



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

RINK, Anita; CAPISTRANO, Carina. Sensibilização e vivência mítica de ser um centauro: uma visão psicológica, sensorial e ecológica. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. *Anais*. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

1

## SENSIBILIZAÇÃO E VIVÊNCIA MÍTICA DE SER UM CENTAURO: UMA VISÃO PSICOLÓGICA, SENSORIAL E ECOLÓGICA

Anita Rink  
Carina Capistrano

### RESUMO

Este trabalho estuda a importância de se vivenciar a experiência corporal em um aspecto mítico. Através de um parâmetro psicológico, investigaremos a experiência de sensibilização de um equitador. Um mergulho em uma experimentação sensorial, ativada pela relação com um outro corpo, no caso, de um cavalo. Esta vivência recria em nossa memória ancestral uma experiência mítica de nos sentirmos como um centauro, um só corpo em uma relação simbiótica e simbólica. Possibilita também uma conexão e uma relação com o meio ambiente interno e externo, em um modo cooperativo, não usurpador. Tornar-se íntimo da qualidade da experiência corporal propicia o surgimento de uma apreciação mítica fora do tempo objetivo. A vivência de sentir-se como um centauro pode ativar um mito formador de saber interno e também uma relação mais profunda do indivíduo com a ecologia.

**Palavras-chave:** Equitação. Mito. Propriocepção. Subjetividade.

Este texto visa contribuir com os modos contemporâneos de se lidar com a experiência sensorial. O corpo será considerado no seu aspecto mítico, biológico e proprioceptivo, pois acreditamos que desta forma podemos aprimorar o modo de se obter conhecimento, assim como de experimentar e produzir mitos.

O mundo atual parece carente de uma cadência mítica corporal e de uma percepção de integração entre as diversas criaturas e o meio ambiente. Certos modos conceituais, muito utilizados na contemporaneidade, individualizam o sujeito, porém também dificultam a imaginação corporal e proprioceptiva. Aquilo que é conceitual acaba ficando supervalorizado em detrimento da própria natureza e da sensação corporal. Assim, o corpo pode perder seu lugar de contribuição para o conhecimento humano. Certos tipos de manuais, como por exemplo, manuais sobre saúde, sexo, etc. acabam se tornando os “únicos” parâmetros a ditar os modos de comportamento. No entanto, há pesquisas interessantes que visam enriquecer-nos com informações sobre saúde. Estas pesquisas acabam tornando-se imposições



culturais de “verdades científicas” e fixam “obrigações” sobre “como fazer”, “como comer”, “como se comportar”, etc. Se tais prescrições forem consideradas como uma verdade “*a priori*” da experiência corporal, perderíamos informações que poderíamos obter de uma relação mais profunda com o corpo e suas vivências. Os resultados de tais pesquisas seriam mais interessantes se pudessem funcionar como uma ampliação do leque de possibilidades humanas, sugestões de experimentação corporal e não como imposições hierarquizadas que retiram nossa imaginação corporal e mítica.

Todas as civilizações têm rituais e imagens que capacitam as pessoas a usarem modelos imagéticos e incorporá-los.

O psicólogo e filósofo Carl Gustav Jung afirma que

... à medida que aumenta o conhecimento científico diminui o grau de humanização do nosso mundo. O homem sente-se isolado do cosmos porque, já não estando envolvido com a natureza [o próprio corpo], perdeu a sua “identificação emocional inconsciente” com fenômenos naturais. E os fenômenos naturais, por sua vez, perderam aos poucos as suas implicações simbólicas. [...] pedras, plantas e animais já não tem vozes para falar ao homem e o homem não se dirige mais a eles na presunção de que possa entendê-lo. Acabou-se o seu contato com a natureza, e com ele foi-se a profunda energia emocional que esta conexão simbólica alimentava. (Jung, 1964, p.95)

Sem levar em consideração os aspectos simbólicos, a união do real com sensível, o aspecto imaginário e metafórico, o homem acaba perdendo a capacidade de entrar em contato conscientemente com sua própria natureza psíquica. A “alimentação” do simbólico seria a possibilidade de se estabelecer uma mediação entre duas instâncias diversas. Consideramos que esta união entre o aspecto sensório e o imaginário pode ser alcançada com a prática de algum tipo de vivência, resgatando o contato com o corpo sensorial e o corpo imaginativo ou mítico. Isto seria equivalente a realizar um rito investido da energia dos primórdios dos tempos. Experimentar no corpo e na imaginação muscular personagens que povoaram, povoam e provocam nossa imaginação. Os ritos sociais podem facilitar ou dificultar uma experiência mais profunda do mito que se corporifica. O mito pode representar em forma de imagem uma organização e experiências herdadas que precisam ser atualizadas de acordo com os estímulos e comportamentos contemporâneos. A simples repetição de



um comportamento de modo estereotipado não acrescenta ao corpo uma consciência corporal e proprioceptiva. Pois, *É a experiência da corporificação que nos dá a experiência de estarmos vivos* (Keleman, 1999, pg. 26).

