



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CHIQUIERI, Ana Maria Crepaldi; SOUZA, Danielle Gomes; CREPALDI, Zaira Celia. Linha da vida - autobiografia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-121-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

LINHA DA VIDA – AUTOBIOGRAFIA

**Ana Maria Crepaldi Chiquieri
Danielle Gomes de Souza
Zaira Celia Crepaldi**

RESUMO

A vivência *Linha da vida* sugere entrar em contato com a história de vida, para experimentar seus fatos, sua memória, suas sensações, sentimentos e expressões. Situar-se no seu mundo introspectivo e reflexivo, para entender as questões geracionais e apropriar-se de si, deixando ir o outro em si. Tomar ciência de si, apropriar-se de si e cuidar de si, ampliando novas habilidades e hábitos, procedendo, ora ao equilíbrio, ora ao desequilíbrio necessário, para o bem-viver. Estamos aqui no planeta terra para nos transformarmos. Todos. Desde os seres animados até os inanimados. O espetáculo dessa passagem é vivê-la, conectando-se e desconectando-se dos fatos, nas relações do cotidiano, consigo e com o outro, potencializando a ação na movimentação energética do prazer e do desprazer, disponibilizando a autorregulação. Na dinâmica autobiográfica, a partir da reflexão do ponto inicial do nascimento, do meu dia, meu ano e hora, meu nome, eu aciono as lembranças que estarão disponíveis naquele momento da dinâmica linha do tempo, da vida, para acolhê-las e poder reformular e dar novo olhar às experiências passadas.

Palavras-chave: Autoconhecimento. Energia restauradora. História de vida.

.....

O estudo da história de vida do sujeito auxilia a reflexão de si. Emerge a figura do ser inacabado, do seu projeto de vida. Ele se dá conta do que pode ser e fazer, o que já foi e fez ou deixou de fazer, e o que ainda tem e pode ou não fazer.

Esse trilhar na vida que nos ensina a viver, no contato formal e informal, contextualizando as passagens diárias do viver em si e com o outro nas relações, impulsiona a reflexividade do sujeito, ajudando a incorporar, a sentir e expressar, cada vez mais, na sintonização primordial do trabalho, da satisfação, prazer, desprazer, conforto, desconforto de si e se autotransformando.

A tríade autoconhecimento, autoavaliação e autotransformação faz parte da nossa estrutura de vida em constante movimento, via transformação. Quando eu percebo e faço os movimentos conscientes ajudado pelo

CENTRO REICHIANO DE PSICOTERAPIA CORPORAL LTDA

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000

(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CHIQUIERI, Ana Maria Crepaldi; SOUZA, Damielle Gomes; CREPALDI, Zaira Celia. Linha da vida - autobiografia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-121-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

inconsciente, aproprio-me de minha vida, do meu viver e da minha satisfação de estar em mim e conseguir fazer e ir fazendo as mudanças necessárias para o bem viver.

Assim, como nossos órgãos internos e externos do nosso corpo humano trabalham em uníssono com nossos sistemas orgânicos e inorgânicos, nós, no mental, conduzimos esse caminhar físico com nossas emoções e espiritualidade.

Quando eu me aproprio do saber de minha história de vida, analiso, vivencio, questiono, comparo com o conhecimento científico e o adquirido, eu me sinto mais gente. Eu sou.

Essa atividade biográfica permite, simultânea e indissociavelmente, que os indivíduos se construam como seres singulares e se produzam como seres sociais. A biografização abrange de fato um conjunto de operações mentais, verbais e comportamentais, por intermédio das quais o indivíduo se inscreve subjetivamente nas temporalidades históricas e sociais que preexistem e que o cercam, e por intermédio das quais ele contribuiu, por sua vez, para produzir mundos sociais dos quais participam. (Delory-Momberger, 2008, p.139).

A autobiografia é o instrumento que pode auxiliar na ampliação da metodologia de trabalho nas disciplinas escolares, quaisquer que sejam essas disciplinas escolares, desde que o professor ministrante esteja, ou seja um professor humanista e empenhado na transformação cósmica. No setting terapêutico individual ou em grupo podemos realizar esta metodologia para aprofundar e dinamizar o trabalho.

