

O QUE É REALMENTE UMA HISTÓRIA TERAPÊUTICA?



Todas as histórias são potencialmente terapêuticas ou curativas. Se uma história nos faz rir ou chorar, ou ambos! – o riso e a lagrima podem ser curadoras. As histórias folclóricas ou contos de fadas, através de seus temas e resoluções universais, apresentam possibilidades curativas. Eles podem oferecer esperança e coragem para lidar com adversidades da vida, afirmando nossa capacidade de desenvolver e de mudar.

A simples experiência de ouvir uma história, não importando seu conteúdo, pode ser “curativa”. Sessões regulares de narração de histórias podem desenvolver a concentração das crianças, e podem ativar sua imaginação. Estes efeitos são um bálsamo curativo às crianças no mundo de hoje, quando frequentemente despendem muitas horas na frente da TV e DVDs. Uma história requer e estimula a criação imaginativa de vivências internas, enquanto os meios acima citados apresentam imagens fixas, pré - criadas que tem que ser aceitas pelo expectador sem evocar sua própria capacidade de criação.

Concomitantemente a este potencial curativo genérico das histórias, determinadas histórias podem ajudar ou curar situações específicas de comportamento. “São as chamadas histórias “terapêuticas”.

Se a definição de curar é a de restaurar, retornar ao equilíbrio, tornar - se harmonioso e inteiro, então histórias terapêuticas podem ser descritas como histórias que devolvem a harmonia de uma situação que se encontra em desequilíbrio.

História terapêutica é um modo delicado, fácil e efetivo de atingir comportamentos indesejáveis das crianças. A forma da história permite que a criança “embarque” numa viagem imaginativa, ao invés de ser admoestada diretamente por ter se comportado de modo inadequado. Através da identificação ao personagem principal ou de outras características, a criança se fortalece e pode superar obstáculos e alcançar resoluções.

Histórias são como medicação natural, homeopática, e sendo assim, elas ativam forças latentes e capacidades de restabelecer o equilíbrio. Às vezes, do mesmo modo como há uma relutância em aceitar medicina homeopática, o mesmo acontece na aceitação destas

histórias, pois as mentes intelectuais encontram dificuldade em admitir que um meio tão simples possa ser eficaz.

Felizmente esta situação vem se alterando aos poucos. Há um movimento bem atual de reavivar o poder das histórias, formado por pensadores educacionais, pesquisadores, professores.

Há uma esperança que mais e mais professores e pais trabalhem com este tema tão revigorante e poderoso, guiando as crianças em seus ambientes sociais, dando apoio à capacidade da criança relacionada à sua imaginação.

Adaptado de trecho do livro de Susan Perrow, “Therapeutic Storytelling, 101 healing stories for children”, Hawthorn Press, Reino Unido. Tradução: Sílvia R. Jensen

Exemplo de história terapêutica – para pessoas que precisam de bens materiais para se sentir bem ou que nunca estão satisfeitas com o que recebem (boa para o atual contexto consumista da sociedade):

O PESCADOR E SUA MULHER

Irmãos Grimm

Era uma vez um pobre pescador e sua mulher. Eram pobres, muito pobres. Moravam numa choupana à beira-mar, num lugar solitário. Viviam dos poucos peixes que ele pescava. Poucos porque, de tão pobre que era, ele não possuía um barco: não podia aventurar-se ao mar alto, onde estão os grandes cardumes. Tinha de se contentar com os peixes que apanhava com os anzóis ou com as redes lançadas no raso. Sua choupana, de pau-a-pique era coberta com folhas de palmeira. Quando chovia a água caía dentro da casa e os dois tinham de ficar encolhidos, agachados, num canto.

Não tinham razões para serem felizes. Mas, a despeito de tudo, tinham momentos de felicidade. Era quando começavam a falar sobre os seus sonhos. Algum dia ele teria sorte, teria uma grande pescaria, ou encontraria um tesouro – e então teriam uma casinha branca com janelas azuis, jardim na frente e galinhas no quintal. Eles sabiam que a casinha azul não passava de um sonho. Mas era tão bom sonhar! E assim, sonhando com a impossível casinha azul, eles dormiam felizes, abraçados.

Era um dia comum como todos os outros. O pescador saiu muito cedo com seus anzóis para pescar. O mar estava tranqüilo, muito azul. O céu limpo, a brisa fresca. De cima de uma pedra lançou o seu anzol. Sentiu um tranco forte. Um peixe estava preso no anzol. Lutou. Puxou. Tirou o peixe. Ele tinha escamas de prata com barbatanas de ouro. Foi então que o espanto aconteceu. O peixe falou. “Pescador, eu sou um peixe mágico, anjo dos deuses no mar. Devolva-me ao mar que realizarei o seu maior desejo...” O pescador acreditou. Um peixe que fala deve ser digno de confiança. “Eu e minha mulher temos um sonho,” disse o pescador. “Sonhamos com uma casinha azul, jardim na frente, galinhas no quintal... E mais, roupa nova para minha mulher...”

Ditas estas palavras ele lançou o peixe de novo ao mar e voltou para casa, para ver se o prometido acontecera. De longe, no lugar da choupana antiga, ele viu uma casinha branca com janelas azuis, jardim na frente, e galinhas no quintal e, à frente dela, a sua mulher com um vestido novo – tão linda! Começou a correr e enquanto corria pensava: “Finalmente nosso sonho se realizou! Encontramos a felicidade!”

