

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
CENTRO DE ESTUDOS GERAIS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E FILOSOFIA
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Experiências em Eutonia – Interfaces de contato

Maria Thereza Frota Leão Feitosa

Niterói

2014

Maria Thereza Frota Leão Feitosa

Experiências em Eutonia – Interfaces de contato

Dissertação apresentada ao
Departamento de Psicologia da
Universidade Federal Fluminense
para obtenção do título de
Mestre em Psicologia

Área de Concentração:
Estudos da subjetividade

Orientadora: Prof^ª Dr. Katia Aguiar

Niterói

2014

Ficha Catalográfica elaborada pela Biblioteca Central do Gragoatá

F311 Feitosa, Maria Thereza Frota Leão.
Experiências em Eutonia – interfaces de contato / Maria
Thereza Frota Leão Feitosa. – 2014.
133 f.
Orientadora: Katia Aguiar.
Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal Fluminense,
Instituto de Ciências Humanas e Filosofia, Departamento de Psicologia,
2014.
Bibliografia: f. 128-133.
1. Alexander, Gerda, 1908-1994. 2. Somatização. 3. Experiência.
4. Cuidado. 5. Palavra. 6. Corpo humano. 7. Pensamento. I. Aguiar,
Katia. II. Universidade Federal Fluminense. Instituto de Ciências
Humanas e Filosofia. III. Título.

CDD 616.8524

Agradecimentos muito antigos

A madre Lygia que, em meu primeiro dia de aula, vendo-me escrever toda encolhida, envolveu-me com seus braços vestidos de preto e segurando com a sua a minha mão esquerda, me disse: “Com essa mão espalmada, você segura o caderno e apoia o antebraço e o cotovelo na carteira, vai te ajudar.” Ela tinha sua mão direita sobre a minha, que agarrava um lápis e pude sentir/compreender que usando o que ela me ensinava, eu passava a poder escrever empregando muito menos força. Nunca me esqueci.

A Sophia, minha mãe, que diante de minha vontade imensa de aprender a cortar o bife servido em meu prato, com suas mãos nas minhas, me disse: “Veja, a mão que segura o garfo é firme e a da faca, leve e insistente.” Nunca me esqueci.

A tia Loíza, que tantas vezes me animou a tirar os sapatos e a andar e saltar de uma pedra para a outra nos jardins de Burle Max, próximo ao MAM do Rio de Janeiro e que me dava a mão quando eu queria ir andando sobre as pedras anguladas que emolduram até hoje certos gramados do Jardim Botânico. “Andar descalço é importante.” Tia Loíza. Nunca me esqueci.

Senhoras da transmissão.

A Arthur, meu pai, que me ensinou a nadar. Ele e os peixinhos do mar.

Agradecimentos

A Ruth Torralba e Catarina Resende, que me indicaram aonde ir e com quem falar na volta à escola.

A Márcia Moraes, presente em meu percurso de mestrado antes mesmo de seu aparente começo.

A Henrique Cukierman, Arthur Arruda, Ivan Marques e Rosa Pedro e Márcia Moraes e John Law, pelas inesquecíveis tardes de segunda no campus da UFRJ na Praia Vermelha, em um tempo ainda antes do início do mestrado. Aos colegas desse tempo, alguns nomeados, Antônio, Cris... outros irmãos anônimos.

A Kátia Aguiar, tão especificamente grande, que a celebro com silêncio, coisa nua e do coração.

A Claudia Osório, Márcia Moraes e aos colegas, no entrelaçamento dos projetos. Avançando juntos, sem nos misturarmos.

A Eduardo Passos, Cristina Rauter, Claudia Abbês e aos colegas, muitos já nomeados, outros irmãos no anonimato, compondo as aulas no início do mestrado. Sentir-se ignorante, nômade, viajante, falante ou silenciosa participante.

A Márcia Moraes, Ronald Arendt, Rosa Pedro, Arthur Arruda, Donna Haraway e aos colegas, sempre presentes. Quem diria que um dia eu chegaria a amar as rampas cinzentas da UERJ, ansiando pelo dia de subi-las, semanalmente!

A Cristina Rauter e aos colegas, novos e conhecidos, no bom encontro com um início de aproximação a Espinoza.

A Ronald Arendt, Márcia Moraes, Vincienne Despret, Isabelle Stengers, Donna Haraway, John Law e aos colegas, em mais uma etapa ansiando semanalmente pelo circuito metrô, passarela, elevadores e rampas da UERJ!

A Ana Claudia Monteiro, pela vibrante experiência no estágio de docência! E aos colegas, alunos de Eutonia colegas, carregadores de cadeiras, anotadores impactantemente silenciosos de suas vivências, leitores de Michel Serres.

A Jean-Marie Huberty, eutonista e amigo, e a Martine Boyriven, zelosa tradutora, ponte entre meu texto e a leitura de Jean-Marie. Assim fizemos possível sua participação generosa em minha banca de qualificação.

A Rosemeri Dias, que me tocou com sua leitura detalhada e com a riqueza de suas notas na cópia que me entregou.

A Márcia Moraes que me tocou com sua sinceridade e me deu tanto o que pensar.

A Kátia Aguiar, por posicionar-se tanto de frente para mim quanto ao meu lado e algumas vezes por trás me empurrando. E por ler-nos Foucault em voz alta, jamais me esquecerei!

E aos colegas presentes na banca de qualificação, Cris e Flora. Doces e éticas presenças!

A meu genro Fillipe, que se ofereceu para me ler e me ligou com calma para conversar.

A Paulo Vidal e aos colegas, a essa altura todos cúmplices e queridos, na trança dos projetos após os impactos das bancas de qualificação.

A Maria Livia Nascimento, de palavras tão próximas às suas ações e aos colegas.

À Rita e ao Wagner, que sempre tiveram as respostas.

Aos colegas do grupo de orientação: as queridas Camila Caires, Vanessa Monteiro e Raphaela Daros - imediatamente cúmplices - meus olhos sempre encontraram o de alguma de vocês. O tempo não para e nos brinda com novos encontros: Alice, Félix, Luiza, Mariana e Daniela. A todos – mesmo os que pouco encontrei - agradeço por uma coleção variadíssima de coisas: uma palavra, um cookie, um sorriso, uma informação que encaixa... inclusive pela companhia presenciando o por de sol sentados juntos na grama do Gragoatá.

Aos colegas da mesma turma, aos colegas de cada disciplina. Quietos, falantes, cansados, jovens, atormentados, alegres, perseverantes... Com nossos professores, estivemos juntos.

Agradecimentos aos sorridentes companheiros das últimas quarenta e oito horas e à sorridente companheira das horas depois da hora

A Diana, por seu amor constante e pela disponibilização espontânea de seus recursos, desde um chá quente na madrugada até a ágil leveza no trabalho de formatação do texto.

A Félix, que apareceu no momento exato e prontamente disse sim ao pedido de traduzir o abstract.

A Camilla, revisora tão paciente quanto bela.

Agradecimentos pelo amor às escolas

A Sophia, minha mãe, que me ensinou a diferença entre amar as escolas e submeter-me a elas.

A D. Maria Barcellos, que me alfabetizou na sala acolhedora de sua casa, com atenção e lanchinhos.

A Angel Vianna, guerreira à frente de sua escola. Aonde mais eu teria ido?

A Gerda Alexander, por ter criado sua escola de Eutonia na Dinamarca onde formou alunos vindos de muitos lugares.

A Berta Vishnivetz, desbravadora de mares, pela abertura das primeiras escolas de Eutonia na América do Sul.

A meus colegas da equipe do Instituto Gerda Alexander de Formação em Eutonia: Gabriela Bal, Jean-Marie Huberty, Luciana Gandolfo, Luciana Gomes, Márcia Bozon, Patrícia Decot Pernambuco e Tereza Gomes, por nossos exercícios pedra de amolar, fio do formão, afiação com lubrificação.

Agradecimentos ao futuro

A Alice e Lucas, netos que já conheço e aos netos que ainda não conheço. Sejam bem vindos!

“Para começar – gostaria de me confiar a palavras que sejam, se possível fosse, nuas. (...) Gostaria de eleger palavras que sejam, para começar, nuas, simplesmente, palavras do coração.”

Jacques Derrida

O poema de Mury – discreta homenagem a um imenso amor que existe em mim.

Que benção!

Que benção estar nesse jardim com curvas, que me atraem o corpo para lá e para cá!

Que benção!

Que benção caminhar a essa hora do dia, quando já se vê a lua, curva finiiinha que me atrai o olhar!

A lua! A Lua!

Para vê-la logo de novo, rodopio rápido, rápido, ela lá está!

As árvores!

Que benção suas formas variadas que os ossos de meus braços se comprazem em compartilhar!

A lua!

As árvores!

As curvas! As curvas!

(para ser recitado em tom alto mesmo que aos sussurros)

E Flora que peludamente saltita à minha volta em suas quatro patas.

Ela parece acreditar que só pode voltar para casa junto a mim, quando eu for.

Eu quase vou... e volto, entretida com as árvores, as pedras do chão, a lua, a frescor da hora e a resposta fresca e dançarina que me vejo dando a esse lugar.

Desavisada, aberta, distraída do controle de mim, deixo-me convencer pela ansiedade de Flora de que o passeio dançante acabou.

O corpo sente a quebra prematura do prazer do movimento.

- Vai, Flora, vai que (eu) ainda não vou.

Falo baixinho, ela atende.

Que benção, que benção! Estar nesse jardim cheio de curvas e de suaves inclinações!

Para cima! Para baixo! A lua! A lua! As pedras do chão! O ar a toda a volta! Corpo estrela! nem tão bípede assim! Vértabras atraídas para lá e para cá!

Que benção o calor desse dia que me fez usar saia leve e rodada!

Que benção ter um tênis simples, simplesinho, que não pretende saber o chão pelos meus pés.

Que benção!

A lua! O tênis! A saia! A Flora! As curvas! As curvas de dentro e de fora de mim.

Resumo

Essa dissertação se faz pelo reconhecimento da necessidade de exposição da Eutonia - trabalho corporal classificável no campo da Educação Somática, iniciado por Gerda Alexander - a certos mundos, à luz de autores como Michel Foucault, Donna Haraway, Jorge Larossa Bondia e Bruno Latour. A revisão bibliográfica, impulsionadora de novos voos do pensamento, se materializa em escrita composta com recordações, impressões, relatos de experiências profissionais como eutonista, tanto em espaço clínico quanto pedagógico, inclusive de formação, estabelecendo pontes entre a Eutonia e o pensamento dos autores reunidos. A sensibilidade consciente da pele, o conceito de contato, os inventários, as posições de controle e as caminhadas eutônicas são os recursos utilizados para tornar visível a prática da Eutonia aos que não a experimentaram. O texto se afirma em característica artesanal, operando-se com cuidado a escolha das palavras, pois estas tocam o corpo, alterando-lhe o tônus. A abordagem singular feita a temas como objetividade e neutralidade evidencia o esforço conjunto de afastamento de um pensamento binário, que exitosamente se abre a um contar além de dois.

Palavras-chave: Eutonia, Gerda Alexander, Educação Somática, experiência, cuidado, palavra, corpo, tônus, pensamento.

Abstract

This dissertation is product of the acknowledgment of a necessity to expose Eutony - bodywork started by Gerda Alexander classifiable in the field of Somatic Education - to certain worlds, enlightened by authors such as Michel Foucault, Donna Haraway, Jorge Larossa Bondia and Bruno Latour. The literature review lead to new flights of thought and materialized a writing combining memories, impressions, professional experiences' reports as Eutony teacher and therapist, both in clinical and educational environments, establishing bridges between Eutony and the thoughts of gathered authors. The conscious skin sensibility, the concept of contact, the inventories, control positions and eutonic's walks are resources used to make the practice of Eutony visible to those who have not experienced it. The text affirms its artisanal character, operating carefully the words selection, as words touch the body and change its tonus. The singular approach to topics as objectivity and neutrality reveals the effort to withdrawal from binary thinking, which successfully opens to counting beyond two.

Keywords: Eutony, Gerda Alexander, Somatic Education, experience, care, word, body, tonus, thought

Sumário

| | | |
|-----------|---|------------|
| 1 | Abrindo a porta..... | 10 |
| 2 | Apresentando a Eutonia..... | 20 |
| 2.1 | Inventários e uma história..... | 20 |
| 2.1.1 | Sustentando uma atitude inventariante ao dar uma aula..... | 27 |
| 2.2 | A sequência de posições de controle..... | 30 |
| 2.3 | As caminhadas eutônicas pela proximidade de onde eu esteja escrevendo..... | 33 |
| 2.4 | Um inventário recuperador de ossos - gesto de interrupção - liberdade | 36 |
| 2.5 | Contato..... | 40 |
| 2.6 | Tônus..... | 43 |
| 2.6.1 | A palavra tônus e a palavra eutonia..... | 44 |
| 2.7 | Respostas a uma pergunta de Gerda Alexander | 46 |
| 3 | Contando além de dois..... | 48 |
| 3.1 | Uma trança com Donna Haraway e Isabelle Stengers. Objetividade e interesse...49 | |
| 3.2 | Bruno Latour, Rafael Vergara, Michel Foucault – Afinidades eficazes – O tempo e o pensamento..... | 56 |
| 3.3 | Canguilhem querido Canguilhem – Rafael vivo – Medo e solidariedade..... | 70 |
| 4 | A pele | 76 |
| 4.1 | A pele – sensibilidade consciente – a barra..... | 80 |
| 4.2 | Um seminário de pele..... | 81 |
| 5 | Os silêncios e as palavras..... | 84 |
| 6 | A argila - Gerda, Gisela e Guattari – Transformação irreversível..... | 87 |
| 7 | As reuniões..... | 102 |
| 7.1 | Alunos? Pacientes?..... | 102 |
| 8 | A atitude de neutralidade..... | 112 |
| 9 | O tempo e o lento..... | 121 |
| 10 | Reciprocidade – variações – pesquisas de movimentos..... | 123 |
| 11 | Mantendo a porta aberta..... | 125 |
| | Bibliografia..... | 128 |

1 Abrindo a porta

Em algum dia do ano de 1975, Sophia, minha mãe, me mostrou uma matéria que havia acabado de ler no caderno B, do Jornal do Brasil, sobre uma escola de corpo e movimento que Angel Vianna, Klauss Vianna e Teresa D'Aquino estavam abrindo no Rio de Janeiro, onde morávamos. Minha mãe achava que, tendo passado um ano de muito estudo, dedicada à preparação para o vestibular, eu estava *precisando me mexer*.

Fui conferir e me senti em casa! Caloura do curso de Arquitetura da UFRJ, no Fundão, três vezes por semana vinha correndo após as aulas para o curso livre de expressão corporal que Angel dava em Botafogo, na Rua Góes Monteiro, das 17:30 às 19 horas.

Fui aluna de Angel em seus cursos livres e fui aluna na primeira turma de formação que ela, Klauss e Teresa criaram a pedido de muitos alunos que tinham o anseio de aprender suas formas de trabalho para uso profissional.

No convívio em sala de aula com Angel, de quando em quando escutava-a referir-se positivamente ao trabalho de Gerda Alexander, a Eutonia. Segundo palavras de Angel, o trabalho corporal que ela mais havia apreciado entre os que conhecia. A partir do que ela contava, a partir de como a Eutonia se refletia nas suas aulas, eu ia intuindo a Eutonia como um trabalho onde a percepção precisa dos próprios ossos era importante. Sentir os ossos parecia ser importante. Olhar para dentro de si, para o espaço interior do próprio corpo, viver o acesso a esse espaço também. E a pele, esse surpreendente envoltório forte, complacente e sensível.

Era importante sentir. Isso mudava a experiência de estar no corpo, isso mudava a experiência de percepção do espaço, isso ampliava a potência para o movimento e lhe transformava a experiência.

Essa me parecia naquele momento ser a diferença: escolher pela aquisição de linguagens a serem inscritas sobre o corpo ou escolher ser um ardente pesquisador de si e com o outro. Não são mundos excludentes, pode-se aprender a andar com seus ossos em qualquer lugar, mas são maneiras muito diferentes de se trabalhar. Lembro-me que saíamos das aulas de expressão corporal de Angel, que eram no final do dia, cheios de energia, de vigor físico, intrigados, nos perguntando sobre as diferenças fisiológicas entre essa forma de trabalho e o trabalho nas academias de ginástica.

Nos anos oitenta, Angel promoveu um grande workshop de Eutonia com Berta Vishnivetz no Instituto Benjamim Constant. Éramos cem alunos, foi meu primeiro contato direto com aulas de Eutonia. Voltei a trabalhar com Berta em outros eventos promovidos no Rio por Angel e também em São Paulo, onde havia um forte interesse pela abertura de uma turma de formação em Eutonia. Na mesma década, no Primeiro Congresso de Corpo realizado no Hotel Nacional no Rio de Janeiro, do qual Angel foi uma consultora, travei contato com outra eutonista, a chilena Joyce Riveros. Tornar-me uma eutonista foi se tornando um sonho, o sonho de aprender o melhor trabalho, a melhor ferramenta de trabalho corporal. Era a formulação juvenil do sonho. Agora já sei que melhor trabalho é o melhor de nós manifestado através do trabalho que fazemos. Não existe fora de mim o melhor trabalho, existe a decisão de fazer o melhor com as ferramentas que cheguei a saber usar. E reconheço que me afino muito bem com as maneiras de fazer em Eutonia.

Nos anos noventa, Berta Vishnivetz criou a primeira escola de Eutonia no Brasil, em São Paulo e, mesmo com filhas pequenas e tendo o trabalho que já desenvolvia em consultório no Rio sustentado em minha formação com Angel Vianna, a qual já havia formalmente concluído, ingressei em sua primeira turma, na qual me formei. Posteriormente me graduei em Fisioterapia, numa busca, inclusive, por proteção social para meu trabalho, podendo me apresentar oficialmente ao mundo como uma profissional da área de saúde.

O corpo e o movimento sempre me interessaram; o entrelaçamento entre o criativo e o curativo há muito tempo me chama a atenção. Coisas simples, como chegar para fazer aula cansada, com uma leve dor de cabeça, ou com a sensação de um processo de gripe se instalando e sair bem da aula, recuperada, me confirmavam a eficiência terapêutica da proximidade de si. Sim, porque do trabalho corporal, fosse na Escola Angel Vianna, fosse na Escola de Eutonia, inúmeras vezes extraí o fruto de maior proximidade comigo, o que, em termos de sensação corporal, se refletia como: disponibilidade para a ação e distensionamento tecidual em proporções bem combinadas. Uma escolha profissional ia sendo feita.

Nosso poetinha centenário, Vinicius de Moraes, que a seu respeito dizia que era plural pois se fosse singular seria Viniciu de Moral, nos contou também que “a vida é a arte do encontro.” Tento me lembrar disso, passo melhor quando me lembro disso pois me vejo

contente e grata! Quantos bons encontros! Um muito importante foi com Rafael Vergara. Durante trinta anos trabalhamos juntos, até o final do ano de 2012. No início de janeiro de 2013, Rafael faleceu no Chile, sua terra natal. No final de 2011 havíamos fechado o consultório que mantivemos juntos por muitos anos no Leblon, tendo trabalhado anteriormente juntos compondo equipes maiores nos bairros da Glória e Botafogo. Rafael já não queria trabalhar no Rio, preferindo o sossego da serra de Friburgo e eu, cujas filhas haviam crescido e partido, queria passar a trabalhar em casa, me libertando do aluguel e de outros encargos do consultório. Durante 2012, após o encerramento de nosso consultório, demos continuidade a um trabalho que já vínhamos desenvolvendo há quatro anos, um workshop mensal onde a troca entre os componentes do grupo era disparada a partir da leitura de uma ou mais histórias, os tempos de refeição e intervalo (*coffee-break*) funcionavam como parte ativa, integrante importante da proposta e o trabalho corporal compunha também as atividades. Estávamos interessados em abandonar a pele – como fazem as cobras – de um lugar de controle, apostando na espontaneidade da troca de qualidade corriqueira, trivial, como um ingrediente que não deveríamos desprezar como possível potencializador dos aspectos terapêuticos e pedagógicos das reuniões. Por isso concebíamos os intervalos como uma parte tão integrante do workshop quanto as outras. Por isso não dávamos um prazo para inscrições, trabalhando com aqueles que aparecessem até o dia do evento. Intuíamos que rompendo com certos enquadramentos da cena terapêutica, evoluiríamos as qualidades de nossas formas de tratar. Mais uma vez diagnosticávamos a mecanicidade se infiltrando e a combatíamos apostando em nossas reuniões – onde nos juntávamos para tratar nosso trabalho, o que incluía trocar sobre os pacientes – e na colocação de novas formas de trabalho. Às vezes eram mudanças muito pequenas, como o detalhe de receber inscrições no próprio dia do evento, mas, experientes, já sabíamos que um mínimo ajuste no rumo se configura como uma mudança significativa de direção mais à frente.

