MARÍLIA FREIRE

MERGULHO "LIVRE": DESVELANDO EMOÇÕES E SENSAÇÕES

RIO CLARO
ESTADO DE SÃO PAULO – BRASIL
Novembro/2005

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

MARÍLIA FREIRE

MERGULHO "LIVRE": DESVELANDO EMOÇÕES E SENSAÇÕES

Dissertação apresentada ao Instituto de Biociências do Campus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para a obtenção do Título de Mestre em Ciências da Motricidade – Área: Pedagogia da Motricidade Humana.

Orientadora: Profª Drª Gisele Maria Schwartz

RIO CLARO
ESTADO DE SÃO PAULO – BRASIL
Novembro/2005

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

796.14 Freire, Marília
F866m Mergulho livre : desvelando emoções e sensações / Marília Freire. – Rio Claro : [s.n.], 2005
150 f. : il., fots.

Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro
Orientador: Gisele Maria Schwartz

1. Recreação. 2. Lazer. 3. Atividades físicas de aventura na natureza. 4. Mergulho. I Título.

Ficha Catalográfica elaborada pela STATI – Biblioteca da UNESP
Campus de Rio Claro/SP

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

BANCA EXAMINADORA

_____

Profa. Dra. Gisele Maria Schwartz
Orientadora

_____

Prof. Dr. Afonso Antonio Machado
Membro

_____

Prof. Dr. Valério José Arantes
Membro

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

DEDICATÓRIA

Hoje, estou com quarenta anos, dos quais boa parte deles tenho me dedicado ao conhecimento via experimentação. Caminho difícil ao qual tenho percorrido com muita dedicação, bom humor e determinação.

Meu marido e meus três filhos tiveram muita influência sobre esta “aventura” que foi uma conquista conflitante, mas também muito emocionante e prazerosa, mas que me moveram sempre para frente.

Aprendi diferentemente muito, com cada um deles e também com meus pais e irmãos, e mesmo que, hoje, meu pai esteja em outra dimensão, continuo a aprender muito com ele.

Obrigada por vocês serem assim do jeito que vocês são e desculpa por eu ser assim do jeito que sou, mas amo todos vocês, imensuravelmente pra sempre.

Aos meus grandes e infinitos amores,

Meus pais, Brito e Bélgica,

Meus irmãos, Mônika, Morgana e Marcelo,

Meu marido e meus filhos,Vinícius, Ana Clara, Ravel e Renan...

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

AGRADECIMENTOS

À um SER SUPREMO, que eu nunca vi, mas que existe e está sempre comigo, que eu posso sentir em cada respirar e também em cada bloqueio de respiração, que posso sentir no cheiro das flores, plantas e maresia, que posso sentir no afeto das mãos que eu toco e que me toca, que posso sentir no barulho do silêncio e em tudo que faço, penso e sinto.

Aos educadores que brilhantemente souberam questionar e me embalar no ritmo do conhecimento, deliciando em cada desafio e avanço, aprimorando minha leitura e escrita, mas acima de tudo me fazendo melhorar como ser humano. Agradeço, em especial ao Afonso, meu professor e ao Prof. Valério.

Em especial a minha orientadora Gisele, que nunca me fez desistir dos meus objetivos, que sempre me incentivou a prosseguir quando nem eu mesma encontrava forças e que sempre acreditou em meu potencial. Como ela mesma um dia disse: “Existem coisas pelas quais a gente tem que passar...” e conviver com ela durante todo esse tempo foi uma das melhores coisas que me aconteceram, pois aprendi que tudo vale a pena se a alma não é pequena!

A todos os integrantes do LEL – Laboratório de Estudos de Lazer da Unesp, em especial à Jossett, que não é Amélia, mas uma mulher de verdade, organizada, compromissada e amiga, sempre disposta a ajudar nos piores e melhores momentos; a Laís, que com sua simplicidade e meiguice soube me confortar com suas sábias palavras ao dizer que nem sempre as coisas acontecem quando queremos, mas quando chega a hora, elas acontecem e o sabor é diferente; a Vivi, prática e direta, mas que às vezes parece uma criança, sorrindo e fazendo palhaçadas, contagiando quem está perto amenizando a angústia e deixando os momentos muito mais engraçados; a Fernanda, sensata, coerente e organizadíssima, a qual pude conviver por pouco tempo, mas que contribuiu muito para minha vida; a Dani, Jacky, a Flávia, ao Sandro, enfim, pessoas que ao longo do curso tornaram-se uma equipe, algumas vezes fortes outras fracas,

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

com membros iguais, mas também diferentes, mas acima de tudo seres verdadeiramente humanos em toda sua diversidade.

Ao meu grande amigo e marido Marcos Vinícius Abrão Freire, generoso, sensível, ético e de um caráter inquestionável, que se fez mãe e pai ao mesmo tempo, parceiro e cúmplice, foi um verdadeiro herói, um vencedor, o melhor, *the best.* Amo muito, mesmo nos seus piores momentos.

Ao meu sogro Samuel Rodrigues Freire, um sábio, uma pessoa que somente o silêncio pode dizer a importância de sua presença e ação, pois mesmo calado diz o que muitas pessoas não conseguem dizer falando.

Agradeço também a empresa *Overdive*, localizada na cidade de São José dos Campos/SP, a *Acquanautas* de Curitiba/PR e a *Mister Dive,* da cidade de Rio Claro/SP que me ajudaram a colher dados para esta pesquisa.

As demais pessoas que, se eu fosse listar, teria que fazê-lo muito antes de começar o mestrado e talvez jamais terminaria, isso só vem confirmar, nós, enquanto seres incompletos e inacabados, agradeço a eles por isso.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Há um menino, há um moleque

Morando sempre no meu coração

Toda vez que o adulto balança

Ele vem pra me dar a mão

Há um passado no meu presente

Um sol bem quente lá no meu quintal

Toda vez que a bruxa me assombra

O menino me dá a mão

E me fala de coisa bonitas

Que eu acredito que não deixarão de existir

Amizade, palavra, respeito, caráter, bondade

Alegria e amor

Pois não posso, não devo, não quero

Viver como toda essa gente insiste em viver

E não posso aceitar sossegado

Qualquer sacanagem ser coisa normal

Trecho da música *Bola de meia bola de gude* de Milton Nascimento

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

RESUMO

Este estudo – *Mergulho "livre": desvelando emoções e sensações* – objetivou investigar as sensações e emoções que permeiam os praticantes dessa atividade física de aventura na natureza, no âmbito do lazer. A metodologia utilizada foi composta de revisão de literatura combinada com pesquisa exploratória, utilizando-se como instrumento para coleta dos dados uma entrevista semi-estruturada. A amostra selecionada para estudo constou de 30 participantes, de ambos os sexos e faixa etária entre 29 a 40 anos, praticantes regulares de mergulho, há mais de 1 ano. Os dados coletados foram analisados descritivamente, por meio da técnica de Análise de Conteúdo Temático, o que permitiu constatar que, os valores sociais e afetivos advindos da prática do mergulho autônomo permitem contribuir para o bem-estar bio-psico-social, para um estilo de vida mais saudável e para a Educação para o lazer, com reverberações no modo de viver de uma sociedade.

PALAVRAS-CHAVE: Lazer, Atividades Físicas de Aventura na Natureza, Mergulho, Emoções, Sensações.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

ABSTRACT

This study – Diving “free": unveiling emotions and sensations - it objectified to investigate the sensations and emotions that permeate the practitioners of this physical activity of adventure in the nature, in the scope of the leisure. The used methodology was composed of revision of literature combined with exploratory research, using itself as instrument for collection of the data a half-structuralized interview. The sample selected for study consisted of 30 participants, of both the sex and ages enters the 29 40 years, regular practitioners of diving, has 1 year more than. The collected data had been analyzed descriptive, by means of the technique of Analysis of Thematic Content, what it allowed to evidence that, the social values and affective happened of the practical one of the independent diving they allow to contribute for bio-psycho-social well-being, a style of more healthful life and for the Education for the leisure, with reverberations in the way of living of a society.

KEY-WORDS: Leisure, Physical Activities of Adventure in the Nature, Diving, Emotions, Sensations.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

SUMÁRIO

		Páginas
1º MERGULHO-	INTRODUÇÃO	13
	1.1 - Anzol: o fio condutor.....	14
2º MERGULHO-	REVISÃO DE LITERATURA	22
	2.1 - Contexto histórico-social do lazer e as AFAN.....	23
	2.2 - O mundo do silêncio	31
	2.2.1 - História do mergulho	32
	2.2.2 - Tipos de mergulho	34
	2.3 - Diário de Bordo.....	36
	2.3.1 - Sensação: matéria prima da percepção	36
	2.3.2 - Efeito da motivação sobre a percepção.....	42
	2.3.3 - Cognição.....	43
	2.3.4 – Experimentando a natureza	45
	2.4 - Emoção: o sexto sentido do ser humano?.....	49
	2.4.1 - A emoção da experimentação	49
	2.4.2 - A emoção como um motivador	52
	2.4.3 - Os estados de ânimo e as AFAN.....	54
	2.5 - Livre para mergulhar: livre para ser lúdico.....	56
	2.5.1 - Mergulho “livre”.....	56
	2.5.2 – Mergulhador: uma questão de liberdade de escolha.	63
3º MERGULHO-	MERGULHANDO NO MÉTODO E SUAS REGRAS.....	68
	3.1 – Justificativa.....	70
	3.2 – Objetivo....	72
	3.3 – Natureza da pesquisa.....	73
	3.4 – Procedimento.....	73
	3.5 - Instrumento.....	75
	3.6 – Sujeitos.....	76
4º MERGULHO-	ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	77
	4.1 – Análise e interpretação dos dados.....	78
	4.2 – Formação dos indicadores.....	79
	4.3 – Discussão dos resultados.....	91

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

5º MERGULHO- A SENSAÇÃO DO ÚLTIMO MERGULHO..... 132

REFERÊNCIAS..... 142

ANEXO I..... 149

O RIO TEJO..... 150

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

LISTA DE ANEXO

Anexo nº 1	Entrevista Definitiva	Pág. 149

LISTA DE CHARGES

Charge 1	Tipos de mergulho	Pág. 94
Charge 2	Visão Funcionalista do Mergulho	Pág. 104

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

1º MERGULHO - INTRODUÇÃO

Eu não tenho filosofia: tenho sentidos...

Se falo na Natureza não é porque saiba o que ela é.

Mas porque a amo, e amo-a por isso,

Porque quem ama nunca sabe o que ama

Nem sabe por que ama, nem o que é amar...

Amar, é a eterna inocência,

E a única inocência não pensar...

Fernando Pessoa (1995, p. 137).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

1.1- Anzol: o fio condutor

Chega-se ao século XXI com muitos acontecimentos, os quais evidenciam que a sociedade contemporânea está sofrendo profundas mudanças no estilo de vida e na organização social como um todo. Crescem, a cada dia, os traços da globalização conduzidos pela expansão tecnológica, a falta de espiritualidade em relação à natureza e a falta de sensibilidade em relação à própria vida. Do ponto de vista da sensibilidade, a modernidade parece marcar uma era insensível, de "crise" da sensibilidade corporal, sendo, de certa forma, uma crise que advém de "[...] um certo modo de conhecer (e de relacionar com) o mundo, característico dos tempos modernos" (DUARTE JR., 2001, p. 15).

Causas ou sintomas derivados de vários fatores, tais como: a grande valorização da civilização referente ao viver conceitos de riqueza, no qual criou-se um mundo dicotômico, onde o homem e a experimentação estão em constantes contradições; a dualidade entre corpo e mente, entre razão e emoção e o grande questionamento que se faz é em relação à atitude e ao comportamento do profissional em sua prática pedagógica diária e à forma como ele lida com o corpo em movimento, diante dessas desconsiderações referentes à percepção, à sensibilidade e à emoção.

Todos estes questionamentos e constatações se referem à grande dificuldade dos indivíduos em superar conceitos, crenças e atitudes arcaicas, agindo adequadamente, resgatando a capacidade de relacionar-se consigo próprio e com a natureza, de forma a que esse relacionamento possa ser o mais diversificado e integrado possível, por meio dos sentidos.

Atribui-se a crise da modernidade que assola a motricidade humana, não somente aos profissionais que lidam com o corpo, mas a todos os habitantes, a um pensamento muito mais individual do que coletivo, numa crescente valorização de aspectos corporais ligados à estética, à cosmética e à dietética, em demasia, destacando a necessidade de conhecer e

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

controlar tudo o que se refere à alimentação, à prática de atividades físicas destinadas a modificar as linhas e formas corporais e as cirurgias plásticas e inserções de próteses e, também, a todo tipo de investimento referente a produtos de beleza e higiene, como enfatiza Sant'Anna (2002). Entretanto, tão importante quanto levantar as causas ou sintomas da crise da modernidade instalada na sociedade contemporânea é entender o significado das práticas corporais vivenciadas no contexto social.

Para tanto, será necessário descrever o desenvolvimento histórico social ao longo dos anos, retratando uma sociedade que, por força das circunstâncias, tem sido sedentária, mas, agora, com a crescente conscientização das ressonâncias negativas deste sedentarismo, está sutilmente se tornando uma sociedade com maior preocupação em vencer a inatividade, sob pena de deterioração total do corpo, buscando alternativas de envolvimento com experiências mais saudáveis e aproveitando os finais de semana, feriados e meses de férias, para fugir temporariamente da rotina do cotidiano, em busca de vivenciar atividades diferentes daquelas normalmente vividas durante a semana.

Na sociedade industrial, as atividades profissionais, os afazeres domésticos, as pessoas e, até mesmo, as atividades no contexto do lazer, vivenciadas no espaço urbano, já não satisfazem mais as expectativas de pessoas preocupadas em ampliar os níveis qualitativos da existência, procurando formas de se distanciarem do sistema seqüencial e monótono dos ponteiros de um relógio, que marcam uma rotina, muitas vezes, carente de afetividade, de profundidade e de intensidade nas relações humanas.

Como representante atual destes momentos fortuitos relacionados ao âmbito do lazer, uma parte significativa diz respeito à crescente procura por viagens turísticas, cujos fatores de aderência são denominados por Krippendorf (1989) de anticotidiano, estando uma grande parcela do público da sociedade moderna envolvida nesse universo, sem alguma necessidade a *priori*, como fazer novas amizades ou conhecer novas culturas, mas, especialmente, para

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

encontrar-se consigo mesmo, revigorando, revitalizando e experimentando a liberdade e a felicidade.

Na sociedade moderna, com a tecnologia e o mundo da globalização adentrando e moldando os valores, atitudes, comportamentos e estilos de vida dos seres humanos, a visita do corpo à natureza como oportunidade de mergulhar nela de uma maneira normalmente não possível no meio ambiente urbano, como o relacionamento com os recursos naturais como rios, lagos, mares e cachoeiras, não são mais sensibilidades priorizadas. Embora estas possibilidades não estejam ao alcance fácil de todos, não é motivo para que a mesma não pudesse ocorrer, pois se trata de uma questão de insensibilidade geral da população.[1]

Não se mergulha mais nos rios e se brinca livremente em cachoeiras como se fazia antigamente, onde havia a preocupação com a sensibilidade, com o saber incorporado, apreendido por meio das experiências vividas pelo corpo, numa dimensão humana, onde o processo criativo podia acontecer de forma que extrapolava o simples fazer, que implicava nas sensações e emoções que o corpo pudesse experimentar.

Percebe-se, atualmente, a reflexão da crise da modernidade quando se liga a televisão e se assiste a programas destinados à prática de atividades físicas na natureza com ênfase na competitividade, como as competições por equipes realizadas em diversos lugares do mundo, denominadas de multicompetição ou *raids* de aventura,[2] em busca por intensas emoções e sensações fortes nos finais de semana, sem, contudo, valorizar a natureza em seu contexto. O mesmo acontece quando se lê artigos ou capítulos de livros sobre o turismo de aventura, destinados a oferecer atividades rentáveis e atender a uma grande parcela da população social.

---

[1] Esse assunto é bem discutido por Bruhns (1999) em O corpo visitando a natureza: possibilidades de um diálogo crítico.

[2] Os *raids* de aventura ou multicompetições são provas realizadas em lugares que propiciam fortes sensações, baseadas na competição por equipes, nas quais utilizam-se equipamentos tecnológicos para superação dos obstáculos naturais. Dentre as mais importantes provas internacionais está a prova realizada no Brasil, denominada Expedição Mata Atlântica. (BETRÁN, 1995).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

No que se refere às crianças e o contato com o mar, atualmente, com o crescimento urbano-industrial, com a televisão, com a tecnologia, com a falta de segurança e com os brinquedos eletrônicos, elas são, cada vez mais, impossibilitadas de vivenciar esse espaço, como faziam antigamente, mas, quando isto se torna um desejo, os pais procuram formas alternativas, como as academias e escolas de natação, em função da dificuldade cotidiana para a aproximação com os ambientes mais naturais, envolvendo o difícil deslocamento, fator financeiro e tempo reduzido para as atividades no contexto do lazer.

Estas mudanças fazem parte de um quadro histórico social pelo qual passam as academias e escolas de natação, caracterizado pela aceleração tecnológica e outras transformações culturais relacionadas à cultura de massa, nas quais os indivíduos estão inseridos atualmente.

Mergulhar em piscina de academias, clubes e escolas de natação é uma forma artificial e simulada de recorrer ao desejo de contato com a água, perdendo, com isso, muitas experiências lúdicas, de estímulos, quando comparadas às atividades de aventura relacionadas à natureza, as quais proporcionam um caráter de incerteza, de risco controlado e liberdade, acrescentados a este ambiente natural, facilitando o desenvolvimento maior dos mecanismos perceptivos e de novas emoções.

Hoje, por não ser possível entrar em contato diário com o ambiente natural e tudo o que ele proporciona, o que se observa é uma tendência à sociedade do simulacro, em que as atividades desenvolvidas neste local “artificial”, no caso a piscina, tornou-se uma das alternativas para minimizar essa distância do corpo do homem com a natureza, com o contato com a água, com a possibilidade do risco, do inesperado, das emoções, da aventura e das coisas que estão por vir, bem como, a vivência da experiência imensurável que o diálogo com ela proporciona e representa.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Há vários exemplos de possibilidades de experiências que podem favorecer o convívio do homem com o ambiente natural, com as quais o ser humano tem buscado uma aproximação mais concreta, tendo como fatores motivacionais, tanto o modismo, apregoado pela passagem de valores sociais, quanto um apelo mais sensível, em busca de melhorar a qualidade de vida, prevalecendo o interesse, ainda, centrado em si mesmo, no entanto, com uma perspectiva ainda que sutil, de uma reflexão acerca das idéias preservacionistas, necessitando, com isso, adotar novas regras e valores. Este quadro sinaliza a importância de refletir sobre a época em que a sociedade vive, sobre o embotamento das emoções e a deseducação dos sentidos e da necessidade de mudança em relação à ressignificação da gama de possibilidades de sensibilidades e expressões estabelecidas no contato do ser humano com o mundo.

Diante de todas estas questões da atualidade e do corpo dividido, moldado e engessado em suas sensações e emoções mais livres e espontâneas, o ser humano tenta ressignificar seu papel no mundo, procurando atividades que possam vir ao encontro de novas reestruturações sociais diante do processo de globalização. Para isto, uma das necessidades prementes é a reflexão sobre a possibilidade da natureza ser tomada, não mais como algo que se tivesse que dominar, ou como adversária a ser vencida, mas sim, como parceira de novas sensações e emoções (MARINHO, 2001; BRUHNS, 2003).

Com isto, uma das vivências de maior procura, no âmbito do lazer na atualidade, tem sido as atividades físicas de aventura na natureza (AFAN), as quais permitem que o homem se aproxime dele próprio e do ambiente natural, de maneira mais consistente e permeada por sensações que transpassam a simples atividade no contexto do lazer, promovendo, inclusive, estilos de vida diferenciados, conforme também evidencia Schwartz (2002).

Entre as diversas possibilidades atuais destas vivências, este estudo tenta penetrar no silêncio do mundo submarino, por meio do mergulho, atividade que muitas pessoas têm

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

procurado, sendo difundida no mundo todo, uma prática que tem se tornado indispensável a certos trabalhos técnicos e acadêmicos, uma vez que, por suas características de proporcionar diferentes sensações e emoções provenientes do contato com lugares nunca visitados e com um meio diferenciado - a água – o mergulho pode fornecer experiências bastante significativas, com ressonâncias, inclusive, em outras esferas fora do lazer, como no trabalho e na vida social e pessoal, fundamentando mudanças axiológicas de concepção sobre a importância do lazer como um aspecto determinante da qualidade de vida.

A literatura sobre estas temáticas tem crescido nos últimos tempos, apesar de ser, ainda, de maneira sutil, em função do aumento da demanda pela prática destas atividades, bem como, do interesse da academia e de seus pesquisadores em compreender mais esta faceta da conduta humana, sob as mais diversas áreas do conhecimento. Neste sentido, este estudo procura ampliar as reflexões acerca destas temáticas, focalizando as diversas emoções e sensações envolvidas com a prática de mergulho, sob a perspectiva de indivíduos praticantes das AFAN.

Sendo assim, este trabalho tem como fio condutor investigar as emoções e sensações que permeiam a prática do mergulho, a partir das questões levantadas e tentar relatá-las de acordo com algumas concepções abordadas ao longo do trabalho, são elas:

1) A vivência do mergulho permite perceber o próprio sentimento?
2) Os componentes emocionais e afetivos valorizados na prática regular do mergulho promovem uma ação ecologicamente adequada?
3) As sensações e emoções vivenciadas durante o mergulho podem colaborar para a melhoria da qualidade de vida, capaz de promover mudanças atitudinais e comportamentais no ser humano?

Com essa diretriz e na tentativa de responder a estas indagações, o trabalho foi dividido em cinco mergulhos. Na introdução, denominado primeiro mergulho, procurou-se

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

relatar a problemática, a justificativa, os objetivos e as questões a investigar, o que juntos desencadeiam o fio condutor deste trabalho.

Posteriormente, na revisão de literatura, denominado segundo mergulho, o qual se encontra dividido em cinco momentos, adentrando especificamente no âmago da temática de interesse de estudo, mediante utilização de obras literárias produzidas em relação ao tema, no primeiro momento, procurou-se relatar alguns aspectos das transformações históricas e sociais ocorridas a partir do período industrial, no qual procurou-se trabalhar com textos produzidos por estudiosos e teóricos da área do lazer que evidenciam estas reflexões.

Em seguida, no segundo momento do 2º mergulho, apresenta-se um estudo sobre a história e os vários tipos de mergulho, entre eles os mergulhos livre e autônomo, enquanto atividade física de aventura na natureza, salientando sua caracterização na modernidade, com a utilização de equipamentos tecnológicos para sua prática.

Questões referentes à cognição, à sensação e à percepção, constituem um terceiro momento do 2º mergulho, intitulado de Diário de Bordo, com o objetivo de traçar um perfil do conceito de sensibilidade que integra o imaginário social desta época, para que se possa compreender a forma pela qual o corpo está sendo entendido e estudado na atualidade.

Sendo assim, no terceiro momento do 2º mergulho são destacadas publicações científicas e matérias jornalísticas que abordam e analisam a crise da sensibilidade corporal atual, no sentido de se evidenciar a atual concepção de sensibilidade, a forma como isto se relaciona à crise vivenciada na modernidade e os caminhos que são propostos como solução para lidar com estes embates.

Desencadeando a reflexão sobre as emoções, no quarto momento do 2º mergulho estão algumas abordagens sobre a questão, ressignificando o papel que o ser humano ocupa no mundo, tendo o mergulho lúdico como uma possibilidade de vivenciar a experiência do

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

contato com a natureza, a qual constitui uma aventura que aproxima o ser humano da possibilidade de vivenciar sensibilidades e emoções, distantes, não raro, no cotidiano da vida

Ainda no 2º mergulho, constituindo o quinto momento, estão postos alguns conceitos sobre mergulhar livremente, encerrando com alguns questionamentos referentes à liberdade, igualdade e autonomia nos tempos atuais.

No 3º mergulho são apresentadas as questões referentes ao método, descrevendo a natureza do trabalho, o procedimento, os instrumentos da pesquisa e os sujeitos, para em seguida, no 4º mergulho, sejam apresentadas a análise e discussão dos resultados, encerrando com o 5º mergulho, intitulado, A sensação do último mergulho, onde trata das considerações finais, acompanhadas das referências bibliográficas e um poema de Fernando Pessoa, “O Rio Tejo”.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

2º MERGULHO - REVISÃO DE LITERATURA

Tristes das almas humanas, que põem tudo em ordem,

Que traçam linhas de cousa a cousa,

Que põem letreiros com nomes nas árvores absolutamente reais,

E desenham paralelos de latitude e longitude

Sobre a própria terra inocente e mais verde e florida do que isso!

Fernando Pessoa (1995, p. 162).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

2.1- Contexto histórico-social do lazer e as AFAN.

O lazer como palco das grandes transformações históricas é um fenômeno que tem acompanhado o crescimento tecnológico e conceituá-lo significa analisá-lo dentro deste contexto social, levantando as concepções presentes na sociedade.

De acordo com os diferentes momentos históricos, o lazer se apresenta retratado de forma peculiar e específica, porém, suas mudanças não são fixas num dado período da história, mesmo porque, as mudanças não ocorrem de forma linear, elas são dinâmicas, imprevisíveis e inacabadas. Segundo Bruhns (1993), os três grandes momentos históricos em que o lazer se desenvolveu foram os períodos pré-industrial, o industrial e o pós-industrial.

Como não é interesse deste estudo o aprofundamento das evidências históricas do lazer, partiu-se de uma panorâmica das fases, a partir do período industrial, por acreditar que é exatamente nesta época que ocorrem as grandes transformações mais evidentes e contrastantes que influenciaram sobremaneira o âmbito do lazer, pois, no período pré-industrial não se observava separação entre lazer e trabalho, sendo a porta de casa a mediação entre eles. No mesmo lugar em que se trabalhava podia-se fruir as experiências do âmbito do lazer.

O lazer, no período pré-industrial, era concebido como um conhecimento de direito pertencente à classe mais elevada, tido como mais culta e intelectual. No entanto, o mesmo podia ser observado entre a classe inferior, sendo vivenciado por meio de eventos sociais, como festas, comemorações familiares e jogo, mesmo que para esta classe fosse reservado o trabalho mais árduo, útil e produtivo e à outra, a contemplação do belo, o espírito da criação, o exercício da reflexão e a condição do ócio.

Segundo Werneck (2000), naquele período, as concepções de lazer e ócio eram relacionadas ao mesmo significado, ambos retratando a falta de obrigatoriedade, condição primeira para a contemplação, a reflexão e a sabedoria, mas, nem por isso significava

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

passividade, ao contrário, estava relacionado a um alto patamar de inteligência e espiritualidade.

A concepção de lazer daquele período era pautada na livre opção, tanto no trabalho como no lazer, não se tinha horário rígido em relação às duas atividades, podendo-se observar que o trabalho não visava armazenar bens, mas trabalhava-se para o sustento da família. Somente as atividades no contexto do lazer permitidas pela classe dominante eram tidas como tais, sendo descartadas as atividades lúdicas, as apresentações de palhaços nas ruas, as quais, dizia-se, despertavam os risos e criavam um certo clima de festa e vadiagem (WERNECK, 2000).

Com o advento do cristianismo, as atividades com caráter de diversão, contentamento e prazer, as festas e jogos de todos os tipos eram tidos como impróprios e pecaminosos, favorecendo a impureza da alma. A reforma protestante veio como uma crítica ao cristianismo, respaldada pela ideologia Renascentista, possibilitando atribuir novos olhares para o lazer e para a educação e ampliando o acesso a esses setores para a classe trabalhadora, o que antes era privilégio restrito da classe elitizada.

O incentivo do aumento do capitalismo produtivo surge com a Revolução Industrial, por necessidade de maior produção têxtil e metalúrgica. Segundo Thompson (1998), com o surgimento do relógio na era industrial, o tempo passou a ser cronometrado e o lazer das pessoas também sofreu grandes influências naquele período.

As atividades no âmbito do lazer deixaram de ter caráter livre e espontâneo e adquiriram um caráter de tempo restado, ou seja, as horas vivenciadas no lazer eram estipuladas dentro de um tempo fechado, tendo hora para começar e hora para terminar. A concepção de lazer na sociedade industrial era pautada na crença de atividade não séria, sem fins lucrativos, sem utilidade e não produtiva, o que desvalorizava estas atividades em detrimento de outras de igual direito.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Conseqüentemente, com a Revolução Francesa, veio a primeira grande quebra da Revolução Industrial, que prioriza a igualdade, liberdade e fraternidade, mostrando que a Europa era um mundo e não o mundo, explicando uma outra lógica que não era apenas racional, vinda para condenar o luxo, o desperdício científico e o lazer.

Mas, pouco a pouco, o lazer é reivindicado pelos trabalhadores, como forma de contraposição às atividades produtivas e alienantes, minimizando a opressão sofrida por determinados setores, ocasionando a separação entre atividade produtiva e não-produtiva, o que, de certa forma, separa lazer de trabalho, estando a submissão atrelada ao trabalho e a realização humana atrelada ao lazer, impossibilitando que ambos estivessem num mesmo contexto de tempo e espaço.

Embora a realização humana fosse possível somente na esfera do lazer, existia a intenção dos seres humanos em viver integralmente livres, autônomos e com maior poder de decisão sobre suas próprias vidas em todos os quadrantes da sociedade. Essa necessidade de mudança sociocultural e histórica dos trabalhadores em relação à vida social, tanto no lazer como também na educação, foi o motivo que levou a sociedade moderna a repensar sobre os valores e sentidos atribuídos aos aspectos mais relevantes da vida.

No rastro do pensamento cronológico que a sociedade moderna estava acostumada a ter, ao mesmo tempo em que a sociedade pós-moderna vem superar os valores ditados na sociedade industrial, ela vem reafirmar esses mesmos valores, como é o caso da mudança em relação à economia, que deixa de enfatizar a prestação de serviços para realçar o enfoque na produção de bens. No período pós-industrial, dito contemporâneo, pouco se observa de modernidade nas questões relacionadas às relações humanas, o que importa é o lucro a qualquer preço, o prestígio, o rendimento e uma supervalorização do individual em detrimento do coletivo. O cuidar de si é muito mais um desejo individual excessivo,

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

afastando, muitas vezes, a possibilidade do cuidar e observar os sentimentos e desejos do outro.

As atividades no contexto do lazer também acabam sendo influenciadas pela comercialização de produtos, aumentando a força da indústria de entretenimento, com seus pacotes turísticos, parques temáticos e *shopping-centers,* atendendo uma pequena parcela da população privilegiada economicamente.

Com o aumento da prestação de serviços nos diversos ramos de atividade da sociedade, globalizando serviços em busca da homogeneidade estabelecida por um poder dominante, pela não-visibilidade das diferenças, padronizando hábitos, costumes e culturas, atingindo o campo da educação, do trabalho e das artes, o lazer também encontrou sua forma de terceirizar seus serviços, por meio da indústria do lazer.

A indústria do lazer foi criada para apropriar da cultura do lazer, ao qual tem como objetivo humanizar a sociedade, dando novos formatos e privilegiando outros valores, surgindo um período de passagem entre a modernidade e a pós-modernidade.

A promessa da modernidade era melhorar e tornar a vida mais prática e mais humana, com sua tecnologia avançada, informações rápidas e a longo alcance e todo o aparato teórico científico disponível, mas isso não se efetivou na prática, conforme evidencia Bauman (1999).