Foi um abraço maravilhoso. Ela ria de felicidade. Mas não estava entendendo nada. Queria explicações. E ele então lhe contou do peixe mágico. “Ele me disse que eu poderia pedir o que quisesse. E eu então me lembrei do nosso sonho...” Houve um momento de silêncio. O rosto da mulher se alterou. Cessou o riso. Ficou séria. Ela olhou para o marido e, pela primeira vez, ele lhe pareceu imensamente tolo: “Você poderia ter pedido o que quisesse? E por que não pediu uma casa maior, mais bonita, com varanda, três quartos e dois banheiros? Volte. Chame o peixe. Diga-lhe que você mudou de idéia.”

O marido sentiu a repreensão e sentiu-se envergonhado. Obedeceu. Voltou. O mar já não estava tão calmo, tão azul. Soprava um vento mais forte. Gritou: “Peixe encantado, de escamas de prata e barbatanas de ouro!” O peixe apareceu e lhe perguntou: “O que é que você deseja?” O pescador respondeu “Minha mulher me disse que eu deveria ter pedido uma casa maior, com varanda, três quartos e dois banheiros!” O peixe lhe disse: “Pode ir. O desejo dela já foi atendido.” De longe o pescador viu a casa nova, grande, do jeito mesmo como a mulher pedira.

“Agora ela está feliz,” ele pensou. Mas ao chegar à casa o que ele viu não foi um rosto sorridente. Foi um rosto transtornado. “Tolo, mil vezes tolo! De que me vale essa casa nesse lugar ermo, onde ninguém a vê? O que eu desejo é um palacete num condomínio elegante, com dois andares, muitos banheiros, escadarias de mármore, fontes, piscina, jardins. Volte! Diga ao peixe desse novo desejo!”

O pescador, obediente, voltou. O mar estava cinzento e agitado. Gritou: “Peixe encantado, de escamas de prata e barbatanas de ouro!” O peixe apareceu e lhe perguntou: “O que é que você deseja?” O pescador respondeu “Minha mulher me disse que eu deveria ter pedido um palacete num condomínio elegante...” Antes que ele terminasse o peixe disse: “Pode voltar. O desejo dela já está satisfeito.”

Depois de muito andar – agora ele já não morava perto da praia – chegou à cidade e viu, num condomínio rico, um palacete tal e qual aquele que sua mulher desejava. “Que bom,” ele pensou. “Agora, com seu desejo satisfeito, ela deve estar feliz, mexendo nas coisas da casa.” Mas ela não estava mexendo nas coisas da casa. Estava na janela. Olhava o palacete vizinho, muito maior e mais bonito que o seu, do homem mais rico da cidade. O seu rosto estava transtornado de raiva, os seus olhos injetados de inveja.

“Homem, o peixe disse que você poderia pedir o que quisesse. Volte. Diga-lhe que eu desejo um palácio de rainha, com salões de baile, salões de banquete, parques, lagos, cavalariças, criados, capela.”

O marido obedeceu. Voltou. O vento soprava sinistro sobre o mar cor de chumbo. “Peixe encantado, de escamas de prata e barbatanas de ouro!” O peixe apareceu e lhe perguntou:

“O que é que você deseja?” O pescador respondeu “Minha mulher me disse que eu deveria ter pedido um palácio com salões de baile, de banquete, parques, lagos...” – “Volte!,” disse o peixe antes que ele terminasse. “O desejo de sua mulher já está satisfeito.”

Era magnífico o palácio. Mais bonito do que tudo aquilo que ele jamais imaginara. Torres, bosques, gramados, jardins, lagos, fontes, criados, cavalos, cães de raça, salões ricamente decorados... Ele pensou: “Agora ela tem de estar satisfeita. Ela não pode pedir nada mais rico.”

O céu estava coberto de nuvens e chovia. A mulher, de uma das janelas, observava o reino vizinho, ao longe. Lá o céu estava azul e o sol brilhava. As pessoas passeavam alegremente pelo campo.

“De que me serve este palácio se não posso gozá-lo por causa da chuva? Volte, diga ao peixe que eu quero ter o poder dos deuses para decretar que haja sol ou haja chuva!”

O homem, amedrontado, voltou. O mar estava furioso. Suas ondas se espatifavam no rochedo. “Peixe encantado, de escamas de prata e barbatanas de ouro!” – ele gritou. O peixe apareceu. “Que é que sua mulher deseja?,” ele perguntou. O pescador respondeu: “Ela deseja ter o poder para decretar que haja sol ou haja chuva!”

O peixe falou suavemente. “O que vocês desejavam era felicidade, não era?” – “Sim,” respondeu o pescador. “A felicidade é o que nós dois desejamos.” – “Pois eu vou lhes dar a felicidade!” O pescador riu de alegria. “Volte,” disse o peixe. “Vá ao lugar da sua primeira casa. Lá você encontrará a felicidade...” E com estas palavras desapareceu.

O pescador voltou. De longe ele viu a sua casinha antiga, a mesma casinha de pau-a-pique coberta de folhas de coqueiro. Viu sua mulher com o mesmo vestido velho. Ela colhia verduras na horta. Quando ela o viu veio correndo ao seu encontro. “Que bom que você voltou mais cedo,” ela disse com um sorriso. “Sabe? Vou fazer uma salada e sopa de ostras, daquelas que você gosta. E enquanto comemos, vamos falar sobre a casinha branca com janelas azuis...E depois vamos dormir abraçados” .

Ditas essas palavras ela segurou a mão do pescador enquanto caminhavam, e foram felizes para sempre.