O presente trabalho contém uma reflexão sobre uma aula de “Sensibilização Eqüestre”. Esta atividade é desenvolvida na Coudelaria Desempenho, no Rio de Janeiro, como resultado dos estudos e do trabalho elaborado por Bjarke Rink, experiente equitador e criador de cavalos. Nosso objetivo é aprimorar um ponto de vista sobre os aspectos simbólicos da atividade corporal que integra o mito, a emoção e a cultura. A aula pode produzir em um equitador um diálogo com diversos aspectos: psicológicos, míticos, proprioceptivos e ecológicos. A proposta do trabalho de Sensibilização Eqüestre é propiciar uma fusão perceptiva e proprioceptiva de modo a acelerar a conexão do movimento do cavalo com o sistema sensorio-motor do cavaleiro. Neste tipo de atividade de sensibilização, o instrutor orienta o cavaleiro montado, que executa uma seqüência de exercícios, de equilíbrio, de alongamento, de respiração, etc. enquanto o cavalo anda em círculos, atado a uma corda chamada “guia”. O cavalo representa uma superfície “instável” em movimento contínuo. Nesta aula, o cavaleiro não conta com a segurança que um estribo ou que uma cela de montaria oferecem. A relação com o cavalo em movimento é direta, a meta é possibilitar ao cavaleiro perceber que é possível coordenar todos os seus movimentos com os do cavalo. Esta experiência de instabilidade ao estar sobre um animal em movimento contínuo pode ativar muitas sensações e sentimentos considerados arquetípicos. (...) *os arquétipos parecem dotados de um feitiço especial e estes criam mitos, religiões e filosofias que influenciam nações e épocas inteiras* (Jung, 1964, p.79). Eles são forjados nos primórdios e durante a experiência humana, e os substratos da emoção também são arquétipos: Medo, insegurança, apreensão, curiosidade, afeto, sensação de liberdade... Para Jung, quando uma imagem ganha emoção, ou uma experiência se reveste de emoção, ela ganha “energia psíquica” e torna-se dinâmica e vital para quem a vive. São estímulos de diversas ordens, tanto concretos como subjetivos e afetivos que são acionados neste tipo de aula de equitação. Variadas emoções e vivências são



estimuladas durante a sensibilização, que mobiliza todo o corpo e toda a atenção do cavaleiro.

A realidade corporal é feita de mobilidade, assim como o mito é móvel e poético. Segundo Stanley Keleman, os mitos e as respostas somáticas têm a mesma estrutura não-racional. Para o autor, as camadas subcorticais e a imaginação somática perdem lugar na vida dos indivíduos quando estes seguem esquemas predeterminados e que não incluem a experiência consciente e proprioceptiva.

O mundo contemporâneo está repleto de imagens e carente de imaginação ou de imagens incorporadas. (...) *imagem mítica* [também] é a *forma da anatomia falando sobre si mesma* (Keleman, 1999, pg. 25).

O ser humano iniciou sua trajetória ao mergulhar num mundo mítico, de histórias e imaginação. Através das experiências corporais, vivenciou e produziu seus contos. O pesquisador Joseph Campbell fala da importância da experiência como um processo auto-organizador do corpo. Para ele, o fluxo de experiência se dá na forma de emoção, movimento e sensação. Esta mistura dinâmica cria uma imagem anatômica que é armazenada no cérebro. Os mecanismos corporais e imagéticos, quando ativados pelas vivências somáticas, possibilitam que se estabeleçam novas respostas sensoriais; auditivas, visuais, etc. Habitar um corpo não dotado de vivências sensoriais próprias é estar desprovido de imagens de si mesmo. Segundo Campbell, quando as imagens são armazenadas em separado e dissociadas das experiências corporais, resta ao sujeito uma vida desprovida de imagens vitais. As únicas imagens disponíveis para este sujeito vêm de fora do corpo e das experiências corporais, por isso são ocas, não havendo uma imagem interna que possa guiar e ajudar a construir o indivíduo. Se não há um evento real que possa se armazenar em nossos tecidos, também não haverá formas de organizamos a experiência e o aspecto simbólico. *Em nossa cultura secular desprezamos o sentido subjetivo do tempo do soma* (Keleman, 1999, p. 45). Este tempo mencionado por Campbell se torna nebuloso quando tentamos atribuir um significado social às suas imagens. Esta é uma forma de tornar o corpo um objeto, ao invés de viver a partir de sua experiência.