Essa metodologia autobiográfica tem muitas faces, mas escolheremos duas para analisar. A escrita e a narrada. A metodologia escrita dá a oportunidade de relatar as lembranças, memórias, o caminhar nas diferenças e experiências transformadoras. Com a escrita, eu escrevo com as emoções de hoje e as do ontem, para transformar as do amanhã. A escrita favorece a escuta individual, o retorno às situações e descobertas dos ‘lapsos’ que deixaram de ser vividos e conclamados hoje com sabor de ontem. Ela também questiona o que se foi e o que hoje eu posso fazer para reparar e reclamar as reformas íntimas. O sabor de “quero mais” em determinados relatos dão vida e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CHIQUIERI, Ana Maria Crepaldi; SOUZA, Damielle Gomes; CREPALDI, Zaira Celia. Linha da vida - autobiografia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-121-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

impulso para seguir em frente e acolher as faltas, as dores e desavenças que, na penumbra do ser, como fantasmas, não puderam sair para se transformar em alento do conhecimento e esvoaçarem deixando o rastro da sabedoria que a vida ensina. A escrita também oportuniza as memórias que ficaram para se eternizar e colaborar com o outro quando puder e ter o direito de conhecer do outro que se foi. E será de experiências em experiências que manteremos o vínculo com todos, unidos em um só lastro de amor incondicional.

A escrita, quando narrada oralmente, será como bálsamo para quem ouve e uma pérola para quem relata, pois o sujeito estará dividindo e dando a oportunidade, através das suas experiências, ao outro, de crescer, de comparar, de refletir e reavaliar suas questões vivenciais e poder sair de si como uma dança e sobrevoar a vida do outro, a sua teia de vida, para tecer a sua própria tessitura com mais propriedade e ação, no tempo de cada um.

A narrativa tem como sinônimo a esperança da transformação, que sai do casulo para voar e sobrevoar, alcançando regiões antes desconhecidas de suas experiências e agora conhecidas, dando a oportunidade do ensino-aprendizagem mais vivificado e estabelecido no amor solidário, com a qualidade vivencial-teórica.

A narrativa deve ser ouvida, como se fosse sagrada; um texto sagrado. É o sagrado da vida de cada um. Respire e siga em frente acolhendo. Ora com lágrimas, ora com espanto, ora com estranheza, ora com indiferença, ora com desejo. Na escuta de cada um, várias sensações, sentimentos estão-se passando e conectando-se com a história de cada um. Eu conheço melhor aquilo que escuto, vivencio e experienciei. Assim se faz nesse longo processo narrativo.

As narrativas de vida revelam-nos duas atitudes de base, que ora se excluem ora se alternam ao longo da vida. Assim, para algumas pessoas, o conhecimento de si é uma prioridade por aquilo que podem aprender delas mesmas por meio do olhar dos outros. Nesse sentido, procuram adequar-se às expectativas do outro nas suas relações pessoais e nas suas relações sociais, desde que esse reconhecimento pelo outro lhe dê uma visão reconfortante delas próprias e dando valor a elas próprias. (Josso, 2010, p.123).

Quanto aprendizado, quanta informação, quanta sabedoria metodológica neste “impasse” da escrita e da narrativa das histórias de vida.

CENTRO REICHIANO DE PSICOTERAPIA CORPORAL LTDA

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000

(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CHIQUEIRI, Ana Maria Crepaldi; SOUZA, Damielle Gomes; CREPALDI, Zaira Celia. Linha da vida - autobiografia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-121-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

O ser vai-se lapidando, vai-se aperfeiçoando na e com as histórias de vida.

Na narrativa, o interlocutor narra, além da escrita, o impulso criador de sua sagrada história. Ele nasce e renasce a cada parágrafo, ele percebe a escrita do outro que impulsiona o seu relato, dando vida às memórias antes esquecidas e, muitas vezes, lembradas naquele momento do relato sagrado.

As histórias de vida, ao longo da existência, põem em cena peregrinações para que o autor se sinta e viva ligado a outrem. Essa itinerância exprime bem as evoluções dos nossos centros de interesse, a evolução no sentido que damos à nossa existência, mas exprime igualmente explorações reiteradas que fazemos das nossas necessidades dos nossos desejos. Essa relativa inconstância em nossos agrupamentos caminha junto com errâncias inevitavelmente associadas à nossa *busca de si*. (Josso, 2010, p.124).

