



**UNIVERSIDADE CATÓLICA DO SALVADOR  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM FAMÍLIA NA SOCIEDADE  
CONTEMPORÂNEA**

**MARIA ANGÉLICA VITORIANO DA SILVA**

**“CICLOMETANOIA”: POÉTICA DE UM CORPO FEMININO  
SOBRE DUAS RODAS**

Salvador  
2021

**MARIA ANGÉLICA VITORIANO DA SILVA**

**“CICLOMETANOIA”: POÉTICA DE UM CORPO FEMININO  
SOBRE DUAS RODAS**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Família na Sociedade Contemporânea da Universidade Católica do Salvador como requisito para obtenção do grau de Doutor em Família na Sociedade Contemporânea.

Linha de Pesquisa: Contextos Familiares e Subjetividade

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Elaine Pedreira Rabinovich

SALVADOR  
2021

Ficha Catalográfica. UCSal. Sistema de Bibliotecas

S586 Silva, Maria Angélica Vitoriano da  
“Ciclometanoia”: poética de um corpo feminino sobre duas rodas/ Maria  
Angélica Vitoriano da Silva. – Salvador, 2021.  
123 f.

Tese (Doutorado) - Universidade Católica do Salvador. Pró-Reitoria  
de Pesquisa e Pós-Graduação. Doutorado em Família na Sociedade  
Contemporânea.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dra. Elaine Pedreira Rabinovich.

1. Autoetnografia 2. Bicicleta 3. Corpo 4. Envelhecimento  
5. Família 6. Metanoia 7. Mulher I. Universidade Católica do  
Salvador. Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação II. Rabinovich,  
Elaine Pedreira – Orientadora III. Título.

CDU 316.356.2-055.2

TERMO DE APROVAÇÃO

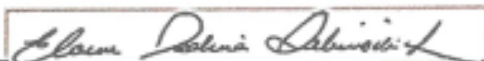
**Maria Angélica Vitoriano da Silva**

**“CICLOMETANOIA: POÉTICA DE UM CORPO FEMININO SOBRE DUAS  
RODAS”**

Tese aprovada como requisito parcial para obtenção do grau de Doutora em Família na Sociedade Contemporânea da Universidade Católica do Salvador.

Salvador, 08 de setembro de 2021.

Banca Examinadora:



Prof.ª Doutora Elaine Pedreira Rabinovich  
Orientador(a) – UCSAL



Prof.ª Doutora Ana Maria de Oliveira Urpia - UFRB



Prof.ª Doutora Cinthia Barreto Santos Souza - FACEMP



Prof.ª Doutora Lorena Márcia Nascimento Cardoso – Instituto Hólon



Prof.ª Doutora Ana Cecilia de Sousa Bittencourt Bastos – UCSAL



Prof. Doutor José Eduardo Ferreira Santos - UCSAL

À minha mãe,  
Cujo corpo, foi abrigo  
Escudo, proteção  
Os olhos, faróis  
Iluminaram o caminho  
A voz, acalmou  
Acreditou, encorajou  
O exemplo passou  
E assim eu me fiz  
A pessoa que Sou

## AGRADECIMENTOS

Esta aqui foi uma viagem  
Que resolvi empreender  
E agora chega a hora  
De aqui agradecer

Sentimento que carrego  
Sempre no meu coração  
Por isto já vou dizer  
Que se alguém esquecer  
Foi por pura distração  
Mas guardo no coração

Por isto vou começar  
Agradecendo a Deus  
Força suprema  
Que habita  
Tanto mim quanto em você

A Nossa Senhora, a Mãe  
E a minha D. Luzia  
A quem honro e agradeço  
Tudo aquilo que aprendi

Minha filha Jaqueline  
Presença e sabedoria  
Que aninha e alinha  
Ground para o meu Ser

Elvis meu filho querido  
Me leva a voos infinitos  
Na mesma medida convida  
Que preciso aterrissar

Minha netinha Marina,  
Poesia, arte, alegria  
Acorda a criança em mim  
Que nos sonhos se perdia

Elaine Rabinovich  
O que dizer pra você  
Que não tenha dito antes  
Pois você é sopro na vida  
De todos a quem encontra  
Instantes é brisa serena  
Horas é ventania  
Por isto chegamos aqui  
E agora é só alegria

A banca de examinadores  
Doutor (as) especiais  
Não só pelo título que trazem  
E saberes que possuem  
Mas pela luz que emanam  
No meu caminho, clareira

A amiga Eliana Brito  
Que pegou a Valentina  
E rebocou Afrodite  
No final da densa trilha

Rita Amorim suas preces  
Santo Antônio as ouviu  
Tanto é que em sonho mostrou  
O caminho dentro de mim

Antes do fim quero lembrar  
Da viagem que antes fiz  
E que me trouxe a esta  
E então agradecer  
Aqueles que encontrei

Meu professor Daniel  
Suas lições me ensinaram  
Muito mais que pedalar  
Pois a bike em minha vida  
É um símbolo da mudança  
Do encontro com partes de mim

Como acredito em Anjos  
Muitos outros me guardaram  
Jason, Ed, Moka, Cássio,  
Virginia, Karine e Rita

Como é grande a legião  
Os que listo representam  
Os que ficaram no caminho  
Mas me deram proteção

Feito isto estou pronta  
Vou descansar um pouquinho  
Pois um caminho às vezes  
Aponta outros caminhos  
Que a vida convida seguir  
Então, meu até breve aqui

*Não podemos fazer o elogio a bicicleta sem falar de nós mesmo. A bicicleta faz parte da história de cada um de nós. Aprender a andar de bicicleta devolve-nos a certos momentos da infância e adolescência. Por seu intermédio, cada um de nós descobriu um pouco do seu corpo, das suas capacidades físicas, e provou a liberdade que lhe está associada. Falar da bicicleta, para alguém da minha geração, é assim, evocar suas recordações. Mas não são recordações unicamente pessoais; estão enraizadas numa era e num meio, numa história partilhada com milhões de outros.*

*Marc Augé*

SILVA, Maria Angélica Vitoriano da. **“CICLOMETANOIA”: POÉTICA DE UM CORPO FEMININO SOBRE DUAS RODAS.** Tese (Doutorado) – Universidade Católica do Salvador, Salvador, 2021.

## RESUMO

A investigação objeto desta pesquisa doutoral emerge das inquietações da pesquisadora diante das questões precipitadas a partir da decisão de aprender a andar de bicicleta. Trata-se de um estudo de caso da experiência vivida aos 57 anos, na fase do envelhecimento, uma mulher, branca, cis, hetero, classe média, aposentada, mas ativa no exercício de atividades profissionais relacionadas às suas formações acadêmicas em Pedagogia e Psicologia, mãe, avó, casada, residente na cidade de Salvador. Sua estrutura versa em torno de um estudo de caso único de característica metodológica qualitativa autoetnográfica em que, partindo de uma experiência subjetiva individual única, espontânea, a autora descreve seu encontro consigo, no encontro com o outro e as transformações no *self*, decorrentes destes encontros. O fazer da autoetnografia, favoreceu compreender os significados que a pessoa atribui à própria experiência pretérita, espontânea, abrindo novos significados para esta experiência. Tendo como problemática a decisão de aprender a andar de bicicleta e as repercussões nas diferentes esferas da sua vida propõe-se compreender as transformações daí decorrentes. O processo de análise engendrou caminhos e rotas próprios que favoreceu (re)flexionar sobre a experiência, planejada através de imagens e na confecção de uma cartografia descrevendo a trajetória do *self* em transformação. Observou-se que, ao aproximar-se da fase do envelhecimento, no liminar tardio, desperta o desejo de criança que hibernava por longos anos: andar de bicicleta. O percurso feito na realização deste desejo deflagra a metanoia da última fase da vida trazendo à tona questões que a atravessavam e modificando a sua relação com o seu corpo, com as pessoas, com a cidade. A este processo deu o nome de ciclometanoia, definida como a experiência cíclica da metanoia. Valida a importância do método autoetnográfico e ressalta a importância de pesquisas em torno de temas que destaquem o protagonismo das mulheres, sua relação com o corpo e o processo do envelhecimento; o uso da bicicleta como formas de cuidado com a saúde e de resistência ao bio-poder sobre seus corpos; sobre o cuidado com meio ambiente e as formas dos indivíduos se relacionarem com a cidade.

**Palavras-chave:** Autoetnografia. Bicicleta. Corpo. Envelhecimento. Família. Metanoia. Mulher

SILVA, Maria Angelica Vitoriano da. **“CYCLOMETANOIA”**: POETICS OF A FEMALE BODY ON TWO WHEELS. Thesis (Doctorate) – Catholic University of Salvador, Salvador, 2021.

### ABSTRACT

The investigation object of this doctoral research emerges from the researcher's concerns in face of the precipitated questions from the decision to learn to ride a bicycle. This is a case study of the experience lived at 57 years of age, in the aging phase, a woman, white, cis, straight, middle class, retired, but active in professional activities related to her academic training in Pedagogy and Psychology , mother, grandmother, married, residing in the city of Salvador. Its structure revolves around a single case study with an autoethnographic qualitative methodological characteristic in which, starting from a single, spontaneous individual subjective experience, the author describes her encounter with herself, in the encounter with the other and the transformations in the self, resulting from these encounters. The use of autoethnography favored understanding the meanings that the person attributes to their own past experience, opening new meanings to this experience. Having as problematic the decision to learn to ride a bicycle and the repercussions in the different spheres of her life, it proposes to understand the resulting transformations. The analysis process engendered its own paths and routes that favored (re)flexing on the experience, planned through images and in the making of a cartography describing the trajectory of the self in transformation. It was observed that, when approaching the aging phase, the late injunction awakens the desire of a child who hibernated for long years: riding a bicycle. The path taken in the fulfillment of this desire triggers the methanoia of the last phase of life, bringing to light issues that crossed it and modifying its relationship with i her body, with people, with the city. She called this process cyclomethanoia, defined as the cyclical experience of methanoia. It validates the importance of the autoethnographic method and highlights the importance of research on themes that highlight the role of women, their relationship with the body and the aging process; the use of bicycles as ways of health care and resistance to bio-power over their bodies; about caring for the environment and the ways in which individuals relate to the city.

**Keywords:** Autoethnography. Bicycle. Body. Aging. Family. Metanoia. Woman.

SILVA, Maria Angélica Vitoriano da. **“CICLOMETANOIA”**: POÉTICA DE UN CUERPO FEMENINO SOBRE DOS RUEDAS. Tesis (Doctorado) - Universidad Católica de Salvador, Salvador, 2021.

## RESUMEN

El objeto de investigación de esta investigación doctoral surge de las inquietudes del investigador ante las preguntas precipitadas por la decisión de aprender a andar en bicicleta. Se trata de un estudio de caso de la experiencia vivida a los 57 años, en la fase de envejecimiento, una mujer, blanca, cis, heterosexual, clase media, jubilada, pero activa en el ejercicio de actividades profesionales relacionadas con su formación académica en Pedagogía y Psicología, madre, abuela, casada, residente en la ciudad de Salvador. Su estructura gira en torno a un estudio de caso único con un rasgo metodológico cualitativo autoetnográfico en el que, a partir de una única experiencia subjetiva individual espontánea, la autora describe su encuentro consigo misma, en el encuentro con el otro y las transformaciones en el yo, resultantes de estos encuentros. El uso de la autoetnografía favoreció la comprensión de los significados que la persona atribuye a su propia experiencia pasada, abriendo nuevos significados a esta experiencia. Teniendo como problemática la decisión de aprender a andar en bicicleta y las repercusiones en los diferentes ámbitos de su vida, se propone comprender las transformaciones resultantes. El proceso de análisis engendró caminos y recorridos propios que favorecieron la (re) flexión sobre la experiencia, planificada a través de imágenes y en la elaboración de una cartografía que describa la trayectoria del yo en transformación. Se observó que, al acercarse a la fase de envejecimiento, la orden judicial tardía despierta el deseo de un niño que hiberna durante largos años: andar en bicicleta. El camino recorrido en la realización de este deseo desencadena la metanoia de la última fase de la vida, sacando a la luz cuestiones que la atravesaron y modificando su relación con su cuerpo, con las personas, con la ciudad. Llamó a este proceso ciclometanoia, definido como la experiencia cíclica de la metanoia. Valida la importancia del método autoetnográfico y enfatiza la importancia de la investigación sobre temas que destaquen el papel de la mujer, su relación con el cuerpo y el proceso de envejecimiento; el uso de la bicicleta como forma de cuidado de la salud y resistencia al biopoder sobre sus cuerpos; sobre el cuidado del medio ambiente y las formas en que las personas se relacionan con la ciudad.

Palabras clave: Autoetnografía. Bicicleta. Cuerpo. Envejecimiento. Familia. Metanoia. Mujer.

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

FABEP	Família, (Auto)Biografia e Poética
PMS	Prefeitura Municipal de Salvador
PRI	Pedal Realmente Iniciante
UCB	União dos Ciclistas do Brasil
ICS	Instituto Clima e Sociedade

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1	Ipê Amarelo	30
Figura 2	Capa de Diário	32
Figura 3	Marca Bike Anjo	33
Figura 4	Mapa Cicloviagem	63

## SUMÁRIO

<b>1.</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>14</b>
<b>2.</b>	<b>RELATO DE EXPERIÊNCIA</b>	
2.1.	POR TRÁS DO VÉU	24
2.2.	DA VONTADE À DECISÃO	33
2.3.	DA AÇÃO	36
2.4.	DA APRENDIZAGEM	43
2.5.	GANHANDO AUTONOMIA	50
2.6.	EXPANDINDO	56
2.7.	A CICLOVIAGEM PARA ITACARÉ	65
2.8.	PÓS ITACARÉ – NO MUNDO	79
<b>3.</b>	<b>TERRITÓRIOS DE TRANSFORMAÇÕES</b>	<b>84</b>
3.1.	MULHER	85
3.2.	CORPO	87
3.3.	FAMÍLIA	89
<b>4.</b>	<b>MEIA-IDADE E ENVELHECIMENTO</b>	<b>91</b>
<b>5.</b>	<b>SELF E METANOIA</b>	<b>95</b>
<b>6.</b>	<b>REFLEXIVIDADE: ESTRATÉGIA DE ANÁLISE DAS TRANSFORMAÇÕES NO <i>SELF</i></b>	<b>100</b>
<b>7.</b>	<b>CONSIDERAÇÕES CIRCULARES</b>	<b>116</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b>	
	<b>APÊNDICE A - CARTOGRAFIA</b>	

## 1. INTRODUÇÃO

Nesta introdução estão expostos os antecedentes da tese, meu percurso pessoal e metodológico, o método utilizado para pesquisa, a justificativa, objetivos e indicação do referencial teórico que a ancora.

Assim, inicio esta etapa descritiva.

O percurso, foi longo, em vista dos desvios, extenuantes aclives, íngremes declives, perigosas curvas. Muitas vezes, fôlego faltou, pernas e braços perderam a força.

Como pesquisadora, iniciei com meu ingresso, em 2012, no Mestrado em Família na Sociedade Contemporânea na Universidade Católica do Salvador, onde investiguei as Expectativas e Lealdades na Nomeação de Adotados. Passei pelo probatório para integrar o Grupo de Pesquisa Família (Auto)Biografia e Poética (FABEP), com um Cordel que escrevi atendendo solicitação da Coordenadora do Grupo, minha orientadora. Este estilo de escrita fugia ao padrão, que eu pensava estabelecido para a Academia, mas se alinhava, perfeitamente, à proposta do Grupo. Assim, nele permaneço até os dias atuais.

A participação neste Grupo e os temas ali abordados traziam à baila a família nas suas diversas nuances, e as experiências compartilhadas pelos componentes iam expandindo o olhar sobre nós, nossas famílias, nos reposicionando neste complexo sistema que a compõe. O modelo autobiográfico permitia o encontro de cada um consigo, o que foi ampliado à medida que íamos compreendendo e aprofundando na autoetnografia. Discutíamos os temas e éramos encorajadas à escrita sobre nós, nossas famílias e como éramos modificados por nossos textos que se constituíram capítulos para livros. Participei, como autora, de todos eles no decorrer destes anos e, em alguns, como organizadora, o que me rendeu identificação com este modelo de pesquisa.

Na minha pesquisa de Mestrado, um dos aspectos que me chamava atenção eram os segredos. Margeei, mas, onde estavam, deixei. No Grupo de Pesquisa, nossas histórias me levavam de volta a ele. Vimos nos silêncios e os não ditos em nossas famílias, criptas que os protegiam, ameaçavam àqueles que deles se aproximassem. Por aí, foi se desenhando meu interesse para pesquisa no

Doutorado, um tema que, desde a formação na área de Psicoterapia Sistêmica Familiar (1998), me fascinava e sobre o qual estudava direta ou indiretamente: os segredos nas famílias. Assim, em março de 2017 ingressei no Doutorado com o interesse voltado para pesquisar acerca dos segredos na fratria.

Como bem disse a professora Ceneide Cerveny, membro da minha Banca do Mestrado, que “toda tese é um acerto de contas”, acredito que, inconscientemente, segui tal premissa quando queria encontrar respostas para questões que me inquietavam a respeito de temática tão desafiadora. Queria olhar o segredar sob o viés da confiança na relação de irmãos, considerando que tal aspecto contribui para a constituição de indivíduos mais éticos, solidários, num momento em que vivemos tão expostos e invadidos nas nossas vidas privadas.

Expondo sobre o projeto da pesquisa durante as aulas ou em conversas com amigos, era visível o quanto o assunto instigava curiosidade, acendia expectativas nos ouvintes. Se, por um lado, me encorajava, por outro, ia me dando conta do quão difícil seria abordá-lo, tocar em assunto tão delicado e íntimo que, uma vez falado, deixa de ser o que é. Comecei a sentir-me inquieta, perdendo potência para abordá-lo. Aproximar-me teoricamente do assunto dava a sensação que estava adentrando num território perigoso e a distância entre nós, reduzindo cada vez mais, me ameaçava. De repente, todos os caminhos me levavam a “ele” e o encontrei. Me vi diante de uma encruzilhada: paralisei e ali fiquei por mais tempo do que desejara. Tempos difíceis. Procurei rotas de fuga. Escapei, mas a sensação de não ter chegado ao destino proposto impedia seguir em frente. Silenciei, guardei segredo do segredo e segredei minha dor, que só foi compartilhada com duas pessoas especiais: uma delas a minha orientadora, sem a qual não teria dado nem mais um passo à frente. No ambiente acadêmico, contei com o suporte e apoio de Professoras e colegas do Grupo de Pesquisa FABEP que, mesmo sem saber a razão para encontrar-me como estava, seguraram minha mão e tentavam me manter erguida para seguir em frente com aquilo que me propus como pesquisadora.

Por outro lado, a vida continuava e fui descobrindo outras versões de mim. Então, esta tese poderia ser sobre este processo vivido durante a pesquisa, mas não é diretamente sobre ele, toca-o, transversaliza-o. No desvio que fiz, fui ao encontro de mim, de outros sentidos, do sentir. Travei uma longa luta interna até

compreender e aceitar que o objeto de investigação desta tese partiria de mim ao encontro comigo, no limiar da idade, a entrada na fase do envelhecimento. Então, com a anuência e incentivo da minha orientadora assim o fiz e, uma nova rota se apresentou.

Como se pode observar, esta pesquisa já se apresenta heterodoxa, afasta-se dos padrões usuais, regras pré-estabelecidas, o que não constitui uma transgressão tão pouco fugirá ao que se propõe uma produção acadêmica. Pois, tomando como premissa, o respeito à singularidade do fazer, do arriscar e do acreditar que os caminhos existem para serem explorados ela se formatou e assim se apresenta.

Se estrutura em torno de um estudo de caso único de característica metodológica qualitativa autoetnográfica onde, partindo de uma experiência subjetiva individual única, a autora descreve seu encontro consigo, no encontro com o outro e as transformações no *self*, decorrente destes encontros, um processo vivido ao aproximar-se da fase do envelhecimento. Assim, tem como problemática a decisão de aprender a andar de bicicleta e as repercussões nas diferentes esferas da sua vida. A partir desta questão central encontro a motivação para compreender as repercussões advindas desta decisão, para uma mulher entrando na chamada terceira idade.

Ao pedalar manifestam-se possíveis repertórios de relação consigo e com o outro, a memória também é acionada a partir de marcas, elementos materiais ou simbólicos, presentes no movimento ou de evocações que seguem a lógica do corpo e da reflexão e eles que não estão causalmente ligados a um determinado ambiente.

A perspectiva metodológica que nos orienta é de natureza qualitativa autoetnográfica, que permite compreender os significados que a pessoa atribui à própria experiência pretérita, espontânea, portanto, consoante ao que nos propomos, cuja ênfase está em resgatar os sentidos e significados de experiências vividas pela autora. Na escrita autoetnográfica, “o pesquisador utiliza recursos da autobiografia e da etnografia; portanto, como método, é processo e produto” (ELLIS; ADAMS; BOCHNERP, 2015, p. 252). Desta forma, a importância desta opção metodológica se dá em virtude da relação atribuída entre a experiência vivida e de como fui por ela foi afetada, ou seja, à elaboração do fluxo vivido e à sua expressão.

A autoetnografia tem como característica central partir da experiência individual na investigação para, deste lugar, compreender o contexto espaço-temporal em que

se viveu a mesma, considerando as dimensões culturais, sociais e políticas – evoca o *self* relacional. Investigação, escrita, história e método conectam o autobiográfico e pessoal com o cultural, social e político.

Autoetnografia é um método de pesquisa que usa a experiência pessoal (“auto”) para descrever e interpretar (“graficamente”) textos culturais, experiências, crenças e práticas (“etno”). Os autoetnógrafos acreditam que a experiência pessoal está impregnada de expectativas e normas políticas / culturais, e eles se engajam em uma auto-reflexão rigorosa - normalmente chamada de “reflexividade” - a fim de identificar e interrogar as interseções entre o eu e a vida social. (ADAMS; ELLIS; JONES, 2017, p.1)

Enquanto processo, a construção desta tese se estrutura a partir do material empírico que sustenta a argumentação, os quais provêm dos relatos de experiências de um passado relacionando-o a experiências presentes cujas fontes são: a) a memória; b) anotações pessoais; c) mensagens trocadas em WhatsApp; d) registros em rede sociais; e) registro fotográfico feito pela pesquisadora e/ou pessoas de sua relação.

Diante do desejo de investigar as experiências por mim vividas, o primeiro passo foi discutir exaustivamente com minha orientadora sobre o sentido de explorar numa pesquisa um recorte da minha história pessoal, dando-lhe um caráter autobiográfico. Tal exercício demandou introspecção, uma postura autorreflexiva em que o olhar para dentro fazia emergir memórias que me situavam no presente e se conectavam com um contexto mais amplo. O diálogo se estabelecia entre o *self* da pesquisadora e o *self* da autora da sua história - a autoetnógrafa.

Admitindo estas interseções e atenta aos riscos que a mesma oferece, questionava de que maneira o fato de me debruçar sobre minha própria experiência permitiria uma análise que atendesse aos cânones da ciência. E então, compreendia que esta ciência que se inaugura, na qual se reconhece a importância da subjetividade, da emoção, da influência da experiência pessoal no processo de pesquisa, ampara, acolhe e dá lastro para esta investida, reconhecendo todas estas possibilidades em detrimento da fachada defensiva dos que, por vezes, insistem negá-los.

Passada esta etapa, investi na extenuante tarefa de coletar os registros dispersos entre mensagens, postagens, anotações, imagens fotográficas, que constituem recursos amplamente utilizados nesta modalidade de pesquisa. Tais

recursos, ao tempo que consubstanciavam a pesquisa, evocavam, lançavam luz, içavam conteúdos que se encontravam no recôndito da memória pessoal e, assim, ampliavam, conectavam elementos simbólicos, o que demandou física e emocionalmente.

Como método, a autoetnografia combina características de autobiografia e etnografia. Quando se escreve uma autobiografia, o autor escreve sobre experiências passadas, retrospectiva e seletivamente. Geralmente, o autor não vive essas experiências apenas para transformá-las em um documento publicado, mas sim essas experiências são montadas a posteriori. (ADAMS; ELLIS; JONES, 2017)

Os registros estavam dispersos, não faziam parte de um projeto para pesquisa: as fotos, os textos que acompanhavam as postagens nas redes sociais tinham a função de compartilhar com os demais este mundo novo que vivia e me fazia tão bem e, se restringiam a este aspecto da minha vida pessoal. Desta forma, estavam guardados sem o rigor que viabiliza a busca, a organização e a exploração. Neste sentido, demandou, não só em termos de tempo objetivo como subjetivo, dando à pesquisa um caráter especial: distância-proximidade, proximidade-distância, pois as informações estavam ali, disponíveis, mas dispersas. Precisava catalogá-las, dar-lhe uma sequência, um exercício de ir e vir, dentro-fora-dentro.

No caso da narrativa autobiográfica, o autor e o espectador estão reunidos na mesma figura. Mesmo assim, garante-se o aspecto relacional visto que o eu é formado por vários “eus” e o “outro”, não se nasce sujeito, se constitui um. O si mesmo é marcado pela fluidez, é marcado por um passado, um presente e um futuro que se entremeiam (três tempos: passado-presente; presente-presente; futuro-presente) e se atualizam, uma vida em aberto, na qual o inesperado faz parte e a (re)leitura é permitida. (OLIVEIRA; SATRIANO, 2017, p. 373).

Primeira etapa: extrair as mensagens trocadas com o professor de *bike*; pesquisar postagens nas redes sociais (Instagram e *Facebook*); encontrar anotações feita à ponta de folhas de agenda, blocos; localizar fotos armazenadas no celular e computador do meu marido tendo em vista que, no início do aprendizado, os registros eram feitos por ele através de sua câmera fotográfica.

Estava, de fato, no campo de pesquisa, precisava ordenar o que tinha em mãos para seguir em frente. Encontro lacunas, convoco a memória, tento conexões na dispersão dos registros e administro as paradas que cada memória evocava,

convidando à digressão. Neste devir, recorri a um potencial instrumento que utilizo na clínica psicoterapêutica: a linha do tempo, um recurso que facilita ao cliente organizar sua história, possibilitando olhar os eventos da sua vida numa perspectiva temporal.

Recorta, copia, cola, insere, ordena, o mapa do percurso se apresenta. Me dou conta da quantidade de informações de que disponho. Procuo não me deter, já que o tempo urge. Olho a trajetória percorrida e retomo sensações, sentimentos vividos no processo de aprendizagem, deixo fluir.

Segunda etapa: de posse das informações coletadas e ordenadas cronologicamente, dei início à escrita, uma espécie de diário retrospectivo, que fluía à medida em que lia o que se apresentava: texto e/ou imagens. Dava passagem às lembranças e, o que não estava registrado fisicamente, apresentava-se em forma de lembranças, sensações, sentimentos. Dialogava com a filha, o filho e a neta que, nos seus oito anos fagueiros, insistia em participar afinal, faz parte desta história, acompanhando, desde os quatro, orgulhosamente, as façanhas da vovó e quando a apresentava às amiguinhas, acrescentava a informação: *minha avó pedala!* Uma experiência dentro da experiência, que me permitiu acessar mais conteúdos. Lembranças da experiência mais recente e mais remota se entrelaçavam. Anotava à margem, pois este seria um outro relato.

É comum, “os autobiógrafos escreverem sobre epifanias – aqueles momentos que lembram algo que teve impacto significativo na trajetória da vida pessoal”, afirmam (ADAMS; ELLIS; JONES, 2019, p. 21), considerando que “uma epifania é reivindicada como um fenômeno que uma pessoa pode considerar como uma experiência transformadora e que outra pode não considerar como tal”.

Terceira etapa: seleciono e descrevo as memórias dos tempos vividos na infância, adolescência e adultez; na família, escola, sociedade e me apercebo o quanto fui marcada por estes tempos.

Marcas indelévels, como tatuagem que adere e entranha na pele, amalgamaram meu ser, sinalizam elementos para futura análise. Desta forma, o método autoetnográfico constitui numa ferramenta potencial para o autoconhecimento à medida em que emergem conteúdos que ampliam a compreensão de si. Todavia, tais repercussões têm potência de alcance que extrapolam o individual, estendem-se a pessoas ou grupos minoritários, por exemplo

mulheres, idosos, que, se encontrando em situações de desvantagem, sintam-se representados. Isto é possível por ser um método sustentado em três pilares que o equilibram, baseado nas seguintes orientações:

a primeira seria uma orientação metodológica – cuja base é etnográfica e analítica; a segunda, por uma orientação cultural – cuja base é a interpretação: a) dos fatores vividos (a partir da memória), b) do aspecto relacional entre o pesquisador e os sujeitos (e objetos) da pesquisa e c) dos fenômenos sociais investigados; e por último, a orientação do conteúdo – cuja base é a autobiografia aliada a um caráter reflexivo. (SANTOS, 2017, p.5).

No exercício da reflexividade, a pesquisadora é convocada à responsabilidade ética, condição imprescindível no fazer da pesquisa, avaliando assim, a contribuição e abrangência do que se propõe bem como os seus resultados. Conforme destacam Adams, Ellis e Jones (2015, p. 36) o “fazer autoetnográfico ultrapassa os níveis da compreensão, da adesão e o engajamento”. É fundamental: postura crítica; contribuir/ampliar a pesquisa e teoria existente; acolher a vulnerabilidade, recurso para compreender as emoções e prover melhores condições sociais; quebra de tabus, romper silêncios, dar vozes aos destituídos do direito de fala; promover acessibilidade da pesquisa aos diversos públicos.

Para tanto, faz-se necessário observar a experiência a partir do viés analítico, tendo como recurso instrumentos teórico-metodológico-bibliográfico e,

[...] considerar as maneiras pelas quais outros experimentam epifanias semelhantes; eles devem usar a experiência pessoal para ilustrar facetas de uma experiência cultural e, assim, tornar as características de uma cultura familiares aos do grupo e de fora. (ADAMS; ELLIS; JONES, 2015, p. 21).

No que diz respeito ao estilo da escrita, alinha-se à autobiografia em que se alternam a primeira pessoa na contação da história; a segunda, para introduzir o leitor no relato ou para descrever situações que consideram difíceis; e a terceira pessoa para estabelecer o contexto em uma interação, relatar os resultados e apresentar o que outros fazem ou dizem. E, com a etnografia no que diz respeito às descrições da cultura, portanto é uma escrita onde se buscam realizar descrições tanto densas quanto estéticas, evocativas de experiências pessoais e interpessoais, uma produção textual acessível que busca o alcance de um público amplo e diverso. (ADAMS; ELLIS; JONES, (2015, p. 24).

É neste sentido, que nos encontramos com a dimensão poética como estratégia que flexibiliza nosso trânsito nos caminhos metodológicos propostos no método científico pois a poesia é condição que nos humaniza, faz parte da nossa essência, condição inerente a todas as pessoas.

A poética se estrutura através de uma experiência poética, sendo que a experiência poética dar-se-ia através de um suporte material. A experiência como a base da poética a faz necessariamente concreta, e é devido a isto que sua base não é a memória, mesmo se a reconhecermos através de registro mnêmico. Seria a liberdade contida na condição humana que estaria presente no fazer-se poeta, levando a uma transformação. (TASSARA & RABINOVICH, 2001, p. 3)

Assim, a poética aqui emergiu das imagens capturadas da experiência vivida que transcendeu o plano da realidade concreta do aprender a andar de bicicleta e alcançou a dimensão do vir a ser da existência. Imagens capturadas na relação consigo, com suas memórias, com os que se encontram no seu entorno, com o espaço, na busca da compreensão do vivido e seus desdobramentos estéticos pois,

A literatura, sobre o termo poética, propõe que a palavra seja transformada em arte, em belo, em sugestão. Que componha o texto na forma de imagem ou metáfora. Que acalore sensações, gere sons, cause ritmos, se vista dos muitos sentidos maquiados pelo eu poético ou tecidos pelo gesto leitor na busca pelo significado, pela compreensão da verdade pronunciada e talvez não dita. (SOUZA, 2015, p. 25)

Assim, convém salientar que somos seres relacionais, não existimos isoladamente e, enquanto pesquisadores, pessoas que somos, estamos incluídos nesta condição. Vivemos conectados a redes sociais que incluem amigos, parentes; parceiros e filhos; colegas. Nossos relatos, de caráter autobiográfico, incluem aqueles com quem nos relacionamos num tempo presente ou pretérito, convocando-nos ao cuidado com o outro, ao exercício da ética nas relações. Portanto, faz-se imprescindível e consideramos aqui, os princípios éticos básicos que norteiam esta pesquisa: o respeito pela pessoa humana, benevolência e não malevolência, justiça e equidade.

