

somaterapia: potência de vida anarquista e revolta

somaterapia: potência de vida anarquista e revolta

LÚCIA SOARES

João da Mata. *Introdução à SOMA – terapia e pedagogia anarquista do corpo*. São Paulo, Hedra, 2020, 106 pp.

O livro *Introdução à SOMA — terapia e pedagogia anarquista do corpo*, de João da Mata, faz parte da Coleção Ataque (Editora Hedra) e foi lançado no final de 2020. Sua primeira versão foi publicada em 2009 pela Achiamé — editora anarquista sediada no Rio de Janeiro que fez diferença no cenário editorial brasileiro desde seu início, em 1978, por conta do olhar singular de seu fundador, o anarquista e botafoguense apaixonado, Robson Achiamé. A Achiamé foi responsável por um vasto catálogo relacionado aos anarquismos, pela publicação e distribuição da revista *letralive*, e funcionou até 2013, ano do falecimento de Robson. Após uma década, a publicação permanece atual e a recente edição apresenta um trecho inédito contido na última parte do livro, “Considerações sobre uma Psicologia Libertária” de João da Mata.

A publicação de *Introdução à SOMA* é vital para pensarmos nossa *existência* em tempos da chamada pandemia da Covid-19. Em meio às recomendações sanitárias governamentais, observa-se a proliferação de *lives* de psicólogos, psicanalistas, coaches, especialistas em saúde e *influencers* oferecendo dicas de meditação, alimentação, respiração e autocontrole como forma

*Lúcia Soares é pesquisadora no nu-sol, doutora, socióloga e professora universitária.
Contato: lucia.s.s.@uol.com.br*

de garantir saúde física e “mental dos seus *seguidores*, fomentando um lucrativo mercado da saúde. Frente a isso, a força e a radicalidade da SOMA torna-se imprescindível, enquanto ação política e social. A SOMA é uma terapia anarquista que pratica uma psicologia libertária.

Logo na Apresentação do livro, Edson Passetti mostra que o *anarquismo somático* contribui de maneira contundente para a anarquia e para os anarquismos ao romper com os assujeitamentos e ao questionar os autoritarismos, próprios das relações hierárquicas de poder. Passetti afirma ainda que os somaterapeutas “não dissociam corpo e razão” e procuram demolir as “normalizações”. Pensando no contexto em que vivemos e levando em conta estas considerações iniciais de Passetti, podemos observar a contemporaneidade da SOMA, prática anarquista inventada por Roberto Freire no final dos anos 1960. Prática que arruína o atual e famigerado “novo normal” ou os chamados planos de retomada a uma “vida normal”.

Neste livro, João da Mata discorre sobre a emergência da Somaterapia a partir de uma história do presente. Expõe os principais conceitos, métodos, pensadores e a cultura libertária que animaram essa terapia anarquista, suas experimentações e práticas. Ao longo do texto acompanhamos outras possibilidades de descobertas, subjetivações e ações que prescindem do transcendental e universal presentes nos tratamentos psicológicos e psicanalíticos tradicionais.

Para a SOMA é impossível enxergar o ser humano por divisões arbitrárias. É preciso compreendê-lo em sua totalidade, sem a separação mente e corpo, tendo em

somaterapia: potência de vida anarquista e revolta

vista um campo unicista, ou seja, “(...) cada indivíduo é um universo em si próprio.” (pp. 17-18). Neste sentido, o objetivo da SOMA é incidir sobre a “autorregulação espontânea”, capacidade na qual cada um consegue cuidar da sua própria vida, construindo libertariamente uma existência distante de costumes autoritários. Eis um dos pontos fundamentais expressos em seus “conceitos básicos”, que advém da Gestalt-terapia.