O sujeito que se integra ao cavalo numa sensibilização proprioceptiva se percebe como se o animal fosse extensão de si mesmo. Desta forma, o equitador pode alcançar um estado de consciência corporal expandida. O movimento do cavalo é tanto universal como único e próprio de cada cavalo; portanto, esta singularidade do cavalo precisa ser apreendida pelo cavaleiro e integrada por este. Isto significa lidar com a surpresa e o inusitado, o que pode tornar a vida mais rica. A atenção precisa estar focalizada no corpo, no *feeling corporal*. O ser humano sempre fez enormes esforços para compreender a natureza e os conceitos o ajudam na produção e busca do conhecimento. Entretanto, os conceitos podem ser considerados como uma da forma de conhecimento, mas não a única. Os conceitos também deveriam se somar à fonte de conhecimento corporal, aquela que participa com respostas próprias às situações novas e inusitadas.

Se olharmos por um prisma mítico, a imagem do equitador se assemelha muito a um centauro. Em grego, a palavra centauro – monstro fabuloso, meio homem, meio cavalo – se escreve Κένταυρος (*Kentauros*) em algumas versões significa “matador de touros”, em outras versões significa “guardião de gado”. O plural é Κένταυροι *Kentauri*; em latim *Centaurus/Centauri* podem ser descritos como uma raça de seres com torso e cabeça de ser humano e corpo de cavalo. Bjarke Rink sugere que o aparecimento do mito do centauro tenha se iniciado no terceiro milênio A.C. Segundo este autor, alguns povos equitadores (nômades) da Ásia central atacaram povos agrícolas (sedentários) que viviam em grande parte da Eurásia. Este ataque dos povos cavaleiros teria dado início à imaginação coletiva sobre a figura do centauro. O resultado da vivência assustadora de ser atacado por um ser tão diferente daqueles que se conhecia até então, uma criatura cruel, veloz e assemelhada ao ser humano, em um aspecto, porém em outro completamente animalesca, pode ter provocado na humanidade um medo atávico da combinação homem-cavalo. Porém estes guerreiros da estepe quando amigos, seriam os mais valorosos companheiros; quando inimigos, os mais temíveis e perigosos adversários. Desta ambigüidade de apreensão destes fatos históricos pode ter nascido este mito da Grécia



Clássica. Na Mitologia Grega, encontramos figuras de centauros selvagens e ameaçadores, e outras, de centauros sábios e curadores como Quíron.

Além do mito do centauro e suas variações, outras histórias e lendas surgiram a partir desta relação de duas espécies que se unem na equitação. As lendas do velho oeste e seus caubóis, as amazonas que aparecem na arte grega associadas a diversas lendas e a sua capacidade de guerrear montadas a cavalo... Desta relação singular, ao longo do tempo, muito foi aprendido e o ser humano experimentou e produziu novos contornos históricos, políticos, econômicos e míticos. A guerra e a humanidade tiveram acesso a uma nova velocidade, as patas dos cavalos orientadas pelas cabeças dos cavaleiros redesenham as histórias e o mundo. Talvez o centauro tenha aparecido no imaginário humano a partir destes acontecimentos e dos enredos que se construíram a partir de fatos reais. Em tempos antigos, em que não se conhecia um equitador, a visão de um homem e um cavalo unidos através da equitação podia parecer uma cena aterradora. Dois animais fundidos, criando um novo ser, desconhecido. Além disso, a partir desta união ocorreu um somatório de forças biológicas e estratégias de guerra que fariam do cavaleiro um ser revestido de uma força arquetípica sobre-humana. Alguns Cavaleiros podiam se tornar conquistadores e heróis, enquanto outros, talvez, podiam se tornar sábios. A “sabedoria proprioceptiva” de conseguir estabelecer uma relação singular com uma outra espécie, por exemplo. O ser humano equitador aumentou sua própria velocidade biológica e se transformou numa entidade diferenciada dos humanos pedestres. Há os que aprendem a lidar com este poder e há outros que perdem as dimensões de busca de poder. Para Bjarke Rink