A modernidade em toda sua ambivalência produziu coisas boas e também ruins, basta saber como lidar com estas questões, pois numa sociedade que acreditou na verdade absoluta, num mundo racional e agora sente necessidade em aprender a viver com a diversidade, com o distinto e com o conflito.

Nesse processo, os valores da liberdade, igualdade e fraternidade começaram a mudar para os da liberdade, diversidade e tolerância, que, segundo Bauman (1999), são valores muito parecidos com a prática defeituosa que a antecedeu, pois a liberdade é reduzida à opção

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

de consumo, desqualificando os mais pobres, a diversidade faz prosperar o mercado e a tolerância é associada de certa maneira a indiferença.

O lazer também é influenciado por esse momento, mas faz opção em viver o aqui e o agora e não prefere viver em outro lugar, em outra época, além de aceitar as diversidades, proclamar a solidariedade e o incentivo a fazer novas amizades, ele busca dar sentido a cada. Segundo Csikszentmihalyi (1992), se as instituições sociais são irracionais e não colaboram para a melhoria da qualidade de vida, deve-se buscar a autonomia e investir no controle sobre as próprias ações, encontrando alegria e propósito, independente de circunstâncias externas.

Sendo assim, é possível construir novas significações culturais, a partir do ator social, ampliando a visão de cultura costumeiramente preestabelecida, tentando superar a visão globalizada de cultura constituída por meio dos sistemas de organização da sociedade, divulgados pelos meios de comunicação de massa e impostos pelos interesses dominantes, onde as manifestações geradas pelas vivências no âmbito do lazer possam representar uma outra perspectiva em relação ao cotidiano, conforme evidencia Krippendorf (1998), porque esta possibilidade está em cada um dos seres humanos e não apenas no sistema organizacional como um todo.

Ainda que algumas atividades fiquem restritas a determinados fatores, como os financeiros ou de gênero, entre outros, uma das características marcantes de tudo que permeia o lazer é, justamente, seu caráter lúdico, o que significa o poder subversivo das atividades para as quais todos podem estar envolvidos.

O poder subversivo das atividades lúdicas, do qual faz referência Marcellino (1990b) em sua obra “Pedagogia da animação”, pode ser percebido quando um grupo social, geralmente de uma classe menos privilegiada, se reúne para fazer uma excursão ou outra atividade em conjunto, que dependa de organização coletiva e planejamento com todos os participantes, independentemente das dificuldades financeiras que enfrentam no cotidiano da

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

vida. Esta situação de vencer obstáculos, financeiros, de distância e de tempo provavelmente possa ser esta idéia salientada por este autor, do poder subversivo do lúdico.

Normalmente, estes eventos acontecem nos finais de semana, com a participação de pessoas que moram em bairros distantes das praias, que se reúnem para se divertir, entreter-se e tentar reivindicar uma vida melhor, por meio da “festa no pedaço” realizada num espaço coletivo, que permite a criação e a livre opção, aspectos desvalorizados dentro de uma linha de produção e também evidencia este aspecto subversivo do lúdico (MAGNANI, 1986, p. 152).

Sendo assim, todos estes espaços frutíferos para manifestação do prazer, da brincadeira e do jogo, são capazes de ampliar o componente lúdico da cultura, conforme enfatizou Huizinga (1971) em sua obra clássica *Homo ludens*: o jogo como elemento da cultura.

Segundo alegava Dumazedier (1973), é exatamente no tempo destinado às atividades de lazer que comportamentos denominados pelo autor de "revolucionários" são manifestados, o que possibilita formas de relacionamento social mais livres e espontâneas, de convivência mais intensa entre os pares, em detrimento da simples dominação sobre o meio natural, ou seja, oportunidade de mudanças de valores e atitudes durante o tempo destas vivencias.

O que se pode intuir diante de toda esta reflexão acerca desta temática exposta até o momento, é que, até mesmo a conceituação de lazer foi alterada, em função das mudanças sociais ocorridas no desenvolvimento histórico-cultural.

Marcellino (1990a) considera o lazer como cultura vivenciada no tempo disponível, como instrumento de mudança social, em estreita ligação com o trabalho e as diversas obrigações sociais, valorizando os aspectos tempo e atitude, em prol de um estilo de vida saudável e na melhoria da qualidade das ocupações desenvolvidas durante o tempo liberado das obrigações sociais.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Bramante (1998) refere-se ao lazer como um tempo conquistado, vivenciado por meio de experiências que inspiram qualidade individual, que demanda caráter pessoal, dependendo da característica própria e da predisposição de cada ser humano, encerrando em aprendizagens significativas, pelo seu caráter de reciprocidade, troca, envolvimento intrínseco e satisfação interna, vivenciada pela experiência de quem participa.

Referente a esses dois aspectos atrelados à concepção de lazer exposto acima, Camargo (1998) enfatiza que existe uma minoria de pessoas preocupada em viver o cotidiano, de forma a que o trabalho e o lazer sejam equilibrados, sem menosprezar um em detrimento do outro. Este fato evidencia o aspecto da atitude relacionada aos valores do lazer, portanto, independente de um tempo determinado, em prol de um estilo de vida mais saudável.

Gaelzer (1979) associa o lazer ao aspecto construtivo, pelo seu caráter de aprimoramento pessoal ligado aos conteúdos culturais do lazer, desenvolvidos num tempo especifico para esses fins e, principalmente, fomentando uma atitude renovadora em relação à atividade vivenciada, a qual privilegia os valores humanísticos, essenciais para se manter a ordem, a tranqüilidade e a segurança da sociedade, mas para que o lazer alcance sua função, a autora considera necessário unir o caráter tempo, atitude e comportamento à uma educação específica.

Ao tratar o lazer como um aspecto do tempo conquistado e que depende de atitudes, valores e comportamentos para uma ação significativa, que focaliza o desenvolvimento, o lazer alcança uma dimensão mais ampla. Assim, o conceito de lazer assumido nesse trabalho considera bastante pertinentes as reflexões de Gaelzer (1979), a qual entende o lazer como uma oportunidade de mudança pessoal ou social, valorizando a informação, a participação, a motivação para vivenciar as atividades no âmbito do lazer e a própria atitude crítica em relação ao consumo dessas atividades.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Este conceito acompanha a evolução das características assumidas pela pós-modernidade, onde o ser humano está empobrecido de experiências significativas, que permitam uma relação mais natural e direta consigo próprio, com o outro e com o meio.

Neste sentido, um novo estilo de vivência do lazer tem acompanhado estas tendências de transformações sociais, surgindo o crescimento intenso das atividades físicas de aventura na natureza (AFAN), termo este denominado por Betrán (1995). As AFAN são representantes das expectativas desta sociedade atual em relação aos novos estilos do lazer, que, por meio da tecnologia, possibilitou, por exemplo, a visita a lugares nunca antes explorados, ou, a vivências de sensações e emoções novas.

Estas atividades são práticas que não são novas em existência, mas que ganharam formas atualizadas, em função do avanço tecnológico, dos modismos ou de sua sistematização no contexto do lazer, reunindo diferentes denominações e significados. Independente dessas variações e diferenciação de conceito, uma vez que são também denominadas como esportes radicais, esportes de aventura, esportes na natureza, atividade física de aventura na natureza, entre outras formas, existe um ponto convergente entre elas: são expressões de um grupo social, que, de alguma forma, por meio delas, tenta complementar, mudar ou transformar o modo de vida, procurando um novo sentido para suas experiências diárias, embora, muitas vezes, essas condutas sejam inconscientes e direcionadas, apenas, a mudar a rotina.

Marinho (2003) entende as AFAN como atividades manifestadas privilegiadamente nos momentos destinados ao lazer, nas quais a experimentação ocorre por meio de um contato mais íntimo com o meio ambiente, com características diferentes das encontradas nos esportes tradicionais, tendo a presença de equipamentos tecnológicos e favorecendo maior fluidez entre o ser humano e o espaço da prática.

Bruhns (2000) posiciona as AFAN como atividades de aventura vinculadas às viagens à natureza, envolvendo valores simbólicos e estéticos com o meio natural, associados à busca

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

por emoções e riscos, revelando uma relação de incerteza, de improvisação e de não-linearidade entre o praticante e essas práticas.

Betrán (1995) defini as AFAN como atividades sistematizadas, as quais viabilizam experiências capazes de auxiliar os praticantes a superarem o embotamento das emoções mais significativas, que são canalizadas, muitas vezes, para elementos negativos, como a violência exacerbada, a falta de compreensão e paciência em situações corriqueiras, como também, propiciam a busca de melhores opções de vivências, estabelecendo uma nova relação do homem com o ambiente, trazendo possíveis ressonâncias positivas para outros contextos, inclusive para o âmbito do trabalho.

Para conduzir as reflexões sobre esta temática, este capítulo assume o conceito de Atividades Físicas de Aventura na Natureza (AFAN), proposto por Betrán (1995), o qual o diferencia dos esportes radicais, pelo fato de que estes são voltados, apenas, a estimular a competição, necessitando, por exemplo, de determinado nível de força muscular para sua prática, já as AFAN não exigem treinamento prévio específico para sua experimentação, tendo características peculiares e podendo acontecer na água, na terra e no ar.

Dentre as inúmeras atividades de aventura, neste estudo será evidenciada exclusivamente a vivência com o mergulho, por permitir vivenciar experiências positivas advindas do contato sensível estabelecido com esse meio.

2.2 - O Mundo do silêncio

Não foi por acaso que Jacques Cousteau (1983) deu o nome ao seu livro de *"O mundo do silêncio"*, pois à 10 m de profundidade da superfície do oceano os sons do fundo do mar são típicos, podendo-se ouvir ruídos de motor de barcos ou navios, muito distantes, o que torna difícil sua distinção.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

O distinguir sons no fundo do mar é uma dificuldade que comparece pela exigência da modernidade, que cobra pela codificação e interpretação, onde todas as “coisas” têm que ser nomeadas, classificadas e ordenadas.

Conforme enfatiza Sant’Anna (2001, p. 115), “[...] que o silêncio não seja compreendido unicamente como a falta da linguagem, e sim como a presença de sons que não conseguimos ouvir”, ou nem sempre se consegue distinguir.

Descobrir as peculiaridades do fundo do mar, não é um fato recente, remonta desde os primórdios das civilizações antigas, por volta de 2.250 a.C.

2.2.1 - História do mergulho

Culturas antigas já mergulhavam, por meio da prática do mergulho livre, a fim de combater com os animais marinhos, de buscar alimentação e de procurar tesouros no fundo do mar (BEEBE, 1934). No entanto, é difícil precisar quando surgiu o mergulho, porém, por meio de registros em gravuras, é possível observar guerreiros assírios nadando sob o mar, segurando sacos de couro, que provavelmente, cheios de ar, ajudavam os homens a submergirem e a respirarem embaixo d’ água, através do ar contido dentro desses sacos.

Com o objetivo de alcançar maior profundidade, outros meios também foram utilizados para permanecer por mais tempo embaixo da água, como a cana oca usada como se fosse um tubo. Mas, até 1800 poucas foram as mudanças e invenções em relação aos equipamentos utilizados com o intuito de mergulhar mais fundo e por um período de tempo mais longo.

Entre 1800 e 1900 várias idéias foram desenvolvidas para que o mergulhador recebesse ar nas profundezas, desde foles, bombas manuais e válvula de escape acoplados nas costas dos mergulhadores, que enviavam ar para um capacete de metal e sapatos de chumbo para manter os escafandristas por mais tempo no fundo do mar até SCUBA (*Self-Contained*

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Underwater Breating Apparatus), regulador de ar, primeiramente inventado para circuito aberto e depois para circuito fechado. Juntamente com a conquista de maior profundidade e maior tempo embaixo da água, surgiram, também, problemas fisiológicos gerados pelos efeitos da pressão, os quais foram minimizados depois, com os estudos dos fisiologistas Bert e Haldame (1878).

Nos anos 40, cresce a possibilidade de buscar um contato mais prolongado com os animais marinhos, com a invenção do *aqua-lung*, equipamento com cilindro de alta pressão utilizado em circuito aberto, criado por Costeau e Gagman.

Desde o início da história, o mergulho tem sido utilizado para ações militares, embora muitas outras pessoas tenham se valido dessa prática para descobrir o mundo que existe sob as águas.

Mesmo Jacques Cousteau, com toda sua sensibilidade e sabedoria, enfrentava uma dicotomia, porque, contemplando o fundo do mar e se sentindo unido a esta natureza[3], ele possuía em si uma vontade de pesquisar os animais marinhos e equipamentos que pudessem levar o homem a descobrir as riquezas subaquáticas. Tais fatos refletem o desconforto gerado pelo avanço da ciência e da tecnologia, podendo servir tanto para o bem como para o mal, no caso de usar essa tecnologia para explorar os animais e o fundo do mar, com a intenção de manipulação ou obter o controle sobre estes.

O homem possui tecnologia e habilidade para conquistar e controlar o fundo do mar, no entanto, seu comportamento diante do mar é ainda primitivo, pois age como caçador e não como cultivador da flora e da fauna marinhas.

Atualmente, o mergulho é o principal meio de contato entre o homem e o fundo do mar e pode ser dividido em duas categorias: livre e autônomo, cuja diferença principal está na utilização do equipamento denominado *Scuba*, que significa o tanque de ar.

[3] Como pode ser observado nos relatos feitos sobre suas primeiras experiências embaixo d'água, em O Mundo silencioso, de J. Y. Costeau e F. Dumas (1955).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Tanto o mergulho livre como o autônomo permitem aos seus adeptos observar as paisagens marinhas tão bem quanto um peixe, o que pode gerar manifestações, sensações e emoções diferentes para cada indivíduo, proporcionando ao ser humano um contato consigo mesmo e com o meio ambiente.

2.2.2- Tipos de mergulho:

Uma das formas de vivência do mergulho é feita em apnéia, denominada de mergulho livre ou *snorkeling*, feito quando o praticante utiliza máscara, *snorkel* e nadadeira e prende voluntariamente a respiração nos pulmões sem a utilização de equipamentos, podendo se manter por mais tempo embaixo d' água, conforme o volume de ar inspirado.

A duração do mergulho em apnéia pode variar dependendo dos exercícios respiratórios de hiperventilação feitos antes da imersão, pelo fato de aumentar a taxa de oxigênio nos tecidos e no sangue. A uma certa profundidade, o mergulhador pode sentir fortes dores nos ouvidos e, até mesmo, ocorrer uma perfuração do tímpano, devido à pressão da água, o que se torna obrigatório fazer uma manobra de compensação (equalização), que consiste em pinçar (fechar) as narinas, expirando e comprimindo o ar, como quando se assoa o nariz, ou fazendo voluntariamente a deglutição parcial da saliva, ou ainda, deslocando a mandíbula para os lados.

Caso o mergulhador não respeite seus limites e capacidades respiratórias e venha a exceder, ficando por mais tempo do que o sistema cárdio-circulatório permite, pode ocorrer uma síncope, devido ao aumento do trabalho cardíaco, mais exigido em ambiente pobre em oxigênio e queda na temperatura corporal, já que a perda de calor do corpo embaixo d'água é maior.

Embora exista o caráter competitivo no mergulho, quando se associa o mergulho à caça submarino ou aos campeonatos de mergulho em apnéia, pode-se notar seu fator

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

cooperativista, o qual pode ser observado quando se recomenda, e de certa forma é obrigatório a um mergulhador, mesmo que experiente, mergulhar na companhia de outro mergulhador, que poderá prestar-lhe socorro, se necessário, o que, sem dúvida, desperta o espírito coletivo e a formação de equipe. Dentro da modalidade do mergulho livre, existe a possibilidade de se mergulhar em oceano ou em caverna, o que permite vivenciar emoções e interações inusitadas com a natureza.

Um outro tipo de mergulho, feito com respiração autônoma, é chamado de mergulho autônomo ou SCUBA, praticado com aparelho que possibilita ao mergulhador permanecer por mais tempo sob a água. Este aparelho é constituído por uma garrafa de ar comprimido, que é levada junto com o mergulhador, permitindo fornecer oxigênio durante sua permanência subaquática.

Por motivos de segurança, torna-se necessário a quem deseja praticar este tipo de mergulho um treinamento prévio especializado, com monitores capacitados e experientes, para se aprender a controlar a quantidade de gás absorvido embaixo da água e as diversas manobras de descompressão - vinculadas à profundidade que o praticante mergulha, evitando riscos de intoxicação gasosa.

Diante de todas as dificuldades, riscos, ansiedade e preocupações, existe a fascinação e paixão vivenciadas quando o ser humano mergulha no mundo submarino, sendo breves instantes “roubados” de um universo, ao qual o homem não pertence, que permitem ao mergulhador momentos de intensa alegria e emoção.

Desta forma, algumas considerações se tornam pertinentes em relação aos significados e mudanças ocorridas no organismo diante das sensações e emoções experimentadas pelo ser humano, inclusive quando se evidencia a experiência como o mergulho.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

2.3- Diário de bordo

Tudo o que se encontra na mente são modelos mentais, mapas pelos quais é possível perceber, entender e fazer escolhas. Existem vários modelos mentais na memória, os quais influenciam diretamente na percepção, na sensação, na cognição, na definição de objetivos, na tomada de decisão e nas emoções.

O diário de bordo segue um curso, uma seqüência de pensamentos e assuntos sobre a sensação, a percepção, as emoções, a cognição e a consciência, retratando as ações vivenciadas pelo ser humano ao longo da vida, caminhando, cada vez mais, para sua autonomia.

O controle das próprias ações está vinculado ao controle da consciência, ou seja, a consciência funciona e processa informações recebidas por meio das sensações, percepções, sentimentos, emoções e idéias, cabe ao ser humano dar prioridade ao receber estes dados advindos do ambiente físico (biológico) e do meio ambiente objetivo, sendo este o real motivo do sentido da vida.

2.3.1- Sensação: matéria prima da percepção

Existe um consenso entre os psicólogos das mais diferentes abordagens científicas, de que, até hoje, não há uma teoria única relatando sobre a percepção, que seja suficiente para explicar os processos psicofisiológicos envolvendo o comportamento do indivíduo nas suas mais diferentes formas de expressão. Portanto, diante das várias teorias existentes, o termo percepção é analisado com base em algumas abordagens psicológicas, as quais investiram estudos, no intuito de buscar definições capazes de clarear a idéia sobre estes conceitos.

Schubert (1981) apontava para a possibilidade de visualizar a percepção como um fato integrado, fazendo parte de um processo ativo de seleção de informação, que orienta a ação do indivíduo.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Do ponto de vista cognitivista, a percepção é um processo que acontece de forma consciente, chegando, primeiramente, ao sistema nervoso, sendo responsável pela formação da auto-imagem e do meio ambiente que rodeia o ser humano (BERGIUS, 1985).

Segundo Eberspächer (1987), a percepção é um processo que permite uma apreciação da realidade, pondo em prática todos os sentidos, recebendo, percebendo, transmitindo informações sobre si e sobre o meio ambiente, respeitando as potencialidades e limitações de uma determinada ação, de acordo com a situação.

Sendo assim, a percepção não se restringe somente a um processo de elaboração de informações que vem de fora para dentro, refere-se à capacidade do indivíduo em captar informações do meio ambiente por meio dos órgãos do sentido, selecionando, interagindo e formando uma imagem de si próprio e do meio. Portanto, a percepção faz com que o indivíduo dê significado a tudo que o rodeia, por meio da comparação, da combinação de objetos, eventos, sons, etc., ou de uma experiência anterior, que permite a aquisição de novas experiências.

Discutir sobre estas questões permite ao ser humano visualizar a percepção como algo inerente ao corpo, ao movimento e suas relações entre si, entendendo que o significado da vida ocorre por meio do corpo. Portanto, por suas várias possibilidades sensitivas, probabilidades e incertezas, é permitido ao corpo captar a realidade, um tanto complexa, de maneira a conhecer a si próprio, assim como, conhecer o mundo de modo sensível, dando significado e significando em cada experiência e a cada nova percepção.

No entanto, a percepção pode ser analisada sobre vários pontos de vista e perspectivas, quais sejam: física, fisiológica e psicológica.

Na perspectiva física, existe o fato da visão não captar realmente a realidade do acontecimento, fato este que pode ser denominado por “ilusão de ótica” ou “ilusão de

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

perspectiva” ou, ainda, erros de percepção, ou seja, quando os olhos enganam o que está sendo visto.

Myers (1999), no capítulo em que relata sobre percepção, na obra “Introdução à Psicologia Geral”, refere-se à prevalência da visão sobre os demais sentidos e sobre a negatividade exercida pela sociedade contemporânea, com a crescente oferta de equipamentos tecnológicos disponíveis no mercado e o ritmo acelerado com que o indivíduo está acostumado a viver no seu cotidiano.

Sevcenko (2001), a este respeito, argumenta que o aguçamento da percepção visual não estática pode ampliar a capacidade imaginativa, bem como, novas potencialidades de interações, como é o exemplo do caso do jovem Einstein citado por ele, relatando que, numa de suas viagens realizadas com os tios, ao enxergar dentro de um túnel dois fachos de luzes de dois trens vindos de direções opostas, o menino questionava aos mesmos o que poderiam ver se estivessem num dos dois fachos de luz.

Pelo fato de o ser humano estar desde muito cedo vivendo em uma cultura que deseduca os sentidos, acostumado a perceber o mundo de forma limitada, definida e estática, como se as coisas e as pessoas servissem somente a um único propósito, sem enxergar outras possibilidades em relação ao desfecho, Sevcenko (2001) comenta que, talvez, os tios tivessem uma resposta bem clara e exata, como por exemplo, de que os fachos de luz servissem para iluminar o caminho, mas, para o garoto Einstein, aquele momento estava aberto a várias possibilidades em sua imaginação.

Na perspectiva fisiológica da percepção, existe um complexo orgânico preparado e com potencialidades para perceber determinada informação, por meio de todos os órgãos dos sentidos. Esta capacidade varia entre o mínimo e máximo, entre o amplo e o limitado, captado pelos órgãos sensoriais, como é o caso de poder escutar até mesmo um alfinete caindo no chão, ou enxergar um foco de luz a quilômetros de distância, se tudo estiver escuro, o que

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

depende da atenção seletiva, ou seja, focar a atenção em determinado aspecto ou objeto, impedindo que informações periféricas venham a influenciar tal percepção.

Neste assunto, torna-se interessante comentar que, nos dias atuais, o ser humano está acostumado a procurar lugares distantes e sem o barulho ensurdecedor dos grandes centros urbanos, com suas buzinas altas a entorpecer a audição, com o barulho dos motores dos carros a poluir as mentes e a tudo que desconcentra, diminuindo as percepções ora existentes, e, portanto, necessitando de buscar mudanças no cotidiano da vida de maneira a contribuir para a melhoria na qualidade de vida.

Na perspectiva psicológica, existe o gestaltismo, originado da palavra alemã "*gestalt*" que significa forma, portanto, também denominada de psicologia da forma, que pode contribuir para algumas reflexões sobre a percepção dentro desta abordagem. Trata-se de perceber as partes, dando sentido às mesmas, a partir de que se possa identificar seu pertencimento a um todo, como nas figuras de fundo, ou no reconhecimento dos objetos e coisas, a partir de uma semelhança e igualdade, ou, ainda, na seqüência e continuidade do movimento, dando um significado particular no final. O ato de organizar os estímulos, de perceber, não é dado, é específico a cada pessoa, podendo ser difícil para alguns e mais fácil para outros, dependendo da imaginação, da criatividade e da subjetividade de cada um, o que também não impede de ser aprendido ou construído.

Sendo assim, um pedaço de objeto, um trecho de uma música, um desenho, são informações sensórias que podem adquirir vários tipos de significações, de acordo com a relação voluntária ou involuntária que se faz com os fatos.[4]

Mas, existem também experimentações que modificam as percepções humanas, onde o ser humano é capaz de se adaptar com rapidez a esta nova situação, como por exemplo,

[4] Segundo ABBAGNANO (2000), em seu Dicionário de Filosofia: "A percepção não implica nenhuma garantia de validade, nenhuma certeza; mantém-se na esfera do provável. Como qualquer conhecimento submetido à prova, sendo então confirmada ou rejeitada. A percepção não é um conhecimento perfeito e imutável, mas possui a característica da corrigibilidade". (ABBAGNANO, N. , 2000, p. 756).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

quando se usa óculos de sol, o que se enxerga é um mundo modificado, diferente do que normalmente se costuma ver sem eles, os feixes de luz solares são diferentes, as cores do céu, da terra e, até mesmo, o sol nascendo ou se pondo tem um outro significado, mas enfim, tudo isso é adaptado, basta retirar os óculos para enxergar o mundo como se via anteriormente.

A experiência do mergulho no fundo do mar modifica a visão humana, devido à refração da luz, enxergando um mundo sem cores reais embaixo d' água.

Além de se compreender o tema da percepção, torna-se interessante e necessário mostrar a diferença entre esta e a sensação, para isto, basta imaginar-se dentro de um barco navegando nas águas sob a Ponte Rio-Niterói. Um pouco distante, visualiza-se a ponte. Mesmo que se quisesse tapar com o braço a imagem dessa ponte, pode-se perceber que o tamanho dela é maior que o tamanho do braço e que seu comprimento é tanto quanto o tamanho da largura das águas que separam a cidade do Rio de Janeiro da cidade de Niterói.

A imagem distante da ponte representa a sensação e a forma como se recebe estes estímulos em níveis cerebrais e os interpreta, compreendendo que, realmente, a ponte é tão extensa quanto a largura das águas, refere-se à percepção.

O ser humano recebe estímulos do meio ambiente, em forma de energia física e/ou química, as quais são transformadas em energia nervosa sensitiva e conduzidas às várias regiões sensoriais em forma de processo, tais como: o estímulo da luz conduzido para o visual; o som enviada para o auditivo; o sabor para o gustativo; o odor para o olfativo e a sensibilidade cutânea para o tato.

Este conjunto de informações primárias representa as sensações que o ser humano recebe do ambiente e que são responsáveis por desencadear as percepções. A sensação é o início da percepção, o que vai depender de uma leitura em nível de córtex cerebral para interpretar, analisar e codificar a sensação, ocorrendo, dessa forma, a percepção. Sendo assim, o ato de ver é mais simples e geral que o processo de olhar, pois ver significa uma sensação,

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

uma qualidade geral primária, assim como o degustar, o cheirar, o ouvir e o sentir um contato, e olhar é um fato muito mais complexo, específico e consciente, juntamente com o escutar, o apalpar, o farejar e o saborear.

Para que o processo da percepção venha a ocorrer é necessário que o ser humano possa sentir a diferença na intensidade dos estímulos, por exemplo, quando uma pessoa mergulha na água de um mar ou rio, ela sente a temperatura da água que é diferente da temperatura ambiente. Dentre outras sensibilidades específicas que podem comparecer no mergulhador, ele pode ser capaz de adivinhar a temperatura da água simplesmente pelo ato de mergulhar, devido a sua experiência sensorial, que permite discriminar a diferença da temperatura entre terra/água.

Cada mergulhador vivencia uma sensibilidade diferente em relação à temperatura da água, por exemplo, uma pessoa obesa, devido ao fato de ter maior quantidade de tecidos adiposos, tende a sentir menos frio. Quando um mergulhador é profissional, pode ocorrer uma adaptação a este estímulo, chegando um momento em que este minimiza a sensação de frio, quando, por exemplo, mergulha em águas profundas, sendo a roupa utilizada para mergulhar o grande fator contribuidor dessa adaptação.

Outra sensibilidade adquirida com a constância de mergulhos efetuados no mesmo local é a percepção sobre a profundidade em que o mergulhador se encontra, evidenciando-se uma espécie de medidor de profundidade, uma sensação fisiológica e subjetiva que se materializa por meio da pressão da água exercida sobre as trompas de Eustáquio, ocasionando alguns sintomas, tais como: vibrações, vertigens e até mesmo embriaguez em grande profundidade, conforme enfatiza Costeau; Dumas (1955). Também é interessante ressaltar o auxílio da bússola, o que facilita ao mergulhador localizar-se embaixo d’água.

Portanto, diante do que foi exposto, existe uma inter-relação entre a sensação e a percepção, manifestada quando em uma determinação situação a pessoa tem plena

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

consciência de seus próprios atos, o que torna a percepção fundamental para a aprendizagem das ações motrizes, ou seja, o ser humano diante de um maior número de estímulos sensoriais é capaz de apreender o ambiente a sua volta, de forma mais abrangente, o que lhe permitirá conhecer e relacionar essas informações sensitivas, as quais constituirão matéria prima para a realização de ações em seus mais diferentes campos de atuações.

2.3.2 - Efeito da motivação sobre a percepção

A escolha feita para interpretar determinado fato, como no exemplo acima, em que o navegante foi estimulado a agir de determinada forma, ou seja, colocou o braço na frente dos olhos para compreender que a largura das águas que separavam as duas cidades era realmente extensa, representa o efeito da motivação sobre a percepção. Segundo Samulski (1995), “A motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos).

Com esta definição, pode-se concluir que a motivação é o que guia os comportamentos humanos, diante de uma necessidade ou impulso, em direção a um determinado objetivo, que pode ser alcançado ou não.

Existem alguns motivos, denominados de motivos de sobrevivência, que precisam ser parcialmente satisfeitos, são eles: a fome, sede, respiração, manutenção da temperatura do corpo, de dormir e de eliminar os resíduos orgânicos. Mesmo que os motivos de sobrevivência devam ser a priori atendidos, existe uma certa autonomia na forma como eles podem ser satisfeitos. Tem-se como exemplo a necessidade de satisfazer a fome, mas pode-se muito bem optar em satisfazê-la comendo alimentos vegetarianos.

No entanto, pode ocorrer um conflito, diante de um prato de lasanha colocado à frente do indivíduo que assumi hábitos alimentares vegetarianos, com o objetivo de perder peso, provavelmente ele vai ter dúvidas em relação a se manter por muito tempo nessa dieta. Por

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

um lado, ele se sente motivado a fazer dieta, diante da possibilidade de diminuir o peso, mas, por outro lado, ele sente vontade de comer lasanha, uma vez que este prato muito lhe apetece.

Existem duas escolhas possíveis, sendo ambas atrativas do ponto de vista positivo, mas, uma escolha elimina a outra, de forma que a decisão reúne aspectos agradáveis e desagradáveis ao mesmo tempo, ganhando o motivo que é mais predominante, ou, até mesmo, optando por um terceiro motivo, ficar sem comer naquele momento.

Outro exemplo pode ser associado à necessidade de viver em segurança, de sentir seguro, mas, no entanto, o ser humano parece optar em sentir risco e perigo, para que o sentimento de prazer venha em seguida, como enfatiza Weber (2001), em relação às experiências subjetivas dos indivíduos que praticam turismo de aventura ao ar livre.

Os motivos são, então, desencadeadores de ações e, para isso, torna-se necessário introduzir a questão da cognição base para atingir objetivos e metas de vida.

2.3.3- Cognição

A mente é repleta de modelos mentais e, nas situações cotidianas, um fato é mais percebido em detrimento de outros, conforme a atenção, concentração e intenção investidas em determinada situação. A percepção sobre o mundo e sobre as coisas depende destes fatores.

No entanto, o ser humano recebe sensações advindas do ouvir, do falar, do tocar, do degustar e do olhar, sensações básicas e comprovadas cientificamente e que diferem em grau de intensidade e dimensão, os quais o ser humano tem a habilidade de discriminar, categorizar e reagir a estes estímulos advindo do meio ambiente.