Diante do que foi posto, torna-se mister, investigar as questões subjacentes à decisão que tomei de aprender a andar de bicicleta aos 57 anos: uma mulher, hetero, classe média, mãe, avó, casada, aposentada, exercendo atividades

profissionais como professora e psicóloga, residente na cidade de Salvador. Decisão ancorada na certeza que se trata de um estudo não explorado academicamente, na perspectiva e por quem viveu a experiência; por sua relevância social, pois transversaliza temas como protagonismo da mulher, do envelhecimento da mulher; o uso da bicicleta como formas de cuidado com a saúde e de resistência ao bio-poder sobre o corpo da mulher; sobre o cuidado com meio ambiente e as formas dos indivíduos se relacionarem com a cidade. Finalmente, por reconhecer o quanto me afetou a experiência, o desejo de compartilhá-la para que, como centelha, produza combustão.

Então, como não investigar o que me impulsionou e sustentou na tomada de tal decisão? Quais eram, realmente, os entraves? Como se deu o aprendizado? O que evocou? Onde levou? Assim, destacamos como problema de pesquisa: a decisão da pesquisadora de aprender a andar de bicicleta, as transformações do *self* e as repercussões nas diferentes esferas da sua vida.

Por este prisma, insere-se o objetivo geral desta pesquisa de doutorado: compreender as transformações do *self* na experiência de uma mulher de 57 anos que aprende a pedalar.

Para tanto, tenho como objetivos específicos:

- 1- Cartografar o território das transformações;
- 2- Explorar o conceito de *self* e metanoia;
- 3- Relatar as transformações do *self*

Para alcançar os objetivos traçados, adotaremos a perspectiva fenomenológica, nas trilhas descritas por Massimi (2011) acerca da pesquisa autobiográfica, ratificando Binswanger (1955-2007) para quem, “um evento (também externo) se torna conteúdo motivacional quando diante dele o sujeito assume determinado posicionamento interior”. E ainda, referindo-se a Stein (1919-32/2001), pontua acerca do relato autobiográfico:

Acontecimentos potencialmente submetidos a dois tipos de ordens: a ordem causal (ou seja, a apreensão das conexões necessárias, como, por exemplo, as leis naturais inerentes ao ambiente e ao corpo vivo da pessoa; ou as circunstâncias determinantes de natureza histórica); e ordens de outro tipo (por exemplo, a ordem teleológica das motivações). No que diz respeito a este segundo tipo de conexões, é preciso definir diferentes camadas da experiência individual que se pretende atingir e analisar: por exemplo, caso queiramos nos aproximar do núcleo da pessoa, a

análise deve ser realizada até os níveis mais profundos. (MASSIMI, 2011, p.12)

Desta forma, justificamos a escolha, no estudo aqui desenvolvido, da abordagem teórica de Jung para compreensão dos aspectos relativos ao fenômeno identificado e descrito como metanoia, com contribuições de autores que desenvolvem estudos sobre o tema na fase da vida compreendida como a entrada no envelhecimento.

Numa linguagem poética, tomo emprestado o vocabulário dos ciclistas, e digo: o pedal é para “brutas<sup>1</sup>”, tem que segurar bem o guidão<sup>2</sup> na “buraqueira<sup>3</sup>”, pedalar redondo<sup>4</sup>, manter cadência<sup>5</sup>, trocar marcha na hora certa e, “caveirinha<sup>6</sup>” tem que soltar o freio na descida, ir sem fingimento<sup>7</sup> e planilhar<sup>8</sup>, pois é fato, que no percurso de construção desta tese, algumas rotas apontarão trilhas a percorrer: conhecidas, novas, desvios; diversas e sinuosas rotas serão apresentadas, oportunizando novas formas de “pedalar”. Portanto, necessário cartografar o território a ser explorado, bem como aquelas e aqueles que me acompanharão e sustentam esta tese.

De início, apresento o relato, uma história onde estou no centro, mas dialoga com tantas outras histórias de mulheres da minha idade, mais velhas e também mais novas que, mesmo em posições diferentes e contextos diversos, sintam-se representadas e encontrem eco nas suas vozes por muito silenciadas. A relevância social deste estudo, então, evidencia-se através destas vozes que precisam ser ouvidas, denunciando preconceitos e estereótipos para que sejam transpostos, derrubados e suas vidas sejam transformadas.

Após esta introdução temos o Relato da Experiência, uma narrativa autobiográfica, com os tópicos: *Por trás do véu; Da vontade à decisão; Da ação; Da aprendizagem; Ganhando autonomia; No mundo; A cicloturagem para Itacaré; Pós*

---

<sup>1</sup> Termo que identifica ciclistas que enfrentam grandes desafios sem reclamar.

<sup>2</sup> Componente da bicicleta onde o ciclista apoia as mãos, peça que orienta a roda dianteira.

<sup>3</sup> Terreno irregular com muitos desníveis (buracos).

<sup>4</sup> Forma correta de pedalar sem comprometer as articulações.

<sup>5</sup> Manter o ritmo durante o pedal

<sup>6</sup> Termo que identifica ciclistas corajosas.

<sup>7</sup> Sem preguiça, sem desanimar com os obstáculos e sem se desmotivar com fatores extrínsecos... é o ato de um ser não fazer "corpo mole" no momento do treino ou dia a dia, ultrapassar limites.

<sup>8</sup> Ato de mapear um percurso indicando os pontos referenciais para o correto acompanhamento de um trajeto.

*Itacaré*. Em seguida, apresento uma cartografia do território das transformações: mulher, corpo, família. Em seguida, discorro sobre Meia-idade e Envelhecimento, exploro o conceito de *Self* e Metanoia. Por último, o relato das transformações do *self* e considerações finais.

## 2 RELATO DE EXPERIÊNCIA

### 2.1 Por trás do véu

Tive uma infância entre a cidade de Salvador e Itabaianinha, interior de Sergipe, região de origem dos meus pais e onde morava a grande maioria dos meus parentes, exceção àqueles que, por alguma razão superior, tiveram que migrar, como foi o caso da minha mãe e da sua irmã mais velha, aqui citadas como exemplo, não só porque estão diretamente relacionados à minha história mas, por considerar significativo neste contexto.

Meus avós, até os filhos e filhas ficarem adultos, residiam na zona rural do município de Riachão do Dantas-SE. Desta forma, a tia que me refiro, muito jovem, transitando entre a zona rural e a cidade de Riachão aprendeu a ler e escrever com uma pessoa amiga da família que estudava na capital. Por conta disto, era por todos reconhecida como inteligente, capaz e assim assumiu como professora leiga, o ofício de ensinar, inclusive suas irmãs e irmãos. Respeitada e querida por todos, tinha uma rede extensa de relações que não se restringia à sua classe sócio-econômico-financeira, transitava muito bem junto aos mais abastados fazendeiros, políticos, religiosos e pessoas de destaque na região.

Pouco sei da sua história de relacionamentos afetivos, exceto, pelo que sempre me contou minha mãe: que, para a época, casou tardiamente e com um homem mais jovem, de uma posição sócio-econômico-financeira que estava aquém das expectativas que orbitavam em torno da mesma; que estes foram motivos que levou o jovem casal, dias após a simples cerimônia de casamento, mudar, inicialmente para o sul da Bahia, posteriormente, para uma pequena cidade no sul do país onde fixaram residência e, embora “estrangeira”, exerceu atividade laboral autônoma como costureira, participando ativamente na renda familiar. Mais uma vez, fugindo ao padrão da época, teve, idade já avançada, seus dois filhos. Alguns anos depois ficando viúva, decidiu, retornar para a sua terra natal, certamente, considerando as dificuldades que enfrentaria para criar, sozinha, os filhos que ainda eram adolescentes. Nesta época, década de oitenta, eu já estava casada e com filhos de pequenos.

Durante minha infância, embora tivesse outras duas tias que amava bastante, convivia e era por elas cuidadas, essa tia ocupava um lugar especial no meu imaginário (certamente influenciada pelos relatos de minha mãe que tinha verdadeira admiração por esta irmã), pois não tenho lembrança, sequer, da única vez que nos visitara, já que eu tinha pouca idade. Era meu ideal e modelo de mulher, o que só recente vim me dar conta. Olhava as suas fotografias e a achava bonita, inteligente, que tinha uma vida de diferente das outras queridas tias que viviam no interior, dedicadas ao lar, marido, filhos e até sobrinhas, sobrinhos (recebia-nos nas férias com uma farta mesa e muito afeto). Por todas tinha afeto mas, aquela, era minha referencia de como desejava ser quando crescesse. Foi com a mesma que aprendi a escrever cartas, eram constantes as nossas trocas de correspondências e a expectativa grande, enquanto aguardava as suas, que eram muito bem escritas, uma caligrafia que parecia um bordado, recheadas de perguntas sobre mim e conselhos de como proceder. Eu a idealizada tanto que, ao ver no céu, um avião cruzar, imaginava que estava lá, a qualquer momento chegar e iria conhecê-la.

Minha mãe, que foi sua aluna, admirava-a e procurou seguir seus passos. Na sua ausência, ocupou o cargo de professora, também era muito bem relacionada com todos, diferenciando-se da irmã no que dizia respeito à ousadia, liberdade de expressão, jovialidade e alegria, características ainda marcantes na sua pessoa. Era política, “cabo eleitoral” e não levava “desaforo” para casa, enfrentava fosse o que fosse. É clássica a história contada a respeito de um evento político em que, perseguida pela oposição ao seu partido, teve que caracterizar-se de homem para sair da cidade! Quando criança, me fascinava com estas e outras histórias de sua infância e juventude e hoje é a minha neta quem se deleita ouvindo-a a respeito da sua infância na roça e, quando lembra da mesma diz: bisa era muito corajosa.

Dona Luzia, assim se chama minha mãe, recebeu este nome por conta das circunstâncias do seu nascimento. A minha avó, aos 38 anos, mãe de cinco filhos e o mais novo com oito anos, não imaginava que, àquela altura, tendo faltado a menstruação, estivesse grávida. Acreditando que podia estar com tuberculose (doença comum naqueles tempos), usou medicamento para tal. Posteriormente descobriu se tratar de gravidez, temendo que a criança nascesse cega, prometeu dar-lhe o nome da Santa protetora dos olhos. Resumidamente, embora sua vida não

se resume num parágrafo, começa assim, na década trinta, século XX, na roça, num pequeno município do Estado de Sergipe, a história da minha mãe.

Filha caçula, com três irmãs e dois irmãos mais velhos, teve sua educação regida por modelos patriarcais, numa cultura extremamente machista em que todo e qualquer comportamento que desviasse dos padrões estabelecidos eram malvistas. Membro da igreja, fazia parte do apostolado das “Filhas de Maria”, medalha no peito, terço e manual às mãos, o que não a impediu de assumir desejos e ir em busca de seus sonhos, o que se expressava em posturas que não se adequavam ao modelo estabelecido. Quebrou paradigmas que iam desde o estilo de montaria, numa época em as moças deveriam usar celas próprias que as mantinha com as “pernas fechadas” ela, embora achasse até bonito e charmoso aquele tipo de montaria, conta, que muitas vezes usou cela masculina e saia a galopar, escanchada, até se disfarçando de homem, como ela mesma se orgulha contar. Foi uma mulher de vanguarda, também, ao ser nomeada professora numa região afastada alguns quilômetros da casa de seus pais, decidiu morar “sozinha” no imóvel em que funcionava a escola, tendo por companhia apenas um dos sobrinhos ainda criança e, sem a vigilância dos pais, norma da época, recebia amigos e o namorado/noivo - desafiava os modelos e costumes de então. Noiva, engravidou e o noivado, desfeito. Era bem assim, e às mulheres restava, quando em acordo com o noivo, esconder a gravidez e casar, justificando posteriormente o nascimento da criança como prematuro; abortar clandestinamente e/ou sair de casa e, em ambas as situações, assumir sozinha as consequências. Era uma sentença imputada às mulheres por terem se desviado dos imperativos que regiam seus corpos. Assim, considerando o quanto seria difícil viver naquela cidade em tais circunstâncias, decidiu embarcar para Salvador, no sétimo mês de gestação, onde conheceu o homem que lhe prometeu e cumpriu assumir a paternidade da filha (Eu). Posteriormente casaram e tiveram mais dez filhos. Um casamento inter-racial que lhes rendeu outros tantos desafios numa sociedade carregada de preconceitos e racista.

Até os cinco anos, vivi em Salvador mas, na primeira viagem que minha mãe fez à sua terra natal, estava grávida da minha segunda irmã, que por lá nasceu, sendo parteira, a minha avó. Esta viagem se deu porque minha já estava acompanhada de seu “salvador” (era assim que assim meu pai era visto por todos) e os ânimos já estavam mais calmos afinal, a mulher casada era dado outro valor

naquela época. Meus pais retornaram com meu irmão e minha irmã recém-nascida e eu fiquei com meus avós. Alguns meses depois meus pais retornaram e desta vez me trouxeram com eles.

Em 1964, fui para o Jardim de Infância numa escola que ficava nas instalações do Sindicato dos Ferroviários, fechada logo após o início das aulas com o golpe militar, que afetou a economia do país e, conseqüentemente, a vida dos trabalhadores. Para mim, um fato marcante que guardei na memória e no coração: o cheiro da massinha de modelar, giz de cera, lápis de cor, desenho no papel, a farda de anarruga e mochila feita do mesmo tecido, atravessada no peito, desfilando até a escola. De repente não existia mais e naquelas circunstâncias, família crescendo, orçamento apertado, meu pai decidiu que minha mãe com os quatro filhos, iria morar em Itabaianinha, onde permanecemos até eu completar onze anos.

Embora a situação continuasse difícil e o número de filhos aumentando, como eu estava prestes a ingressar no Ginásio e, naquela cidade só era oferecido à noite, meu pai, novamente, decidiu que retornaríamos para Salvador, justificando que a filha dele não estudaria com aquele “bando de perdidas”. Esta era a forma que, para ele, era possível para ele, ver o riso, a alegria e a liberdade daquelas jovens (e nem sonhava ele, que tanto me inspiravam!).

Foi curto o tempo em que morei naquela cidadezinha serrana, ainda mais porque se restringia ao período letivo - geralmente passava férias na casa das minhas madrinhas em Salvador, mas foram experiências que marcaram minha infância e me acompanham na vida adulta. Uma criança que olhava a cidade e as pessoas sob um prisma ampliado, estranhava determinadas posturas, regras, comportamentos, em especial no que dizia respeito à educação das meninas e questões raciais.

Embora fosse uma menina com aparência bastante frágil, obediente, muito medrosa, nada aventureira, internamente era inquieta, insatisfeita com a opressão, injustiça, desigualdade. Escondida, transgredia, tentava quebrar algumas regras, como no episódio vivido aos onze anos, e minha memória acessa sempre que me conecto com o desejo de andar de bicicleta. Uma memória embaçada, da qual não tenho precisão, uma lembrança-sentimento-sensação mais do que detalhes do fato em si.

A lembrança por trás de uma espécie de véu que cobre a memória, é a de ter sido conduzida de um ponto a outro da pequena cidade, na "garupa" da bicicleta de uma moça; a bicicleta era vermelha; a jovem, negra, tínhamos o mesmo nome, mas ao dela acrescentavam "Preta" e eu não entendia porque a distinção, que não era honrosa e sim, maldosa; de que foi uma sensação muito boa e que me acompanha: o vento, as pernas abertas para não machucar na corrente; de estar fazendo algo novo e diferente.

Paradoxalmente, ficou também, o sentimento de estar fazendo algo "errado", "proibido", não só pelo veículo, já que naquela cidade não era comum a circulação de bicicletas, muito menos sendo utilizada pelas mulheres, exceto aquela que me conduziu, mas também por ser com ela, uma mulher que era alvo de maldosos comentários acerca de condutas não aprovadas socialmente para uma moça, como as roupas que usava (camisões, calças), amizades e andar de bicicleta. Guardei também, a impressão de que sobre a moça orbitavam expectativas no que dizia respeito à sua orientação sexual. Não entendia, mas era muito atenta a tudo, especialmente temas considerados não apropriados às crianças, os segredos dos adultos.

Minha mãe, costureira (até então só costurava para mulheres mais adiante, expandiu para jovens do sexo masculino), costumava receber quem procurasse seus serviços e, como já disse, à frente do seu tempo, era indiferente aos comentários, portanto, aquela jovem costumava frequentar a nossa casa. As visitas das clientes, de um modo geral, se restringiam ao período que meu pai estava em Salvador (a cada trinta dias, ele passava uma semana conosco e o movimento da casa se limitava à família. Vivi nesse ambiente diverso, respeitando e admirando as pessoas por seu bom coração, caráter, educação.

Como aquela jovem moça frequentava a nossa casa, era amiga/cliente de minha mãe, eu não via nenhum problema em estar com ela, em especial aceitar seu convite, e pingar na garupa da sua bicicleta. Porém, para as vizinhas, não era bem assim, chamaram a atenção e levaram o assunto a minha mãe. Não lembro o tratamento que minha mãe deu ao que ouviu nem se fez algum comentário comigo (acho que não ou, se fez, não dei a devida importância). O fato é, que foi um único episódio, uma única vez que estive numa bicicleta, mas me marcou de tal forma que sempre ao mesmo voltava quando se tratava do assunto.

Itabaianinha é uma cidade serrana, situada na região sul do Estado de Sergipe, conhecida como “Princesa das Montanhas”. Apesar da sua geografia, composta de uma parte mais alta e outra mais baixa, os deslocamentos eram feitos pelos moradores da cidade, geralmente, à pé, tudo era muito próximo e se algum mais abastado possuía carro e usava para esta finalidade, não me chamou atenção.

A ocupação da cidade, na época correspondente ao que por hora relato, era: no centro, na parte alta, ficava a Igreja Matriz, duas escolas privadas; o Grêmio Escolar Serrano, onde estudei até a quarta série primária, pertencia a duas irmãs solteiras que moravam com uma tia, também solteira, e a Escola Paroquial; o Clube, onde aconteciam os bailes noturnos frequentados pela elite.

No centro, a praça com uma sorveteria bastante frequentada pelos jovens, à noite, na saída do Ginásio; uma mercearia; o cinema; o único hotel; posto de gasolina; duas farmácias; uma loja de tecidos; um armarinho; uma movelaria e residências das pessoas com maior poder aquisitivo. Na periferia da parte alta ficavam o cemitério; o matadouro de gado e as ruas onde ficavam as residências de pessoas com menor poder aquisitivo. Uma destas ruas me chamava atenção: “Saco do Capim”, pelo nome, pela precariedade das moradias e porque as pessoas que ali residiam eram todas pobres e negras - uma espécie de *apartheid*. Como ainda não dispunha de recursos cognitivos para elaborar o que era apenas uma percepção e curiosidade infantil, ficava a pensar o porquê e como era a vida daquelas pessoas.

Na parte baixa da cidade, a Estação Ferroviária, um alambique. Após a linha férrea, a Avenida Governador Luís Garcia, com pequeno comércio local e a sede de um clube que abrigava o bloco carnavalesco Ritmistas da Avenida. Indo morar nesta rua, minha mãe passou a costurar para os integrantes do bloco e eu, escolhida Rainha Mirim do Carnaval de 1970.

Como não tínhamos casa própria, moramos em diferentes pontos da cidade, do extremo da parte alta próximo ao cemitério; na parte central próximo ao Grêmio Serrano onde estudei; na Rua Nova, mais próxima à praça central por fim, na parte baixa, bem próximo à Estação Ferroviária, o que sugere já estávamos nos dirigindo à saída.

Em janeiro de 1971, de mala e cuia, a família quase ocupando um vagão inteiro do trem (já éramos sete crianças), retornamos a Salvador, carregando na bagagem, os sonhos de liberdade de uma garota, cujo imaginário ia além das serras que

circundavam aquela cidade e ultrapassavam o que a vista alcançava enquanto o trem apitando se movia. Agora a vida era para ser vivida no cenário cosmopolita onde outros sonhos, desejos, esperanças foram se sobrepondo àqueles. As férias passaram a ser com a avó e família no interior - idas e vindas no balanço, assovio do trem compunham cenário perfeito para dar continuidade à imaginação da menina, depois adolescente, em seguida à jovem adulta quando os deslocamentos espaçaram em virtude da extinção do transporte ferroviário de passageiros Salvador-Aracaju-Salvador. Os custos para deslocamentos via rodovia bem mais elevados que os praticados pela ferrovia, sobrecarregaria o orçamento familiar.

Até aqui, descrevo a história, a cultura, o contexto dos meus primeiros anos até a entrada na adolescência e o primeiro registro que associo à imagem da bicicleta.

Cresci sem aprender a pedalar e não tenho lembrança de ter visto, na infância, mais alguma bicicleta além daquela que na garupa, aos 10 anos, dei uma furtiva volta e dela, parece, não desci.

Adulta, mãe, presenteei meu filho com uma bicicleta, o que não repeti com minha filha, dois anos mais nova que o irmão - mas ela fez bom uso da mesma, talvez mais que o dono. Guardo deste evento, duas fotos das crianças e uma minha, montada naquela bicicleta. Para que parecesse que tinha domínio sobre a “magrela”, pedi ao meu filho para ficar es de condido, atrás de mim. Calculei e organizei como deveria ser feita a fotografia, já que na época as câmeras eram analógicas e filmes e revelação um luxo para poucos: ensaiei com as crianças a posição, dei a câmera para a menina e o menino ficou responsável por me segurar de forma que eu não caísse e ainda ficasse “bonita na fita”!

No Natal de 1993, com 34 anos de idade, recebi de presente de uma colega de trabalho, um diário, cuja capa trazia a imagem de uma bicicleta com uma cesta e um véu de noiva jogado sobre a mesma, abaixo a frase em inglês: “*Forever - life takes its hues from the colors of your mind*”, ou seja, - nós damos à vida o colorido que pensamos. A colega sabia que eu gostava de escrever em diários e, apesar de ter ideia do pouco tempo que eu tinha para nutrir este prazer: trabalho, casa e dois filhos pequenos demandam muito de nós, mulheres, lançou a semente no solo.

**Figura 1.** – Diário Pessoal



Fonte: arquivo pessoal

Porém, não foi o diário em si, só, que me chamou atenção, foi a imagem que aparecia na sua capa! Esta imagem me capturou e, de imediato me veio a frase: “Não sei se caso ou compro uma bicicleta!”. Na verdade, uma metáfora, que como tantas outras são usadas mundo a fora, com a intenção de expressar por semelhança aquilo que se pensa.

Compartilhei o pensamento com a colega que me presenteou, engenheira, pessoa de pensamento analítico, sensível, gostava de uma boa discussão desde que permitisse ampliar os horizontes dos envolvidos. Então, o trabalho deu uma pausa e a conversa rendeu. Eu puxava de um lado, ela de outro. Com certeza, não chegamos a alguma conclusão, não era o que nos propúnhamos, mas a conversa ficou ressoando em mim ao longo destes anos.

O diário? Ah! Comecei a fazer alguns registros. Parei. Comecei tantas outras vezes. Não me desfiz. Guardei-o. Entendendo agora, que ele tem um sentido e um significado. O sentido: que vai estar ali, disponível e posso nele registrar o quê e quando quiser; o significado: representa mais que páginas onde tenho que fazer registros diários de fatos – por si, já é testemunha dos meus sentimentos pois a cada vez que o olho, volto à afirmativa/pergunta que a imagem impressa na sua capa me provocou e que tanto me inquieta, me levando a pensar nas escolhas que fazemos na vida.

“Não sei se caso ou compro uma bicicleta” - Expressão comumente usada quando se deseja dizer que não se sabe o que fazer; em caso dúvida em relação a

duas ou mais opções; numa encruzilhada. Dita, geralmente em tom de brincadeira! Mas, isto ou aquilo, para mim era muito mais, me instigava, me remetia liberdade, vida, escolhas, prazer, cultura, casamento, crenças.

A partir daí, me conectei com a história da bicicleta na minha infância e, sempre que o tema vinha à tona, me punha no exercício de tentar entender o que estava relacionado a este sentimento de estar "transgredindo" e me dava conta que, a ele sempre associei ao fato de ser menina; ser conduzida numa bicicleta por uma mulher numa cidade em que, na época, não devia ser comum o seu uso nos deslocamentos, especialmente por mulheres, mas, a única que minha memória guardou.

## 2.2 Da vontade à decisão

Quando tudo começou?

Ouvir/fazer-me esta pergunta me traz a sensação de que entro no túnel do tempo e lá fico à procura de um dia, uma hora, um momento e me indago: será que tem um começo? Uma data, um dia específico?

Tento segurar o tempo... controlar..., mas solto, sigo e encontro um desejo longínquo, que me acompanha, se manifestando, sutilmente, em diferentes momentos/situações de forma específica, que não se encaixa na lógica do pensar mas, no sentir, no Ser. Permito fluir... me dou conta que o desejo de andar de bicicleta extrapolava o ato mecânico de pedalar, se fazia presente noutros níveis da minha existência.

Faz tanto tempo... parece ter sido sempre, porém nunca, antes, trazido à consciência como naquela tarde de março de 2016, alguns dias após o falecimento do meu pai quando o assunto emerge numa conversa despretensiosa com uma conhecida, ao comentar acerca de um evento que participei, cuja programação incluiu o plantio de uma árvore, não por acaso, a minha foi um ipê amarelo, que gosto muito (Figura 1) e é descrito como uma explosão de raios solares em suas flores amarelas que espalha uma extroversão de alegria, otimismo, de “espera um pouco que logo mais tudo estará diferente”, mas graças a um processo complexo de introversão e de desnudamento, antes de receber a nova roupagem.

**Figura 2.** – Ipê amarelo



Fonte: <https://armazemdaenergia.com.br/ipe-amarelo-concentracao-foco-e-renovacao/>

Continuando a conversa, diz:

- Então, você já deu sua contribuição para posteridade! Fez tudo que uma pessoa deve fazer antes de morrer: teve filhos, escreveu em livros e agora plantou uma árvore.

Ao ouvi-la, sorri e, de imediato retruquei:

- Ah! Mas ainda não posso morrer pois não sei andar de bicicleta.

Tal resposta surpreendeu-me, por dar-me conta do quanto um tema antigo, um desejo guardado, aparecia como argumento para a vida que pulsava.

Minha interlocutora olhou-me espantada e questionou:

- Como não?

Antes da resposta, acrescenta carregada do nosso baianês:

- Oxente! Toda criança aprende a andar de bicicleta!

De pronto, justifico o porquê de não saber contextualizando brevemente minha infância e que era um sonho guardado. Conto-lhe que alguns anos atrás, indo ao Parque Pituvaçu (Salvador/BA) em companhia de meu marido, vi algumas bicicletas para aluguel e, apesar do estado precário, alugamos acreditando que seria sentar e pedalar. Que nada! Uma frustração! Ambos sem nenhuma habilidade, o que foi percebido por um jovem e alegre casal que próximo se divertia. Vieram em nosso auxílio e se prontificaram para ajudar, finalizando a aventura com uma ameaça de queda que nos fez desistir. Não bastasse o “desastre da tentativa frustrada”, meu marido comentou, o que geralmente se diz: que só se aprende a andar de bicicleta na infância.

Deixei para lá, não voltei ao assunto. O tempo passou, mas o desejo insistente, permanece. Como sou uma pessoa que não perde as esperanças, preferia pensar que um dia conseguiria.

Sensibilizada com o que ouviu, refez o que me dissera acerca de que "todos aprendem na infância" e lembra da existência de um grupo voluntário que ensina pessoas, em qualquer idade, a andar de bicicleta: o *Bike Anjo*

**Figura 3** – Marca Bike Anjo



Fonte: <https://bikeanjo.org/>

*Bike Anjo* se apresenta como uma rede de ciclistas apaixonados pela bicicleta, que promove, mobiliza e ajuda pessoas a começarem a utilizar este veículo nas cidades. Acreditam que a bicicleta é uma ferramenta de transformação social e quanto mais gente, melhor serão nossas cidades. Então em suma, o *Bike Anjo* é:

Uma corrente do bem;

Uma rede orgânica, espontânea, colaborativa e voluntária;

Difusores dos benefícios da bicicleta;

Realizadores de sonhos;

O assunto foi se fechando e seguimos no que era motivo para aquele encontro. Na verdade, aqui vale uma ressalva pois, o motivo daquele encontro era maior que aquele que pensávamos ser, se acreditarmos há encontros cujos objetivos aparentes, são apenas desculpa para que coisas maiores aconteçam na vida da gente e estes, são os verdadeiros encontros, pois fazem e dão significado à nossa vida.

### 2.3 Da ação

Tão logo nos despedimos, recorri ao *Google* para descobrir o que era e como funcionava o *Bike Anjo*. Confesso que o resultado da busca não ajudava muito. Alguns links com informações de todo o Brasil, mas que não direcionavam para Salvador, a cidade em que moro. Após algum tempo, encontrei uma página no *Facebook* onde constavam as informações que buscava: local, dias e horários das aulas que ocorriam na Praça do Campo Grande ou na orla marítima, em Piatã, alternando o local cada mês.

Ansiedade “bateu”! Muito tempo para quem já esperou tanto tempo! Que jeito!! Agora é esperar!

Naquela página encontro, também, um link que direciona para o site do *Bike Anjo* com algumas informações, inclusive, como fazer uma inscrição para ter um “Anjo” que te oriente individualmente e, de imediato me inscrevi.

A felicidade “bateu” forte e regou a esperança. Pensei: agora é só aguardar o contato do voluntário para agendar a aula, conforme as orientações ali contidas (achei que seria mais rápido, mas nem tanto!).

Tempo de espera...

Alguns dias após, recebi uma mensagem no celular de um rapaz se identificando como voluntário do *Bike Anjo*, agendando um encontro para algum tempo depois (17/04/2016). Para minha frustração, posterior à aula aberta em Piatã (10/04/2016) então, mais espera.

10/04/2016 - Finalmente o dia da aula em Piatã chegou. Era fim de abril, outono (gosto do outono), céu azul, nuvens brancas parecendo flocos de algodão; sol quente já às 6h da manhã, afinal, naquele dia, ele também saiu bem cedo. Acordo neste clima: expectativa, coração saltando. Me arrumo: calça *legging*, camisa branca, tênis, óculos, e boné, e protetor solar (indispensável). Quero ir logo, mas ainda é muito cedo e a distância entre o local onde ocorreria a aula e a minha casa: 11 km, 10 minutos de carro, então não precisava sair tão cedo.

Aquieto, espero. Às 7:30 não resisto e, junto com meu marido e sua câmera fotográfica nos dirigimos para lá. Feito criança, que quer o brinquedo, mas teme expor-se, fiquei dando voltas na área, sondando para ver se alguém mais aparecia e

me garantia que estava no local certo, além de querer assegurar que era a primeira a chegar, portanto a primeira da fila, não correndo risco de não ter vaga para mim.

Às 8h já estava lá, a posta, meu marido dando voltas com sua câmera fotográfica, capturando lindas imagens de um dia de sol!

Por volta das 08:40, aparece uma jovem de uns 30 e poucos anos, com sua filha de 10/11 anos, cada uma com sua bicicleta. Mais atrás uma outra mulher, mais velha, aproximadamente minha idade, a quem a criança chamou de vó. Aproximaram-se de onde eu estava. Fiquei observando-as e imaginei que estavam levando a criança para receber alguma instrução, reforço. Como estávamos bem próximas, ouvia o que conversavam e, pouco tempo depois, no famoso papo de quem está ansioso em uma fila de espera, fiquei sabendo que era a mulher mais velha que, como eu, estava ali para aprender/treinar andar de bicicleta e não era a primeira vez que participava de uma aula do *Bike Anjo*, então, conhecia todo o funcionamento. Respirei aliviada: estava no local certo!