A sensibilidade de desenvolver uma liderança inteligente, de assumir responsabilidades, de resolver problemas, de reconhecer o erro e tentar de novo, está na base do sucesso — qualquer sucesso. A equitação é uma metáfora da vida. A queda do poder e a queda do cavalo estão intimamente ligadas ao exercício da liderança e à arte do bem viver. (Rink, 2009, p. 01)

Rink compreende a equitação como uma metáfora da vida e um exercício de liderança, bem como de “ajuste” à fragilidade da natureza humana. A equitação pode favorecer o desenvolvimento de emoções ligadas à



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

7

RINK, Anita; CAPISTRANO, Carina. Sensibilização e vivência mítica de ser um centauro: uma visão psicológica, sensorial e ecológica. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

capacidade de conquista, de novos espaços, de novas realidades psíquicas e corporais. O exercício de imaginação contido nas estruturas míticas fortalece e ilumina o caminho humano, como uma espécie de guia e modelador das vivências emocionais e de outras habilidades. Segundo Rainer Sousa, as alegorias mitológicas sobre

(...) o centauro têm a importante capacidade de salientar o conflito entre a razão e a emoção. Sendo a parte superior de seu corpo humana, teria a capacidade de refletir sobre os seus atos. Em oposição a essa característica racional, a parte inferior de seu corpo representaria a violência física e os impulsos sexuais. (Souza, 2009, p. 01)

O aparecimento da simbiose entre homem e cavalo pode ter tido suas raízes ancestrais na copa das árvores, pois nossa herança ancestral se inicia com a capacidade de lidar com o meio ambiente instável das árvores. Ao se adaptar a esta experiência somática nas árvores, o ser humano iniciou a capacidade corporal de lidar com a instabilidade. Atualmente, considera-se que o exercício de diversos movimentos corporais acontecendo simultaneamente aprimora a nossa capacidade de lidar com instabilidades sensoriais e emocionais. Estas respostas orgânicas à instabilidade desenvolvem nossa capacidade de adaptação e criatividade num ambiente instável, e provavelmente este exercício vitaliza o soma e a existência humana.

A técnica de sensibilização equestre pode ser considerada uma forma de continuarmos lidando com a instabilidade, bem como uma experiência mítica de sentir-se como um centauro através da conexão proprioceptiva e da imaginação do equitador. Os membros locomotores do cavalo passam a ser os membros locomotores do cavaleiro, a partir da capacidade sensitiva somática de ambos e imaginativa do cavaleiro. Segundo Keleman, a experiência proprioceptiva cria imagens míticas. Se o mito é produzido a partir da experiência corporal, podemos adentrar a imaginação mítica da humanidade e encontrar nervos e músculos, bem como sentimentos, desejos e diversos modos de organização e experiência corporal. A equitação pode se tornar uma forma de entrarmos em contato com as imagens somáticas e míticas.

O que poderia significar um retorno e uma vivência do mito do centauro para o mundo contemporâneo? Qual a necessidade mítica e somática de se



viver atualmente o arquétipo do centauro ou outros arquétipos? Será uma necessidade de relação com o Outro, o estranho, o diferente? Seria uma necessidade ecológica de se vivenciar as relações a partir de experiências corporais profundas?

A mitologia do centauro – o sonho do homem organicamente unido ao cavalo – [é relacionado aos] cavaleiros da Ásia Central que, por milhares de anos desafiaram o sonho das populações domesticadas de viverem uma vida segura e previsível. Os guerreiros da estepe eram símbolos de liberdade antagônicos às leis urbanas, à burocracia, à superpopulação, e à artificialidade ambiental. (Rink, 2008, p.52)

Em todo o trabalho de Bjarke Rink pode-se perceber a importância que este atribui aos povos nômades (cavaleiros) para o desenvolvimento da humanidade. A diferença desta cultura em relação à cultura dos povos sedentários representa formas diferenciadas e opostas de comportamento diante da vida. Este tipo de oposição faz com que o “Outro”, o “Diferente” seja sempre visto como um inimigo, alguém que precisa ser eliminado. Talvez tenhamos chegado a um momento de pico em nossa cultura sedentária e os diversos mitos sobre o centauro, atualizados por variados tipos de mídia e pelo trabalho de sensibilização equestre possa vir a colaborar com esta estrutura mítica, proprioceptiva e dinâmica para transformar nosso modo de vida sedentário. Este estilo de vida, com seus ideais de controle e previsibilidade, cria mecanismos que dificultam o contato das pessoas com a sua própria dinâmica corporal. É interessante notar que o mito grego do centauro está vivo também na representação de personagens de jogos eletrônicos e histórias de aventuras contemporâneas. Estes fatores podem estar sinalizando uma necessidade de retorno a uma percepção proprioceptiva e dinâmica do mundo e da corporalidade. Joseph Campbell diz que nossa história se constitui de diferentes corpos e que o mito carrega as imagens corporais, de diversas idades e eras. Os contos e as histórias que se recriam na contemporaneidade por meio dos centauros podem representar a imaginação coletiva buscando novas saídas para os atuais modos estereotipados de se lidar com a corporalidade.