O ouvinte da narrativa das histórias de vida deve preparar-se para ouvir, sentir e aprender com a narrativa do outro. Aquilo que pode ter deixado de fazer e hoje acorda e floresce para experienciar e exercer. O despertar dos cinco sentidos que a narrativa provoca, coloca-os em acorde, questionando e ampliando esses sentidos; acordados, podem despertar para fazer e refazer novas experiências. O olho que vê não só vê, ele vê com o som que o ouvido proporciona, som baixo, médio e alto, dependendo do indivíduo. O nariz que sente o cheiro da e na narrativa quanto toca na sua história. E a água na boca? Quando a memória libera da história o outro da sua. E a mão que percebe, o tato, o contato com o outro, que precisa de afeto e afago.

O sujeito carrega e traz sua história no seu encontro com o outro. Não se pode mudar o passado, mas pode-se mudar a experiência do passado, ou seja, trazer à consciência e olhar de um outro lugar, podendo no presente fazer uma outra opção. (Sacharny, 1999).

Assim, cada história de vida relatada em sala de aula ou em vivências de grupo de trabalho e mesmo no setting terapêutico, pode e deve ser respeitada, acolhida com generosidade, podendo ser trabalhada e adaptada em cada situação de trabalho vivencial e teórico, ajudando a autorregulação.

O sagrado do outro pode ser o profano para o outro. Mas o respeito e a generosidade fazem parte do viver e conviver nas diferenças. Em tudo e com



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CHIQUEIRI, Ana Maria Crepaldi; SOUZA, Damielle Gomes; CREPALDI, Zaira Celia. Linha da vida - autobiografia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-121-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

tudo, o ensino-aprendizagem, na metodologia autobiográfica, vivifica o Ser, o sujeito, o indivíduo, refazendo e transformando-o na integração com o outro.

Integrar na e para uma educação mais humanizada, buscando o equilíbrio vivencial-teórico onde quer que estejamos, beneficiará a si e ao grupo de trabalho. E o ambiente cósmico agradece. Todos nós sairemos ganhando com novas interlocuções e transformações. Teremos, também, o conhecimento formal e informal contextualizando-se no e para além do cotidiano escolar, clínico, social, cultural e político.

.....

REFERÊNCIAS

DELORY, Christine Momberger. **Biografia e Educação: figuras do indivíduo-projeto**. Trad. Maria da Conceição Passeggi, João Gomes da Silva Neto, Luis Passeggi. São Paulo: Paulus, 2008

JOSSO, Marie-Christine. **Experiências de vida e formação**. Trad. José Cláudio, Júlia Ferreira. 2.ed. São Paulo: Paulus, 2010.

SACHARNY, Silvana. **Comunicação pessoal**. APO/CEBRAFAPO.

.....

AUTORAS

Ana Maria Crepaldi Chiquieri/RJ - CRT- 37888 Terapeuta corporal em Análise Psico-orgânica, formada pelo Centro Brasileiro de Formação em Análise Psico-orgânica (CEBRAFAPO) em parceria com a Escola Francesa de Análise Psico-orgânica (EFAPO), Pedagoga, Economista Doméstica, Professora Assistente da UFRRJ/IE/DTPE, Coordenadora de disciplina para as licenciaturas do consórcio CEDERJ/CECERJ/UAB e Mestre em Ensino de Ciências da Saúde e do Ambiente-UNIPLI/Niterói/RJ.

E-mail: anachiq@terra.com.br

Danielle Gomes de Souza/RJ - Pedagoga. Cursando a especialização em Educação Infantil, da UFRRJ/DED/ICHS. Coordenadora Pedagógica da Educação Infantil do CEADM/Seropédica/RJ. Tutora a Distância CEDERJ/UAB.

E-mail: souzadg2@hotmail.com

Zaira Celia Crepaldi/PR - Graduada em Administração de Empresa com especialização Comércio Exterior/Univ. São Judas Tadeu/SP. Graduada em Gestão de Recursos Humano/Univ. Estácio/Curitiba. Cursando a Especialização

CENTRO REICHIANO DE PSICOTERAPIA CORPORAL LTDA

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000

(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

CHIQUEIRI, Ana Maria Crepaldi; SOUZA, Damielle Gomes; CREPALDI, Zaira Celia. Linha da vida - autobiografia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-121-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

em Orientação Parapsicológica Social e Institucional e Curso de Aperfeiçoamento em Orientação Parapsicológica Pessoal – IPAPPI-Sistema Grisa em convênio com a Faculdade Vicentina.

E-mail: zc777@yahoo.com