Nos primeiros tempos de nossa parceria, atuávamos na Clínica Medicina Essencial, onde a equipe era composta por uma psicóloga, uma ginecologista e obstetra homeopata, um clínico homeopata, um psiquiatra homeopata (Rafael) e três terapeutas corporais (eu era uma delas) egressas da Escola Angel Vianna. Eram tempos de muito trabalho, de reuniões clínicas e grupos de estudo semanais extremamente ricos. Após uma etapa de desentendimentos que culminou numa cisão da equipe, três de nós, sendo duas

terapeutas corporais e o psiquiatra homeopata, juntando-nos a mais três profissionais: um outro clínico homeopata, uma fisioterapeuta e um outro terapeuta corporal, criamos o Seressencial – Centro de Medicina, Psicologia e Terapia Corporal. Com o passar dos anos, mudanças humanas foram acontecendo na composição da equipe. Dois membros do grupo optaram por trabalhar individualmente, uma dupla abriu outro consultório e Rafael e eu permanecemos juntos, atravessando corredeiras, tempestades e muito tempo bom. Enquanto isso, criei filhos, tornei-me eutonista, graduei-me fisioterapeuta, mantive-me ativa como professora da FAV – Faculdade Angel Vianna, criei com colegas eutonistas o Instituto Gerda Alexander de Formação em Eutonia. A decisão de pegar esse bastão, que só viria a se concretizar, convenientemente, muitos anos mais tarde, foi tomada pouco tempo após ter concluído minha formação como eutonista, quando soubemos que Berta Vishnivetz não teria mais disponibilidade de continuar vindo ao Brasil para coordenar novas turmas. Uma colega de turma me comentou que, se a escola de formação não tivesse continuidade, nós teríamos uma existência semelhante à das baleias, seríamos como animais em extinção. Ouvindo suas palavras, vi nascer em mim uma imagem de algumas baleias saltando do oceano e voltando a mergulhar, belíssimas! Fui fortemente tocada. Não, eu contribuiria para que tal não acontecesse. E assim tem sido feito. Pouco a pouco vamos percebendo os frutos de nosso trabalho. Se muitas vezes ainda ouvimos: “Euto o quê?” quando perguntados sobre nosso trabalho, já não são raras as situações em que nossos interlocutores já leram algo a respeito, conhecem alguém que pratica, outro que resolveu uma dor importante em sessões individuais etc....

E assim tem sido feito. Uma das maneiras encontradas para tornar a Eutonia um trabalho mais existente no mundo foi o ingresso no mestrado. A necessidade de abrir novas frentes, de ampliar conexões me impulsionou. Era um impulso que convivia com receios: que ouvido encontraria eu para as questões que me impulsionavam? Teoria e prática, seu entrelaçamento, seriam temas como esse sinceramente relevantes para aqueles que eu passaria a encontrar? Que espaço haveria? Que espaço haveria para se estar respirando, ouvindo e falando? Agora, sentada à sombra de uma árvore no meio,

bem no meio desse caminho¹, vejo quantos frutos já colhidos no processo de pesquisa para o mestrado:

Escrever vai se tornando um recurso bem mais familiar,
Ouvir é uma ferramenta que não paro de afiar,
Ser ouvida por um tempo que se aparenta longo já não dói, confio-me melhor a palavras.
Aprender mais sobre meu próprio trabalho se dará sempre e em muitos lugares. Basta que eu esteja lá.

O mundo respeita o tipo de esforço que me vê fazendo.

Meu olhar pode deixar ainda muitas camadas de moral, de pré-julgamentos, de pré-conceitos. Isso é trabalho para mais de uma vida. E a cada vez que eu veja caírem os véus que me velam o olhar, a cada vez que me aconteça, eu me verei me aproximando da compreensão de que observar humanos, ou flores, ou dias, ou tantas outras coisas - mas me parece que não todas - comparando-os como melhores ou piores, seja em relação a mim ou entre si, é uma forma tosca, grosseira, apressada, descuidada, desarticulada e inadequada de observação. Recordo meu percurso de pesquisa e vejo que me posiciono de maneira bastante fiel a essa forma de visão que prezo desenvolver! Tenho me lembrado muitas vezes! Há coisas que chegamos a pensar, a conceituar, que são como ferramentas que necessitam ser afiadas. No afiar de um formão, há um componente importante: atrito. No ato de atritar para afiar, expomos a lâmina do formão a certas pedras, não a qualquer pedra, e é fundamental que o encontro entre as superfícies da pedra e do metal do formão se dê em um certo ângulo. Não em qualquer ângulo, não com qualquer pedra. Trata-se de um atritar lubrificado, onde o encontro entre metal e pedra acontece permeado por água ou óleo. A pedra não tem interesse em lesar o metal, mas em retirar-lhe as partículas que impedem sua boa afiação. Rafael Vergara falou-me disso, referindo-se a humanos, de uma maneira interessante: “É necessário que haja uma certa fricção para que haja polimento.” Polimento sim, ferimento não, eu respondi algum tempo depois, tendo maturado em mim o que ouvira. Assim trabalhávamos juntos. Venho observando situações de desavença que podem surgir nas reuniões profissionais que frequento com muito mais calma e paciência, esteja eu diretamente envolvida ou não. Muitas oportunidades tive, em meu percurso de pesquisa no mestrado, de

¹ Refiro-me a dezembro de 2013, época de minha banca de qualificação.

amadurecer nesse sentido. As reuniões de orientação são um laboratório intenso de calar, falar, ouvir, aprendendo a se posicionar lâmina, água, óleo e pedra, confiando-se a palavras e afiando, polindo. Nas reuniões de orientação, fazemos mais do que afiar formões: nos sustentamos, sem nos aliciar, cada qual com seu projeto. Traçamos juntos um percurso de pesquisa, sem nos misturarmos, esse é nosso rigor. Como botânicos numa floresta, onde um buscasse borboletas, outro orquídeas, outro uma certa espécie de musgo. Pesquisadora de borboletas, não me interessa por musgos mas, à noite no acampamento, ao redor de uma fogueira, temos muito o que trocar, pedras e lâminas, através de um fazer comum: o pesquisar. Como olhamos, como cheiramos, como sentimos, onde nos posicionamos... é o que trocamos. E também sobre o que nos acontece – o evento, o acontecimento por dentro de nós - ao olharmos, cheirarmos, sentirmos, nos posicionarmos... E como nossos *objetos de pesquisa* são diversos – embora possamos descobrir relações entre borboletas, orquídeas e musgos - talvez por isso nos posicionemos mais próximos, cúmplices, amistosos, abraçados, experimentando uma qualidade de proximidade específica – pelo menos em minha experiência e confirmada por colegas – de tempos de mestrado. Inesquecível experiência valiosíssima! Será possível transplantá-la para outros ambientes? Essa é uma pergunta que tem me acompanhado, anda comigo, tem estado ao meu lado.

Há muitas escolas, diferentes formas de atuação nos mundos do que se chama dentro de mim *trabalho corporal*. O que temos em comum? Propomos um trabalho a humanos através de múltiplas formas de tocar, de posturas, de exercícios e movimentos variados... trata-se de um universo vastíssimo, onde convivem diversas concepções. Se pudermos transitar nesse ambiente com uma qualidade de coleguismo equivalente a esse específico de tempos de mestrado, será porque chegamos a reconhecer que temos algo em comum e isso mudará muitas coisas. Talvez já estejamos andando nessa direção, ao nos reunirmos ou sermos reunidos no campo chamado Educação Somática. Esse projeto, para o qual ainda não tenho as palavras, é algo da ordem daquilo que não se pode fazer sozinha. Esse é um fruto saboroso que colho no percurso do mestrado: a vontade de experimentar transplantar essa camaradagem específica – tão séria quanto divertida – para outros solos, outros ambientes. Há nessa proximidade específica um detalhe que nos une, além de estarmos pesquisadores e forjando relatar a mundos nossos trabalhos: fomos aceitos por uma mesma orientadora, que viu algo em cada um de nós. Deve ter visto um sistema de canais, uma possibilidade de trama de contatos. E nos juntou:

peessoas de dentro, pessoas de fora, pessoas daqui, de outro lugar, pessoas homens, pessoas mulheres... A aceitação de Kátia nos reuniu, o que lhe dá um lugar, uma posição específica em nossa reunião. E acho isso tão grande que ainda necessito celebrá-lo com silêncio, coisa nua e do coração. Reuniões... nos ocuparemos delas nesse trabalho.

Pois assim tem sido feito e assim continuará a ser feito.

As coisas simples valiosas devem ser mostradas. Para que sejam vistas, experimentadas. Para falar delas, é necessário desenvolver uma qualidade de convicência. Mostrar a graça do simples valioso. A Eutonia que cheguei a ver, a fazer, é uma coisa simples valiosa. No esforço da escrita, da leitura, da convivência acadêmica, tenho me tornado mais convincente. Ou convincente de outras maneiras. Há muitos pontos importantes, que merecem um estudo aprofundado: do que estamos falando ao falar da pele? como trabalhamos nossos ossos? nossos alunos e/ou nossos pacientes? no silêncio e/ou com música? e a palavra? Consigna², que palavra é essa? tônus ou psicotônus? neutralidade compaixão? neutralidade com paixão? o corpo é acesso ao ser? eutonia tem a ver com liberdade? espaço e tempo, palavras gastas ou experiências para se aprender a dizer delas? toque, contato, como discernir, o que fazer? a palavra é uma forma de contato? a palavra falada, cantada, contada, encantada? usar palavra com silêncio? aonde? para quem? para quem ou com quem? como falar do corpo? Bruno Latour (1999) perguntou. Respondo: Estando nele. A Eutonia é uma prática de aprendizagem de estar no corpo? De aprendizagem de estar sendo continuamente – quer se saiba disso ou não – afetado? Como falar do corpo? Respondo: Estando no corpo, confiar-se a palavras. Algumas serão - têm sido - familiares, outras chegarão – têm chegado - estranhas, novas em nós. Teremos - temos tido - que ousar usá-las.

Urdindo essa introdução, tendo já feito grande parte do texto que a segue, posso perceber como este foi sendo traçado. Parece que Roland Barthes (2012) me espreitava, enquanto eu lia *levantando a cabeça*.

² Berta Vishnivetz, argentina, criadora da primeira escola de Eutonia no Brasil, em São Paulo, usava essa palavra ao nos dar aulas. Jean-Marie Huberty, que nos dava aulas em Francês, também (consigne). Procurei no dicionário em Português e não encontrei. É um termo que foi sendo assumido como do vocabulário da Eutonia, afinal usamos também “répousser”, do Francês sem traduzir para o Português, pois Gerda, cuja língua materna era o alemão, o empregava dessa forma. Trata-se de um termo que nunca utilizo, preferindo usar indicações, por exemplo, para designar as expressões através das quais o eutonista vai transmitindo suas propostas em sala de aula.

Foi já no tempo de finalização desse trabalho que, provocada pela leitura de trechos da tese de doutorado de Luciano Bedin da Costa (2011) - *Estratégias Biográficas - Biografema com Barthes, Deleuze, Nietzsche e Henry Miller*, reencontrei Barthes, amor antigo e esquecido, lá dos meus vinte anos. Amor pouco cultivado, pois eu, que havia comprado e lido *A câmara clara*, além de *Fragmentos de um discurso amoroso*, não recordava o que fosse *biografema*.

Do mesmo modo, gosto de alguns traços biográficos que, na vida de um escritor, me encantam tal como certas fotografias; chamei a esses traços *biografemas*; a Fotografia tem com a história a mesma relação que o biografema com a biografia. (Barthes, 2014, p.39)

Trabalhando o conceito de biografema, Luciano me pergunta – sim, creio que ele fala comigo:

Ser o biógrafo regente ou um escrileitor compositor? (Costa, 2011, p.121)

Fascina-me a sensibilidade acordada que imagino que um regente necessite mas, se há algo que tenho sido ao fazer essa dissertação é uma *eutonista escrileitora*, compondo com minhas práticas corporais - utilizadas como preparatórias à escrita – e abrindo a porta para que Barthes (2012) me espreite, me observando ler *levantando a cabeça*. Em minha busca por esse antigo amor, folheio numa livraria seu livro *O rumor da língua*. Coração aos pulos, consultando o índice, encontro um pequeno capítulo chamado *Escrever a leitura*, que se inicia simplesmente assim:

Nunca lhe aconteceu, ao ler um livro, interromper com frequência a leitura, não por desinteresse, mas, ao contrário, por afluxo de ideias, excitações, associações? Numa palavra, nunca lhe aconteceu ler *levantando a cabeça*? (Barthes, 2012, p.26)

Instantaneamente revivo uma avalanche de imagens e sensações: minha cabeça se levantando para Foucault (2013), minha cabeça se levantando com Donna Haraway (1995), minha cabeça se levantando em companhia de Canguilhem (2012)... um dedo indicador sempre atento à marcação da página interrompida, a que o livro ou a cópia xerox não se feche, garantindo o voltar a ler, ou a reler, a reler, a reler... e a levantar a cabeça muitas vezes. Geravam-se notas feitas a lápis ou caneta em coloridos e finos cadernos de capa dura e, na falta destes ou de guardanapos brancos confiscados nas mesas dos cafés, em espaços em branco nos próprios livros. Antes da escrita, o preparo corporal – que será descrito em detalhe mais adiante - e assim foi se compondo essa dissertação.

Mesmo interessada na sensibilidade acordada necessária a um regente, vejo que meu lugar nesse trabalho é o de uma eutonista esrileitora compositora. Eutonista pois escolho compor expondo meu trabalho profissional, para isso usando cenas, fragmentos, breves acontecimentos, impactos duros, leves, metálicos, quentes... de múltiplas qualidades. Além disso, uso a Eutonia preparando a escrita. Esrileitora por essa experiência recorrente, infinitas vezes vivida, de me deixar avassalar, acariciar, acalmar, entusiasmar pelos autores encontrados e responder a suas palavras com as minhas. Interesse-me pela sensibilidade acordada necessária a um compositor.

Olhando meu texto, vejo que há passos que se iniciam em comentários esperançosos, expandidos, curvos, retos... ou mesmo desadjetivados, a partir de provocações feitas por algum dos autores aqui convocados. Sempre que tais autores forem citados, serão dispostos no texto de forma diferenciada, visualmente reconhecível, como lanternas sinalizadoras de caminhos.

Observo o que me acontece em contato com suas palavras, que fazem a ponte entre seus pensamentos e o meu. Lendo, relendo, recordando tais palavras, meu pensamento se abre, disposto a trocar. Impossível não lembrar as palavras usadas por Jorge Larossa Bondia:

Eu creio no poder das palavras, na força das palavras, creio que fazemos coisas com as palavras e, também, que as palavras fazem coisas conosco. (Larossa, 2002, p.21)

E, mais adiante no mesmo artigo:

Quando fazemos coisas com palavras, do que se trata é de como damos sentido ao que somos e ao que nos acontece, de como correlacionamos as palavras e as coisas, de como nomeamos o que vemos ou o que sentimos e como vemos e sentimos o que nomeamos. (Larossa, 2002, p.21)

Muitas vezes levantei a cabeça, dedo indicador marcando a página do livro, recordando experiências em meu fazer eutonista: momentos de uma sessão individual, eventos numa aula em grupo, acontecimentos na escola de formação de novos eutonistas... Não recusei as cenas que me vieram - em ressonância às palavras de meus queridos autores - de outros espaços, que não o profissional, de minha mesma vida. Todos esses trechos se apresentam em letras de formato papyrus, escolhido para sinalizar os relatos trazidas do passado, do presente e do futuro no entrelaçamento com o pensamento dos autores aqui alinhados.

Minha escrita Eutonia foi sendo composta com *pele* e *sensibilidade consciente*. Sendo feita de *pele*, é feita de *espaço exterior* e *espaço interior*, entre os quais reside a *pele*. Compõe-se também de *ossos*, pois se a *pele* nos é interface de contato entre *espaço exterior* e *interior*, os *ossos* estão na base do *volume* do corpo, *espaço interior* revestido por *pele*, em *contato* com o *espaço exterior*. Compõe-se também de *contato*, que praticamos tanto em companhia quanto a sós. *Contato* se faz consigo, através do *espaço*, em *movimentos*, com *toques* e com *palavras*. *Objetos* como varas de bambu, castanhas não comestíveis, bolas de encher e inumeráveis outros, podem permear o *contato*. As *palavras* contam como um dos recursos que o eutonista usa em suas propostas e tem me interessado vivamente! *Objetos*, *toques*, *palavras*, *transformação* e *movimentos* compõem também minha escrita Eutonia.

Se evoco os impactos que fui recebendo e continuo a receber em meu processo de familiarização, formação e atuação como eutonista, conecto-me com silêncios, com experiências singulares com o tempo e com espaços muitas vezes vividos como infinitos. Penso em sentidos internos, em ter ouvido claramente aquilo que o outro não disse, em ler em seus olhos que ele ouviu o que eu não disse. Penso em confiar-me a silêncios. Portanto silêncios, sentidos internos, experiências com formas particulares de tempo e um espaço muitas vezes infinito também compõem minha Eutonia escrita.

2 Apresentando a Eutonia

Sendo minha necessidade e meu desejo escrever sobre o corpo estando nele, faço uso de ferramentas da Eutonia preparando o momento da escrita. Utilizo: os inventários, a sequência de posições de controle e as caminhadas eutônicas pela proximidade de onde eu esteja escrevendo.

2.1 Inventários e uma história

Em Eutonia, esse termo se refere aos trabalhos de auto observação através do corpo propostos no início das aulas, o que consiste numa etapa de preparação da *qualidade de presença* para os trabalhos que serão feitos em seguida. Podem ser realizados individualmente ou em grupo. Podemos compara-los à etapa de afinação dos instrumentos que os músicos, sejam de uma banda de rock, de um conjunto de câmara, de uma orquestra... realizam imediatamente antes de tocar. Perguntei-me se esta seria uma boa comparação, porque talvez fizesse parecer que supomos que os alunos chegam desafinados, necessitando uma afinação para se colocarem em condições de fazer uma aula de Eutonia. Consultei tanto a uma amiga quanto a um amigo, ambos músicos³ sobre isso e eles me esclareceram que a afinação nem sempre é necessária porque se esteja desafinado, e sim por estarmos *em outra afinação*. Como eutonistas, não nos separamos de nossos alunos; estamos todos no mesmo barco ao ingressar na aula, na qual viajamos juntos. Quanto a estarmos desorganizados ou não, sim, observamos que parar direcionando a atenção, a sensibilidade e a capacidade perceptiva para si sem se isolar mostra-se como necessidade para muitos em nosso tempo e lugar. Num inventário, é isso que propomos: parar e auto observar-se sem se isolar, usando conscientemente as impressões que chegam do espaço exterior para perceber-se. Fazendo nada. Tempo para nada. Observando-nos, podemos viver o impacto de que, fazendo nada, apenas observando-nos, nos transformamos diante de nós mesmos. Estamos parados, deitados no chão, quietos e sentindo nosso corpo: seus movimentos internos, os movimentos de nossos tecidos cedendo, deixando-se apoiar, os bocejos e suspiros incontíveis, espontâneos. São sinais, pequenos eventos que atestam que os tecidos de nosso corpo

³ Refiro-me aos músicos Camilo Ugarte Bornstein e Alice Ramos Sena, generosos e gentis em suas respostas às perguntas que eu trazia.

respondem ao direcionamento de nossa própria atenção, a uma certa qualidade de presença. Assim como, no caso da orquestra, a afinação permite que os músicos usem seus instrumentos harmoniosamente, no caso do inventário, a - chamemo-la assim - afinação interna, pode promover a possibilidade de uma boa reunião, de um bom fazer em grupo, o que vale também para o grupo de um só com sua escrita. Boa reunião no sentido de que cada um esteja aí, responsável, em posição de responder. Não se trata de uma *reunião* onde todos falem baixinho ou sejam principalmente polidos, não, simplesmente que se esteja mais perto de si, podendo dar algo com sua própria voz. Os inventários podem ser praticados em várias posições e, inclusive, em deslocamentos pelo espaço da sala de aula. No caso de alunos iniciantes, a posição deitada no chão é interessante pela farta exposição do corpo a uma superfície de referência e apoio, o que, para muitos, favorece o trabalho de auto observação, mas temos nos encontrado também com aqueles para quem, parar para observar-se deitado, chega a ser um suplício. Procuramos propor o inventário em posições variadas, evitando assim convocar respostas acostumadas, condicionadas por parte dos alunos.

Confesso que nunca gostei desse nome – inventário - mas aprecio particularmente esse trabalho, onde o eutonista utiliza palavras para *acompanhar guiando* a seus alunos numa viagem por dentro de si, através da escuta ao corpo. Compondo com palavras e silêncios! A proporção entre esses dois ingredientes é dosada a cada encontro, a cada aula, a partir de uma certa qualidade de presença que o eutonista exerce. Há diversos percursos a serem propostos: podemos inventariar a pele, nosso tecido de revestimento, e a partir da pele o dentro e o fora de nós; podemos entrar pela observação de nossos próprios ossos, suas formas e o espaço que ocupam no espaço interior de nossos corpos. A percepção consciente de nossos ossos, nossa atenção dirigida a eles, ressona em nossos tecidos macios ao redor dos ossos? Como? Que respostas você observa em seus tecidos? Muitas vezes um inventário vai sendo composto com perguntas. As perguntas tem uma formulação continuamente pesquisada que se esquia de respostas certas, erradas, ou n.r.a., antes convidando, instigando a uma auto-observação direta, objetiva. Podemos nos aproximar pelo contorno do corpo, numa certa posição. Por exemplo, o eutonista convoca a atenção do(s) aluno(s) para o ápice de sua cabeça e vai seguindo, indicando o espaço daí até sua orelha direita ou esquerda, o contorno dessa orelha, o contorno da lateral de seu pescoço, o espaço da base do pescoço até o ombro, seguindo pelo lado externo do braço até o dedo polegar e desenhando o contorno, dedo a dedo, de

todos os dedos dessa mão, em seguida o lado interno do braço até a axila...até que se tenha percorrido todo o contorno do corpo. Isso se faz de uma certa maneira: sentindo em seu próprio corpo, sensível às respostas dos alunos, observando se estão aí, presentes no que vão fazendo, sensível ao tempo, aos silêncios necessários, às pausas... As referências citadas vão dando pistas da qualidade de presença que um eutonista emprega ao trabalhar. E se os alunos não estiverem presentes, se tiverem se ausentado? Para um eutonista, que se esquia do lugar de provocador de estados e efeitos em seus alunos, isso também é algo a ser observado.

Sendo a Eutonia uma proposição de investimento profundo em si, sem que se promova ou se necessite para isso isolamento, nos inventários, tanto o espaço da sala quanto o espaço além da sala de aula são considerados. Podemos convocar a atenção do aluno para a qualidade de luminosidade do ambiente, para os sons que chegam até seus ouvidos...para as impressões que recebe através do uso consciente de seus sentidos: os aromas que percebe, por exemplo. “Senti cheiro de rosas” podemos ouvir de um aluno comentando sua experiência com um inventário. “Mas não há rosas aqui”, poderá responder outro. Alguns olharão pela janela, conferindo as espécies presentes no jardim próximo. “É mesmo, não há rosas” E no entanto sua experiência não será negada.