A cognição vai além das percepções e sensações que o ser humano obteve em interação com o meio físico e social, mas são totalmente apoiadas por essas lembranças e experiências vividas, não sendo um fenômeno fácil de ser conceituado, mesmo porque, cada

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

autor tratou desse tema de uma maneira diferente. Mas o fato é que, as explicações são capazes de clarificar o fenômeno. Fialho (2001) situou-o dentro de um sistema que funciona em três níveis integrados: biológico, pedagógico e epistémico. Conforme palavras do autor:

> A função biológica se refere à sensação, a relação de adaptação entre o sujeito e o objeto em nível neuronal. A função pedagógica, dada pela Percepção, é o conjunto de mecanismos de codificação e coordenação das diferentes sensações elementares, visando um significado. Faz a integração das diversas sensações: ver, ouvir, cheirar, sentir, etc., estando ligada ao *percept*, o mapa mental que permite ao sujeito conhecer determinado objeto, segundo a sua percepção. A função cognitiva é a episteme de conhecer, constrói um mundo na mente do observador. É ela que dá o significado. (FIALHO, 2001, p.56).

Ao perceber, compreender e interpretar o mundo por meio das lembranças e experiências vividas, o ser humano é capaz de decidir sobre o rumo que deseja tomar em relação a sua própria vida, avaliando sua potencialidades e limitações diante de cada situação e desafio, medindo as possibilidades e impossibilidades de determinada ação vir a se realizar.

No entanto, as peculiaridades individuais e a cultura influenciam este processo, cada qual olhando para um mesmo fato ou situação e cada um podendo ter diferentes significados em relação a ele.

Cada comportamento depende da maneira como cada um se emociona, estando, neste caso, a emoção muito próxima da cognição, embora o ser humano seja guiado pela razão, a emoção não deixa de guiar o comportamento, estando a razão e a emoção interligadas mutuamente.

Ao tratar da cognição é preciso deixar claro a importância das emoções, as quais cada qual tem a sua e significando de maneira diferente para cada ser humano. Emocionar significar atentar para algo vivido, formando uma subjetividade em cada busca, sendo o ponto de partida para entender sobre a consciência.

O ser humano conta com suas habilidades de ver, ouvir, cheirar, entre outras, no entanto limitadas comparativamente aos animais marinhos, por exemplo. Sendo assim, o ser

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

humano, por meio do conhecimento e da cultura consegue interagir com a natureza, surgindo inúmeras opções de vivências. Sabe-se que as experiências viram imagens, viram ações internas, imaginações, são essas experiências com a natureza que será abordada no próximo item.

4.1- Experimentando a natureza

Fernando Pessoa (1995), no conjunto dos seus 49 versos intitulados "*O guardador de rebanhos",* os quais fazem parte integrante da seleção poética "*O eu profundo e os outros eus*", relata que o poeta (ser humano[5]) não precisa pensar sobre a natureza, mas experimentá-la e amá-la com todos os seus sentidos, ou seja, o conhecimento por si só não basta, é preciso sentir.

Esta idéia de natureza contemplada por Fernando Pessoa é inspirada no saber sensível, o qual faz uso dos aspectos perceptivos. No entanto, o ser humano contemporâneo está acostumado a deixar-se levar pela cultura e pelo privilégio de alguns sentidos em relação ao meio ambiente, dando maior valorização "[...] à visão em detrimento dos outros sentidos; o olfato e o tato principalmente, por requererem proximidade e ritmo lento para funcionar e por despertarem emoções", como enfatiza Tuan (1980, p. 285).

Atualmente, a falta de sensibilidade em todos os aspectos da vida parece se tornar o mal da sociedade contemporânea, onde uns não se importam mais com os outros, ou se privilegia a razão pura em detrimento da experimentação e da emoção.

Parece haver uma crise, a qual vai ao encontro de uma dissonância social existente entre as crenças e valores da sociedade e as crenças e valores individuais, expressos em forma de sentimentos de insatisfação, podendo ser citado o surgimento do ecologismo contestatório, denominado de acontecimento ambiental, que tem suas raízes ideológicas no movimento de

[5] O acréscimo em negrito na citação foi feito pela autora.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

contracultura dos anos 60, o qual questionava algumas idéias e crenças pré-estabelecidas durante aquele período da história.

Esse debate ecológico[6] retrata a insatisfação com a ideologia do progresso e com as situações política, social e econômica do país, gerando um movimento de resistência e recusa à modernidade, sem, contudo, conseguir medir o tamanho das conseqüências causadas por esse avanço e desenvolvimento tecnológico industrial.

Desta forma, o indivíduo acaba por questionar a relação da sociedade com assuntos referentes ao meio ambiente, tornando-se sujeito a expressar seus interesses e necessidades frente a seu próprio ritmo, ao movimento natural e do ritmo e ideologia da classe dominante.

Sendo assim, a sensibilidade no contato com a natureza não pode estar vinculada a atender objetivos e interesses sociais e políticos, sendo a racionalização e a eficiência a condição social de dominado, na maioria das vezes – ou dominante[7], uma "marca" escrita, aceita e assimilada no corpo, como é o caso dos atletas e das competições envolvendo o cenário "natureza" para sua realização. Desta forma, o esporte, o qual deveria representar um fator de desenvolvimento social e humano, apresenta-se como agente massificante e excludente.

Devido a um acontecimento ocorrido na Califórnia/EUA, como relata Courtine (1996), um espetáculo à beira mar, um desfile de corpos musculosos, denominados de *body builders*, termo utilizado a contra gosto do autor, mas a gosto do freguês, em que se deixavam fotografar, como tal momento inusitadamente histórico, pode-se constatar o corpo como objeto de consumo.

---

[6] Este assunto foi melhor explorado por Carvalho, Isabel Cristina Moura. As transformações na cultura e o debate ecológico: desafios políticos para a educação ambiental. In. Pádua; Tabanez (Org.) Educação ambiental : caminhos trilhados no Brasil. Brasília: Ipê, 1997.

[7] Em relação a esse assunto Althusser (1978) já questionava sobre os aparelhos ideológicos do Estado e procurava refletir sobre as sociedades em geral (em especial, a sociedade capitalista contemporânea) e a forma como elas se mantinham apesar das características, divisões e desigualdades.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Observa-se, também, que o corpo musculoso não faz parte só do cenário dos Estados Unidos, mas da literatura brasileira, quando, com muita propriedade, Carlos Drummond de Andrade (1985) escreveu o poema "*Eu etiqueta*". O escritor estava relatando uma realidade, a qual a sociedade brasileira conhecia bem de perto: a marca sígnica da sociedade e a desapropriação do corpo próprio.

Assuntos relacionados aos *body-builders* ocupam espaços em programas de televisão, cinema, prateleiras de supermercado, academias de ginástica e impossibilita qualquer associação razoável ao que normalmente se costuma denominar de movimento humano.

Esta cultura física associada ao homem musculoso surgiu na década dos anos 80 e explodiu na mídia, com inúmeros filmes que retratavam o sucesso dos protagonistas fortes e excessivamente musculosos, rendendo milhões de dólares, como é o caso do artista Arnold Schwarzenegger, com seu filme "*O exterminador do futuro III*"[8], recentemente veiculado na mídia televisiva.

Juntamente com esse quadro aparentemente de força e energia, o corpo humano também toma uma conotação tecnológica, quando um indivíduo deseja se tornar forte, musculoso e, com certa *performance*, se inscreve num curso de musculação em academias, onde se observa a tecnologia do suor, uma indústria do músculo, na qual não se percebe sofrendo, como bem enfatiza Courtine (1996): "É preciso sofrer se distraindo", tentando associar a disciplina e a mecanização dos movimentos a uma simples quebra da rotina e do tédio.

A concepção de energia atribuída nos tempos atuais parece se associar à energia de produção, de força de trabalho e habilidade centrada nos aspectos físicos, em detrimento de uma energia vital, integrada num equilíbrio entre corpo-mente-cosmos, como era valorizada antigamente (SOARES, 1994).

[8] O EXTERMINADOR do futuro III: a rebelião das máquinas. Produção: Intermedia/IMF Production. [s.l.]: Columbia Tristar, 2003. 1 vídeo cassete. (109 min.), vhs, son.; color.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Assim, no mundo ocidental, no mesmo sentido em que a mídia e a comunicação de massa manifestam os espetáculos de uma cultura corporal aparente, desencadeia-se também uma ampla discussão sobre qual é o papel das atividades físicas e de que forma elas podem contribuir para uma vida saudável na atualidade, como incorporar os aspectos afetivos e recuperar as atividades lúdicas, que privilegiem a cooperação e a solidariedade entre os participantes.

Desencadeia-se uma reflexão e esforços capazes de desvendar os desequilíbrios e conflitos existentes entre o individual e o coletivo, entre o ser e o ter, entre a imagem real e ideal de corpo, entre as gerações, entre adultos e crianças, entre o pensamento oriental e ocidental, entre sexos diferentes, na prática do dia-a-dia, convivendo e aprendendo uns com os outros, tanto pelas diferenças como pelas igualdades.

Duarte Jr. (2001, p. 12), refletindo sobre a questão do sentido dos sentidos, tem como fio condutor a idéia de que “[...] tudo aquilo que é imediatamente acessível a nós através do órgãos dos sentidos, tudo aquilo captado de maneira sensível pelo corpo, já carrega em si uma organização, um significado, um sentido”. O autor ainda acrescenta que existe um saber sensível, incorporado, desvinculado dos processos de raciocínio, memória e reflexão.

Ele salienta ainda, que é preciso recorrer ao saber sensível, tanto nas escolas como na vida familiar e cotidiana, prevalecendo os estímulos advindos do mundo vivido, para lembrar Merleau-Pounty (1971), ou seja, ao saber composto pelos órgãos do sentido, incluindo atividades que envolvem o cheirar, o ouvir, o olhar, o falar, o tocar, o degustar e o saborear.

A forma como as sensações e os sentidos corporais foram desvalorizados em relação ao cérebro, em que a dicotomia entre corpo/mente foi enfatizada há alguns anos atrás, está sendo superada por opções e valores que determinam outras dimensões dos seres humanos.

Sendo assim, pensamentos e ações estão sendo substituídos por um pensar mais abrangente e integrado, que diminui esta dicotomia, que privilegia conhecer a vida por meio

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

da experimentação, numa escolha afetiva e significativa, que proporcione o crescimento individual e coletivo, no que diz respeito à profundidade e intensidade das relações e não apenas no crescimento horizontal e vertical, buscando assim, relações mais igualitárias e de companheirismo entre os seres humanos, ao invés da submissão a interesses políticos e ideológicos, exercendo, de certa forma, repressão das emoções e sensações e de restrição de estados mais subjetivos.

Pode-se entender que a crise da sensibilidade não é um fato que se explica por si mesmo. Analisar e compreender esta problemática só tem sentido se esta for conectada ao movimento, às transformações, à luta que se vem travando na produção de vida dos homens.

2.4- Emoção: o sexto sentido do ser humano?

Dar prioridade às emoções, experimentar um "senso" em relação a si próprio, olhar para o próprio sentimento, permitir senti-lo, é lançar mão de mais um sentido: as emoções, capaz de mudar o sentido da própria vida. Para isso é necessário aprender a sentir satisfação com a experiência, sentimento que torna a vida mais feliz.

2.4.1 - A emoção da experimentação

São vários os autores que definem o termo emoção, como um estado psicológico experimentado pelo ser humano, que motiva seu comportamento, influenciando na percepção, na aprendizagem e no desempenho de maneira global (MURRAY, 1978 e BRAGHIROLLI; BISI; RISSON, 1990).

Seguindo o pensamento de Murray (1978) existem duas vertentes relatadas sobre a emoção, uma baseada na concepção neurofisiológica e outra na concepção psicológica, as quais serão descritas a seguir.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Cannon (1927) acreditava que as experiências emocionais não eram capazes de alterar significativamente o organismo e que, mesmo diante da consciência de uma emoção, a mesma não seria percebida diferentemente em termos de alterações viscerais, em relação a uma outra emoção experimentada a *posteriori.*

No entanto, Lange (1967), um dos pesquisadores pioneiros sobre o assunto, alega que existem experiências emocionais capazes de alterar fisiologicamente um organismo, podendo ser percebida conscientemente por meio de mudanças nas vísceras e nos órgãos vasculares.

Autores associam a emoção a um resultado de processos cerebrais, que ocorre no sistema nervoso central, por meio de impulsos e nervos, capaz de influenciar na produção de experiências emocionais assim como, para produzir comportamento emocional. (ENGELMANN, 1978; PAPEZ, 1937; MARINO, 1975)

Num estudo mais abrangente em relação à emoção, Marino (1975) chegou à conclusão de que a emoção só pode ser percebida em nível de córtex cerebral, podendo diferenciar estados sensoriais de medo, raiva, amor e ódio, nessa região mais profunda, capaz de imobilizar o pensamento e a ação.

De acordo com a concepção neurofisiológica das emoções, Marino (1975), propõe quatro elementos essenciais na constituição das emoções, são eles:

- Conhecimento: referente às experiências vividas anteriormente;
- Excitação: Quando os processos mentais são excessivamente vivos durante uma emoção;
- Experiência: Refere-se a ambivalência das emoções que tanto podem ser positivas quanto negativas, ou seja, o indivíduo pode sentir prazer ou desprazer quando emocionado, ou uma emoção pode ser agradável ou desagradável, tendo como exemplo a raiva, alegria, segurança, medo, agitação, tranqüilidade, dentre outras);

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

- Expressão: São manifestações que podem ser percebidas externamente por intermédio de atividades somáticas e autônomas, a exemplo das mudanças na região facial, enrijecimento dos músculos, do sorriso, das lágrimas, do tom de voz, da vermelhidão do rosto, da palidez, do susto e outras alterações posturais ou por alterações viscerais, vasculares, de temperatura mediada pelo sistema nervoso autônomo interno do organismo.

Com este aprofundamento no enfoque, novos direcionamento são efetivados, onde conforme evidencia Viscott (1982), a emoção poderia ser considerada como o sexto sentido, numa linguagem própria, convidando o ser humano a ouvir o que os sentimentos falam, direcionando assim até mesmo as ações, de forma a apreender e perceber o mundo a sua volta por meio deles.

A neurociência teve um avanço a partir da obra contemporânea de Damásio (2000), “O mistério da consciência” e percebe-se sua contribuição a respeito das tentativas de compreensão destes estados subjetivos.

A partir desse ponto se torna fundamental discutir sobre as experiências emocionais relacionadas à emoção e as mudanças ocorridas no corpo, sendo que Damásio (2000) verificou que, depois da formação de imagens mentais, as experiências emocionais podem ser experimentadas nas veias, nos músculos, aumentando ou diminuindo a produção de hormônios e independentemente da perfeita função de controle interno da temperatura corpórea, estados sensoriais de medo, ansiedade e tensão, conceituados pelo autor como emoções de fundo e que podem ser percebidas pelo organismo.

Mesmo que o corpo reaja de forma a compensar essas instabilidades, as emoções podem continuar presentes na mente e só poderão desaparecer com novas experiências emocionais, agradáveis ou desagradáveis, pois as experiências emocionais influenciam nas dimensões cognitivo-motoras e emocional-afetivas, assim como na afetivo-social.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

A exposição desses pensamentos em relação à localização da emoção no corpo humano permite visualizar um entendimento tanto neurofisiológico como visceral, em relação ao processo de consciência emocional. Na concepção psicológica da emoção, existem três maneiras distintas em relação a esse estado de excitação do organismo: experiência emocional, comportamento emocional e alterações fisiológicas ocorridas no corpo.

Existem inúmeras descrições de experiências emocionais, as quais Krech e Crutchfield (1973) reuniram e subdividiram em quatro dimensões: a intensidade da emoção, variando de leve para grave; o nível de tensão, referente à ação ativa ou passiva, o caráter hedonista, classificadas em prazerosas ou desprazerosas e o grau de complexidade, desde a mais simples para a mais complexa.

Estes mesmos autores estudaram as emoções dentro de seis categorias: emoções primárias, advindas no momento do nascimento e que dependem de reações geradas pelo sistema nervoso central; emoções ligadas ao estímulo sensorial, reflexos manifestados pelo corpo diante de uma ameaça, como por exemplo: a busca do prazer; emoções ligadas à auto-estima, ou seja, noção que se tem em relação ao próprio comportamento; emoções ligadas a outras pessoas; emoções de apreciação ou contemplativas, relacionadas à apreciação que o ser humano tem em relação a objetos e acontecimentos a sua volta.

2.4.2 - A emoção como um motivador

Conforme salienta Rey (1999), o tema das emoções não tem recebido o devido tratamento na investigação psicológica, sendo associada a uma conseqüência de processos fisiológicos, cognitivos e semióticos, sem, contudo, tomá-la como um processo específico da subjetividade humana, como uma realidade em si mesma.

A filosofia tem muito se aproximado da psicologia em relação ao desenvolvimento do tema, Sartre (1987) foi um dos que se preocupou em definir as emoções como uma forma do

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

ser humano estar no mundo, considerando-as como um aspecto subjetivo da forma como o mundo significa para ele, sendo a percepção o fator ambiental gerador de emoções, ou seja, a percepção é responsável por determinar a natureza das emoções.

Uma das contribuições e avanços em relação ao tema trata de investigar as emoções sobre o ponto de vista das necessidades e motivos, considerando a noção de “motivo”, longe da compreensão mecanicista da objetividade. (REY, 1999).

O motivo e as necessidades seriam o gerador de emoções. Diante de uma necessidade o indivíduo é incapaz de distinguir qual das opções é dominante, surge desta forma, uma complexa rede de relações entre a necessidade pessoal e a necessidade de se ser aceito socialmente em termos emocionais.

No entanto, o conceito de motivo é diferente de necessidade, motivo é quando uma pessoa ingere alimentos vegetarianos durante um longo período tempo, por razões variadas e necessidade é quando uma pessoa obesa decide emagrecer para ser aceita socialmente entre o grupo (necessidade de afiliação) e começa a ingerir alimentos vegetarianos, por exemplo, resultando em emoções que representam essa necessidade.

Rey (1999) alerta que, compreender as necessidades e os motivos humanos como processos que se transformam qualitativamente ao longo do desenvolvimento humano e referir-se ao caráter interno ou externo dos motivos e à suas dimensões individual e social, é analisá-los de uma forma mais ampla do que normalmente vem ocorrendo no plano das investigações cognitivistas.

No entanto, segundo evidencia Lane (2003), existem algumas emoções que o ser humano não consegue identificar por meio de palavras, como é o caso das lágrimas de tristeza ou de alegria, sem sentido, para as quais, talvez de forma inconsciente possa encontrar respostas.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

As emoções podem ser influenciadas profundamente pelas instituições sociais, como família, escola, igreja, que determinam valores dominantes, visando a manutenção do *status quo*, que impedem a descoberta de novas emoções. O ser humano é educado desde cedo a se comportar segundo princípios de competitividade, individualismo e preconceito, sendo que a igreja, de modo geral, ensina a solidariedade, o amor ao próximo e a cooperação, gerando conflito entre as duas abordagens.

A família, embora citada no trabalho de Reis (1984) como sendo o primeiro "nós" ao qual o ser humano está acostumado a se relacionar, preparando para agir dentro na sociedade, implica numa visão muito limitada de formação, pois cada qual tem sua família e uma subjetividade de interação entre pais e filhos, o que, em conjunto com as mediações das emoções, da linguagem, do pensamento e dos grupos sociais podem alterar todo o processo de preparação.

Conforme a intensidade e a duração de determinada emoção, os estudiosos ainda a concebem sob a conceituação de estados emocionais, os quais podem variar da intensidade fraca para forte ou média, assim como de média para fraca ou forte, sendo que, quando os estados emocionais são de fraca intensidade e duração, são denominados de estados de ânimo (DEUTSCH, 1997).

2.4.3 - Os estados de ânimo e as AFAN

O entendimento e a percepção de um estado de ânimo se torna importante para poder mantê-lo, quando este é agradável, ou eliminá-lo, quando é desagradável, uma vez que eles desencadeiam emoções leves e prolongadas ou breves e intensas, alterando a predisposição do organismo. Estes elementos são decisivos quando associados, por exemplo, à prática de atividades físicas de aventura, tendo em vista que as emoções geradas por estas, além de serem de difícil conceituação e possuírem uma caracterização específica, acompanham um

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

certo grau de subjetividade própria do ser humano e, por longo tempo, foram desvalorizadas e desvinculadas em relação à razão.

Com base em todas estas reflexões, a percepção e a conscientização sobre as emoções associadas às AFAN podem favorecer inúmeros aspectos, em que se observam as motivações para aprimorar ou perpetuar valores agregados destas práticas na vida cotidiana, como o espírito de cooperação, companheirismo, ajuda ao próximo, aceitação dos limites e dificuldades alheias, além das experiências de auto-superação e resolução de problemas.

Desta forma, estes aspectos apontados representam os elementos geradores do interesse deste estudo em buscar refletir sobre este universo, junto à população praticante das AFAN, mais particularmente, do mergulho, onde as inquietações giram em torno de compreender os principais estados emocionais atrelados a estas vivências. A experiência do mergulho é a relação do homem com o meio líquido mais direta e imediata possível e para tanto, precisa da compreensão da corporeidade, ou seja, de como o ser humano expressa seu movimento e conhece o mundo subaquático a sua volta.

A corporeidade depende de uma estrutura biológica que é dada ao nascer e dependendo da visão de mundo, da cultura, dos sentimentos, emoções e experiências ela se concretiza num tipo de corpo com limitações e/ou potencialidades (TUAN, 1983).

O ser humano está tão acostumado com a beleza dos acontecimentos da natureza no cotidiano da vida que o fato de o sol nascer e se por todos os dias já não mais o surpreende. Parece não existir mais um relacionamento com o mundo, com as pessoas, com a natureza, com as belezas palpáveis e reais, o mundo virtual parece ter tomado conta do espaço mundial e experimental, numa espécie de corrida contra o tempo, tentando reter e trazer para si todo conhecimento disponível.

Os pensamentos, idéias, reflexões e questionamentos são privilegiados em detrimento das emoções, sensações e experiências daquilo que se pode conhecer ao redor. O mergulho

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

como uma experiência lúdica, sensível e contemplativa, pode levar ao estímulo de emoções e sensações não permitidas e vividas no cotidiano da vida, unindo-se a valores e concepções de vida, que levem a acreditar no pertencimento do ser humano em relação ao cosmo, sentindo-se como parceiro da natureza e não numa relação de posse e dominação.

Diante dessa perspectiva, a educação para o mergulho como um aprendizado da experimentação torna-se necessária, para que, a partir de propostas que levem em conta os sentidos e sentimentos provocados por essas atividades, talvez se possa vislumbrar um caminho possível na busca do conhecimento do meio ambiente e do quanto o ser humano faz parte deste, enquanto praticante dessa atividade física de aventura na natureza, tomando seu corpo em extrema simbiose com o meio (SCHWARTZ, 2001).

Sob esta perspectiva, a liberdade de expressão e as vivências lúdicas tornam-se coadjuvantes de novas experiências mais significativas.

2.5- Livre para mergulhar: livre para ser lúdico.

O ser humano só é livre quando lhe é garantida a possibilidade de pensar, de sentir, de ser criativo, de brincar e de ser feliz. Atualmente estes elementos afetivos são pouco valorizados em detrimento de valores consumistas e econômicos.

A sociedade moderna com sua visão materialista de ser humano não possibilitou concretizar suas promessas, que se fundava na busca pela felicidade, produziu o resultado contrário ao desejado.

Os sistemas de controle sociais estão cada vez mais, afastando o *homo ludens* do ser humano integral, privilegiando apenas o *homo faber*, muitas vezes, condicionado e oprimido pela manutenção da ordem vigente. Sendo assim, a questão que se introduz é: O mergulho pode contribuir para a autonomia do ser humano?

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

2.5.1 - Mergulho “livre” em tempos de igualdade, liberdade e autonomia.

Na sociedade moderna existe um sistema modelo preestabelecido, que exerce um poder coercitivo sobre o cotidiano da vida, enraizando no homem uma certa cultura social universal, que privilegia o mais rápido, o mais eficiente e a perfeição, princípios estes pautados por critérios de produção e consumo, em detrimento da descoberta de um novo modelo cultural, que se preocupa com aspectos afetivos e éticos.

Ao longo deste trabalho procurou-se privilegiar os momentos livres vividos fora do âmbito predestinado, preestabelecido e já esperado pela sociedade, como são os casos dos rumos que tomam as pessoas em função das instituições escolares, familiares e de trabalho. Procurou-se enveredar pelo âmbito do lazer, mesmo sabendo que existem instituições que tentam moldar as atividades físicas neste âmbito, acrescentando um certo poder institucional e manipulador das emoções e ações.

Por mais que se queira sair desse sistema rotineiro, sempre se volta ao ponto de origem, não por instinto, porque o instinto seria viver livremente e espontaneamente, mas porque existe uma certa tendência do ser humano em fazer sempre as mesmas coisas, às vezes, nem sempre sabendo porque as faz, mas continua fazendo, porque sempre foi acostumado a fazer dessa forma, impedindo, muitas vezes, o desenvolvimento do potencial pessoal e inibindo a criatividade, barrando as inúmeras possibilidades de vivências.

Nenhum ser humano é uma ilha, faz parte de uma sociedade e isso é um fato. Mesmo que o ser humano fosse viver numa ilha, diante da possibilidade de viver sem o sentimento de aprisionamento, da opressão do trabalho e da visão de sociedade predeterminista, como relata Tournier (2001) em *A vida selvagem*, o ser humano parece arrumar um meio de seguir determinado tipo de comportamento já esperado pela estrutura da sociedade, localizando-se no espaço e no tempo, privando-se da tão esperada liberdade. Também neste contexto podem

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

ser inseridas as competições de *raid* e competições de mergulho livre em apnéia, já citados anteriormente.

Entre a noção de liberdade e sua relação com o lazer existe a liberdade pessoal que, nem sempre, coincide com a liberdade da sociedade, sendo necessário a existência de regras e normas para evitar o desordem geral, prejudicando as relações humanas, interferindo na melhoria da qualidade de vida e na exploração desenfreada do meio ambiente.

Portanto, existe o fator histórico social ligado à noção de liberdade, sobre o qual Camargo (1998) enfatiza que o ser humano não sabe o que fazer com as horas que poderiam ser destinadas às atividades no âmbito do lazer, porque está desde muito cedo preparado para o mundo produtivo, mesmo que se pensasse que com o advento da tecnologia e da globalização fosse diminuir esse tempo e aumentar o tempo disponível para o lazer.

O autor concorda que, mesmo que há muitos anos o homem vem desvalorizando o mundo do lazer, com o aumento do tempo livre conquistado por direito, este *homo faber* não sabe como desfrutar desses momentos, sendo mais difícil do que se esperava, necessitando de uma Educação para o lazer, capaz de propiciar ao ser humano um tempo de lazer que priorize a espontaneidade, criatividade, a melhoria na qualidade de vida e a diversão, transformando-se no *homo expressivos*, termos este utilizado por Schwartz (2000).

Este estímulo diminuído e limitado no campo do lazer faz parte do fator histórico e representacional de uma dada sociedade, a qual, mesmo tendo os finais de semana para se ocupar com atividades no âmbito do lazer e desfrutar do tempo de maneira mais livre e espontânea, se ocupa com atividades com características de produção.

Pode-se associar este fato ao mito de Robinson Crusoé, muito bem escrito por Tournier (2001), narrativa inspirada no obra: “Sexta-feira ou Os Limbos do Pacífico”, cujo único sobrevivente do navio chamado Virgínia, naufragado nas costas do litoral mexicano

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

rumo ao Chile, se instala numa ilha aparentemente deserta[9] e, mesmo não estando, a *priori*, vinculado ao fator "tempo cronometrado", ele cria um relógio d'água, fazendo um furinho num frasco de vidro transparente para que a água dentro dele fosse esvaziando gota a gota, o que levava cerca de 24 horas e lhe permite controlar as horas, além do calendário feito de tronco de árvore descascado, fazendo uma marca a cada dia passado e uma mais forte a cada mês, ao qual, no final do décimo segundo mês, ele fazia um grande "1", sinalizando a passagem de um ano.

Tournier (2001), no seu livro sobre as aventuras de Robinson Crusoé na ilha, relata, num primeiro momento da obra, que Crusoé, não vivencia a experiência junto à natureza, (sentimento presente no segundo momento da obra, quando ele realiza um descompromisso com o tempo), mesmo estando numa ilha deserta, tentava situar-se no tempo e no espaço, com receio de se tornar um animal selvagem diante da falta de ter um outro ser humano com quem pudesse conviver. Confeccionou um mapa que permitia situar a ilha localizada perto do litoral do México, dentro de um espaço global e, mesmo que estivesse, a princípio, desfrutando do cenário da natureza e tudo o que ela pode oferecer, ele criou leis e normas a fim de organizar e civilizar a ilha.

Esse fato consuma a dificuldade do ser humano de um contato mais direto com a natureza e com as pessoas, porque, quando diante da primeira oportunidade de um relacionamento interpessoal com um índio foragido devido a ser vítima de um mau entendido, exerce efetivamente o poder sobre ele, [10] o que de imediato se concretiza com o apelido dado a este personagem de "Sexta-feira", representando um dia em que se vivencia atividades de caráter produtivo.

[9] Também havia sobrevivido ao naufrágio, seu cachorro chamado Tenn, que tornou-se seu companheiro durante sua vida na ilha, morrendo num incidente ocorrido com a casa construída por Crusoé.
[10] Crusoé dá nome ao índio de Sexta-feira, possivelmente associando a crença de que este dia da semana é de trabalho.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Conforme enfatiza Freitag (1986), é de forma camuflada que atribuem prematuramente aos indivíduos aquela que deverá ser sua condição social: dominado – na esmagadora maioria das vezes – ou dominante. Sendo assim, no sentido de dominador, tinha a possibilidade de revelar o lado dominante, político, ideológico e repressor do homem mesmo em plena ilha, mas que, a partir deste episódio, já começava a ser habitada.

Interessante refletir se na mesma condição que *Domingo*, nome dado ao grumete do comandante, que chega na ilha e se envereda pela floresta adentro a fim de fugir da opressão sofrida pelos tripulantes do navio e decide permanecer na ilha como companhia de Crusoé, e que, de certa forma, simboliza o lazer, um mergulhador não passaria pela mesma situação, ou seja, na oportunidade de vivenciar o mar contemplando e se expressando livre e espontaneamente, livre para conviver com a natureza sem qualquer opressão, prefere optar por outros tipos de valores e sensibilidades, que estejam voltados para si próprio ou para o lucro que estas atividades possam contemplar, em vez de obter uma realização prazerosa e gratuita e que tenha valor em si mesma.

A literatura existente sobre a relação do homem com o mar revela tanto a atração como o temor por esse meio, que vai desde histórias do dilúvio, histórias bíblicas como o naufrágio de Jonas e de São Paulo, histórias do herói Ulisses, que é advertido quanto aos perigos e sofrimentos diante das ondas do mar, histórias de Horácio que descreve sobre a tentativa do homem habitar o mar, até aventuras como a do Simdbad, contidas nos *Entretenimentos das Noites Árabes* ou *As mil e uma noites*. [11]

Toda essa literatura referente ao mar demonstra a tentativa do homem em dominar o mar, mostrando-se impossível essa façanha e, de certa forma, revelando a contraposição entre o mar e a terra, sendo esta última o porto seguro, o cotidiano, o conforto, em oposição ao mar que é inseguro, incerto, sujeito a riscos e que demanda um certo fascínio e aventura.

