancestralidade, aqueles que nos antecederam e que ainda vivem em nós, pelas lembranças, vivências e pelos ensinamentos...

Um dia de festa da família, de histórias contadas, de beleza e cheiro das flores, de limpeza e harmonia.

Dia de saudade... Saudade de quem já embarcou primeiro... e nos acena, de onde está... Dia de viver e conviver com os que ainda estão conosco.

De enfeitar a vida, enfeitar o mundo a nossa volta... Dia de perfumar o ar que respiramos e AGRADECER a tudo e a todos pela oportunidade de estarmos aqui e agora e nos preparando para um dia partir, levando na mala muitas experiências positivas e muito amor no coração !!! ☺

ANEXO N - Autonarrativas da C. na Décima Primeira Oficina