Reconheço-me nas colocações de Larossa Bondia sobre *experiência*:

A experiência é o que nos passa, o que nos acontece, o que nos toca. Não o que se passa, o que acontece ou o que toca. A cada dia se passam muitas coisas, porém, ao mesmo tempo, quase nada nos acontece. Dir-se-ia que tudo o que se passa, está organizado para que nada nos aconteça. (Larossa Bondia, 2002, p.21)

Dir-se-ia que acontece tanta coisa para que não nos aconteça sentir o aroma de rosas na aparente ausência de jardins.

Essa é a objetividade que vejo na Eutonia: Sou eu, sentada aqui nessa cadeira, sentindo o chão com meus pés descalços, sentindo a leveza desse teclado com as polpas dos dedos de minhas duas mãos, ciente do meu desejo de me levantar, de sair para um passeio, reconhecendo que parte de minha atenção se projeta para os compromissos que terei ainda no dia de hoje, sentindo o aroma de rosas que aparentemente não existem, pois sequer tenho um jardim. E no entanto, delicio-me com esse aroma!

A Lenda do Chá⁴

Em tempos remotos, o chá só era conhecido na China. Ecos da sua existência tinham chegado ao conhecimento dos homens sábios e dos não sábios de outros países, e eles trataram de averiguar o que era o chá, cada grupo agindo de acordo com o que desejava ou pensava que aquilo devia ser.

O rei de Inja (“aqui”) enviou uma embaixada à China, e no palácio lhes foi servido chá pelo imperador chinês. Mas ao verem que o povo dali também bebia chá, concluíram que não era algo apropriado para seu amo, o rei. Chegaram até a supor que o imperador chinês procurava ludibriá-los, oferecendo-lhes outra coisa para beber que não a celestial bebida.

O maior filósofo de Anja (“ali”) recolheu todas as informações possíveis acerca do chá, concluindo daí que devia ser uma substância muito rara, e de uma natureza distinta de qualquer outra coisa conhecida até então. Por acaso não se referiam a ela como sendo uma erva, uma água, verde, negra, algumas vezes amarga, outras doce?

Nos países de Koshish e Bebinem, durante séculos, as pessoas trataram todas as ervas que puderam encontrar. E muitas ficaram intoxicadas e o desapontamento tornou-se geral. Ninguém trouxera a planta do chá para suas terras, portanto não podiam mesmo encontrá-la. Assim mesmo, ingeriram todos os líquidos que conseguiram descobrir, mas sem êxito algum.

No território de Mazhab (“sectarismo”), uma pequena sacola de chá era levada em procissão ante o povo enquanto este realizava seus ofícios religiosos. Mas ninguém pensou em prová-lo, pois na realidade não sabiam como prepará-lo. Estavam todos convictos de que o chá, em si, era dotado de uma qualidade mágica. Um homem sábio lhes disse:

- Derramem água fervente sobre ele, ignorantes.

Foi enforcado e crucificado, porque fazer o que ele dizia, de acordo com suas crenças, pressupunha a destruição do chá. Isso vinha a provar que tal homem era um inimigo da religião que cultivavam.

Antes de morrer, o homem sábio revelara seu segredo a alguns poucos, que conseguiram obter algo do chá e o beberam às escondidas. Quando alguém dizia: - O que estão fazendo?, eles respondiam: - É apenas um remédio que tomamos para certa enfermidade.

E assim acontecia no mundo inteiro. Muitas pessoas o viram crescer mas não o reconheceram. Foi servido a outras, mas estas pensaram tratar-se de bebida de gente comum. Estivera ainda em mãos de pessoas que o transformaram em objeto de veneração. Fora da China, só poucos realmente o bebiam, mas sempre ocultamente.

Foi então que surgiu um homem dotado de conhecimento e disse aos mercadores de chá, aos bebedores de chá, e a outros:

⁴ Idries Shah, 1976

- Aquele que experimenta, conhece. O que não experimenta, não conhece. Em vez de discorrer sobre a celestial beberagem, nada digam, mas a ofereçam em seus banquetes. Aqueles que a apreciarem, pedirão mais. Os que não desejarem repetir, demonstrarão que não estão capacitados para ser bebedores de chá. Fechem a loja das discussões e dos mistérios, e abram a casa de chá da experiência.

E o chá foi trazido de uma hospedaria a outra ao longo da Rota da Seda, e quando um comerciante que transportava jade, joias ou seda parava ali para descansar, fazia chá e o oferecia a quem dele se acercasse, conhecedor ou não do renome do chá. Assim começaram as Chaikhanas, as casas de chá, que foram sendo abertas ao longo de todo o trajeto que vai de Pequim a Bokhara e Samarkand. E aqueles que o saboreavam davam prova de conhecimento.

No início, nunca se esqueçam disto, somente os grandes e os que almejavam ser sábios é que procuravam a celestial bebida, e aí exclamavam:

- Mas isto são apenas folhas secas! Ou então: - Por que ferve água, estrangeiro, se tudo que quero é a celestial bebida? Ou ainda: - Como pode saber o que é isto? Trate de provar-me. Além do mais, a cor do líquido não é dourada e sim ocre!

Quando a verdade foi conhecida, e o chá trazido para que todos o provassem, os papéis se inverteram, e as únicas pessoas que diziam coisas semelhantes às pronunciadas anteriormente pelos grandes e inteligentes eram os absolutamente tolos. E tal é a situação até os dias atuais.

Aquele que experimenta, conhece. Como tenho usado os inventários para escrever Eutonia? Deito-me no chão, sentindo meu corpo junto a essa superfície de apoio. Sentindo meu corpo no chão, começo a observar-me pela *pele*. Essa frase me faz lembrar algo, o que me chama a atenção nessa frase? Algo que Gerda escreveu, sobre sentir e observar. Valerá a pena ir pesquisar nos livros! Por hora, persisto em meu trabalho no chão, a partir da percepção de minha pele, inventariando-a. O espaço interior do corpo também necessita de atenção. Nele, me chama a atenção especialmente a escápula esquerda. Vou sentindo-a, como se minha atenção com ela fosse uma mão abarcadora, que lhe percebe a forma detalhada, sua localização, sua articulação com a clavícula e com o úmero esquerdo. Suspendo essa escápula micramente para o teto, para longe do chão, onde a mantenho. Aguardo. O quê aguardo? Aguardo o momento em que a escápula vai voltando lentamente à posição anterior, um pouco mais próxima ao chão. Aguardo. Experimento mais vezes, novas vezes. Vou me tornando uma melhor observadora de minha escápula esquerda, sentindo quando e em que direção ela se mexe, sem lhe impor movimentos pré pensados. Observo em uma pausa. Minha atenção circula abrangendo todo o corpo. Espontaneamente percebo a ossatura de minha mão esquerda. Meu braço esquerdo vai assumindo uma nova posição, na qual os ossos das pontas dos dedos dessa

mão, se apoiam suavemente na clavícula esquerda. Penso: “mas eu estava tão interessada em fazer um inventário mais quieto, sem me mexer... Vai, experimental! Deixe acontecer! Afinal, seu corpo sempre está aí, você pode fazer de outro jeito em outro momento. Na nova posição do braço esquerdo, o úmero, lentissimamente, vai desenhando movimentos pelo espaço. Observo. Procuro me manter nesse lugar onde posso escutar o osso, dando-lhe espaço, evitando impor-lhe movimentos. Coloco-me *sujeito da experiência*, usando de uma qualidade de passividade anterior à oposição entre ativo e passivo (Larossa, 2002). O ombro e o braço direitos, apoiados no chão, beneficiam-se vivamente, seus tecidos cedendo, se instalando melhor no espaço do corpo. Após um tempo, com ambos os braços apoiados no chão, numa posição simétrica, observo. Sinto o inventário concluído, sinto-me alimentada de mim mesma, espreguiço-me e continuo minha escrita.

Qual terá sido o alimento? De que se compôs meu auto banquete? Como tema do banquete, vejo *exposição*. Sim, podemos considerar um inventário como um trabalho de exposição a si mesmo e ao chão, este último no caso de um que se faça deitado sobre o solo. Exposição como requisito apontado por Larossa para que algo nos aconteça:

O sujeito da experiência é um sujeito “ex-posto”. Do ponto de vista da experiência, o importante não é nem a posição... nem a o-posição... mas a ex-posição... com tudo o que isso tem de vulnerabilidade e risco. (Larossa, 2002, p.24)

Ao nos abirmos à experiência de um encontro conosco, corremos o risco de escapar ao tempo linear, de dias e noites enfileirados, visitando outras temporalidades, o que pode ser vivido - de acordo ao que tenho escutado em mim e em outros - como um alimento leve e nutritivo, uma brisa muita fresca que nos toca a pele ou um bálsamo suave e regenerador.

Pesquisando, encontro o trecho de Gerda sobre sentir e observar:

Sentir e observar são caminhos diferentes – é necessário que se inter-relacionem, num processo dialético. Para que a pessoa consiga um contato real consigo mesma, com o próximo e com o ambiente, é preciso que vivencie conscientemente o seu corpo, no movimento e no contato com o ambiente. Aprendi, pela minha larga experiência, em muitos países, que uma estrutura predominantemente abstrata, embora aumente a capacidade de reação intelectual, favorece, ao mesmo tempo, a tendência a antecipar, somente a nível intelectual, o resultado de um processo de trabalho, de maneira totalmente desvinculada da realidade. (Alexander, 1983, p.XI)

A medida em que vou lendo, a experiência recente com o inventário feito *vai se levantando* em mim. Encontro ressonância entre o que vivi e a fala de Gerda. Dou-me conta: existem tantas leituras quanto leitores. Como será ler Eutonia sem conhecê-la através das aulas em grupo e das sessões individuais? Como resposta, prevalece a visão que tive: existem tantas leituras quanto leitores, não apenas duas, a de quem faz e a de quem não faz Eutonia. Lembro-me de uma colocação de Gerda Alexander de que o primeiro trabalho a ser feito – e que poderia demandar muito tempo – era sobre a pele. Onde estará? Aqui está:

Por isso, a primeira tarefa, que pode levar muito tempo, é a de despertar a sensibilidade da pele e, assim, recuperar a imagem do corpo. Só então podemos desenvolver a *consciência do espaço corporal*, tão importante para a eutonia, e que abrange os músculos, os órgãos e a estrutura óssea. (Alexander, 1983, p.11)

A pele envelopa-nos o espaço interior do corpo, como superfície delimitadora que não nos isola.

Tudo aquilo que tocamos também nos toca. (Alexander, 1983, p.XII).

Dar-me conta disso é, precisamente, o que neste exato momento estou praticando: sinto o contato das pontas de alguns de meus dedos com o teclado do computador. Essa cadeira está baixa, vou ajustá-la. Decido não ter preguiça em descobrir seu mecanismo de ajuste. Pronto, muito melhor! Alívio na cintura escapular. Sinto o contato da base de minha bacia com o assento da cadeira. Escrevendo assim, ciente dos contatos que as pontas de meus dedos vão encontrando, ciente das áreas de contato entre meu corpo e a cadeira e o chão, dou-me conta da necessidade de pequenas pausas no meu teclar. Uma atitude inventariante pode conviver com seja lá o que for que estejamos fazendo. Posso fazer um inventário preparatório, antes da escrita propriamente dita e posso *sustentar uma atitude inventariante*, no sentido de monitoração constante do corpo, sentindo-o, estando conscientemente nele/em mim durante o processo da escrita. É uma experiência que vamos buscando estabilizar, esse *estar no corpo sabendo que aí estamos*.

Vou me encontrando com um ritmo próprio a mim, na escrita, hoje. O *tempo* faz parte do que estou fazendo. Sempre estamos no tempo; enquanto vivos, talvez seja a única coisa que de fato temos. Sem ter adquirido. Estar vivo é estar no tempo. Há várias maneiras de se estar no tempo. Quando me deito no chão, sentindo meu corpo, atentando para minha pele, esperando por mim para começar a escrever, vivo melhor meu tempo na escrita. Então, *Eutonia é conhecer a liberdade de se estar no tempo de várias maneiras*.

Vislumbrar essa liberdade é um fruto colhido da prática de expor-me a mim mesma, inúmeras vezes, dessa maneira. De que maneira? Parando e fazendo nada, simplesmente estando em nossa própria companhia, numa posição corporal percebida como confortável, sendo guiados por nós mesmos ou por outro, num exercício de auto observação através de nosso corpo, da posição em que estamos, das conexões por apoios diretos que temos com o chão, das sensações que experimentamos. Essa experiência varia no tempo, varia de pessoa a pessoa e as palavras usadas para seu relato também variam. Isso quando estamos acordados; quando a mecanicidade nos hipnotiza e adormece, então essa experiência parece sempre igual e repetimos palavras ao descrevê-la. Fazer um inventário não garante que acordaremos, mas há uma possibilidade de que isso nos aconteça.

2.1.1 Sustentando uma atitude inventariante ao dar uma aula

Dando aula de Eutonia para um grupo, estou de pé. Sinto o contato entre meus pés e o chão. Que chão é esse? É de madeira? Liso ou de acabamento mais áspero? Sinto o toque entre a superfície de minha pele e os tecidos de minhas roupas, seu peso, suas qualidades, suas cores. Estou vestida com um mesmo tecido em todo o corpo? Sinto minha pele lendo as roupas que estou usando. O ar hoje está parado, não entra vento algum pelas janelas, mas percebo o ar que me toca o corpo à medida em que me desloco pela sala. Eis o ar me ajudando a sentir minha própria pele. De repente uma sensação forte de calor em minhas costas: chegou um aluno atrasado e eu não havia percebido sua aproximação. Ele nem mesmo me tocou. Corrigindo-me, ele me tocou através do espaço. Outro aluno comenta uma experiência que viveu numa aula anterior. Eu me recordo, havia percebido com alegria que certa proposta da aula fora significativa para ele. Minha pele toda se arrepia, sensível à memória. Quando estou professora, ou terapeuta, muitas vezes percebo concretamente que essa atitude inventariante que o eutonista tende a exercer mais e mais, contribui para que se instaure o espaço da aula, ou do atendimento. No dicionário Houaiss, encontro um belo sentido para o verbo *instaurar*: dar início a (algo que não existia). Além de belo, o sentido é adequado ao tema dos inventários. Nos inventários, vamos aparecendo diante de nós mesmos. Alguém que se procura para estar consigo, parece ser atraente para muitos. Observo que as crianças, mas não só elas, *sentem o cheiro* desse espaço. Em minha experiência, elas tendem a se aproximar; vão se

chegando, muitas vezes se encostando em nós, pele com pele. Creio que o fator de atração seja esse processo de

“estender a consciência para a totalidade do corpo, de modo que seja possível percebê-lo por meio do tato” (Gainza, 1997, p.60),

palavras de Gerda no livro de suas conversas com Violeta de Gainza. No processo de familiarização com a Eutonia - que vivi em mim e já acompanhei em muitos - vamos descobrindo que, investindo em estar conosco estamos, ao mesmo tempo, aprendendo a estar com o outro. Em Eutonia, aprendemos a fazer *contato*, o que está diretamente ligado às qualidades da pele como ela é. Mas a pele não nos reveste um espaço vazio. Ao tocar nesse momento meu rosto com minhas mãos, sinto alguns ossos da face: os zigomáticos, na parte alta das maçãs do rosto, os ângulos inferiores da mandíbula, posso explorá-los com dez falanges distais, pois são cinco os dedos que tenho em cada mão. A forma de nossos ossos, sua localização no esqueleto, sua quantidade, fazem parte de nossa articulação com o mundo. De pé dando aula, sinto o chão com a pele das solas de meus dois pés, sinto o chão com os tecidos macios das solas de meus dois pés, sinto a conexão com o chão desde os ossos de meus dois pés. É uma conexão osso – madeira ou osso – carpete ou osso – porcelanato... onde varia a matéria do chão e varia minha percepção de meus próprios ossos. Varia a hora do dia, varia a luminosidade da sala, varia a roupa que uso, varia a quantidade de alunos... varia tudo. Em meu corpo, esse *pequeno fragmento de espaço* (Foucault, 2013), percebo no fazer *inventários* uma oportunidade de nos darmos conta de tanta variação. E de nos darmos conta de nossa ausência. O que chamo de ausência são esses estados que passamos em que “a cabeça não desliga” então, sequer sentimos o chão sobre o qual estamos deitados, pois estamos em outro lugar: na fila do caixa eletrônico ontem, no planejamento da aula a dar, na lista do mercado, no texto que pretendemos escrever após fazermos o inventário... estamos em outro tempo e lugar. Isso é diferente de momentos em que nos damos conta de que não estamos apenas onde estamos. Continuamos deitados no chão, fazendo um inventário e, ao mesmo tempo, nos vêm uma ideia de continuidade para nosso texto e, ao mesmo tempo, nos lembramos de que temos contas a pagar e, ao mesmo tempo, vemos a carinha linda de um neto dentro de nós... É uma capacidade que temos, de estar em mais de um lugar ao mesmo tempo.

Meu corpo está, de fato, *sempre* em outro lugar, ligado a todos os outros lugares do mundo e, na verdade, está em outro lugar que não o mundo. Pois, é em torno dele que as coisas estão dispostas, é em relação a ele – e

*em relação a ele como em relação a um soberano*⁵ – que há um acima, um abaixo, uma direita, uma esquerda, um diante, um atrás, um próximo, um longínquo. O corpo é o ponto zero do mundo, lá onde os caminhos e os espaços se cruzam, o corpo está em parte alguma: ele está no coração do mundo, este pequeno fulcro utópico, a partir do qual eu sonho, avanço, imagino, percebo as coisas em seu lugar e também as nego pelo poder indefinido das utopias que imagino. (Foucault, 2013, p.14)

*Corpo fragmento de espaço, corpo infinito com pele, corpo aprendizagem de ser afetado, corpo interface que vai se fazendo mais descritível à medida em que vai aprendendo a ser afetado por muitos mais elementos*⁶... esse é o corpo que inventariamos em Eutonia.

Quando a lista de compras da feira invade meu fazer inventário, cabe-me verificar se é necessário fazê-la agora. Se sim, por que não? Ou ela surgiu apenas para que eu me lembre de fazê-la em outro momento? Surgiu me conectando com a necessidade de prover-me de legumes e frutas, surgiu justamente porque parando para fazer nada vão brotando mais nitidamente as verdadeiras necessidades, muitas vezes muito simples, a necessidade de ver um cacho de bananas acompanhado por um ou dois mamões e alguns caquis na fruteira da cozinha. O que digo, é que na prática dos *inventários*, transformamo-nos inclusive em nossos pensamentos. A atenção dispensada ao corpo através dos inventários, transforma-nos em nossos tecidos, de dentro dos ossos aos pensamentos. E por isso escolho que essa prática integre meu método, para que essa dissertação seja algo que me toca, me acontece e me transforma, que me seja uma experiência.⁷

Possa eu abrir mão de desejar informações, possa eu resistir a emitir opiniões, possa eu admitir que tenho tempo, possa eu fazer por amor me desapegando de cumprir obrigações⁸, possa eu confiar-me a palavras e encontrá-las, se possível nuas, palavras do coração.

⁵ Esse grifo é meu, e o faço com satisfação ao encontrar, entre as palavras de Foucault, o corpo tratado como soberano, invertendo uma hierarquia internalizada entre corpo e alma, ou mente, ou espírito que ainda nos assombra os pensamentos.

⁶ Essas expressões são usadas, em relação ao corpo, respectivamente, por Michel Foucault (2013), Rafael Vergara (de viva voz, em algum momento entre 1983 e 2012) e Bruno Latour (1999), autores convocados a participar nessa dissertação e continuarão a ser trabalhadas no corpo desse texto.

⁷ Dar-me conta de meu percurso fazendo essa dissertação como uma possibilidade de estar fazendo uma experiência, me faz aqui expor uma frase de Larossa: “Somente o sujeito da experiência está, portanto, aberto a sua própria transformação.” (Larossa, 2002, p.26).

⁸ Aqui utilizei os empecilhos que Larossa enumera como obstrutores do acesso à experiência a muitos humanos de nossa época, que coloco em palavras também minhas: valorização da busca e do acúmulo de

2.2 A sequência de posições de controle

As posições de controle constituem uma sequência de posições que Gerda Alexander organizou com o objetivo de munir diretamente a seus alunos e, conseqüentemente, aos alunos destes, com uma ferramenta de trabalho que lhes permitisse tanto diagnosticar quanto cuidar de suas articulações e encadeamentos musculares.

Desde o início me encantou na Eutonia, essa possibilidade simultânea de conhecer e tratar. O verbo *diagnosticar*, utilizado aqui, merece um cuidado. Etimologicamente, a palavra *diagnose*, oriunda do grego, transporta o sentido de *conhecer através*. No bojo do verbo *diagnosticar* encontramos o gnóstico - aquele que conhece - reunido ao prefixo *dia*, que tem o sentido de *através*. Esse é um sentido pertinente à Eutonia, conhecer-se através de si mesmo. – O que eu preciso levar? Quando escuto essa pergunta de alguém que venha fazer uma primeira aula ou workshop de Eutonia comigo, algumas vezes respondo: “- Traga apenas a si mesmo.” Outras vezes, durante uma aula, digo a meus alunos: - Você é sua própria oficina; é em você que você se trabalha, seu corpo é seu material de trabalho. Diagnosticar tem sido uma palavra bastante utilizada por mim. Talvez pela passagem por uma escola de Fisioterapia e, também, pela longa convivência profissional com Rafael Vergara, médico. Pesquisando nos poucos escritos de Gerda, em seu capítulo sobre as posições de controle, tal termo não aparece. Em seu lugar, encontramos *ver e tomar consciência*. Trata-se do mesmo, sendo maneiras diferentes de se indicar uma mesma coisa: que o aluno se observe, dando-se conta de que observar-se é parte importante de tratar-se ou cuidar-se.⁹

Praticamos as posições de controle sentindo nossa pele, nossos ossos, nosso espaço interior, o volume de nosso corpo, suas relações com as superfícies de apoio, seu contato com o espaço exterior através dos *prolongamentos* de nossos ossos em movimento e de nosso *espaço radiante*. Gerda considerava-as como *testes de tensão*.