Agora com estas novas companheiras distraía a ansiedade da espera e, mais um pouco de conversa, fiquei sabendo que aquela mulher (a avó) já sabia andar de bicicleta, mas não era algo que antes a interessasse, por isto deixou de lado, perdendo, com o passar do tempo, a habilidade para tal e ganhado alguns medos naturais da idade, como o de cair. Contou-me que seu interesse foi sendo despertado ao ver a filha sair sempre com o genro e agora, também, a neta. Inferi que era uma família que estava sempre junta no lazer, o que foi se confirmando, à medida que fui acompanhando suas postagens no *Facebook* afinal, daquele papo ficou uma amizade virtual.

Naquele momento, ali naquela conversa de fila, algo me chamava atenção a respeito do gênero feminino e bicicleta, vendo três gerações de mulheres unidas em torno do mesmo objeto de interesse e que este não era um objeto comumente relacionado às mulheres (pelo menos para mim!).

Então, aquela senhora, ali estava para treinar e ganhar confiança, a filha e a neta, acompanhando, apoiando, incentivando. Fiquei observando-as e alguns trechos do diálogo entre elas ressoavam em mim, quando a filha lhe dizia: *"mãe, você tem é que perder o medo!", "na última vez que você veio estava bem. Não tem que ter medo não, se tiver medo, não consegue!"*. Já com a garotinha, a conversa era outra e, volta e meia, ambas gritavam para a criança: *"fulana, volta!"*,

*"cuidaaaado", "você vai cair", "mais devagar". E, a avó, com riso no rosto, expressão de prazer que contrastava ao que gritava para a neta, falava baixinho: "Ô menina danada que não tem medo de nada! nem parece que é uma menina!"*

Enquanto isso, a fila foi crescendo e eu nem percebi, não queria olhar para trás, só para frente!

Pontualmente, às 9:00, a equipe de organização do evento chega. Ufa!! Rapidamente descarregando do carro algumas bicicletas dobráveis, "novinhas em folha", como se diz por aqui. Comentavam entre si que tinham sido doadas por um lojista da região metropolitana de Salvador, para o projeto. Fico feliz com o que vejo, pois as bicicletas são pequenas (por serem dobráveis) e novinhas (quem não gosta de estrear algo novo?).

Na organização, algumas mulheres e uma delas, bonita, vivaz, aproximadamente, uns cinquenta e alguns anos, se dirige à fila consultando se as pessoas que ali se encontravam sabiam a ordem de chegada; como eu estava à frente, confirma se eu ia participar e se era a primeira. Confirmei. Pediu para as demais se alinharem atrás e começou a distribuição de senhas, me entregando o número um. Imediatamente me chama para acompanhá-la. Tudo muito rápido.

Entrego mochila, pertences desnecessários naquele momento, ao meu marido que se aproximou e agora fazia os registros do evento (afinal, era um evento, para nós!). Peço que não faça fotos minhas pois, momentos como este, gosto de vivê-los na sua natureza pura, de sentir-me comigo na experiência – para mim, sagrados. Ele respeitou, ficando à distância, mas como estava com uma boa câmera fotográfica conseguiu capturar algumas imagens.

Minha anfitriã se apresentou dizendo seu nome e que seria ela a minha instrutora/anja. Pegou uma das bicicletas que, embora nova, apresentou dificuldade no encaixe. Rapidamente substituiu por outra e foi se dirigindo para um local mais afastado do grupo. Eu, a acompanhando. Me perguntou algo acerca de minha experiência com bicicleta, ao que respondo ser zero, exceto o desejo que é antigo. Objetiva, me pede "passe a perna sobre a bicicleta, fique de pé olhando para a frente", e, naquela posição (de pé, segurando a bicicleta, sem os pés nos pedais que estavam recolhidos) circule na área.

Feliz feito uma criança, obediente sigo as instruções, alheia aos observadores à volta, caminho empurrando a bicicleta, esperando a hora de sair pedalando (como se fosse num passe de mágica)! Faço isto por mais algum tempo.

Mudança de fase - nova instrução: por os pés nos pedais, que foram sacados para fora e, segurando no selim, me encoraja a pedalar. Nos esforçamos para que eu me equilibrasse. Ela, segurando o selim e apoiando minhas costas; eu, equivocadamente, segurando tão firme o guidão e enrijecendo o corpo que até parecia, sermos feitos da mesma matéria (a bicicleta e eu).

O tempo da aula esgotou. A instrutora/anja excede um pouco mais no tempo. Parece não termos urgência. Conversamos um pouco, nos encontramos, olho-no-olho. Fico sabendo que é do Sul (lhe conto que a minha neta também nasceu por lá); lhe conto do meu desejo, de onde e o tempo que o guardo; do quanto quero realizá-lo o mais breve possível. Pergunto se conhece alguém que dê aulas particulares; me dá um cartão de visitas de um instrutor.

Vemos que o tempo nos chama (ou a chama), outros aguardam. Finalmente, meu marido se aproxima e é autorizado a fazer uma foto nossa que guardo como uma doce lembrança.

Queria esticar o tempo. Fiquei um pouco mais por ali, a olhar o movimento local, pensando como ia conseguir aprender com aulas tão curtas e num intervalo tão longo de um encontro para outro; com o risco das datas coincidirem com algum compromisso ou viagem... tanta coisa se passava em minha cabeça! Me dei conta do quão tenso estava meu corpo, vermelha a minha pele e saltitante meu coração. Saio da experiência sensorial e vou direto para o mental, analiso, avalio. Tento distrair... adquiro alguns adesivos da organização que estavam disponíveis para aquisição sendo oferecidos através de uma contribuição que é revertida para o projeto. Guardo tudo na bolsa junto ao cartão de visita do professor indicado.

Voltamos para casa.

Uma certeza: não vou desistir!

Agora, é esperar e torcer que desse tudo certo com o agendamento feito com aquele rapaz, o voluntário, que marcou um encontro comigo. Como a data seria no domingo seguinte, o tempo de espera seria menor, mas para mim, eterno!

17/04/16 - No dia marcado, mesmo ritual do encontro anterior, acordo cedo, chego ao local, agora, no Parque da Cidade, uma hora antes do horário combinado.

Desta vez o instrutor não dispõe de bicicleta então, no dia anterior, orientou aguardá-lo no stand da Prefeitura Municipal de Salvador (PMS), onde são disponibilizadas bicicletas para a população, mediante preenchimento de um cadastro e o pagamento de uma taxa de inscrição.

Meu marido que me acompanhava com sua inseparável câmera fotográfica, faz o cadastro e, claro, os registros do "evento". O "Anjo" chega, cumprimento-o e me identifico. Observo que outras pessoas também o aguardavam (e, pelo cumprimento já o conheciam) se aproximam e vão providenciar pegar bicicletas para a atividade. Me dou conta que não serei a única, mas, não crio expectativas.

Entramos no Parque, naquela época ainda em fase de conclusão de obras, pouco frequentado. Fazemos um círculo. Apresentações (apenas os nomes). São mais três mulheres. Duas em torno dos trinta, uma um pouco mais que eu. Todas pedalam, estão ali para melhorar a performance. O instrutor/anjo conduz alguns alongamentos, em silêncio, seguimos, exceto meu marido que ficou clicando, compondo a cenário/orquestra com as árvores, pássaros e carros distantes.

Após alongar, orienta as demais quanto ao treino que vão fazer. Me chama ao lado. Pede que eu suba na bicicleta. Quase preciso uma escada para alcançar o banco embora já estivesse o mais baixo possível. Cuidadosamente me ajuda a subir. Pede que eu fique sentada, alinhada, mãos esticadas no guidão (realmente as medidas da bicicleta não estão apropriadas para minhas medidas). Ele, o tempo todo segurando a roda dianteira da bicicleta entre suas pernas. Estávamos muito próximos. Mantém-se nesta posição, afasta o tronco.

O instrutor/anjo, era um rapaz jovem, uns vinte e alguns anos, bem magro, alto, lânguido, voz pausada e bem baixa, olhar distante. Pediu-me para fechar os olhos, respirar e ir me dando conta da sensação. Depois, olhos abertos. Às vezes balançava um pouco a bicicleta para um lado, para o outro. Mudou de posição, segurou na parte traseira da bicicleta, eu perdia o contato visual, ficava insegura. Assim foi, durante mais ou menos uns quarenta minutos.

Ao chegar em casa posto algumas fotos no *Facebook* com trechos da música Tocando em Frente, de autoria de Almir Sater e Renato Teixeira:

Ando devagar porque já tive pressa  
E levo esse sorriso  
Porque já chorei demais  
Hoje me sinto mais forte  
Mais feliz, quem sabe

Só levo a certeza  
 De que muito pouco sei  
 Ou nada sei  
 Conhecer as manhas e as manhãs  
 O sabor das massas e das maçãs  
 É preciso amor pra poder pulsar  
 É preciso paz pra poder sorrir  
 É preciso a chuva para florir  
 Penso que cumprir a vida  
 Seja simplesmente  
 Compreender a marcha  
 E ir tocando em frente  
 Como um velho boiadeiro  
 Levando a boiada  
 Eu vou tocando os dias  
 Pela longa estrada, eu vou  
 Estrada eu sou  
 [...]

Todo mundo ama um dia  
 Todo mundo chora  
 Um dia a gente chega  
 E no outro vai embora  
 Cada um de nós compõe a sua história  
 Cada ser em si  
 Carrega o dom de ser capaz  
 E ser feliz

No sábado seguinte (24/04/16), resolvi e fui com meu marido, comprar equipamento de segurança (capacete e luvas) para proteger-me no caso de uma eventual queda. Fomos a uma loja especializada e começamos a olhar algumas bicicletas que estavam expostas. A vendedora, de pronto se ofereceu para tirar dúvidas, mas, reticente ainda, com relação a tal investimento, lhes disse que ainda estava aprendendo, tinha feito duas aulas com *Bike Anjo* e no dia seguinte faria mais uma. Empática, resolveu ajudar. Parece que entendeu minha necessidade de um intensivo. Anotou num pedaço de papel o contato de um professor, tecendo os mais convincentes comentários acerca da pessoa e suas habilidades como instrutor de *bike*. Chegando em casa, transferi logo o número para meu celular.

No dia seguinte, o segundo encontro com este *Bike Anjo*. Novamente acompanhada do marido com sua câmera fotográfica. Desta vez, ao meu vestuário acrescento o capacete e as luvas de ciclista, aquelas que deixam parte dos dedos expostas).

Roteiro da aula semelhante ao anterior: encontro, roda de conversa, alongamento, o instrutor segue com os exercícios que chamo de consciência corporal, acrescenta ao final uma tentativa de giro.

Eu, metro e meio, numa bicicleta que era quase da minha altura, apesar do banco totalmente rebaixado, pernas e braços esticados, para os pés alcançarem os pedais e as mãos o guidão; sem contar o peso da bicicleta e uma bendita cesta de metal na sua frente que me deixava assustada ao pensar que, se eu caísse sobre ela poderia machucar o rosto. O medo, um inimigo terrível que nos fragiliza e cria um campo atrator para a situação temida. Sentia meu corpo tenso. Fiz o velho pedido ao marido: não ficasse perto, fotos só depois que acabasse, pois, a tensão aumentava.

O instrutor posicionou-se no meu lado direito, me segurando ao tempo que eu ensaiava as primeiras pedaladas. Estávamos muito próximos. Sentia o esforço físico que fazia para segurar-me, sentia sua respiração. Tudo muito rápido. O fluxo de pensamentos era intenso. Lutava com a dificuldade que tenho em confiar meu corpo a alguém. Na verdade, confiava em mim, que eu fosse capaz de entregar-me e não me machucar. Fui uma criança que caiu muito, não era reconhecida/validada em atividades que exigissem habilidade corporal, exceto com o bambolê que fazia peripécias. Portanto, não confiava no *Bike Anjo*, que ele conseguisse me sustentar naquela bicicleta.

Não deu outra: virei o guidão e desequilibrei! Ele, que estava me segurando, assustou-se, mas me sustentou e evitou que eu caísse. Segurou tão firme e assustado que uma de suas unhas cravou na cutícula do meu dedo médio sangrando. Isto não foi bom! Ficamos ambos assustados e o treino parou ali.

Voltei para casa, muito chateada por ter me machucado. Feito uma criança, direcionava parte da raiva ao rapaz que, generosamente, estava disponibilizando seu tempo para mim. Na birra (defesa), remoía internamente o episódio e só via as unhas e o machucado! Aos poucos, este sentimento foi se voltando para mim, me autopunha mentalmente por não ter comprado luvas que protegem os dedos! Enfim, um resto de domingo de autoflagelação!

Como tudo passa, o domingo também acaba.... Não sou de chorar muito tempo o leite derramado, aproveito o que sobrou. Dei a volta por cima. Em algum nível, eu havia, de fato, decidido aprender a pedalar, por isto segui em frente procurando o melhor caminho para alcançar ao que me propunha.

## 2.4 Da aprendizagem

Acordei na segunda-feira, vida que segue. Fui para a Faculdade dar aulas, à tarde consultório, mas era só ter um tempo livre e o assunto da bicicleta voltava a ocupar meus pensamentos. Num destes momentos, lembrei das duas indicações que tinha recebido de instrutores particulares: um, da *Bike Anjo* com quem fiz a primeira aula, o outro da vendedora da loja. Estava com o segundo, já gravado no celular. O primeiro, um cartão, estava em casa e só algum tempo depois encontrei. Lembrava o nome do instrutor, um nome incomum que associei a um personagem de desenho ou era filme japonês que meus filhos assistiam na infância. Voltarei a esta pessoa mais à frente, pois teve, também, um papel muito importante na minha experiência de ciclista (a vida é muito engraçada e os encontros, indeterminados! – Já disse e repito).

Imediatamente passei uma mensagem para o contato gravado no celular, até porque, havia ficado impressionada com os comentários feitos pela vendedora que me forneceu. A mensagem foi:

26/04/2016, 15:42] Angélica: Olá! Desejo aprender a andar de bicicleta e vendedora ... me indicou seu nome (detalhe, tenho 57 anos!). Gostaria de saber condições, disponibilidade e valor. Obrigada!

Pouco tempo depois me responde, comenta sobre o serviço voluntário oferecido pelo *Bike Anjo*, indica página deste grupo para consulta e acrescenta informações acerca de como funciona as aulas particulares, valor/hora, caso seja esta a minha escolha.

Li a mensagem, mas como entrei no fluxo do trabalho, só consegui responder ao chegar em casa.

[22:46, 26/04/2016] Angélica: Desculpa a demora. Estava ocupada por isso não respondi logo!

Conheci o *Bike Anjo* e já fiz duas aulas, mas o intervalo entre uma e outra é grande e eu queria ver se conseguia intensivo!

[22:47, 26/04/2016] As aulas particulares são onde? Tenho q ter *bike*?

[07:20, 27/04/2016] Professor: O local das aulas nós combinamos onde ficar mais fácil pra você. Não precisa ter *bike*

Nos dias que se seguiram, trocas de mensagens para mais alguns ajustes, inclusive de agendas:

[10:35, 29/04/2016] Professor: Essa primeira aula será de avaliação. Só então poderei estimar quantas aulas mais será preciso

[10:36, 29/04/2016] Angélica: Certo!

[10:40, 29/04/2016] Professor: Me informe a sua altura por favor

[10:41, 29/04/2016] Angélica: 1,50 e perna curta!!!

[10:42, 29/04/2016] Professor: Hehehe fiquei tranquila

Conseguimos fechar um horário bom para ambos, o que não foi fácil, pois eu, além de preferir o primeiro horário da manhã, ainda tinha restrição quanto ao dia pois estava com muitas atividades, naquela época.

Finalmente o grande dia chegou (05/05/2016).

Como sempre, cheguei com quarenta minutos de antecedência (minha mãe sempre diz que missa e maré se espera em pé). Fiquei tentando circular na Praça, um espaço bastante frequentado naquele horário, por homens e mulheres na faixa dos 50 anos, que realizavam atividades físicas, aproveitando a infraestrutura local. Aquela praça, havia recentemente passado por uma obra de modernização realizada pela Prefeitura Municipal de Salvador, dentre elas: instalação de equipamentos de ginástica, área destinadas para atividade infantis, faixas para caminhadas e prática de ciclismo.

Fiz o reconhecimento do local mas, de olho para ver o professor chegar. Ia e voltava ao ponto combinado, ficava parada com receio de desencontrá-lo. Para aumentar o tempo de espera, o professor atrasou uns 10 (eternos) minutos. De repente, quando vi no outro lado da rua, um jovem de uns trinta e alguns anos, empurrando uma bicicleta, meu coração, pulava tanto, que quase sai e vai encontrá-lo! Respirei, me alinhei. Não podia expor tamanha ansiedade.

Nos cumprimentamos. Ele, gentil, com uma atitude bem profissional, sério. Eu o observava, e tinha o sentimento que também para ele aquele era um momento importante. Fez algumas perguntas sobre minha experiência e pediu-me para subir na bicicleta que segurava. Ufa! era uma bicicleta pequena, dobrável, menor que a última que desequilibrei, ratificando minha decisão por um acompanhamento individualizado que oferecesse melhores e mais seguras condições de aprendizado

(a hora era aquela, nada podia interferir). Eu sentia muita vergonha, muito desconforto por estar naquela situação, procurava suspender o julgamento, a autocrítica severa, conectava com o desejo e focava nas orientações que estava recebendo.

Iniciou a aula com orientações sobre movimento, postura - um pouco teórica, informações necessárias. Eu, cada vez mais tensa, pouco à vontade, envergonhada, não ouvia nada!! Queria logo era pedalar!! Segurando a bicicleta por trás o professor me pede para pedalar. Que esforço! Meu corpo todo retesado. Sensação de ser pesada e estar sobrecarregando-o, aumentava minha tensão e desconforto. Um sentimento conhecido: não posso dar trabalho aos outros - só piorava meu desempenho.

O professor não demonstrava nem um pouco de indisposição, cuidadosamente sinalizava para que eu distensionasse, sem entrar no mérito psicológico (graças a Deus, se isso acontecesse ia ser um fiasco e, das duas uma: ou eu ia tomar “ranço” (criar resistência), ou ia desmoronar, na hora). Continuava sério, concentrado nas instruções. Algo estranho acontecia comigo: eu estava ali para aprender a pedalar, mas me via num diálogo eu - comigo, minhas lembranças, memórias, crenças, anjos e demônios emergindo - um intenso mergulho em mim (não sei nadar mas adoro mergulhar).

Não foi fácil aquele primeiro dia. Ainda bem que, em nenhum momento percebi algum tipo de descrença, impaciência, por parte do professor, tão pouco me senti insegura com relação ao que transmitia e à minha segurança física. Pelo contrário, sua postura firme e séria foi decisiva para que eu confiasse no que se propunha e, algo ali foi se estabelecendo. Estava claro que ele cumpria o papel dele e eu tinha que colocar-me no meu, ali eu era aluna. Sempre cuidadoso, respeitoso, era firme e manejava bem com a minha dificuldade: colocava metas, estabelecia limites a serem superados.

Segunda aula, continuava tentando equilibrar-me na bicicleta com o professor a segurar e soltar. Eu com muito medo de cair, tensa, ansiosa para aprender. No que diz respeito à nossa relação, estávamos nos aproximando gradativamente, alguns risos de coisas bobas, ele acolhia e procurava minimizar/relativizar quando a minha autocrítica era severa, sempre me assegurando que quando eu menos percebesse e relaxasse estaria pedalando tranquilamente. Chamava atenção para a rigidez do

meu corpo. Final desta aula fizemos nosso primeiro registro fotográfico com seu celular, enviando-me posteriormente a foto que, quando recebi, vi a imagem de uma jovem feliz, vital, me dando conta do quanto estava bem naquele momento e comentei de volta:

[09:57, 11/05/2016] Angélica: Com esta pose, prometo!!!

Alguns dias depois, postei a foto no *Facebook* com a legenda:

Agora é prá valer!  
Força na canela, moça!!!  
Este é o mestre-----!!

A imagem capturada me conectava com a beleza expressa em forma de alegria, autoconfiança, jovialidade. Reconhecia aspectos meus, potencializados pela experiência que estava vivendo e pelo vínculo de confiança que estava estabelecendo com o professor, fundamental no processo de aprendizagem. Nesta aula, continuava pedalando apoiada, ainda com seu apoio, por trás ou ao lado, às vezes soltava, tão sutil, que ficava na dúvida se ele continuava ali ou havia me soltado então, ficava controlando através da sua sombra. O que foi percebido por ele e me desencorajado. Num desses movimentos, numa curva, paramos, pediu-me licença para tocar no meu quadril, segurou, uma mão de um lado, a outra do outro, sinalizando que eu precisava soltar esta área do corpo, especialmente nas curvas. Neste instante, inicio um diálogo eu-comigo, um diálogo interno em que dizia para mim: "tá vendo meu pai, você não me ensinou a pedalar (acho que ele nem sabia) agora, nesta idade, tenho que aprender com um homem!" Hã? Parei e pensei: o que é isto? de onde vem este pensamento? o que está por trás disso? E assim foi... a cada aula ia ampliando a consciência de mim através das memórias que o meu corpo acionava.

Era maio e a chuva resolveu marcar presença, intensificando na véspera da terceira aula. Eu nem pensava em desmarcar a aula quando recebi a seguinte mensagem:

[12:58, 17/05/2016] Professor *Bike*: Boa tarde Angélica, tudo bem? com o tempo instável você quer tentar fazer a aula? por mim tudo bem, mas dependendo de sua confirmação.

Uma atitude cuidadosa, que eu imaginava ser por conta da minha idade e, certamente, em virtude de estar iniciando. Respondi:

[13:01, 17/05/2016] Angélica: Para mim, tranquilo! Será mais um desafio!  
Geralmente gosto da chuva!  
Quem sabe, não sou melhor na chuva?!

Deixamos em aberto para ver como o tempo ficava. No dia seguinte, lá estava fazendo minha primeira aula na chuva! Delícia a água batendo no rosto! Sensação de liberdade! Contato com a natureza!

Na quarta aula, já me movia sobre as duas rodas, insegura, com medo de cair. Tinha muito que praticar para ganhar confiança, contratei mais quatro aulas. As chuvas intensificaram e o professor, por segurança, sinalizou ser mais seguro suspender até o tempo melhorar.

[15:27, 24/05/2016] Professor *Bike*: Boa tarde Angélica. Novamente previsão de chuvas para amanhã de manhã. Vamos suspender as aulas e assim que a chuva der uma trégua nos falamos para remarcar as aulas que faltam ok? De acordo com a previsão só vai melhorar a partir da próxima segunda mas espero que seja antes. Temos 4 aulas restantes no seu pacote.

Minha reação, não foi a melhor. Insatisfeita respondo:

[16:48, 24/05/2016] Angélica: Oh! Que pena! Receio retroceder! Mas, que fazer?! Vou aguardar.

A esta "altura do campeonato", eu já estava fazendo qualquer negócio para intensificar o aprendizado, então, ajustava meus horários aos que estivessem disponíveis na agenda dele. E assim, foi! No dia seguinte, felizmente, a chuva deu uma trégua e lá eu estava, no meio de uma tarde de sexta feira, treinando na Praça. Logo eu que, até então colocava o trabalho à frente do lazer!

28/05/2016 – No dia anterior, havia decidido comprar minha bicicleta. Já vinha pesquisando na internet para ter uma ideia geral sobre o que estava sendo comercializado e a média de preços. Combinei com o marido, roteiro estabelecido para otimizar o tempo, pois sendo um sábado as lojas especializadas fecham em torno das 14h.

Aqui, um parêntesis: coincidentemente, anos atrás, nesta mesma data, casei, agora, compro uma bicicleta!).

Voltando à compra da bicicleta: saímos, sabendo que a tarefa não seria tão fácil, minhas medidas restringem a oferta. Mesmo sem conhecimento, intuí que bicicleta é como uma roupa: precisa estar nas medidas do dono. Primeira, segunda,

terceira loja, nada!! Já passava das 14h. Não queria voltar sem minha bicicleta! Ainda restava uma na nossa lista, arriscamos. Ficava em Itapoã, onde o comércio, aos sábados, se estende mais um pouquinho. Estacionamos à frente da loja. Descendo do carro, foi a primeira que vi: majestosa, esperando por mim! Já estava montada, só precisava poucos ajustes. A proposta que eu pegasse na segunda-feira não colou. Insisti. Os funcionários não resistiram e, de boa vontade, fizeram todos os ajustes. Pouco tempo depois já saíamos da loja com minha primeira bicicleta no fundo do carro, num *transbike* que adquiri na mesma loja, para esta finalidade!

Nossa! Eu tinha tanta urgência que parecia caso de vida ou morte! Queria acreditar que era pegar e pedalar... Ao mesmo tempo, tinha muito medo de não conseguir. Por outro lado, sabia que tendo uma bicicleta, as possibilidades de manter o foco e as chances de exercitar, treinar, seriam maiores. Sem falar no compromisso moral comigo – não teria como não seguir em frente.

Chegando em casa, coloco-a na sala! Olho! Aproximo, aproximo mais. Dou-lhe um nome: Afrodite! Nem pensei por quê. Não procurei explicações! Uma coisa é certa: adoro nome de Deusas! Acho que emprestam ao nomeado, qualidades que lhes são atribuídas. Tempos depois, me questionaram sobre o nome: Afrodite é deusa do amor, da beleza e sensualidade. Respondi que, embora não tivesse pensado na hora, fazia sentido, pois juntas eu experimentava tudo isso.

Então, retomando a chegada de Afrodite. Fico encantada, olhando-a, sem saber o que fazer. Penso no que estava acontecendo e como me sentia... Ensaio subir, girar num espaço de 5,00m<sup>2</sup> com móveis e tudo mais! Impossível! Tentava, tentava, não conseguia. Ficava frustrada! Desânimo, pensava: não vou conseguir! é muito alta! Tentava de novo! Nada! Mais frustração. Desisti.

Decidi chamar minha filha para, no dia seguinte, me acompanhar à Magalhães Neto, uma rua que é fechada aos domingos para o lazer, treinar. Passei uma mensagem propondo (mais que isto, pedindo). Enquanto aguardava resposta, refletia: estava dependendo da resposta da minha filha para fazer algo que, teoricamente, deveria ser o inverso. Eu, que tantas vezes a levei, quando criança, para brincar; que vi seus olhos brilharem ao ganhar um brinquedo novo, estava experimentando o lugar de uma criança, pois era mais ou menos assim que me sentia.

Ela aceitou! Fomos!

Eu, com medo, ansiosa, insegura, também determinada, me esforçava!

Ela, paciente, cuidadosa, amorosa, me conduzia firme, segurava, soltava, incentivava!

Ficamos algum tempo. O suficiente para me sentir mais confiante. Fizemos um registro de fotos.

Encaminhei a foto para meu professor com a seguinte mensagem:

[30/05/2016 18:19:21] Angélica: Reconhece? Olhe a ousadia!! Fui com minha filha para Magalhães Neto, ontem

[30/05/2016 18:27:46] Professor *Bike*: Nossa! Chega fiquei emocionado

[30/05/2016 18:28:03] Angélica: Imagina eu!!!

[30/05/2016 18:28:12] Professor *Bike*: Posso postar esse vídeo?

[30/05/2016 18:28:20] Angélica: Sim

[30/05/2016 18:28:47] Professor *Bike*: Eu te disse nossas últimas aulas vai ser pedalando os dois, lado a lado. Parabéns! Tudo força de vontade

[30/05/2016 18:29:04] Angélica: Ainda estou c dificuldade em botar o pé, mas vi que já avancei

Ciente que precisava de mais aulas, fechei mais um pacote de quatro aulas, precisava avançar, treinar com minha bicicleta. Não deu outra, ganhei mais habilidade, o resultado imediato: de repente estava pedalando na praça. Naquela manhã, estava ali instalado um *stand* de degustação de um chá emagrecedor e as pessoas que circulavam eram convidadas a experimentar. Algumas destas mulheres com quem costumava cruzar desde o primeiro dia de aula e, de quem recebia palavras de incentivo quando viam meu esforço, se identificavam, solidarizavam. Assim, cúmplices, comemoramos a conquista que era nossa.

O professor registrou no seu perfil no *Facebook*, dia 18/06/16:

Angélica Vitoriano já havia feito aulas antes e achava que seria muito difícil aprender a pedalar. Fizemos as primeiras 4 aulas e ela ainda não havia conseguido, então ela me falou: "agora só paro quando eu sair pedalando" e não precisou de muito tempo, uma vez que ela decidiu - dentro dela mesma - que conseguiria, na 5a. aula ela já deu as suas primeiras pedaladas sozinha e eis que hoje pela manhã no minutos iniciais da 6a. aula ela já estava saindo, pedalando, fazendo curva e parando sozinha. Tudo que ela precisa agora é praticar.

Li a postagem, os diversos comentários, me senti encorajada, grata, comentei:

Prof., só vc, com todo carisma, competência e profissionalismo para ajudar-me nesta aventura!  
 Realizar um sonho antigo, superar obstáculo, vencer crenças, mitos e preconceitos há muito arraigados em meu ser.  
 Nesta aventura, pude fazer contato com muitas de mim que habitam uma única e, juntando todas chegar aqui!  
 Acolhi minha criança medrosa, obediente, minha adolescente desobediente, sonhadora e a adulta prudente, mas que não foge dos desafios que lhe impõe. Nestas tantas que sou eu, confirmei que nossos limites podem ser superados e que o céu é o limite para quem sonha, acredita nos seus sonhos, e empreende esforços para conquistar.  
 É o começo, mas é uma grande conquista que hoje comemoro junto com vc!

Fiz todas as aulas deste acordo e, na véspera da oitava, me propõe:

[28/06/2016 10:10:31] Professor *Bike*: Então, pensei em propor uma atividade diferente, vamos dar uma voltinha no calçadão da Barra na quinta 8h? No começo você pode ficar um pouco insegura mas acho que logo vai se soltar e vai adorar. Bora? Já reservei a minha agenda

[28/06/2016 10:58:55] Angélica: Ótimo!!! Combinado!

[30/06/2016 11:26:22] Angélica: Ficou ótimo!  
 Estou tão feliz!!! E vc faz parte desta conquista e alegria!!  
 Que todos os seus bons sonhos sejam protegidos e ancorados neste planeta! Pois, com certeza, muito mais pessoas serão tocadas em contato com as qualidades q vc expressa!  
 Hj é mais um dia de alegria!!! Vou trabalhar sorrindo!!

Encerrado o bloco das últimas quatro aulas, por alguma razão entendi que precisava me desenvolver sozinha, considerava que tinha que treinar bastante o que já tinha aprendido. Não falamos sobre o assunto. Apenas encerramos aquela etapa do aprendizado, como prometido, pedalando lado a lado. E assim foi, com direito a registro fotográfico, gentileza de uma amiga do professor que, passando por nós, captou meu desejo, capturou a imagem, encaminhou para ele que enviou para mim.

## 2.5 Ganhando autonomia

A partir de então, geralmente acompanhada por meu esposo ou minha filha, colocava a bicicleta no *transbike* e me dirigia a locais seguros, com pouco movimento, para ir ganhando mais habilidade e me divertindo, claro!

[20/07/2016 20:23:51] Angélica: Oi Prof! Como está? Sua aluna está treinando!!! Hj fiz minha primeira pedalada na ciclovia!! Jardim de Alah-Armação! Muiito feliz!!! E todo mundo quer seu contato!! E vou dando... Amigos q querem dar p amigos, gente conheço, q nunca vi, p cliente de colegas!!! Virei coroa propaganda!!!

[25/07/2016 13:38:00] Angélica: Oi! Olha a cara de quem morria de medo de olhar os carros!!! Me preparando para o PR!!!

Aproveitava, também, as viagens de final de semana para Aracaju/SE, onde residem meu filho, a esposa e minha neta e lá, meu filho, amorosamente sempre me acompanhava para pedalar - com ele, além dos aspectos relacionados à cidade, me sentia segura e mais confiança ia ganhando. Eram momentos de muita descontração e fortalecimento dos nossos vínculos.

Em outubro, fiz o primeiro percurso com um grupo voluntário que apoia ciclistas iniciantes. O meu professor estava presente a convite do líder deste grupo e antes de iniciar o pedal, foi quem passou algumas orientações de segurança para os participantes. Estava tensa, era a primeira vez em grupo, algumas subidas, distância, pouco domínio da bicicleta, mas disposta ao desafio, com a expectativa que aprenderia muito.