[11] Sobre a literatura do mar consultar: ENCICLOPÉDIA do mar. São Paulo: Abril Cultural, 1975.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

A partir dos séculos XIX e XX, muda o foco da literatura sobre o mar, destacando o lado romântico e solitário deste ambiente, mesmo que permanecendo a luta contra esses elementos, como, por exemplo, os romances de Jorge Amado, como Mar Morto (1987) e Os velhos Marinheiros (1972), assim como na literatura francesa, com a viagem imaginária de Júlio Verne (1972), obras que relatam o lado fascinante e temido do mar, sendo enfrentado diariamente como um meio de vida, no heroísmo anônimo do pescador.

Essas histórias sobre o mar revelam a vitória solitária do homem vivendo num ambiente estranho, o mar, o que também leva a crer que existe um certo sentimento de dominação sobre o mesmo.

Este fato pode ser observado quando Jacques Cousteau, juntamente com Gagnam, construiu o *Aqualung*, possibilitando ao ser humano o contato com o fundo do mar e a interação com os animais aquáticos, no entanto, o que se percebe é uma relação muito direta entre o mergulho livre e a caça submarina, esporte que tem como finalidade submergir com a maior quantidade de ar possível para poder caçar um animal marinho.

Para este esporte utiliza-se o mergulho livre, uma vez que, o *aqualung* não é permitido por transformar o esporte num verdadeiro massacre subaquático. Mas, não se tem a garantia da não utilização deste equipamento para estes fins, o que transformaria o pensamento positivo em ser livre para mergulhar, para o comportamento negativo e dominador em relação aos animais marinhos, deixando de apreciá-los para mergulhar na injusta e "fascinante" aventura de caçá-los.[12]

[12] Existem várias técnicas para um relacionamento amigável com animais marinhos desde os menores até os maiores e tidos como agressivos, podendo iniciar pela alimentação. Mas, o objetivo final de um caçador paciente é a carne de peixe que é a mais saborosa do mundo, conforme evidencia Mariz, A. Contatos imediatos. *Mar /vela e moto,* Suplemento. n. 131, p. 6-13, [19..].

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Outro fator relevante é a ânsia de participar de competições de mergulho livre,[13] disputando quem consegue chegar a uma maior profundidade num único fôlego, o que requer muito preparação e treinamento prévio, além da performance para que os atletas atinjam seus objetivos.

O homem continua e continuará a explorar o mar e para ampliar esta discussão a respeito da caça subaquática, existem pescadores na costa meridional do Ceilão, os quais pescam montados sobre suportes de madeira, e outros da Carolina do Norte, nos E. U. A., que se orientam por meio de sonares, sendo a única diferença entre ambos a eficiência e o lucro por trás destas práticas[14].

Embora os primeiros também estejam explorando o mar, eles o fazem para sua própria sobrevivência, sem, contudo, lucrar com isso, enquanto que o segundo grupo caçam com finalidades econômicas e financeiras.

Para ser livre, não basta mergulhar no fundo do mar e se movimentar livremente para cima, para baixo e para os lados, mesmo que o prazer por estar submerso e se libertar do peso cotidiano da gravidade seja imensurável, mas existir no mundo não significa apenas habitar, mas justificar sua existência por meio dos valores, atitudes e comportamentos.

O corpo pode ser um meio para expressar essas atitudes e condutas, as quais, embora possam ser inconscientes, deixam marcas na sociedade, construindo uma cultura em relação ao corpo, pelo que ele representa para uma determinada sociedade num determinado momento da história.

Toda história é dialética e tem objetivos a curto e a longo prazos, no entanto, para a humanização do lazer, uma mudança a curto prazo se torna imprescindível, por meio de uma

[13] Atletas brasileiras participam de campeonatos internacionais, associam-se em entidades em prol da apnéia, treinam intensamente a fim de quebrar recordes embaixo d'água e "...divulgar o esporte, que ainda é pouco difundido, e também mostrar a importância de um bom condicionamento físico" (Morato, Ana Paula. Apnéia: pulmões de aço. Mergulho, ano VII, n. 85, junho de 2003).

[14] Este assunto faz parte da obra *O mar* de Leonard Engel. Rio de Janeiro: livraria José Olympio, 1969.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

relação não-mensurável entre o corpo e o meio em que se vive, mas que demanda toda uma expressividade espontânea, livre, alegre e criativa.

Segundo Schwartz (2000), a mudança de conduta em relação ao lazer não acorre apenas a partir de uma mudança interna de atitude, embora esta última possa interferir diretamente sobre a primeira, pois essa mudança de comportamento só poderá ser evidente se for significativa e se houver a possibilidade de mostrar as inconsistências entre suas crenças/pensamentos e seu comportamento/ação.

Krippendorf (1989) vem enfatizar essa necessidade de mudança interna em relação aos valores embutidos no ser humano e na sociedade, a partir da experimentação de novas vivências no âmbito do lazer, possibilitando acrescentar outras manifestações geradas pela inovação da experiência, capazes de desvelar sentimentos e condutas diferentes das que o ser humano conhecia até o momento.

Vivenciar atividades no âmbito do lazer desvinculadas de regras impostas de ordem comercial, como por exemplo, as oferecidas pela indústria do lazer, são fundamentais para legitimar o caráter humanizador do tempo disponível em detrimento de um tempo manipulado.

Refletir sobre o contato do homem com a natureza por meio das AFAN é um caminho possível na busca por novos olhares na dinâmica do lazer, respeitando o ser humano e o meio ambiente, descentralizando seu objetivo a atender expectativas econômicas e técnicas e centralizando a atenção sobre as virtudes humanas, as atitudes sociais e a ética em relação à vida cotidiana.

2.5.2 - Mergulhador: uma questão de liberdade de escolha.

Liberdade é uma questão de condição de escolha, que não está no campo da necessidade, mas da previsibilidade, ela nunca é total, é situada e relativa, podendo ser

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

repetida diante da ocorrência da mesma situação. Por exemplo, o ser humano tem uma necessidade e, diante dessa necessidade, ele, no papel de cidadão, está submetido a certas leis, dentro das quais existe a possibilidade da escolha que atenda a tal necessidade, mas, saber se elas serão favorecidas ou não vai depender das probabilidades, dos fatos antecedentes e das limitações de tais possibilidades.

Sendo assim, a liberdade é condicionada e não só depende da escolha, mas da possibilidade de escolha. De certa forma, a liberdade vista por este prisma é necessária na sociedade contemporânea, pois, se a liberdade fosse sem limites e sem previsibilidades, os problemas do mundo seriam resolvidos de maneira anárquica e simples e não tendo o ser humano como agentes de transformação do mundo e de si próprio.

Uma organização qualquer ou um sistema só existe se houver possibilidades de escolha diante de um conjunto de alternativas, no entanto, pode haver um certo grau de liberdade entre as relações recíprocas das partes.

Freire (2000) relaciona a liberdade com o grau de consciência que se tem sobre a realidade, pois embora tenha abordado a alfabetização, não foi tratado de maneira isolada, considerava o problema do analfabetismo oriundo da situação histórica de opressão e exploração.

As consciências oprimidas e acríticas impedem que o homem seja um ser de transformação do mundo, sendo incapazes de pensar e entender os fatos. Ao contrário, se acreditar que a transformação do mundo esteja ligada ao mundo da cultura, da qual o ser humano é seu principal construtor, tendo apreensão da realidade complexa para atuar sobre ele, pois tendo consciência crítica sobre a realidade, pode transcender o mundo, por meio da autonomia, que é justamente a liberação da consciência oprimida, o que sem ela não há aprendizado.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Diante dessa pequena exposição sobre a liberdade e a forma como as instituições influenciam tais condutas, no decorrer de seu momento histórico, pode-se pensar no lazer como instituição social e, especialmente a prática das AFAN, como um exercício da cidadania.

Sendo assim, no momento em que essas atividades no âmbito do lazer se industrializaram e se modernizaram devido à tecnologia, optar por suas práticas e viabilizar o pertencimento a determinados grupos de pessoas participantes dessas atividades físicas na natureza, com o objetivo de ir ao encontro de si próprio, da natureza, da contemplação, da criatividade, do lúdico, da sensação e da emoção, percebendo a importância e utilidade desses acontecimentos que se dão por meio da sensibilidade, é exercer um direito, individual e coletivo, escolhe quando, onde, com quem, por quê e em qual atividade deseja participar. Isto é uma condição de escolha e uma possibilidade de liberdade.

No entanto, a prática do mergulho requer um pensamento crítico em relação ao seu acesso e permanência, porque ela não é uma atividade acessível a todas as camadas sociais da sociedade, necessitando de equipamentos tecnológicos caros para sua prática, com exceção do mergulho livre, o qual requer máscaras, um *snorkel* e um par de nadadeiras, assim como, muitas vezes, de deslocamento a locais distantes.

Mas, se a proposta do mergulho é mergulhar na água com movimentos espontâneos e o mais próximo da expressão livre, por quê, então, as máscaras? Segundo a Abril (1975), Enciclopédia do mar, as máscaras servem para evitar o contato direto dos olhos com a água, além de evitar a irritação e melhorar a visibilidade embaixo d'água. Conforme já citado por Tuan (1980) em outros trabalhos, os óculos dificultam visualizar a natureza de forma sensível. Mas, parece que o ser humano está querendo ver além da capacidade da qual os olhos possam ver, como no caso de enxergar nitidamente embaixo d'água.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

O ser humano em sua naturalidade, apresenta uma certa limitação, quando submerso a grandes profundidades do mar. Diferente dos peixes e principalmente dos golfinhos, os quais, embora pensem mais rápido que o homem, possuem uma linguagem própria, conseguem aprender uma língua, podendo adquirir até mesmo *stress* por excesso de atividade, com toda sensibilidade aquática, conseguem enxergar nitidamente embaixo da água, diferenciando uma presa de um ser humano apenas quando realmente chegam próximos deste, pois ao contrário, só enxergam um vulto.

Portanto, é possível mergulhar nessa aventura, resgatando as atividades naturais, do nadar sem requisitos prévios das técnicas da natação e treinamento especializado, respeitando as limitações e condições próprias, sendo também questionado o uso das nadadeiras, devido à velocidade que as mesmas podem imprimir, fazendo com que se perca detalhes do espaço subaquático visitado.

A velocidade dos corpos não deve ser definida como oposta à lentidão, conforme enfatiza Sant'Anna (2001), pois, se for conceituada desta forma, talvez, o ritmo próprio que cada corpo se expressa ao se movimentar dentro d'água se torne escravo de um padrão preestabelecido pela sociedade urbana industrial.

Interessante, também, é pensar na respiração, aspecto que possibilita refletir sobre a necessidade do *snorkel*, sendo que, se este medir cerca de 15 centímetros já é suficiente para fatigar uma pessoa que está se deliciando os olhos por muito tempo sob o mar.

Mas, interessante não é questionar apenas o uso de equipamentos como as máscaras, as nadadeiras e o *snorkel*, e sim, perguntar qual o objetivo de tais usos. Concordando novamente com Sant'Anna (2001, p. 18), "[...] não se trata de acrescentar coisas, e sim de lidar com aquelas que já existem em cada um [...]", sendo, desta forma, importante lidar com a corporeidade dentro d'água e não acrescentar equipamentos que venham impedir esta expressão.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

O ambiente do homem não é o aquático e sim o terrestre, portanto o equipamento é necessário para uma adaptação a este meio de acordo com os objetivos pelos quais se mergulha. Isso significa pensar a qual ideologia o mergulhador responde quando mergulha, quais seus objetivos, quais suas intenções e quais suas propostas.

Estes questionamentos foram exatamente os fatores desencadeadores desta dissertação tendo como desafio refletir sobre o mergulho sensível, o qual permite o envolvimento suave dentro d'água e no qual pode-se apreender o mundo subaquático, desvelando emoções e sensações, o que pode ser associado à intensidade da experiência quando uma criança mergulha dentro d'água.

Portanto, por meio das descrições oferecidas pelos mergulhadores, os quais praticam mergulho há mais de 1 ano, pode-se investigar as sensações e emoções que permeiam esta prática, a qual requer uma desaceleração, que parece estar em contraposição ao ritmo imposto na sociedade contemporânea, procurando evidenciar a possibilidade de disseminação destas sensações para além do âmbito do ato de mergulhar em si.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

3º MERGULHO - MERGULHANDO NO MÉTODO E SUAS REGRAS

"Ela (a ciência) poderia, por um pouco,

abandonar a obsessão com a verdade,

e se perguntar sobre o seu impacto sobre a vida das pessoas:

a preservação da natureza, a saúde dos pobres, a produção de alimentos,

o desarmamento dos dragões (sem dúvidas, os mais avançados em ciência!),

a liberdade, enfim, esta coisa indefinível que se chama felicidade.

A bondade não necessita de legitimações epistemológicas.

Com Brecht, poderíamos afirmar:

'Eu sustento que a única finalidade da ciência

está em aliviar a miséria da existência humana'."

Rubem Alves (1987, p. 207)

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Imagine-se na plataforma de um barco, prestes a começar um mergulho, todo equipado para fazer um mergulho autônomo, à sua frente aquele “marzão”. Como diria o mergulhador nº 10 desta pesquisa: “Estou entrando em outro mundo [...]”.

A cada mergulho as emoções são diferentes, as sensações são diferentes e o momento é diferente. Portanto, a cada novo mergulho, parece que as sensações vivenciadas no último mergulho permanecem por um período de tempo, antecipando um próximo mergulho, lembrando o anterior.

Desta forma, as sensações e emoções vivenciadas num mergulho parecem reviver por meio das lembranças, lembrando não só o último e o anterior, mas aqueles que mais marcaram, esperando pelo próximo.

Bachelard (1997), também descreve esta sedução da água, voltada para a sensibilidade, diferente das sensações vivenciadas no meio terrestre. O autor explora o lado poético e lúdico da água, uma imagem de pretexto, numa espécie de chamamento para a diversão, convidando a conhecer a parte mais subjetiva do ser humano, um contato com a identidade, com os desejos e com os sonhos.

Bachelard (1997) também sentiu esta riqueza de significados que a ação de contemplação exerce sobre o ser humano, evidenciando que ela pode ser despertada quando, inclinado à margem de uma água profunda, pode-se encontrar nesta água profunda o passado da alma.

Esta é exatamente a proposta deste trabalho, levantar alguns questionamentos em relação ao mergulho, no que se refere as sensações e emoções vivenciados quando mergulhando e possíveis relações em busca de si mesmo, incorporando algo de novo em cada mergulho, não pela profundidade do mergulho, mas pelo fato de o mergulho permitir entrar em contato consigo mesmo, com os sentimentos mais profundos, conhecendo a si próprio, por meio da interação com a natureza, com o mar e a vida marinha.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Ao vivenciar experiências num meio artificial que é a piscina, pode-se perceber a forma simulada do desejo de contato com a água, quando não se tem a possibilidade de vivenciar inúmeras experiências lúdicas, referentes, por exemplo, às atividades físicas ligadas à natureza, em especial ao mergulho.

Nas experiências do mergulho autônomo, não raro, se confirmada a imensidão desta vivência, podendo ser relembrada como um dos melhores momentos da vida, algo mágico, sem palavras, que tem a duração da eternidade, pois a leveza é tão grandiosa que o corpo parece esparramar e fundir-se com as águas do oceano, algo transcendental. Cada detalhe é único e especial, como se acontecesse em câmara lenta, oportunizando elementos marcantes em termos emocionais.

3.1- Justificativa:

Com a perspectiva da organização da sociedade na atualidade, em que o ser humano se vê na era da insensibilidade, preocupado com lucro, com produtividade, com eficiência e com a descartabilidade de objetos e pessoas, conforme evidencia Duarte Jr. (2001), a organização temporal também é afetada, onde muitas pessoas fazem seu próprio horário de trabalho, tendo como conseqüência, mais tempo para o que poderia ser vivenciado no contexto do lazer. Entretanto, estas pessoas não sabem usufruir o tempo disponível, por terem sido educadas apenas para o trabalho e não para compreender e aceitar o lazer, preenchendo este tempo com mais trabalho. As repercussões desta falta de conscientização sobre a importância de vivências significativas no âmbito do lazer atingem as esferas da saúde e do estilo de vida, justificando a falta de atividade física regular e o sedentarismo.

Essa conduta, de embotamento das emoções, de vivenciar atividades rotineiras e estressantes e, em especial, a falta do contato com a natureza gera uma necessidade de exteriorizar as emoções e de vivenciar situações diferentes das que normalmente são

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

experimentadas, por exemplo, do trânsito de final de expediente oferecida nas grandes cidades.

Portanto, a procura por tais atividades que tragam sensações de bem-estar, alegria, liberdade e prazer, promovendo experiências diferentes das normalmente vivenciadas no cotidiano são elementos que estão recebendo uma demanda crescente na atualidade e que merecem uma atenção especial, por parte dos estudiosos, uma vez que se torna um campo fértil para reflexões e estudos sobre o comportamento humano da atualidade, justificando o interesse deste estudo.

Outra justificativa plausível para o estudo é buscar a compreensão sobre mecanismos mais eficientes de promoção da tão desejada educação ambiental, através da valorização dos componentes emocionais e afetivos, os quais representam as bases para efetivas transformações de valores.

Promover a reflexão e a conscientização das pessoas em relação à necessidade de uma concepção de vida pautada em outros valores que possam melhorar a qualidade da existência, descobrindo propostas e novas experiências, as quais venham a contribuir para o estabelecimento da harmonia entre o homem, a sociedade, a economia e o meio ambiente e que sejam capazes de promover atitudes preservacionistas, também é interesse do estudo, justificando-se a busca pelo significado das sensações e emoções que permeiam estas vivências, especialmente focalizando-se o mergulho.

O mergulho parece ir ao encontro destas expectativas, propiciando ao ser humano a oportunidade de desvelar seus sentimentos, entrar em contato com a liberdade, com a descoberta, com a oportunidade do contato com a vida aquática, favorecendo a criatividade, a iniciativa, a resolução de problemas e valorizando o momento vivido, assumindo os riscos e prazeres que este meio proporciona, cooperando para o avanço pessoal e social dos envolvidos.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Uma outra justificativa é que, com o crescimento da procura por atividades de maior relevância em termos de sensações e emoções, há ainda uma lacuna na literatura específica, a respeito destas temáticas, assim como, nos cursos de formação na área de lazer, que ainda não dão conta de mostrar a importância das vivências significativas para melhoria da qualidade de vida, capaz de promover mudanças atitudinais e comportamentais.

Segundo Schwartz (2000), a ação-reflexão pode ser um ponto de partida para se entrar em contato com as próprias incongruências, refletir sobre o que se pensa e o que realmente é realizado na prática, tomando como base o prazer, que representa um elemento essencial para esta proposta de reflexão em relação às atividades físicas desenvolvidas em meio líquido, numa preocupação com a educação para o lazer, por meio da vivência do lúdico.

Refletir sobre as ressonâncias das ações e sobre a importância da educação para o lazer se torna fundamental para o momento acadêmico, tendo em vista a necessidade de superação do paradigma do sedentarismo.

O estudo se justifica, inclusive, por proporcionar um enfoque sobre o mergulho “livre” como atividade de aventura na natureza, no sentido de contribuir para a formação do ser humano autônomo, livre e criativo, participando de atividades em grupo, convivendo e compartilhando emoções e sensações mais intensas e recebendo informações corporais, capazes de estimular o aprimoramento do agir, do pensar e do sentir.

3.2- Objetivo

O objetivo desta dissertação foi investigar as sensações e emoções que permeiam as experiências durante a prática de mergulho, evidenciando a conscientização dos adeptos desta prática acerca das possibilidades de ressonâncias para além dos aspectos relacionados ao âmbito do lazer.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

3.3- Natureza da Pesquisa

Este estudo foi desenvolvido utilizando-se a pesquisa de caráter qualitativo, por tentar entender, de forma contextualizada, as descrições, a análise e interpretação das informações colhidas durante o processo de investigação, não se restringindo à utilização de valores numéricos, mas servindo-se deles como mais uma estratégia para análise das informações (NEGRINE, 2004)

De acordo com Bogdan; Biklen (1999), a pesquisa de caráter natural ocorre no ambiente habitual de ocorrência dos fatos e permiti uma espécie de diálogo profícuo entre o investigador e os sujeitos da investigação, onde os dados podem ser registrados em sua totalidade, tendo como foco a preocupação com o processo e não, apenas, com o resultado.

Segundo Lüdke e André (1986) as pesquisas qualitativas se prestam a atender os problemas da vida diária, sem, contudo, desvalorizá-la como rotineira, ou seja, uma atividade que possa fazer parte da vida profissional do educador-pesquisador, de forma a contribuir para o enriquecimento de seu trabalho, não sendo privilégio de poucos pesquisadores, mas como uma atividade que requer habilidades e conhecimentos específicos, que possam ser adquiridos e aprimorados por qualquer educador interessado e preocupado com a solução dos problemas sociais.

Toda pesquisa qualitativa implica num ato político, mostrando os valores, as concepções, os pensamentos e os interesses do educador-pesquisador, ele é um sujeito que interage com o estudo a ser pesquisado, não existindo nenhuma pesquisa que seja desinteressada (ALVES, 1984).

3.4- Procedimento

Para o desenvolvimento do estudo, foram organizadas duas etapas, sendo a primeira referente à revisão de literatura e a segunda etapa relativa a uma pesquisa exploratória. A

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

revisão de literatura foi feita por meio de fontes específicas, sendo que esta, para Marconi e Lakatos (1991, p. 174): “[...] é a fase da pesquisa realizada com o intuito de recolher informações prévias sobre o campo de interesse”. Os temas propostos para esta fase relacionaram-se ao: lazer, às AFAN, ao mergulho, às sensações e emoções.

A pesquisa exploratória foi desenvolvida para se adentrar diretamente no universo pesquisado, uma vez que esta fase da pesquisa consiste em estabelecer um primeiro contato com a situação, diagnosticando e colhendo as principais informações disponíveis (THIOLLENT, 1986).

Para a seleção da amostra do estudo, inicialmente, foram feitos contatos com agências de mergulho, com as quais foram agendadas datas para que a pesquisadora colhesse as entrevistas, logo após o mergulho, no barco ou nas pousadas, onde as equipes de mergulhadores estavam hospedadas.

Em seguida, foi agendado um final de semana para o *check-out*, isto é, a vivência em si, a qual ocorreu em Paraty, litoral Norte, próximo à Ubatuba/SP, local propício para a prática dessa atividade.

Uma grande dificuldade encontrada foi quando a pesquisadora chegou em Paraty e recebeu a notícia de que outras duas equipes de mergulhadores que iriam no barco haviam desistido.

Sendo assim, a pesquisadora decidiu percorrer algumas pousadas da cidade [em Paraty o número de pousadas chega a ser em torno de 700], em busca de equipes de mergulhadores. Esta busca arrebanhou um total de 30 pessoas, as quais foram imediatamente consultadas por meio de telefone sobre a anuência em participar da pesquisa, agendando-se, assim, as entrevistas para o dia seguinte.

Com o convite aceito pelos mergulhadores, foram agendadas as entrevistas para serem realizadas após o mergulho, na pousada em que os mesmos se encontravam hospedados.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Terminado o mergulho, a pesquisadora dirigiu-se à pousada, na qual foi feito o contato com os mergulhadores, a explicação sobre as razões da entrevista e prestados os esclarecimentos sobre a mesma, em relação à gravação, transcrição e utilização dos dados como base para a pesquisa, sem nenhuma identificação.

Assinado o termo de livre consentimento e com base na anuência dos mergulhadores, procedeu-se às entrevistas individuais, as quais foram realizadas nos dias 23 e 24 de julho de 2005, ao lado do rio, à beira da piscina de uma das pousadas, contando com a utilização de um gravador *Fast Playback/2-SPEED*, marca Panasonic, modelo No. RN-202.

Esta pesquisa constou com a participação de duas equipes de mergulhadores, cujas agências às quais os mergulhadores eram vinculados localizavam-se, respectivamente, nas cidades de Rio Claro/SP e Curitiba/PR.

3.5- Instrumento

Para colher informações sobre as sensações e emoções vivenciadas durante a prática do mergulho foi realizado uma entrevista semi-estrutura, como ferramenta de investigação, aplicada a 30 mergulhadores que praticavam esta atividade, por um período que vai de 2 à 19 anos.

Segundo Negrine (2004) a entrevista semi-estruturada favorece obter informações pontuais, ao mesmo tempo em que permite tecer um diálogo com o entrevistado, aprofundando em aspectos relevantes para o estudo.

Este tipo de entrevista se adequa a este tema de estudo, em função de conceder liberdade de resposta e uso de linguagem própria para o entrevistado, para que se consiga atingir o objetivo da pesquisa, porém, de maneira sistematizada, conforme evidenciam Marconi e Lakatos (1991).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Primeiramente, foi elaborado um roteiro que compunha uma entrevista piloto, contendo perguntas pertinentes ao interesse do estudo, o qual foi exposto ao julgamento de três professores doutores, para fins de validação do referido instrumento.

Com base nos resultados sugeridos por estes especialistas, pôde-se selecionar as questões mais pertinentes ao alcance do objetivo do estudo, formulando-se, assim, o instrumento definitivo (anexo1), aplicado para a coleta dos dados junto à amostra selecionada.

3.6- Sujeitos

A amostra selecionada para estudo constou de 30 participantes, de ambos os sexos e faixa etária entre 29 a 40 anos, praticantes regulares de mergulho, há mais de 1 ano.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

4º MERGULHO – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O conhecimento não é um espelho das coisas

ou do mundo externo.

Todas as percepções são, ao mesmo tempo,

traduções e reconstruções cerebrais com base em estímulos

ou sinais captados e codificados pelos sentidos.

Daí resultam, sabemos bem,

os inúmeros erros de percepção

que nos vêm de nosso sentido mais confiável, o da visão.

Ao erro de percepção acrescenta-se o erro intelectual.

O conhecimento, sob forma de palavra,

de idéia, de teoria, é o fruto de uma tradução/reconstrução

por meio da linguagem

e do pensamento e, por conseguinte, está sujeito ao erro

Morin (2002, p. 20).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

4.1- Análise e interpretação dos dados

A análise dos dados foi desenvolvida por meio da utilização da técnica de análise de conteúdo temático, pelo fato desta propiciar a coleta dos significados e também as principais descrições apontadas nas falas dos sujeitos em relação ao tema proposto, conforme relata Richardson (1989).

A opção por esse tipo de técnica se deve ao fato de que esta amplia em caráter de intensidade e profundidade o comportamento das variáveis intervenientes no estudo, possibilitando filtrar ou selecionar especificamente os dados dos discursos, que são pertinentes e relevantes para a pesquisa.

Tal recurso relaciona-se com as informações contidas nas mensagens, por ser a análise dos significados descritos, tendo por finalidade a interpretação e compreendendo o sujeito e o ambiente onde ocorre a ação (BARDIN, 1977).

A análise de Conteúdo é definida por Bardin (1977, p. 42) como:

> Um conjunto de técnicas de análise de comunicação visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção destas mensagens.

Existem várias possibilidades de se aplicar a técnica de Análise de Conteúdo, para este estudo optou-se pela Análise de Conteúdo Temática, que tem como base avaliar a recorrência das atitudes, por meio da captação das manifestações verbais refletidas na linguagem.

O conteúdo presente nas descrições dos mergulhadores foi analisado em unidades de significação, denominadas de *indicadores,* que utilizam duas dimensões: direção e intensidade, a primeira podendo ser positiva, negativa ou neutra e a segunda está relacionada ao grau de convicção, podendo ser fraco ou forte, elementos que serviram de guia para a pesquisa.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Desta forma, a pesquisa é respaldada pela análise descritiva e qualitativa dos dados, destacando reflexões relevantes, no sentido de justificar as inferências alcançadas.

Os dados foram também apresentados de forma percentual, para ilustrar os resultados da análise.

Alguns mergulhadores ofereceram mais de uma resposta a cada questão, o que leva à exceder o percentual de 100% referente às respostas.

Optou-se por não incluir as descrições na íntegra dos textos dos mergulhadores, pela extensão que seria dada à dissertação, preferindo-se transcrever somente os assuntos pertinentes ao que será analisado, passando-se diretamente para a etapa de análise de palavras-chave ou frase relevantes e com sentido para a pesquisa, denominada de formulação dos indicadores.

4.2- Formulação dos indicadores:

De posse das respostas das entrevistas dos mergulhadores, foi feito um desmembramento dessas respostas, salientando-se as palavras e frases mais relevantes que tiveram sentido para a pesquisa. Estas palavras-chave foram denominadas de *indicadores.* Em cada questão respondida, cada mergulhador pode, inclusive, ter apresentado mais de um indicador, conforme demonstrado a seguir:

Questão nº 1: Porque você começou a mergulhar?

Indicadores:

1- Estabelecer contato com a natureza. (Curiosidade, vontade de apreciar).

Total: 25 mergulhadores, correspondendo a 83,33%.

Sujeitos: M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7, M9, M10, M12, M14, M15, M16, M17, M18, M19, M20, M21, M22, M23, M24, M27, M28, M29, M30.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

2- Características positivas da atividade. (Lazer, aventura, alívio, agradabilidade)

Total: 8 mergulhadores, correspondendo a 26,66%.

Sujeitos: M4, M8, M10, M11, M12, M13, M25, M26.

3- Interferências externas. (Influência de amigos e da profissão).

Total: 3 mergulhadores, correspondendo a 10%.

Sujeitos: M5, M14, M19.

Questão nº 2: Qual o seu tipo de mergulho preferido? Justifique.

1- Mergulho autônomo: preferência para 28 mergulhadores, correspondendo a 93,33%.

Sujeitos: M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7, M8, M9, M10, M11, M12, M13, M14, M15, M16, M17, M18, M21, M22, M23, M24, M25, M26, M27, M28, M29, M30.

2- Mergulho livre: preferência para 2 mergulhadores, correspondendo a 6,66%.

Sujeitos: M19 e M20.

Indicadores referentes à justificativa pela preferência ao mergulho autônomo:

1- Contato sensível com a natureza. (Visualização, exploração, interação, liberdade e profundidade).

Total: 16 mergulhadores, correspondendo a 53,33%.

Sujeitos: M1, M3, M5, M6, M7, M8, M9, M10, M11, M12, M13, M15, M16, M19, M21, M22.

2- Segurança. (Controle, planejamento e confiança).

Total: 6 mergulhadores, correspondendo a 20%.

Sujeitos: M1, M2, M4, M9, M14, M18

3- Aspectos positivos da atividade. (Recreação, prazer e agradabilidade).

Total: 3 mergulhadores, correspondendo a 10%.

Sujeitos: M1, M3, M17.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Indicadores referentes à justificativa pela preferência ao mergulho livre:

1- Facilidade para a prática (Pouco equipamento, menor custo, realizado em muitos lugares)

Total: 4 mergulhadores, correspondendo a 13,33%.

Sujeitos: M7, M10, M19, M20.

2- Aspectos ligados à segurança. (Sem riscos à saúde)

Total: 3 mergulhadores, correspondendo a 10%.

Sujeitos: M17, M19, M20.

3- Necessidade de interação social. (Praticado com mais amigos).

Total: 1 mergulhador, correspondendo a 3,33%.

Sujeito: M19.

Questão nº 3: Com que freqüência você mergulha?