As posições de controle nos permitem ver se nossos músculos têm a elasticidade e o comprimento normais, condição primordial para um ótimo movimento das articulações, assim como para a postura e o movimento funcionais...Mas depois de alguma prática em eutonia, as

informações, obrigatoriedade de convertê-las em opiniões, robotização pela sensação de falta de tempo e compulsão pelo fazer. (Larossa, 2002).

⁹ No primeiro módulo do curso de Formação em Eutonia do Instituto Gerda Alexander, solicitamos aos alunos que comecem a trabalhar em seu auto-tratamento, ou auto-cuidado, que os acompanhará durante todo o processo de formação.

posições de controle oferecem, ou podem oferecer, outras possibilidades de trabalho. (Alexander, 1983, p.119)

Prolongamentos e espaço radiante, são maneiras de se trabalhar *contato* em Eutonia.

Prolongamentos: Os prolongamentos encontram-se diretamente ligados aos desenhos e às direções de nossos ossos. Podemos nos referir a uma das posições de controle como: “aquela com os braços em castiçal”. Nessa posição, deitamo-nos em decúbito dorsal, com as pernas flexionadas e as plantas dos pés apoiadas no chão e posicionamos os cotovelos apoiados no chão, alinhados com os ombros, em ângulo de noventa graus. Temos, portanto, duas possibilidades para a posição dos braços: com os dorsos das mãos apoiados no chão, quando os braços estarão “emoldurando-nos” a cabeça, ou com as palmas das mãos voltadas – quer toquem o chão ou não – para o chão, quando os braços estarão nas laterais do tronco. A passagem de uma dessas duas posições – seja qual for – para a outra, pode ser feita contando com o prolongamento dos ossos dos braços, antebraços e mãos. Nossos ossos deslizam por dentro dos tecidos brandos próximos, prolongando-se no espaço exterior. Sentimos o prolongamento além das extremidades das falanges distais de nossos dedos, mas não prolongamos apenas esses falanges de extremidade, e sim toda a ossatura dos braços e da cintura escapular. O trabalho de deslizamento dos ossos por dentro dos tecidos macios que os envolvem, necessita de preparo, que pode ser feito de diversas maneiras: o eutonista poderá propor aos alunos que toquem seus próprios ossos, localizando-os, sentindo-lhes a tridimensionalidade e o espaço que ocupam – *que lhes é necessário* - no volume de um certo segmento corporal, como o rádio e a ulna no antebraço. Em seguida, podemos solicitar ao aluno que, mantendo contato com a consciência que tem desses ossos - muitas vezes realçada pelo contato que lhes deu através de um tocar presente – experimente certos movimentos de seus braços, que poderão ser livres ou sugeridos, como uma parte da sequência de posições de controle. Podemos dizer que os deslizamentos ósseos são micro eventos simultâneos e internos a eventos de movimento mais externamente evidentes, como o deslocamento de um ou dos dois braços, no contexto de nosso exemplo.

Nos prolongamentos trabalhamos com a projeção da direção em que se encontram nossos ossos no espaço exterior. Podemos experimentar prolongamentos tanto de pequeno quanto de grande alcance. A conexão entre o corpo e o espaço exterior através de prolongamentos, frequentemente é reportada como uma experiência de sensação corporal de extrema leveza.

Espaço radiante: O espaço radiante é o espaço que ocupamos além dos limites físicos de nosso corpo. Construindo essa experiência, vamos sentindo todas as direções do espaço à nossa volta, sensível e atentamente. Se estivermos de pé: sentimos o contato através de nossos pés com o chão e além do chão, para dentro do chão; em seguida podemos sentir o espaço exterior além do ápice de nossas cabeças, registrando, a cada incursão no espaço exterior, as sensações com tais experiências. Seguimos sentindo, por exemplo, o espaço à nossa frente. Qual nossa experiência estendendo nossa atenção, nossa sensibilidade, nossa capacidade de perceber, ao espaço à frente? A cada passo, voltamos à pele e ao espaço interior do corpo, alimentando a percepção do volume de nosso corpo. Enviamos nossa atenção, nossa capacidade sensível sucessivamente ao lado esquerdo e ao lado direito do corpo, não necessariamente nessa ordem. Podemos sentir também o espaço entre nossas duas mãos: se as temos voltadas (suas palmas) uma para a outra, podemos senti-las sem o toque direto entre elas? Seu calor, seu campo radiante? Até que distancia? Elas se atraem, se repulsam, como sentimos o contato entre elas através do espaço? Podemos trabalhar deitados, em movimento, dançando, sozinhos, em dupla ou em grupo, mantendo a percepção de nosso espaço radiante. Podemos fazê-lo praticando a sequência das posições de controle.

As posições de controle são um recurso que utilizo obediente a meu método de me trabalhar com Eutonia como uma forma de preparo para a escrita desse trabalho, no sentido de me manter sensivelmente presente em meu corpo.

Recentemente, através de mensagem enviada pelo facebook, Laura Edith Adaro, colega recém formada em Buenos Aires, pela AALE - Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonia, manifestou o desejo de me conhecer em sua próxima viagem ao Rio. Eu estaria fora da cidade, mas alterei minha data de retorno para tornar possível nosso encontro, mantendo minha política de valorizar as oportunidades de contato com outros eutonistas, fortalecendo nosso coletivo na intenção de ativação e divulgação de nosso trabalho. Laura chegou, conversamos um pouco sobre nossas formações e atuais atividades e ela propôs que fizéssemos juntas a sequência das posições de controle. Foi uma experiência simples e muito prazerosa! Que interessante irmos a outro país e descobrirmos que, estrangeiros um ao outro, temos uma linguagem em comum, que partilhamos algo aprendido em nossas distintas terras natais. Fazendo, mostrei a ela uma variação na sequência, criada pela colega e amiga Luciana Gandolfo, que introduzimos em terras brasileiras. No corpo de nosso encontro, o fazer juntas as posições de controle, constituiu-se também numa etapa preparatória para o momento posterior, quando Laura ofereceu-me uma breve sessão de Eutonia. Hoje, quando

lhe solicito pelo facebook autorização para esse pequeno relato, percebo que permanece uma mútua boa vontade, ímanadas em nosso fazer parcialmente comum.

Na minha experiência com as posições de controle, seja praticando-as individualmente, em mim, ou propondo-as em sessões individuais ou em sala de aula, vejo-as como uma casca, uma aparência. Sua formalidade coloca uma espécie de restrição: não podemos fazer qualquer coisa, trata-se de fazer certas posturas encadeadamente. Num grupo, externamente, fazemos todos uma mesma coisa, mas a experiência de cada um com essa *mesma coisa* é bastante diversa, como podemos constatar ouvindo os comentários dos alunos.

Penso que as posições de controle desafiam-nos em nossos condicionamentos performáticos, nas exigências que muitos nos fazemos corporalmente a todo instante. É muito importante a indicação que constantemente empregamos de que o aluno não deve exigir-se *conseguir fazer* essa sequência de posições. Se alguma delas lhe é penosa, que isso lhe sirva de diagnóstico – que ele se conheça através disso - e que ele possa ir se trabalhando, usando amistosamente recursos acessados em seu processo de aproximação e contato com a Eutonia. O objetivo desse trabalho é que a sequência possa ser praticada amistosamente, respeitando-se limitações físicas temporárias ou duradouras, numa experiência singular de auto diagnóstico e tratamento. Amistosamente, entre amigos.

2.3 As caminhadas eutônicas pela proximidade de onde eu esteja escrevendo

Pode ser um banho, uma chuveirada. Sentir a água camínhando pela superfície de mim. Podem ser caminhadas pelo Jardim Botânico, pelas ruas próximas de minha casa, em volta da lagoa Rodrigo de Freitas... Nas águas calmas da lagoa Rodrigo de Freitas, num dia sem vento ou com pouco, vejo: zum! zum! Três barquinhos a remo deslizando rápido, rápido. A impressão rítmica é emoldurada pelo conjunto de folhas fortes da vegetação de mangue. Saudades de certas partes do litoral da Bahia! Saudade do cheiro de mangue! Em volta da lagoa, os aromas urbanos se sobrepõem ao cheiro da vegetação. Sair para passear, para que o mundo me recorde a pele e os sentidos.

Camínhando em volta da Lagoa, vou fazendo um inventário. Uso o vento para me sentir a pele. Há partes de minha pele que o vento toca diretamente, um vento quente, é a pele que me diz. Em outras partes é: vento, roupa, pele, pele, roupa, vento. E também pele, meia, tênis, chão, dentro do chão, para a sola dos pés. Levo um tempo, dedico um tempo, uso o

tempo, o tempo e o vento nesse inventário da pele. A pele me permeia o contato entre o corpo fragmento de espaço (Foucault, 2013) e o espaço em volta da Lagoa. - Como são fortes, firmes, as folhas do mangue em volta da Lagoa! Minha pele fala coisas como essas, tocando a pele das folhas.

Caminhando vou sentindo o espaço que ocupo, meu fragmento infinito de espaço envelopado pela pele (Vergara, há muitos anos e Foucault, 2013), meu volume. Caminho tocando a região do osso sacro com o dorso de minha mão direita. Lembro quando éramos pequenos e tínhamos que subir uma ladeira íngreme, ou quando a estrada em que caminhávamos se tornava uma subida forte, fazendo doer nossas panturrilhas. Volta e meia alguém brincava de ir empurrando o outro pelo sacro, com a extremidade do dedo indicador. Santa ajuda! Fenomenal! Estou na Lagoa e também ladeira acima com alguém me empurrando pelo sacro... e em meus ossos. Percebo rodada minha bacia, como se, no andar dos passos, o íliaco esquerdo sempre avançasse mais do que o direito. É uma percepção familiar, embora não constante. Vamos observar o que acontece diante de nosso objetivo observar. Foi sentindo os ossos de minha bacia em minha caminhada na Lagoa que me lembrei do relato de Laura, a colega de Buenos Aires, sobre o apoio de seus pés ao caminhar, digno de ser inserido nesse trabalho.¹⁰ “Meu corpo está, de fato, sempre em outro lugar...” (Foucault, 2013). A bacia obstinadamente se mostra rodada. Resiste. Resiste a lugares melhores e melhores maneiras de estar. - Tem espaço suficiente para meus ossos nesse meu caminhar? Uso para mim a pergunta que tenho me deliciado em usar com meus alunos. Sinto as larguras de meus pés, principalmente as partes mais largas de meus dois pés, correspondentes às cabeças dos ossos metatarsos. Hum! A largura de meu pé direito parece hoje mais tímida na exposição ao chão, mais tímida que a do pé esquerdo.

Vou caminhando e cantando, observando e caminhando, querendo nada, observando-me os ossos dos pés. Sentir-me as larguras dos pés na referência do chão, parece me ajudar os ossos da bacia a se espalharem melhor em meu espaço interior. E quando voltar para casa vou escrever sobre o encontro com Laura. Hum! Sente-se ajudada pelos pés minha bacia! Já pensou se os pés sozinhos tivessem que impulsionar todo o corpo à frente a cada passo? Vêm-me imagens engraçadas de um corpo comprido “chicoteado” para frente a cada passo, pela relação entre os pés e o chão. Esse pensamento me faz lembrar de minha cabeça. Percebo a direção de meus olhos. Deixá-los mais livres, brincar com a direção dos olhos: ando para a frente, olhando para o lado, mantendo o olhar naquele barco a remo, o que faz com que minha cabeça vá sendo girada um pouco mais, vou brincando, olhando perto, bem longe, tão longe e tão perto, para baixo, lá em cima... registrando as sensações. Que dia luminoso! Como estão brilhantes as folhas e o espelho d'água! Alguns peixes mortos, boiando, ainda brilham. Uma garça mergulha o bico pescando um peixe morto. Não a vejo soltá-lo, nem comê-lo. Perco-a de vista. Tem espaço suficiente para o volume de minha

¹⁰ O referido relato de fato será aqui apresentado em folhas futuras.

língua na cavidade de minha boca? Melhor agora. Relaxo tecidos em volta de minha mandíbula. Reconhecer o peso da mandíbula contribui para que eu sustente melhor o crânio. O espaço de orelha a orelha, ou seja, de osso temporal a osso temporal. “Como se você quisesse ir vendo seus colegas, as paredes, tudo que têm nessa sala, com suas orelhas.” Há alguns anos venho usando essa maneira de dizer para os alunos, para ajudá-los a darem melhor espaço para suas vértebras cervicais e para as estruturas que passam diante delas, por dentro de nossos pescoços: as cordas vocais e as vias para ingresso do alimento e para ingresso e evasão do ar. Escuto muitos comentários positivos a respeito: “Nossa, ver com as orelhas, achei genial! Parece que você cresce! Soltou minha língua. Sinto mais espaço no meu pescoço...” coisas assim. Respondo: - Soltou sua língua? Quando chegar em casa, dê uma olhada nessa área da língua, estruturas que passam por dentro do pescoço, o osso hioide... pode ser interessante estudar as figuras anatômicas relacionadas a uma área de seu corpo que lhe chamou a atenção durante a aula!¹¹ Uso em mim. Caminhando e vendo com as orelhas: as fachadas dos prédios, as folhas lá de cima em árvores altas, a família capivara na beirada da Lagoa... a percepção consciente das larguras de meus pés na relação com o chão continua ajudando os ossos de minha bacia a encontrarem espaço melhor. O volume de minha cabeça se vê mais presente quando estou vendo pelas orelhas. Sete aberturas, buracos duplos e um não duplo em minha cabeça: dois olhos, duas orelhas, duas narinas, uma boca. Caminhando e inventariando os sete buracos de minha cabeça. Os olhos nas cavidades das órbitas. Impactou-me quando aprendi quantos ossos formam as cavidades das órbitas (isso me lembro agora, escrevendo, não quando estava caminhando): são sete ossos compondo esse espaço que abriga: o globo ocular, os pequenos músculos que trabalham na movimentação dos olhos e das pálpebras, as estruturas fasciais, nervosas, artérias e veias correspondentes. Formam um desenho detalhado, protuberante na face, fornecendo proteção ao que abrigam. Na superfície de cada uma dessas duas cavidades, observamos rasgos e pequenos buracos redondos, são espaços de passagem, de conexão com outros espaços no interior de nossas cabeças. De volta à Lagoa: - Quantos buracos nessa cabeça, que às vezes parece preferir uma pequena rotação para a direita. Eu também me atrairia mais pelo espelho d'água da Lagoa que tenho à minha direita do que pelo barulho do trânsito à minha esquerda, digo, como se minha cabeça por um momento não fosse a minha. Ter orelhas ajuda-nos a não estarmos só na nossa frente, a habitarmos-nos os lados. Orelhas, axilas, braços em seu balanceio durante o caminhar... A cintura escapular. Conecto-me com o que existe em dois no corpo, de um lado e do outro. Outras estruturas existem em um. Osseamente, o que temos em um se encontra no eixo ao longo do esqueleto, esse endoesqueleto que gosto de trazer para passear na Lagoa. Já os ossos em dois vão se dispondo, em relação ao esqueleto axial longitudinal, aos dois lados do corpo, à esquerda e

¹¹ Nenhuma indicação, em Eutonia, é usada genericamente, para qualquer aluno, mas o eutonista está atento ao emprego de boas estratégias no acompanhamento de seus alunos no contato com os materiais teóricos, lembrando-lhes, como dizia Rafael Vergara, que os livros, assim como os mapas, não são o território, mas tem um enorme valor.

à direita. Conecto-me com o crânio, a caixa torácica e a bacia, minhas três caixas ósseas relacionadas através da coluna vertebral. Vou caminhando e alimentando o contato com meus ossos. Disposta a percebê-los, deixo que eles me venham, exponho-me a mim.

De volta em casa, sinto meus olhos, sua localização anteriorizada no volume de minha cabeça... sentada diante do computador, fecho-os por um momento. Faz-me bem sentir-lhes as partes de trás. Que sensação boa fechar os olhos e estar aí, nos globos oculares e por trás deles, sentindo a parte de trás de minha cabeça e o espaço além dela. Tudo vai melhor se arrumando! De cima para baixo, da cabeça – que é uma – até os pés – que são dois. Fazendo nada, vejo isso acontecendo. “A consciência não é uma coisa, é um processo.” William James, recordo a citação lida no trabalho de uma aluna do Instituto Gerda Alexander de Formação em Eutonía.¹²

2.4 Um inventário recuperador de ossos - gesto de interrupção - liberdade

Amanheci sem ossos. Será possível? Escorrego da cama até o chão, buscando a referência mais firme da madeira, tão querida por meus ossos, familiarizados que são com essa matéria. Sinto o frio do assoalho na manhã fresca de julho, mas meus ossos... onde estarão? Como buscá-los? Deus meu, como enfrentar o dia sem eles? Esfregando minha cabeça no chão, encontro um fragmento: ah! Sinto partes de meu occípital! Será uma janela para voltar a ter um esqueleto? Caramba! Por enquanto, apenas um pedaço de occípital. O que terá acontecido? Uma sobre implicação com a familiar idosa a quem havia atendido na noite anterior? Essa é uma entre muitas possibilidades, não nos apressemos, não se trata de entender, mas de voltar a ter ossos! Meu corpo se apresenta como um volume desossado, quase sem ossos. Como será atuar eutonista sem sentir meus ossos? Considero a questão sem moral, respondo que não sei como será. Preciso de um tempo no chão, confio-me a isso, afinal, já me resolveu tantas coisas! Dobro as pernas, preciso sentir meus pés. O dobrar das pernas me move o crânio, posso sentir que tudo continua junto, em meu corpo, mas trata-se de um tudo junto onde não me sinto a ossatura. Paciência. Dizia Rafael que é a correta percepção do tempo, a paciência. Paciência. Vou me inventariando os apoios, as partes do corpo diretamente em contato com a madeira do chão. Apresento-me ao chão e ele a mim, vamos estabelecendo uma parceria, uma troca, semelhante à relação que percebo haver entre a parte de baixo de uma bandeja e a palma da mão de um bom garçom. Ambos estão aí um para o outro. O chão está para mim? Sim, sinto que ele está aqui. Volto a mover a cabeça pelo chão. Que bom que há pouca espessura de tecido entre meu couro cabeludo e o lado de fora do occípital! Isso ajuda a sentir! Tudo aquilo que tocamos também nos toca! Esse mover do crânio vai me ajudando a sentir as escápulas. Me viro para um lado e para o outro,

¹² Da-me um grande prazer, de qualidade específica, aprender com aqueles que *estão meus alunos*.

William James, que passa tênue e brevemente por duas vezes no tapete dessa dissertação, entra na lista de autores a serem procurados em um tempo futuro.

o chão me diz que tenho costelas, íliacos, trocanteres maiores e maléolos externos e internos. Espreguiçando-me, palpo algumas áreas de meu corpo: as extremidades dos raios e das ulnas, os epícôndilos dos úmeros, as clavículas... detalhes ósseos mais próximos à superfície externa da pele. Toco-me a face, sentindo o relevo ósseo através dos tecidos macios. Paro um pouco, observando. Ainda não tenho o espaço occípital – sacro, ainda não sinto meu sacro. Deitada em decúbito dorsal, apoio minhas mãos, uma sobre a outra, com as palmas voltadas para o chão, sob o sacro. Nessa posição, com as pernas dobradas, vou empurrando o chão com meus pés, até que, em consequência, haja uma fina camada de espaço entre a bacia e minhas mãos, pela elevação da bacia. A roupa que estou usando ainda toca-me a pele das mãos, mas estas já não recebem o peso do sacro sobre elas. Sentindo-me o occípital, lentamente vou liberando, deixando voltar a bacia à proximidade e em seguida ao contato das mãos. O peso do sacro chega até a mão que está por cima, que o transmite à mão que está por baixo que, sem pretender retê-lo, o transmite ao chão e para dentro do chão. Tempo para nada. Uso comigo essa linguagem que tantos alunos me comentam gratos, enternecidos, outros entusiasmados, apreciar. Tempo para nada, sem esmagar as mãos. Experimento uma nova vez,¹³ empurrando o chão e para dentro dele com meus pés. Passo a passo, vou sentindo meu espaço occípital-sacro.

Mais uma vez, o chão me ajudou! O que mais ajudou? Parar para ver, dar um tempo para nada, usar a Eutonía como um caminho para praticar a liberdade de estar no tempo de várias maneiras.

Larossa aponta que uma atitude convocadora de que uma experiência nos aconteça,

requer um gesto de interrupção, um gesto que é quase impossível nos tempos que correm: requer parar para pensar... para olhar... para escutar... mais devagar... mais devagar... mais devagar... demorar-se nos detalhes... suspender a opinião... o juízo... a vontade... o automatismo da ação... cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço. (Larossa Bondia, 2002, p.24)

Estar eutonista é convocar a gestos de interrupção quase impossíveis em tempos que correm.

Refletindo no que acabo de viver em meu inventário recuperador de ossos, recordo Foucault:

¹³ “Nova vez” não soa muito bem, mas mesmo assim, muitas vezes prefiro empregar essa expressão, em vez de dizer “outra vez”, como estratégia para lembrar ao aluno que não se trata de uma simples repetição, que não estou propondo uma série de exercícios. Como coloca Jorge Larossa Bondia: “Se o experimento é repetível, a experiência é irrepetível, sempre há algo como a primeira vez.” (Larossa, 2002) “Outra vez” também nos serve, mas as proporções, a quantidade de vezes que usamos, no que diz respeito às palavras que o eutonista emprega em sala de aula, são muito importantes! Para que nos esquivemos, defendendo nossas cabeças com nossas mãos, de insidiosas mecanicidades, por isso necessitamos ter um bom repertório, continuamente pesquisado.

Os homens sonharam com máquinas libertadoras. Mas, por definição, não existem máquinas de liberdade. Jamais a estrutura das coisas tem competência para garantir a liberdade. Nada é funcionalmente libertador. A liberdade é o que se deve exercer, a garantia da liberdade é a liberdade. (Daniel Defert, citando Foucault, 2013, p.52).