Foi muito difícil, contei com o apoio e generosidade de algumas pessoas; outras nem tanto, com pouca habilidade para lidar com quem tem mais dificuldade, algumas vezes faziam comentários pouco cuidadosos. E assim foi até o ano seguinte, uma vez a cada 30, 60 dias, ou mais tempo, eu participava dos pedais que ofereciam. No início eram aos sábados, depois passaram os domingos. Fiz alguns pequenos avanços, aprendi a pedalar em grupo, as regras de segurança, sinais, distanciamento. Conheci algumas pessoas, fiz amizades, uma delas, uma mulher, o que ajudava para sentir-me integrada.

No grupo, apesar de reconhecer o aprendizado, às vezes desanimava, especialmente quando percebia que não avançava e, não era acolhida neste sentido. Estava me esforçando e, um desconforto aqui, outro ali, tiravam o prazer. Entrei no esforço e não era este o meu propósito ao decidir pedalar. Mais ou menos no sétimo pedal, a gota d'água! Apoiada na ideia de que tal situação era incoerente com meu sonho ao me propor andar de bicicleta: encontrar o prazer, a alegria e experimentar a sensação de liberdade, decidi não mais os acompanhá-los. Ficou a gratidão pelo que aprendi e cordialidade na relação.

Continuei treinando em pequenos pedais “*solo*” ou com os filhos que não exigiam performance, me deixando livre para explorar minhas possibilidades e limites. Sentia o cuidado, a cumplicidade, sem cobrança, exigência.

Aproveitava as oportunidades. Foi assim que na semana que antecedeu o dia das crianças, alugamos uma casa em Costa do Sauipe e, lá tive experiências extremamente agradáveis com a bicicleta: acordava cedo, pedalava nas ruas do condomínio, trilhas, peguei um pedaço de estrada com terra batida com meu filho, senti o gosto de fazer pequenos deslocamentos para busca de solução em questões de ordem doméstica. Experimentava a sensação de liberdade, de não depender de carro. Numa destas saídas, me machuquei: uma freada brusca, pulei do banco para pisar no chão, bati o púbis no quadro, mesmo sendo Afrodite uma bicicleta feminina com o quadro sinuoso. Na hora, nem senti tanto a dor. Voltei para casa e fiquei caladinha igual a criança. Depois vi que o machucado foi sério, a região roxa, dolorida o que não me impediu de continuar pedalando, só que com muito mais cuidado.

Dia 06 de janeiro de 2017, meu aniversário, comemorava com a família: a vida, as conquistas, esta nova fase. Ganhei de minha filha e uma amiga, um bolo decorado com bagaço de coco tinturado de verde, sugerindo uma grama, sobre ele uma pequena bicicleta branca carregando flores, à semelhança da minha Afrodite. O bolo, simbolizando o tema central da minha vida, naquele momento.

Neste dia, dentre as mensagens recebidas, uma teve um significado especial: um áudio do meu professor de *bike*. Nos últimos meses, nossos contatos limitavam-se a poucas mensagens que enviei compartilhando algum fato que considerava significativo no que dizia respeito a meu desempenho, assim como curtidas/comentários nas postagens um do outro, no *Facebook*. Fiquei muito alegre com sua lembrança no meu aniversário, num momento em que eu estava cada vez mais descobrindo o mundo com a bicicleta e ele fazia parte desta conquista. Na mensagem, além das palavras generosas de incentivo, me presenteava com uma aula cujo tema ficaria à minha escolha; demonstrava seu interesse no meu processo apontando aspectos que precisava desenvolver para melhorar minha performance e manifestava o desejo que eu fizesse parte do seu ciclo mais próximo de relacionamento pelo sentimento comum que nos une: a paixão pela bicicleta.

Esta mensagem, uma espécie de *follow up*, reverberou positivamente em mim. Agradei e mais uma vez ratifiquei minha gratidão por ter me ensinado a pedalar, me permitindo realizar um sonho.

Fevereiro 2017, fiz a aula presente de aniversário e próximo ao final consegui suspender um pouco mais o banco da bicicleta, - ponto crítico durante as pedaladas. Em termos de ergonomia, o banco abaixo da medida ideal para o ciclista compromete as articulações do joelho, postura, etc mas, era como me sentia segura. Não bastasse estas questões, havia o constrangimento quando pedalando em locais públicos encontrava ciclistas ou mesmo pedestres de “boa vontade”, que sem nenhuma cerimônia, às vezes aos gritos, diziam: o banco está baixo! suspenda o banco! Me sentia invadida! Pensava: a pessoa pensa que está fazendo o bem, mas nem sabe o mal que me faz! Não sabe minhas razões! Meus medos, nem minha vontade! Ninguém mais que eu sabia que era necessário e o quanto desejava isto! Não era fácil!!! Então, esta aula foi providencial e assim fui, aos poucos subindo o banco, milimetricamente, a cada vez que sentia que era possível. Se ficava insegura, baixava de novo e depois subia. E assim, fui até chegar ao ponto ideal.

Algumas semanas após esta aula, participei de um curso de *Mountain Bike*, no Parque de Pituvaçu. Fui moderada, não me impus grandes desafios, tinha muito medo de queda e o Prof., me conhecendo, embora incentivasse, encorajasse fazer mais, respeitava meus limites. Foi uma aula importante, aprendi a reconhecer e como pedalar em terrenos arenosos, irregulares, com galhos, folhas de árvores, um terreno totalmente diferente do que estava acostumada.

Tais conhecimentos e os desafios enfrentados, produziram efeitos positivos aumentando a minha confiança. No final daquele mês, coloquei Afrodite no *transbike* com destino a Aracaju. Fim de semana, cheguei na sexta-feira final da tarde e combinei com meu filho irmos no dia seguinte ver o sol nascer na orla. Que presente!!! Ver o sol nascer, lentamente, rompendo o mar e por trás dele surgindo. Uma imagem linda, inesquecível!

Ao longo dos meus cinquenta e oito anos, já tinha sido testemunha de alguns “nascer” do sol, mas aquele era especial. Todo contexto o fez sê-lo: pedalava com meu filho, numa conversa que é sempre enriquecedora; a praia de Atalaia, plana, areia compacta. Durante o passeio, alternávamos pedalando lado a lado ou ele à frente e eu um pouco atrás. A areia molhada, exigia mais esforço de mim e eu ia me

distanciando. Via os sulcos dos pneus da bicicleta dele deixando sua marca, seu rastro sinuoso à minha frente, eu o seguia com os olhos e entrava num estado contemplativo. Aquela imagem, por algum tempo, compunha o cenário da praia e dos meus pensamentos. Minutos depois desapareciam: uma tímida onda da maré vazante ia desfazendo-os – finitude. E assim, alternando meu olhar entre o infinito do mar que se fundia com o céu e o finito das marcas de pneu na areia, em algum momento, pensei sobre a impermanência.

No dia seguinte, o passeio foi com a família (marido, filho, nora e neta). Minha neta estava em fase de transição para uma bicicleta maior que havíamos presenteado no Natal, mostrava-se bastante feliz por pedalando com sua avó. A partir de então, fui me dando conta que era sua referência e exercia forte influência no que dizia respeito ao tópico bicicleta. Muito engraçado vê-la, aos cinco anos, pedalando ao meu lado e repetindo os jeitos, as falas, o que em algum momento me viu fazer assim, ao cruzar com as pessoas, dizia um alegre “bom dia”, cumprimento que o bom ciclista dirige àqueles que vai encontrando no caminho; ao ultrapassar ou ver pedestres distraídos, o famoso “*bike* passando à esquerda” mesmo que ela nem soubesse o que era esquerda; ao ver um obstáculo, sinalizava “buraco na pista”; quando relaxada, cantarolava “oh sol, vê se não me esquece..”. Enfim, incorporada a alma de ciclista.

A partir de então, todas as vezes que fui para Aracaju, Afrodite me acompanhou e juntas íamos nos aventurando pela cidade, explorando sempre um pouco mais. Lá, me sentia mais segura para pedalar. Não só em termos de segurança física como pública: a ocupação da cidade, o trânsito, a geografia, a facilidade para acesso a ciclovias. A bicicleta ali, se apresentava para mim, de uma forma orgânica, espontânea, natural: as pessoas se deslocando de bicicleta no seu dia a dia para o trabalho; transportando seus instrumentos de trabalho; utilizando no comércio de produtos como picolé, cocada; fossem homens, mulheres, adultos, jovens, carregando filhas/filhos, outras/outros, nas suas garupas. Bicycletas novas, velhas. Homens carregando enxadas, foices, varas de pescar. Mulheres, com crianças, sombrinhas, sacolas, trouxas de roupas. Jovens com livros, namoradas (os), amiga (os), bolsas. Embora a cidade tenha grupos de ciclistas, durante a semana não os encontrava no percurso que fazia.

Em vista deste contexto, extremamente favorável ao meu aprendizado, intensifiquei as minhas idas a Aracaju, ganhando autonomia, me identificando com a cidade, a cultura, o que refletiu posteriormente na forma como uso a bicicleta no meu dia a dia. Isto, registrei em mensagem ao professor:

[26/08/2017 16:14:29] Angélica: Tenho me divertido muito com minha Afrodite!!! Qdo vou p Aracaju ela vai comigo e lá é muito bom! Muita ciclovía, orla, até na praia eu tenho andado!!! O bom é q lá tenho a companhia de meu filho. Meu projeto é um dia ir de *bike* p lá! (Um dia não, uns dias!!! Um mês!!! Um ano!!! ) Um abraço!!!!

Quando não viajava, pedalava nos finais de semana em Salvador, alternando entre ciclovía na orla, Parque da Cidade e Magalhães Neto, aos domingos.

Quando tinha conhecimento de algum evento de bicicleta lá estava eu na tentativa de acompanhar e me integrar, o que não era fácil. Pedalar em grupo era sempre tenso, não acompanhava o ritmo ficando sempre para trás. Quando percebia que não ia dar conta, desviava em algum ponto seguro, fazia algum trecho sozinha, antes de retornar para casa.

Um deste eventos foi o Circuito Pedalar em setembro de 2017. Como a inscrição oferecia opção de aquisição, por um valor atrativo, de uma bicicleta dobrável, decidi entrar nesta categoria com a intenção de ter uma bicicleta que fosse mais fácil transportar no carro para onde fosse bem como, disponibilizar para quem desejasse me acompanhar e não dispusesse da sua.

Em outubro de 2017, ao ver um *post* de uma campanha de mobilidade do CRP, convidando para um pedal na Barra, chamei minha filha para participarmos. Ela topou, convidou uma amiga que não possuía bicicleta e aquela dobrável, foi providencial. Fomos as três com as bicicletas no meu carro, meu desejo fosse ir pedalando, fui desencorajada, o percurso seria exaustivo.

No ponto de encontro, nos juntamos às demais. Para minha sorte, eram poucas pessoas, mulheres, exceto um homem que aproveitou para divulgar uma academia da cidade. Foi um circuito bem curto e bastante suave, sem pressa, sem tensão. Ao final, junto com as outras duas, paramos para um açaí e uma tapioca, uma boa conversa e algumas risadas.

Como não me adaptei àquela bicicleta e raramente era usada por outros, ficou guardada algum tempo, me desfazendo uns dois anos depois por um valor simbólico

para um jovem que pretendia deslocar-se até o trabalho usando a bicicleta para acessar o metrô. Fiquei feliz porque ela foi cumprir aquilo a que se destinou: girar!

E assim verão de 2017, intensificando as saídas, pedalava todos os finais de semana. Ainda com muita dificuldade em ladeiras, mas com a certeza que havia feito grandes progressos e que tinha ainda muito a melhorar.

## 2.6 Expandindo

Janeiro de 2018 - O ano inicia e já é meu aniversário (de novo! mais um ano!), desta forma, é começo mesmo! Nasci dia de Reis e tenho por tradição, comemorar, fazer algo novo diferente, neste dia! Neste ano, resolvi passar o final de semana com a família numa pousada na Linha Verde. Meus filhos que escolheram e acertaram! Era o lugar ideal para pedalarmos. Saímos os três, pegamos um pouco de estrada, com segurança, uma pequena e desafiante trilha que nos levou a uma propriedade bastante acolhedora, exótica, mística. Os proprietários nos receberam com simpatia, convidaram a entrar, sentamo-nos à mesa, serviram um gostoso café acompanhado de pão caseiro e pasta. Um dedo de prosa. Mostram os anexos à casa, quartos, banheiros coloridos. Um deles, a casa de banho. Não resistindo, aproveitei a hospitalidade e deixei molhar com a água fria da ducha amarela a blusa verde suada que do sol meu corpo protegia. Parecia um conto. Um ritual de abertura, para o novo, para a conexão comigo, e a bicicleta estava neste contexto.

Fiquei *off line*, durante todo o final de semana. Desconectei do que estava fora dali. Celular desligado, não recebi ligações, mensagens, não acessei redes sociais. Quase um retiro! Recolhendo energia para o ano que se iniciava.

Ao retornar para o mundo (ficar *online*) leio, respondo, mensagens e, mais uma vez, como que passando a fazer parte do ritual de aniversário, recebo, a exemplo do ano anterior, um áudio do meu professor, com votos que os meus sonhos se realizassem. De imediato respondo: agora é o de fazer a ciclovagem com você para Itacaré. Brinco, comentando que o pedal que fiz no final de semana com meus filhos era preparatório para esta viagem. Ele, responde que acredita e que tenho tudo para realizar, é só querer. Me animo, desejo muito, mas duvido, afinal, são 244 km em três dias, com uma altimetria acumulada 3.186 km, o que significa e quem conhece

sabe: subidas que assustam até os bem preparados. Finalizando a conversa, me convida para retomar os treinos juntos, para me preparar. Ao que respondo:

[15/01/2018 09:45:55] Angélica: Legal! Me sinto segura c vc ! Tenho feito isto, só vou com e p onde não me gere ansiedade! A *Bike* na minha vida foi p dar leveza, alegria e consegui ter a pessoa certa p me orientar (meu Prof!!!). Depois q fiz aquele curso em Pituaçu c vc tenho feito o roteiro completo por lá c meus filhos e faço de boa (exceto areia e subida). Muito a aprender e muita vontade! Depois vejo o calendário p me organizar!

Imediatamente, me inscrevi num curso que estava oferecendo sobre mecânica e manutenção de bicicleta e em paralelo, combinamos treinos individuais, de uma hora cada, duas vezes na semana.

Participei, também, de alguns treinos em grupo, que ele oferecia. O primeiro deles, extremamente desafiante. Afrodite, uma bicicleta urbana, um pouco pesada, aro 26, com um sistema de marchas que não havia me adaptado, por isto evitava trocas de marchas. Com o suporte do grupo, consegui dar conta, o que foi um estímulo a participar outras vezes embora fosse difícil por conta da minha agenda de trabalho. Com isto, fui melhorando bastante meu desempenho, recompensada ao me ver realizar o percurso Ondina-Elevador/Lacerda-Ondina; o sorvete de maracujá na Cubana, olhando a cidade baixa aos pés; a descida da Ladeira da Barra, corpo ao vento; chegar em casa às 22:30 cheia de endorfinas; agradecer a proteção divina por estar tudo certo.

Horizontes se abrindo, ganho de confiança, novas relações, permitiram a aproximação de um grupo feminino de pedal, que já namorava a tempo, mas como não me sentia preparada para acompanhá-las, aguardava o momento oportuno. Ainda não estava no nível das participantes, mas arrisquei. Fui amorosamente acolhida pela líder/fundadora do grupo e enfrentei assim, o primeiro pedal: Jardim de Alah-Barra-Jardim de Alah. Demais! Fui muito bem apoiada e, até, literalmente, empurrada para vencer as subidas e o vento contra. Fui incentivada a trocar Afrodite por uma bicicleta mais potente, mais leve.

Sentir-me num grupo onde só mulheres pedalavam, apoiavam-se, divertiam-se, foi muito novo e enriquecedor. Esperei o próximo que não aconteceu imediatamente, tendo em vista que o grupo alternava entre pedais para iniciantes, amorosamente chamadas “papucas” e para participantes em estágio mais avançado.

Foi um período intenso, de expansão, estava sempre a pedalar, conhecendo pessoas e, num destes encontros, comentei a respeito da necessidade de adquirir uma bicicleta mais potente, que estava sendo difícil encontrar com as especificações que eu queria. Como os anjos haviam abençoado o meu desejo, mais uma vez, colocou a pessoa certa, na hora certa, no lugar que eu estava. Sem saber, estava conversando, exatamente com o dono de uma loja de bicicletas, um simpático e entusiasmado senhor que me diz ter a bicicleta perfeita para mim, me esperando em sua loja. Orienta que o procure no dia seguinte.

A loja se localizava ao final da rua onde moro; havia se instalado no ano anterior, eu conhecia, mas não imaginava que comercializasse bicicleta, tinha a impressão de que era uma oficina, pois certa vez levei Afrodite para um ajuste no freio e assim, fiquei com este registro.

Na segunda-feira, como combinado, embora reticente se me adaptaria a uma bicicleta nova, fui à loja. O gentil senhor habilmente conduziu a negociação, me convencendo testar aquela “máquina”, era como se referia à mesma. Me convidou para acompanhá-lo ao estacionamento do supermercado que fica no outro lado da rua, insistiu que eu subisse na bicicleta e desse voltas. Eu, inicialmente preocupada, encabulada que não conseguisse, terminei arriscando, confiei e confirmei que estava certo. Me deu um generoso desconto, fechamos negócio e ele já sugeriu o seu nome: Vênus. Deste encontro, nasceu uma relação de amizade, confiança e cuidado.

Afrodite ficou reservada para percursos mais suaves ou para quando meus filhos vinham à minha casa, assim não tinha desculpa para não me acompanhar. Algum tempo depois levei-a para Aracaju e lá deixei para não precisar transportar bicicleta a cada viagem.

Domingo seguinte, bicicleta nova, vou com o grupo feminino mais uma vez à Barra só que, desta vez, com um desempenho bem melhor que o anterior. Me animei, comprei o uniforme do grupo: macaquinho rosa, modelava bem o corpo, fazia-me sentir mais jovial, feminina. Fui me integrando mais, era querida. Em março, aniversário do grupo, fui convidada para participar do evento de comemoração, escrevi um juramento que foi lido para os presentes, mulheres e homens que ali se encontravam. Aqui sublinho que, embora seja um grupo exclusivamente feminino que busca a autonomia entre mulheres no pedal, pode-se,

em situações específicas, contar com a presença masculina, como neste evento ou em circuitos mais longos onde os homens são convidados como suporte.

O juramento:

“Prometo, em nome das Meninas no Pedal e todas as Papucas, honrar e respeitar todas as regras estabelecidas neste Grupo.

Prometo, durante os pedais, seguir a formação do grupo, atenta às instruções daquelas que estão conduzindo, não ultrapassando a liderança, não saindo da faixa, não ficando atrás da “vassoura” e, não abandonando o grupo sem avisar.

Prometo participar de pedais para os quais me sinto preparada (se sou Papuca só vou nos pedais leves), para tanto, estarei atenta às minhas condições físicas e emocionais.

Prometo chegar ao ponto de encontro para início dos pedais no horário estabelecido e devidamente alimentada; equipada de capacete, luva, óculos; levar água e, se necessário, algum alimento; estar com a *bike* revisada e pneus calibrados; levar bomba e kit reparo do pneu.

Acima de tudo, juro ser fiel ao ideal e propósito deste grupo, de manter o espírito esportivo e respeito mútuo, praticando a boa vontade e a generosidade; fortalecendo a solidariedade e a amizade entre as mulheres.

Por fim, expresso minha gratidão, me comprometendo que, ascendendo, acolherei e apoiarei outras Papucas, participando dos pedais a elas reservados.

Assim, respeitando e honrando os propósitos deste Grupo estarei contribuindo para qualidade de vida da população, ampliando a cultura do uso da bicicleta.\*”

Papuca Angélica

A partir de então, quando o pedal era para as “papucas” e eu tinha disponibilidade, acompanhava o grupo e com elas muito me diverti e aprendi. Porém, os treinos para a viagem sonhada se intensificavam e às vezes as datas chocavam, fui reduzindo a frequência nos pedais das meninas, mas quando possível nos encontrávamos e era sempre uma festa.

Cada conquista era comemorada junto aos amigos, familiares e, especialmente, com o meu Professor que também esteve presente quando o desânimo aproximou e eu achei que não daria conta por isto não via sentido continuar treinando para a viagem se não acreditava que estaria preparada para realizá-la. Foi assim que, certo dia, ao final de uma das aulas que fazíamos na praça, encostei na bicicleta, garganta apertada, lágrima nos olhos disse:

- Prof, acho que não vou conseguir, não tenho avançado muito.

Ele, sério me olhou e disse:

- Eu acho que se você quer você vai! Vou incluir seu nome na lista e não quero não como resposta. Mas, vamos também rever os seus treinos.

Me animei! Confiava muito nele e acreditava que se ele dizia que eu conseguiria, era porque sabia o que estava afirmando. Na verdade, acreditava mais nele que em mim! Então, ao chegar em casa, recebo a seguinte mensagem:

[09/05/2018 11:31:21] Professor: Oi Angélica, vamos ao que combinamos:

- 1) Já estou incluindo seu nome para Itacaré. Você pegou a penúltima vaga do segundo lote que tem 5% de desconto.
- 2) Para efetuar o pagamento acesse o link: <https://pag.ae/bhx72bh>  
Você vai pra Itacaré e não aceito não como resposta.
- 3) vamos mudar a sua aula da terça para a sexta à tarde.

Respondi imediatamente, sustentando o desejo para que o universo se encarregasse de materializar o que ali me comprometia:

[09/05/2018 11:47:54] Angélica: Combinado!! Vamos q vamos!!! Obrigada por toda a sua dedicação! Estou muito sensível, mas, passa! E com pessoas como vc ao meu lado fica menos sofrido!

Conversei com minha filha sobre a decisão e a convidei/convoquei para ir comigo, o que foi aceito.

A partir de então, os treinos ficaram mais sofisticados, incluíam ladeiras, ruas. Passei a sair de casa para o local dos treinos pedalando e de lá para o consultório, sempre acompanhada pelo professor por se tratar de uma região com tráfego intenso e sem ciclovias, ciclofaixas.

Fazer estes percursos ia abrindo a minha rede de conexões com as pessoas e os espaços da cidade. Num destes dias, em que saí do treino direto para o consultório, chegando no prédio, guardei devidamente a bicicleta na garagem e me dirigi à barraca que ficava no outro lado da rua, para refrescar o corpo com uma água de coco, o que já era um ritual. De volta, ao entrar ao do prédio, suada, capacete na mão, sou abordada por um dos seguranças. Me surpreendo, achei que tinha alguma relação com o fato de ter colocado a bicicleta na vaga de motos, já que não existem vagas específicas para bicicletas. Me enganei, o assunto era outro:

Ele: - Bom dia Senhora! Posso fazer uma pergunta?

Eu: - Sim! Fique à vontade.

Ele: - Primeiro quero dizer que sempre admirei a senhora por sua educação, seu jeito de cumprimentar a gente. Depois, que acho muito bonito e corajoso da parte da senhora vir de bicicleta para aqui, sem preconceito.

Eu: - Como assim?

Ele: Porque uma Psicóloga como a sra. de bicicleta para o trabalho é difícil.

Eu: sim, muito obrigada, mas ser educada e gentil é mínimo que podemos ser. E, as mulheres têm usado pouco a bicicleta por conta da segurança, elas não se sentem seguras na cidade.

Mas, o senhor disse que ia fazer uma pergunta?

Ele: A senhora vem de onde?

Respondi informando o bairro onde moro.

Ele: todos os dias vou pedir proteção para a senhora no seu caminho!

Então me interessei em saber um pouco sobre ele e perguntei: o senhor pedala?

Ele: não, eu corro mas acho q vou começar a pedalar!

Eu: Então faça isso! É bom.

Neste momento, fomos interrompidos por uma voz do rádio que ele segurava, convocando-o a alguma ação.

Nos despedimos e, para mim, foi um presente!

Fui me dando conta do quanto estava cada vez mais próxima às pessoas, especialmente aquelas que parecem “invisíveis”, compõem o cenário em que vivemos, mas com as quais nossas interações muitas vezes se resumem a um cordial “bom dia”, “como vai”, sem darmos o tempo suficiente para sabermos quem são e quem somos além do cargo, função ou profissão que desempenhamos.

Como me faziam bem aqueles contatos, era a senhora do coco, o segurança, funcionários da empresa de estacionamento, porteiros, que se aproximam por identificação com a bicicleta. Uma delas, uma jovem mulher que trabalha na portaria do prédio em que resido, compartilhou que pedalava, mas não tinha coragem de vir até o trabalho de bicicleta; perguntou qual percurso eu fazia; que admirava minha coragem. A alegria que sentia expressava-se no seu olhar e me contagiava. Pouco tempo depois, voltamos a conversar e me conta que estava a mesma a fazer uso da bicicleta para seu deslocamento ao trabalho. Eu, comungando a sua alegria, comemoro e parablenizo-a.

Continuando os treinos, começaram os mais longos, o primeiro para o subúrbio ferroviário, para isto atravessaria boa parte da cidade, Ondina-São Tomé de Paripe-Ondina: trânsito, calor (apesar de ser maio), ladeiras. Em torno de umas trinta

peessoas, a maioria com boa experiência e preparo físico. Minha filha me acompanhou, bem no estilo dela, reservada, cuidadosa, fazia o seu pedal e deixava que eu fizesse o meu. Em alguns pontos de parada para água, descanso rápido, ficávamos juntas, em seguida, retomando, saíamos lado a lado, algum tempo depois íamos nos afastando, até porque foi se dando conta, que eu estava sendo cuidada pela equipe de apoio.

Estes pedais funcionavam desta forma: alguns ciclistas mais experientes, instrutores, compunham a equipe e ficavam atentos, cuidando de tudo para o seu sucesso. Isto, incluía dar suporte, orientar, os que apresentavam mais dificuldade, o que era o meu caso. A partir de um determinado tempo, fui me dando conta que um permaneceu a maior parte do percurso comigo e era, exatamente, aquela pessoa que havia sido indicada pela instrutora do *Bike Anjo*, na primeira aula que fiz em Piatã, que eu havia guardado seu cartão e quando decidi por aulas personalizadas seu cartão não estava à minha mão. Sabia que era ele porque, como disse anteriormente, tinha fixado seu nome (lembrava o nome do protagonista de um seriado que meus filhos assistiam na infância). O percurso não foi fácil, principalmente para iniciante, a paciência, habilidade deste Anjo foi fundamental para que ao retornar comemorasse, compartilhando as seguintes mensagens com o meu professor que havia pedido um *feedback* sobre como me senti.

[17/06/2018 22:41:03] Angélica: Prof! Resumindo, estou ótima! Animação pura! Felicidade é o q me define!! Realmente, me surpreendi com minha performance! Senti a ladeira do Cabrito mas, depois dela ficou mais tranquilo! Cadência e ritmo foram muito importantes. Lembrava de tudo q vc ensina e Jason, foi perfeito p me dar suporte e confiança lembrando sempre que o passeio era meu! Consegui ficar muito bem! Cheguei em casa e ainda dei uma mergulho na piscina (acho q estou pensando em ser triatleta ). Almocei, bebi bastante água, senti um relaxamento profundo, uma paz, corpo leve, sem dor, sem fadiga! Animada! Impressionante isso! Me senti muito cuidada!

[17/06/2018 22:43:07] Angélica: Ah! Minha filha vai te passar as impressões dela mas, ela ficou muito feliz c tudo e em, especial ao cuidado que viu ser dispensado a mãe dela, a ponto dela relaxar e fazer o passeio dela sem ficar preocupada comigo!! Quando chegamos em casa ficamos um tempo só deixando tudo reverberar em nosso Ser.

Minha filha tinha ido para sua casa e mais tarde, no grupo de *whatsapp* (eu, ela e o irmão), trocamos nossas impressões sobre o passeio e ela nos envia o seguinte texto que, com sua autorização, publiquei nas redes sociais.

*“Rapaz.... o pedal de ontem foi fantástico. Não apenas pelo entretenimento ou prazer físico. Passar pelo subúrbio me fez pensar muito sobre o nosso país, sobre a minha história, sobre quem somos. Não um "quem somos" existencial apenas, mas um "quem somos" que atrela o subjetivo ao espiritual e ao político. Para mim essas dimensões estão intimamente relacionadas, é assim a Psicologia que vejo.*

*Pensei muito em política durante o passeio, foi muito louco. Bem no dia do primeiro jogo do Brasil na copa. Ver aquelas pessoas tão pobres, gastando seu pouco dinheiro para enfeitar as ruas, pintar a bandeira do país no asfalto, colocar bandeirolas nos postes. Poxa, como podem ainda conseguir amar o Brasil?*

*Fiquei na dúvida se era o velho ópio entorpecendo o povo ou um sinal de força e esperança vindo de onde mais se espera eclodir uma revolução. Seria aquela bandeira no chão a flor de Drummond que furou o asfalto? Quem dera... Meus amigos da classe média não se importam mais com a copa, por conta da desilusão com o país. E o povão? Deu um nó na minha cabeça. Futebol, plataforma, pai, mãe, política, país, dinheiro, Psicologia, crise... No final passar por cerca de 20 cidadãos, conterrâneos meus, fritando de crack no asfalto ao meio dia. Dessa vez eu tenho certeza, não eram flores... Minha mãe me encaminhou a solicitação do professor do pedal para que eu escrevesse sobre minha experiência no tour pela cidade, sobre meu desempenho físico. Só consegui escrever isso até agora. Mas prometo que vou escrever o que de fato ele perdeu. Obediência nunca foi meu forte...” (KIKA)*

Continuei os treinos e fui a todos os chamados longos. Meus primeiros 100 km foram comemorados com muita alegria junto a outras participantes, mulheres, que estavam, também, se preparando para aquela ciclovagem (algumas delas, inclusive, estimuladas com o meu exemplo). Eram mulheres de diferentes idades: das mais jovens àquelas poucas, se aproximando da minha faixa etária. Tornamo-nos cúmplices, companheiras, solidárias umas às outras. Nos divertíamos, nos emocionávamos, nos apoiávamos, dividíamos o lanche, criando um ambiente que nos preparava para o desafio que estava por vir: Itacaré.

Neste período, além dos treinos, comecei a me aventurar a pedalar sozinha, pequenas distâncias, fosse para passeio ou providências do dia a dia, como compras de pequenos itens. Num destes dias resolvi explorar, conhecer a ciclovía do Metrô sozinha, apesar de algumas recomendações que não era seguro. Não paralisava com o que ouvia, seguia sempre meu instinto, minha intuição e, se

achasse que dava, ia, mesmo que tivesse algum medo e brincando, dizia: eu boto o medo na garupa e digo a ele que confie que estou no comando. Assim fui. Para conseguir chegar até a ciclovia não foi nada fácil. Uma odisséia! As vias não são preparadas para o compartilhamento com bicicletas. Acesso difícil. Tive que subir em passeio, quando tinha, empurrando a bicicleta até chegar ao acesso mais seguro. Muitos erros e acertos, consegui. Cheguei na Estação Imbuí, daí à ciclovia. Era uma quinta-feira, dia de trabalho e a ciclovia estava deserta. De repente, vejo um homem, magro, negro, com sua bicicleta bem desgastada pelo tempo, me aproximo dele, o cumprimento, me identifico, pergunto seu nome e peço informações a respeito do estado da ciclovia, até onde dava para ir, pois ainda estava em obra. Me cumprimenta, se apresenta: Dionísio. Seguimos conversando. Iniciamos com meu comentário acerca do seu nome (tema que me interessa: nome e Deuses). Percebendo que eu conhecia a história de Dionísio, sorriu feliz e surpreso, comenta que poucas pessoas têm aquele conhecimento, arriscou que eu deveria ser professora, o que confirmei, e assim, seguimos até o ponto onde ele sairia da ciclovia para acessar a pista que o levaria até o trabalho. Fizemos uma foto, trocamos números de telefone e a partir de então, eventualmente fazemos contato.

