



## Jornais

### Soma **A Capoeira Angola Enquanto Terapia** 14 de janeiro 2011

Se você achou o título um pouco confuso, não se espante, é isso mesmo.

Criada no Brasil pelo escritor e terapeuta Roberto Freire no início dos anos 70 e tendo como base a teoria de Wilhelm Reich – discípulo dissidente de Freud que trazia um conceito de liberdade tanto mental quanto física e a filosofia anarquista, que não aceita de forma alguma a questão da autoridade, a Somaterapia surgiu como uma forma alternativa de tratar os distúrbios emocionais e psicológicos causados por uma época em que a escassez de liberdade, e o excessivo autoritarismo imperavam no Brasil.

Eram os terríveis “anos de chumbo” da ditadura militar. Perante esse período de grande conflito, tanto físico quanto mental, é que nasceu o grupo Soma.

Mas e a capoeira?

Após o período do regime militar, os terapeutas da Soma continuaram o seu trabalho, desenvolvendo a percepção das pessoas para uma sociedade capitalista e autoritária, resultante desse período. E foi dentro desse contexto que no início da década de 90 que os somaterapeutas como são chamados, decidiram incluir definitivamente a Capoeira Angola nas terapias da Soma que trabalha com terapias corporais e em grupo. Pois assim como a Capoeira Angola, a Somaterapia também nasceu da necessidade de um povo oprimido de se libertar da escravidão seja ela física ou mental. Dizem os somaterapeutas que a Capoeira Angola, enquanto terapia corporal desenvolve não somente as capacidades do corpo relacionadas à emoção, como também a autonomia em relação ao outro. A importância da Capoeira Angola enquanto ferramenta terapêutica desenvolve a percepção, a atenção e a possibilidade de se relacionar com o coletivo. A soma utiliza a Capoeira Angola, junto com outros exercícios, como uma forma de mobilização bioenergética que proporciona coragem e capacidade de enfrentamento das diversas situações e obstáculos do cotidiano de uma sociedade capitalista e opressora, que impõe aos seus cidadãos valores e padrões a serem seguidos, roubando-lhes a sua liberdade e estreitando as suas relações interpessoais em um cárcere de cativo mental. O que causa nas pessoas o que os somaterapeutas chamam de neurose. As diversas

situações encontradas em uma roda de capoeira são analisadas pelos terapeutas para saber, por exemplo, como uma pessoa reage à outra em momentos de ataque e de defesa, os momentos de tensão e relaxamento e como isso pode refletir na sua vida social.

Mestre Pastinha e Roberto Freire

1967: Roberto Freire entrevista Mestre Pastinha em Salvador para a revista Realidade

O primeiro contato da Soma com a Capoeira Angola se deu nada mais nada menos com o próprio Mestre Pastinha, ao ser entrevistado por Roberto Freire, fundador da Soma, quando este era repórter da revista "Realidade" em 1967. Freire manteve contato com Pastinha, onde aprendeu os fundamentos da Capoeira Angola e seu poder terapêutico. Assim como os terapeutas, os participantes consideram a Capoeira Angola, uma das atividades mais importantes dentro do contexto da somaterapia. Os praticantes ainda frisam que preferem a capoeira dentro da soma a ensinada nas academias afora, por estar dentro da filosofia anarquista em que não existem graduações, dualidades e nem julgamentos que diferenciariam os praticantes, havendo assim, o princípio da autoridade. Lá não existem mestres e nem discípulos, mas sim eternos aprendizes.

O processo terapêutico da Soma dura em torno de um ano e são realizadas quatro sessões de terapia por mês, compostas de exercícios corporais e dinâmicas de grupo autogestionárias, buscando identificar os mecanismos de poder presentes nas relações sociais travadas entre os membros do grupo e sua relação no cotidiano das pessoas.

Hoje encontramos grupos de Soma no Brasil e na Europa. Existe vários somaterapeutas formados e alguns em formação em diversos países. Todos os trabalhos de somaterapia recebiam a supervisão de Roberto Freire, até 2008 quando veio a falecer, mas o seu legado continua até hoje. Existem grupos de Soma no Rio de Janeiro, São Paulo, Florianópolis, Curitiba e Porto Alegre. Também em Lisboa, Barcelona, Madrid e Londres, todos supervisionados pelos somaterapeutas, João da Mata, Jorge Goia, Vera Schroeder e pelo assistente em formação Stéfani Caiaffo.

Pra finalizar

Tanto a capoeira quanto a somaterapia tiveram que resistir a um sistema opressor, cada um em sua época. A capoeira teve que se disfarçar em dança, foi perseguida pelos colonizadores e depois pela polícia. Roberto Freire mantinha centros de tratamentos clandestinos, foi perseguido e torturado pela ditadura. Capoeira, psicanálise e anarquismo. Três termos à primeira vista tão antagônicos, agora juntos e por um simples propósito: a liberdade.