O chão não me dá nada se eu não me deito nele, ou fico em pé nele, ou me desloco nele.

De que liberdade estamos aqui falando? Falo desse fragmento de liberdade no qual rompi uma inércia e usei uma ferramenta que tenho –meu conhecimento de Eutonia – para viajar no tempo afastada de relógios, encontrar-me os ossos e levantar-me do chão mais atenta e forte¹⁴. Foucault nesse momento falava com os arquitetos, banindo de sua prática toda esperança utópica (Defert, 2013, p. 52).

Jamais a estrutura das coisas tem competência para garantir a liberdade. Assim como jamais um espaço equipado para práticas de Eutonia com uma bela coleção de bambus, de diâmetros e comprimentos diversos, como convêm, cestas cheias de castanhas periodicamente expostas ao sol, como convêm, chão limpo, como convêm, mantas e colchonetes... nada disso garante que aí se praticará Eutonia, pois a mecanicidade é insidiosa, é preciso estar atento e forte! Em uma entrevista concedida em 1982, Foucault recorda suas obsessões pelo espaço, ao qual se refere como:

... o lugar privilegiado de compreensão de como o poder opera. (Defert, citando Foucault, 2013, p. 52).

Farejo, começo a compreender as obsessões que nos unem. É um espaço, a Eutonia é um espaço de trabalho. Um espaço de trabalho para o qual convocamos através de diversas formulações. Recentemente, convocando para um workshop centrado no tema da relação entre o crânio e a bacia, empreguei esta: “Material de trabalho: traga uma toalha de banho seca e uma atitude amistosa.” Misturando mundos? Antes afirmando seu entrelaçamento, contribuindo para o apagamento da questão Mind Body como fundamental (Latour, 1999)¹⁵. Misturando mundos? Antes colocando espaços. Uma aula de Eutonia pode começar por um reconhecimento do espaço. As palavras que o eutonista vai empregando podem chamar a atenção dos alunos para as qualidades do chão, para os vãos das janelas, para a luz que entra por elas... Que cores você vê aqui,

¹⁴ Referência ao refrão dos Doces Bárbaros: “É preciso estar atento e forte...” recém ativado em mim ao assistir ao espetáculo Helio Gabalo II – as Júlias, com a Cia dos prazeres *transpirados* em Artaud e dirigido por Lucas Weglinski, na Arena Cultural Dicró, no bairro da Penha.

¹⁵ Em páginas futuras, abordaremos essa questão trazida por Latour.

nesse espaço? Para onde olham os alunos quando falamos nas cores? Nas cores que estão por todo lugar no espaço de uma sala de aula: nas paredes, nas próprias roupas e nas dos colegas, nos objetos que o professor selecionou para usar, no azul arrasador de certos céus em julho no Rio... Que percursos vão os alunos fazendo nesse reconhecimento do espaço? Andam sempre pela mesma direção? Exploram todas as dimensões da sala? Sentem sua forma? Faz diferença na sensação com seus corpos que se desloquem por perto das paredes ou afastados delas? É pelo espaço, é por sua presença no espaço que podemos ver tanto de nossos alunos; podemos ver como se relacionam com o chão, se estão cientes dessa parceria ou não, podemos ver se já estão ali ou se ainda não chegaram, presentes com seu corpo que pode estar em outro lugar, podemos ver se lhes constrange ou interessa estar em grupo... Se para Foucault o espaço revela as operações do poder, em nós contribui imensamente para que vejamos nossos alunos. E isso importa? Sim, pois sem alunos e sem esse olhar para eles que reconhece ter que olhá-los por não acabar de sabê-los, não haveria essa aula. Encontro companhia em Foucault na prática de manter um certo espaço dentro de mim para que os alunos me sejam novos, a cada encontro, mesmo quando os conheço há mais de vinte anos. Reconhecendo a transitoriedade como constante em todas as nossas vidas. É um esforço estar adepta de tal prática, esquivando-me de *matar* a possibilidade de que encontros aconteçam, por tê-los previamente configurados em meu pensamento. Assim Foucault se coloca, em questões irmãs das minhas, nesse dialogo:

- Mas o senhor sempre nos “impediu” de falar sobre o sujeito em geral.
- Não, eu não “impedi”. *Talvez tenha feito formulações inadequadas. O que eu recusei foi precisamente que se fizesse previamente uma teoria do sujeito... Era certamente necessário que eu recusasse uma certa teoria a priori do sujeito para poder fazer essa análise das relações possivelmente existentes entre a constituição do sujeito ou das diferentes formas de sujeito e os jogos de verdade, as práticas de poder etc.* ¹⁶

Na continuidade da mesma entrevista, leio Foucault se referindo a sujeito como uma forma,

...e essa forma nem sempre é, sobretudo, idêntica a si mesma. Você não tem consigo próprio o mesmo tipo de relações quando você se constitui como sujeito político que vai votar ou toma a palavra em uma

¹⁶ Trecho de “A ética do cuidado de si como prática da liberdade”, entrevista de Foucault com H.Becker, R. Fornet-Betancourt, A. Gomez-Muller, em 20 de janeiro de 1984, Concórdia. Revista internacional de filosofia, nº 6, julho-dezembro de 1984, PS.99-116. O grifo é meu.

assembleia, ou quando você busca realizar o seu desejo em uma relação sexual. (Foucault, 2004, p. 274 e 275)

Algumas conexões se fazem instantaneamente em mim, nessa leitura que faço *levantando a cabeça* (Barthes, 2012) - *gesto de interrupção* (Larossa, 2002) - recordando conversas com Rafael Vergara sobre flexibilidade de atitude, sobre a necessidade de utilizarmos distintos registros de linguagem de acordo às situações em que estejamos engajados. No início de nossas conversas, eu reagia mal às colocações de Rafael, por considerar uma espécie de arrogância pretender saber como comunicar-me com o outro. O tempo foi passando e, curioso, hoje em dia acho capital esse cuidado. Onde eu via arrogância, exerço cuidado. O cuidado de observar-nos, a mim e a outros. Na verdade, por baixo – ou por trás - do que era categorizado como arrogância, havia preguiça, omissão, egoísmo, timidez, medo, camadas e camadas obstrutoras da comunicação. Nos tempos que correm, pratico melhor uma responsabilidade em minhas conexões. Ainda erro muito!

Na linguagem que empregamos em Eutonia, eu poderia traduzir esse exercício de *responsabilidade com as conexões* que se tem, onde modulamos nossa qualidade de presença considerando o contexto da situação na qual estejamos imersos, por *habilidade para fazer contato*, por *flexibilidade de tons*.

2.5 Contato

Considerar o contexto de uma situação implica, num fazer eutonista, num uso consciente dos próprios sentidos, compreendendo-os em sua reunião mais do que como captadores isolados, onde os olhos lessem luz, o nariz aromas etc... A reunião de nossos sentidos, que extravasa em potência de captação sua simples soma, nos equipa para uma percepção rica, multifacetada dos espaços, captando-os tanto em sua materialidade quanto em suas qualidades sutis, vibracionais.¹⁷

¹⁷ Qualidades vibracionais são aquelas que nos afetam embora nossos sentidos externos não acusem nada como causador da interferência: sinto medo ao cruzar uma esquina, mas não vejo um cão raivoso, ou um humano em atitude ameaçadora, nada... O que será? Talvez porque esteja escuro, ermo? Não, não me assusta por ermo ou escuro e, no entanto, sinto-lhe uma vibração de medo. Ou: sozinha, após uma caminhada por um bosque em pleno outono, entro no castelo de Praga, chego a uma certa sala, gosto de estar aqui! Sento-me ao pé de uma janela. Que espaço tão grande e tão bonito, com seu chão de grandes pedras e os enormes vãos das janelas! Está quase vazio, mas vejo-o cheio de gente dentro de mim. No livrinho explicativo, com orientações para a visita, leio que se trata da “sala dos cavaleiros”, onde estes

Entro numa sala onde, em alguns minutos, começarei uma aula. É grande, eu a conheço há muitos anos, mas, a cada vez, exponho-me a recebê-la dentro de mim e deixo-a dentro de mim junto à lembrança dos alunos que compõem a turma com a qual trabalharei. Caminhando pelo ambiente, vou sentindo. O ar está frio, embora faça calor do lado de fora. Há muita luz, pela incidência dos raios solares nas fachadas brancas de prédios próximos. Há muitas janelas, vou experimentando qual abrir, qual fechar, com os alunos e a sala também dentro de mim, preparando o espaço, ajustando temperatura e luz e algo mais, instaurando o espaço da aula. Há alguns objetos esquecidos, provavelmente deixados por quem tenha estado em uma aula anterior. Recolhê-los? Juntá-los? Deixá-los exatamente onde estão? Cada vez é uma vez. Os alunos vão chegando. Aquele parece precisar de tempo para mandar mensagens, silenciar o celular, um outro vai chegando tímido, talvez oferecer-lhe uma palavra, um aceno de longe, um sorriso? Cada vez é uma vez. Esses outros sempre se juntam e criam um núcleo ruidoso, que muitas vezes dificulta o início do trabalho. Ouvi-los? Entrar no grupinho ruidoso? Se me posiciono aqui, não verei nada, a luz que invade a sala me cega; se me posiciono lá e eles forem se colocando de frente para mim, ficarão desconfortáveis com o excesso de luminosidade. Escolhendo o lugar. Chegaram quase todos. Algo me detém na intenção de começar a aula propondo que caminhemos pelo espaço. Algo me diz para ouvi-los, para perguntar se necessitam comentar o trabalho que temos desenvolvido. Assim começamos, sentando-nos. Um aluno sentado ao meu lado esquerdo vai falando longamente, comentando sua experiência. Escuto-o olhando em seus olhos, com a cabeça virada em sua direção. Percebo o clima interno da turma atenta e um retardatário que faz barulho ao entrar. Os músculos de meu pescoço reclamam da posição mantida, vou virando minha cabeça devagar, não é necessário estar olhando-o para ouvi-lo. A conversa inicial se estende um pouco. Chega um momento em que parece “desandar”, estamos na eminência de nos esquecermos do que viemos aqui fazer. “Ok, pessoal, vamos de pé!”, convoco o grupo para iniciarmos a aula, embora esta, de fato, já tenha começado há algum tempo. É um sentido de tempo, justamente, uma sensibilidade que se dirige também ao tempo, o que estivemos praticando.

Na cena anterior, existem pistas sobre a habilidade de fazer *contato*.

A eutonia faz distinção entre tato e contato... Enquanto através do tato permanecemos na periferia da pele, pelo contato ultrapassamos conscientemente o limite visível de nosso corpo(3).¹⁸ Através do contato

entravam montados em seus cavalos para resolver disputas diante do rei. O que será? A fatura de pedras, material que aprecio? As dimensões das janelas? As memórias guardadas por essas paredes, histórias de outros tempos vividas aqui? O delicioso anonimato de férias em um país estrangeiro? Sim, tudo isso, mas por que exatamente essa sala e não qualquer outra entre tantas desse enorme castelo? E por que na tarde desse mesmo dia, visitando um sebo, ao abrir ao acaso um livro de fotos do castelo de Praga, abro-o justamente na página da foto da “sala dos cavaleiros”? Por que é essa a pequena história que escolho em minha biografia para relatar aqui, escrevendo sobre as qualidades vibracionais que nos impressionam o tempo todo?

¹⁸ Essa nota de rodapé transcreve a nota de número 3 do trecho citado: “O fenômeno do contato medido com o dermamômetro do professor Regelsberger (Siemens), determina, segundo o professor Steitz, de

incluímos em nossa consciência o campo magnético perceptível e eletricamente mensurável do espaço que nos rodeia. É assim que podemos ter um contato real com os seres humanos, os animais, as plantas e os objetos através de sua “fronteira” exterior, mesmo quando não os tocamos diretamente... (Alexander, 1983, p.17 e 18)

Em português, talvez sejamos convidados a compreender contato como: tato mais algo mais. A mim já aconteceu. Mas acho significativo observarmos que não encontramos uma relação equivalente entre esses termos no idioma alemão, língua materna de Gerda, onde temos, respectivamente: *berührung* e *kontakt*, segundo nota do editor no volume consultado.

Como um exemplo de fenômeno de contato, trago o seguinte relato: após férias de um mês, em um verão, voltei a frequentar as aulas de dinâmica muscular dadas pelo professor Ceme Jambay. Foi na primeira aula que se passou o que venho aqui relatar. Durante a aula, que na sua apresentação externa é uma aula de chão, como se diz no meio do ballet e da dança, ia fazendo os movimentos que o professor ia indicando e chamou-me a atenção que, em muitos momentos, eu via imagens de cachorros, dentro de mim. Eu não tinha ideia do que aqueles cachorros estavam fazendo ali, dentro de mim, durante a aula. Não era agradável nem desagradável, era apenas estranho, estrangeiro e eu continuei vendo-os, sem afastar tais imagens. Ao final da aula, antes que a turma se dispersasse, Ceme comentou que, naquelas férias, havia ido visitar uma irmã em Curitiba e que esta tinha um cachorro, o qual ele havia estado observando. E fez comentários sobre como o cachorro ao se deitar se deita de fato, se entregando ao chão e como pode passar rapidamente de estar totalmente entregue a uma atitude de alerta, com todo o corpo em prontidão – não apenas suas orelhas – ao ouvir um ruído que muitas vezes nós, humanos, sequer ouvimos. Nesse momento compreendi de onde haviam vindo os cachorros que estiveram comigo durante a aula. Ao me conectar com o professor através de sua voz, que ia indicando as posições e movimentos que nós, alunos, deveríamos ir fazendo, conectei-me também com suas lembranças da viagem recente, quicá internamente evocadas em imagens por ele. As experiências vividas por um professor, as imagens através das quais ele as evoca, podem também ser compartilhadas com seus alunos, fazendo parte do processo de troca de conhecimento. O que esse episódio me mostra é a necessidade de estarmos atentos a como, através de que, aprendemos algo.

Munique, uma mudança específica na resistência elétrica da pele.” Considero a transcrição da nota relevante, por evidenciar a atitude de Gerda no sentido de incluir informações de caráter científico na exposição de seu trabalho. Observemos que, no mesmo livro, em página anterior às citadas, Gerda escreve: “Certamente a eutonia não se teria desenvolvido, se tivéssemos esperado as explicações científicas dos seus fenômenos antes de verificarmos, em nós mesmos, os efeitos revolucionários de um novo acesso a uma realidade multidimensional.” (Alexander, 1983, pg.XIII)

2.6 Tônus

Quanto à *flexibilidade de tônus*, vamos passo a passo: como explicação para tônus, em um bom livro de fisiologia, podemos encontrar:

Mesmo quando os músculos estão em repouso, persiste certo grau de resistência à palpação. Isso é chamado de *tônus muscular*. (Guyton & Hall, 1997, p.76)

Sobre isso, Gerda faz uma reflexão tão simples quanto interessante:

Essa definição indica que o músculo está sempre em atividade, mesmo quando isso não é traduzido em movimentos ou gestos. Nesse caso não se trata da atividade motora, no sentido mais frequente da palavra, mas sim de uma manifestação da função tônica. Essa função tônica tem a propriedade de regular a atividade permanente do músculo, que condiciona nossa postura e faz com que a musculatura esteja preparada para responder rapidamente às múltiplas solicitações da vida. (Alexander, 1983, p.12)

Dar-se conta de que, em um corpo vivo, o músculo está sempre em atividade, pode ajudar-nos a contar além de dois, percebendo que as possibilidades de experiências em nosso sistema motor são mais do que apenas tensão e relaxamento, ou repouso e movimento.

Gerda dedica poucas páginas – menos de quatro – ao conceito de tônus em seu livro, suficientes para nos lembrar a relação íntima entre este e nossos estados e variações emocionais, bem como para referir-se às transferências tônicas. Estamos expostos o tempo todo a influências sobre nosso tônus; conhecemos as variações que podemos experimentar assistindo a um filme dramático e a uma comédia bem feita, participando em reuniões inflamadas, balbuciando para um recém-nascido, apaixonando-nos, torcendo por um time de futebol... Variações tônicas são bem vindas e, segundo Gerda:

...é importante que o indivíduo saiba permanecer dono de seu tônus para poder resistir às influências que julgue nocivas a seu próprio equilíbrio. (Alexander, 1983, p.13)

Tais influências podem vir tanto de nosso espaço interior quanto do exterior. Quantas vezes precisamos resistir a nós mesmos, ao impulso de enveredar por caminhos mentais estreitos, onde dificuldades se mostram paradas, sem mostrar resoluções, ou mostram apenas duas, ambas insatisfatórias? Quantas vezes resistimos ao novo, insistindo em trilhar os mesmos caminhos, velhos conhecidos habituados, condicionados, numa espécie de fixação tônica, seja em tônus alto, baixo ou médio? Sempre saímos correndo,

atrasados ou não, presos ao pensamento de que não temos tempo ou sempre estamos nos poupando, nos protegendo, chegando depois, presos ao pensamento de que não vale a pena arriscar, se expor ou sempre cumprimos medianamente o que a vida nos impõe, sovinas com nossa capacidade de dar mas não ao ponto de nos metermos em maiores encrencas. Tanto faz. Em Eutonia, chamamos a capacidade de passar por variações tônicas de *flexibilidade de tônus* e observamos que, através do corpo, trabalhando-o de certas maneiras, podemos desenvolver essa capacidade.

2.6.1 A palavra tônus e a palavra eutonia

A palavra *tônus* encontra-se dentro do termo que Gerda aceitou para nomear o seu trabalho, a Eutonia. Respondendo a uma pergunta sobre o significado exato da Eutonia, ela responde:

Em grego, ‘eu’ significa ‘bom, harmonioso’ e no latim ‘tonus’ significa ‘tensão’. Então ‘eutonia’ significa ‘tensão equilibrada’. (Alexander, 1983, p.84)

O termo Eutonia surge em 1957, proposto a Gerda pelo Dr. Alfred Bartussek, seu frequente interlocutor em conversas sobre suas pesquisas do corpo e do movimento. No único livro escrito por Gerda, há um apêndice – Histórico sobre o termo eutonia - escrito pelo Dr. Bartussek. O livro de Gerda, originalmente escrito em alemão em 1976, teve uma primeira versão para o francês em 1977. Foi em nosso volume em francês, uma terceira edição, que fizemos a primeira leitura desse relato. Apresentamos abaixo a passagem pesquisada, também em tradução livre feita por nós:

Não é suficiente, para vencer as perturbações, suprimir as tensões; é necessário equilibrar o tônus nos músculos e nos sistemas nervoso e sanguíneo. Poderia-se chamar “normotonia” a esse estado de tonus equilibrado. Mas o termo “normal” perdeu há muito tempo o sentido de natural e em ordem em todos os aspectos, inclusive o de saúde. O que se chama normal em nossos dias corresponde a uma norma média – infelizmente - frequentemente distanciada de um estado harmonioso e equilibrado. Não se aplica mais ao estado ótimo das funções e do desenvolvimento do organismo. É por isso que o termo “normotonia” não é satisfatório para o método de Gerda Alexander, seus efeitos e seu objetivo”.¹⁹

¹⁹ “Il ne suffit pas, pour vaincre les perturbations, de supprimer les tensions, mais d’équilibrer le tonus dans les muscles, les systèmes nerveux et sanguine. On pourrait appeler “normotonie” cet état de tonus équilibré. Mais le mot “normal” a perdu depuis longtemps son sens de naturel et en ordre dans tous les

Na continuidade do texto, Bartussek relata que, em 1957, em Friburgo, na Alemanha, propôs a Gerda que, referindo-se a seu trabalho, falasse em termos de *regularização de tensões*, e não mais de relaxamento (*relaxation*) e apresentou-lhe o termo eutonia para nomeá-lo, o que foi aceito por Gerda.

Nada como ter amigos! Apresentar um trabalho corporal como relaxamento ou como regularização de tensões faz muita diferença! Em contato com a expressão *regularização de tensões*, nosso pensamento se abre a muitas coisas, a mais do que duas! Já em contato com o termo relaxamento, a chance de respondermos: tensão, relacionando-nos com apenas um par de opostos, é bastante grande!

Estamos em 2014 e, recentemente, dando uma aula em grupo, propus um trabalho em dupla - relacionado ao que havíamos feito no tempo inicial da aula: Os dois ficavam de pé e um posicionava uma das mãos sobre o esterno do outro, no centro de seu peito, e a outra mão nas suas costas, na altura da coluna torácica, entre as escápulas. Tratava-se apenas de que ambos estivessem aí, percebendo esse espaço: do esterno às torácicas e vice-versa. Observando as duplas, vejo que uma das alunas trabalha com seus joelhos um pouco dobrados, o tempo todo. Às vezes essa atitude vêm, já observei em vários alunos, na tentativa de melhor ajuste entre as alturas dos dois que trabalham juntos; não era o caso. Então perguntei: Por que não estende seus joelhos? A resposta veio tranquila e espontânea: - Ah! É que não quero passar nenhuma tensão para ela e assim me sinto mais relaxada. Então propus que ela experimentasse, pesquisasse, como poderia, estendendo seus joelhos, se fazendo mais presente nas suas mãos, observando os espaços dos punhos, a maneira como posicionara os braços, suas axilas, todo o espaço de sua cintura escapular, alimentando um bom contato com o chão através de seus pés... enfim, dê-lhe referências para trabalhar na proposta de maneira mais profunda, mais lenta, mais detalhada, talvez encontrando - o que não disse a ela - a oportunidade de abandonar a pobreza de apenas duas referências onde: joelhos fletidos significam uma atitude mais relaxada e joelhos estendidos cursam com o risco de transmissão de tensões próprias ao colega. A vida pode ser muito mais rica do que apenas isso e esperamos que aulas de Eutonia sejam experiências também divertidas! Depois de muitas coisas que eu via mas não dizia - por uma escolha consciente - a ela, uma sim eu disse: - Além do mais, acho que está na hora de pararmos com essa demonização da palavra tensão, o que a fez rir!