Indicadores:

1- Freqüência constante. (Até 4 mergulhos/mês).

Total: 20 mergulhadores, correspondendo a 66,66%.

Total: M1, M2, M3, M4, M5, M7, M10, M12, M13, M15, M16, M17, M18, M20, M25, M26, M27, M28, M29, M30.

2- Pouca freqüência. (1 a 4 mergulhos/ano).

Total: 7 mergulhadores, correspondendo a 23,33%.

Sujeitos: M8, M9, M14, M19, M22, M23, M24.

3- Freqüência esporádica. (Eventualmente, de vez em quando).

Total: 3 mergulhadores, correspondendo a 10%.

Sujeitos: M6, M11, M21.

Questão nº 4: Qual o seu objetivo ao praticar o mergulho?

Indicadores:

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

1- Aspectos relacionados à visão funcionalista do Lazer. (Alívio de estresse, relaxamento, desenvolvimento pessoal, diversão, descontração).

Total: 25 mergulhadores, correspondendo a 83,33%.

Sujeitos: M2, M3, M4, M5, M7, M8, M9, M10, M11, M12, M13, M14, M16, M17, M18, M20, M21, M22, M23, M24, M25, M26, M28, M29, M30.

2- Necessidade de socialização. (Fazer amigos, conhecer, relacionar)

Total: 11 mergulhadores, correspondendo a 36,66%.

Sujeitos: M3, M5, M6, M10, M12, M17, M21, M25, M27, M28, M29.

3- Estabelecer contato sensível com a natureza. (descoberta, admiração, cuidado).

Total: 8 mergulhadores, correspondendo a 26,66%.

Sujeitos: M3, M5, M15, M19, M21, M25, M27, M28.

4- Mergulho como profissão. (Ser um *dive mister*, fazer biologia marinha).

Total: 2 mergulhadores, correspondendo a 6,66%.

Sujeitos: M1, M6.

Questão nº 5: Cite 3 motivos que levaram você à prática do mergulho, em ordem de importância.

Indicadores referente ao 1º Motivo:

1- Aspectos positivos da atividade. (Prazer, alegria, gosto, realização, satisfação, socialização, alívio, paz, liberdade, aventura, qualidade de vida, segurança).

Total: 17 mergulhadores, correspondendo a 56,66%.

Sujeitos: M1, M3, M5, M6, M12, M13, M14, M16, M18, M19, M21, M23, M24, M25, M26, M29, M30.

2- Estabelecer contato com a natureza. (Curiosidade, apreciação).

Total: 10 mergulhadores, correspondendo a 33,33%.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Sujeitos: M2, M7, M9, M10, M11, M15, M16, M22, M27, M28.

3- Por ser um esporte.

Total: 4 mergulhadores, correspondendo a 13,33%.

Sujeitos: M4, M8, M17, M20.

Indicadores referente ao 2º Motivo:

1- Aspectos positivos da atividade. (Alívio, relaxamento, lazer, descontração, novas experiências, paz, aventura, romper barreiras, ir um pouco adiante, superação).

Total: 17 mergulhadores, correspondendo a 56,66%.

Sujeitos: M3, M6, M7, M8, M9, M10, M11, M13, M14, M15, M16, M17, M18, M22, M24, M25, M26).

2- Aspectos ligados à qualidade de vida. (atividade física, saúde, boa alimentação, socialização).

Total: 9 mergulhadores, correspondendo a 30%.

Sujeitos: M1, M2, M4, M5, M12, M14, M21, M27, M29.

3- Contato com a natureza. (Apreciação, amor).

Total: 5 mergulhadores, correspondendo a 16,66%.

Sujeitos: M19, M20, M23, M28, M30.

Indicadores referente ao 3º Motivo:

1- Aspectos positivos da atividade. (Aventura, busca do diferente, desafio, superação, alívio, liberdade, novas experiências, compartilhar, conviver).

Total: 18 mergulhadores, correspondendo a 60%.

Sujeitos: M1, M3, M4, M5, M7, M9, M10, M11, M13, M14, M15, M19, M23, M26, M27, M28, M29, M30.

2- Aspectos relacionados ao estilo de vida. (Tempo para atividades no âmbito do lazer).

Total: 5 mergulhadores, correspondendo a 16,66%.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Sujeitos: M12, M16, M17, M24, M25.

3- Contato com a natureza. (Apreciação).

Total: 4 mergulhadores, correspondendo a 13,33%.

Sujeitos: M2, M6, M8, M22.

4- Não citou o 3º motivo.

Total: 1 mergulhador, correspondendo a 3,33%.

Sujeito: M20.

Questão nº 6: Cite 3 emoções/sensações que você vivencia quando mergulha, em ordem de importância.

Indicadores referente a 1ª Emoção:

1- Emoções positivas. (Paz, tranqüilidade, serenidade, relaxamento, liberdade, emoções diferentes, prazer, alegria).

Total: 21 mergulhadores, correspondendo a 70%.

Sujeitos: M3, M4, M5, M6, M7, M8, M9, M10, M12, M13, M15, M16, M20, M21, M22, M25, M26, M27, M28, M29, M30.

2- Emoções subjetivas. (fascínio, encantamento).

Total: 5 mergulhadores, correspondendo a 16,66%.

Sujeitos: M1, M2, M11, M 17, M19.

3- Emoções relacionadas a palavras abstratas. (Superação, autocontrole).

Total: 2 mergulhadores, correspondendo a 6,66%.

Sujeitos: M18, M23.

Indicadores referente a 2ª Emoção:

1- Emoções positivas. (Paz, prazer, felicidade, alegria, liberdade, reflexão, silêncio, tempo para si, harmonia, auto-conhecimento, aventura).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Total: 27 mergulhadores, correspondendo a 90%.

Sujeitos: M1, M3, M4, M5, M6, M7, M9, M10, M12, M13, M14, M15, M16, M17, M18, M19, M20, M21, M22, M23, M24, M25, M26, M27, M28, M29, M30.

2- Emoções relacionadas a palavras abstratas. (curiosidade, conhecimento, descoberta).

Total: 3 mergulhador, correspondendo a 10%.

Sujeito: M2, M8, M11.

Indicadores referente a 3ª Emoção:

1- Emoções positivas. (Liberdade, alegria, paz, satisfação, felicidade, apreciação, adrenalina, aventura, auto-conhecimento, conhecimento, estilo de vida).

Total: 22 mergulhadores, correspondendo a 73,33%.

Sujeitos: M1, M2, M4, M5, M6, M8, M9, M10, M11, M12, M13, M14, M15, M16, M17, M19, M20, M22, M24, M25, M29, M30.

2- Emoções ligadas a palavras abstratas. (Segurança, confiança, planejamento, preocupação).

Total: 4 mergulhador, correspondendo a 13,33%.

Sujeito: M1, M18, M21, M26.

3- Emoções subjetivas. (Realização).

Total: 2 mergulhadores, correspondendo a 6,66%.

Sujeitos: M7, M23.

Questão nº 7: Se você pudesse definir em uma palavra o que você sente quando mergulha, qual seria ela?

Indicadores:

1- Emoções positivas. (Paz, prazer, paixão, satisfação, liberdade, admiração, plenitude, felicidade, aventura).

Total: 27 mergulhadores, correspondendo a 90%.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Sujeitos: M1, M2, M3, M4, M5, M7, M8, M9, M10, M11, M12, M13, M14, M15, M16, M17, M18, M19, M20, M22, M23, M24, M25, M26, M27, M29, M30.

2- Emoções subjetivas. (Fé, amor).

Total: 3 mergulhador, correspondendo a 10%.

Sujeito: M6, M21, M28.

Questão nº 8: As sensações vivenciadas durante o mergulho permanecem depois de algum tempo? Justifique.

100% dos mergulhadores entrevistados responderam que sim.

Indicadores referentes à justificativa pelas sensações vivenciadas durante o mergulho, as quais permanecem depois de algum tempo.

1- Experiências positivas. (Alegria, entusiasmo, espírito lúdico, bem-estar, prazer-endorfina liberada-, alívio, amizade, plenitude, satisfação, calma, fortes emoções).

Total: 14 mergulhadores, correspondendo a 46,66%

Sujeitos: M1, M2, M3, M5, M7, M8, M9, M12, M14, M15, M17, M20, M22, M29.

2- Lembranças de imagens. (Visualização, comunicação).

Total: 12 mergulhadores, correspondendo a 40%.

Sujeitos: M10, M11, M16, M18, M19, M20, M21, M22, M24, M26, M27, M28.

3- Estilo de vida. (Expectativa, aprendizado).

Total: 4 mergulhadores, correspondendo a 13,33%.

Sujeitos: M4, M6, M25, M30.

4- Não justifica.

Total: 1 mergulhador, correspondendo a 3,33%.

Sujeito: M13.

Questão nº 9: Você já percebeu alguma sensação desagradável quando mergulhou?

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

1- Sim: 22 mergulhadores, correspondendo a 73,33%.

Sujeitos: M1, M3, M4, M5, M8, M9, M10, M12, M13, M14, M15, M16, M17, M18, M19, M20, M21, M22, M23, M24, M27, M29.

2- Não:

Total: 8 mergulhadores, correspondendo a 26,66%.

Sujeitos: M2, M6, M7, M11, M25, M26, M28, M30.

Indicadores referentes à resposta afirmativa:

1- Aspectos relacionados à sensação de medo. (Susto, apreensão, desconforto, enjôo, frio, insegurança).

Total: 19 mergulhadores, correspondendo a 63,33%.

Sujeitos: M3, M4, M5, M8, M9, M13, M14, M15, M16, M17, M18, M19, M20, M21, M22, M23, M4, M27, M29

2- Sensação de dor. (Dor de cabeça e de ouvido).

Total: 4 mergulhadores, correspondendo a 13,33%.

Sujeitos: M1, M10, M20, M24.

3- Emoções relacionadas a palavras abstratas. (Pouca superação, cobrança de resultados).

Total: 1 mergulhador, correspondendo a 3,33%.

Sujeito: M12.

Questão nº 10: Quais as principais dificuldades encontradas para praticar o mergulho regularmente?

Indicadores:

1- Aspectos relacionados ao custo da atividade.

Total: 22 mergulhadores, correspondendo a 73,33%.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Sujeitos: M1, M3, M4, M5, M8, M12, M13, M15, M16, M17, M18, M19, M20, M21, M22, M23, M24, M25, M26, M27, M29, M30.

2- Aspectos relacionados ao tempo livre destinado para a prática. (Falta de tempo devido às obrigações).

Total: 10 mergulhadores, correspondendo a 33,33%.

Sujeitos: M4, M5, M8, M9, M10, M11, M13, M14, M21, M28.

3- Condições climáticas. (Chuva, vento, mudança de temperatura).

Total: 6 mergulhadores, correspondendo a 20%.

Sujeitos: M2, M14, M15, M17, M20, M27.

4- Aspectos relacionados à sensação de medo. (falta de habilidade com equipamento).

Total: 4 mergulhador, correspondendo a 13,33%.

Sujeito: M1, M6, M7, M16.

Questão nº 11: Qual a relação que você faz entre o mergulhar e a vida cotidiana?

Indicadores:

1- Relações de separação. (Compensação, alienação, desconexão, alívio, antídoto).

Total: 12 mergulhadores, correspondendo a 40%.

Sujeitos: M2, M4, M7, M8, M11, M12, M16, M20, M22, M23, M29, M30.

2- Influência positiva no cotidiano. (Planejamento, cuidado, contato, sensações novas, melhoria de vida, preparo físico, convivência, respeito, cooperação).

Total: 9 mergulhadores, correspondendo a 30%.

Sujeitos: M3, M10, M19, M21, M24, M26, M26, M27, M28.

3- Relações de aproximação. (Aventura, superação, calma, apreciação, segurança, e concentração em ambos).

Total: 5 mergulhadores, correspondendo a 16,66%.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Sujeitos: M1, M5, M6, M14, M18.

4- Lazer como estilo de vida.

Total: 4 mergulhadores, correspondendo a 13,33%.

Sujeitos: M13, M15, M17, M25.

Questão nº 12: Aconteceu alguma mudança em sua vida depois que você começou a praticar o mergulho?

100% dos mergulhadores entrevistados responderam que sim.

Indicadores:

1- Aprimoramento pessoal. (Auto-conhecimento, melhoria no relacionamento, mudança de atitude, mais perceptiva).

Total: 21 mergulhadores, correspondente a 70%.

Sujeitos: M2, M3, M4, M6, M7, M10, M13, M15, M16, M17, M18, M19, M20, M21, M23, M24, M26, M27, M28, M29, M30.

2- Aspectos relacionados à natureza. (Aprendizado, admiração, respeito, valorização, integração).

Total: 8 mergulhadores, correspondendo a 26,66%.

Sujeitos: M1, M8, M9, M11, M14, M15, M22, M24.

3- Qualidade de vida. (Noção de saúde, hábitos alimentares, atividade física regular).

Total: 4 mergulhadores, correspondendo a 13,33%.

Sujeitos: M4, M5, M18, M29.

4- Aspectos relacionados ao Medo. (Necessidade de praticar, superação)

Total: 2 mergulhador, correspondendo a 6,66%.

Sujeito: M8, M12.

5- Não justifica.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Total: 1 mergulhador, correspondendo a 3,33%.

Sujeito: M25.

Questão nº 13: Você considera importante acrescentar mais alguma informação sobre o mergulho?

1- Não.

Total: 5 mergulhadores, correspondendo a 16,66%.

Sujeitos: M7, M14, M16, M19, M26.

2- Sim.

Total: 25 mergulhadores, correspondendo a 83,33%.

Sujeitos: M1, M2, M3, M4, M5, M6, M8, M9, M10, M11, M12, M13, M15, M17, M18, M20, M21, M22, M23, M24, M25, M27, M28, M29, M30.

Indicadores referentes à resposta afirmativa:

1- Aspectos positivos da atividade. (prazer, paz, alívio, transformação, liberdade).

Total: 14 mergulhadores, correspondendo a 46,66%.

Sujeitos: M1, M3, M4, M5, M8, M10, M11, M13, M15, M18, M20, M22, M23, M25.

2- Aspectos ligados ao saber sensível. (Experimentar, praticar, conhecer, socializar).

Total: 7 mergulhadores, correspondendo a 23,33%.

Sujeitos: M6, M9, M17, M21, M27, M28, M30.

3- Aspectos relacionados à educação ambiental. (Interação, proteção, conscientização).

Total: 3 mergulhadores, correspondendo a 10%.

Sujeitos: M2, M15, M29.

4- Risco-segurança.

Total: 2 mergulhadores, correspondendo a 6,66%.

Sujeitos: M12, M24.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

4.3- Discussão dos resultados:

Com os resultados dos indicadores de cada questão, partiu-se para uma confrontação sistemática dos dados obtidos com o referencial teórico, o que possibilitou melhor reflexão e compreensão.

Referente à questão nº 1: Por que você começou a mergulhar?

Ao analisar esta questão, pode-se verificar, no primeiro indicador estabelecer contato com a natureza, que 83,33% dos mergulhadores responderam que começaram a mergulhar por curiosidade, por quererem experimentar, por vontade de conhecerem e passarem por uma nova experiência.

Nas palavras de Rubem Alves (2002), a curiosidade é o que motiva buscar saber mais sobre determinado objeto, representa uma certa inquietação, um desejo de conhecer e de vivenciar uma nova experiência.

O autor associa a curiosidade a uma "coceira" que dá nos olhos ao se visualizar um objeto, neste caso, comparece a curiosidade de conhecer o fundo do mar, o que pode ser evidenciado na descrição do mergulhador nº 4, ao relatar que a curiosidade foi desperta "[...] depois de ver uma matéria sobre mergulho na televisão".

No entanto, a curiosidade por si só, não implica intervenção, o que sugere uma ação mais consciente e elaborada, estabelecendo uma criticidade em relação a determinado conhecimento.

A curiosidade deve fazer parte do ciclo vital, implica procura de respostas, uma necessidade de desvelar o que se encontra obscurecido, diferente da observação passiva e conformista, mas um acréscimo ao mundo a partir da participação criticamente curiosa, conforme enfatiza Freire (1996).

Portanto, o mergulho autônomo, como uma atividade física de aventura na natureza, sendo a natureza o ambiente em que ocorre esta prática, exige a necessidade de uma educação

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

em prol de sua conservação, o que significa muito mais do que observar a beleza da vida marinha, mas ações coletivas responsáveis juntamente com a aquisição de saberes éticos e específicos para uma prática efetivamente consciente.

Estabelecer contato com a natureza pode ser o primeiro passo para uma interação efetiva com a mesma, o que significa a necessidade de constatar, não para adaptar ao meio, mas para tentar mudar, se for preciso.

No segundo indicador, características positivas da atividade, 26,66% dos mergulhadores responderam que começaram a mergulhar por lazer, aventura, alívio e aspectos ligados ao prazer.

O mergulhador nº 12 afirmou que começou a mergulhar, por ser uma atividade agradável, saudável e sem impacto, aspectos relacionados diretamente com as características da atividade aquática e de fatores pessoais, sendo que, inclusive, optou pelo mergulho para ter um tipo de atividade de lazer que fosse gostosa e que o possibilitasse recuperar da cirurgia feita no joelho.

Damásio (2000) explica a mudança química ocorrida no organismo em função da liberação de substâncias, tais como a dopamina, a endorfina e a adrenalina, liberadas numa situação de prazer, essencialmente fundamental para manutenção da espécie humana.

No entanto, estes registros químicos deixados no organismo do ser humano, diante de uma situação de prazer, estão atrelados a fatores sociais e psicológicos advindos da busca por novas emoções, de sensações intensas, duradouras e de desafio, tão restritas na sociedade atual e que, segundo Csikszentmihalyi (1999), são emoções que o ser humano não consegue ficar por um longo período de tempo sem sentí-las, a ponto de gerar insatisfação e inconformismo diante da monotonia e apatia da situação.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

A importância que as atividades agradáveis e que a sensação de bem-estar significam na vida do ser humano, tanto quanto a busca pelo prazer, é um fenômeno bio-psico-social, que acompanha o surgimento da humanidade.

Atividades que venham a surtir impacto diferente na vida, contrariamente às realizadas no trabalho e na vida cotidiana, tendem a gerar sentimento de felicidade e alegria, em detrimento de sensações de estresse e monotonia, geralmente proporcionadas pelas atividades repetitivas e mecânicas do cotidiano.

A sociedade moderna, cansada de normas de segurança extremas, para manter a paz e a ordem social, se vê encarcerada com suas sensações e emoções, buscando novos caminhos que venham a despertar novas emoções ou desafios para se sentir vivo.

O tempo livre tem sido considerado o melhor momento para vivência do lúdico, de atividades prazerosas e que realmente trazem sentido para a vida. Conforme alerta Schwartz (2002), o lazer tem sido o grande representante da sociedade moderna, em que esta, vendo-se acuada diante de tantas obrigações sociais e situações de controle por parte da classe dominante, encontrou no lazer, um caminho possível para vivências espontâneas e com autonomia, além de trazer benefícios pessoais e sociais, gerando determinados estilos de vida.

Quanto ao terceiro indicador, interferências externas, apenas 10% dos entrevistados alegaram ter começado a mergulhar por influência de amigos e por querer utilizar a prática do mergulho para fins profissionais. Embora a percentagem obtida neste estudo tenha sido tímida, segundo Weinberg; Gould (1995), a *influência de amigos* é um dos grandes fatores que motivam a aderência inicial a uma atividade física, assim como a continuidade ou manutenção desta.

Este fato pode ser evidenciado na descrição do mergulhador nº 14, ao relatar que começou a mergulhar "[...] para acompanhar amigos e depois o namorado, porém, isto foi só

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

no inicio", uma vez que, atualmente, este sujeito mergulha porque adora apreciar a vida marinha.

Embora a influência de amigos tenha sido o fator determinante de adesão ao mergulho, apreciar a vida marinha foi o fator que manteve o mergulho na prática desta modalidade, para este sujeito. Segundo Tahara (2004) o grupo é um fator interveniente de aderência, possibilitando levar o praticante a adquirir um hábito freqüente em relação à determinada atividade física, estimulando definição de objetivos e alcance de metas pessoais e sociais, favorecendo a integração entre o grupo, partilhando interesses comuns e expectativas semelhantes.

Referente à questão nº 2: Qual o seu tipo de mergulho preferido?



Mergulho Livre



Mergulho Autônomo

Charge 1– Tipos de Mergulho. (MELO, 2005).

Ao ser analisada esta questão, verificou-se que 93,33% preferem o mergulho autônomo, em detrimento de 6,66%, que alegam preferir o mergulho livre. Sendo assim, segue abaixo as justificativas para a preferência dos respectivos tipos de mergulho.

Quanto às justificativas pela preferência pelo mergulho autônomo:

Pode-ser verificar, no primeiro indicador, contato sensível com a natureza, que 53,33% dos mergulhadores alegaram preferir o mergulho autônomo pela visualização, exploração, interação, liberdade e profundidade e interação com o meio.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Atualmente, com os acontecimentos da sociedade científica e tecnológica a adentrar na vida do ser humano, regendo-o, muitas vezes, ele se transforma em verdadeiro pinóquio, conforme enfatiza Alves (1989).

A necessidade de um contato mais sensível com a natureza parece ser uma maneira de reencontrar e estabelecer nova relação com um mundo perdido, atenuando a insensibilidade dos tempos modernos.

Pode-se observar esta idéia no discurso do mergulhador nº 8: “É mais uma oportunidade de colocar no cotidiano uma experiência diferente, contato com outras pessoas, sensações novas em baixa d’água, entre outras”.

Duarte Jr. (2001) acredita que esse saber sensível pode ser resgatado por meio dos sentidos do corpo, das percepções, dos desejos, da criatividade e das emoções e, independente de serem considerados pela sociedade como conhecimentos abstratos, traz em sua raiz um grande significado para a vida.

O ser humano se vê na dificuldade de superar valores normalmente impostos pela mídia, necessitando de uma visão crítica e reflexiva, incorporando novas posturas na própria capacidade de conhecer e de se relacionar consigo próprio e com a natureza, por meio de um saber mais diversificado e com mais oportunidades sensitivas, aprendendo com o ‘mundo vivido’.

Está na hora da sociedade reverter esta situação, deixando de formar pinóquios para passar o formar seres verdadeiramente humanos, recuperando, não só os sentido dos sentidos, as percepções e os desejos, mas soltando o movimento, a criatividade e as emoções, uma vez que estes são considerados fatores de desenvolvimento nos níveis pessoal e social.

Além do aprimoramento pessoal e social estabelecido no contato sensível com a natureza, os elementos acima citados permitem alterar o quadro da insensibilidade

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

contemporânea, que prioriza atividades repetitivas e monótonas que tendem a encapsular as sensações e emoções, o que torna mais fácil sua manipulação em grande escala.

Assim também é a maioria das atividades físicas praticadas em academia, que utilizam equipamentos fixos e personalizados para desenvolverem a performance e a aptidão física.

Com o tempo prolongado de prática regular, não raro, o praticante se transforma em um autêntico robô, locomovendo-se de pernas afastadas, sem, ao menos, flexioná-las, braços estendidos ao lado do corpo, tórax excessivamente proeminente, pescoço rígido e olhos que parecem querer sair para fora, uma verdade máquina em que se pode notar, nitidamente, os movimentos fragmentados, cadenciados e robotizados, conforme evidencia Courtine (1996).

As emoções e as sensações são o que menos importa diante de tanta superficialidade e preocupação excessiva com aparência externa, valores estes que se coadunam com os da lógica dominante, da linearidade dos fatos, do mensurável, da razão pura e da descartabilidade das coisas.

Mesmo com todo esse quadro, o ser humano tem buscado um contato com a beleza da natureza, com o ar puro, com o verde das matas, a fauna e a flora, além de sentimentos e emoções há muito tempo trancafiados, por meio de atividades que proporcionem prazer, sentidos e sentimentos, por meio da prática de atividades físicas ligadas à natureza.

O mergulho autônomo pode contribuir para o aprendizado por meio do estabelecimento dos contatos, da experiência sensível com a natureza, bem como, na oportunidade de criar um elo de parceria, de busca da conservação ambiental, da possibilidade de uma prática mais democrática, que minimize a discriminação em relação à prática, devido ao alto custo investido nessa atividade.

Ao analisar-se o segundo indicador, segurança, 20% dos mergulhadores alegam preferir o mergulho autônomo pelo planejamento, confiança e controle que este proporciona.

Os conceitos de certeza e de controle se referem a momentos da atualidade

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

denominados por Bauman (1999) de modernidade, os quais parecem passar para um outro momento concebido como pós-moderno, visualizando uma sociedade mais reflexiva e ambivalente, propensa a respeitar as diversidades e aprendendo a viver com a indeterminação.

Este momento, ao mesmo tempo em que é uma ameaça à ordem racional, parece vislumbrar uma chance de emergir uma nova sociedade, pautada na incerteza, na inconclusão, no risco e na sensação de descontrole da situação.

Segundo Schwartz (2002), embora a sociedade urbana ocidental tenha obsessão por segurança, existe um certo fascínio por atividades que propiciem risco, fato que justifica a grande procura por atividades físicas no âmbito do lazer, com o intuito de quebrar a rotina diária e de possibilitar viver sensações que diferem das normalmente vividas no cotidiano.

As condutas de risco são próprias da natureza humana e, mesmo com todo equipamento tecnológico e instrução de segurança a disposição em diversos manuais, entre eles o manual da *Professional Association of Diving Instructors* - PADI (1999), que apresentam normas e regras de segurança para um bom andamento do mergulho, o ser humano se vê num dilema, ao mesmo tempo em que preocupa com a segurança, com o controle dos equipamentos de mergulho, o que, de certa forma, o coloca numa zona de conforto, a chance de colocar-se em risco possibilita viver sensações diferentes em relação à monotonia do dia-a-dia, conforme enfatiza Schwartz (2002).

Sendo assim, o risco faz parte da vida, mesmo que durante muito tempo tenha perdurado a razão científica pura, que tinha como objetivo dar estabilidade e segurança aos fatos históricos, de maneira linear e limitada.

Dentro dessa perspectiva, a razão pautada no cientificismo e na tecnologia tinha como intuito afastar a possibilidade de risco e incerteza, a partir da lógica baseada no determinismo “natural”, sempre de fora para dentro, sem, contudo, considerar os fatores internos, afetivos e sociais, o que contribui para a “segurança” e ações sem riscos.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Mesmo com a falta de percepção do risco, nota-se que ele está presente em todos os momentos da vida, porque a vida é um constante aprendizado, sendo o ato de aprender um uma aventura criativa e criadora, muito mais interessante e motivante do que simplesmente receber um conhecimento dado, pronto e fechado, o que dificuldade a possibilidade de risco e aventura pela construção do conhecimento.

Nesse contexto, cabe ressaltar o mergulho autônomo como atividade física de aventura na natureza, que surge como um desejo de sentir novas sensações diferentes das normalmente passivas e conformistas, enfrentando riscos e desvelando emoções obscurecidas vivenciadas no cotidiano urbano, conforme evidencia Schwartz (2002), ao retratar estes aspectos na dinâmica atual da sociedade.

Ao analisar-se o terceiro indicador, referente aos aspectos positivos da atividade, tem-se que 10% responderam que preferem o mergulho autônomo por ser um mergulho recreativo, agradável e prazeroso.

Observa-se, nas descrições dos mergulhadores, que os mesmos iniciam na prática do mergulho autônomo e até o denominam como recreativo, mas, conforme vão aumentando o número de mergulhos feitos, procuram por outras vertentes do mergulho autônomo, capazes de demandar mais habilidade e preparo, a exemplo do mergulho em cavernas e naufrágios.

Isto pode ser constatado na descrição do mergulhador nº 3, quando justifica preferir o mergulho autônomo e acrescenta que o que mais gosta de fazer são os mergulhos em cavernas, “[...] por serem mergulhos profundos, mergulhos com misturas gasosas, mergulho técnico em geral, pela complexidade que o mergulho tem, é uma coisa que atrai a gente bastante”.

Atualmente, o ser humano é levado pelas ondas do mar, ao ritmo da padronização, da mensuração e da avaliação classificatória, pautada pela lógica da certeza, da linearidade das coisas e pessoas, não sendo diferente em relação ao corpo.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

A mídia tem sido o maior fator de controle social, acima dos aspectos fisiológicos defendidos pela ciência, necessitando de uma visão crítica e reflexiva para ir contra essa avalanche de informações, aliadas, na maioria das vezes, a aspectos atléticos, estéticos e cosméticos, conforme alerta Sant'Anna (2002), sugerindo ao ser humano o alcance da saúde por meio de hábitos alimentares e prática de atividade física sem, contudo, considerar os fatores sociais e afetivos impeditivos dessa realidade.

Sendo assim, associado a esta percepção de saúde ligada a fatores estritamente técnicos e específicos, defensores desta linha de pensamento acreditam que a prática de atividade física regular depende exclusivamente do indivíduo, propondo atividades repetitivas e monótonas para o alcance da saúde, deixando de lado as atividades que proporcionam prazer, emoção e sensações agradáveis.

A repetição de um ato por um período longo de tempo "encaixa" as sensações mais espontâneas e livres, encapsulando também as emoções, o que priva o contato mais direto do próprio corpo com o saber sensível, em detrimento da monotonia advinda do corpo tido como mercadoria, a exemplo das atividades físicas voltadas a desenvolver a aptidão física, conforme citado por Duarte Jr. (2001), as quais tem um grande controle da mídia para divulgação de seus objetivos.

Outro fator interessante ao analisar os aspectos que envolvem a segurança e o risco, é o desafio que existe em relação ao risco e a sensação de medo, pois ao mesmo tempo em que o indivíduo pode sentir medo por estar numa situação de risco, é exatamente em relação à sua presença que possibilita a experimentação de sensações positivas, como o prazer.

Esta idéia pode ser observada no discurso do mergulhador nº 3:

> [...] todo mergulhador quando começa a se empenhar, fazer cursos mais complexos, uma hora ou outra leva o famoso susto, alguma coisa, uma sensação, um momento de falta de visibilidade, uma coisa assim, sabe? Ou dentro de um naufrágio ou numa caverna você dá uma enroscadinha em alguma coisa, você fica super apreensivo, você vê a 'coisa preta', você leva

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

> um susto, isso não é bom, não é agradável, tem o seu lado bom, que você aprende com isso [...].

Dentro desta perspectiva, pensar no mergulho enquanto atividade física que foge dos moldes e padrões pré-estabelecidos é proporcionar a cada mergulho uma nova emoção, um momento diferente e único, possibilitando gerar sensações diferenciadas das normalmente vivenciadas no ambiente urbano.

Quanto à justificativa pela preferência pelo mergulho livre:

Quanto ao primeiro indicador, facilidade para a prática, 13,33% dos mergulhadores relataram preferir o mergulho livre pela utilização de pouco equipamento e menor custo, podendo ser realizado em muitos lugares. Segundo Guardabassi e Naccarato (1995), para a prática do mergulho livre utiliza-se um arsenal de equipamentos, embora este seja um pouco menos tecnológico, como é o caso do cilindro de ar utilizado no mergulho autônomo.

O custo realmente diminui quando se deseja praticar mergulho livre com saída da praia, não precisando de barco para se chegar até o ponto de mergulho, conforme evidencia a descrição do mergulhador nº 20: “É menos trabalhoso, não necessidade de se equipar, e muitas vezes, é possível fazer mergulho livre na praia, não sendo preciso pegar um barco ou navegar por muito tempo, além de ser mais barato”.

