

## VIVER MELHOR



DIRETO DA ÁUSTRIA

### Nós testamos: Método da mimossonância 'vale mais que mil terapias freudianas'

Publicada em 20/03/2008 às 12h45m

*Bianca Kleinpaul - O Globo Online*

RIO - Não se espante se nunca ouviu falar neste nome: mimossonância. Nem mesmo dando um Google a resposta vem facilmente. Trata-se de um método criado pelo terapeuta W. Samuel Bartussek, um austríaco que já aportou por aqui como ator e está de volta ao Brasil para mostrar sua técnica peculiar, que "estimula o processo de conscientização do ser, fazendo, além disso, um trabalho de aconselhamento e cura". (Opine: você já usou alguma terapia alternativa para lidar com problemas emocionais?)



Conhecida pela fama de estressada, fui escalada pela editora do Viver Melhor para uma consulta e (por que não?) "perder os bloqueios e liberar o meu potencial", como avisa o prospecto da sessão. Não seguidora de nenhuma terapia alternativa, lá fui eu conferir o tal método "inovador". Saí de lá 1h30 depois com uma leveza de quem tinha feito 1.783 sessões de psicanálise freudiana (a única forma terapêutica experimentada antes por mim).

Então vamos tentar explicar como funciona a tal mimossonância.

O método - que vem das palavras *mimos*, de mímica, expressão corporal + *sonância*, que produz som - consiste em você definir em uma frase o que te atormenta no momento. Algo como "ando estressada com meu chefe" ou "não agüento mais meu marido" (não que eu tenha dito isso...). Em seguida, você diz o objetivo de sua cura. Pode ser algo como "quero ser mais paciente", "encontrar a paz de espírito", "ser mais compreensiva", "menos autoritária", "mais amável" e por aí vai. Bartussek vai corrigir todas essas frases, provavelmente. Ele vai mandar você dizer "Eu sou tranquila" ou "Eu sou amada". Nada de "quero ser mais isso" ou "desejo menos aquilo". Tem que ser uma afirmação direta. Ela vai ser seu mantra!

**Você define em uma frase o que te atormenta. Em seguida, diz o objetivo de sua cura**

Se você tiver dúvida da frase ou a palavra que mais vai te ajudar, o terapeuta recorre ao reconhecimento do campo magnético. Você solta a voz e ele vê se sua aura está mais aberta ou mais fechada para aquela ou esta afirmação. Decidido seu mantra (ou sua frase objetivo de vida), ele pergunta o que tem acontecido com você nos últimos meses. E pode ser desde um "pé na bunda", perda de um parente querido, desentendimento no trabalho, mudança de casa etc.

A capacidade de Bartussek de se conectar com o campo magnético da outra pessoa é a chave de toda a terapia. O fato de ser artista e terapeuta corporal também ajuda. Depois de você fornecer sua pequena ficha e resumir o que o aflige, é hora de o terapeuta "entrar no seu inconsciente" e tornar visível no corpo

**Se você tiver dúvida, o terapeuta recorre ao reconhecimento do campo magnético.**

dele - através de movimentos cênicos - nossos traumas de infância, adolescência e expressar nosso momento atual (no meu caso foi procurando um chão!!!). Confuso? Imagine um teatro alternativo com um ator se contorcendo e representando dores, raivas, gritos, aflições, angústias, felicidade etc. E aí você vai se reconhecendo e fazendo sua interpretação.

**Decidido seu mantra, ele pergunta o que tem acontecido com você**

---

Ao final, Bartussek volta a si e faz a interpretação de cada movimento do corpo dele. Você escuta como em uma sessão de psicanálise às avessas. Sabe tudo que você um dia esperou ouvir de seu analista? A mimossonância faz. Ao final, ele aconselha um exercício com chacras e o seu mantra. No meu caso, ele mandou repetir por 28 dias - por causa do ciclo da Lua - a tal frase.

Bartussek está no Brasil oferecendo sessões individuais como a minha até o dia 28 de março. Nos dias 29 e 30, ele oferece um workshop no espaço Aldeia do Sol, em Miguel Pereira, interior do estado do Rio. O seminário é mais dirigido para terapeutas corporais e espirituais, e profissionais de várias áreas que trabalham com a cura. Mas qualquer um em busca do auto-conhecimento pode experimentar esta viagem pelo que está escondido no nosso inconsciente.

**A capacidade de Bartussek de se conectar com o campo magnético da outra pessoa é a chave de toda a terapia**

---

*Método de mimossonância: Até dia 28 sessões individuais no Largo dos Leões, Humaitá. Workshop dias 29 e 30 na Aldeia do Sol, em Miguel Pereira. Informações pelo telefone (21) 9219-4319, com Paula Duarte. Preço sob consulta.*

© 1996 - 2008 Todos os direitos reservados a Infoglobo S/A. Este material não pode ser publicado, transmitido por broadcast, reescrito ou redistribuído sem prévia autorização.

---