Segundo a própria Gerda (1996, p.202), foi em 1959, em Copenhague, no primeiro "Congresso internacional para o relaxamento das tensões e o movimento funcional"

domaines, y compris celui de la santé. Ce que l'on appelle normal de nos jours correspond à une norme moyenne - hélas! - trop souvent éloignée d'un état harmonieux et équilibré. Il ne s'applique plus à l'état optimal des fonctions et du développement de l'organisme. C'est pourquoi le mot "normotonie" n'est pas satisfaisant pour la méthode de Gerda Alexander, ses effets et son but." (Alexander, 1996, p.197)

organizado por sua escola com a colaboração do ministério dinamarquês de Educação que o trabalho da Eutonia foi apresentado pela primeira vez. Esse congresso reuniu quinhentos especialistas vindos de vinte e dois países diferentes, que tiveram a oportunidade de conhecer tanto a Eutonia de Gerda Alexander, quanto os trabalhos de Rosalia Chladeck, Moshe Feldenkrais e Charles Neil, discípulo de Mattias Alexander, entre outros. Os documentos desse congresso foram reunidos num volume intitulado Eutonia, que foi editado por Karl F. Haug em 1964, o que tornou o termo Eutonia publicamente conhecido. Com o congresso de Copenhagen, Gerda esperava gerar um documento que reunisse as diferentes pesquisas e experiências práticas que estavam sendo feitas, de modo a encontrar os fundamentos de um trabalho comum. Na visão de Gerda, esse material poderia ser colocado à disposição das diversas escolas de formação e também ser submetido a uma apreciação científica. Gerda lamentava que esse projeto nunca tivesse ido adiante.

2.7 Respostas a uma pergunta de Gerda Alexander

Na mesma edição do livro de Gerda com a qual estou trabalhando no momento dessa dissertação, encontro reflexões conclusivas que ela fez, considerando sua trajetória de cinquenta e cinco anos de pesquisa na pedagogia e terapia da Eutonia. Gerda (1996, p. 204) se dá conta de que tudo começou com sua pergunta sobre o que era o *movimento natural*. Cito as respostas que vieram para ela, em livre tradução feita por mim:

- Uma educação do movimento que não se baseie na imitação do movimento de outros.
- Uma liberdade ótima dos movimentos articulares baseada no comprimento normal dos músculos em repouso. Teste objetivo: as posições de controle (desenvolvidas em 1930-32).
- A importância de um relaxamento consciente das tensões para se recuperar em períodos curtos de repouso ou sono. A capacidade de utilizar a quantidade adequada de energia para uma força máxima sem esforço excessivo (baseado no reflexo postural, na estrutura óssea, na adaptação tônica, numa circulação ótima e na respiração autônoma).
- A importância das direções claras e dos prolongamentos no espaço para igualar o tônus dos músculos sinérgicos. A adaptação tônica serve a toda comunicação social, que não se limita ao aspecto intelectual da compreensão, mas inclui a faculdade de sentir o outro.
- A importância de uma imagem do corpo completa.
- A diferença entre tocar e contato.

- A experiência do espaço interior em relação com o espaço exterior, pela improvisação só, em dupla ou em grupo.
- A importância da forma como necessidade humana essencial. A partir da improvisação, uma forma definitiva pode ser repetida e desenvolvida.
- A neutralidade no respeito ao espaço do outro.

Essas etapas, para uma consciência do próprio organismo em sua relação com o meio ambiente, abrem a porta à descoberta da unidade psicossomática e espiritual de cada um em sua globalidade, não apenas durante os exercícios mas em todas as situações da vida cotidiana.^[2]

-
- [19] - “Une education du mouvement qui ne repose pas sur l’imitation du mouvement des autres.
 - Une liberté optimale des mouvements articulaires fondée sur la longueur normale des muscles au repos. Test objectif: les positions de contrôle (développées en 1930-32)
 - L’importance d’un relâchement conscient des tensions pour récupérer en de courtes périodes de repos ou de sommeil. La capacité d’utiliser la quantité d’énergie adéquate pour une force maximale sans efforts excessifs (fondé sur le réflexe postural, la structure osseuse, l’adaptation tonique, une circulation optimale et la respiration autonome).
 - L’importance des directions claires et des prolongements dans l’espace pour égaliser le tonus des muscles synergiques. L’adaptation tonique sert toute communication sociale qui ne se limite pas à l’aspect intellectuel de la compréhension, mais inclut la faculté de ressentir les autres.
 - L’importance d’une image du corps complète.
 - La différence entre toucher et contact.
 - L’expérience de l’espace intérieur en relation avec l’espace extérieur, par l’improvisation, seul, avec partenaire et en groupe.
 - L’importance de la forme comme besoin humain essentiel. À partir de l’improvisation, une forme définitive peut être répétée et développée.
 - La neutralité dans le respect de l’espace de l’autre.

Ces étapes vers une conscience de son propre organisme et sa relation avec son environnement ouvrent la porte à la découverte de l’unité psychosomatique et spirituelle de la personne dans sa globalité, non seulement durant les exercices mais dans toute situation de la vie quotidienne”.

3 Contando além de dois

Toda a minha escrita no percurso do mestrado foi sendo impulsionada pelo esforço consciente de contar além de dois. Dicotomia, no mundo da ciência astronomia, nas páginas de finíssimo papel do dicionário Houaiss da língua portuguesa, é uma palavra que se refere a um planeta ou satélite quando se apresenta dividido ao meio, metade claro, metade escuro. Não é que não exista, apenas não está sendo visto. Esclarecedor! Um astro celeste dicotomizado é um corpo que, existindo inteiro, esta sendo visto como metade. Saber que existem coisas no escuro, lembrar que existem coisas onde não vejo nada, aceitar que aconteçam coisas onde eu não esteja... Testemunha modesta, responsável. Saberes localizados. Essas - modesta testemunha responsável, saberes localizados - são palavras usadas por Donna Haraway (1995) que me *tocam*. Esse é um critério empregado na escolha que fui fazendo dos autores convocados a estarem comigo nesse trabalho: algo que se acende em mim diante de certas palavras que utilizam; um apreço, uma forma de amor, um cuidado que vejo em seu trato com elas. Um trabalhar ciente de que palavras *tocam*. E confiar-se a palavras, se possível fosse, nuas, palavras do coração, como nos tocou Derrida (2011).

Em minha prática como eutonista, sei em minha própria carne (e onde mais saberia?) que as palavras que uso no consultório e em sala de aula tocam percursos no tempo, se encontram com histórias, são ouvidas por olhos que se arregalam, outros que brilham, alguns que se esquivam... são ouvidas por corações que se aceleram ou se mantêm impassíveis no ritmo de seus batimentos.²⁰ As palavras que uso, às quais me confio, ora recebem dos alunos respostas imediatas, ora na aula seguinte, ora muito tempo depois... E sem dúvida faz já algum tempo que sei que um silêncio também é uma forma de resposta.

Cada um dos autores por mim convocados foi ocupando o espaço que lhe correspondia – relacionado ao que cheguei a acessar de seus saberes – no corpo desse trabalho.

²⁰ A menção que faço a variações fisiológicas no contato com palavras, me lembra um trecho de uma frase do neurocientista colombiano Rodolfo Llinás: "...às vezes não se dão conta que uma palavra é como uma injeção de um fármaco." (em www.cerebromente.org.br/no6/opinião/llinas.html)

3.1 Uma trança com Donna Haraway e Isabelle Stengers. Objetividade e interesse

Lendo Donna Haraway, numa mesma página encontrei:

amistoso... liberdade... sofrimento... felicidade... precisamos de uma rede de conexões para a Terra... a possibilidade de um futuro... esperança... (Haraway, 1995, p. 16)

Levanto a cabeça. Essas palavras ressonam em mim como palavras muito antigas... há nelas um certo tom de universalidade... extremamente atraente quando usado por alguém de palavras tão provocativas e instigantes como Haraway. Ela, que reside em mim como capaz de imagens cáusticas, irônicas, sem abrir mão de usar a palavra amor. Sim, o tempero de sua comida me apetece!

Essas palavras me remetem a um lugar longínquo, embora muito perto, para onde seres honrados migram, para se encontrar e trocar coisas valiosas entre si. Esses seres honrados que viajaram para se encontrar, vêm dos mais distantes lugares.

Certas palavras são como pássaros, nos fazem olhar para o alto e para longe, recordando viagens, experimentando a ativação de músculos próprios ao voar.

Eu me interessei por Donna Haraway. A propósito de *interesse*, diz-nos Isabelle Stengers:

A palavra interesse tem raízes latinas bem interessantes: “inter esse”, “estar entre”. E, no fundo, nós bem sabemos, “o interesse interessa”, ele é um vetor, um propagador. Se vocês me escutam com um mínimo de interesse, é na medida em que eu estou interessada pelo que eu digo. Eu sustento que, para um cientista é uma questão de vida ou morte, *enquanto cientista*, interessar. (Stengers, 1990, p.100)

Sei em minha própria carne - aprendi em milhares de vezes – que pode ser como um fogo que se alastra em um mato muito seco, o interesse que sentimos por algo que expomos a nossos alunos em sala de aula. Interessar tem parentesco com atuar com convicção.

Esse foi um critério empregado nesse trabalho: escolher autores pelos quais eu me interessasse, com os quais vibrasse! Os autores pelos quais me interesso, me parecem ver através de uma imensa redoma que reveste mundos que se vendem completos mas além dos quais há muito mais... Sua companhia me fortalece em tempos adversos, me anima em tempos de vento a favor e na calmaria, aguardamos reunidos. Nossa proximidade se dá através de passagens de seus trabalhos que cheguei a conhecer.

Como Stengers que, após nos escrever sobre *interesses*, alerta-nos que:

...convém ser crítico, isto é, *dar um alcance prático* ao que lhes contei. (Stengers, 1990, p.105, grifo meu)

São pequenas pérolas recuperadoras de minha cabeça, a qual levanto. Levantar a cabeça em certas leituras é como incliná-la em agradecimento ao autor. Agradeço ser lembrada que ser crítica pode ser *dar um alcance prático a algo*.

Mas, e as palavras de Donna Haraway, que *afinidade* encontro nela através delas com o projeto desse meu trabalho?

Vejo em Donna - que nos propõe construir *afinidades eficazes* (Haraway, 2009, p.51) - a necessidade de posicionar-se com objetividade – uma necessidade tão forte quanto a que eu experimentei em criança de aprender a usar o garfo e a faca, aumentando minha coleção de ferramentas, no intuito de me equipar melhor para o embate com o mundo. Objetividade como ferramenta. Em seu texto Saberes Localizados, diz ela:

O imaginário e o racional – a visão visionária e a objetiva – circulam bem juntos. Creio que a proposta de Harding a favor de uma ciência sucessora... deve ser lida como um argumento de que este encontro entre o elemento fantástico de esperança por um conhecimento transformador e o controle rigoroso e o estímulo de uma firme avaliação crítica reiterada são, em conjunto, a base de qualquer proposta crível de objetividade ou racionalidade não crivada por negações e repressões de tirar o fôlego. (Haraway, 1995, p.24)

Ciência sucessora. O que está por vir? O que sucederá? O que será que me dá, que dá dentro da gente²¹... Novas formas de fazer ciência, é a conexão que faço com essa expressão. Existem coisas por fazer, coisas novas. Coisas que moram além da redoma do imenso mundo fechado onde tantas vezes nos colocamos. Coisas de um mundo onde imaginação e racionalidade funcionam juntos. *Novamente* escuto as palavras de Isabelle Stengers:

Procurem, na formação científica, nas regras da instituição, nos tipos de interesse que as ciências suscitam ou que elas mesmas tentam construir, nas leituras epistemológicas, o que cria obstáculo para nossa atenção: é aí que encontrarão o poder no sentido em que ele se opõe ativamente ao risco, à pertinência, à questão do novo. (Stengers, 1990, p.172)

As palavras acima são as últimas da última página do livro Quem tem medo da ciência? de Stengers, em cuja primeira página, em capítulo intitulado: “Não se apressar”, podemos ler:

²¹ São versos de uma canção de Chico Buarque de Holanda.

Quando disser “poder” não se deverá ter o reflexo condicionado: “poder = dominação = mal”, etc... Existem traços comuns entre o poder de contar átomos, o poder de enviar homens à lua e o poder do Fundo Monetário Internacional, por exemplo, mas fazer desses traços a verdade única só interessa àqueles que, graças a isso, podem não se interessar pela singularidade do poder nas ciências e preferem a noite onde todos os gatos são pardos. (Stengers, 1990, p.13)

A *ciência sucessora* de Harding trazida por Donna Haraway me interessa por sua proposta de *objetividade*.

A objetividade feminista trata da localização limitada e do conhecimento localizado, não da transcendência e da divisão entre sujeito e objeto. Desse modo podemos nos tornar responsáveis pelo que aprendemos a ver. (Haraway, 1995, p.21)

Objetividade pode ser sair para caminhar a noite levando uma boa lanterna que nos ajude a ver a cor de cada gato que nos cruze o caminho. Em minha experiência profissional, quando *estou no coração com* meus pacientes/alunos, é quando vou me fazendo objetiva. Objetividade – *estar no coração com* - é o caminho que vou fazendo que, enquanto estou dando passos, véus vão caindo, se retirando desse meu olhar que quando encontra o outro fala de umas coisas que eu nem posso acreditar²²... Objetividade pode cursar com música e, no fazer de um eutonista, cursa com uma atitude de *neutralidade*²³.

Estar no coração com quer dizer que estou presente e que estou com o outro. Nos encontramos, não nos misturamos. Objetividade implica em sinceridade com aquilo que se quer e se necessita fazer. Objetividade – *estar no coração com* – pode ser empregada quando se conversa com um pintor sobre o tom de azul que visualizamos/queremos para a pintura das paredes do banheiro do consultório. Quem já comprou tinta para pintar as paredes seja de onde for, sabe da especificidade de comunicação da qual estou falando, de como é necessário entender-se com o pintor para que o corpo não se frustre ao entrar no cômodo recém pintado. Um pintor experiente sabe os riscos que está correndo, pois a cor sofre variações de acordo à hora do dia, à estação do ano, ou seja, à incidência de luz sobre a superfície pintada; a impressão que recebemos da cor variará também de acordo às tonalidades dos móveis e objetos presentes no mesmo ambiente...

²² As últimas palavras dessa frase pertencem a uma música de bossa nova.

²³ Atitude de neutralidade é algo que Gerda Alexander trabalhava com seus alunos em sua escola na qual formava eutonistas. Exploraremos com o devido cuidado esse conceito nesse trabalho mas, por ora, nos arriscamos a contar com a ressonância que se produza em nossos leitores.

a cor azul da parede não existe nem dentro da lata de tinta e nem no meio de um nada. Objetividade implica em usar convenientemente o tempo, em dispor do tempo rompendo o mito de que não se tem tempo. Que tempo é necessário para que duas ou mais pessoas cheguem a um acordo sobre a cor a ser aplicada numa certa parede?

Objetividade trabalhando no consultório, na sala de aula, implica em não ter pressa para ver/saber do que é que o aluno/paciente está falando. Calma. Reconhecimento da própria ignorância. Reconhecer que se sabe pouco ou nada sobre o outro. Abertura para estar presente e em companhia no que vai acontecendo. Aceitação tranquila de que, na abertura para o encontro, transformações vão nos acontecendo.

Para Donna Haraway,

objetividade feminista significa, simplesmente, *saberes localizados*.
(Haraway, 1995, p.18)

Saberes localizados como uma forma de conhecer o mundo que deixa para trás qualquer ânsia ou ansiedade por um saber que se pretende universal – sim, tenho em mim a memória de um dia ter desejado chegar a saber tudo - um saber sabido por um olhar onisciente, que parece estar, ao mesmo tempo, em todos os lugares, sem que nenhum quarto fechado cheirando a mofo, cantinho escuro, o beco mais sórdido ou o palácio mais covardemente construído lhe escape. Tal olhar – que nos interessa mais e mais abandonar - produz afirmações genéricas, produz coisas que *são assim mesmo*.

Há alguns meses, comecei um ciclo de aulas para um grupo novo. Entre os alunos, havia uma jovem grávida. Eu a recebi muito bem. Recebi bem a todo o grupo, claro, mas há alguns anos, lendo Michel Odent, fui tocada por sua menção à colocação de W.Reich, de que, para conhecermos a cultura de um povo, que observássemos como este recebia seus bebês. Não tendo conseguido localizar a citação em meus livros, fui pesquisar na internet: “Michel Odent e Wilhelm Reich”. Muitos resultados para a busca! Entre eles, no blog: impressoesamazonicas.wordpress.com/ do médico Altamiro Vianna e Vilhena de Carvalho, que criou o blog para postar impressões de suas viagens amazônicas e, no processo, foi incluindo impressões de outras viagens e, reconhecendo que o parto e o nascimento se constituem na primeira viagem feita por um ser humano, abriu espaço para a postagem de um irmão, Rodrigo Vianna, que se apresenta como médico, pai e ser humano, e escreve sobre a necessidade de avançarmos e melhorarmos – muito – as condições no processo de nascimento de tantos entre nós, humanos. No corpo de sua postagem, do dia 14 de fevereiro de 2009 às 11:39 pm, encontro a frase: “A civilização começará no dia em que o bem-estar dos bebês prevalecer sobre qualquer outra consideração.”, atribuída a Reich.

O convite a olhar uma cultura através disso – assim como através de seus jardins, como um dia li em um livrinho sobre Burle Marx – há anos deixou mais firme em mim um compromisso de gentileza com as mulheres grávidas e seus filhotes. Os bebês, no tempo de sua gestação – e aqui tiro o chapéu para o poeta Rei Roberto Carlos que viu “a mulher preparando outra pessoa” – vivem a experiência de já estarem aqui, no mundo em que estamos, com seus corpos em preparo dentro de um outro corpo. São carregados por aí, de lá para cá, vão à praia, viajam, estão presentes em reuniões de negócios, dentro de um outro corpo, semelhante ao seu. Mexem-se visivelmente, basta que olhemos para as barrigas de suas mães em alguns momentos para vermos seus enérgicos movimentos. Passam seus primeiros meses de vida nessa condição: dentro de um outro corpo, semelhante ao seu, com quem intra-agem, estabelecendo uma parceria muito específica, que muitas vezes permanecerá, embora de uma nova maneira, após seu nascimento. Que experiência interessante! Conscientemente já não me lembro. Pois com essa aluna grávida, objetividade foi resistir a engaveta-la na categoria “grávidas”, associando-a a prazeres especiais com as sensações vividas em contato com os movimentos do bebê dentro de si, pigmentação da linha alba, possíveis enjoos matinais, tempo dedicado a conversas sobre marcas de fraldas, chás de bebês e o moderno design de carrinhos e berços, câibras noturnas nas panturrilhas... Eu poderia fazer uma lista enorme de itens aos quais associar uma mulher em gestação. Para quê? Vê-la grávida e não apenas grávida e permanecer aberta para ir conhecendo-a fora da gaveta, intra-agindo²⁴ com ela a cada encontro. Objetividade implica em resistir ao uso de apressadas categorizações, deixando espaço para que o outro se exponha e também aja. Objetividade implica em nos darmos conta da transitoriedade como uma constante em nossas vidas, o que é uma maneira de experimentar o tempo.

Não é fácil admitir – abrir a porta e deixar entrar - a lucidez irônica de Donna Haraway quando nos diz:

Uma visão única produz ilusões piores do que uma visão dupla ou do que a visão de um monstro de múltiplas cabeças. (Haraway, 2009, p.46)

Meu faro de pesquisadora, meu nariz pesquisador, me indica que Donna Haraway, com seu *saber localizado*, abre espaço para o corpo - esse com cujos dedos digito esse

²⁴ Esse verbo se refere ao conceito de intra-ação, de Harding, apresentado por Donna Haraway, que surgirá em outra nota de rodapé.

trabalho, esse através de cujos olhos meu leitor me lê – no fazer pesquisa. Esse que não é apenas olhos e dedos mas também sentir, pensar e estar em contato. Esse que viaja de muitas maneiras no tempo, não apenas de forma linear. Esse que tem memória de futuros, que carrega dores e histórias suas e de outros. Esse que se renova fisicamente, trocando a própria pele em dias e o tecido de seus ossos em anos, sem que ninguém o veja, enquanto envelhece. Renova-se sem cessar ao envelhecer. Esse cujo cérebro tem dois hemisférios estudados como devotados: um, a um conhecer racional e o outro a um holístico, dois hemisférios que podem muito bem funcionar juntos, se esquivando como bons boxeadores de servir de justificativa para que seus portadores sejam condenados a tipos ou categorizações de talentos. Esse que requebra e sapateia, que lança dardos, estende suas roupas no varal e, se possível, evita os horários de pico de engarrafamento para se deslocar pela cidade.

Donna Haraway propõe uma *objetividade corporificada*. Diz – nos ela:

Gostaria de insistir na natureza corpórea de toda visão e assim resgatar o sistema sensorial que tem sido utilizado para significar um salto para fora do corpo marcado, para um olhar conquistador que não vem de lugar nenhum. (Haraway, 1995, p.18)

A corporificação da visão em Donna Haraway inclui a mediação tecnológica e se afirma em uso metafórico, mas sem dúvida remete ao corpo, a esse, com cujas nádegas me sento nessa cadeira, a esse que se cansa e que, mesmo cansado, volta para a pista quando a música é boa! Afinal, o que é que nos cansa e o que é que nos descansa? Ouso afirmar que ainda sabemos pouco sobre isso, mas aqui minha afirmação abandona nossa história.

Gostaria de insistir na natureza corpórea de meus pensamentos, de minha escrita, de minha visão de mundos.

A visão corporificada dos pesquisadores da *ciência sucessora* existe em contraste com a visão de uma ciência que se alinha com o militarismo, o capitalismo, o colonialismo e a supremacia masculina²⁵, no interesse de um poder desmesurado (Haraway, 1995, p.19).