Era o tipo de interação que me fazia bem. Mais próxima da minha e da humanidade do outro. Encontros sem interesse, sem sabermos quem somos de onde viemos, o que fazemos. Comecei a chamar estas pessoas que ia encontrando nos meus “insanos passeios”, de “Anjos”. Insanos porque eram muitas as cuidadosas advertências que me faziam, especialmente as mulheres ciclistas, quanto aos riscos em pedalar sozinha. Mas, eu gostava e sentia que era nestes momentos que aumentava a minha conexão comigo e a confiança no que era capaz ou não. Não tinha testemunhas, cúmplices para os meus desajeitados modos de resolução das dificuldades que se apresentavam no percurso, como cruzamentos, que eu descia da bicicleta - ainda desço - para atravessar, meios-fios, etc.. Além do mais, gosto de fazer as coisas sozinha e a bicicleta é bem por aí, podemos ter companhia, mas o pedal é sempre seu.

Isso me fazia lembrar um comando muito forte que internalizei a partir da conduta de meu pai. Quando garota, as poucas vezes que tive coragem de lhe pedir para ir a algum lugar, acompanhada por amigas, respondia com uma frase por mim

traduzida como: sozinha você dá conta e assume seus erros e acertos e sem desviar do seu caminho. Aprendi que a estratégia não era boa, não garantia o consentimento, desisti. Era uma educação extremamente rígida. Na presença de meu pai, amigos, conhecidos não frequentavam a casa. As relações eram da porta para fora, quando possível.

Voltando ao meu movimento com a bicicleta, em julho de 2018 fui convidada por meu professor para, num evento sobre mobilidade, na Secretaria de Segurança do Estado, dar o meu depoimento a respeito da minha história com a bicicleta. Este foi o primeiro de uma série de outros que foram surgindo, ampliando para matérias e reportagens. Após este evento, troco as seguintes mensagens com o professor:

[17/07/2018 08:23:57] Professor: Muito obrigado pela sua participação de ontem, você inspira muitas pessoas

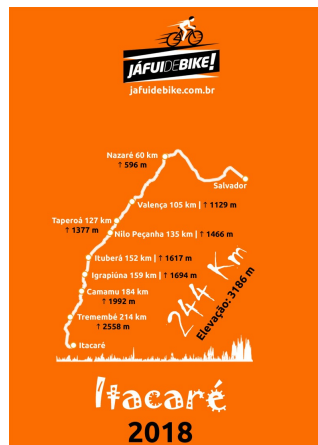
[17/07/2018 08:51:33] Angélica: Eu fiquei muito, muito, emocionada! Várias pessoas me abordando qdo cheguei e mulheres se identificando comigo, no que diz respeito à idade, às dificuldades, às conquistas! Saber q posso fazer diferença na vida das pessoas, com meu exemplo é tão gratificante o quanto quando isto ocorre no exercício profissional, como professora/psicóloga. É ser congruente! Ser Eu mesma no que faço e viver de acordo com o que acredito! Não cansarei de dizer, o reconhecimento e gratidão que tenho por ter encontrado vc e vc não “desistir” de mim, ter me dado um tempo p que eu pudesse internalizar o aprendizado e no momento certo avançar!! E cada dia, um novo giro, um novo aprendizado!

## 2.7 A ciclovagem para Itacaré

Entre o medo e o desejo, optei pelo desejo de realizar o sonho de fazer uma ciclovagem de bicicleta. E o dia chegou! Na verdade, depois que aprendi a pedalar este passou a ser meu maior desejo: a vontade de sair mundo a fora montada na magrela.

Olhava a imagem do mapa do percurso a ser feito, estampada na camisa que usaria e respirava com fé que chegaria.

**Figura 4** – *Mapa da Ciclovagem*



Fonte: <https://jafuidebike.com.br>

Final de semana que antecedeu, junto com minha filha, fui à casa de minha mãe. Antes de uma viagem, tenho por hábito, vê-la: uma espécie de benção. Ela, que já acompanhava orgulhosa minha animação com a bicicleta, confessa emocionada, o quanto se sente feliz, ao me ver realizando um sonho de criança. Como é católica, devota de Nossa Senhora, dá para a neta e para mim, um escapulário com o Sagrado Coração de Jesus e Nossa Senhora para nos proteger na viagem. Estava abençoada, preparada física e emocionalmente (na medida do possível).

Véspera da viagem. Chegou a hora de arrumar as mochilas. *Check list* do que precisaria e deveria levar pois, mesmo com carro de apoio para levar nossos pertences, é importante, numa ciclovagem levarmos na bagagem apenas o necessário. Tudo pronto! Tinha que dormir cedo. A logística para estar no *ferry boat* às 5h, montada: uma amiga da minha filha nos levaria, no meu carro, até o embarque, para isto, as bicicletas também foram colocadas no *transbike*, nesta noite.

Noite de 05 para 06/09/2018 - Adrenalina pura!! Muita emoção, expectativa! Pronta para dormir. Despertador programado para acordar. Mas, cadê o sono? Ainda mais com a quantidade de mensagens que estavam sendo trocadas no Grupo de *WhatsApp* "Ciclovagem Itacaré"! Dormi pouco. Acordei antes do horário. Não via a hora de encontrar o grupo. Não queria correr o risco de perder a viagem na hora de ir!

Dia 06/09/2018 - Chegar ao ferry e ver todos que compunham o grupo, uns mais conhecidos, outros menos, foi de uma potência para me dar conta do que estava prestes a viver. Enchi os olhos de lágrima. Uma excitação generalizada tomava a todos que ali estavam, risos, falas, gargalhadas, poses e mais poses para fotos, aquela quantidade de bicicletas nas suas cores, tamanhos e modelos diversos chamavam atenção dos demais que ali se encontrava para realizar a travessia, como parte da sua rotina habitual, Salvador-Bom Despacho.

Para completar o cenário, o sol, despontava pleno com seus primeiros raios, apagando as luzes da cidade. Fico alguns segundos, extasiada a contemplar.

Chegamos a Bom Despacho, reunido o grupo para conferir se estava tudo em ordem, receber instruções iniciais e informações sobre o percurso, previsão de parada para café e uma prece onde pedimos proteção para todos. Dado o comando para saída, os mais experientes foram se colocando à frente e, dois a dois, formávamos uma fila laranja (cor da camisa que usávamos) que compunha a paisagem, ao longo do acostamento da pista que nos levaria ao nosso destino.

Estava ali, presente. De corpo e alma. Atenção e Intenção. Nada mais existia. Só a estrada. Parecia que um mundo novo se abria em mim.

Desde o primeiro momento ficou claro que o estilo que adotei durante as viagens de treinos era o que me acompanharia por toda a viagem: uma viagem que era minha, era eu comigo e meus pensamentos, sentimentos – uma conexão comigo em que, ao tempo que explorava o externo, o interno se abria, se manifestava em suas cores, cheiros e sabores. As paradas eram o momento para estar com o outro, interagir, brincar, comemorar.

Primeira parada, café, dia claro, pude ver melhor cada rosto que comigo estava e começar a reconhecê-los. Seguimos viagem. Algumas paradas ao longo do percurso para hidratação e lanche que eram fornecidos pelo carro de apoio. Depois almoço e seguimos em frente. Primeira subida, barriga cheia. Alguns como eu, não dão conta, a partir de algum ponto, empurram suas *bikes*. Decida. Já diz o ditado: todo Santo ajuda! Outra subida, mais aquecida, dou conta.

Já era noite quando chegamos em Valença, onde estava previsto o pernoite. Uma cidade colonial, cujo patrimônio histórico e cultural se destacam aos olhos dos visitantes, considerada porta de entrada daqueles que se destinam explorar a Costa do Dendê. Suas ladeiras com pisos irregulares de paralelepípedos molhados da

chuva que havia caído, desafiavam até os mais experientes ciclistas. Estávamos todos cansados, mas a alegria se sobrepunha e alguns para extravasar o que sentiam, gritavam chamando os outros que estavam mais atrás. Temi não conseguir. De repente, ouvi: “vai Caveirinha !!!” Reconheci a voz amiga que a mim se dirigia. Um grito que havia me “empurrado” nos treinos; que me reconhecia como alguém que enfrentava o medo e superava a si, me fazendo lembrar do que eu era capaz. Respirei, procurei abstrair o que estava acontecendo à minha volta, esqueci o território, foquei o olhar para a roda dianteira da bicicleta, lembrei das orientações do professor e esqueci o topo da ladeira, que não era nem tão grande assim e cheguei! Venci os primeiros 105 km e 1129 m de altimetria.

Acomodados na hospedagem. Alguns preferiram por ali jantar e descansar. Me juntei aos que decidiram fazer um pequeno tour na cidade, nos dirigimos a uma pizzaria, juntamos as mesas, compartilhamos o alimento, dividimos a conta, multiplicamos risos. Nutridos, fomos nos recolher afinal, ainda tínhamos muita estrada pela frente.

Dia 07/09/2018 - Segundo dia de viagem, feriado da Independência do Brasil, ao cruzar as cidades víamos o movimento referente às comemorações deste dia, muito comum nas cidades de interior: desfile de Escolas. Olhando aquele cenário, me desloco à minha infância, minha escola dos 7- 11 anos e todos os desfiles que participei: toquei harpa, triangulo e fui baliza<sup>9</sup> na banda do Grêmio Escolar Serrano.

Baliza? Eu fui baliza!!! O que é mesmo ser baliza? Nunca tinha pensado sobre isto. Imediatamente lembrei que esta “carreira” foi interrompida em virtude de um procedimento cirúrgico que fiz ao completar 10 anos por conta de uma hérnia inguinal. Achava lindo ser baliza. Naquela época, numa cidade com valores tão rigorosos, ser baliza nada mais era do que vestir uma saia branca, um pouco mais curta, uma blusa que parecia farda de soldado inglês, cheia de botões e cordões dourados, chapéu acompanhando, botas até o meio da perna, meia-calça, um bastão à mão, com o qual realizava algumas piruetas. O melhor eram os

---

<sup>9</sup> A baliza de banda ou fanfarra marcial é um componente que pode demonstrar mediante ginástica artística, rítmica, dança, teatro, arte circenses, no compasso da música tocada pela sua corporação. Geralmente a baliza de banda é uma mulher que se situa a frente da fanfarra efetuando coreografias.

<https://bandamarcialbrasil.wordpress.com/2017/11/21/oqueeserumabaliza/>

movimentos que fazia com o corpo e os aplausos após as manobras, vindo daqueles que ao longo da rua acompanhavam o desfile.

Notícias de eventos que envolviam a política do país chegaram até nós mas, apesar de temer o cenário que se apresentava no país, não me detive, não pensei sobre, também não ouvi ninguém comentar. Parece que de fato, deixamos tudo para trás e só retomariamos ao retornar.

Voltando à viagem, neste dia, enfrentamos fortes pancadas de chuva, pneus que insistiam em furar atrasando bastante a programação. Aproveitávamos estas paradas para nos divertir. Observava, nestes momentos como as mulheres iam se juntando, formando uma espécie de roda alegre e ruidosa, conversávamos sobre tudo, as mais corajosas ensaiavam com as mais experientes coreografias que talvez antes não haviam arriscado (arrocha, funk) e fomos fazendo nossa “dancinha”, criando nossos códigos. Nesta cumplicidade nos conhecíamos mais, criando vínculos, confiando mostrávamos aspectos nossos que só nos permitíamos num ambiente seguro. Alguns dos homens se aproximavam mais, especialmente os companheiros/maridos de alguma delas e, se divertiam, também, com nossa alegria.

Fui observando que, embora não houvesse nenhuma regra pré-definida, havia uma divisão espontânea entre os gêneros e uns se aproximavam dos outros. Para mim, via assim: os homens, as mulheres e os que transitavam de um para o outro. Ia me dando conta, também, da cumplicidade que ia se estabelecendo e silenciosamente um código de ética da relação, que dizia respeito às experiências vividas e o que se experimentou de mais íntimo, profundo. Nada se falou, mas isto se confirmou posteriormente: o que era do grupo, com o grupo ficou. Compartilhou-se com o mundo: as alegrias, desafios, superações.

Como atrasamos bastante, terminamos pedalando por mais tempo à noite e, sob chuva torrencial. Estrada escura, via-se apenas os faróis e lanternas das bicicletas. A água descia pelo acostamento como se fosse um riacho, impedindo que se enxergasse obstáculos, desníveis, buracos na pista. Muita tensão. Raramente algum carro na pista, o que era bom pois seus faróis ofuscam a visão do ciclista.

Geralmente, o pedal com grandes grupos como este se faz dividindo o grupo em dois: os que estão melhor condicionados ou querem experimentar mais velocidade, vão à frente com dois guias (um dos guias vai à frente, o outro transita entre ir ao fundo e comunicar-se com o que está à frente). O segundo grupo,

funciona semelhante ao primeiro com dois ou mais apoio. Eu e algumas outras pessoas, mais atrás no grupo, o que para mim às vezes era mais difícil pois algumas lanternas traseiras das bicicletas estavam a piscar e, com a água da chuva batendo nos óculos, que se faz necessário não só por conta do grau mas para proteger os olhos de corpos estranhos, a visão ficava bastante comprometida (seguia quase intuitivamente).

A água da chuva batia no rosto fortemente. Não fazia ideia da força que tinha. Os mosquitos colavam nos óculos, às vezes entravam nas narinas e boca, talvez por isto, nesta hora, todos ficavam calados pois, como diz o ditado: em boca fechada não entra mosca. Senti colar em minha perna e pular: uma rã! Outra memória da infância no interior: aos 6 anos aproximadamente, uma rã pulou em meu braço e eu paralisei guardando a sensação fria daquele animal colado em minha pele. Estranhei... eu, que tanto medo tinha daquele animal desde aquele evento na infância, naquele momento, foi apenas uma constatação do que estava acontecendo, mantive o foco e segui. Ainda bem! Pois se assim não fosse, poderia ter me desequilibrado e sabe Deus o que aconteceria.

Num dado momento, para segurança de todos, os dois grupos se juntaram e, por orientação da coordenação, me colocaram à frente com um dos guias, sinalizando aos demais, que não deveriam ultrapassar-nos. No momento não entendi o porquê, não perguntei e nunca voltei ao assunto. Depois me dei conta que a estratégia foi bastante adequada: me deu um lugar de comando, de confiança, onde tinha que manter o meu ritmo e do grupo e todos estariam juntos. Um lugar que até então não havia experimentado no pedal, cujo resultado foi extremamente positivo. Pedalei com a responsabilidade que me imbuí. Fui tomada de um senso de confiança e coragem que cada pedalada me encorajava e aumentava meu desempenho chegando a ser solicitado, por meu guia, que mantivesse o ritmo, não acelerasse. Posteriormente, motivo de muita brincadeira e riso dos demais, que sugeriam que tamanho desempenho se dava por conta do “mentoba<sup>10</sup>” que eu havia passado no corpo.

Chegamos em Camamu já atrasados para o jantar que estava nos esperando na Pousada onde pernoitamos. Nos alimentamos e, cansada fui direto para o quarto

---

<sup>10</sup> nome dado pelo grupo, a um produto fruto da nossa imaginação, que se tornou folclore para aquele grupo

e cai em sono profundo. Afinal, eram 184 km acumulados a uma altimetria que já atingia 1192 m.

Durante a noite, tenho sonhos intensos, profundos, resíduos do que foi vivido durante o dia, como se o corpo onírico quisesse liberar a carga de tensão que fora submetido. Acordo com a sensação de estar soltando um grito e sinto o corpo relaxar.

Chegamos ao último dia da aventura. Enfrentaríamos o conjunto de subidas mais íngremes da viagem, sobre o qual pairavam as mais curiosas histórias de ciclistas, em torno da famosa serra da Onça e atingir os 3.289 km de altimetria, fechando 244 km de percurso total. Dia 08 de setembro, no calendário católico, consagrado a Natividade de Nossa Senhora, faço minhas preces peço proteção, incluo minha filha e todos do grupo. Selo com a oração que aprendi com minha avó, meu mantra favorito de proteção:

*Ó minha Senhora e minha Mãe, eu me ofereço todo a vós e, em prova de minha devoção para convosco, vos consagro neste dia, meus olhos, meus ouvidos, minha boca, meu coração e todo o meu ser. E já que sou vosso, ó incomparável Mãe, guardai-me e defendei-me como propriedade vossa. Amém.*

Dia 08/09/2018 - Seguimos estrada a fora, dia de sol, calor intenso. Dentre as paradas, um banho de cachoeira, almoço. Bate o cansaço misturado com o medo: será que consigo chegar ao final sem precisar ir para o carro de apoio que até então só fora requisitado para hidratação, lanche e transportar uma única componente do grupo que já tinha comprometida a articulação do joelho, com o esforço, chegou ao limite e assim, precisou ir para o carro fazendo o restante do percurso torcendo por nós que seguíamos pedalando.

Parada para o almoço. Fomos recepcionados por uma garota, em torno dos seus oito anos, curiosa, olhos atentos, brilhantes, encantados com aquele mundo de gente, de mulheres como ela, numa aventura daquela. Aproximou-se, perguntei o seu nome: Alice. Daí para a frente, no pouco tempo que juntas ficamos, quem respondia à curiosidade infantil éramos nós.

Após o descanso, seguimos em frente. A criança que ficou, seguia comigo. Seus olhos me acompanharam e suscitaram em mim, mais lembranças da minha infância, desta vez, perscrutando as sensações que me vinham, sem que a memória

elegesse algum evento específico. Segui... vez por outra, lembrava do brilho dos seus olhos e transportava para um lugar que só eu conhecia dentro de mim.

Era a etapa mais desafiante e por todos temida. Aos poucos, vou silenciando os pensamentos, guardei a menina e sigo em silêncio. Um silêncio interno, me pegava sem pensar nada. Só contemplando e vou me nutrindo com a paisagem linda da serra, a vegetação, a mata, os sons dos pássaros que em alguns trechos ficavam mais audíveis.

Ao passar em trechos próximos a vilarejos vejo, em câmera lenta, a movimentação das cidades de interior, crianças livres a brincar na beira da pista sem ninguém a vigiar. Adultos parados, sentados à porta de casa, um numa sombra de árvore. Comungo com a sensação de paz e liberdade que atribuo às imagens.

De longe, na pista contrária, vejo silhuetas montadas em suas bicicletas subindo e descendo na estrada que mais parecia um tobogã, outros correndo atrás. Aproximamos, cruzamos por eles e vejo que eram meninos, adolescentes, a brincar, arriscar, sem preocupação com riscos nem com as condições de suas bicicletas. Me sinto um pouco assim, pois a esta altura, a estrada já tinha me ensinado o que todos diziam e eu não internalizava: na descida, solte o freio e se entregue. Foi na entrega que pude experimentar sensações que iam além do corpo, quando o vento soprava e trazia lembranças, reflexões, insights sobre a vida, a minha vida!

Foi difícil! Muita subida! Os guias se alternavam em apoiar, ajudar os que ficavam mais para trás! Todos davam suporte, mas dois deles se destacaram: um deles, a mão que apoiou minha lombar quando parecia que eu ia sucumbir ao cansaço e assim precisar descer da bicicleta, eu conseguia recuperar a potência e enfrentar a subida sem precisar descer para empurrá-la, o que exige muito mais da gente. O outro, também escolhido pelos anjos para estar comigo, era aquele que no primeiro passeio ao subúrbio me acompanhou e ali descobri que tinha sido a primeira indicação que recebi de instrutor no dia que fui para a aula do *Bike Anjo* mas, por conta de não estar com o seu cartão, à mão, no momento da decisão de fazer aulas particulares terminei enviando mensagem para aquele que me foi indicado posteriormente e adicionado no meu telefone.

Voltando aos guias, perfeitos para aquele momento, certamente se o meu professor continuasse comigo, ficaria numa posição de aluna, ali eu estava sendo colocada no mesmo nível dos demais integrantes do grupo. Claro que, com alguns

cuidados, um olhar mais atento que se dirigiam, de igual forma, a outros em condições mais especiais. Assim, aquele guia, desde a saída do Ferry, volta e meia se aproximava de mim e, com suas histórias que não sei se reais ou imaginadas, me distraía e me levava a contemplar mais o entorno. Eu, pouco falava. Respondia monossilabicamente algumas perguntas que me dirigia e fazia raras.

Sol se pondo, tingindo o céu de um dourado nunca visto, refletindo nas folhas das árvores, na estrada. O grupo mais veloz chegando ao topo da serra. O segundo grupo a uma boa distância e eu, no fundo deste, com algumas poucas pessoas. Subia, arquejando, imprimia velocidade para ultrapassar quem estava à minha frente na mesma condição pois temia que desequilibrasse e por estar muito próxima tivesse que parar bruscamente provocando um possível acidente.

Via o ziguezaguear de quem usa este recurso para ajudar na subida e, também, tentava desviar pois me causava insegurança não saber a que momento poderia vir para minha frente. Pensava que na vida, às vezes, usamos desta estratégia e nem nos damos conta que estamos tentando driblar as dificuldades que a vida em linha reta impõe, mas para quem observa, acompanha, pode ser desafiante.

Ouvia o som de músicas que alguns deles colocavam nos seus celulares e, pedia a Deus que ganhassem distância, pois, ali, o único som que queria ouvir era o dos pássaros, do vento e pneu da bicicleta deslizando no asfalto nas descidas pois na subida só ouvia meu coração e minha respiração ofegante.

Fomos nos aproximando ponto máximo da subida, o topo da serra. Embora ainda tivesse muito que pedalar para atingir este ponto, de longe o vento já soprava aos meus ouvidos os gritos dos que chegaram antes comemorando a conquista dos que iam chegando. À proporção que aumentava o número dos que chegavam e eu avançava, o som ficava mais forte e mais próximo dando-me a impressão que eu também já estava próxima, mas sentia que era a fase mais difícil. Escureceu. Breu. Só via as estrelas no céu, quando conseguia levantar a cabeça e olhar para cima agradecendo por estar chegando e os faróis dos carros que cruzava, pois, aproximando da cidade, o trânsito intensificava. Vi um a um do grupo se distanciando de mim, ficando sozinha com o guia. Não pensava em desistir. Tinha uma meta e tinha que ser atingida, mas era capturada pelo sentimento de estar dando trabalho ao guia que me acompanhava, de estar demandando muito dele. Da

parte dele, nada que justificasse tal sentimento. Sabia que era meu e assim fui lidando com ele da melhor forma que pude.

Meu guia, cantarolava, repetia alguma história que já havia contado, de repente, começou a fazer uma contagem regressiva da quilometragem que ia alcançando. A esta altura, parece que eu estava num estado alterado de consciência, já não mais via nada, só a frente e, de repente, ouço gritos: Angel, Gegel, Gel!! Tantos nomes quanto eram as pessoas que ali estavam me aguardando e comemoravam minha vitória. Eu era a mesma, mas cada um me chamava e me via ao seu modo e era como se estivessem se vendo em mim e, novamente chegando ali pela primeira vez. De repente estou no meio do grupo, trêmula, me seguram, tomam minha bicicleta, colocam-na de lado, luzes das câmeras de celulares que registram este momento que não é só meu, é de todas e todos, contraem a minha retina. Recebo abraços, beijos, palavras de reconhecimento por meu empenho.

Alguns segundos se passam, ainda anestesiada, procuro um olhar específico, um abraço que conheço a textura e a temperatura, encontro-o: minha filha que, durante todo o percurso esteve presente, cuidadosa, atenta, a uma distância ótima, vivendo a sua e respeitando a minha experiência que, embora se interpenetrem, são únicas. Nos aproximamos, olhamo-nos nos olhos, vejo os seus marejados e lágrimas começam a escorrer pelo rosto; escuto sua voz trêmula sussurrar parabéns enquanto nos entregamos num abraço que só nós podemos dimensionar o seu significado.

Me dou conta do quanto aquele momento que era meu era tão significativo para ela; o quanto ela procurou ficar no anonimato durante toda a viagem. Ela que, também era uma vitoriosa. Fez uma cicloturagem daquele porte, com todos os desafios, sem treinos, pois sua agenda de trabalho só lhe permitiu ir a dois dos longos preparatórios e durante a semana, também não dispunha de tempo para preparar-se, mas foi. Sabia que estava ali por mim e para mim e pelo bem que fazia a ela estar ao meu lado, numa conquista como esta.

Fui desacelerando e retomando a consciência do que estava vivendo naquele momento. Lembrei da companheira que, por questões de saúde precisou ir para o carro de apoio e fui até lá abraçá-la e receber seu abraço. Tratava-se daquela pessoa que me chamava de “caveirinha”, uma jovem, a caçula do grupo, por quem

eu tinha um muito afeto e, tinha uma participação muito significativa nesta minha conquista, que era nossa. Nos abraçamos e senti que, apesar das dores que ainda sentia e de não ter completado a tarefa que se propôs, estava ali, vibrando e a alegria que era minha era dela por mim e comigo. Havíamos chegado onde nos propusemos então, daquele ponto até a pousada onde pernoitaríamos, resolvi fazê-lo em sua companhia.

Chegando à pousada, exausta, mas com fôlego para comemorar e explorar a noite da cidade pois no dia seguinte, retornaríamos de ônibus para Salvador. Saímos, jantamos pizza, afinal tínhamos crédito em calorias. Brindamos com vinho como deusas e deuses no Olimpo. Alguns esticaram a noite. Eu preferi dormir, deixar as sensações assentarem no corpo.

No dia seguinte, café da manhã, uma volta no comércio local para comprar lembranças. Lanche reforçado e embarcamos de volta para Salvador. Sentada à janela direita do ônibus, contemplava, de outro ângulo, outra altura, a paisagem que no dia anterior tinha a sensação fazia parte de mim; desta vez, numa velocidade que os pensamentos não acompanhavam, pois mal via a imagem já tinha desaparecido, me perguntava: como conseguimos? Assim, pego um pequeno bloco de anotações que levei na bolsa e começo a rascunhar o cordel que li em voz alta para todos.

Minha viagem!

Meu amigo você sabe  
 Há bem pouco tempo atrás  
 Aprendi a pedalar  
 Um sonho antigo que eu  
 Não pensava realizar  
 Mas conheci Daniel  
 E agora, também tenho  
 Uma história pra contar  
 Uma delas é que dele  
 Muitas vezes ouvi dizer:  
 Acredite em você  
 Que eu vou lhe preparar  
 E em Itacaré,  
 Você também vai chegar  
 Não bastasse GuruDan  
 (é assim q meu filho o chama)  
 Teve também a Babi (que figura de pessoa!)  
 Firme e doce ao mesmo tempo  
 Não me deixou desistir  
 E mesmo com agenda apertada  
 Sempre dava uma ajeitada  
 E a aula a gente acertava

Mas voltando ao Daniel  
Não sei como consegui  
Me manter sempre na linha.  
Era gira, gira, gira  
E da praça não saía,  
Depois vieram as saídas  
E a rua era minha.  
Meio fio e quebra molas  
Sobe e desce de ladeira abaixo,  
Pega vento lá na orla.  
Depois vieram os longos  
E um a um fui vencendo  
Conhecendo mais pessoas  
Com o mesmo objetivo  
Pedalar e se superar  
Pessoas iguais as outras  
Com virtudes e defeitos  
Que procuram nos pedais  
Seu melhor expressar  
Foi assim que nestes treinos  
Muita coisa eu aprendi  
Inclusive que o TOBA,  
não é um pedaço da *bike*.  
Já na véspera da viagem  
Todos muito excitados.  
A maior parte da turma  
Passou a noite acordada  
E o zap não parava.  
No dia D da partida  
A alegria da viagem  
A todos contagiava  
Acordei de madrugada  
E na companhia de minha filha  
Ao ferry me dirigi  
Encontramos com os outros  
Fizemos a travessia  
Depois veio a estrada  
Encaramos com alegria  
Um a um ou dois a dois,  
De acordo com o comando  
Mas tinha horas que estavam  
Era todos misturados.  
Nós chegamos em Valença  
Na noite da quinta-feira  
Superando qualquer crença  
E as nossas diferenças.  
Dia 7 de setembro  
Recomeçou a aventura  
E a estrada tomamos  
Com muito garbo e bravura!  
Não tinha Pedro porém,  
O nosso grito foi dado.  
Debaixo d'água ensopados!  
Teve dancinha da chuva

Até ensaio de strip  
Que do manguito não passou  
Tudo isto era pautado  
No respeito e confiança  
Que a amizade assegurava  
Mas a danada da chuva  
Insistia e não cessava  
Chuva grossa,  
Chuva fina,  
Vento contra ou a favor,  
A ninguém desanimou.  
Enfrentamos no escuro,  
Nossos medos e temores.  
E o farol do outro fazia,  
Das sombras, companhias.  
No silêncio da estrada,  
Fomos lavando a alma.  
E chegamos a Camamu,  
Com água até no sapato  
Mas felizes que nem crianças  
Que no chafariz da matriz  
Suas vestes ensoparam  
No dia seguinte ainda tinha,  
Muita estrada pela frente,  
E o que todos ali queriam,  
Era a tal de onça encarar!  
Mas bem antes de enfrentá-la,  
Na cachoeira paramos  
E um outro banho veio.  
Tinha aqueles mais ousados,  
Que debaixo dela entraram.  
Outros nas poças ficaram,  
mas também aproveitaram.  
Depois dessa refrescada,  
Para o almoço partimos,  
E na porta de entrada,  
A Alicia nos esperava,  
Com seu olhos de criança  
Que o mundo está a ver.  
Mas não parou por aí,  
E Alicia nós deixamos  
Pois a onça espreitava,  
E a todos ameaçava.  
Os mais fortes e corajosos,  
Lá frente se lançaram  
Outros um pouco assustados,  
Fizeram do medo coragem  
Mas a fera enfrentaram  
Do meu lado eu sabia,  
E Daniel me dizia:  
que eu também a venceria!  
E não foi só Daniel,  
Vinha Jason, me distraia  
Com a história da vaquinha.

E do Ed que dizer,  
Com sua mão tão quentinha,  
Minha coluna aquecia,  
Enquanto me apoiava  
E ainda me dizia:  
Inspira, expira, respira.  
O desafio foi grande  
A onça ladina na estrada,  
Esguia, se espichava  
Como um tapete vermelho  
Que conduzia ao lugar  
Onde íamos celebrar.  
Os primeiros a chegar  
No ponto alto da serra  
Lá ficavam a esperar  
Os parceiros de viagem  
Que também iam chegar.  
Ainda distante ouvia  
Os gritos a festejar  
Um a um que a este ponto  
Conseguia alcançar.  
E em mim ia crescendo,  
A vontade de chegar.  
Mas Jason pra me acalmar,  
Me mandava respirar,  
Me dizendo que eu venceria,  
E no meu tempo ia chegar!  
Só faltavam 200 metros  
Que depois viraram 100.  
Mas meu coração não ouvia  
O que Jason me dizia,  
E batia sem parar  
Pensando que a batucada  
Ia o caminho aliviar.  
Pois aquilo ali parecia,  
Que nunca ia acabar.  
Finalmente consegui  
O topo alcançar!  
Mesmo a última a chegar,  
Tive gosto de primeira,  
Por todos fui aplaudida  
E chamada de guerreira.  
O meu Prof muito orgulhoso,  
Com sua aluna aplicada,  
A mostrar que disciplina  
É sempre boa aliada.  
Minha filha que também,  
Foi tomada de emoção  
Por ver sua mãe alcançar  
O que estava a sonhar  
Não resistimos, choramos  
Mas de pura gratidão  
Pois as lágrimas são,  
Expressão de emoção!

E por falar neste assunto,  
Eu tenho que confessar,  
Não tem como descrever  
Tudo aquilo que senti.  
Pois como já disse quem veio,  
Tem que viver prá sentir.

## 2.8 Pós Itacaré – No mundo

Retornando da viagem, vida que segue.

Segue, não da mesma forma pois algo em mim estava mudando. Estava inquieta quanto a escolhas da vida, modos de viver... E nesta inquietude fui inserindo novas práticas de convivência, de relacionar com o mundo, com as pessoas. Muita coisa já não fazia mais sentido. Entre elas a relação com a cidade e meu olhar sobre ela foi se ampliando.

Me dava conta que alguns medos com relação à cidade estavam caindo por terra à medida que ficava claro que a cidade somos nós quem a fazemos e quanto mais afastada estivermos dela, mais ameaçadora pode se apresentar.

Reconhecia em mim uma potência e, tomada de coragem, logo na primeira semana pós viagem me desloquei da minha residência para a aula na pós, Universidade Católica, no bairro da Federação, de bicicleta. Sabia que seria desafiante pois alguns e longos trechos não possuem faixas exclusivas para ciclistas, onde tem, são desrespeitadas por motoristas e motociclistas que desconhecem e/ou desobedecem ao Código de Trânsito Brasileiro.