Embora econômica, a saída da praia serve apenas como ponto de partida para um local próximo, além de ser cansativa pela dificuldade encontrada de acesso à água relativa ao ambiente costeiro e não aumenta o tempo de interação com o meio subaquático, pois este fato está totalmente atrelado com a utilização do cilindro de ar. A saída da praia serve apenas como ponto de partida para um local próximo (CARVALHO, 1989).

Conforme salienta Schwartz (2002) existem algumas atividades físicas de aventura na natureza, inclusive o mergulho, que representam um papel elitizante, centradas na sofisticação e requinte, sendo necessário adquirir material e acesso a locais distantes para sua prática.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Frente a estes fatores limitantes e muitas vezes restritos à prática do mergulho, outras opções têm sido levantadas, para que o mergulho se torne uma atividade mais acessível às camadas carentes, a exemplo da saída da praia, conforme comentado anteriormente, em que não se necessita investir no custo do barco para se chegar ao ponto de mergulho, representando esta uma alternativa na redução de custos.

No entanto, acima do custo-benefício que o indivíduo obtém por meio do mergulho autônomo estão os valores afetivos e sociais gerados pela beleza, pela sensação de prazer, liberdade, alegria e silêncio que o contato com esse meio proporciona, além de possibilitar mudanças efetivas de comportamento em relação à vida. (Ribeiro, 2003).

Este fator é fundamental ao se pensar sobre a importância da vivência do mergulho para o ser humano, uma vez que propicia a busca por novas aventuras, o contato com a natureza, o reencontro com estados subjetivos e a própria noção de risco.

Em relação ao segundo indicador, aspectos ligados à segurança, 10% alegaram preferência pelo mergulho livre por não haver riscos à saúde, conforme constatado na descrição do mergulhador nº 19: “É um tipo de mergulho que pode ser realizado em muitos lugares, como poucos equipamentos, além do custo. Também podemos ficar por muito tempo praticando sem riscos à saúde”.

A busca pela segurança, comentada anteriormente, fruto da sociedade do controle e da certeza, limita a possibilidade de vivenciar o risco como possibilidade de uma experiência agradável, associando, na maioria das vezes, o risco ao perigo e à possibilidade de afetar o bem-estar, o que vale ressaltar a concepção de risco ligado ao senso comum atrelado a doenças patológicas.

As atividades físicas de aventura na natureza demandam riscos que, segundo Schwartz e Marinho (2005) são riscos controlados, o que afasta a possibilidade do risco em potencial e prejudicial ao indivíduo.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

No terceiro indicador, necessidade de interação social, apenas 3,33% declaram, ou seja apenas o mergulhador nº 19 relata preferir o mergulho livre pelo fato de "[...] podermos praticá-lo com um número maior de amigos que não fazem o mergulho autônomo". Mesmo o mergulho livre é praticado em dupla, talvez, esta alusão atribuída à prática do mergulho livre, atrelado ao aumento de amigos para sua prática, indica uma atividade lúdica próxima àquelas desenvolvidas na areia do mar, sem necessariamente, se praticar o mergulho propriamente dito.

A interação social promovida por meio das atividades físicas ligadas à natureza necessita do desenvolvimento de outras competências e habilidades normalmente requisitadas na atual conjuntura da sociedade moderna, inteligências múltiplas, destacando as naturalistas e as pessoais, conforme evidencia De Gáspari (2003), com o intuito de resgatar o sentimento de pertencimento em relação à natureza e a relação consigo mesmo, em busca do "senso do eu".

Nessa interação social entre o homem e a natureza, a relação se funde, se corporifica em cúmplices e responsáveis pela presença de ambos no cosmos, formando uma tríade cosmo-natureza-homem.

Referente à questão nº 3: Com que freqüência você mergulha?

Com relação a esta questão, pode-se verificar no primeiro indicador, freqüência constante, que 66,66% dos mergulhadores entrevistados praticam o mergulho, em média, até quatro vezes por mês. Este dado pode estar associado aos motivos que levaram os mergulhadores à prática do mergulho, ou seja, dentre os principais motivos estariam: apreciar a natureza, o mar e a vida marinha.

Mas, sobre estas respostas, apesar da identificação positiva com a atividade, este fator não é o que conduz à freqüência permanente à mesma, observando-se a limitação sobre o número de vivências por outros motivos, quais sejam, preço, distância, equipamentos, etc.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Um dado interessante observado pelo pesquisador, mas não efetivamente pesquisado por meio da entrevista, foi que, dentre os 66,66% dos mergulhadores que praticam mergulho autônomo na média de uma a quatro vezes por mês, a grande maioria deles possui seu próprio equipamento de mergulho - com exceção do cilindro -, fato este que pode contribuir para a freqüência permanente na atividade.

Sendo assim, existe uma questão de estratificação social, à qual Berger (1983) alega ser pré-determinante, sendo um fator de discriminação agravante neste tipo de atividade, uma vez que a população mais carente não dispõe de recurso financeiro, impossibilitando o acesso e a permanência neste tipo de atividade no âmbito do lazer, limitando a participar de experiências que demandam um baixo custo, a exemplo do futebol, do mergulho livre, da caminhada, entre outras.

Na relação corpo-mundo, a Educação Física e com ela as práticas corporais, segundo Medina (1990), é que se tem uma possibilidade do corpo transcender, transpor, ultrapassar limites, subverter, sair das engrenagens por meio de projetos individuais e coletivos.

Isto porque, embora exista o fator dominante e determinista da sociedade, o ser humano pode estar consciente de ser condicionado e, a partir desse ponto, romper com ele, sendo capaz de ir além, ser mais do que a sociedade dominante determina, por meio da liberdade e da não-alienação, o que possibilita o cuidado com o corpo, tão distante da humanização.

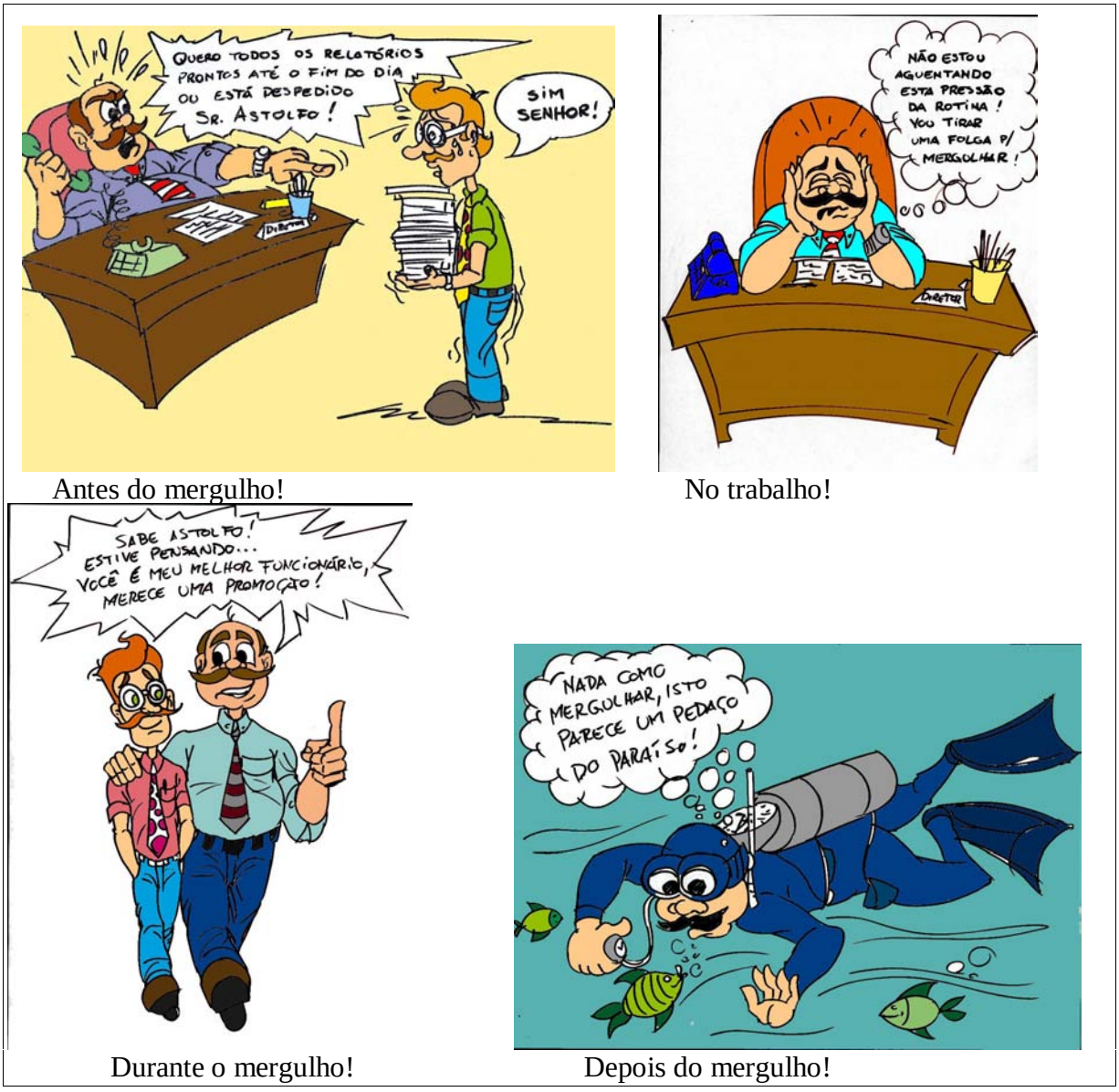
No segundo indicador, pouca baixa, os dados levantados demonstram que 23,33% dos participantes apresentam uma freqüência de 1 a 4 mergulhos por ano, num período equivalente entre 2 a 10 anos de prática, ultrapassando o tempo estipulado para delimitação da pesquisa. Esta atividade parece não fazer parte fundamental das opções constantes de lazer, pelo fato do custo, da identificação com outras atividades, ou interesses, ou mesmo, por um motivo maior, o qual não ficou claro merecendo maior destaque em outros estudos.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Conforme comentado anteriormente, superar dificuldades depende do ser humano ser resiliente, enfrentando os problemas e vivenciando coisas positivas que a prática do mergulho promove.

Referente à questão nº 4: Qual o seu objetivo ao praticar o mergulho?

Pode-se verificar no primeiro indicador, aspectos relacionados à visão funcionalista do lazer, que 83,33% dos mergulhadores relataram que o principal objetivo pela prática do mergulho está relacionado ao alívio de estresse, ao relaxamento, ao desenvolvimento pessoal, a diversão, a descontração.



Antes do mergulho! No trabalho!

Durante o mergulho! Depois do mergulho!

Charge 2 – Visão funcionalista do mergulho. (MELO, 2005).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Os objetivos apresentados pelos mergulhadores em relação à prática do mergulho estão atrelados à visão funcionalista do lazer, uma categoria apresentada por Marcellino (1990a), quando reflete sobre o lazer sendo focalizado em quatro abordagens, quais sejam: a romântica, relacionada à nostalgia do passado; a moralista, que tem como intenção dividir lazer positivo de lazer negativo; a compensatória, que compensaria a insatisfação e alienação do trabalho e a utilitarista, que recuperaria a força de trabalho ou como instrumento de desenvolvimento.

Pode-se observar esta visão na descrição do mergulhador nº 18, ao relatar seu objetivo em praticar o mergulho: "Aperfeiçoar a técnica, treinar e como válvula de escape para o estresse do dia a dia. Nada me deixa mais descansada mentalmente do que mergulhar, mesmo sendo um mergulho que necessita de atenção e planejamento".

Marcellino (1990a) ao mencionar sobre a visão funcionalista do lazer alega que, ela não pode ser apresentada separadamente, tornando-se difícil não associar o lazer a uma dessas abordagens, uma vez que estes valores atribuídos ao lazer só vêm confirmar o sentido humanístico e prazeroso relacionado a sua prática, em detrimento dos valores privilegiados no mundo contemporâneo.

Em relação ao segundo indicador, necessidade de socialização, 36,66% alegaram como objetivos conhecer, relacionar e fazer amigos.

Toda essa discussão referente aos problemas da modernidade, da sociedade capitalista, consumista e tecnológica necessita de uma maior atenção por parte das pessoas, na tentativa de superação e enfrentamento frente a estes condicionantes.

De Gáspari (2003), traz para a discussão os impasses dessa sociedade entre o ser e o ter, aos quais permite refletir que, a mesma sociedade globalizada que induz ao consumo e ao obter sempre mais em detrimento do ser mais, é o meio pelo qual permite ao ser humano viver em grupo e ter a chance de almejar o bem-estar global.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

No entanto, para almejar o bem-estar torna-se necessário compartilhar, conviver solidária e cooperativamente, em prol de objetivos pessoais e também coletivos, o que parece estar longe da sociedade atual, preocupada, na maioria das vezes, com o lucro e o resultado a qualquer preço, o que dificulta a aproximação entre as pessoas.

O ser humano é habilidoso e inteligente o suficiente para lidar com estas questões, no entanto, em relação à interação com a natureza seu comportamento é ainda primitivo, agindo como predador e não como parceiro nessa relação.

Está é exatamente a contribuição dos estudos de De Gáspari (2003) para o lazer, no que concerne à interação social, inserindo a teoria das inteligências múltiplas, principalmente a naturalista e a interpessoais, no contexto das atividades físicas de aventura.

Baseado nos estudos de Gardner (1994, 1995, 2000), a autora salienta que ser inteligente demanda um comportamento muito mais amplo do que o valor quantitativo e de intensidade (mais ou menos inteligente), abordado para explicar o desenvolvimento do indivíduo.

A relação de compartilhamento, de pertencimento e de interação entre os seres humanos e entre estes e a natureza por meio das AFAN evidencia um comportamento coadjuvante, cúmplice e co-responsável pelo destino e encaminhamento de ambas as relações.

Pode-se evidenciar esta busca de interação social na descrição do mergulhador nº 21: “Existe a questão da amizade, pois o mergulho proporciona conhecer e conviver muito com seus amigos, já que viajamos, navegamos em média uma hora, mergulhamos quarenta minutos, duas vezes, e navegamos mais uma hora de retorno. Essa parte é ótima”.

Torna-se necessário o desenvolvimento destas inteligências emocionais, voltadas à perceber o quanto o cuidado, o respeito e o amor pela natureza reflete na própria possibilidade de cuidar, respeitar e amar o próprio corpo, sendo ambos companheiros na busca pela felicidade e experiências positivas que possibilitem dar sentido à vida.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

No terceiro indicador, estabelecer contato sensível com a natureza, 26,66% dos mergulhadores relataram como objetivo termos relacionados à descoberta, à admiração e ao cuidado.

Este indicador, conforme comentado anteriormente, se baseia no fato do meio urbano limitar possibilidades de vivências corporais e sensíveis, na maioria das vezes privilegiando alguns sentidos como a visão em detrimento do olfato e do tato, conforme alerta Tuan (1980), sendo o saber sensível e perceptivo, emanados com o contato com a natureza, uma possibilidade de transcender ao determinismo imposto pelos objetivos e interesses sociais e políticos.

Esta discussão pode ser evidenciada na descrição do mergulhador nº 15, ao relatar sobre seu objetivo de praticar o mergulho, relatando que por meio dele existe a possibilidade de "Descobrir um novo mundo e poder interagir com outros seres em um mundo ao qual não nos pertence, que não temos autonomia, sem equipamentos apropriados".

Referente a modernidade e a utilização de equipamentos tecnológicos para a prática do mergulho pode-se refletir que, embora a sociedade moderna tenha gerado coisas boas e também ruins, cabe ao ser humano consciente, crítico, autônomo e criativo utilizar os avanços tecnológicos à seu próprio favor e não do mercado e do lucro. (FREIRE, 1996).

Referente ao quarto indicador, mergulho como profissão, 6,66% alegam como objetivo, os fatores pessoais, tais como: ser um *dive mister* e fazer biologia marinha.

Em relação a este indicador, nota-se que cada vez mais pessoas têm procurado um novo ambiente de trabalho, pois, acostumados com a rotina que apresentam os trabalhos burocráticos, vistos nos interiores das agências bancárias, na produção das grandes empresas, nos escritórios contábeis, dentre inúmeros outros aos quais o funcionário se habitua, não vêm perspectivas de mudanças, cabendo a cada trabalhador procurar uma alternativa para modificar esta situação.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Esta alternativa de tentar modificar a situação pode ser percebida na descrição do mergulhador nº 1, ao relatar que seu objetivo, “No início era simplesmente recreação, mas agora a minha intenção já até quem sabe é tornar um ‘dive mister’, ou seja, um professor de mergulho”.

A possibilidade de vivenciar emoções positivas tanto no lazer como no trabalho pode ser uma alternativa entre outras possíveis, no intuito de mudança no ambiente de trabalho, o que afeta de forma especial a vida diária como um todo.

Existe uma profunda mudança nas normas que governam o mundo do trabalho, onde o enfoque é voltado não mais para o trabalhador mais ou menos inteligente, pela sua formação ou pela experiência que possui, mas para a maneira como se relaciona consigo mesmo e com os outros.

Na atual globalização, outras habilidades são requisitadas do indivíduo caso ele pretenda ampliar seu campo de trabalho, mantendo ou tendo a chance de investir em outro ambiente de trabalho se estiver aberta às mudanças e qualidades pessoais, tais como, iniciativa, criatividade e capacidade de persuasão, conforme evidencia Soto (2002).

Referente à questão nº 5: Cite 3 motivos que levaram você à prática do mergulho, em ordem de importância.

A discussão sobre os resultados destes motivos será feita logo após a apresentação dos dados contendo os três motivos

Quanto ao 1º motivo:

Num primeiro momento, pode-se verificar que, referente ao primeiro motivo, o qual levou os mergulhadores à prática da atividade, os resultados indicam que, em relação ao primeiro indicador, aspectos positivos da atividade, 56,66% alegaram prazer, alegria, gosto, realização, satisfação, socialização, alívio, paz, liberdade, aventura, qualidade de vida e

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

segurança, seguidos pelo segundo indicador, estabelecer contato com a natureza, em que 33,33% alegaram a curiosidade e a apreciação pela natureza e pelo fundo do mar, e, em relação ao terceiro indicador, por ser um esporte, pode-se observar que, 13,33% citaram o esporte como primeiro motivo.

Quanto ao 2º motivo:

Pode-se constatar como motivos secundários, os quais levaram os mergulhadores à prática da atividade, que, no indicador, aspectos positivos da atividade, 56,66% alegaram alívio, relaxamento, lazer, descontração, novas experiências, paz, aventura, romper barreiras, ir um pouco adiante, seguidos pelo segundo indicador, aspectos ligados à qualidade de vida, com 30% das respostas referentes à atividade física, saúde, boa alimentação, e socialização, e, em relação ao terceiro indicador, contatos com a natureza, 16,66% descrevem aspectos relacionados à apreciação e ao amor pela mesma.

Quanto ao 3º motivo:

Analisando o terceiro motivo, por ordem de importância, pode-se constatar, no primeiro indicador, aspectos positivos da atividade, que 60% das respostas estão atreladas à Aventura, busca do diferente, desafio, superação, alívio, liberdade, novas experiências, ao compartilhar, à convivência, seguidos pelo segundo indicador, aspectos relacionados ao estilo de vida, com 16,66% relativos ao tempo disponível para as atividades no âmbito do lazer.

Numa percentagem menor, está o terceiro indicador, contato com a natureza, com 13,33% e, por último, dentre as inúmeras respostas, existe uma que não houve a descrição do 3º motivo.

Com base nos resultados, observa-se a ênfase dada ao indicador aspectos positivos ligados à atividade. Sendo assim, os comentários serão feitos com base nesse indicador.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Desta maneira, cabe iniciar com a discussão de lazer e qualidade de vida, uma vez que o modelo de sociedade atual ainda traz resquícios de valores da revolução industrial, privilegiando o trabalho em detrimento das atividades de lazer, o que acarretou sobremaneira o nível de qualidade de vida dos indivíduos, uma vez que as vivências significativas, de livre escolha, de autonomia e de momentos prazerosos deixaram de fazer parte mais enfática da sociedade moderna.

Mas, este fato também permite visualizar uma outra reflexão, a qual está relacionada com o aumento do tempo livre.

Neste momento, torna-se importante ressaltar o estudo de Maslow, em 1954, a respeito das necessidades e expectativas humanas, pela possibilidade de relação dos motivos e necessidades bio-psico sociais atreladas à qualidade de vida,

A pirâmide de Maslow permite refletir sobre o atendimento das necessidades humanas, estando na base as necessidades fisiológicas de sobrevivência, seguidas por conservação da vida e expansão da mesma, conforme evidenciado por De Gáspari (2005), podendo ser questionado como e em que condições o ser humano alcança o topo da pirâmide, uma vez que as sensações e emoções são engessadas nas atividades desenvolvidas no cotidiano.

Na perspectiva de atender às necessidades tidas como básicas, fundamentais, a "sobrevivência", o ser humano acaba por investir "profundamente" no aprimoramento dessas necessidades, por meio do trabalho, sendo o grande enaltecido pela sociedade moderna, de maneira a alcançar as necessidade de consumo, onde os bens de conforto se traduzem em bens de massa, tendo o modelo padrão veiculado pela mídia o grande vilão desta história.

Outro exemplo de atendimento e prioridade dada às necessidades "básicas" pautadas em valores advindos da mídia é a própria necessidade do movimento perfeito e mecanizado, da crença na atividade física concebida segundo métodos de ginástica cadenciada e de

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

programas voltados estritamente ao desenvolvimento da performance e da aptidão física, além dos aspectos associados a ingestão de medicamentos com o intuito de gerar um corpo forte e aparentemente "saudável", conforme anteriormente evidenciado por Sant'Anna(2002).

No topo desta pirâmide estaria a tão esperada qualidade de vida, que dificilmente é atingida, sempre dependendo do atendimento das necessidades "inferiores", na base da pirâmide, para que ela venha a se concretizar.

A qualidade de vida está relacionada ao estilo de vida e aos padrões de vida, sendo conceitos diferentes, embora interligados.

Dumazedier (1980) alega que o indivíduo pode ter as situações financeira e econômica favoráveis, podendo consumir, sem preocupação com o custo que esta mercadoria possa despender, marcando o padrão de vida dessa pessoa, acostumada a substituir o velho pelo novo, quando este ainda está em completo funcionamento.

No entanto, em relação ao estilo de vida, o indivíduo, independente da condição financeira, pode optar por um estilo de vida com ênfase no trabalho, com ênfase no lazer ou, ainda, uma terceira, mediando trabalho e lazer como possibilidade de interligações positivas, não vivendo para o trabalho, mas trabalhando para sua subsistência, de maneira a reservar um tempo livre para vivenciar atividades no âmbito do lazer, possibilitando gerir atividades e valores positivos para o campo de trabalho.

Sendo assim, a qualidade de vida seria almejada e atingida na pirâmide, quando hábitos alimentares saudáveis, ligados à prática de atividade física regular estiverem em conjunto, relacionados a fatores psicológicos e sociais, conforme relata Palma (2001).

Pode-se verificar esta preocupação na resposta do mergulhador nº 4, ao relatar sobre os três motivos que levaram o mesmo à prática do mergulho, quais sejam:

> Primeiro porque o mergulho é um esporte extremamente saudável relacionado só a situações saudáveis, mar, água do mar, é algo de muito saúde sempre; segundo porque o mergulho está vinculado à saúde e a boa alimentação, a não ingestão de drogas, nicotina, de bebidas alcoólicas; e

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

> terceiro porque sempre foi uma válvula de escape ao dia a dia de forma saudável e com bons companheiros, porque mergulhadores em geral são gente boas.

Para que se tenha uma qualidade existencial, não basta apenas investir numa determinada faixa da pirâmide, normalmente concentrando atenção na base dela, mas buscar usufruir o tempo de estadia no mundo, investindo em atividades que efetivamente proporcionem o bem-estar geral do indivíduo, considerando, não apenas os benefícios advindos de fatores fisiológicos, mas incluindo os sociais e os emocionais, fundamentalmente importantes para o ser humano, tais como: alegria, felicidade, liberdade, autonomia, dentre outros.

Estas breves explanações permitem intuir que a relação de parceria entre o homem, a natureza e a sociedade, por meio do mergulho, pode ser uma veia de ligação harmoniosa para um estilo de vida saudável, repercutindo numa melhoria da qualidade de vida, em que exista uma relação dialética entre o trabalho e o lazer, aos quais possibilita vivenciar sensações positivas das normalmente vivenciadas no cotidiano urbano.

Referente à questão nº 6: Cite 3 emoções/sensações que você vivencia quando mergulha, em ordem de importância.

A discussão sobre os resultados destas sensações/emoções será feita logo após a apresentação dos dados contendo as três sensações/emoções.

Quanto a 1ª emoção:

Referente à primeira emoção, no primeiro indicador, emoções positivas, 70% citaram como principais elementos emocionais àqueles relacionados com paz, tranqüilidade, serenidade, relaxamento, liberdade, emoções diferentes, prazer e alegria.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

No segundo indicador, emoções subjetivas, pode-se verificar que, 16,66% citaram o fascínio e o encantamento pela vida marinha, seguido pelo terceiro indicador, emoções relacionadas à palavras abstratas, com 6,66%.

Quanto à 2ª emoção:

Pode-se analisar, no primeiro indicador, emoções positivas, que 90% citaram paz, prazer, felicidade, alegria, liberdade, reflexão, silêncio, tempo para si, harmonia, auto-conhecimento e aventura.

No que se refere ao segundo indicador, emoções relacionadas a palavras abstratas, as respostas indicam que 10% citaram a curiosidade, o conhecimento e a descoberta como segundo motivo.

Todos estes motivos refletem a busca pelo sentido da ação do homem sobre o mundo e sobre a natureza, destacando a consciência, a percepção, a aprendizagem, a motivação, dentre outros, como fatores que influenciam esta relação entre o organismo e o meio.

Quanto à 3ª emoção:

Em ordem de importância, pode-se constatar no primeiro indicador, emoções positivas, que 73,33% dos entrevistados citaram a liberdade, alegria, paz, satisfação, felicidade, apreciação, adrenalina, aventura, auto-conhecimento, conhecimento e estilo de vida.

Num segundo indicador, emoções ligados à palavras abstratas, verifica-se que, 13,33% das respostas se referem à segurança, à confiança, ao planejamento e à preocupação, seguidos pelo terceiro indicador, emoções subjetivas, com 6,66% das respostas referentes à realização e a tranqüilidade.

Referente às emoções positivas advindas da prática do mergulho autônomo, a busca por sensações de satisfação e prazer vivenciadas não devem se restringir a encarar o meio natural como um simples cenário, um lugar de passagem, conforme evidencia Bruhns (2000),

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

ou somente como apreciação e contemplação deste ambiente. O contato com a natureza desencadeia outros aspectos ligados a um conhecimento mais amplo, incluindo o respeito, o cuidado e a preservação.

A preocupação com uma atitude preservacionista em relação à natureza pode ser verificada na descrição do mergulhador nº 27, ao relatar que o seu objetivo em praticar o mergulho está relacionado ao fato de poder ter "Contato com gente bonita, amizades maravilhosas e natureza exuberante para ser descoberta, cuidada, admirada".

Mergulhar implica nessa necessidade de relação harmoniosa entre o homem, o meio subaquático e os valores afetivos e sociais emanados por essa cumplicidade, onde a natureza não seja apenas considerada pelos seus componentes físicos e emprestada como palco de fortes emoções e passageiras aventuras, mas respeitada, amada e preservada, o que necessita de atitude e ações efetivamente compromissadas e responsáveis.

Ao se deslocar para o local de mergulho, normalmente distante, o praticante sai de sua rotina diária, na maioria das vezes, conhecida e metódica, para aventurar-se numa nova experiência.

Muitas vezes, o fardo da vida cotidiana é tão pesado e tão próximo ao princípio da realidade que o mergulhar se torna um fascínio e um encantamento, por permitir desvelar aspectos subjetivos da personalidade do ser humano.

Referente à questão nº 7: Se você pudesse definir em uma palavra o que você sente quando mergulha, qual seria ela?

Analisando os indicadores referentes à questão nº 7, pode-se verificar, num primeiro momento, que o primeiro indicador, emoções positivas, aparece com maior freqüência, ou seja, 86,66% das descrições dos mergulhadores contém a palavra paz, prazer, paixão,

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

satisfação, liberdade, admiração, plenitude, felicidade e, seguido, num segundo momento, pelo segundo indicador, emoções subjetivas, com 10% referente às palavras como fé e amor.

As emoções positivas vivenciadas pela prática do mergulho são intensas e duradouras, podendo ser verificado na definição do mergulhador nº 2, como sendo "A melhor coisa do mundo".

Segundo Csikszentmihalyi (1992, p. 16), embora muitas pessoas associem momentos felizes ao relaxamento, à receptividade e à passividade, os melhores momentos da vida "[...] costumam ocorrer quando temos o corpo ou a mente completamente empenhados num esforço voluntário para realizar algo difícil e que vale a pena".

Embora, no momento, a experiência possa não ser agradável pela dificuldade apresentada, pela ausência de competição, de medo de falhar em atividades de lazer opostas à da vida cotidiana, estas vivências podem provocar um grande relaxamento e tranqüilidade, permitindo o fluir, uma experiência que pessoas passam e se vêm tão mergulhados nela, que, devido à atenção e à concentração investida, sentem como sendo os melhores momentos da vida.

Torna-se interessante reportar-se a Leonardo Boff (2003), ao comentar sobre as emoções subjetivas como a fé e o amor pela natureza, ressaltando a falta do valor espiritual em relação à ecologia. O autor alerta sobre o cuidar da terra e o não deixar que ela seja destruída, para não correr o risco da autodestruição, sentindo a urgência da espiritualidade na crise atual e de ações coletivas em prol desse desafio.

Estas reflexões referentes a mudanças de atitudes e valores em relação à ecologia perpassam o corpo sensível como espaço ecológico, como se referiu Schwartz (2001), comentando sobre a relação entre o homem e a natureza, sendo o corpo humano uma unidade com a mesma e tudo que acontecer a ela acontecerá também ao ser humano. Esta autora

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

também salienta a necessidade de o corpo vivenciar emoções significativas, as quais, são capazes de impelir a mudanças atitudinais e condutais.

O ser humano uno é preciso existir no mundo, não só de passagem, mas relacionado de corpo inteiro, em todas as suas dimensões. Guattari (1990) propõe pensar sobre o ser humano e sua relação com o mundo a partir de 3 dimensões, uma pautada no conhecimento pessoal, na relação consigo mesmo, reunido corpo/alma e a percepção do mundo a sua volta por meio desses dos sentidos corporais, uma segunda referente à sociedade, suas relações interpessoais, envolvendo aspectos sociais, afetivos, religiosos, dentre outros, e uma terceira, numa visão mais ampla, incluindo nesta o meio ambiente natural e o urbano, o qual foi modificado pelo próprio homem.

Referente à questão nº 8: As sensações vivenciadas durante o mergulho permanecem depois de algum tempo? Sim ou não? Justifique.

Pode-se observar na questão 8 que o indicador experiências positivas, referente à "alegria, entusiasmo, espírito lúdico, bem-estar, prazer-endorfina liberada, alívio, amizade, plenitude, satisfação, calma e fortes emoções", aparece com freqüência de 46,66%, nas descrições dos mergulhadores, seguidos por 40%, referente ao indicador, lembranças de imagens, aspectos relacionados a recordação, a visualização e a comunicação das experiências e 13,33% em relação ao terceiro indicador, estilo de vida, evidenciando o mergulho não como esporte, mas como um estilo de vida e, ainda, um mergulhador que não justifica, embora confirme a questão.