Desmesurado: que se desmesurou. Segundo a equipe do dicionário Houaiss da língua portuguesa, desmesurar-se é tornar-se enorme, imenso, excessivo, inconveniente. A

²⁵ Talvez seja importante lembrar que a supremacia masculina pode estar presente tanto dentro de homens quanto de mulheres.

desmesura é uma falta de medida, de delicadeza; é uma descortesia, uma desatenção, colho nessa fonte materializada num grande e pesado volume de capa dura trabalhada em tecido, composto com folhas de papel extremamente fino, de prazeroso manuseio.

A visão corporificada trazida por Haraway alude ao

...amoroso cuidado que as pessoas tem que ter ao *aprender* como ver fielmente do ponto de vista do outro, mesmo quando o outro é a nossa própria máquina...Compreender como esses sistemas visuais funcionam, tecnicamente, socialmente e psiquicamente, deveria ser um modo de corporificar a objetividade feminista. (Haraway, 1995, p.22)

Saber um pouco mais. Talvez um pouco mais de menos, mas certamente abrir mão de supostos saberes genéricos, aprendendo com mais calma, mais ao alcance de nossas mãos, cujo alcance não é pequeno! Será isso que Donna me afirma ser necessário? Não negligenciar passivamente o que me acontece, interessar-me, mostrar interesse em saber! Mimadamente, pego, pago e uso. Donna me diz que isso é muito pouco.

É trabalhosa a medida, a reverência, a cortesia que Donna Haraway me²⁶ propõe, mas instigante! Estabelecer uma qualidade de intimidade inclusive com as tecnologias que nos rodeiam e que manipulamos, que nos tire de uma posição mimada e passiva. Como funcionam? Tecnicamente, socialmente e psiquicamente, eu ouvi bem! Responsabilidade.

...este texto é um argumento a favor do conhecimento situado e corporificado e contra várias formas de postulados de conhecimento não localizáveis e, portanto, irresponsáveis. Irresponsável significa incapaz de ser chamado a prestar contas. (Haraway, 1995, p.22)

A convocação de Haraway me lembra Stengers:

Quando um cientista ou um jornalista vulgariza, ele tenta convencer o público que uma “descoberta científica” deve interessá-lo porque ela é verdadeira, foi verificada, tem autoridade... A vulgarização científica não traduz a incompetência do público... Ela traduz o fato de que o público está excluído das redes onde se inventa a história das ciências, “público espectador” a quem se pede para respeitar “em nome da verdade” uma peça na qual ele não desempenha nenhum papel. (Stengers, 1990, p.106)

Situado não nos é suficiente, é necessário que seja também corporificado o conhecimento. Irresponsável é alguém que não responde. Interessei-me – muito – por

²⁶ Digo “me” assaltada pelo reconhecimento humilde de que minha leitura de Haraway pode ser apenas minha, não compartilhada, mas, claro, não poderia ser de outra maneira, existindo tantas leituras quantos leitores. Ressaltando a importância de que os leitores se reúnam, trocando suas visões.

essa palavra usada por Donna, pela importância que vejo nas respostas. Quando alguém responde, a comunicação continua, as conexões permanecem ativas, algo circula através dos fios que compõem uma rede de contatos. E claro que não responder é também uma resposta. Mas no conhecimento situado, localizável, corporificado, sabemos *quem* não respondeu e perguntas importantes não caem numa espécie de limbo, no esquecimento, empantanando-nos. Segundo Donna,

A responsabilidade feminista requer um conhecimento afinado à ressonância, não a dicotomias. (Haraway, 1995, p.29)

E requer disposição e disponibilidade para responder, ou seja, para dar continuidade ao contato.

Quando um amigo me conta de seu entusiasmo com as aulas de boxe que começou a fazer, dos meus arquivos internos vão brotando várias imagens: Éder Jofre, brasileiro peso galo, Cassius Clay, depois nomeado Mohamed Ali, as luvas, as botinhas, o jogo de pernas e os movimentos de esquiva. Esquiva. Esquivar-se. Hum! Posso esquivar-me de pensamentos estreitos, tortos, mediocrementemente acostumados. Posso esquivar-me, protegendo minha própria cabeça com minhas mãos. Há que ter um bom jogo de pernas! Ressona o verbo esquivar-se nessa dissertação, oriundo de uma conversa aparentemente banal. A ressonância convida a um pensar mais livre. Observar como ressona em mim o conhecimento de outros. Observar sem me isolar em meu próprio pensamento. Levantar a cabeça agradecendo. Parece-me uma forma de estar no mundo bem mais potencializadora do que apenas categorizar aquilo que vejo, como: idêntico ou semelhante a mim ou oposto a mim. Ressonâncias... detalhes... partes que interessam... às vezes sem que se saiba ainda porquê.

É como se fôssemos a campo – onde estamos todo o tempo – menos bélicos, usando formas de sensibilidade mais finas, que nos chegam por um ouvido interno captador de ressonâncias. E também estamos em campo sem cortar tudo *em dois*, cientes de que as possibilidades não são apenas duas.

3.2 Bruno Latour, Rafael Vergara, Michel Foucault – Afinidades eficazes – O tempo e o pensamento

Sendo eu uma trabalhadora da área corporal, que rola pelo chão com seus alunos, que usa os ossos dos próprios pés para empurrar paredes nas salas de aula, que trabalha descalça, a proposição de Bruno Latour (1999, p.42):

Superar o dualismo mente - corpo não é uma grande questão fundadora: é apenas o resultado da falta de uma definição dinâmica do corpo como “a aprendizagem de ser afetado”.

me interessou muito. Será que Latour está nos dizendo que olhemos para o corpo, para nós? Será que Latour está nos propondo que nos sintamos no corpo? Será que percebendo o corpo, nele estando, soltaremos o fardo? O fardo de superar o dualismo mente – corpo? Será que perceberemos quão desnecessário é pretender juntar o que junto já está? Afetado, para Latour, significa:

...efetuado, movido, posto em movimento por outras entidades, humanas ou não humanas. (1999, p.39)

Definição dinâmica...a expressão ficou se movendo dentro de mim, se dinamizando, vibrando. O que seria uma *definição dinâmica* de corpo? Trabalho bem com a definição que me legou Rafael Vergara, ouvida por mim com interesse pela proposição em si e com simpatia pelo acento chileno em algum momento dos últimos trinta anos:

Corpo é infinito com pele.

Rafael Vergara, já apresentado bem no início desse trabalho, foi medico psiquiatra homeopata. Nascido no Chile, após a queda do presidente Allende, foi morar na Espanha e nas ilhas Canárias e em seguida veio para o Brasil. Rafael considerava muito importante o acompanhamento através de um trabalho corporal para pacientes em tratamento psicoterapêutico. Trabalhamos juntos desde 1983 até sua morte em janeiro de 2013. Estar diante de Rafael, conversando com ele, muitas vezes me levou a refletir que a separação: trabalho corporal/trabalho psíquico, não existia. Durante tantos anos, em nossas reuniões clínicas semanais, fui desenvolvendo a capacidade de ouvir e falar me sabendo presente em meu corpo, sentindo-o, observando os sinais que me enviava, simultâneos a meus pensamentos. Eram experiências de aproximação à objetividade, a estar no coração com. Garantíamos poder praticar uma certa liberdade de estar no tempo, reservando algumas horas para nossas reuniões.

O desenvolvimento da capacidade de levar em conta os sinais que o corpo está constantemente enviando, vai transformando nossas maneiras de pensar. A parceria

profissional com Rafael Vergara me deu uma longa e excelente oportunidade nesse sentido, além de outros, por sua generosidade constante em comunicar o seu saber.

“Corpo é infinito com pele.” Nessa frase de Rafael, escuto tanto corpo, quanto infinito e pele, como substantivos. Já me encontrei com ouvidos (embora no plural, refiro-me a uma só pessoa) que compreendiam o infinito dessa frase como um adjetivo ao corpo, o que me parece bem diferente da compreensão que faço de que meu corpo, envelopado pela pele que também faz parte do que ele/eu seja, abriga em si um infinito que me vai sendo desvelado à medida em que vou fazendo experiências. Um corpo como aprendizagem de ser afetado.

Os primeiros ouvidos que fiz para a proposição de Rafael, foi considerar em meu corpo o que ele propunha e me soou justo, uma proposição muito boa para se trabalhar. Trazemos a pele, o que é caríssimo a ouvidos eutonistas e, da pele para dentro, nos aventuramos no infinito, onde muito cabe. O incorporado que tenho diante de mim, na sala de aula, no consultório, traz novidades e detalhes a cada encontro. Ele pode não saber que está trazendo, eu posso não ver, mas tem sido uma boa referência para trabalho que, ao tocá-lo, eu saiba que, através de nossas peles, está existindo a possibilidade de que nossos infinitos se encontrem, de que nos encontremos.

Será que o poeta tinha noção de seu acerto ao afirmar a vida como a arte do encontro? Poetas, gente que sabe lidar com artigos definidos: *a* vida é *a* arte do encontro. Vinicius de Moraes.

Mesmo operando bem com a proposição do que seja corpo legada a mim por Rafael Vergara, encontrei espaço em mim, em meus olhos, em meus ouvidos, em minhas narinas, em minhas mãos para a proposição trazida por Latour, que a conheceu com Vincienne Despret, que a conheceu, segundo Latour (1999), na teoria das emoções de William James e, em Spinoza, na Terceira Parte da Ética, no Postulado 1, encontramos:

O corpo humano pode ser afetado de muitas maneiras, pelas quais sua potencia de agir é aumentada ou diminuída, enquanto outras tantas não tornam sua potencia de agir nem maior nem menor. (Spinoza, 2009, p.99).

Esclarecemos que escolhemos trabalhar a proposição de corpo que nos chegou com Latour ao invés de nos aventurarmos investigando-a em outros autores que a trabalharam.

Essa proposição introduz outras, do próprio Latour, extremamente pertinentes, utilizáveis por uma pesquisadora eutonista. Latour (1999, p.40) afirma que:

Adquirir um corpo é um empreendimento progressivo que produz simultaneamente um meio sensorial e um mundo sensível,

Frase que uma eutonista poderia usar para descrever seu trabalho, além de me tocar pela precisão na escolha das palavras, ao referir sensorial a um meio e sensível a um mundo, mostrando detalhes que nos levaram a confiar em certos autores.

Latour (1999, p.39) traz o corpo como:

uma interface que vai ficando mais descritível quando aprende a ser afetado

Ao ler essa proposição pela primeira vez, imediatamente me vieram imagens e mais imagens de experiências vividas em aulas e sessões de Eutonia, como eutonista e também como aluna de Eutonia: dentro de mim, vejo diante de mim, na sala E da FAV- Faculdade Angel Vianna - meus alunos sentados em bancos ou pelo chão, cada um com uma luva plástica transparente - dessas que usamos ao estudar num anatômico - cheias de água, apoiadas em alguma parte de seu corpo: sobre o ápice do crânio, sobre um ombro, um joelho... Estou deitada de barriga para cima numa sala em São Paulo, minhas pernas estão dobradas, os braços ao longo do corpo, tenho uma castanha dessas não comestíveis sobre cada um dos olhos - fechados - e escuto as palavras do eutonista orientando-nos - a meus colegas e a mim - numa viagem pelos espaços desde nossas pálpebras, a partir da sensação do contato entre elas e as castanhas, passando por dentro de nossas cabeças até a área de apoio de nossas cabeças no chão, até o chão, até para dentro do chão e fazendo o caminho de volta... Meus alunos estão deitados no chão cobertos pelas toalhas de banho que trouxeram a meu pedido, usando o toque das toalhas para irem percebendo suas peles, à medida em que vão se movendo, se espreguiçando, se estirando, expondo a superfície da pele ao contato das toalhas... e muitas memórias mais.

Em minha leitura, a proposição de Latour (1999), de um corpo interface que vai se fazendo mais descritível à medida em que vai aprendendo a ser afetado por mais e mais elementos, se afina muito com a Eutonia, em cujas práticas a existência da pele - superfície de contato - é levada em conta com rigor e simplicidade. Não poderíamos propor um trabalho corporal, inclusive em seus aspectos de pesquisa de movimento, sem trabalharmos com a pele como é: elástica, multivariadamente sensível, tanto lábil quanto permanente.

Latour (1999, p.39) nos diz ainda, do corpo:

aquilo que deixa uma trajetória dinâmica através da qual aprendemos a registrar e a ser sensíveis àquilo de que é feito o mundo.

Isso é algo que há muitos anos comecei a perceber: meu corpo me serve para me dizer de que são feitos os mundos por onde tenho estado andando. É necessário aprender a compreender nossos próprios sinais, os sinais de nosso corpo.

O que quero dizer com isso?

Uma lembrança, mesmo que eu tente repeli-la – por questionar sua presença nessa etapa dessa dissertação – se impõe: estávamos em São Paulo, Rafael e eu, trabalhando. A convite de um grupo de terapeutas, Rafael orientava um grupo de estudo de textos do filósofo andaluz Ibn Al Arábí de Murcia (1165-1240 d.C.). Era um trabalho intensivo, de três ou quatro dias, que fazíamos a cada três ou quatro meses, em diferentes cidades do Brasil. Diariamente, duas horas eram dedicadas ao trabalho corporal, conduzido por mim. Muitas resistências enfrentei nesse grupo a meu trabalho até chegarmos a bom – excelente, na verdade – termo, mas isso é uma outra história. No grupo de estudo propriamente, o espaço era organizado com mesas e cadeiras e eu sempre buscava me posicionar convenientemente, segundo alguns parâmetros: a possibilidade de contato visual com Rafael de forma a ajudá-lo no que necessitasse, a possibilidade de me levantar e sair facilmente, sem causar maiores transtornos a pessoas próximas, enfim, eu considerava alguns parâmetros. Nesse dia, escolhi com cuidado, observando, além das questões anteriormente colocadas, se o sol chegaria a incidir sobre mim (estava quente em São Paulo), se a cadeira era confortável em relação ao tempo em que estaríamos sentados, mesmo com os intervalos programados, enfim, cuidei devidamente de algo para mim relevante. Foi quando alguém que eu realmente antipatizava veio e organizou seu lugar bem ao lado do meu, sem saber que eu me sentaria ali. Eu o antipatizava por achá-lo barulhento e, em atividades relacionadas ao estudo, tendo a apreciar o silêncio. Eu observava o desenrolar da situação de pé, um pouco afastada. “Meu Deus, vou ter que começar tudo de novo”, pensei. “Calma”, me disse em seguida, “vá que não é bem assim, tão ruim estar ao lado dele.” Resolvi experimentar, sabe-se lá movida a quê, talvez movida pelo amor ao estudo, o que me deixava mais na condição “mulher de boa vontade”. Começamos. No início dessas reuniões, Rafael costumava propor um pequeno tempo de silêncio, de contato de cada um consigo, conectando-se com o que o fazia estar ali, coisas assim. Meu colega sentava-se à minha esquerda, bem perto. Sim, ele era espaçoso. Foi quando fui surpreendida por um mínimo e lentíssimo movimento de todo meu braço esquerdo, inclusive minha mão – movimento que acontecia por si mesmo, de alguma maneira como se eu não o fizesse²⁷ – como se esta quisesse tocar a sua, de meu colega. Era um gesto

²⁷ Aqui vale ressaltar que as qualidades de tal movimento em si não eram inéditas para mim, já tendo sido experimentadas anteriormente ao me trabalhar em aulas de Eutonia, Metodologia Angel Vianna, Fasciaterapia, dança com Graciela Figueiroa e outras modalidades de trabalho corporal que favorecem

do campo de micro-movimentos, quase invisível, o que não lhe diminuía a clareza de direção. Todo o lado esquerdo de meu corpo experimentava uma qualidade de paz e expansão, deleitando-se com a proximidade de meu novo amigo. Fiquei quieta e pasma. Fiquei. Não cheguei a tocar sua mão e nem falamos nada. Mais tarde, no mesmo dia, ao final da prática corporal, ele se aproximou de mim, muito simpático, dizendo que precisava me dar um abraço. E eu cheguei a querê-lo tanto, que hoje, trazido por Rafael, ele está aqui, em tão seleta companhia, entre os autores convidados/convocados. Aquele dia eu me disse – pela milionésima vez e talvez nunca será o suficiente – da necessidade de ouvirmos a nós mesmos através de nossos corpos. Meu corpo (físico?) havia me mostrado, que num mais íntimo de mim, não havia antipatia por aquele amigo, que a recusa à proximidade, me navegava em águas mais superficiais. E todas as minhas águas são minhas águas, não indo aqui nenhuma hierarquização de valor entre as superficiais e as mais profundas, mas sabendo que tem muitas coisas em nossos mares: peixes, pérolas e também lixo.

O corpo com que trabalho nessa dissertação é lugar de experiência, interface de possibilidade de contato.

Debruçando-nos sobre a proposição de Latour (1999): falta-nos uma *definição dinâmica* do corpo? Falta-nos antes a percepção do dinâmico do corpo, de seu constante processar e contínua transformação. O corpo como fluxo. No amor, podemos aprender isso; foi amando que comecei a observar em meus filhos, em meus namorados, a plasticidade do corpo, como o corpo muda de um dia para o outro, de um minuto para o outro: as cores da pele da face, a postura, as tonalidades da voz, os cheiros que exala... E refletindo agora, vejo que essa variabilidade do corpo justamente, desnuda revelando, a intimidade *mente – corpo*, mind – body (Latour, 1999). Não me parece haver aí separação. É também pelo que sinto que meu corpo muda em cheiro, em forma e em cor. Muda pelo que ingiro, muda pelo vento, pelo sol, pela chuva, pelas diversas poeiras a que me exponho, muda pelo que penso, pelo que sinto, pelo que sinto com o que penso, pelo que observo no que sinto e penso, pelo que recordo. Muda pelo que estou vivendo e também pelo que já vivi e pelo que anseio viver, pelo que viverei. Meus olhos se iluminam compondo o rosto com o brilho de um sorriso diante da chegada de um ente muito amado; a mesma face se empalidece e todo o corpo se ensombrece diante da notícia triste, o coração dispara e o suor se faz frio diante da ameaça – seja externamente concreta ou não – de violência nas ruas da cidade onde vivo.

uma experiência variada e multifacetada com o próprio corpo, inclusive pelo investimento de atenção ao espaço interior deste.

Eu gostava de pensar que o corpo, enquanto objeto de estudo, apresentava a especificidade de ser parte do que somos nós, pesquisadores. Mas o que *não é* parte do que somos? Tudo à minha volta tem me parecido parte do que sou. Experiências com essa minha *pele* envoltório não isolante nem encarceirante me orientam a pensar dessa maneira. Mas sim, há uma especificidade no corpo, corpo meu e semelhante ao meu, quando o estudo. É que este é parte do que sou de uma maneira diferente do que o que está fora de mim é também parte do que sou. Meu corpo está em minha pele e desta para dentro. Peço ajuda a Foucault que escreve isso com muita clareza em “O corpo utópico”:

Minha cabeça, por exemplo, ah minha cabeça: estranha caverna aberta para o mundo exterior por duas janelas... E dentro desta cabeça, como se passam as coisas? Elas entram lá – e estou muito seguro de que as coisas entram na minha cabeça quando eu olho, pois o sol, se for demasiado forte e me ofuscar, dilacera até o fundo do meu cérebro – e, no entanto, *essas coisas que entram dentro da minha cabeça permanecem no exterior*, pois vejo-as diante de mim e eu, por minha vez, devo me adiantar para alcançá-las. (Foucault, 2013 p.10, grifo meu)

Nesse trecho, Foucault traz certas experiências através do sentido da visão – também caro a Donna Haraway (1995) - como uma maneira de nos darmos conta de que o fora de nós está também dentro de nós. Podemos pesquisar com nossos demais sentidos. Sinto o cheiro de feijão refogado com alho, louro e um pouco de coentro vindo da cozinha. A partir das impressões olfativas que recebo, crio-lhe - com base em experiências anteriores com feijões – um gosto. A cavidade de minha boca se modifica recebendo a produção de saliva. Sequer vi o feijão, que tenho já dentro de mim – embora não o tenha comido ainda - e ao mesmo tempo existe dentro da panela sobre o fogão. Por meus ouvidos, chegam-me cantos de pássaros e um pouco mais distante o barulho do motor de um ônibus passando pela estrada próxima. A partir do som, vejo a estrada, posso mesmo saber se o ônibus está subindo ou descendo a serra. A partir do que ouço, vejo. Continuam os cantos dos pássaros e se juntam latidos de cachorros – mais de um. Isso agora com certeza é um caminhão. Distanciou-se. Agora, o portão que se abre e entra o carro de meu amigo voltando para casa. Silêncio do motor do carro, gemidinhos alegres da sua cachorra. Plack, bateu a porta do carro. Tum Tum Tum, bate os pés no chão limpando-os antes de entrar em casa. Tudo isso dentro de meu corpo e também fora de mim. E o tato? O sentido da pele? A madeira do tampo da mesa baixa nas mãos, diante da qual me sento no chão; a textura macia da almofada sob a bacia, cobertor e

tapete sob as pernas e pés. Ar frio em volta de todo o meu corpo, vestido por malha e lã. Tudo isso fora e também dentro de mim.

Faz parte da especificidade de meu corpo que eu possa ser apontada, sim, que outros em seus corpos me apontem com seus dedos, como responsável pelas proposições que faço aqui. Sendo que tais proposições são fruto de tantos encontros, não são propriamente *minhas*, o que nos remete às qualidades de nossa pele, tecido envoltório que nos delimita sem pretender nos isolar. Sim, a *pele* se afirma como muito importante nessa pesquisa, pesquisa com esse corpo no qual me vejo dentro de mim e me vejo também fora de mim. Corpo infinito com pele. Certamente seria diferente estudar um tigre em seu corpo, ou uma mosca, uma orquídea, um carro, um brinquedo eletrônico, uma cadeira, mas nesse momento me é muito forte, imperativa, a percepção de que tudo à minha volta faz parte do que sou. Podemos colocar barreiras, de fato as colocamos o tempo todo. Tudo à minha volta, barreiras inclusive, continua sendo parte do que sou, nessa minha existência de *ser em conexão*, transitoriedade numa rede complexa.