A atividade de sensibilização eqüestre é um encontro entre dois seres de espécies diferentes em uma união proprioceptiva de corpo, mente, emoção e imaginação. Esta experiência pode ser vista como uma forma de resgatar na nossa memória muscular e afetiva o sentimento de poder, de liberdade, de superação e, acima de tudo, de existir em um modo mais integrado. Esta pode ser também uma forma de imaginação sensorial e uma entrada num tempo mítico, não linear. Bjarke Rink sugere um tipo de “Equitação-Arte”, executada de modo passional (...) *valendo-se da faculdade de se compreender mais profundamente o espírito de cavalo, e conhecer seus complexos movimentos* (Rink, 2008: P.88). Quando dois corpos conseguem obter uma fusão eficiente, podemos dizer que isto representa um mergulho em uma experiência corporal, estética. *O artista de sela reúne, na mesma ação, a expressão corporal de um dançarino e as mãos inteligentes de um pianista* (Rink, 2008: p.88). Porém, a técnica é apenas um meio, a experiência sempre vai depender de uma relação do sujeito com o seu próprio corpo. Quando dois corpos conseguem obter uma fusão eficiente, podemos dizer que isto representa um mergulho em uma experiência corporal, mítica, estética e afetiva. Em conclusão, uma possibilidade de reativar nossa experiência ancestral de conexão e relação estética com o meio ambiente em um modo cooperativo e ecológico.

## REFERÊNCIAS

JUNG, C. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1964.  
KELEMAN. S. **Mito e corpo**. São Paulo: Summus Editorial, 1999.

RINK, B. **Desvendando o Enigma do Centauro. Como a reunião homem-cavalo acelerou a história e transformou o mundo**. São Paulo: Equus Brasil, 2008

----- **Desvendando o Enigma do Centauro**. Acesso em 23 de março de 2009: [http://www.desempenho.esp.br/livro/get\\_capitulo.cfm?id=578](http://www.desempenho.esp.br/livro/get_capitulo.cfm?id=578)

SOUZA, R. **Centauros**. Acesso em 23 de março de 2009: <http://www.brasilecola.com/mitologia/centauros.htm>



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

10

RINK, Anita; CAPISTRANO, Carina. Sensibilização e vivência mítica de ser um centauro: uma visão psicológica, sensorial e ecológica. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

## AUTORAS

**Anita Rink/RJ** - Psicóloga, Arteterapeuta (Clínica POMAR/RJ), Arte-Educadora (CECAP) e Artista Plástica (Liceu de Artes e Ofício/RJ & Scuola Machiavelli, Florença/Itália). Atuou como Consultora de Recursos Humanos nas empresas Sadia, Knoll, LBV e Gelli. Membro da Sociedade Brasileira de Belas Artes e Membro da ABD (Associação Brasileira de Desenho). Desenvolveu atividades de Arteterapia em comunidade carente (Gradim/RJ). Professora de Arteterapia e Artes Plásticas; Psicóloga Clínica e produz textos acadêmicos. Temas: Arte e Estética; Criatividade, Imagem e Imaginação; Cultura e Subjetividade; Técnicas Expressivas Diversas. Participante do Grupo de Pesquisa Linguagem e Modos de Subjetivação - Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Salgado de Oliveira.

**E-mail:** [anitarink9@yahoo.com.br](mailto:anitarink9@yahoo.com.br)

**Carina Tatiane de Alvarenga Capistrano/RJ** - Psicóloga (UNIVERSO/RJ). Desenvolve diversas atividades corporais dentre elas Dança do Ventre e Dança de salão. Tema de Monografia: JOGOS VIRTUAIS: A nova tecnologia na construção do lúdico no adulto. Participou do Grupo de Pesquisa Linguagem e Modos de Subjetivação - Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Salgado de Oliveira.

**E-mail:** [carinatatiane@gmail.com](mailto:carinatatiane@gmail.com)