Na SOMA, cada pessoa pode descobrir por meio de percursos e labirintos um outro sentido para sua vida, abandonando o engessamento dos conformismos e padrões de comportamento instituídos que retroalimentam relações autoritárias. Daí o interesse da SOMA na associação entre psicologia e política, visto que a terapia está articulada a questionamentos à disciplina e aos controles que recaem sobre os indivíduos, e que os levam aos assujeitamentos e conformidades. Para romper com esse circuito, é preciso encarar essa terapia pelo viés do que João da Mata chama de “política do cotidiano”, isto é, estudar maneiras de resistir diariamente, em casa, na família, na escola, no trabalho etc. O trabalho terapêutico da SOMA move-se como um “micro laboratório social”, no qual a interação entre cada pessoa do grupo possibilita o olhar e o enfrentamento das tramas de poder que atravessam a vida e os seus efeitos. Como o autor situa: “o que nos interessa como processo terapêutico libertário é favorecer meios e instrumentos com os quais as pessoas possam exercer suas práticas de liberdade, com capacidade de entendimento e decisão, e que rejeitem a servidão voluntária.” (p. 21).

Roberto Freire, o inventor da SOMA, foi médico psiquiatra e escritor. A partir da metade dos anos 1960, em

plena ditadura civil-militar, pouco a pouco, foi abolindo a servidão voluntária da sua vida. Foi preso e torturado, ao ponto de perder a visão de um olho. Ao romper com a militância marxista católica na Ação Popular (AP), se insurgiu e foi experimentar liberdades. Na década de 1970, como anarquista, não dissociou mais suas práticas da elaboração de um pensamento contestatório. Seu percurso de estudos, nos anos 1970, o levou ao encontro de Wilhelm Reich, da Gestalt, da Antipsiquiatria, da Capoeira de Angola, associando-os aos anarquismos. A reunião destas pesquisas constituiu os pontos fundamentais para a construção da Somaterapia.

Mas Roberto Freire não construiu isso tudo sozinho. Ele sempre gostou de andar com certos jovens. Jovens que se empolgaram e empolgavam com suas ideias, palavras e anarquismo. Alguns se tornaram somaterapeutas, como aconteceu com João da Mata na década de 1990. Outros tomaram rumos diferentes. Após três décadas de investigação da SOMA, João da Mata que, no início dos anos 1990, ao lado de Freire, montou um centro chamado “rabo de arraia”, onde praticavam capoeira, a terapia e o anarquismo, segue hoje atualizando a invenção terapêutica antiautoritária.

A partir dessa convivência, a SOMA seguiu adiante com João da Mata sem um modelo fixo ou estático. Mesmo depois do falecimento de Freire aos 81 anos, em 2008, a SOMA não se esgotou. Da Mata continuou com a formação dos grupos, o que o levou a lugares e caminhos, os mais variados, com pessoas que buscam realizar outras possibilidades, mais libertárias, de se relacionar com o mundo.

A Somaterapia é anarquista e a afirmação do anarquismo é elementar na constituição de um grupo. A

anarquia se aparta da autoridade e do governo, mas não é sinônimo de bagunça, baderna ou desordem, discurso usado à direita e à esquerda para tentar despotencializar a coragem dos anarquistas.

Na Somaterapia, práticas libertárias propiciam às pessoas expressarem suas diferenças e suas autonomias. Nesse percurso terapêutico o grupo não é passivo, ao contrário, as pessoas envolvidas agem por meio da autogestão. O somaterapeuta não exerce um papel superior, visto que, ninguém está sob seu jugo. O somaterapeuta é um “líder circunstancial” e como tal, coordena o grupo, mas nunca de forma autoritária. Ele participa das ações se posicionando e aberto às constantes transformações a partir de conversas regulares acerca do seu trabalho.

Da Mata afirmou que: “mais do que uma terapia, a SOMA é pedagogia, auxiliando as pessoas a conhecer seu *soma*, suas características e sua originalidade única. Em síntese, a SOMA se propõe a ser uma pedagogia para a liberdade” (p. 58). Contudo vale lembrar que a SOMA, com suas invenções e experimentações, se insere em uma radicalidade para além da pedagogia. Exatamente por não querer moldar as pessoas, por se apartar da relação dominador-dominado, por não querer instaurar outras relações autoritárias, a SOMA abre espaço para uma educação libertária.

A SOMA pratica o anarquismo, inventa e experimenta uma vida livre, vida na qual possamos correr riscos, aqui e agora. O livro de João da Mata escancara que para enfrentar os “microfascismos do cotidiano”, assim como nossos próprios medos e possíveis acomodações, é preciso muita coragem. Mas também muito tesão e prazer.