Não me intimidei, atenta a todos os desafios e riscos, fui e aquela foi a primeira de muitas outras vezes que fiz o mesmo percurso.

Comecei a desenvolver estratégias para me deslocar o mínimo possível de carro e onde via condições de usar a bicicleta, assim fazia. Para tanto, desenvolvi toda uma logística que me desse segurança, facilitasse o deslocamento: passei a esquematizar roteiros, organizar a agenda tendo como prioridade a localização dos eventos onde pudesse sair de um para o outro sem grandes dificuldades; o menos passou a ser mais e com isto diminui a carga que transportava no dia a dia, levando o estritamente necessário e indispensável; mudança na alimentação pois o corpo pedia determinados alimentos, priorizando saladas, pratos frios, sucos e muita água de coco (que me rendeu amizade com a vendedora de que fica instalada à frente do

prédio em que atendo); mudança no vestuário, optando por roupas leves, práticas para vestir, lavar e secar, que dispensem ferro pois algumas delas levava na pequena bolsa que passei a usar e assim fazia uma rápida troca da roupa suada por uma seca.

A bolsa, que antes era quase maior que eu e ainda tinha uma auxiliar para livros e computador, passou a ter 20cm de altura, 20cm de largura e 15cm de profundidade e cabia tudo que precisava: identidade, cartão de saúde, de banco, pouco dinheiro, chaves, caneta, caderneta pequena, baton, óculos de grau, protetor solar, toalhas higiênicas de bebê que usava para secar o suor, um vestido ou blusa leve que não machucasse e celular embalados num saco à prova d'água. Na bicicleta: água, farol e lanterna, ciclocomputador, câmera de pneu.

Desta forma ia, dar aulas na Faculdade, curso de Extensão, supervisionar alunos, reuniões em grupos de trabalho e mais constantemente para o consultório. Lazer, também, só de bicicleta. Perdi o interesse por passeios que não estivesse incluída. As saídas de carro, excepcionalmente, se tivesse que transportar algum objeto mais pesado, compras, em casos de chuva, se o retorno fosse após as 20h ou locais que o deslocamento de bicicleta fica inviável na cidade. As viagens para Aracaju, visitar a neta, se tornaram mais frequentes pois o pedal por lá era garantido, sozinha ou acompanhada pelo filho.

Esta nova forma de deslocamento me proporcionou muitos contatos com a mais diversas pessoas com quem cruzava. Um faziam parte do ambiente comumente frequentado ou por onde passava, mas que de carro, o contato, quando existia, era um breve cumprimento; outros faziam apenas parte da paisagem: eu os via mas não tínhamos, ou pensávamos não ter, nenhum motivo para nos aproximarmos, a exemplo, dos funcionários do prédio que moro, trabalho: o que era um bom dia, passou a ser como vai? e, de ambos os lados, íamos encontrando um motivo para conversa. Às vezes era um elogio, um comentário. A vendedora da água de coco, passei a sentir falta e preocupar-me quando não a via por lá, e ela da mesma forma comigo a perguntar: não vi a senhora estes dias, veio de carro? Comecei a conhecê-la mais e me importar com ela, saber que também gostava de andar de bicicleta mas não faz isto aqui na cidade, só no interior. Da mesma forma com a funcionária da portaria do prédio a quem até então só cumprimentava ao abrir e fechar o portão da garagem. Encontramos motivo para iniciar uma conversa e a

mesma compartilhar comigo a vontade que tinha de vir trabalhar de bicicleta pois ganhou uma que estava guardada num apartamento porta a porta com o meu e que a dona estava se desfazendo. Dias depois me disse que já estava vindo pedalando. Me aproximei, também, de um outro funcionário por conta da sua bicicleta e, nos dias que estava a serviço passou a guardá-la junto à minha na vaga de nossa propriedade.

E assim, foram tantos outros encontros com pessoas simples, pessoas de bem, trabalhadoras e trabalhadores, cujas vidas estavam tão próximas à minha, mas o carro nos separava à medida que dentro dele, fechada, passava pelas pessoas, mas com poucas a interação era facilitada.

Começa também uma fase de mais exposição ao mundo já que vivemos um mundo midiático e minhas postagens alcançavam pessoas conhecidas que se aproximavam, comentavam, torciam. Também pessoas desconhecidas que se interessavam pelo assunto, queriam saber minha história.

Meu professor, passou a postar mais fotos e vídeos falando sobre meu aprendizado. Seu perfil tinha bastante seguidores e bastante visualizado. Um belo dia me pede que faça um vídeo para ele. Atendi o pedido, me retorna bastante animado e agradecido dizendo que, de todos os vídeos postados, aquele atingiu o maior número de visualizações e comentários em suas publicações. Ratifica que meus depoimentos, a minha história, tem sido um incentivo para pessoas, especialmente mulheres na minha faixa etária, que desejam aprender ou retomar a prática do pedal.

Depois me convida para participar de um programa de TV, Expedição Nordeste, onde o apresentador é desafiado a fazer o percurso Barra-Itapoã. A matéria foi feita, iniciando com uma entrevista ao professor, em seguida a mim, onde relato acerca do percurso que fizemos até Itacaré e como me preparei para tal.

Alguns meses depois meu Professor foi convidado para fazer uma palestra sobre mobilidade na Secretaria de Segurança de Salvador e, estendeu o convite a mim que o acompanhei, contribuindo com meu relato. Posteriormente, também juntos, demos entrevista para uma Rádio local.

Em seguida, minha professora orientadora me convida para uma aula sobre envelhecimento e falo sobre envelhecimento ativo trazendo meu exemplo.

No ano seguinte, 2019, recebo uma mensagem da Diretora de Produção do Programa Globo Repórter, me consultando/convidando para participar de uma reportagem sobre a minha experiência com a bicicleta. Aceitei e a reportagem foi realizada em maio, indo ao ar em agosto de 2019, reapresentada em 2020 quando, o tema do uso da bicicleta e o deslocamento ativo se torna mais proeminente em razão do contexto da pandemia.

Ainda em 2019, participo de uma matéria Jornal A Tarde, que tratava acerca do envelhecimento no país.

Em novembro de 2019, viajei para Maringá-PR, para participar do Bicicultura 2019, organizado pela UCB – União dos Ciclistas do Brasil e apresentei o trabalho intitulado: Não sei se caso ou compro uma bicicleta. Neste trabalho abordo acerca da história do Diário que ganhei em 1993 e como o mesmo me levava a questionar as escolhas que muitas vezes são destinadas às mulheres, das restrições que enfrentamos no dia a dia por sermos mulheres. Um evento muito significativo, que me insere na discussão a respeito da mobilidade ativa, do cicloativismo, posicionamento com que me identifiquei em virtude da realidade que vinha enfrentando desde que passei a usar a bicicleta para me deslocar na cidade.

Uma cidade, a de Salvador, que além da sua geografia e da forma como foi ocupada, não oferece uma infraestrutura que dê condições de segurança para aqueles que optam por esta modalidade para o seu ir e vir. Prédios, sejam, públicos, comerciais ou privados, cuja arquitetura, mesmo os mais modernos, não são receptivos ao uso da bicicleta por não disponibilizar na sua estrutura, ambientes onde as mesmas possam ser guardadas com segurança e, alguns deles, explicitamente proíbem ou dificultam o acesso às garagens, o que às vezes é flexibilizado pela via da simpatia e da boa camaradagem com os responsáveis pelo acesso que, geralmente, deixam claro que estão facilitando. No meu caso, sempre consigo resolver, pois reivindico, questiono, procuro quem possa resolver, mas me incomoda pensar que as coisas tenham que funcionar desta forma onde uns podem ser privilegiados e outros sequer tenham recursos para reivindicar.

Além do engajamento, participar deste evento me oportunizou conhecer pesquisadores sobre o tema, pessoas engajadas politicamente e, ainda, fazer amigos, pares para um diálogo sobre tema que me afeta. Assim, a partir de então fui indicada pela União dos Ciclistas do Brasil para os seguintes eventos:

Junho de 2020, participar, no ambiente virtual, de uma mesa redonda do curso de Arquitetura e Urbanismo – Bauru

Julho de 2020, entrevista para Podcast Radio Ciclismo

Agosto de 2020, entrevista para duas Repórteres bolsistas participantes do Edital Agência Pública em parceria com o Instituto Clima e Sociedade (ICS), cujo projeto de pesquisa tem como objetivo a produção de reportagem investigativa em torno da mobilidade urbana na cidade de Salvador, com foco na desigualdade de gênero.

Ainda neste ano:

- Participei da Matéria Causas em Movimento Jornal A Tarde, 13/09/20;
- Reportagem acerca do Dia Mundial Sem Carro, TV Band local, dia 22/09/20;
- Em novembro de 2020, da Reportagem Band que foi ao ar em 28/12/20.

### 3 TERRITÓRIO DAS TRANSFORMAÇÕES

Quando, no decorrer das nossas observações, tivermos que mencionar a relação de uma imagem poética nova com um arquétipo adormecido no inconsciente, será necessário compreendermos que essa relação não é propriamente causal. A imagem poética não está submetida a um impulso. **Não é o eco de um passado. É antes o inverso: pela explosão de uma imagem, o passado longínquo ressoa em ecos e não se vê mais em que profundidade esses ecos vão repercutir e cessar.** Por sua novidade, por sua atividade, a imagem poética tem um ser próprio, um dinamismo próprio. Ela advém de uma ontologia direta. É com essa ontologia que desejamos trabalhar. (BACHELARD, 1978, p. 183)

Na sistematização deste estudo, alinhado às especificidades de um fazer poético, as imagens capturadas ressoavam, fazendo-se presentes com suas dinâmicas próprias, numa variedade de temas que eclodiam, dimensões imagéticas, poéticas possíveis de serem exploradas, visualizadas como marcos da jornada empreendida, se organizam, dão forma à imagem que abriga todas que se apresentavam: a cartografia (Apendice A).

Acolhida a inspiração, sucede o refletir sobre a ação, seguida da constatação que a cartografia já se fazia presente na experiência e no processo de investigação. O método autoetnográfico potencializou as possibilidades de explorar o território permitindo o olhar investigativo sobre o que se apresentava pois, o que aparecia no registro ali mapeado era a expressão daquilo que se manifestava internamente então, olhar de fora permitiu o deslocamento pesquisadora, sujeito e objeto de sua pesquisa e o diálogo entre estas posições.

A cartografia se insere na geografia como processo metodológico de investigação utilizando diversos recursos que subsidiam a elaboração de mapas. Nosso campo de pesquisa, a cartografia se manifesta no processo, nos movimentos realizados, no tecer do percurso, atenta ao que emerge nos encontros, na interlocução da pesquisadora com o sujeito da pesquisa, neste caso, a própria pesquisadora, incluídos múltiplos vetores, rizomas (DELEUZE; GUATTARI, 1997).

Desta forma, no território da experiência objeto deste estudo, alguns pontos se destacaram e sobre os quais, discorreremos nos próximos parágrafos.

### 3.1 Mulher

O século XX foi cenário de grandes transformações dentre elas, destacam-se as das mulheres, lutando pela liberdade, autonomia e autovalorização, reconhecimento, conquistando posições que às mesmas eram consideradas inatingíveis.

Embora tais conquistas tenham adquirido potência no final daquele século, não se circunscrevem, exclusivamente, ao mesmo, o terreno foi sendo preparado em período que o antecede. Todavia, é nos anos 50 que se nota, no cenário da família, célula micro da sociedade, tais transformações modificando a dinâmica relacional. O modelo de esposa gentil, fiel, submissa ao marido não mais se adequava aos anseios de jovens mulheres que vislumbravam mais que o papel de mãe e mulher e já se inseriam, se destacavam no cenário das artes, cultura, ciência.

As mulheres abrem as portas das casas, não mais, somente, para recepcionar e servir os “convidados”, geralmente amigos dos seus maridos. Abrem as portas para que elas e/ou suas filhas possam sair. E, nos anos 60 e 70, que a projeção feminina evoluiu consideravelmente, após a revolução sexual e de costumes, permitindo maior independência e autonomia para a mulher. Avançando, embora com muito a conquistar, nos anos 80 e 90, um maior número de mulheres passou a assumir papéis simultâneos, as duplas, triplas jornadas, como profissional, esposa, mãe, esportista etc.

É vasta e importante a literatura em que se aborda, distintamente, alguns dos temas levantados referentes a gênero, mulheres, sexualidade, corpo, religião, família, racismo, sobre os quais não nos detivemos, pois não era nosso foco de pesquisa então, Del Priore nos oferece um apanhado geral sobre história das Mulheres no Brasil (1997) e a História do Amor no Brasil (2005). Neste último, destacamos o capítulo em que a autora vai tratar das transformações sociais e econômicas vividas na passagem do século XIX para o XXI, como estas influenciam o comportamento dos indivíduos (homens e mulheres) e afetam as relações entre eles. No que se refere às mulheres, novos costumes, hábitos que incluem os seus corpos, a exemplo da prática esportiva, destacando que,

mulheres começaram a pedalar ou a jogar tênis, voga importada da Europa. Não faltou quem achasse a novidade imoral, uma

degenerescência e, até mesmo, pecado. (DEL PRIORE, 2005, p. 244)

É um momento na história da sociedade em que os papéis designados à mulher começam a ser questionados e elas, a quem era reservada a casa, foram saindo do fundo, da cozinha para a sala, começam a ir para a rua, para a cidade e, a bicicleta, um veículo que a transporta para o espaço público.

No contexto mundial, a “*Wheels of Change*” apresenta, através de fotografias, desenhos animados, anúncios e músicas antigas, a história de como a bicicleta transformou a vida das mulheres. A publicação apresenta uma síntese de como a bicicleta provocou uma mudança, inclusive, no vestuário das mulheres, inspirou novas músicas e deu às mulheres independência e uma sensação de liberdade que impulsionaram o movimento do sufrágio feminino. Numa das páginas, traz em destaque, a frase da líder abolicionista e sufragista Susan B. Anthony, em 1896:

“Deixe-me dizer o que penso sobre andar de bicicleta: acho que fez mais para emancipar as mulheres do que qualquer outra coisa no mundo. Dá às mulheres um sentimento de liberdade e autoconfiança. Fico de pé e me alegro toda vez que vejo uma mulher pedalando, a imagem de uma mulher livre e sem limites”. (SUSAN B. ANTHONY, 1896)

Harkot (2018) em sua pesquisa de mestrado acerca de mobilidade e gênero na cidade de São Paulo, ao discorrer acerca do papel da bicicleta com relação aos corpos das mulheres, afirma que: “A popularização da bicicleta, cuja origem remonta ao século XIX, teve impactos além dos óbvios: ela foi fundamental para mudar o modo de vestir de mulheres e aproximá-lo ao que vemos na contemporaneidade” (HARKOT, 2018, p. 50).

Prosseguindo na linha de raciocínio bicicleta, corpo, mulheres, Harkot (2018) chama atenção que, as transformações no vestuário feminino, influenciadas pela bicicleta, andaram *pari passo* ao movimento, nos Estados Unidos, de luta pelos direitos das mulheres. Destaca a participação de Frances W. Willard, figura proeminente no movimento sufragista, que aprendeu a andar de bicicleta aos 53 anos e cuja experiência é narrada em forma de relato autobiográfico no livro *Wheel within a Wheel*, publicado em 1895, uma bela e apropriada metáfora que descreve o seu processo de aprendizagem sobre duas rodas e o papel que ela atribuiu à bicicleta.

Ao pedalar, o corpo é o motor que gera a energia para o movimento e no sentido figurado e literal com ele e através deles as mulheres inserem outros movimentos nas suas vidas, lutam e conquistam espaços, posições a elas antes não permitidas, portanto, inimaginadas; incorporam novos hábitos, expandem seus corpos confinados, dão-lhes visibilidade, permitem-se novos movimentos, deslocando-se sem companhia, realizam ações até então restrita aos homens.

### **3.2 Corpo**

O percurso realizado no tópico anterior nos conduziu ao corpo. Um corpo que nos permite mover, que age, mas que é também um corpo-memória, um corpo-história, por muito tempo dicotomizado. Haja vista que, ao longo da história, na busca do entendimento das questões da psique, filósofos, pensadores, sustentaram a crença que existiam questões do corpo e das chamadas “alma”, o que era ratificado pela medicina em vigor.

Freud (1996), médico, cuja formação foi voltada para os males do corpo, a medicina, envereda nos estudos da alma e, embora não incluísse a dimensão corporal ao seu trabalho, enquanto psicanalista, sinalizou para as consequências das memórias nos sintomas neuróticos. Sustentava que lembranças de fatos ocorridos na infância só tinham efeitos curativos se a emoção subjacente ao fato fosse revivida, ou seja, o corpo submetido novamente à experiência outrora vivida. Aliado a isso, ele observou que havia algo que impedia a lembrança das emoções reprimidas, ao que denominou de resistência – resistência em ficar bom.

Wilhelm Reich (1697-1957), discípulo de Freud, desenvolveu os princípios da terapia corporal na década de 30, século passado. Trouxe os pressupostos da psicanálise que considerou como fatores fundamentais para a formação da personalidade: a história analítica e a dinâmica familiar. Sustentava a expressão corporal natural, como manifestação dos sentimentos e a busca do entendimento dos significados da personalidade, associados, também às expressões corporais naturais. Enfatizava a importância da respiração e da livre expressão através dos movimentos espontâneos do corpo, como forma de alívio das tensões emocionais. ou seja, as emoções, as memórias que o corpo armazena, geram bloqueios no corpo físico, contenções, que limitam a expressão, mas que o estímulo ao

movimento espontâneo permite a liberação de tensões permitindo o alívio bem como o acesso consciente à memória armazenada.

No livro *Análise do Caráter*, Reich (1995), detalha os sistemas de defesa construídos por pacientes neuróticos para se defenderem do mundo externo e do impacto de suas emoções. A partir de seus estudos relativos à importância do papel do *insight* no funcionamento da personalidade, Reich fundou as bases para teoria bioenergética começando, em 1935, a investigar as tensões musculares de seus pacientes.

Através de observações, no trabalho que desenvolvia com estes pacientes, percebeu a ocorrência de diversas alterações a nível corporal, como bloqueios diversos, a aparência desvitalizada; distúrbios sexuais; dificuldades de desempenho profissional; processos corporais comprometidos e falta de coordenação da respiração, considerando suas observações como componentes das neuroses dos seus pacientes. Saúde vibrante, *grounding*, respiração, carga e descarga de energia, movimento livre e espontâneo, compõem o eixo da análise bioenergética.

Em vistas do contexto histórico e dos ideais marxistas dos quais Reich (2007) era simpatizante, a extensão das suas ideias ultrapassou o contexto clínico e questionaram a sociedade e os valores vigentes, lançando críticas às relações de poder, aspectos e valores do cidadão comum.

Alexander Lowen, discípulo de Reich, dá continuidade ao seu pensamento, ampliando-o, formatando o método de trabalho do seu mestre, posteriormente denominado de *Análise Bioenergética*. A partir das ideias de Reich, Lowen afirma: “você é seu corpo, a vida de um indivíduo, é a vida do seu corpo; se você quer se conhecer, conheça o seu corpo” (LOWEN, 1982, p. 47) pressupõe, assim, que a integração entre corpo, mente e espírito, ocorre a partir da consciência corporal.

Já Jung, embora não tenha trazido a questão do corpo na formação de sua teoria, vimos que este se faz presente para os insights que o levaram até a mesma, seja através dos sonhos, das experienciais corporais relatadas em sua autobiografia, a busca pela ioga como recurso para lidar com as emoções (JUNG, 2006).

Sentia-me muitas vezes de tal forma agitado que recorri a exercícios de ioga para desligar-me das emoções. Mas, como meu intuito era fazer a experiência do que se passava em mim, só me entregava a tais exercícios para recobrar a calma, a fim de retomar o meu trabalho com o inconsciente. (JUNG, 2006, p. 212)

Conger (1993), analista bioenergético, inspirado na ideia de um possível encontro entre Jung e Reich dialoga com as ideias de ambos, articulando o conceito de sombra a corpo, reconhecendo que a atitude de Jung diante do corpo estava no plano metafórico. Diz, que Jung ao invés de trabalhar diretamente com o corpo “escolheu trabalhar com os símbolos sabendo que eles tinham uma materialidade própria e alternavam profundamente a energia do corpo”, para ele, “o maior de todos os mistérios estava no próprio corpo”, “ele sabia que a alquimia que buscava implicava mudanças corporais similares” (CONGER, 1993, p. 168).

Pode-se inferir que, o corpo metáfora, simbolizado, é um corpo que manifesta no plano físico, biológico, o que nos leva a pensar acerca do contexto que, via de regra, este corpo indivíduo vive a maior parte de suas experiências: a família.

### **3.3 Família**

Ao pensar família, partimos da compreensão de que se trata de um fenômeno universal, objeto de estudo e discussões nas diversas áreas do conhecimento, que não se restringem ao seu caráter biológico como bem pontua Lévi-Strauss (1982), quando afirma que, embora parentesco e família tratem de fatos básicos da vida, a família é um grupo social concreto, primordial e universal; o parentesco é uma abstração, uma estrutura formal.

Moreira e Rabinovich (2011) consideram a necessidade de substituição da concepção que se tinha de família enquanto estrutura por configuração que melhor atende ao modo que se apresenta na atualidade. Ponto de vista coerente com a realidade em que a família se encontra inserida, distanciando-se, em alguns contextos, do significado atribuído ao termo que outrora a designava. Compartilham, assim, com as ideias de Cervený (2011) quanto às mudanças no conceito de família, em virtude das transformações que ela vem passando.

O significado atribuído ao grupo familiar como aquele em que as relações nele produzidas reverberam tanto no nível micro quanto macro, em diferentes temporalidades, amplia a concepção de família e ratificam-na como espaço privilegiado de convivência e cuidado essenciais ao desenvolvimento humano.

A vivência em família se dá num determinado ambiente, situado num tempo e contexto. Pierron (2009) utiliza o recurso da metáfora para falar do clima familiar,

deixando-se apreender por sua “ambiência”, pois o clima familiar seria revelador de uma poética da família que se configura na sua temporalidade. É na família que se dá processo de formação de identidade, de diferentes subjetividades, num universo simbólico que habita um passado, um presente e um futuro, construindo sua memória.

Toda família trabalha, por meio da transmissão, para a sua perpetuação, e não para a sua duplicação ou repetição. É preciso, pois, afirmar logo de início: a biologia da família não esgota a totalidade de seu sentido e de seus valores (PIERRON, 2009, p. 5).

À família cabe, além de assegurar a sobrevivência biológica da espécie, propiciar o ambiente ao desenvolvimento, fornecer condições para aquisição de sua identidade pessoal e familiar, transmitir valores éticos, étnicos, religiosos e culturais, considerando que a família se desenvolve por meio das relações de aliança, filiação e consanguinidade.

Convém lembrar que as famílias apresentam diferenças em modos de ser que variam de cultura para cultura, do contexto histórico, que as famílias, embora fazendo parte de uma determinada cultura, criam as suas próprias regras, hábitos e costumes, que permanecem ao longo do tempo, mas também, se transformam. Portanto, estão sob a força de infinitas variáveis que orientam seu existir, o papel atribuído e desempenhado pelos elementos que a compõem.

## 4 MEIA-IDADE E ENVELHECIMENTO

Durante muito tempo, a vida pós meia-idade esteve relegada nas pesquisas relativas ao desenvolvimento humano. A maioria dos estudos voltava sua atenção à infância e adolescência em detrimento ao envelhecimento, não levando em consideração esta fase, restringia desenvolvimento ao orgânico, ainda que atravessado por questões psicoemocionais. No início do século XX, fatores como aumento da longevidade e demográficos, orientam o interesse pela velhice dando ênfase a estudos e pesquisas que ganham robustez e consistência.

Jung (1875-1961), reconhecidamente um homem à frente do seu tempo, especialmente no que diz respeito a temas ligados à psique, cultura e religião, homem/mulher na dimensão transpessoal, anunciava, também, a vida que pulsa na e pós a meia-idade. Em Conferência publicada em 1930, “As Etapas da vida humana”, apresenta seu pensamento sobre o tema, justificando não aprofundar no período da infância, tendo em vista que seu interesse se volta para questões que afetam o indivíduo que atingiu um nível de diferenciação/consciência. Trata da descrição de algumas questões consideradas “problemas” presentes no nível da consciência, que emergem no período da puberdade, etapa significativa da diferenciação dos indivíduos, portanto, seu interesse na discussão, se volta para as etapas posteriores à infância: a juventude, período imediato à puberdade e a maturidade, o envelhecimento.

A passagem de uma etapa para outra lança o indivíduo num mar aberto de desafios. Como nos propõe esta imagem, implica na ampliação infinita de possibilidades. Para alcançar a outra margem, tal como Jonas, somos engolidos pela baleia, penetramos a escuridão, mergulhamos e empreendermos esforços, gerando energia suficiente para a iluminação, que só a consciência nos permite. Jung, (2009), Ao afirmar que, sem consciência não existe problema e a consciência produz conhecimento de que conhecimento ele nos fala, senão do conhecimento de si?

Os grandes problemas da vida nunca são resolvidos de maneira definitiva e total. E mesmo que aparentemente tenha sido, tal fato acarreta sempre uma perda. Parece-me que a significação e a

finalidade de um problema não estão na solução, mas no fato de trabalharmos sobre ele. (JUNG, 2009, §771)

O primeiro desafio advindo com a entrada na juventude é a saída do estágio infantil, a saída da meninice, abandono das ilusões, a luta interna travada entre o passado (infância) e os desafios do presente: a vida adulta e suas exigências. A este fenômeno, em que o indivíduo resiste à passagem, nomeou inércia da matéria, resistência, cujo foco é a restrição de horizontes da vida (JUNG, 2009, §764).

Na metade desta fase, geralmente, o indivíduo se encontra mobilizando energias em direção a seu posicionamento nas esferas profissionais, sociais, familiar; conquistando bens materiais, posições. Com isto, corre o risco de identificação com papéis desempenhados, cristalizando-os. É quando enfrentamos o desafio de lidar com as questões do mundo, nosso lugar “egóico” nele. Os anos finais desta fase, a chegada na meia-idade (35-40) convida a um reposicionamento do *self*, novas questões emergem e mais uma vez, corre-se o risco da inércia, da resistência em enfrentar o que se vislumbra nos anos que se seguem com a entrada na fase do envelhecimento. Nesta fase, empreende-se uma severa luta interna que já se iniciou na infância: o processo do ser si mesmo. Quanto a isto, Jung (2009) questiona:

Que lhe aconteceria, se ele simplesmente se convertesse naquela parte estranha e diferente que também é ego, e deixasse que o antigo eu se dissolvesse no passado? (JUNG, 2009, §766)

Algumas pessoas vivem na meia-idade, profundas e intensas transformações internas e externas, geralmente acompanhadas do sentimento de desamparo e desorientação, tal como se, de repente, se visse sozinho diante da imensidão de si, frente a rotas desconhecidas, cujo mapa não dispõe. Sobre o que lhe ocorreu em decorrência desta experiência, descreve em Memórias, sonhos e reflexões (JUNG, 2006), um relato autobiográfico da sua vida e da sua obra:

Foram necessários 45 anos para elaborar e inscrever no quadro de minha obra científica os elementos que vivi e anotei nessa época da minha vida. Quando jovem pretendia contribuir com algo de válido no domínio da ciência à qual me devotava. Mas encontrei essa corrente de lava e a paixão nascida de seu fogo transformou e coordenou minha vida. Tal corrente de lava foi a matéria-prima que se impôs e minha obra é um esforço, mais ou menos bem-sucedido, de incluir essa matéria ardente na concepção do mundo de meu tempo. (JUNG, 2006, p.236)

A passagem nas etapas, apresentam desafios de diferentes ordens, porém sentimentos com idênticos núcleos são ativados e novamente experimentados, como ocorre com o ingresso no que se considera envelhecimento, entre os 60-70 anos. O indivíduo olha para trás e se dá conta do que realizou/não realizou, do caminho percorrido e o que vislumbra à frente.

Assim, para alguns, a entrada nesta fase pode ser vivida como uma oportunidade de realização pessoal, onde as obrigações relativas à fase anterior já devem ter sido cumpridas. Desta forma, uma fase produtiva, criativa e rica em significados. Salienta, Jung (2009) que não se trata ali de uma descrição psicológica completa das etapas da vida, mas, de algumas questões, de caráter difíceis, para as quais dificilmente encontraremos uma resposta exclusiva. Porém, este, não é um fácil empreendimento, e não ocorre de forma igual para todos os indivíduos.

Com efeito, à medida que o homem progride em idade, a contemplação, a reflexão e as imagens interiores desempenham, o que é natural, um papel cada vez maior: os velhos terão sonhos. Isso indica que a alma dos velhos não está petrificada [...]. Na velhice deixamos que as lembranças se desenrolem diante do olho interior e encontramos-nos a nós mesmos através das imagens interiores e exteriores do passado [...] As imagens interiores impedem que nos percamos na retrospectiva pessoal: muitos homens de idade se enredam na lembrança de acontecimentos exteriores, neles se aprisionando; mas se neste olhar para o passado houver reflexão e tradução em imagens, poderá ser um *reculer pour mieux sauter*: procuro ver a linha que conduziu minha vida no mundo e que a conduz de novo para fora deste mundo (JUNG, 2006, p. 361).

Em síntese, cada etapa demanda do indivíduo o encontro ao si mesmo, sua realização mais completa, a expressão de si como agente no seu processo de transformação. Nota-se, a plasticidade no modo de Jung conceber a psique, dando-nos oportunidade a pensar o novo, o “porvir”.

Expressivas, também, as contribuições de ERIKSON (1998) acerca do tema, mapeou e descreveu oito estágios psicossociais do desenvolvimento humano, distribuídos de acordo faixas etárias, os dois últimos contemplam a fase adulta (40-60 anos) e a maturidade (a partir dos 60 anos), sinalizando para a função e importância dos conflitos psíquicos que enfrentamos no decorrer do desenvolvimento e os desafios correspondentes a cada um dos diferentes estágios.

Erikson considerou o sétimo estágio, a faixa que vai dos 40 aos 60 anos, um período longo que compreende a etapa da vida em que os indivíduos estão se afirmando socialmente, no trabalho, na família, culminando com a “meia idade”, onde, pressupondo-se que metas e objetivos iniciais desta fase tenham sido alcançados, potencializa-se a ação criativa, reflexiva, construção de novas metas, o que foi conceituado por Erikson (1988) como generatividade. Admite a utilização deste conceito para diferenciar de criatividade que pressupõe e leva a um conceito artístico. Porém, alerta, que a não realização do previsto, planejado no início deste estágio, incorre no risco da estagnação, no que diz respeito aos compromissos sociais, às relações exteriores, apego aos recursos e bens materiais.

Convém salientar que estas fases não são estanques, uma fase prepara o sujeito para a próxima, e o referencial idade é um parâmetro correspondente à média observada nos indivíduos. Assim, a oitava fase, a partir dos 60 anos, é de integração, o momento em que se busca a compreensão do vivido, se avalia positivamente o percurso da sua existência; tem compaixão com possíveis sonhos e desejos não realizados e aceita esta nova fase como potencial para realização de outros, antes, considerados não plausíveis (viagens, hobbies, cuidados de si, artes). Porém, uma rígida autoavaliação, rejeição da vida presente e seus desafios, tomando as transformações físicas, sociais e cognitivos, como fracasso, este estágio é mal explorado, o que leva o indivíduo ao sentimento de desespero.

Vislumbramos, no que se refere ao aspecto envelhecimento, aproximações entre o pensamento de Erikson e o de Jung, todavia, enquanto o primeiro investe numa perspectiva do desenvolvimento psicossocial, a do segundo, teleológica, considera a necessidade de o indivíduo entender o seu propósito, a que se destina sua existência prolongada, que não se restringe à resolução de “pendências”, há um sentido, uma meta. Desta forma, para o que nos propomos aqui, nos alinhamos com o pensamento de Jung e, com ele seguiremos buscando a compreensão para o tema em estudo.

## 5 SELF E METANOIA

São diversos os conceitos que sustentam a teoria psicológica de Jung contudo, em virtude do que aqui nos propomos, examinaremos aqueles que se destacam para compreensão do estudo de caso que aqui nos lançamos.