Conforme evidencia o mergulhador nº 23:

> As lembranças das situações vivenciadas no mergulho tornam-se, em meu caso, muito importantes, lembra-las e senti-las após o mergulho me leva a ter motivação para o dia a dia, é carregar uma sensação de realização.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

De acordo com a descrição do mergulhador acima, pode constatar que, as lembranças positivas tendem a permanecer por um espaço de tempo na memória, uma vez que, segundo Fialho (2001, p. 127), são esses conhecimentos expressos em lógica, linguagem natural e os mapas mentais *que* "[...] por meio de repetição, freqüência, ou intensidade, ligadas a emoções fortes, podem ser impressas na Memória".

Referente à questão nº 9: Você já percebeu alguma sensação desagradável quando mergulhou? Qual?

Na questão nº 9, pode-ser verificar que, dos 30 mergulhadores pesquisados, 26,66% nunca perceberam qualquer sensação desagradável quando mergulhavam, em detrimento de 73,33% que perceberam alguma sensação desagradável, sendo os resultados apresentados abaixo.

Pode-se constatar que o indicador, aspectos relacionados à sensação de medo, aparece em 63,33% das descrições dos mergulhadores, aspectos relacionados à sensação de susto, apreensão, desconforto, enjôo, frio e insegurança em relação ao equipamento, seguidos por 13,33% que se enquadram no indicador sensação de dor, referente à dor de cabeça e de ouvido, e em 3,33%, no indicador, emoções relacionadas a palavras abstratas, referente à pouca superação, cobrança de resultados.

Após o nascimento, o homem se torna um ser basicamente terrestre e este, quando em contato com o meio subaquático, rompe o vínculo de segurança antes conquistado com as experiências vividas.

O medo, segundo Damásio (2000) pode ser relatado como a experiência ou conhecimento de alguma coisa, sendo uma surpresa em relação a determinado acontecimento que não é esperado, ao qual o organismo reage como defesa e proteção.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Com relação ao drama vivenciado numa primeira experiência aquática, lembra Bachelard (1997, p.172):

> Equivale a aceitar como alegria substancial o festival de iniciação que recobre, na própria lembrança, o terror íntimo do iniciado. Na verdade, o salto no mar reaviva, mais que qualquer outro acontecimento físico, os ecos de uma iniciação perigosa, de uma iniciação hostil.

Portanto, mergulhar no oceano, tanto pode despertar medo como alegria, mas os aspectos subjetivos desencadeados no contato com o meio subaquático, certamente, nunca mais serão os mesmo depois de se ter vivênciado tal experiência.

Quando se mergulha no oceano, "[...] uma hora ou outra leva o famoso susto, um momento de falta de visibilidade, dentro de um naufrágio ou caverna, você dá uma enroscadinha em alguma coisa, você fica super apreensivo, isso não é agradável...", conforme já evidenciado pelo mergulhador nº 3 na questão nº 2.

Pode comparecer a sensação de medo ao se deparar com algo ameaçador, um procedimento errado em relação ao equipamento, acarretando um movimento inesperado, um desconforto, uma falta de domínio e autocontrole.

Embora exista muito a ser descoberto e explicado pela ciência em relação à sensação de medo, ao entrevistar psicólogos e neurologistas, numa reportagem feita para a revista *Emoção e inteligência*, intitulada "De cara com o medo", Santoro (2004) afirmou que existe uma memória do medo, lembranças que são armazenadas numa determinada região do cérebro, chamada de amígdala, que guardam informações conscientes e inconscientes em relações a situações ameaçadoras.

Diante de uma situação inesperada, de risco, os órgãos dos sentidos enviam ao córtex cerebral uma mensagem em forma de imagem, que é identificada como um perigo, transmitindo sinais ao corpo para fugir ou enfrentar a ameaça.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Esta reportagem ainda acrescenta que, a coragem poder ser uma das soluções encontradas pela psicologia para enfrentar o medo e amenizar os distúrbios desencadeados por essa emoção.

Segundo May (1971) a coragem é essencial quando se decide confrontar com o perigo, o que consiste num crescimento pessoal, por possibilitar entrar em contato com as limitações e potencialidades próprias.

Esta evolução geral do ser humano, tanto em nível orgânico como social, parece ser própria da espécie, respondendo a situações externas a partir do desenvolvimento pessoal/interno. Mas, atualmente, a humanidade parece não ceder espaço para situações de desafios e de perigos, mostrando um tempo de adaptação e conformismo, aparentemente sem obstáculos para serem enfrentados.

Muitas pessoas têm procurado fugir do tédio e da ansiedade do cotidiano, investindo em atividades no tempo livre das obrigações. Porém, nem todas as atividades desenvolvidas no tempo livre são capazes de mudar estes sentimentos de apatia, a exemplo da televisão.

Segundo Csikszentmihalyi (1999) somente as atividades de fluxo contribuem para uma qualidade positiva da experiência, ou seja, atividades em que o ser humano se encontra totalmente envolvido, concentrado, em busca de resolver um problema, um desafio, algo de novo, sendo estas as principais condições que faltam, geralmente, nas outras atividades desenvolvidas no tempo livre.

Conforme enfatizado anteriormente, o risco vivenciado durante a prática do mergulho pode contribuir para o aprimoramento pessoal, no que se refere ao auto-conhecimento, além de desencadear sentimentos de respeito em relação ao meio, conforme enfatiza o mergulhador nº 22, alegando que, “Sempre tenho medo e acho que isso faz parte do respeito ao mar e a natureza, além do respeito aos próprios limites.”, podendo desencadear uma sensação prazerosa.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Dentro dessa perspectiva, a busca pelo risco controlado, advindo das atividades no âmbito do lazer, em especifico o mergulho autônomo, pode ser um estímulo para afastar a monotonia do cotidiano, além de ser uma oportunidade de ressignificação da própria vida.

Referente à questão nº 10: Quais as principais dificuldades encontradas para praticar o mergulho regularmente?

Em relação à questão nº 10, o primeiro indicador, aspectos relacionados ao custo da atividade, indica uma freqüência em 73,33% de respostas dos mergulhadores voltadas ao custo com equipamento, viagem, embarcação e alimentação, sendo a principal causa encontrada como fator limitante da prática regular do mergulho, seguida pelo indicador, aspectos relacionados ao tempo livre destinado para a prática, em 33,33%, referente à falta de tempo devido às responsabilidades e obrigações, e uma freqüência em 20%, no indicador, condições climáticas, fatores relativos à chuva, ao vento e a mudança de temperatura, aspectos que dificultam a visibilidade, seguido pelo indicador, aspectos relacionados à sensação de medo, em 13,33%, no que se refere à dificuldade de manusear, o que ressoa na respiração e na flutuabilidade.

A falta de dinheiro e a distância são motivos fortes para impedir a prática do mergulho, mas estes aspectos econômicos e financeiros parecem estar atrelados a outros fatores, como a questão da etnia, da desigualdade, ou, ainda, pode retratar o modo de vida de determinados grupos sociais, que dão prioridade a certas atividades em detrimento de outras, ressaltando certos valores e descartando outros, num complexo debate entre o ter e o ser.

Pode-se verificar esta idéia nas descrições dos mergulhadores nº 28, alegando que, “Falta tempo, se tivesse mais tempo, mergulharia mais”.

Embora o custo seja um fator dificultante em relação à prática do mergulho regularmente, evidencia-se na descrição acima o fator tempo, ao qual implica uma melhor

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

reengenharia deste para poder privilegiar e dar valor às coisas que realmente significam e dão prazer.

Oliveira (2003) evidencia a autonomia do ser humano em relação as suas próprias ações e enfatiza que ele pode ser o dono de seu próprio tempo, havendo uma urgência de se pensar em como esse tempo é usufruído.

Dados da pesquisa realizada por Örjan Olsén (1999), publicada pela revista época em 24/05/99, revelam que os brasileiros gostam de esportes, de "curtir" a vida, de lazer, de alegria e de festas, havendo uma grande porcentagem que não sabe do que gosta, embora esteja consciente das dificuldades da modernidade, tais como o desemprego, a miséria e a desigualdade social, como sendo as coisas de que menos gosta, dentre outras.

A pesquisa ainda revela que, embora uma grande parte dos brasileiros seja considerada, cada vez mais, como trabalhadora, os dados também retratam que estes estão ficando mais preguiçosos. Conforme conclusão do pesquisador, talvez, a maior revelação da pesquisa esteja na consciência do grande descompasso entre as exigências da sociedade moderna e o grau de "preparação dos brasileiros".

Refletindo sobre esta pesquisa e associando a falta de dinheiro como uma das maiores dificuldades encontradas para a prática do mergulho, pode-se constatar que há a premente necessidade de se aprimorar, diante do mercado de trabalho globalizado. Atualmente, o contingente despreparado para o mercado de trabalho está imobilizado, ou não está tendo oportunidade de capacitação e isso gera a exclusão do trabalho e, conseqüentemente, a captação de renda. Não tendo renda, não há outra opção a não ser usufruir atividades massificadas, o que impede o conhecimento de novas opções no campo do lazer, como é o caso do mergulho autônomo.

Conforme comentado anteriormente na questão nº 2, os valores afetivos e sociais obtidos na prática do mergulho autônomo, referentes às sensações e emoções positivas

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

proporcionados pela interação com o meio subaquático, estão acima do custo-benefício, reverberando valores atitudinais e comportamentais em relação à própria existência no planeta.

Referente à questão nº 11: Qual a relação que você faz entre o mergulhar e a vida cotidiana?

Quanto à questão nº 11, observa-se no primeiro indicador, relações de separação, os resultados evidenciam uma freqüência de 40% referente à relação de compensação, alienação, desconexão, alívio e antídoto entre o mergulhar e o cotidiano.

Em relação ao segundo indicador, influência positiva no cotidiano, que 30% descreveram que o mergulho influencia positivamente na vida cotidiana, trazendo elementos tais como: planejamento, cuidado, contato, sensações novas, melhoria de vida, preparo físico, convivência, respeito e cooperação.

Pode-se constatar, no terceiro indicador, relações de aproximação, uma freqüência em 16,66% das respostas relacionadas à existência de aventura, superação, calma, apreciação, segurança, e concentração em ambas.

No último indicador, lazer como estilo de vida, pode-se verificar que 13,33% das respostas relacionaram aspectos ligados aos termos essencial, integrante e estilo de vida, o que possibilita refletir sobre uma integração e cumplicidade entre ambas as partes, sendo uma tão essencial quanto a outra.

A exaltação do trabalho é a visão que prevalece na sociedade contemporânea, existindo algumas correntes que defendem o lazer como atividade humana importante na vida. Mas, considerar o lazer como atividade humana essencial na vida do ser humano não significa descartar o trabalho e nem procurar no lazer a satisfação não propiciada pelo trabalho, pois, a alienação num campo pode gerar evasão e processos compensatórios em outro.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

O lazer não vem para salvar a opressão exercida sobre o trabalhador, mas é capaz de agregar valores ao trabalho, advindos dos valores atribuídos ao lazer, abrindo três frentes políticas de batalha, conforme já evidenciava Dumazedier (1980), em que se pode notar:

1) Relações de separação, destacando comportamentos diferentes assumidos entre o lazer e a vida cotidiana, devido ao espaço e tempo serem específicos a cada um deles, ou seja, no trabalho o tempo é fechado, cronometrado e muitas vezes direcionado ao fator financeiro, o que não ocorre no lazer, onde o tempo usufruído nas atividades é móvel, além de associar o trabalho à alienação e o lazer como solução de todos os problemas.

Pode-se constatar esta concepção na descrição do mergulhador nº 16, ao enfatizar que, "A vida cotidiana é minha obrigação, o mergulho é um dos meus prazeres".

2) Influência positiva no cotidiano, destacando a flexibilidade do tempo, a participação coletiva, a expressão mais espontânea, a diversificação das atividades e adaptadas conforme a individualidade de cada um, são algumas das características do lazer que podem influenciar positivamente no trabalho e no cotidiano.

Esta abordagem pode ser evidenciada na descrição do mergulhador nº 10, ao relatar que, o mergulho "É mais uma oportunidade de colocar no cotidiano uma experiência diferente, contato com outras pessoas, sensações novas embaixo d'água, entre outras".

3) Relação de aproximação, encontrando características no lazer semelhantes às encontradas no trabalho e vice-versa, como pode ser constatado na descrição do mergulhador nº 5, ao alegar que:

> Ambas as atividades precisamos observar e dominar regras claras, inclusive de segurança, para que possamos aproveita-las melhor. Tanto no mergulho como na vida cotidiana precisamos de concentração, de foco, de direcionamento, para aproveitar o que se tem de melhor. Tanto na vida cotidiana como no mergulho ora é preciso ver as coisas de perto, para conhecer os detalhes, e também saber ver de longe, para não nos perdermos e para não perder o contexto.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Referente a esta abordagem, embora Dumazedier (1980) não considere antagônicos alerta que, não se sabe se é bom ou se é ruim esta aproximação do lazer em relação à vida cotidiana, pois nunca o lazer vai deixar de ser lazer e nunca o trabalho vai deixar de ser trabalho, sendo o máximo que se pode esperar é um trabalho mais humanizado.

4) Lazer como estilo de vida, considerando que ambos são necessários para a vida, sendo a opção em trabalhar pouco, ter uma renda baixa e se ter mais tempo desocupado para usufruir atividades no âmbito do lazer; [contexto rural]; a opção em aumentar a renda trabalhando mais e aumentar a qualidade do lazer; [contexto urbano], mas que não se concretiza, conforme evidenciado na descrição do mergulhador nº 25, ao relatar que, "O mergulho não se restringe só ao ato do mergulho ele é um estilo de vida".

Mas, a busca por um estilo de vida saudável está atrelada ao desafio de se amplificar o ser em detrimento do ter, onde ter é ligado a meta, consumindo-se cada vez mais, possuindo sempre mais coisas, tendo que trabalhar cada vez mais para pagar as dívidas, de modo que o tempo se torna um bem raro, difícil de ser comprado.

Torna-se necessário olhar para os momentos de fruição da vida, para os momentos de amor e de lazer, para o contato com amigos, para uma reengenharia do tempo, ao qual Oliveira (2003) alerta como sendo um desafio à reinvenção, ligado ao tempo da vida afetiva, da convivência humana, da valorização do tempo para si mesmo, para fazer aquilo que se gosta, numa tentativa de repensar o cotidiano, num trabalho mais lúdico e humanizado, com vistas a melhorar a qualidade de vida, abrindo espaço para discussão sobre o real sentido da vida.

O ser humano poder ser ativo ou passivo, determinado ou determinante, dominante ou dominado, o que depende do grau de autonomia e iniciativa que ele alcança, conforme evidencia Lane (1984).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

A opção feita pela prática do mergulho, tanto pode ser reprodutora, vista como válvula de escape, ou como uma atividade transformadora, com possibilidades de mudança social, o que, necessariamente, depende da atividade prática e da inteligência.

A alienação e o escape da realidade fazem com que o ser humano encare os fatos sociais como naturais, havendo a necessidade de distinguir a consciência social da consciência de classes, sendo que o segundo é predeterminado, faz parte de um certo grupo e usufrui determinadas atividades, conforme enfatiza Berger (1983).

Para mudar a situação de alienação é necessária a consciência social, a qual pode ser construída a partir da linguagem. Mas, para isso, é importante optar por atividades menos rotineiras e repetitivas, juntamente com o pensar a ação, agir e repensar o que foi feito, para se chegar ao conhecimento de seu nível de consciência em relação à alienação num certo período da vida.

Referente à questão nº 12: Aconteceu alguma mudança em sua vida depois que você começou a praticar o mergulho?

Referente ao primeiro indicador, aprimoramento pessoal, 70% das descrições dos mergulhadores indicaram aspectos relacionados ao auto-conhecimento, melhoria no relacionamento, à maior percepção e a mudança de atitude.

Pode-se observar esta melhoria pessoal na descrição do mergulhador nº 7, em que o mesmo alega que, “Estamos sempre mudando e evoluindo e certamente o mergulho contribui positivamente para isto”.

No segundo indicador, aspectos relacionados à natureza, verifica-se uma freqüência em 26,66% relativos ao Aprendizado, admiração, respeito, valorização e integração o mar e a vida marinha.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Estes aspectos acima citados podem ser constatados na descrição do mergulhador nº 24, ao evidenciar que, “Passei a ver o mundo, principalmente, do lado preservacionista com outros olhos e deixei de ser apenas um simples terráqueo, passamos a ser diferenciados em relação às outras pessoas”.

Quanto ao terceiro indicador, qualidade de vida, constata-se uma freqüência em 13,33%, observando termos referentes à noção de saúde, hábitos alimentares, atividade física regular, conforme verifica-se na descrição do mergulhador nº 29, alegando que as principais mudanças ocorridas em sua vida foram “...as amizades e a vida saudável”.

Em relação ao quarto indicador, aspectos relacionados ao medo, apresentando uma freqüência em 6,66% referentes à necessidade de praticar a atividade e a necessidade de superação e, por último, verifica-se a existência de um mergulhador que não justifica a mudança percebida na relação entre o mergulhar e a vida cotidiana, embora afirme ocorrer tal mudança.

A atenção centra na problemática do lazer, enquanto um dos elementos indicadores da qualidade de vida de um povo, que segundo Castellani Filho (1996) não tem recebido a devida atenção por parte dos órgãos governamentais e de profissionais da área, no que concerne aos valores éticos que possam manter não só a qualidade de vida em relação à saúde advinda de hábitos alimentares saudáveis e a prática regular de atividade física, conforme propõe Guedes (2002), mas refletir sobre a possibilidade de outros “modos de olhar” a Educação física, o lazer e a saúde, como parte de um contexto histórico social mais amplo.

Segundo Palma (2001), saúde não significa somente a ausência de doença, mas o bem-estar bio-psico social, o que torna necessário um olhar mais amplo para os aspectos sociais e afetivos dentro desse contexto de saúde.

Segundo Nahas (2001) a qualidade de vida depende de inúmeros fatores individuais e sócio-ambientais, podendo ser modificáveis ou não, caracterizando a condição de vida do ser

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

humano, dentre elas, a satisfação pessoal, a bom relacionamento entre os seres, a oportunidade de optar por uma atividade de lazer, o acesso aos bens culturais, enfim o bem-estar bio-psico social.

Portanto, qualidade de vida extrapola o campo simplesmente fisiológico no combate a ausência de doenças, ela alcança uma dimensão mais ampla que inclui não só estes aspectos, mas outros como, os afetivos e os sociais, sem os quais torna-se difícil tal conceituação.

A qualidade de vida nem sempre pode ser tomada por aspectos puramente econômicos, mas também devem ser considerados os valores afetivos e sociais, tais como a imaginação, a intuição, o comportamento emocional, a capacidade de comparar, de levantar hipóteses, o relacionamento com a natureza, dentre outros.

No entanto, a qualidade de vida também está associada à maneira como o ser humano se relaciona com outras pessoas, sendo fonte de satisfação a comunicação entre amigos, uma vez que a companhia de outras pessoas pode fazer uma grande diferença na qualidade da experiência (CSIKSZENTMIHALYI, 1992).

Isto vale relembrar que os aspectos socioeconômicos de determinada população jamais podem servir de base para uma efetiva avaliação em relação ao estilo de vida da mesma, conforme enfatiza Schwartz (2002).

A maneira como o ser humano vive, as escolhas que faz e se relaciona com o mundo, os valores que prioriza ou descarta, refletem no estilo de vida de cada pessoa, conforme relata Nahas, incluindo também o tipo de atividade físicas no âmbito do lazer que a mesma vivencia.

Em relação às atividades desenvolvidas no âmbito do lazer, segundo Camargo (1998), o simples fato de ter tempo livre não significa que o indivíduo usufrua atividades que são realmente atividades interessantes e estimulantes do que normalmente poderiam vir a ser.

Conseqüentemente, um grande desafio frente a estas questões são esperados para a melhoria da qualidade de vida, sendo um dos caminhos possíveis a Educação para o Lazer,

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

com o objetivo de aprimoramento pessoal e uma transformação duradoura no estilo de vida da humanidade.

Referente à questão nº 13: Você considera importante acrescentar mais alguma informação sobre o mergulho?

Referente a esta questão, os resultados indicam que 16,66% dos mergulhadores não tiveram nada a acrescentar, sendo que, entre os mergulhadores que tiveram alguma informação a acrescentar, os resultados são os que se seguem.

Referente ao primeiro indicador, aspectos positivos da atividade, pode-se verificar que 46,66% dos mergulhadores relataram sobre a prazer, paz, alívio, transformação, liberdade.

Comentando novamente sobre os aspectos positivos da atividade, o que mais compareceu durante toda a pesquisa, um outro olhar permite refletir sobre este indicador, levando agora para o campo mais amplo da Educação Física.

O contexto da Educação Física foi construído ao longo de sua história baseado em várias abordagens: higienista, militarista, esportista e recreacionista, sendo as mais recentes: a psicomotricidade, a desenvolvimentista, a construtivista, a crítico-superadora, dentre outras, conforme estudado por Darido (2004).

Nesta tentativa de ampliar o campo de atuação da Educação Física, Schwartz (1997, 2000, 2004) evidenciou propostas de inserção das atividades lúdicas e expressivas como conteúdo da mesma, pautando-se na justificativa de permitir alcançar as mesmas funções pré-determinadas da área, tendo como estratégias, os jogos, as brincadeiras e as atividades de sensibilização, embora ainda não exista um professor da área que consiga trabalhar com base numa única concepção.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Estes desafios de buscar enriquecer o âmbito da Educação Física com atividades menos impositivas, mais participativas e cooperativas, priorizando a expressão mais ampla e espontânea, com foco no prazer e na livre opção, vem ao encontro da possibilidade de vivenciar sensações e emoções outras que a Educação Física, com foco na aptidão física, na performance e no rendimento, não tem dado a devida atenção.

Maior sensibilidade e menor anestesia, diante de tanto aprimoramento pessoal e social que a interelação entre o homem e os outros e as demais vidas do planeta possam permitir saborear, contatos, conhecimentos, apreciações, amores e cuidados, para que o ser humano se torne mais humano e menos predador.

Em relação ao segundo indicador, aspectos relacionados ao saber sensível, as respostas apresentam 23,33% de freqüência referente a experimentar, praticar, conhecer e socializar.

Continuando na mesma linha de reflexão acima, ou seja, com foco no prazer, outra discussão que contribui para o enriquecimento da área advém da educação dos sentidos, do saber sensível, para a qual Duarte Jr. (2001) sugere alcançar, por meio de atividades que requisitem o olhar, o cheirar, o desgustar, o escutar e o tocar, numa dinâmica relação entre o pensar, o agir e o sentir, elementos essencialmente fundamentais e importantes numa sociedade moderna racionalista e pautada num "jeito de ser" do outro, da mídia, dos modelos importados.

O terceiro indicador, aspectos relacionados à educação ambiental, revela uma freqüência de 10% pela busca da interação, proteção e conscientização em relação à natureza, seguido pelo quarto indicador, risco-segurança, com freqüência de 6,66%, apenas.

Em relação à educação ambiental e à motricidade humana, algumas reflexões se tornam importantes dentro deste contexto, uma delas trata de verificar o impasse que ocorre entre a relação fator econômico e fatores social e afetivo.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Na ânsia de promover o desenvolvimento econômico, órgãos governamentais e políticos ligados ao poder público empenham efetivamente em projetos que favoreçam a destruição e preservação dos bens naturais, a exemplo das sete quedas abolidas do planeta, a qual retrata uma concepção de crescimento econômico voltado em termos quantitativos em detrimento de um crescimento qualitativo, que privilegie um desenvolvimento integral dos povos e dos países, conforme alerta Castellani Filho (1996), além de considerar os aspectos preservacionistas em relação a natureza.

Desviam-se rios, represam-se mares e destroe-se a natureza, em prol da competitividade entre nações e com o intuito de "massagear" o ego pessoal de muitos políticos e empresas nacionais e internacionais, conforme alerta Russel (1995).

Observa-se, com estas ações destrutivas, o distanciamento entre o homem e a natureza, ocorrendo também de igual maneira, o afastamento dos homens entre si, pela necessidade de se estabelecer parâmetros e escalas em relação ao que seja melhor, mais rápido, mais forte, mais poderoso e mais importante.

Dentro dessa perspectiva, a prática do mergulho pode ser o grande catalisador de atitudes, comportamentos e valores preservacionistas, em relação ao cuidado e respeito com a natureza, por meio de um trabalho conscientizador.

Embora numa menor proporção, existem trabalhos interdisciplinares desenvolvidos por escolas da rede estadual e de algumas prefeituras, conforme já proposto em outro estudo por Ribeiro (2003), com enfoque em atividades terrestres, ressaltando o respeito pela terra e pela natureza, por meio de atividades lúdicas, cooperativas, sensitivas, dinâmicas de grupo, dentre outras, no intuito de se garantir a unicidade corpo&alma e natureza.

Por último, encontram-se os resultados do indicador, risco-segurança, aparecendo com freqüência em 6,66% das respostas.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

A relação entre risco e segurança é muito tênue se abordada sob a ótica da aventura, conforme relata Schwartz (2002), uma vez que a sua presença, controlada nas atividades física de aventura possibilita desencadear estados emocionais subjetivos múltiplos, rompendo com aspectos condicionantes que a sociedade dominante determina.

Freire (1996) salienta que cabe ao educador, e por que não o “educador físico”, o desafio de ser político partidário, de estimular à ruptura, a exemplo de romper com padrões de sedentarismo tão enfatizado na sociedade atual, ou de promover a passagem da heteronomia para a autonomia, responsáveis pela própria formação, porque não integral, plena, global, com auxílio do outro.

Primeiramente torna-se necessário a vontade de querer mudar, optar por uma vida de qualidade, para em seguido com o envolvimento, com alegria e com esperança, na relação entre os seres humanos, cada qual auxiliando e participando com o outro, contribuindo para seres humano autônomos e livres e, para isso, é preciso correr risco.

A esperança está ligada a mudança, voltada para uma educação mais humanista, em detrimento da desesperança que mantém e permanece, sendo característica da educação tecnicista tão arraigada na sociedade moderna.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

5º MERGULHO – A SENSAÇÃO DO ÚLTIMO MERGULHO

A importância da fantasia e do imaginário
no ser humano é inimaginável;
dado que as vias de entrada e de saída do sistema neurocerebral,
que colocam o organismo em conexão com o mundo exterior,
representam apenas 2% do conjunto,
enquanto 98% se referem ao funcionamento interno,
constituiu-se um mundo psíquico relativamente independente,
em que fermentam necessidade,
sonhos, desejos, idéias, imagens, fantasias, [...].

.

Morin (2002, p. 21).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

Na introdução deste trabalho foram evidenciadas algumas reflexões sobre a crise da sensibilidade corporal atual e as transformações históricas ocorridas na sociedade, tendo o lazer como tema. A modernidade gerando o individualismo, a crença em si próprio, a falta de cooperação, a guerra e a busca por novas crenças, novos valores, tanto no plano psico-motor e cognitivo, como no afetivo e no espiritual, além do valor subversivo do elemento lúdico.

As questões utilizadas para embasamento da pesquisa percorreram um longo caminho e foram ao longo da pesquisa levantadas, aplicadas, gravadas, transcritas em forma de texto, em seguida, os textos foram desmembrados, criando-se os indicadores, que serviram de referência para a construção das categorias, o que permitiu analisar e discutir os dados e apresentar os resultados, analisados com base em referenciais teóricos.

Para as considerações finais optou-se por retomar as inquietações levantadas durante a pesquisa e, mais uma vez, valorizar a descrição dos participantes, fonte de sustentação do trabalho, unindo as questões e relacionando-as entre si, de forma a fazer uma analogia entre o universo pesquisado e sentido.

As inquietações expostas na introdução são retomadas neste momento, procurando responder a tais questões, sem, contudo, tentar fechar as discussões, mas com o intuito de mostrar uma entre as várias alternativas de se abordar as sensações e emoções em relação ao mergulho autônomo e à vida cotidiana, o que foi privilegiado e refletido ao longo desta pesquisa:

1) A vivência do mergulho permite perceber o próprio sentimento?

O ser humano não está acostumado a dar vasão a certas emoções, acabando por trancafiá-las, com receio de magoar alguém, de receber críticas, de não ser aceito socialmente e, ao sair da superfície, do contato com o ritmo acelerado do mundo, da rotina do dia-a-dia, no fundo do mar, ele pode ter a oportunidade de permite um contato pessoal e interior com as

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

próprias emoções, em condições de retornar para a ‘superfície, “[...] brincando, até mesmo quando a gente tem alguns problemas sai alguma coisa errada no mergulho, no planejamento, a gente, mesmo assim sai sorrindo, é uma coisa muito boa”, como diria o mergulhador nº (12).

Depois do mergulho, o mergulhador permanece num estado de intuição, numa zona perceptiva, onde a liberdade está fluindo, percebendo mais detalhes, detectando mais subjetividades comparadas às de antes de mergulhar. Quando se mergulha, no fundo do mar não se pensa em mais nada, somente no mergulho, a atenção e a concentração estão voltadas para a atividade, portanto, não se consegue pensar em outra coisa a não ser no mergulho em si, nas ações exigidas pelo momento, que os acontecimentos extramergulho se tornam sem importância. Lembrando um pensamento budista:

> A mente pode ser comparada a um lago. Quando ele pára e a água não mais se agita é que se pode ver o fundo. Dessa maneira acontece com a mente, dispersa numa infinidade de pensamento. Cabe então direciona-los e fixa-los num objeto qualquer. A partir disso aumenta-se a concentração que é uma das etapas para se chegar a níveis mais profundos de consciência. Aquietando os ‘ondas’ mentais o que está além da superfície do lago é revelado. (MCDONALD, 1998, p. 12-16)

Assim é a consciência, na vida urbana o ser humano está tão envolto com uma avalanche de informações que não lhe sobre espaço e tempo para pensar em suas próprias emoções, ou seja, a emoção chega, mas, devido a uma atenção intelectual, deixa a emoção de lado, dependendo da prioridade com que é selecionada. Por isso, a emoção pode ser considerada como o sexto sentido, uma vez que, após ter privilegiado um mergulho consigo mesmo, o ser humano é capaz de experimentar um “senso” em relação a si mesmo e ao “outro” nunca antes percebido.

Sendo assim, após mergulhar, o ser humano sente uma aproximação com a percepção de que os sentimentos são importantes e são normalmente bloqueados na “superfície”, mas, no mergulho, os sentimentos são liberadas, ficando à disposição, porque uma vez sentido-se

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

bem consigo mesmo, o ser humano estará aberto a viver a vida da mesma forma como se sente em relação a si mesmo naquele momento, pelo fato de sentir prazer na experiência de estar consigo mesmo e deixar fluir as emoções sentidas.

Permitir que as emoções sejam “soltas” possibilita conhecer a si mesmo sem culpa, deixando a pessoa que se encontra em seu interior se desvelar. Viscott (1982, p.135) ao relatar sobre ‘o se permitir sentir’, e o ser melhor a partir disso, permitindo que os outros também o sejam, com a possibilidade de se vislumbrar um mundo melhor, afirma que:

> Se cada dum de nós usasse seus sentimentos como guia para percorrer o caminho, para nos tornarmos o melhor de nós mesmo, pelo menos estaríamos no caminho da descoberta da realização em nossa própria vida, e o mundo maior começaria a ter sentido. A pessoas que não for compreensível para si mesma não pode esperar experimentar um mundo que tenha muito sentido.