O *Self*, fundamento da psicologia analítica, considerado centro inconsciente orientador da psique, o princípio regulador e organizador da vida psicológica; um fator de orientação íntima, que provoca um constante desenvolvimento e amadurecimento da personalidade, aparece de início apenas como uma possibilidade inata, podendo emergir de maneira insuficiente ou então desenvolver-se ao longo da existência, apresentou-se a Jung (2006), como uma realidade vivida em que, sendo o mesmo, sujeito e objeto da experiência, chegou à vivência do *self*.

Sobre o conceito de *self*, nos diz:

O termo *self* adequado a esse substrato inconsciente, cujo expoente real no consciente é o ego [...] O *self*, como inconsciente, é um a priori real do qual se expande o ego. O *self* é apenas um conceito psicológico, uma ideia que serve para exprimir uma essência incognoscível que não podemos compreender como tal, já que, por definição, ela transcende nosso poder de compreensão (JUNG, 1971, § 391)

Assim, o *self* ou Si-mesmo, é um conceito que transcende nossa compreensão e sua integração, o propósito do indivíduo, no processo de individuar-se.

O conceito de individuação é bastante destacado em toda obra de Jung e chama-nos atenção em sua autobiografia (Jung, 2006) por tratar-se do relato de sua experiência subjetiva e da observação dos casos de pacientes que acompanhou, observando que se apresenta através de:

[..] indícios indiretos de mudanças que parecem começar no inconsciente: uma espécie de mudança lenta do caráter da pessoa, traços desaparecidos desde a infância que voltam à tona, antigas inclinações e interesses habituais que começam a diminuir e são substituídos por novos. Inversamente, convicções e princípios notáveis do indivíduo são então, principalmente os de ordem moral, podem começar a endurecer-se e enrijecer-se, levando-o a uma posição de fanatismo e intolerância, que culmina por volta dos cinquenta anos (JUNG, 2013, § 773).

Explora o tema considerando que o processo normal de individuação atravessa a situação arquetípica já que os arquétipos dizem respeito a conteúdos inconscientes. Ou seja, no processo de realização dentro da situação humana individual, devemos diferenciar atributos humanos não apenas individuais e pessoais, mas também típicos ou gerais (WHITMONT, 2008, p. 92).

A individuação, consiste no processo de formação da personalidade. É tornar-se um ser individual, entendendo individualidade nossa peculiaridade mais íntima, nós mesmos. Os caminhos da individuação são tão variados quantos forem os indivíduos, considerando o Si-mesmo, princípio organizador supraordenado da psique, uma força centralizadora da psique como um fenômeno total.

Conforme descreve Jung (2006, p 490):

Constato continuamente que o processo de individuação é confundido com a tomada de consciência do eu, identificando-se, portanto, este último com o Si-mesmo, e daí resultando uma desesperadora confusão de conceitos. A individuação não passaria, então, de egocentrismo e autoerotismo. O si mesmo, no entanto, compreende infinitamente mais do que um simples eu. a individuação não exclui o universo, ela o inclui.

A jornada em busca do Si-mesmo, o processo de individuação, é tarefa árdua, embora nem sempre vivida conscientemente por todas as pessoas, portanto, aproveitada no que tem de potencial a oferecer. Nos momentos de maior tensão do processo de individuar-se surgem as crises e, para aqueles que estão atentos, que investem no processo do autoconhecimento, independente do caminho escolhido, os questionamentos podem ser oportunidade para realinhar-se com o sentido da vida. Para este fenômeno, fazia referência, Jung, (2020), aos alquimistas que tinham mais conhecimento do processo de individuação do que nós pois, desde remota época a representa através do oroborus, a semente que morde a própria calda.

No capítulo anterior, discorrendo sobre as etapas do desenvolvimento introduzimos, brevemente, as observações de Jung acerca do quão desafiante é a transição de uma etapa para a outra. Retomamos aqui, no que diz respeito a entrada da meia-idade onde se intensificam questionamentos, avaliação do feito com o sonhado, deflagrando no indivíduo a sensação de estranhamento diante de si, da personalidade construída por conta das contingências a que fora e se submetera até então. Um repensar a existência, um ajuste de rota quando não, uma mudança

radical. Fenômeno, presente no processo de individuação, experimentado por Jung no meio da vida, na chamada crise da meia-idade, conforme descrito:

[...] quando eu tinha trinta e seis anos de idade. Esta é uma época crítica, pois representa o início da segunda metade da vida de um homem, quando não raro ocorre uma metanoia, uma retomada de posição na vida. (JUNG, 2020, p. 15)

Tal fenômeno, é posteriormente experimentado por ele ao entrar na fase considerada do seu envelhecimento admitindo assim que, a metanoia que se apresenta na meia idade se repete na fase do envelhecimento e/ou a qualquer momento em que há necessidade de uma re-orientação do self, Jung (2006).

Para melhor entendimento do que se trata, mister se faz, leitura e releituras das obras de Jung, onde o tema da metanoia aparece, ainda que breve ou de forma indireta. Destacamos referências direta sobre o assunto em Memórias Sonhos e Reflexões, em que trata da sua própria experiência (2006) e Aion – Estudo sobre o simbolismo do si-mesmo (2008), atentando para a linha de raciocínio que o mesmo constrói para que possamos compreender o sentido que aplica ao conceito de metanoia.

Na citação que segue, discorre sobre uma passagem do Apóstolo Paulo, em que Deus convoca a humanidade para que mude o modo de pensar – *metanoia*, considerando como saída da *agnoia* (ignorância), inconsciência.

O conceito paulino de *agnoia* (cum *simus Dei*) – e que Deus, lançando por assim dizer um olhar de reprovação para “estes tempos de ignorância (inconsciência)”, enviou à humanidade a mensagem: *pantas pantachōn metanoein*, isto é, que em toda parte todos se arrependessem (mudassem de pensar); como, ao que parece, o estado inicial fora inteiramente deplorável, o verbo *metanoein* (mudar de mente) assumiu caráter moral de arrependimento dos pecados, de modo que a Vulgata o traduziu por *poenitentiam agere* (fazer penitência). O pecado do qual se deve fazer penitência é evidentemente a *agnoia* ou “agnosia”, a inconsciência (ignorância). (JUNG, 2008, p. 263)

Entendemos que não se refere a um Deus que o reprova, distante e separado do indivíduo, é a imagem de Deus internalizada que convida, convoca para a saída da ignorância, do umbral da inconsciência e desafia a mudança, ou seja, a metanoia. O trecho faz referência ao caráter moral que o verbo *metanoein* assume ao ser traduzido como penitência, explicando em nota que se refere à mudança de

mente, pressuposto presente na doutrina do arrependimento pregada pelo Apóstolo João Batista, a conversão.

A metanoia, de fato, pode vir acompanhada do sentimento de arrependimento, do olhar para o que se fez, não fez, como fez. Podemos dizer, também, que se trata de uma espécie de conversão, não no sentido religioso, mas no que diz respeito a uma mudança de rota, uma nova orientação, como afirma JUNG (2006, p. 379), “necessitamos de uma nova orientação, isto é, de uma *metanoia* (conversão)” Trata-se aqui da metanoia no sentido coletivo, necessária à humanidade que se encontrava, nos meados do século XX, assolada por aspectos sombrios.

O cristianismo é rico em exemplos de conversões, encontramos, curiosamente, São Nicão de Creta, um monge bizantino, pregador itinerante, um penitente arrependido que em sua passagem por Creta, por questões estratégicas, mudou de tática para conduzir os que o ouviam, ao arrependimento, usando, frequentemente, em seus sermões o termo grego *metanoíta* recebeu a alcunha de Metanoíta, passando a ser conhecido, também, com Nikon de Metanoíta.

Em grego, *meta* significa tanto “grande mudança” quanto “além,” e “*noia*” derivada de *nous*, uma palavra de múltiplos e complexos significados, inclusive “consciência superior” (PRETÁT, 1994, p. 19).

A metanoia faz parte do itinerário espiritual dos Antigos Terapeutas ou Graf, uma experiência de profundidade que pode ser vivida por qualquer ser humano que empreende uma mudança de vida e, nesta travessia se defronta com a luz e a sombra, conforme descreve Leloup (2001).

O itinerário espiritual compreende sete etapas: 1 - **a experiência do numinoso**, precipitada por eventos aleatórios, encontros, circunstâncias diversas, da mais simples a mais complexa como o “quase morte”, diz respeito ao instante em que o indivíduo lança luz sobre questões que desafiam o seu modo habitual de ser; 2 - **a metanoia**, ali é descrita como mudança de vida, mudança de consciência em que a busca é assegurar-se da experiência vivida e integrar, dar-se conta do significado em sua vida. Este estado pode ser precipitado por eventos aleatórios, encontros, circunstâncias diversas, da mais simples a mais complexa como o “quase morte”; 3 - **as consolações**, o indivíduo conhece experiências gratificantes, silencia, sem apegar-se; 4 - **a dúvida**, mestra, encarregada de dissipar as ilusões, induz o questionamento de si mesmo; 5 - **a passagem pelo vazio**, vacuidade, uma espécie

de aniquilamento do ser ao encontro do outro, da descoberta da alteridade; 6 - **o estado de transformação**, em que o eu é iluminado, transformado. 7 - **o retorno à vida quotidiana**, o ser desperto integrado à vida diária (LELOUP, 2001).

Nesta perspectiva, a metanoia circunscreve-se a uma das etapas de um conjunto de eventos que promovem a transformação, o encontro consigo. Para Jung (2006), a metanoia contempla, noutros termos, todas estas etapas em si. Portanto, pensar a metanoia como processo de expansão da consciência, que conduz em direção ao si-mesmo pode ser considerada bem-vinda e uma saída para o estado de alienação, da unilateralidade psíquica responsáveis por estados doentios de neuroses. Assim, concordando com Petrat (1994, p. 21), que afirma ser “a metanoia na meia-idade causa de regozijo”, acrescentamos, no envelhecimento, enlevo.

## 6 REFLEXIVIDADE: ESTRATÉGIA DE ANÁLISE DAS TRANSFORMAÇÕES NO SELF

O ser humano é uma mistura de natureza e aventura. A aventura é nossa liberdade de interpretar o que nos acontece; dar sentido novo ao que se passa conosco, à nossa existência; a possibilidade de mudar de vida, de reorientar nosso desejo. (LELOUP, 2012, p. 24)

Cronos, senhor do tempo, atento, convoca: é hora!

Kairos, o jovem, o tempo das coisas possíveis, convida ficar mais um pouco.

No exercício de escuta dos deuses, no hesitar entre seguir com um ou outro, optamos seguir com ambos, abrindo mão do binarismo, como nos convoca Leloup (2012) na epígrafe supramencionada, entendendo que é na comunhão que vivemos o presente e o transcendemos.

Nesta perspectiva de tempo, chegamos na presente etapa de construção desta tese em que nos propomos (re)flexionar acerca do que fora posto como relato de experiência. Esclarecemos que o uso do (re)flexionar se justifica por considerar que, ao destacar, para análise, aspectos do relato da experiência vivida, realizo uma dupla flexão sobre o dito. Flexão, no sentido de curvar-se, acrescido o prefixo (re), curvar-se sobre o antes flexionado.

O fazer autoetnográfico, *per se*, pressupõe o exercício da reflexividade, condição fundamental à postura ética em pesquisas qualitativas. Portanto, neste caso em que o relato da pesquisadora é o objeto da sua pesquisa, apresenta-se um duplo posicionamento daquela que é a um só tempo, conhecedora e narradora das análises que se propõe, potencializando o pressuposto de que o texto, por maior que seja a tentativa de distanciamento, não está separado de quem o elabora, tão pouco do conhecimento que a partir deste é produzido.

Todavia, apesar do reconhecimento, importância e validação de pesquisas de cunho autoetnográfico, a produção de saber tendo como referência o próprio sujeito da pesquisa é, ainda, questionada, o que consideramos importante porque nos coloca, enquanto pesquisadoras e pesquisadores que se enveredam por esta seara, diante da responsabilidade de procurarmos ser fiéis ao que se propõe este método; portanto, nesta análise, ficarei atenta a tais princípios.

Neste sentido, retomo o relato da experiência cotejando-o com as referências estudadas bem como o processo experimentado no decurso da análise e, para chegar até o mesmo: os entraves, insights, construções, transformações. Sobre isto, posso adiantar que, considerando a prática profissional e pessoal que tenho de estudar, refletir sobre o ser/fazer das pessoas e o meu próprio, a empreitada parecia tranquila, mas, não o foi, o relativo conforto inicial com a proposta de estudar minha própria experiência foi breve.

Tive muito que aprender sobre o método e fui aprendendo fazendo; muitos *insights* sobre o mesmo e, especialmente, sobre o que a experiência evocava e as transformações que impulsionavam. Fui compreendendo, internalizando e sustentando que, apesar de ser a partir de mim, não é só sobre mim. Que sou sujeito/objeto de um estudo que se encontra além de mim: sou sujeito desta experiência particular, mas não se restringe a mim: diz respeito a tantas outras pessoas, mulheres, como eu; que embora não seja estranha a mim, me estranho no exercício do deslocamento, quando me olho a partir do viés da pesquisadora. Certamente, é eminente o perigo de expor-me não só como pesquisadora e profissional, mas como pessoa, numa cultura que exige dos indivíduos uma performance à qual, muitas vezes nos tornamos reféns.

Ciente dos riscos apontados, o exercício é o da atenção plena para que, ao olhar o estranho/conhecido possa, parafraseando Caeiro, ter o pasmo essencial que tem uma criança se ao nascer, reparasse que nascera deveras; para que a censura não gere lacunas que comprometam a qualidade desta análise que, compreendo, se iniciou no processo de coleta/escrita/transcrição do relato da experiência objeto deste estudo e que apontavam uma variedade de temas a serem explorados, tornando difícil isolá-los, haja vista que tangenciavam-se.

Os dias corriam. Se, por um lado, em termos de escrita, paralisava, o labor mental era intenso e as palavras/dimensões presentes no relato afluíam imagetivamente numa espécie de mandala que sugeria uma roda de bicicleta, dos seus raios, em giro, emergiam palavras/dimensões dando-lhes uma qualidade dinâmica.

Na tentativa de materializar, recorri ao recurso de recortar alguns círculos numa folha de papel e neles escrever cada palavra. Para que nada se perdesse desta experiência, registrei, filmando com o celular.

Uma palavra/dimensão se destacava, apresentava como figura e em torno dela outras orbitavam como fundo; no momento seguinte se alternavam e figura era fundo, fundo era figura. As palavras/dimensões mulher, corpo e família destacavam-se entre outras neste trânsito de figura/fundo. Uma espécie de coreografia em que o foco é direcionado à palavra/dimensão que ocupa o lugar de figura, possibilitando a compreensão sobre os diferentes aspectos que a mesma apresenta no contexto do texto – o relato da experiência.

Um relato de caráter autobiográfico, cujo ponto de partida é a infância, sinaliza a relação com a cidade, o deslocar-se entre a cidade grande e o interior, contextualizando as origens no aspecto geográfico, social e as relações familiares, com ênfase no lugar ocupado pelas mulheres, em especial aquelas destacadas como modelo, inspiração. Sobre este último, evidencia-se o padrão de repetição e lealdade em que algumas mulheres se colocam/são vistas sendo consideradas à frente do seu tempo; ocupam posições em que se destacam dos modelos estabelecidos, promovendo quebra de paradigmas, servindo de inspiração para gerações posteriores.

A luta para pertencer e diferenciar-se do sistema familiar faz parte da história dos indivíduos e no equilíbrio entre um e outro é que vamos nos reconhecendo enquanto sujeitos únicos. É um processo de autoconhecimento, de reconhecimento de conteúdos que naturalmente vamos reprimindo para atender às nossas expectativas internas de ser aceito, de corresponder às demandas familiares bem como dos grupos sociais que transitamos.

Neste sentido, podemos pensar as repetições de padrões e a lealdade familiar como estratégia de pertencimento que incluem “acertos de contas” uma estratégia para quitar dívidas do sistema, conforme sugerem Nagy e Spark (2003). No caso em estudo, vimos que o relato apresenta um recorte da história de mulheres herdeiras de uma história de desigualdade e opressão. Mulheres cuja ancestralidade indígena traz na história oral apresentada a suas descendentes a jornada de luta que, ao seu modo, cada uma empreendeu para vencer a subjugação e a força usada para dominá-las.

Além da admiração, do reconhecimento da importância da tia e da minha mãe na transmissão de valores, foram elas, inspiração e influência, ainda que indireta, nas escolhas e habilidades que fui desenvolvendo ao longo destes anos, a exemplo

do estilo de escrita, do gosto por ensinar, costurar e, porque não dizer, pela aventura que no meu caso se apresenta no aprender a pedalar.

Embora a atividade de pedalar não tenha sido realizada, sequer cogitada por elas, que viveram realidades e contextos diferentes. Narrativas deste gênero, apontam também para a criação dos mitos familiares. A história destas mulheres, neste sentido, ocupa um lugar mítico, passado para gerações que seguem, como pode-se observar quando a minha neta se refere à bisavó como “corajosa” e, com orgulho: “minha avó pedala!”, “minha avó é famosa” quando se refere a mim.

A bicicleta e o pedalar assumem um lugar de mediação na relação avó-netas, um lugar de identificação com uma avó que é diferente daquelas que conhece nas histórias e filmes; da avó materna; das avós das suas amiguinhas. Tal experiência estreita a relação entre ambas, já que têm um ponto em comum que as coloca em igual nível de experiência, pois, nesta época, a neta também estava a aprender a andar de bicicleta e, como sua avó, passei a ser referência e modelo para ela e ela, incentivo para mim. Representa assim, um elo entre as gerações descendentes, uma extensão para o exercício da maternagem e avosidade.

Lançar-me ao desafio de um novo aprendizado considerado tardio para os padrões estabelecidos, ampliou a percepção que tinha de mim no que se referia à coragem, à vitalidade, à relação com a idade. Para minha neta, um marco importante de mudança sobre a forma como passou a lidar com os sinais que eu vinha manifestando de envelhecimento pois, pouco tempo antes, mesmo com pouca idade, questionava o fato desta avó estar assumido seus cabelos brancos, associando a imagem de cabelos brancos a envelhecer e o envelhecer à morte/perda, o que me causava estranheza por ser uma criança e estar manifestando uma atitude negativa diante de um processo natural da vida. Por outro lado, uma desconstrução do modelo socialmente construído de avó, que se aproximava da realidade atual em que as avós vêm se apresentando. A queixa foi sendo esquecida diante do fato da avó estar “aprendendo a andar de bicicleta” e substituída pelo ar orgulhoso em que a apresentava às coleguinhas; dos sonhos e projetos que juntas nutriam de passeios, viagens de bicicleta pelo mundo a fora quando “*estivesse maior*” me dizendo que como ainda era pequena combinou com sua mãe que quando crescer vai viajar de bicicleta a “*vovis*” completando que por enquanto, “*a gente vai treinando, vovó*”.

A bicicleta passou a ser um ponto de convergência, identificação entre ambas e, num dos passeios de bicicleta que juntas num domingo qualquer na Magalhães Neto, encontramos aquele a quem chamei de Anjo (o instrutor que perdi o cartão e nos encontramos tempos depois), apresentei-o para ela, contanto que foi uma das pessoas que me acompanhou na viagem a Itacaré. Ela, o olhou e alguns minutos depois, atendendo ao convite do mesmo e com sua orientação e acompanhamento, tomou coragem e, em poucos minutos a vimos desvencilhar-se das rodinhas de apoio de sua *bike*, o que já tínhamos tentado antes sem sucesso e ao concluir seu rápido tour, afirmou para o instrutor: *já sou uma ciclista como a avó e nós duas vamos viajar para Itacaré de bicicleta.*

Podemos inferir que o conceito de “ser velho” para aquela criança foi sendo modificado com a experiência da avó e que a bicicleta se insere na relação de ambas como um elo entre duas gerações, dispensando a mediação de geração que existe entre ambas. A bicicleta, assim, símbolo de pertencimento ao universo que para ambas é único.

Sabemos que avós mantêm rituais e tradições, transmitem a cultura, mas também, se projetam para o futuro na relação com os netos, criam uma ponte entre o passado e o futuro. Conforme Hillman (2001), em muitas sociedades nativas, as ligações instrutivas e afetivas mais profundas saltam uma geração. O que se explica, dentre outros motivos, pelo fato de ambas encontrarem uma saída para as tensões advindas das obrigações vividas na geração adulta que está entre elas, pois avós permitem que os netos ampliem a visão de mundo que os pais, na função de educar e cuidar, na maioria das vezes, representam para a criança um universo restrito ao cumprimento da rotina difícil e cheia de obrigações. Pois avós, geralmente, estão mais disponíveis e gostam de realizar os rituais, manter tradições; têm um baú de histórias para contar; escutam os sonhos, dão sentido a cada palavra dita, mergulham na fantasia da criança e se encantam com cada pergunta

E ainda, afirma Hillman (2001, p. 220):

Os avós conseguem ver na criança o anjo e seu chamado. As avós míticas fornecem a base, apoio para a aventura dos primeiros passos; vacinam a criança contra a paranoia. Até o próprio modo de uma senhora idosa atravessar a rua ou falar com um desconhecido mostra essa confiança, demonstrando aos mais jovens que eles podem avançar sem medo

Aproveitamos a citação supra, para pensar acerca dos aspectos referentes à relação intergeracional que se estabelece entre ambas (avó-neta), na dialética da relação. O anjo e o chamado se fazem presentes em ambas, de forma distinta: para uma projeta-se no futuro, para a outra naquilo que se manifesta sob a forma de sabedoria reconhecida na avó; uma, base para os primeiros passos; a outra, sopro para que juntas possam planar, permitindo a ambas abstrair, sonhar, realizar, regozijar-se com pequenas conquistas, com a promessa subliminar que a elas tudo é possível, mesmo que num tempo futuro a ser realizado.

Neste sentido, é interessante pensar que a bicicleta como veículo nos posiciona no plano intermediário nem tão rápidos como quando nos movemos de carro, nem tão lentos quanto à pé; no que diz respeito à altura que nossa vista alcança, nem tão longe ou acima nem tão perto ou abaixo – posição semelhante a das avós na dinâmica da vida com os netos.

Os aspectos descritos na relação avó-neta, sinalizam para a cumplicidade e consequente intimidade presentes nesta relação. Bastos e Rabinovich (2019), já apontaram a intimidade como dimensão presente nas relações entre avós e netos embora, sobre o qual, afirmam, ainda não dispomos de produção científica sistemática.

Para mim, enquanto avó, propicia uma conexão passado-presente-futuro: nos olhos dela vejo a criança que fui, a criança que ela é; a mulher na fase do envelhecimento que junto àquela criança tem o tempo a seu favor.

No que diz respeito à confiança e ao medo, apontados no trecho final da referida citação, constato que pedalar me permitiu estar numa posição de mais proximidade com as pessoas, ampliou a confiança em mim e no outro; olho no olho, permitindo encontros, cumprimentos, desejo de um “bom dia”, “*bike* passando” para avisar aos distraídos que cruzava no caminho. Tal comportamento, assimilado pela neta, que os repete e distribui ao longo de todo o percurso que destemida faz ao lado de sua avó, vem ratificar a hipótese da avó de Theodore Roszak que, “As avós deram à espécie humana força para se tornar o animal dominante do planeta” (HILLMAN, 2001, p. 217).

A ciência da epigenética tem chamado atenção de que toda e qualquer experiência” fica marcada no organismo e impregna as células corporais desde sua fecundação. Em “A Biologia da Crença”, Lipton (2007), propõe que a vida de uma

célula é controlada pelo ambiente físico e energético em que ela se apresenta e, assim, as informações advindas destes ambientes são armazenadas em forma de crenças que orientam nossas escolhas.

Basso e Pustilnik (2000) consideram que tanto a nossa forma física como a atitudinal são manifestações do que sentimos no plano psicológico. A exemplo disso, era visível como à medida que fui fazendo contato com os medos, e também com a coragem, as transformações foram se apresentando não só no meu comportamento como também na minha expressão, corpo. Nosso corpo representa nossa identidade e nele está inscrito nossa história. É a concretização do Ser como depositário de nossas emoções, sinaliza quem somos e o que sentimos.

No relato da minha experiência, o corpo que, num dado momento, é fundo, torna-se figura que se destaca. É a memória do corpo e sobre os corpos. Corpos de mulheres, brancas, pardas, negras. Mulheres que tinham seus corpos domesticados, objetificados e cuja expressão se restringia ao que era socialmente prescrito e predestinado às mesmas; hierarquizado por raça, gênero, condição social: nem tudo convinha a uma “moça de família”, mas àquelas que eram consideradas “da vida”, mesmo passível de crítica, algumas condições lhes cabiam, o que não deixava de ser, estratégia de dominação e poder.

É no corpo que as experiências vividas e narradas são registradas. No contexto do pensamento reichiano, o corpo é um território a ser explorado; para tanto, há de se decifrar seus códigos, suas pistas, pois o corpo, além do biológico, é também simbólico.

As observações de Reich (1975) levaram-no a concluir que as experiências vividas pelos indivíduos são registradas em seus corpos e que bloqueios no fluxo da energia vital são transformadas em couraças, de caráter e muscular. As de caráter dizem respeito à rigidificação dos mecanismos psicológicos de defesa, a rigidez das atitudes. A couraça muscular, a rigidez da musculatura, se manifesta através da contenção da percepção e expressão dos sentimentos e afetos, sendo também uma forma de redução na circulação da energia vital no corpo. São estruturas de defesa que o indivíduo desenvolve e encontram-se dispostas no corpo em sete padrões segmentares (o ocular, o oral, o cervical, o torácico, o diafragmático, o abdominal e o pélvico). Todavia, a couraça é flexível, se expande em situações de prazer,

contraindo-se quando desprazerosa ou lhes remete as experiências pretéritas que lhes foram dolorosas, quer no sentido físico ou psicológico.

Aponto para estes aspectos atenta para não incorrer em pensar o corpo exclusivamente em termos das estruturas de caráter. Busco entender esse corpo, mas não só um corpo e, sim, um corpo que dialoga com tantos outros que nele habitam e que me levam a pensar acerca do quão o conheço e do quanto a explorar, conhecer, reconhecer. Escaneio as sensações que o percorrem, identifico a angústia que gera a urgência da escrita; o fluxo intenso de pensamentos; o bater acelerado do coração e a rigidez corporal. Aqui me dou conta que, também no exercício da coleta dos dados desta pesquisa, já experimentava e me dava conta desta avalanche de sensações e sobre as mesmas reflexionava, ratificando que, na pesquisa autoenográfica, o tempo da coleta é, em si, também, um tempo de reflexão sobre os aspectos que vão se apresentando, delineando processualmente, o que pode ser considerado resultado.

No relato em análise, nota-se, através da descrição das mulheres que me antecederam (tia e mãe), minha percepção acerca dos seus corpos como aparecem como instrumento de luta e o quanto exerceram influência sobre a forma como lidei, no decorrer dos anos, com temas que os tangencia.

Significativo também, o relato trazido acerca da única lembrança de andar na garupa de uma bicicleta durante a infância. Tal registro, guardado na memória, durante anos, como única imagem de bicicleta, está associado a ter sido vivido com uma mulher, portanto, censurado em virtude dos modos de pensar da época, internalizado como crenças que, durante anos, me acompanharam, limitando a expressão e a realização de desejos que às mesmas desafiassem.

O relato sinaliza, também, diferentes instâncias que potencializam o controle ao corpo das mulheres, pois não bastasse ser mulher, era preta e pobre. Penso que tal referência, exemplifica como a sociedade e seus valores imprimem marcas subjetivas nos indivíduos e que, em acordo com familiares, sociais, vão se fortalecendo e amalgamando o ser, conflitando com desejos, conseqüentemente paralisando a ação.

O diálogo que deu nome ao tópico *Por trás do véu*, ilustra o quantum de desejo de mudança presente na “meia idade”. Àquela altura, já mãe de dois filhos e, embora sem estar, naquele momento, me questionando conscientemente nesta

perspectiva, reconheço ali sinais significativos, mesmo que rudimentares, do processo de metanoia que, como sugere Hillman (2001) ainda reflete nossos temores. Já para Petrat (1997), a metanoia na meia-idade é causa de regozijo, primeiro encontro com a individuação.

Embora Jung tenha escrito sobre a metanoia como o resultado de sua crise pessoal da meia-idade, ela parece hoje mais pertinente nos anos em que começamos a envelhecer (Petrat, 1997). Baseada no que venho experimentando, concordo com o proposto, pois identifico como tendo vivido a metanoia na meia-idade e reconheço a intensidade em que retoma nesta fase em que me encontro, uma experiência profunda, que pode demandar um tempo longo ou curto, já que não necessariamente é um tempo com marcador cronológico; é interno, subjetivo, em que conta o que fora vivido. Considerando que, chegar à meia idade não é garantia da metanoia: para alguns, é uma primeira aproximação e poderá ser retomada posteriormente; outros não passarão ou não a reconhecem, pois não é fácil nem prazeroso.

No meu caso, deter-me diante da imagem de capa daquele diário, o questionar a imagem e o que ela evoca, são indícios que sinalizam para o início de revisão de vida, de reorientação. A imagem ativa memórias, provoca sensações, sentimentos, deflagra desejos, mudança de rota, redirecionamentos na vida são feitos, outros ficam mais algum tempo a hibernar. É uma imagem símbolo, que permaneceu comigo, da qual não me desfaço, guardo no plano concreto por tudo que evoca em mim.

Na abordagem junguiana do simbolismo, o símbolo é investido de significado, mas não se reduz unicamente a este, pois pode revelar tantos significados quantos forem o contexto em que está inserido.

Afirma Kast (2016) que nosso centro de prazer, que é também de recompensa, quando ativado libera opiáceos. Somos buscadores de sentido para as coisas que nos rodeiam e, vivenciamos o sentido quando buscamos compreender o mundo de forma simbólica, que transcendem a situação, colocando-a num contexto maior. Pois os símbolos têm um vínculo com o passado, até mesmo com o passado da humanidade, não só individual como coletivo – nos permitem compreender algo.

O conjunto das imagens em que se apresentam - uma mulher, uma bicicleta e um véu, num cenário que sugere um campo -, evocou associações que me levaram

a pensar acerca das escolhas, onde uma alternativa excluía a outra. Quando afirmo que o diálogo com a colega versou em torno da sentença: “não sei se caso ou compro uma bicicleta”, embora a imagem não necessariamente expressasse dualidade, olhando-a agora, vejo que a mesma inclui elementos carregados de símbolos aos quais dou significados, à época dicotomizados: liberdade, prazer, casamento, família; hoje buscando integrá-los.

Enquanto indivíduos, estamos em processo contínuo de transformações. Para alguns com mais investimento pessoal que se traduz em autoconhecimento, outros tantos não se dão conta, é mais lento, resistem. Me incluo no primeiro grupo e, portanto, estou sempre visitando lugares novos e os também já vistos. Neste revisitar é que, vinte anos após, num outro momento do ciclo de vida, a imagem retoma, a ela atribuindo outros significados, impulsionando novas elaborações que me levam a traçar novas rotas de saída de um ponto que na verdade havia estacionado. Foi, então, que entrei na etapa em que nomeei *Da vontade à decisão* e daí, um salto quase quântico para *A ação*, pois o retomar da história, naquele momento, ativou conteúdos que já não resistiam à contenção. Fica evidente que, tendo experimentado anteriormente o processo da metanoia na meia idade, esta retomou de forma avassaladora neste ciclo de vida que se iniciava.

A metanoia pode ser encarada como uma grande reunião do que fora previamente polarizado, uma união dos opostos dentro de nós mesmos que transcende qualquer coisa que possamos ter experimentado anteriormente (PETRAT, 1997, p. 20). Essa união cria uma nova consciência que lentamente se transforma em consciência dentro do nosso eu encarnado. É um momento esperado com alegria, mas também faz emergir o medo diante do desconhecido.

É um momento de transição nas diversas instâncias da existência: família, trabalho, relações, corpo, que nos convida a repensar, avaliar, traçar planos, metas, estratégias para viver o tempo novo que se apresenta e, como toda e qualquer transição, pode ser uma oportunidade para significativas mudanças, somos convidados, às vezes, sentimo-nos compelidos em realizá-las já que não mais nos sentimos confortáveis com o *modus vivendis* até então, adotado.