2) Os componentes emocionais e afetivos valorizados na prática regular do mergulho promovem uma ação ecologicamente adequada?

O estudo revelou que um dos principais motivos da prática do mergulho está na busca pela interação com a natureza, com o mar e a vida marinha, sendo, também, um fator desencadeador de consciência da proteção ambiental. Embora este dado tenha sido revelado na pesquisa, observa-se um interesse pequeno em relação a atitudes preservacionistas e compromisso ético no que tange a este meio. Pode-se observar a crescente demanda pela prática do mergulho, sendo um convite irrecusável quando algum mergulhar intima: “Vá mergulhar!”, ou, então, quando sugere: “Procure levar alguém para conhecer a maravilha que é o fundo do mar e você terá um amigo agradecido para o resto da sua vida”, ou ainda “Não morra sem conhecer o fundo do mar”.

Sem dúvida, este convite é fascinante e curioso, mas existe uma questão ainda maior na interação entre o homem e a natureza, o fator de sustentabilidade, de preocupar-se com a finitude das áreas naturais, da necessidade de não pensar apenas sobre os problemas

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

ambientais, mas promover ações e intervir adequadamente, para que o olhar sobre estes problemas não fique apenas no olhar, mas que se efetive um debate ecológico com proposições e ações eficazes.

Pode-se citar como exemplo o que ocorreu dentro da reserva biológica marinha do Arvoredo, localizada no limite entre os municípios de Bombinhas e Governador Celso Ramos, no Litoral Centro-Norte catarinense, uma das duas únicas Reservas Biológicas Marinhas federais existentes no Brasil, juntamente com Atol das Rocas (RN), inicialmente liberada para mergulho, depois fechada, devido à falta de estudos de impacto no ambiente e violações freqüentes em relação à caça, a pesca predatória e desembarque.

Esta preocupação pode ser constada na descrição do texto do mergulhador nº 2, ao desejar acrescentar alguma informação sobre o mergulho, o mesmo julga importante, a seguinte informação:

> [...] proteção ambiental, o que fizeram em Santa Catarina que foi fechar o Arvoredo, a princípio a turma está sendo muito contra, mas eu acho que...eu sou a favor, porque antes você proibir e ter um local preservado do que você ter um lugar destruído, então bem melhor preservar do que destruir.

Com a necessidade de preservação desta reserva foi criado o plano de manejo, autorizado desde setembro de 2004, envolvendo órgãos governamentais, ONGs, agências de mergulho, universidades, mergulhadores e entidades ligadas a educação ambiental.

A preocupação crescente com atitudes éticas e ecológicas possibilita a discussão de valores em relação à natureza, de forma a visualizá-la, não somente como forma de exploração, mas como parceira e necessária para a vivência de sensações e emoções significativas (SCHWARTZ, 2001).

Segundo Sant'Anna (2001, p. 95), a ética pode ser entendida como:

> [...] o estabelecimento de relações nas quais, no lugar da dominação, se exercem composições entre os seres; estas não são nem adequações harmoniosas entre diferenças, nem fusões totalitárias fadadas a tornar

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

> todos os seres similares. Trata-se de estabelecer uma composição na qual os seres envolvidos se mantêm singulares, diferentes, do começo ao fim da relação[...].

Portanto, há relações que podem ser de respeito, embora apresentem dificuldades, há de se pensar, não somente em contemplar e admirar, utilizando a natureza para fins próprios e pessoais, mas adotando uma postura de mudança em relação à própria natureza humana, na possibilidade de pensar no ser humano como composição da natureza, num processo de construção mútua.

3) As sensações e emoções vivenciadas durante o mergulho podem colaborar para a melhoria da qualidade de vida, capaz de promover mudanças atitudinais e comportamentais no ser humano?

A vivência do mergulho possibilita um reenquadramento dos estados dos mais primitivos aos mais sociais e urbanos possíveis, resgatando do mergulhador o lado desejante e prazeroso da vida. As sensações e emoções de paz, tranqüilidade, alegria e satisfação vivenciadas durante o mergulho são oportunidades de encontro entre o mar e o mergulhador, não privilegiando os seres separadamente, mas refletindo sobre as conexões e parcerias estabelecidas entre ambos.

No entanto, observa-se, ainda, que algumas vivências do lazer no período pós-moderno, mesmo que tenha o objetivo de humanizar o cotidiano, como propões Krippendorf (1989), a indústria cultural do lazer parece manter e reproduz o sistema vigente.

O corpo velado por músculos como símbolo do poder relatado por Goldenberg e Ramos (2002) não deixa de ser uma coação, assim como também é, o corpo como produto tão valorizado na sociedade americana, retratado por Courtine (1996).

Observa-se, também, uma relação entre o mergulho e a fuga da vida cotidiana de coação, pois, na questão nº 11, 40% alegam que o mergulho funciona como válvula de

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

escape, um antídoto, uma quebra de rotina em relação à vida cotidiana, relacionando mergulho/prazer e cotidiano/obrigação. Como relatou o mergulhador nº2:

> O mergulhar, você está lá embaixo, você esquece tudo, você não pensa em nada, nada, nada, não importa a tua linha de profissão, o que você faz aqui fora, lá embaixo é todo mundo igual, lá embaixo a finalidade é uma só, é curtir, passar o tempo, ver o máximo de vida marinha possível e não pensar em nada.

Segundo Berger (1987), na maioria das situações sociais, existe uma programação delimitada de regras a qual deve ser seguida, servindo para enquadrar os membros dentro de um determinado grupo em específico, que vai desde a violência física até as condutas de etiqueta. Uma outra forma de manter alguém no sistema de um certo grupo é determinada, basicamente, pela posição de cada indivíduo, a qual, geralmente, é baseada em critérios econômicos.

Sendo assim, a classe social de uma pessoa pode determinar as possibilidades, oportunidades e o destino que esta pessoa pode esperar na sociedade, determinando estilos de vida diferentes. Estes elementos citados acima são criados para controlar e manipular socialmente um indivíduo e estão presentes em todas os tipos de sociedade, o que acaba por influenciar o acesso as atividades físicas de aventura na natureza.

Nessa relação, existe uma certa manipulação ideológica, longe da transformação do homem, porque a ação de evadir do cotidiano não permite a qualidade de vida, embora seja uma manifestação contra a rotina de domínio urbano.

Existem duas relações abordadas entre homem/natureza, tanto de conexão como de coação, concepções diferentes e paradoxais, mas o mergulho, como atividade física de aventura na natureza não tem como intenção atingir um único objetivo, uma única relação - embora o aspecto catártico incomode -, mas transcender o enfretamento em prol de uma melhoria social, sendo a experiência pessoal seu princípio fundamental.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

O mergulho permite o reenquadramento dos estados emocionais, ressignificando os desejos e as opções em relação ao rumo que se quer dar a vida, permitindo sentir prazer novamente, possibilitando optar por qual risco correr, pois no mergulho existe risco, já que "[...] requer um conhecimento próprio para o praticante poder fazer com segurança", enfatiza o mergulhador nº 4.

Tanto no cotidiano como na natureza, existe o risco, em especial na prática do mergulho autônomo, mas, ao fazer a opção por um tipo de atividade física de aventura na natureza, assumi-se o direito de escolha de quais os prazeres que esta atividade pode proporcionar, sendo a natureza o grande diferencial desta relação (SCHWARTZ, 2002).

Diante do que foi exposto na pesquisa sobre as sensações e emoções do mergulho pode-se observar várias nuances da relação do homem consigo mesmo, do homem com o outro homem e do homem com a natureza/meio subaquático.

Bachelard (1997, p. 174), ao relatar sobre a coragem de enfrentar o mar violento, afirma que "[...] o mar não é um corpo que se vê, nem mesmo um corpo que se abraça. É um meio dinâmico que responde à dinâmica das nossas ofensas".

Com estas palavras do autor, pode-se constatar que a cada tentativa de sugar a natureza, da ciência em manipular o mar e a vida marinha, existe uma renúncia da natureza e uma reação de rebeldia, a exemplo das grandes maremotos. A natureza não é determinista, ela apenas reage às estratégias de controle e domínio que a "humanidade" quer exercer sobre ela.

Estar envolvido pela água do oceano permite o contato com os sentimentos mais primitivos, permite livrar da solidão, da separação ocorrida ao nascer, quando o recém-nascido é afastado do elemento aquoso onde estava albergado, nutrido e protegido. Emprestamos aqui as palavras de Bachelard (1997, p. 120):

> [...] o amor filial é o primeiro princípio ativo da projeção das imagens, é a força propulsora da imaginação, força inesgotável que se apossa de todas as imagens para coloca-las na perspectiva humana mais segura: a perspectiva materna.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

A relação harmoniosa entre o homem e o ambiente natural depende de um processo de conquista interior, do comportamento de cada pessoa, daqueles que aprenderam a desenvolver melhor a autonomia, a subjetividade, dispondo de inúmeras opções de vivencias diversificadas, para poder escolher, as sensações e emoções que deseja experimentar, pois, aqueles que não têm possibilidades qualitativas para escolher, ficam à mercê dos modelos impostos pela sociedade dominante.

Embora o subtítulo deste capítulo venha a sugerir o último mergulho, não é está a sensação que fica, pois, após ter mergulhado em quatro longos capítulos, as respostas dos participantes e as sensações por eles vivenciadas instigam e despertam o desejo de mergulhar, novamente, para quem já mergulhou e de vivenciar esta experiência, para aqueles que ainda não conhecem o fundo do mar e suas maravilhas, um convite seduzindo e intimando a ir experimentar esta aventura.

Pode-se fazer uma analogia com a descrição do mergulhador nº 4, ao falar sobre as lembranças de alguns mergulhos: “[...] parece que você nunca mais esquece e as sensações que te trazem também, sensações durante o mergulho e também após. Sensação de plenitude, depois que um mergulho terminou e deu tudo certo, essa sensação permanece bastante.”

Para Alves (1987) o maior objetivo da ciência está em procurar soluções para minimizar a miséria da vida, sendo esta a inquietação primária geradora deste estudo, acreditando que, por meio da experiência do mergulho, o ser humano possa ter uma atitude mais responsável e comprometida com a natureza, de forma a poder apreciar suas belezas, sem, contudo deixar de lado sua consciência de proteção ambiental, enfim ser mais humano, o que já não é uma tarefa fácil.

Sendo assim, torna-se fundamental uma mudança de valores e atitudes frente aos aspectos voltados aos problemas ecológicos, com o intuito de interagir com a natureza como

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

se o próprio corpo fosse um espaço ecológico de sensações e emoções (SCHWARTZ, 2001), favorecendo oportunidade de vivências mais significativas, capazes de catalisar a tão almejada consciência preservacionista.

A natureza não pode ser visualizada, apenas, como um meio externo ao próprio corpo, mas fazendo parte dele, agregando valores em relação à natureza que não seja apenas vista como fora de seu próprio corpo, evidenciando numa completa relação de reciprocidade, gerando outros valores e determinados estilos de vida.

Segundo Assmann (1996), a aprendizagem parte da necessidade de conhecer o mundo ao redor, de experimentar o meio em que se vive, não apenas como mero observador ou apreciador, mas como possibilidade de ação sobre ele.

Conhecer a natureza, o mar e a vida marinha, passando pela experiência do mergulho, é possibilitar que o conhecimento sobre estes elementos não “entre” apenas pelos dois órgãos dos sentidos – comumente mais requisitados para este fim, quais sejam: a visão e a audição -, mas que aconteça de uma maneira mais abrangente e mais incorporada.

O aprendizado por meio do mergulho, conforme ficou evidenciado com esta pesquisa, não deve ser apenas feito pelo planejamento, pelo manuseio de equipamentos, pela complexidade e pela técnica, ou seja, pela inteligência, mas, com todo o corpo, com consciência, com sensibilidade e com emoção, não podendo ser tratado de forma limitada, já que foram desvelados os elementos coadjuvantes, capazes de tornar esta experiência significativamente emocionante, com reverberação para outros campos da vida humana.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

REFERÊNCIAS

ABBAGNANO, N. *Dicionário de filosofia.* São Paulo: Martins Fontes, 2000.

ALTHUSSER, L. *Ideologia e aparelhos ideológicos do Estado*. Rio de Janeiro: Martins Fontes, 1978.

ALVES, R.. *Filosofia da ciência:* introdução ao jogo e suas regras. São Paulo: Brasiliense, 1987.

_____. *Conversas com quem gosta de ensinar*. São Paulo: Cortez; Autores Associados, 1984.

_____ . *Estórias de quem gosta de ensinar*. São Paulo: Cortez; Autores Associados, 1989.

_____. Curiosidade é uma coceira nas idéias. *Folha de São Paulo*, São Paulo, 23 jul. 2002.

AMADO, J.. *Mar morto*: romance. Rio de Janeiro: Record, 1987.

_____. *Os velhos marinheiros*: duas histórias do cais da Bahia. São Paulo: Martins, 1972.

ASSMANN, H. *Metáforas novas para reencantar a educação*: epistemologia e didática. Piracicaba: Unimep, 1996.

ANDRADE, C. D. *Corpo*. Rio de Janeiro: Record, 1985. 124 p.

BACHELARD, G. *A água e os sonhos*: ensaio sobre a imaginação da matéria. São Paulo: Martins Fontes, 1997.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 1977.

BAUMAN, Z. *Modernidade e ambivalência*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.

BEEBE, W. *Half mile down*. [S.l.]: Harcourt, Brace & Co., 1934.

BERGIUS, R. Percepção. In: DORSCH, F. *Dicionário de psicologia*. 5 ed. Barcelona: Helder, 1985. p. 560.

BERGER, P. L. *Perspectivas sociológicas*. Petrópolis: Vozes, 1983.

BERT, P.; HALDAME, J. S. . *La pression barométrique*: recherches de physiologie expérimentale. Paris: Masson, 1878.

BETRÁN, J. O. Las actividades fisicas de aventura en la naturaleza: análisis sociocultural. *Apunts*: Educacion Física y Deportes, Barcelona, n. 41, p. 5-8, 1995.

BOFF, L. Espiritualidade. In: TRIGUEIRO, A. (Coord.) *Meio ambiente no século 21*: 21 especialistas falam da questão ambiental nas suas áreas de conhecimento. Rio de Janeiro: Sextante, 2003. p. 34-43.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

BOGDAN, R. C.; BIKLEN, S. K. *Investigação qualitativa em educação*: uma introdução à teoria e aos métodos. São Paulo: Porto, 1999.

BRAGHIROLLI, E. M.; BISI, G. P.; RIZZON, L. A. et al. *Psicologia geral*. Porto Alegre: Vozes, 1990.

BRAMANTE, A. C. Lazer: concepções e significados. *Revista Licere,* Belo Horizonte, v. 1, n. 1, p. 9-17, 1998.

BRUHNS, H. T.. O corpo visitando a natureza: possibilidades de um diálogo crítico. In: SERRANO, Célia M.; BRUHNS, Heloísa T. (Org.). *Viagens à natureza*: turismo, cultura e ambiente. Campinas: Papirus, 1999. p. 125-140.

_____. *O corpo parceiro e o corpo adversário*. Campinas: Papirus, 1993.

_____. No ritmo da aventura: explorando sensações e emoções. In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Org.). *Turismo, lazer e natureza*. Barueri: Manole, 2003. p. 29-51.

_____. Esporte e natureza: o aprendizado da experimentação. In: SERRANO C. *A educação pelas pedras*: ecoturismo e educação ambiental. São Paulo: Chronos, 2000. p. 25-46.

CAMARGO, L. O. de L. *Educação para o lazer*. São Paulo: Moderna, 1998.

CANNON, W. B. The James – lange theory of emotions: a critical examination and an alternative theory. *American Journal of Psychology,* v. 39, p. 106-124, 1927.

CARVALHO, I. C. M. As transformações na cultura e o debate ecológico: desafios políticos para a educação ambiental. In: PÁDUA, S. M.; TABANEZ, M. F. (Org.) *Educação ambiental*: caminhos trilhados no Brasil. Brasília: Ipê, 1997, p. 271-281.

CARVALHO, M. Técnica de mergulho: partindo da terra. *Revista mergulhar*, Rio de Janeiro, ano VII, n. 53, p. 27, out 1989.

CASTELLANI FILHO, L. Lazer e qualidade de vida. In: MARCELLINO, N. C. (Org.) *Políticas publicas setoriais de lazer*: o papel das prefeituras. Campinas, SP: Autores Associados, 1996. p. 7-21.

COURTINE, J-J. Os stakhanovistas do narcisismo. In: SANT'ANNA, D. B. *Políticas do Corpo.* São Paulo: Estação Liberdade, 1996. p. 81-114.

COUSTEAU, J-Y.. *O mundo submarino*. Rio de Janeiro: Salvat, 1983, v. 1.

COUSTEAU, J-Y; DUMAS, F. *O mundo silencioso*. Rio de Janeiro: Mérito, 1955.

CSIKSZENTMIHALYI, M. *A descoberta do fluxo*: a psicologia do envolvimento com a vida cotidiana. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.

_____. *A psicologia da felicidade*. São Paulo: Saraiva, 1992.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

DAMÁSIO, A. *O mistério da consciência*: do corpo as emoções ao conhecimento de si. São Paulo: Companhia das letras, 2000.

DARIDO, S. C. Ensinar/aprender educação física na escola: influências, tendências e possibilidade. In: DARIDO, S. C.; MAITINO, E. M. (Org.) *Pedagogia cidadã*: cadernos de formação: educação física. São Paulo: UNESP, Pró-reitoria de graduação, 2004. p. 5-22.

DE GÁSPARI, J. C. *Ócio criativo e Inteligências múltiplas*: um diálogo na perspectiva da potencialidade humana. 2003. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2003.

_____. As emoções da caminhada nos espaços públicos de lazer: motivos de aderência e manutenção. *Apunts*: Barcelona, año 10, n. 85, p. 1-7, junio de 2005.

DEUTSCH, S. *Música e dança de salão*: interferências da audição e da dança nos estados de ânimo. 1997. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1997.

DUARTE JR., J-F. *O sentido dos sentidos*: a educação (do) sensível. Curitiba: Criar, 2001.

DUMAZEDIER, J. *Valores e conteúdos culturais do lazer*. São Paulo: SESC, 1980.

_____. *Lazer e cultura popular*. São Paulo. Perspectiva, 1973.

EBERSPÄCHER, H. *Handlexikon sportwissenschaft*. Reinbeck: Rowhohlt, 1987.

ENCICLOPÉDIA do mar. São Paulo: Abril Cultural, 1975.

ENGEL, L. *O mar*. Rio de Janeiro: Livraria José Olympio, 1969.

ENGELMANN, A. *Os estados subjetivos:* uma tentativa de classificação de seus relatos verbais. São Paulo: Ática, 1978.

O EXTERMINADOR do futuro III: a rebelião das máquinas. Produção de Intermedia/IMF Production. [s.l.]: Columbia Tristar, 2003. 1 vídeocassete (109 min.), VHS, son., color.

FIALHO, F. A. P. *Introdução às ciências da cognição*. Florianópolis: Insular, 2001.

FREIRE, P. *Educação como prática da liberdade*. São Paulo: Paz e terra, 2000.

_____ . *Pedagogia da autonomia*: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FREITAG, B. *Escola, estado e sociedade*. São Paulo: Moraes, 1986.

GAELZER, L. *Lazer:* benção ou maldição? Porto Alegre: Sulina, 1979.

GARDNER, H. *Estruturas da mente*: a teoria das inteligências múltiplas. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

_____ *Inteligências múltiplas*: a teoria na prática. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

_____ *Inteligência*: um conceito reformulado. Rio de Janeiro: Objetiva, 2000.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M. S. A civilização das formas: o corpo como valor. In: GOLDENBERG, M. et. al. *Nu & vestido*: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record, 2002. p. 19-40.

GUARDABASSI, C.; NACCARATO, W. *Caça submarina*: fundamentos e técnica. São Paulo: Marazul, 1995.

GUATTARI, F. *As três ecologias*. Campinas: Papirus, 1997.

GUEDES, D. P; GRONDIN, L. M. Percepções de hábitos alimentares por adolescentes: associação com indicadores alimentares, prática de atividade física e controle de peso corporal. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v. 24, n. 1, p. 23-46, 2002.

HUIZINGA, J. *Homo ludens*: o jogo como elemento da cultura. São Paulo, Pespectiva/EDUSP, 1971.

KRIPPENDORF, J. *Sociologia do turismo*. Rio de Janeiro: Civilização brasileira, 1989.

KRECH, D.; CRUTCHFIELD, R. S. *Elementos da psicologia*. São Paulo: Pioneira, 1973.

LANE, S. T. M.. Emoções e pensamento: uma dicotomia a ser superada. In: BOCK, A. M. (Org.). *A perspectiva sócio-histórica na formação em psicologia*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003. p. 100-130.

LANGE, C. G. The emotions. In: LANGE, C. G.; JAMES, W. *The emotions*. New York: Hafner, 1967. p. 33-90.

LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. *Pesquisa em educação*: abordagens qualitativas. São Paulo: EPU, 1986.

MAGNANI, J.G. C. *Festa no pedaço*: cultura popular e lazer na cidade. São Paulo: Brasiliense, 1986.

MARCELLINO, N. C. *Lazer e educação*. Campinas: Papirus, 1990a.

_____. *Pedagogia da animação*. Campinas: Papirus, 1990b.

MARCONI M. A.; LAKATOS, E. M. *Fundamentos da metodologia científica*. São Paulo: Atlas, 1991.

MARINHO, A. Lazer, natureza e aventura: compartilhando emoções e compromissos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v. 22, n. 2, p. 143-53, jan. 2001.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

_____ .Da aceleração ao pânico de não fazer nada: corpos aventureiros como possibilidades de resistência. In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Org.). *Turismo, lazer e natureza*. Barueri: Manole, 2003. p. 1-28.

MARINO, R. J. *Fisiologia das emoções*: introdução a neurologia do comportamento, anatomia e funções do sistema límbico. São Paulo: Savier, 1975.

MARIZ, A. Contatos imediatos. *Mar /vela e motor,* Rio de Janeiro, n. 131, Supl., p. 6-13, [19..].

MASLOW, A. *Motivation and personality.* Nova York: Harper and Row, 1954.

MAY, R. *O homem a procura de si mesmo*. Rio de Janeiro: Vozes, 1978.

MCDONALD, K. *How to Meditate*: A Practical Guide. Robina Courtin. Ithaca: Snow Lion, 1998.

MEDINA, J. P. S. *O brasileiro e seu corpo:* educação e política do corpo. Campinas, SP: Papirus, 1990.

MELO, R. M. G. *Tipos de mergulho*. São José dos Campos, SP, 2005. Charge.

_____. *Visão funcionalista do mergulho*. São José dos Campos/SP, 2005. Charge.

MERLEAU-POUNTY, M. *Fenomenologia da percepção*. Rio de Janeiro: Livraria Freitas Bastos, 1971.

MORATO, A. P. Apnéia: pulmões de aço. *Mergulho*, São Paulo, ano VII, n. 85, p. 36-37, jun. 2003.

MURRAY, E. J. *Motivação e emoção*. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

MYERS, D. *Introdução a psicologia geral*. Rio de Janeiro: LTC, 1999.

NAHAS, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida:* conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 2. ed. Londrina: Midiograf, 2001.

NASCIMENTO, M.; BRANT, F. *Bola de meia, bola de gude*. In: 14 Bis. Polygram, 1998. 1 CD.

NEGRINE, AA. Instrumentos de coleta de informações na pesquisa qualitativa. In: TRIVIÑOS, A. N. S.; MOLINA NETO, V.; GIL, J. M. S. et al. (Org.) *A pesquisa qualitativa na educação física*: alternativas metodológicas. Porto Alegre: UFRGS/Sulina, 2004. p. 61-93.

OLIVEIRA, R. D. *Reengenharia do tempo.* Rio de Janeiro: Rocco, 2003.

ÖRJAN, O. Alegria, apesar da dúvida: nada como uma boa festa para um povo que teme não estar preparado para a modernidade. *Revista Época*, Rio de Janeiro, edição 53, p.1317, maio 1999.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

PADI. *Manual open water dive*. U.S.A: International Padi, 1999.

PALMA, A. Educação física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros "modos de olhar". *Revista Brasileira de Ciências do Esporte,* Campinas, v. 22, n. 2, p. 23-39, jan. 2001.

PAPEZ, J. W. A proposed mechanism of emotion. *Acheives of Neurology and Psychiatry*. Chicago, 1937.

PESSOA, F. *O eu profundo e os outros eus*. Rio de Janeiro: Nova Aguilar, 1995.

REIS, J. R. T. Família, emoção e ideologia. In: LANE, Silvia T. Maurer; CODO, Wanderley (Org.). *Psicologia Social*: o homem em movimento. São Paulo: Brasiliense, 1984. p. 99-123.

REY, F. G. O emocional na constituição da subjetividade. In: LANE, Silvia T. Maurer; ARAÚJO, Yara (Org.). *Arqueologia das emoções*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999. p. 41-56.

RIBEIRO, I. C. *Educação para a vida*: uma experiência metodológica para a conservação da água. 2003. Tese (Doutorado em Ecologia) - Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2003.

RICHARDSON, R. J. *Pesquisa social*: métodos e técnicas. São Paulo: Atlas, 1989.

RUSSEL, P. *O despertar da terra*: o cérebro global. São Paulo: Cultrix, 1995.

SAMULSKI, D. *Psicologia do esporte*: teoria e aplicação prática. Belo Horizonte: Imprensa UFMG, 1995.

SANT'ANNA, D. B. Entre a serpente e a toupeira: transitando pelas idéias de Foucault e Deleuze. In: BRUHNS, Heloísa Turini (Org.). *Lazer e ciências sociais*: diálogos pertinentes. São Paulo: Chronos, 2002. p. 43-56

_____. *Corpos de passagem*: ensaios sobre a subjetividade contemporânea. São Paulo: Estação liberdade, 2001.

SANTORO, A. De cara com o medo. *Revista Emoção e inteligência*. São Paulo: Abril, v. 1, novembro de 2004, p. 60-63.

SARTRE. J-P. *Bosquejo de una teoria de las emociones*. Madrid: Alianza, 1987.

SCHUBERT, F. *Psychologie zwischen start und ziel*. Berlin: Sportverlag, 1981.

SCHWARTZ, G. M. Homo expressivus: as dimensões estética e lúdica e as interfaces do lazer. In: BRUNS, H. T. (Org.). *Temas sobre lazer*. Campinas: Autores Associados, 2000. p. 86-99.

_____. A arte no contexto da Educação Física. Revista *Motriz*, Rio Claro, v. 5., n.1, p. 49-52, jun. 1999.

_____.Corpo sensível como espaço ecológico. *Motus Corporis*, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2., p. 49-54, 2001.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

_____. Emoção, aventura e risco: A dinâmica metafórica dos novos estilos. In: BURGOS, M.; PINTO, L. M. *Lazer e estilo de vida*. Santa Cruz do Sul : EDUNISC, 2002. p.139-168.

_____. Atividades recreativas e sensibilização: os jogos sensitivos. In: SCHWARTZ, G. M. *Educação Física no Ensino Superior*: atividades recreativas. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004. p. 199-206.

SCHWARTZ, G. M.; MARINHO, A. Atividades de aventura como conteúdo da educação física: reflexões sobre seu valor educativo. *Apunts*: Educación Física y Deportes, Barcelona, año 10, n. 88, p. 1-7, set. 2005.

SEVCENKO, N. *A corrida para o século XXI*: no loop da montanha-russa. São Paulo, Companhia das Letras, 2001.

SOARES, L. E. Religioso por natureza: cultura alternativa e misticismo ecológico no Brasil. In: _____. *O rigor da indisciplina*. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1994. p. 189-212.

SOTO, E. *Comportamento organizacional*: o impacto das emoções. São Paulo: PioneiraThomson Learning, 2002.

TAHARA, A. K. *A aderência às atividades físicas de aventura na natureza, no âmbito do lazer*. 2004. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2004.

THIOLLENT, M. *Metodologia da pesquisa-ação*. São Paulo: Cortez: Autores Associados, 1986.

THOMPSON, E. P. Tempo disciplina de trabalho e capitalismo industrial. In: _____. *Costumes em comum*. Tradução de Rosaura Eichemberg. São Paulo: Companhia das Letras, 1998. p. 267-304.

TOURNIER, M. *Sexta-feira, ou, A vida selvagem*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001.

TUAN, Y-F. *Espaço e lugar*. São Paulo: Difel, 1983.

_____. *Topofilia*: um estudo da percepção, atitudes e valores do meio ambiente. São Paulo: Difel, 1980.

VERNE, J. *Vinte mil léguas submarinas*. Rio de Janeiro: Abril Cultural, 1972.

VISCOTT, D. S. *A linguagem dos sentimentos*. São Paulo: Summus, 1982.

WEBER, K. Outdoor adventure tourism: a review of research approaches. *Annals of Tourism Research*, Great Britain, v. 28, n. 2, p. 360-377, 2001.

WEINBERG, R. S. ; GOULD, D. *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1995.

WERNECK, C. L. G. *Lazer, trabalho e educação.* Relações históricas, questões contemporâneas. Belo Horizonte: Editora UFMG/CELAR-DEF-EEF, 2000.

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

ANEXO 1

ENTREVISTA DEFINITIVA

1) Porque você começou a mergulhar?
2) Qual o seu tipo de mergulho preferido? Livre ou autônomo? Justifique.
3) Com que freqüência você mergulha?
4) Qual o seu objetivo ao praticar o mergulho?
5) Cite 3 motivos que levaram você à prática do mergulho, em ordem de importância.
6) Cite 3 emoções / sensações que você vivencia quando mergulha, em ordem de importância.
7) Se você pudesse definir em uma palavra o que você sente quando mergulha, qual seria ela?
8) As sensações vivenciadas durante o mergulho permanecem depois de algum tempo? Sim ou não? Justifique.
9) Você já percebeu alguma sensação desagradável quando mergulhou? Qual?
10) Quais as principais dificuldades encontradas para praticar o mergulho regularmente?
11) Qual a relação que você faz entre o mergulhar e a vida cotidiana?
12) Aconteceu alguma mudança em sua vida depois que você começou a praticar o mergulho?
13) Você considera importante acrescentar mais alguma informação sobre o mergulho?

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer

O RIO TEJO

"O Tejo é mais belo que o rio que corre pela minha aldeia.

Mas o Tejo não é mais belo que o rio que corre pela minha aldeia

Porque o Tejo não é o rio que corre pela minha aldeia.

O Tejo tem grandes navios e navega nele ainda,

Para aqueles que veêm em tudo o que lá não está,

A memória das naus.

O Tejo desce de Espanha

E o Tejo entra no mar em Portugal.

Toda a gente sabe isso.

Mas poucos sabem qual é o rio da minha aldéia

E para onde ele vem.

E por isso, porque pertence a menos gente,

É mais livre e maior o rio da minha aldeia.

Pelo Tejo vai-se para o Mundo.

Para além do Tejo há a América

E a fortuna daqueles que a encontram.

Ninguém nunca pensou no que há para além

Do rio da minha aldeia.

O rio da minha aldeia não faz pensar em nada.

Quem está ao pé dele está só ao pé dele"

Fernando Pessoa (1995, p. 150-151).

Create PDF with GO2PDF for free, if you wish to remove this line, click here to buy Virtual PDF Printer