Diante de tais inquietações, a decisão de empreender esforços para realizar um desejo antigo ativou conteúdos psíquicos que, até então hibernavam, me levando a repensar sobre os mesmos. Conflitando entre antigos modos de ser, um

convite à mudança, que se manifestava através de novos hábitos que foram sendo incorporados: cuidado com a saúde; mudança de estilo e cores do vestuário; uso de pintura nos cabelos; retomada da escrita de diário de sonhos; interesse por viagens, especialmente de bicicleta, trilhas a pé; cultivo de plantas; aquisição de gatos; seletividade nos relacionamentos.

Petrat (1997) utiliza o termo “liminar tardio” para definir estas provocações que se manifestam na última fase da vida porque, afirma, ele descreve adequadamente o limiar entre a antiga maneira de ser e a nova (PETRAT, 1997, p. 24).

A entrada no envelhecimento é, ainda, uma etapa do ciclo de vida negligenciado na nossa cultura, disfarçado e dissimulado, diante da carga de estereótipos e preconceitos atribuídos ao ser velho. Assim, diferentemente de outros momentos de transição, com marcos definidos, enaltecidos e até ritualizados, não é hábito celebrar, ritualizar esta etapa.

Diante do descrito, fica evidente que atravessava o liminar tardio; que me encontrava vivendo o processo da metanoia na entrada na fase do envelhecimento, deflagrado na realização de um desejo pueril que inclui a relação com o corpo, sugere apropriação do mesmo, o potencial que possui. Este encontro me permitiu ampliar a consciência do que era capaz, fato que até então não fazia parte das minhas preocupações. É fato que a base de nosso senso de identidade inclui a percepção do nosso corpo e o nosso relacionamento com ele, incluindo as mudanças que passamos em termos biológicos e que afetam a nossa psique. É no corpo e através dele que tomamos consciência do nosso bem ou mal-estar e através dele nos expressamos pois é onde nossas emoções se tornam acessíveis à nossa experiência, onde experimentamos o prazer, a dor, limites, potência, calor, frio, expansão, retração, vida, envelhecimento, morte. Salientando que,

Não se trata, porém, de uma obsessão pelo corpo, tão presente no século XXI, o corpo símbolo que deseja ser visto desta forma, neste momento. É um corpo simbólico, pois remete a algo mais profundo: ao processo de transformação criativa que é impulsionado em razão da profundidade da experiência vivida, através das conexões e significados à mesma atribuídos. (KAST, 2016, p. 72,73)

O corpo é, também, depositário de recordações que incluem sensações físicas experimentadas diretamente ou evocadas. Memórias que, a qualquer instante podem ser retomadas, a exemplo das que foram ativadas e trazidas à minha

consciência nos primeiros instantes em que me vi diante do desafio de aprender a pedalar, as quais, tive que dar conta e contei com a sensibilidade do meu professor, para que não paralisasse naquilo que me propunha. Pois o corpo que está envelhecendo também pode ser fonte de criatividade e descobertas, reconhecendo que a passagem dos anos traz mudanças, mas não restringe às mesmas pois, quando somos chamados à metanoia, somos convocados à criatividade e a uma nova consciência (PETRAT, 1997, p.75), que se manifesta em mudança de atitudes como a que experimentamos.

Relevante pensar que Jung, embora seu interesse na Psicologia não fosse relacionado diretamente ao corpo, atenta para os fenômenos a ele relacionados. Em Memórias, sonhos e reflexões (Jung, 2006), relata que, na casa dos sessenta anos fora afetado diferentemente com as pressões do trabalho, do contexto da guerra, dando origem a novas crises, mas desta feita a luta parece ter sido mais com seu corpo e a reação deste com a convulsão que tinha lugar na sua vida exterior. Não é raro que uma crise liminar-tardia assuma forma física, obrigando-nos a prestar atenção ao nosso corpo de maneira diferente, ao mesmo tempo em que as mudanças no corpo forçam a prestar um novo tipo de atenção a psique. Uma das tarefas da individuação parece ser nos sentirmos à vontade com nosso ser físico.

O período liminar-tardio (PETRAT, 1997) gera mudanças no corpo e nas circunstâncias que sinalizam um novo começo, cujos indícios internos se manifestam também externamente. Assim, apesar dos desafios, o processo de individuação precipitado pela metanoia me proporcionou uma nova sensação de liberdade em que novos horizontes se apresentam.

Uma peregrinação, uma viagem em território estranho, levou-me ao centro de mim, fazendo emergir, aflorar à memória imagens de lugares conhecidos, pessoas, sensações que se expressam no momento de análise da experiência aqui relatada, através da confecção do esboço do mapa de um território, que nomeei Cartografia do Self em transformação (anexo) em que sinalizo caminhos e movimentos percorridos, “inacabado, aberto, composto de diferentes linhas, conectável, reversível, susceptível de receber modificações constantemente”. (DELEUZE, GUATTARI, 1996, p.21).

Os marcos destacados na cartografia sinalizavam o percurso realizado, as pessoas significativas que cruzei, os desafios, as transformações relatadas na

escrita, retomadas durante esta análise numa espécie de diálogo comigo em que novas questões se apresentavam, inspirando-me e instigando à representação material. Um rascunho, cuja tentativa de intervenção externa para uma melhor apresentação resultava na frustração de não ser compreendida e, assim, decidi que o deixaria em sua forma original como se apresenta no material anexo.

A ideia de peregrinação, sinalizada pela professora Ana Cecília Bastos numa conversa em que compartilhei questões onde a bicicleta se apresentava como catalizadora das mudanças que estava passando, ficou registrada em meu caderno de anotações, sendo retomada no processo desta análise após a leitura de Massimi (2019), aplicando assim, como analogia para o que experienciei.

Com efeito, a peregrinação é tida como metáfora da vida humana entendida como percurso no tempo moldado por uma origem e uma direção a seguir em busca de um destino. (MASSIMI, 2019, p. 28-29)

De forma breve, podemos dizer que peregrino é aquele que empreende uma jornada pessoal, que vai em busca dos seus sonhos, daquilo que acredita, algo maior. O próprio caminho é o aprendizado que se faz necessário e o torna digno de chegar, portanto, o caminho é mais importante que o destino pois a viagem é em busca do centro, do si mesmo.

O ato de peregrinar não envolve apenas o caminhar para um determinado lugar, a ação é condizente com algo considerado fundamental para a vida do peregrino: a busca de um sentido de vida que propõe uma viagem ao seu interior [...]. (MASSIMI, 2019, p. 222)

Visto sob este prisma, a entrada na metanoia, parte do processo de individuação, pode ser compreendida como uma peregrinação em busca de si, do centro, em que o caminho faz parte do aprendizado, pois é assim que o tenho percorrido.

Ao compreender o caminho, o peregrino sempre carrega em si uma espera, um pedido, uma exigência: conseguir a realização de um desejo; encontrar e aprofundar o sentido da vida. (MASSIMI, 2019, p. 20)

Por estas impressões, é plausível admitir que, na metanoia, o arquétipo do peregrino foi ativado, manifestando-se na abertura ao aprendizado do que vi e experimentei no processo, sendo a própria experiência objeto de reflexão.

Ir pelo mundo não é a mesma coisa para todos, diz Sêneca. Se o homem for sábio é peregrinação, se for néscio, é desterro. É

peregrinação se for sábio porque terá muito que aprender do que ver e a experimentar; será para ele a mesma peregrinação estudo. (MASSIMI, 2019, p. 223)

Lembrando, como já afirmamos, que a metanoia é uma experiência progressiva, individual, subjetiva, de integração, semelhante ao Peregrino, o percurso que faz e os lugares que encontra parecem seguir uma linha progressivamente encadeada com as experiências e os conhecimentos obtidos nas etapas anteriores, sem os quais não haveria como seguir adiante. (MASSIMI, 2019, p. 212).

Além dos pontos já discutidos, ao cartografar a experiência me surpreendo com tantos outros que se apresentam e ratificam a ideia do peregrino. Por exemplo, a ênfase dada às imagens que foram construídas simbolicamente no percurso e que deram suporte ao pensamento.

Massimi (2019) afirma que, “na peregrinação, o itinerário, os lugares e as imagens encontradas pelo transeunte adquirem um significado.” (MASSIMI, 2019, p. 22) à medida que ativam potências psíquicas, consideradas, portanto, uma espécie de veículo dos conteúdos da memória, sendo a imaginação usada para construir estes mapas e decifrar os percursos sugeridos. (MASSIMI, 2019, p. 27)

Na Cartografia do Self busco representar o itinerário percorrido a partir da minha própria vivência, trazidas à memória a partir dos afetos registrados, elaborados a partir da forma como as compreendi.

Os itinerários geográficos evocam um percurso interior. Peregrino aprende a partir dos ditames que eles são dados a cada cidade e são elaborados por ele tomando como ponto de vista as suas próprias vivências. Tais vivências são proporcionadas pela memória pelos afetos e pela experiência sensível. Incluem questionamento do entendimento e orientação da vontade, produtos da reflexão guiadas no caminho por razão. (MASSIMI, 2019, p.223)

A figura do anjo, personificada em diferentes pessoas durante a jornada, tem destaque na pessoa do professor, um recurso externo que, em virtude do vínculo entre nós estabelecido, resultante do processo transferencial presente na relação professor-aluno, precipitou, ativou, conteúdos internos fundamentais para realizar a tarefa que nos unia. A potência do significado atribuído nesta relação fica evidente na constância em que se apresenta no relato da experiência, bem como na forma como está descrita: carregada de reconhecimento, afeto e gratidão.

Além do professor, outros Anjos são reconhecidos por considerar que eram encontros em que me sentia protegida, cuidada, orientada. Um destes, a menina Alice, que encontrei antes de enfrentar o percurso final da ciclovagem, o mais exaustivo e desafiador. Seu olhar curioso de criança, deslumbrada ao ver-nos chegar no local em que se encontrava, me acompanhou quando segui viagem, me conectando com a criança que fui encorajando nas subidas!

Na jornada de Peregrino, Massimi (2012, p. 229) pontua que “o anjo se manifesta em momento de hesitação para sanar as dúvidas de sobre qual percurso seguir, prontificando-se a acompanhá-lo em sua jornada a Jerusalém”. Na experiência descrita, os anjos também apontam caminhos a seguir que precipitam transformações na dimensão do ser.

As transformações se dão, também, na visão de corporeidade, na relação com o corpo, e se manifestam no corpo e no vestuário. Assim como na história de Peregrino, as experiências modificam não apenas o interior, mas também o exterior, semelhante processo se dá na experiência que vivi, pois, além das mudanças internas, as externas foram perceptíveis: estilo, cores, tecidos.

A experiência é necessária para a apreensão de si mesmo mostrando que as escolhas feitas no decorrer de cada uma das jornadas podem modificar-se, não só o espírito, mas também o corpo de cada um. Corporeidade não pode ser desvinculada da parte espiritual. É de extrema importância a relação entre o dinamismo anímico e corporal, o corpo torna-se metáfora da vida psíquica e espiritual (MASSIMI, 2012, p. 253)

Um corpo que se relaciona consigo, com a família, com a cidade – um lugar de identidade; que se transforma e participa do processo de transformação do seu entorno como pontuado em trechos do relato, a exemplo da relação com o filho e filha onde, no início do texto, vê-se que o pensar esta relação sugere a responsabilidade e o cuidado com os mesmos: um corpo de mãe. Posteriormente, os filhos surgem como companheiros, cúmplices na realização do sonho, desejo que manifesto. Com eles as experiências vividas ficam na ordem do transcender tempo-espço, a exemplo da imagem dos rastros das bicicletas na areia da praia que conectavam mãe e filho evocando a sensação de impermanência. E a imagem-símbolo do encontro mãe e filha, no ponto de chegada da viagem que se propuseram realizar juntas, um ponto que, geograficamente, representa a maior

altitude alcançada no percurso e ali, olho no olho, acolhida por minha filha, entrego meu corpo aos seus braços, unidas pelo sentimento de gratidão.

Nota-se que se trata de um corpo que se abre para o novo, para o mundo, amplia espaços externos e internos, experimenta a sensação de estar livre, de transitar e ocupar os espaços. Uma possível resposta ao questionado por Tuan (1983, p.56), “como o espaço e a experiência de espaciosidade estão relacionados com o sentido humano de competência e liberdade”: espaço, no que se refere à necessidade biológica, psicológica, social e espiritual e, espaciosidade, relativa à sensação de bem-estar, liberdade. (TUAN, 1983, p. 35).

Ainda no que se refere à questão do espaço, Tuan (1983) pontua:

Um instrumento ou máquina aumenta o mundo da pessoa quando ela sente que é uma extensão direta de seus poderes corporais. Uma bicicleta amplia a sensação de espaço do homem [...]. (TUAN, 1983, p. 60)

A sensação de espaço como necessidade biológica, psicológica, social e espiritual, experimentada num corpo sobre duas rodas, a bicicleta, fica evidenciada ao longo do relato analisado. Assim, título de ilustração e identificação, transcrevo o poema de Keleman (2001), que sintetiza o relato de sensações corporais vividas numa manhã de julho, no *deck* de sua casa, em seguida, pega sua bicicleta e sai pedalando, estado de espírito e postura receptivos, fronteiras porosas. (KELLEMAN, 2001, p. 113).

#### EU ESTOU EXPERIENCIANDO

o endomorfo, o mesomorfo e o ectomorfo  
das camadas do meu corpo na laguna,  
pedalando da eternidade em direção  
ao meu futuro, parte de uma cadeia infinita  
de formas humanas em mutação.  
Eu vejo que essa realidade somática é o  
meu mito  
(KELLEMAN, 2001, p. 115).

## 7 CONSIDERAÇÕES CIRCULARES

Optar por realizar uma pesquisa em que seu objeto é a experiência subjetiva da pesquisadora, já disse, não é tarefa fácil, mas abriu possibilidades para tantas outras construções que extrapolaram o fazer acadêmico e, embora exausta, afinal a briga entre Cronos e Kairos foi intensa, me pego a pensar que agora é que juntei as ideias, organizei e vou começar a pesquisa. Tal afirmativa, me surpreende, mas releio e me dou conta do sentido que faz no contexto da pesquisa realizada. Sim! Esta tese se encerra aqui, mas seu objeto continua no mundo das experiências, transformando e sendo transformado no processo de desenvolvimento contínuo e circular, paradigma que, na opinião de Samuels (1985), sustenta a escola de psicologia arquetípica de Hillman (PETRAT, 1994, p. 85).

A noção de circularidade encerra a ideia de que cada elemento da personalidade é visto como estando sempre presente e sempre tendo estado, e que cada evolução é explicada como o desenvolvimento em si mesmo, na natureza que sempre esteve presente.

Gosto da ideia de circularidade, remete a ciclo, uma palavra com origem no termo grego *kýklos*, que significa uma série de fenômenos cíclicos, ou seja, que se renovam de forma constante. Ocorrem sucessivamente numa ordem determinada, durante um espaço de tempo, como por exemplo, ciclo menstrual que se relaciona com outros ciclos como da lua, da maré. Esta pesquisa reflete esta ideia de circularidade tendo em vista que os processos na experiência narrados e a própria experiência em si sugerem um vir a ser, sendo, justificando assim, o título recebido: “CICLOMETANOIA”: POÉTICA DE UM CORPO FEMININO SOBRE DUAS RODAS.

O termo “Ciclometanoia”, um neologismo, pois desconheço seu uso anterior a esta pesquisa, emergiu na etapa de análise, a partir da compreensão que define o processo tanto da experiência quanto do que foi experimentado a partir dela na construção desta tese. Formado pela junção das palavras ciclo, que remete a circularidade, roda, bicicleta, mais a palavra metanoia, mudança de rota, contempla a ideia dos ciclos da vida experimentados de diferentes formas no mesmo intervalo de tempo e que a metanoia não se restringe a uma fase, é cíclica: um ponto visitado, na volta seguinte será revisto, pois, ainda que sendo a metanoia um fenômeno pessoal, são inúmeras as variáveis que exercem influência sobre o mesmo. Assim,

ciclometanoia pode ser definida como a experiência cíclica da metanoia, na metanoia.

Conforme proposto no título, a pesquisa versou sobre aspectos da experiência que vivi, num corpo de mulher, ao me lançar no desafio de aprender a pedalar considerando os processos internos que foram fomentados simultâneo e a partir desta decisão.

O aprendizado de uma nova habilidade, especialmente relacionada ao corpo e numa fase considerada já não tão propícia, com questões que envolvem o processo natural de envelhecimento, demandou que acessasse recursos internos e externos, diante dos quais me surpreendia a cada dia e, durante a construção desta pesquisa, foi evidenciado que parto de mim, mas que faço isto porque sou parte de um todo e represento uma parte deste todo, tantas outras mulheres/pessoas que vivenciam/vivenciaram situações semelhantes, respeitando que cada indivíduo tem a sua própria história, a que viveu e a que conta, que não há mapas que possam orientar sua jornada interior mas, podemos olhar para outros mapas disponíveis e identificar pontos de encontros.

Cartografar a experiência constitui-se como parte do processo de engajamento da pesquisadora com o objetivo da sua pesquisa. No tempo em que fazia a análise, novas percepções de mim surgiam impulsionando novas aberturas do *self*; desta forma, a escrita da tese se constitui na síntese da experiência. Neste sentido, ratifico a acertada escolha do método autoetnográfico, pois nenhum outro caminho contemplaria o que aqui se apresenta.

Desta forma, ratificamos a importância deste método que permite o engajamento dos pesquisadores que o adotam, na medida em que se permitem relatar suas experiências e as que forem vividas durante o processo de pesquisa, tanto aquelas que envolvem a relação com o campo de pesquisa como consigo. Ressaltando a importância de pesquisas em torno de temas que destaquem o protagonismo das mulheres, sua relação com o corpo e o processo do envelhecimento; o uso da bicicleta como formas de cuidado com a saúde e de resistência ao bio-poder sobre seus corpos; sobre o cuidado com meio ambiente e as formas dos indivíduos se relacionarem com a cidade.

Todavia, é imprescindível atentar, como em toda pesquisa, que deverão ser pautadas em princípios éticos, mesmo aquelas que dizem respeito a si, pois, mesmo

estas, remetem a pessoas e situações do seu entorno. Importante estar atenta que as experiências são únicas e entrelaçadas aos objetivos que se propõem e, para tanto, precisamos abrir mão do julgamento, censura e autocrítica que cerceiam a espontaneidade e comprometem a criatividade, condições essenciais para a mudança que nos propomos através de um trabalho significativo para nós e para os demais, acreditando que através da experiência vivida e relatada podemos sensibilizar o mundo às transformações que desejamos.

Por fim, esperamos que a autoetnografia continue sendo mais do que um método de pesquisa, pois nos instiga viver e escrever a vida de forma honesta, complexa e apaixonada, possibilitando-nos contar a história, seja a nossa ou dos outros, olhar para ela, perceber como nos afeta e nos transforma - um vetor que nos impulsiona a construir nosso futuro juntos.

Assim, ao encerrar este ciclo, quero aqui registrar minha intenção que esta pesquisa faça sentido para as pessoas que a ela tiverem acesso, assim como o fez para mim; que suscite novas pesquisas, aprofundando, ampliando temas aqui sinalizados mas que, na busca de cumprir o objetivo proposto, não foram explorados. Neste sentido, enquanto pesquisadora, adotei a filosofia que incorporei ao andar de bicicleta: olhar em frente, seguir o fluxo sem perder de vista o entorno, mas sem a pretensão de dar conta de tudo e só levar comigo o estritamente necessário - ser franciscana.

A vida de todo ser humano é um caminho em direção a si mesmo, a tentativa de um caminho, o seguir de simples rastro. Homem algum chegou a ser completamente ele mesmo; mas todos aspiram a sê-lo, obscuramente alguns, outros mais claramente, cada qual como pode. Todos levam consigo até o fim, viscosidades e cascas de ovo de um mundo primitivo. Há os que não chegam jamais a ser cascas de ovo de um mundo primitivo. Há os que não chegam jamais a ser homens, e continuam sendo rãs, esquilos ou formigas. Outros que são homens da cintura para cima e peixes da cintura para baixo. Mas, cada um deles é um impulso em direção ao ser. Todos temos origens comuns: as mães; todos proviemos do mesmo abismo, mas cada um - resultado de uma tentativa ou de um impulso inicial - tende a seu próprio fim. Assim é que podemos entender-nos uns aos outros, mas somente a si mesmo pode cada um interpretar-se. (HESSE, 2011, p. 16)

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ADAMS, Tony E.; ELLIS Carolyn. STACY, Holman Jones. **Autoethnography**. The International Encyclopedia of Communication Research Methods. 2017. DOI: 10.1002/9781118901731.iecrm0011. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/318858682\\_Autoethnography](https://www.researchgate.net/publication/318858682_Autoethnography). Acesso em: 21 maio 2020
- AUGÉ, Marc. **Elogio da Bicicleta**. AUGÉ, Marc. Éloge de la bicyclette. Paris: Éditions Payot & Rivages, 2010.
- BERALDO, Beatriz; BOM, Olga. A moda sobre rodas: bicicletas, vestuários e comportamentos femininos. **NAUS**-Revista Lusófona de Estudos Culturais e Comunicacionais. V. 2, n1. 2019. Disponível em: <https://www.revistas.ponteditora.org/index.php/naus/article/view/154/108>. Acesso em: 21 maio 2020
- BEAUVOIR, Simone de. **Memórias de uma moça bem-comportada**. Tradução: Sérgio Milliet. 5. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. 2017
- BEAUVOIR, Simone de. **A força da idade**. (Tradução: Sérgio Milliet). 5. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. 2017
- BOSI, Ecléa. **Sugestões para um jovem pesquisador**. In: \_\_\_\_\_. **O tempo vivo da memória: ensaios de psicologia social**. São Paulo: Ateliê Editorial, 2003.
- BACHELARD, Gaston. **A Poética do Espaço**. In: Os Pensadores XXXVIII. 1. ed. São Paulo: Abril Cultural, 1978.
- BASSO, Theda; PUSTILNIK, Aidda. **Corporificando a consciência: teoria e prática da Dinâmica Energética do Psiquismo**. São Paulo: Instituto Cultural Dinâmica Energética do Psiquismo. 2000.
- BOSZORMENYI-NAGY, Ivan; SPARK, M. Geraldine. **Lealdades invisibles**. Buenos Aires: Amarrotu, 2003.
- CERVENY, Ceneide Maria de O. **Intergeneracionalidade: heranças na produção do conhecimento**. São Paulo: Roca, 2011.
- CERVENY, Ceneide Maria de O.; BERTHOUD, Cristiana Marcadante Esper. **Família e ciclo vital: nossa realidade em pesquisa**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.
- CONGER, John P. **Jung e Reich: o corpo como**. São Paulo: Summus, 1993.
- DEL PRIORI, Mary. **História do Amor no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2005
- DEL PRIORE, Mary (Org.). **História das mulheres no Brasil**. Coordenação de textos de Carla Bassanesi. São Paulo: Contexto, 1997.
- DELEUZE, G.; GUATTARI, F. **Mil platôs: do capitalismo à esquizofrenia**. Rio de Janeiro: Editora 34, 1997. v. 1.
- ELLIS, C.; ADAMS, T. E.; BOCHNER, A. P. **Autoetnografia: un panorama**. Astrolabio, [S. l.], n. 14, p. 249–273, 2015.
- ELLIS, C.; ADAMS, T. E.; BOCHNER, A. P. **Autoetnografy**. New York: Oxford University Press. Astrolabio, 2015

ELLIS, C.; ADAMS, T. E.; BOCHNER, A. P. Autoetnografia: un panorama. In: Silvia M. Bénard Calva. **Autoetnografía Una metodología cualitativa**. Selección de textos. Universidade Autónoma de Aguascaliente. México, 2020.

ERICKSON, F. **Ethnographic microanalysis of interaction**. In: The Handbook of Qualitative Research in Education. N.Y.: Academic Press, 1992. p. 283-306.

FREUD, Sigmund. **Três ensaios sobre a teoria da sexualidade**. In: Obras psicológicas completas de Sigmund Freud: edição standard. v. 7. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

HARKOT, Marina Kohler. **A bicicleta e as mulheres: Mobilidade ativa, gênero e desigualdades socioterritoriais em São Paulo**. São Paulo, 2018. Edição revisada. 192p.

HARKOT, Marina Kohler. **Mulheres e bicicletas em São Paulo: reflexões sobre gênero, mobilidade ativa e desigualdades no uso do espaço urbano**. **Anais XVIII ENANPUR** 2019. Disponível em: <http://anpur.org.br/xviiienanpur/anaisadmin/capapdf.php?reqid=696>

HESSE, Herman. **Demian**. Rio de Janeiro: Record. 2011

HILLMAN, James. **A força do caráter e a poética de uma vida longa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

JUNG, C.G. **Memórias, sonhos, reflexões**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2006.

JUNG, C.G. **O homem e seus Símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.

JUNG, C.G. **Aion – estudos sobre o simbolismo do si-mesmo**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2008.

JUNG, C.G. **A natureza da psique**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2009.

JUNG, C. G. **Psicologia e religião**. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes. 1971.

JUNG, C.G. **Símbolos da transformação**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2020.

KAST, Verena. **A alma precisa de tempo**. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2016.

KELEMAN, Stanley. **Mito e corpo: uma conversa com Joseph Campbell**. São Paulo: Summus Editorial. 2001

LELOUP, Jean-Yves. **Introdução à fenomenologia dos itinerários espirituais**. In: Terapeutas do Deserto: de Filon de Alexandria e Francisco de Assis a Graf Durckheim. 4. Ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

LEVI-STRAUSS, Claude. **As estruturas elementares de parentesco**. Tradução: Mariano Ferreira. 2 ed. Petrópolis: Vozes, 1982.

LE BRETON, David. **A sociologia do Corpo**. (Tradução: Sonia S.M. Fuhrmann). 4 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

LE MOS, Letícia Lindenbergh et al. **Mulheres, por que não pedalam? Por que há menos mulheres do que homens usando bicicleta em São Paulo, Brasil?** Revista Transporte y Territorio, n.16, p. 68-92, 2017.

LELOUP, Jean Yves. **O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial**. Petrópolis: Vozes, 2004.

LEVINAS, Emmanuel. **Entre nós**. 5 ed. Petrópolis, RJ: Vozes. 2010.

LEVINE, Peter A. **O despertar do tigre: curando o trauma**. 3. ed. São Paulo: Summus. 1999.

LIPTON, Bruce H. **Biologia da crença: ciência e espiritualidade na mesma sintonia: o poder da consciencia sobre a matéria e os milagres**. São Paulo: Butterfly Editora. 2007.

LOWEN, Alexander. **O corpo em terapia: a abordagem bioenergética**. 9. ed. São Paulo: Summus . 1977.

\_\_\_\_\_. **Bioenergética**. 10. ed. São Paulo: Summus. 1982.

\_\_\_\_\_. **O corpo em depressão**. 7. ed. São Paulo: Summus.1983.

\_\_\_\_\_. **Medo da vida**. 8. ed. São Paulo: Summus. 1986.

\_\_\_\_\_. **Alegria: entrega ao corpo**. 2. ed. São Paulo: Summus.1997.

MACY, Sue. **Whells of change: how women rode the bicicle to freedom (with a few flat tires along the way)**. Washington: National Geografic Magazine, 2017. 96p.

MASSIMI, Marina (org). **A novela de predestinado peregrino e seu irmão Precito (1682): compendio dos saberes antropológicos e psicológicos dos jesuítas no Brasil colonial**. São Paulo: Edições Loyola. 2012.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; GUERRIERO, Iara Coelho Zito. **Reflexividade como éthos da pesquisa qualitativa**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro , v. 19, n. 4, p. 1103-1112, Apr. 2014 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232014000401103&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000401103&lng=en&nrm=iso)>. access on 02 May 2021. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014194.18912013>.

MOREIRA, Lúcia Vaz de Campos; RABINOVICH, Elaine Pedreira. **Família e parentalidade: olhares da psicologia e da história**. São Paulo: Juruá. 2011

OLIVEIRA, V. M. de; SATRIANO, C. R. **Narrativa autobiográfica do próprio pesquisador como fonte e ferramenta de pesquisa**. Linhas Críticas, [S. l.], v. 23, n. 51, p. 369–386, 2017. DOI: 10.26512/lc.v23i51.8231. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/linhascriticas/article/view/8231>.

PIERRON, Jean-Philippe. **Le climat familial. Une poétique de la famille**. Paris: CERF, 2009.

PRÉLAT, Jane R. **Envelhecer: os anos de declínio e a transformação da última fase da vida**. São Paulo: Paulos, 1997.

RABINOVICH, Elaine PEDREIRA. **Canto e Cantos**. In: RABINOVICH, Elaine PEDREIRA; BASTOS; Ana Cecília de Sousa; SILVA, Maria Angélica Vitoriano de; LEAL, Teresa Cristina Merhy (Org.). **Autoetnografia colaborativa e investigação autobiográfica: a casa, os silêncios e os pertencimentos familiares**.1 ed. Curitiba: Juruá, 2016, p.191-198.

REICH, Wilhem. **A função do orgasmo**. 15 ed. São Paulo: Editora Brasiliense. 1975.

\_\_\_\_\_. **Análise do caráter**. 2 ed. São Paulo: Martins Fontes. 1995.

\_\_\_\_\_. **Escute Zé-Ninguém** 2 ed. São Paulo: Martins Fontes. 2007.

SANTOS, Silvio Matheus Alves. **O método da autoetnografia na pesquisa sociológica**: atores, perspectivas e desafios. PLURAL, Revista do Programa de Pós-Graduação em Sociologia da USP, São Paulo, v.24.1, 2017, p.214-241

SOUZA, Cinthia Barreto Santos. **A poética da resiliência em família: vozes de dor que narram a beleza da superação**. Tese (Doutorado) - Superintendência de Pesquisa e Pós-Graduação. Doutorado em Família na Sociedade Contemporânea da Universidade Católica do Salvador, Salvador, 2015.

SILVA, Maria Angélica Vitoriano da. **Minhas casas**. In: RABINOVICH, Elaine PEDREIRA; BASTOS, Ana Cecília de Sousa; SILVA, Maria Angélica Vitoriano de; LEAL, Teresa Cristina Merhy (Org.). **Autoetnografia colaborativa e investigação autobiográfica: a casa, os silêncios e os pertencimentos familiares**.1 ed. Curitiba: Juruá, 2016, p.237-241.

SOUZA, Cinthia Santos; MOREIRA, Cristiane Cavalcanti; BRITO, Eliana Sales; FREITAS, Juliana Viana; ROSAS, Maria Lúcia Garcia; AMORIM, Rita da Cruz; SÁ, Sumaia Midlej Pimentel. **Rotas Metodológicas de um Barco à Deriva**. In: RABINOVICH, Elaine PEDREIRA; BASTOS, Ana Cecília de Sousa; SILVA, Maria Angélica Vitoriano de; LEAL, Teresa Cristina Merhy (Org.). **Autoetnografia colaborativa e investigação autobiográfica: a casa, os silêncios e os pertencimentos familiares**.1 ed. Curitiba: Juruá, 2016, p.25-34.

SENNET, Richard. **Carne e Pedra**. (Tradução: Marcos Aarão Reis). 5 ed. Rio de Janeiro: BestBolso, 2020.

TASSARA, Eda Terezinha de Oliveira. RABINOVICH, Elaine Pedreira. **A invenção do urbano e o poético: uma cartografia afetiva: estudo sobre o bairro paulistano da Barra Funda**. In E. T. O. Tassara (Org.), **Panoramas interdisciplinares: para uma psicologia ambiental do urbano** (pp. 211-267). São Paulo: EDUC / FAPESP, 2001

TUAN, Yi-Fu. **Espaço e lugar: a perspectiva da experiência**. (Tradução: Livia de Oliveira). São Paulo: DIFEL, 1983.

WHITMONT, Eduardo C. **A busca do símbolo**: conceitos básicos de psicologia analítica. São Paulo: Cultrix. 2008

WILLARD, Frances E. **Wheel within a Wheel**. New York: F. H. Revel, 1997

APÊNDICE A - CARTOGRAFIA