Rede de pescar, de jogar no mar. Conexões parciais, como propôs Donna Haraway (2009) no Manifesto Ciborgue – Ciência, tecnologia e feminismo-socialista no final do século XX. Em suas primeiras linhas, já nos deparamos com a ironia e a blasfêmia. Segundo sua autora, o manifesto ciborgue é um ensaio esforço pela construção de um mito político pleno de ironia, fiel ao feminismo, ao socialismo e ao materialismo. A blasfêmia podendo ser mais fiel do que uma adoração ou identificação reverente (Haraway, 2009, pag.35). Lendo isso, imagino uma figura humana com um de seus joelhos *par terre*, apoiado na terra / no chão e sua cabeça reverentemente inclinada a algo ou alguém diante de si, com o que se identifica, em adoração. Leio Donna me escrevendo que há outras formas de fidelidade e se posicionando pela ironia:

A ironia tem a ver com contradições que não se resolvem – ainda que dialeticamente – em totalidades mais amplas: ela tem a ver com *a tensão de manter juntas coisas incompatíveis porque todas são necessárias e verdadeiras*. (Haraway, 2009, p.35, grifo meu)

Isso conheço e reconheço na transitoriedade de meus líquidos: sangue, suor e lágrimas. Isso ressona em muitos registros: reuniões de associação profissional, reuniões de equipes de trabalho, processos de familiarização com novos grupos de alunos, fenômenos vividos em um curso de uma única aula dada para um grupo em uma outra cidade, antipatia por um cliente novo... Tantas vezes me encontrando com a necessidade

de manter juntas coisas aparentemente incompatíveis, por necessárias e verdadeiras todas. Objetividade, estar no coração com, demanda muito trabalho. Como fazer? Aposto em manter viva, ativada pelo uso, minha sensibilidade a *afinidades*.

Escrevendo sobre crises de identidade política presentes na cena do feminismo, Donna coloca:

A história recente de grande parte da esquerda e do feminismo estadunidense tem sido construída a partir das respostas a esse tipo de crise – respostas que são dadas por meio de infundáveis cisões e de buscas por uma nova unidade essencial. Mas existe também um reconhecimento crescente de uma outra resposta: aquela que se dá por meio da coalizão – a afinidade em vez da identidade. (Haraway, 2009, p.48)

Se pudermos chegar a ter experiência do que nos reúne, eutonistas, fasciaterapeutas, especialistas em Feldenkrais, em Técnica de Alexander... se pudermos vislumbrar - e afirmar a visão do vislumbrado – o que fazemos em comum, se pudermos chegar a reconhecer nossas afinidades! Dou-me conta: reconhecer afinidades é dar uma certa resposta, resposta possível quando estamos atuando sensíveis a ressonâncias. Afinidade como parentesco político, parentesco por escolha e não por sangue (Haraway, 2009). Parentesco na transitoriedade constante em nossas formas de existência.

Sensibilidade a afinidades me interessam como pesquisadora eutonista em meu corpo infinito fragmento de espaço com pele. Pele elástica, sensível e com filtros. Pele que deixa entrar o sol, ativando-me a vitamina D com seus raios UV. O mesmo sol que entra pelos dois olhos de Foucault (2013) é o sol que, em sua entrada ativadora, me permanece fora e continua sol para tantos, aos quais ilumina, aquece e ativa. E queima.

Recebi no início desse ano para uma sessão individual solicitada por email, um jovem australiano, estudante de fisioterapia, personal trainer. Ele vinha por interesse em Eutonia, interesse despertado por uma colega com quem compartilhava um interessante trabalho: no mesmo horário em que ela oferecia aulas – não sei exatamente de que técnica corporal - a jovens senhoras, ele dava aulas também corporais aos seus filhos. Vendo-o trabalhar, ela havia dito que ele deveria procurar conhecer trabalhos como Feldenkrais e Eutonia. Por isso ele me procurou, expondo também informações pessoais, referentes a queixas corporais. Fizemos a sessão e, ao final, ele disse que gostaria de ver com que materiais eu trabalhava. Mostrei-lhe meus bambus, minhas bolinhas, enquanto ele tirava uma bola que havia trazido de dentro de sua mochila. Bem diferentes nossos materiais e nossas formas de aproximação ao corpo de quem nos procura como profissionais, ambos reconhecíamos. E, no entanto, nos entendíamos. Havia um canal que possibilitava o contato, uma afinidade. Feita de quê?

Um certo brilho no olhar, amor pela profissão, necessidade de tratar a quem nos procura da melhor maneira possível, a mais exata, reconhecimento da necessidade de aprimoramento profissional, abertura, curiosidade pelo fazer de outros... Principalmente o desejo de estar bem preparado para tratar bem a outro. Desejo de continuar aprendendo. Deu-me uma grande alegria esse encontro, pois vislumbro portas entre os mundos das salas das academias de ginástica (será que ainda se chamam assim?) e os das salas de Eutonía e de outros trabalhos corporais assumidamente sensíveis, que viajam no tempo de muitas maneiras, que fornecem espaço para a pesquisa praticada/experimentada do corpo e de seus movimentos... Existe um número maior do que dois? Falo mais dos mundos das salas de Eutonía do que dos das salas das academias porque são esses os que conheço. Numa academia, não entro há mais de trinta e cinco anos. Ouço falar que se modificaram muito, que são altamente equipadas, aparelhadas, refrigeradas, que há vários planos e formas de pagamento, muita oferta de horários... Reconheço que não as conheço. Mas é bom que tenha vindo desses mundos um emissário cujos olhos brilhavam e que tenhamos nos sentado frente a frente e lado a lado. Afinidade.

Há níveis e níveis de compreensão do que seja afinidade. Numa equipe de eutonistas devotada à formação de novos eutonistas, percebo que as conexões se dão também – como em meu encontro com o jovem *personnal* - por afinidade.

Meu entusiasmo com as colocações de Latour, que me levaram a chamar Foucault, Vergara e Haraway, implicou em aceitar que havia chegado o tempo de escrever sobre o corpo, o tempo de abrir-me a uma certa escrita como possibilidade de transformação.

Tempos depois de haver escrito a frase acima, vivi uma experiência confirmatória de minha suposição: em uma segunda reunião com a colega Laura de Buenos Aires, esta me conta que, alguns dias antes, portando uma mochila e empurrando um carrinho com sua mala, dentro de um aeroporto no Rio de Janeiro, subitamente deu-se conta de que caminhava, a cada passo, apoiando mais seu pé esquerdo que o direito na relação com o chão. Deu-se conta diretamente, através de suas sensações, antes mesmo de se dizer isso em português – digo, em espanhol. Ficou surpresa pois não havia percebido isso com tanta clareza antes, embora a pele da sola de seu pé esquerdo fosse mais espessa do que a do direito, como pista de maior apoio desse pé. A sensação era muito nítida, impactante! E ela se perguntou se tal qualidade de contato e observação de si poderia estar conectada à leitura de um dos artigos do livro Eutonía – experiência clínica e pedagógica, da equipe do Instituto Gerda Alexander, que estivera fazendo durante seu voo Buenos Aires-Rio. Rí por dentro, feliz e quiétnha, degustando o que ouvia. O que me dava esse sentimento de satisfação e alegria? A notícia de que o livro que escrevemos está vivo! Está vivo por estar sendo lido! Confio em Borges, que nas palestras que proferiu na Universidade de Harvard, em 1967-68, reunidas num

delicioso e pequeno volume sob o nome “Esse ofício do verso” nos ensinou que leitores certos são ressuscitadores de palavras!²⁸

Dada a óbvia dificuldade do presente tópico...

Esse é Latour (1999, p.40) falando de corpo. Sua proposta para lidar com tal dificuldade é que, ao invés de falar de corpo diretamente, falará das “body talks”, conversas de corpo, o que vejo que se afina muito bem com sua percepção de corpo como interface que se aprimora/especializa à medida em que vai vivendo/sendo vivido. Especialização no sentido de desenvolvimento de uma capacidade de abertura, de entrega, de resistência aos hábitos de pré categorização do que vai sendo experimentado no mundo. Deixar-se tocar. Nomear orientado pelas sensações, objetivamente, estando no coração com o que nos tocou, admitir que parece ser inominável, ainda ou para sempre, reconhecendo a necessidade de tempo... Permanecer sensível tanto ao conhecido quanto ao novo e ao inesperado. Deixar que a pele seja, que perceba, responda e informe. Mas sim, constato uma *óbvia dificuldade* quando o assunto é corpo. Falta-nos uma definição dinâmica? Falta-nos a percepção do dinâmico? Falta-nos também a humildade de nos olharmos e à nossa volta. Talvez nos olharmos não baste, como pergunta Donna Haraway:

Qual outro poder sensorial desejamos cultivar, além da visão? (Haraway, 1995, p.28)

Começamos com o tato, para desenvolver a sensibilidade da pele, que implica *sentir* – não somente *saber*, porque a *vejo* – que esta é minha perna, daqui até ali, e que esta é minha cabeça. (Alexander, 1997, p.53)

Eis a resposta de Gerda Alexander. Chega discreta, a criadora da Eutonia, chega paciente. É preciso saber como me sinto, que qualidades têm meu pensamento, quando sei porque sinto que essa, daqui até aqui é minha perna e essa é minha cabeça, digo eu, ciente de não estar acrescentando nada à pesquisa de Gerda, que também considerava em seu trabalho o pensamento. A seguinte afirmação de Gerda (1985), que tenho lido inúmeras vezes, me faz levantar a cabeça em reverência, experimentando abertura e alegria. Traduzo a seguir: A experiência de que todo pensamento, mesmo que abstrato, tem um efeito real em todo o organismo é básica para o trabalho em Eutonia. Formas

²⁸ Em meu artigo, Eutonia para um músico, ressuscitável no livro comentado nesse momento nesse trabalho, cito Borges: “Pois o que é um livro em si mesmo? Um livro é um objeto físico num mundo de objetos físicos. É um conjunto de símbolos mortos. E então aparece o leitor certo, e as palavras – ou antes, a poesia por trás das palavras, pois as próprias palavras são meros símbolos – saltam para a vida, e temos uma ressurreição da palavra” (Borges, 2000, p.12)

geométricas como linhas retas, ondas, zigzags, círculos ou triângulos, que são todas habitualmente concebidas como não tendo nenhum efeito no corpo, de fato produzem mudanças palpáveis e mensuráveis no tônus muscular e na circulação. A compreensão que temos desse fenômeno é confirmada diariamente em nossas observações na escola.²⁹

Por que abertura e alegria diante dessa frase de Gerda? Porque alguém me diz que meu pensamento pode ser tocado nos tecidos de meu corpo. Essa era a alegria inicial, que persiste. À medida em que o tempo foi passando, em que fui criando maior intimidade com esse pequeno texto, vejo nela também uma atitude estratégica, de falar eficientemente para um certo mundo, afirmando-se *científica*, equipada para mensurações, embora sem apagar a relevância da lida diária, direta, com seus alunos em sua escola. Por último, parece-me, é à sua própria experiência que Gerda se inclina, extraindo daí os saberes que transmite. E isso me dá alegria! Ser sua própria oficina, procurar dentro de si, dar algo, responder, exercer responsabilidade. Trazer um sentido de corpo, um corpo recoberto por uma pele especializada/ devotada/ dedicada/ desenhada para um fazer contato, um corpo reunião de sentidos: os cinco que estudamos em ciências quando crianças nos bancos escolares e também os que chamo *nossos sentidos internos*. Um corpo que dá passagem a certas formas de estar no mundo.

E aqui me sinto revelando parte importante do interesse e da pesquisa desse trabalho, que vai se fazendo através de meu fazer eutonista, onde as experiências vividas nas salas de aula e no consultório, junto às leituras que me foram impactando, além das trocas nas reuniões de orientação e em outras salas de aula e mais a sensibilidade à riqueza da vida acontecendo nas ruas, fornecem a lenha para o fogo de meus pensamentos. Se a lenha é necessária, os espaços entre elas também são; por tais espaços circula o ar, o oxigênio necessário à existência das chamas. Viver, ler, trabalhar, fazer nada, esperar, deixar chegar, viver, extrair, ouvir, sonhar, dormir...muitos são os verbos inerentes ao ato de pesquisar.

É ainda Latour (2011, p.7) quem nos diz, em livre tradução feita por mim:

²⁹ "The experience that all thought, however abstract, has a real effect on the entire organism is basic to Eutony work. Geometric forms such as straight lines, waves, zigzags, circles or triangles, which are all forms habitually conceived of as having no effect on the body, actually do produce palpable and measurable changes in the muscular tone and the circulation. Our understanding of this phenomenon is confirmed in our daily observations in the school." (Alexander, 1985, p.30)

Quando mencionamos o vivido ou a palavra, acreditamos que devemos nos dirigir à *Mind* e nos afastar do *Body*, que seria bem tratado pela materialidade e a causalidade. Ora, é exatamente o inverso. O apelo ao vivido, em primeiro lugar, é ao corpo que deve dirigir sua atenção. O corpo também é articulado.

Sim, sem dúvida alguma o corpo é extremamente articulado; é articulado em seu espaço interior, onde exhibe variadas articulações entre seus ossos. Sim, estou falando de um corpo humano, mamífero, bípede, endoesqueletizado. É articulado – através de seu envoltório sensível e também de seu esqueleto articulado – com seu espaço exterior. Estudemos, passo a passo, essas frases de Latour:

O apelo ao vivido, em primeiro lugar, é ao corpo que deve dirigir sua atenção. O corpo também é articulado.

O apelo ao vivido nos remete a recordações de experiências.

O cheiro da pia e das torneiras recém lavadas no banheiro da casa de tia Loíza. Uma grata mistura de cheiro de louça, com metal, Bombril, uma pasta abrasiva e água. Os olhos confirmam uma pia fresca e limpa. Eis-me, aos cinquenta e sete anos, com seis, lavando minhas mãos e desfrutando das doces memórias evocadas por aquele aroma. Chegou-me pelo corpo, por minhas narinas, trazendo ao presente vivências de infância. O corpo me leva a viajar no tempo. Os olhos registram que o tempo passou; é a mesma pia, mas parece bem mais baixa e mostra marcas da passagem do tempo. Apelo ao vivido.

Em primeiro lugar, é ao corpo que deve dirigir sua atenção. Sim, parece-me um bom método, a proposição de estarmos no corpo, de permanecermos aí o mais possível. Em primeiro lugar nos lembremos que estamos no corpo. Não neguemos o nível corporal de nossas existências. Dirigir-se à *Mind*, afastando-se do *Body* exige um esforço muito grande, embora já não o percebamos pois treinamo-nos muito bem nesse tipo de esforço. Muitas vezes, por muitos, já nem é vivido como esforço. Trata-se apenas de uma entre muitas maneiras de se estar no mundo e é uma maneira que resolve-nos muitas coisas, mas há outras. Essa é uma das perguntas desse trabalho: onde está meu pensamento que não seja em minha pele?

O corpo também é articulado. Articulando-se com Isabelle Stengers, Latour (1999, p.02) defende, nos discursos do corpo, o uso de *proposições* ao invés de *afirmações*. Pois as proposições podem ser articuladas ou inarticuladas e as afirmações verdadeiras ou falsas. Proponho que ouçamos a palavra *proposição*, como uma reunião de proposta e posição, relacionada a troca, a contato, a comunicação. Vai-se para o encontro, para a reunião, levando algo: uma proposta. Eu trouxe um desenho e couro, você tem cadarços,

cola e ferramentas, podemos juntos fazer um par de sapatos. Ou decidimos caminhar até o mercado, procurar quem venda fivelas e fazer uma bolsa. A proposta vem com posição. Posso inclusive mudar de posição, mas assumo cada uma delas claramente ao enunciar minhas articuláveis proposições. E posição em mim se junta com manter-se num lugar exato no espaço, se junta com sustentação, com estrutura e com tornar visível. Mas para quê me posiciono? Sinto-me extremamente perto de Latour nas colocações que ele faz sobre as *proposições*, vejamos:

Este termo conjuga três elementos fundamentais: a) denota uma obstinação (posição), que, b) não tem uma autoridade definitiva (é apenas uma *pro*-posição) e c) pode aceitar negociar-se a si própria para formar uma *com*-posição sem perder solidez. (Latour, 1999, p.45).

Proposição se articula bem tanto com afinidade quanto com responsabilidade. Penso em minha prática em sala de aula, quando tantas vezes peço aos alunos que realizem certas pesquisas de movimento. Exemplificando, peço que experimentem deslocar-se pelo espaço a partir de uma de suas orelhas, ou seja, de um de seus ossos temporais. Às vezes tais pesquisas se desdobram em novas etapas realizadas em duplas ou em pequenos grupos. O que acontece nos encontros entre os movimentos? Quando o movimento do outro me modifica no meu, a *com*-posição pode se dar sem perda de solidez, mas para isso, me parece, é necessário que sejamos pouco *donos* dos movimentos que criamos. Sermos seus amigos talvez nos faça melhor. Na posse, queremos mantê-los, retê-los, armazená-los, guardá-los, aprisioná-los, asfixiá-los... Já no amor podemos com-por e nossos movimentos se transformarão, na transitoriedade constante de nossas existências, em nossos exercícios de afinidades. A percepção objetiva do *tempo* se apresenta então como importante. O tempo necessário a que algo exista em nós, o tempo de proposição a si mesmo, o tempo de composição em si mesmo, o tempo de proposição ao outro, o tempo de composição com o outro. Bom mesmo são as ressonâncias que tais frases podem provocar, pois aí sabemos que o que ouvimos em palavras enfileiradas, nos acontece em espaços e que há aí muitas direções, coincidências, superposições, percursos, atalhos, portas secretas disfarçadas em estantes cheias de livros...

Sim, apresentou-se o tempo como importante e veio de mãos dadas com um certo sentido de paciência.

Sim, levo muito tempo para escrever um livro, pois escrever precisa de tempo... O tempo de deixar a obra descansando, pois preciso de um olhar crítico em cima daquilo que escrevi. Preciso olhar com outros olhos, mas, como não posso me tornar outra pessoa, deixo o tempo me

transformar em outro... Acho que a paciência ainda não se perdeu, mesmo com o surgimento dos blogs... O escritor, independentemente do veículo ou formato, precisa exigir de si a paciência necessária para que a obra se mostre pronta, compreendendo o seu período de amadurecimento.

Gonçalo Tavares. (entrevista à revista Cult revistacult.uol.com.br/home/tag/concalo-tavares)

Interessam-me as proposições justamente porque convidam a que nos metamos com elas, experimentando-as em nós, testando-as em sua capacidade de existir, de friccionar, de deslizar... Distinto do trato pedido pelas afirmações verdadeiras ou falsas que, com concordância, indiferença, tédio ou horror, devemos trazer de fora e decorar. Sejam contra ou a favor, aberta ou veladamente. Servem bem a uma eutonista as proposições; eu as utilizo interagindo com meus alunos. Ao propor que sintam, que pesquisem a sensibilidade de sua pele, esquivo-me de afirmar-lhes que sua pele é sensível, pré-inventando sua experiência. Concordamos com Larossa em que:

A informação não é experiência.... a informação não faz outra coisa que cancelar nossas possibilidades de experiência. O sujeito da informação sabe muitas coisas... porém, com essa obsessão pela informação... o que consegue é que nada lhe aconteça. (Larossa, 2002, p.22)

Que dureza conseguir que nada lhe aconteça! Recentemente essa dureza respingou em minhas vestes, diante de uma aluna que reclamava porque, após uma única aula/vivência, não havia entendido o que era Eutonia e exigia de mim, a professora, esta explicação.

Já ouvi algumas vezes: “Professora, você fala da pele, isso para mim não faz o menor sentido, não sinto nada. O que é isso de trabalhar a pele?” Também já ouvi: “Durante as aulas, você tem falado da pele tantas vezes e eu, não entendia nada. Hoje eu senti minha pele, acredita? E nossa, faz toda a diferença!”

3.3 Canguilhem, querido Canguilhem – Rafael vivo – Medo e solidariedade

Admitimos demasiado fácil a existência de um conflito fundamental entre o conhecimento e a vida, e de tal modo que sua aversão recíproca só possa conduzir à destruição da vida pelo conhecimento ou à derrição do conhecimento pela vida. Só há, então, escolha entre um intelectualismo cristalino, isto é transparente e inerte, e um misticismo confuso, ao mesmo tempo ativo e descuidado. (Canguilhem, 2012, p.01).

Não admitir demasiado fácil a existência de apenas duas possibilidades para algo. Talvez seja por isso que eu tenha escolhido Canguilhem (2012) desde a leitura da primeira

página da introdução de seu livro *O Conhecimento da Vida*, sentindo-o como um aliado em minha necessidade de contar além de dois. Latour (1999) nos acena com a possibilidade de que a superação do dualismo mente – corpo não seja uma questão fundamental. Canguilhem (2012) nos traz conhecimento e vida, o conhecimento da vida. Vergara tantas vezes observou em seus pacientes, como doença, o imaginar que haviam apenas duas possibilidades para suas vidas: ou me separo ou não me separo, ou me demito ou mantenho meu emprego, ou tenho esse filho ou não tenho esse filho... e pesquisou bravamente, acompanhando a cada um, do que era feito o impedimento de contar além de dois e como desenvolver a habilidade de desmontar em seus circuitos mentais esses mecanismos inibitórios de uma vida melhor por mais ampla, variada em experiências e arejada. Curioso - tantas vezes conversamos sobre isso em nossas reuniões semanais - que sendo o tempo algo com o qual convivemos o tempo todo, nos esqueçamos dele tantas vezes, parecendo não percebê-lo, esquecidos de que o dar-nos conta de nossa condição de viajantes no tempo, pode nos resolver tantas coisas, ajudando-nos a contar além de dois. Perceber o tempo que alguém necessita manter-se na condição de estar sendo ouvido, não por tantas horas ou minutos, mas em um espaço onde não estejam pensamentos de pressa ou atraso, de hora errada. Verificamos que essa qualidade de espaço contribui para que aquele que está sendo ouvido, comece também a se ouvir e, muitas vezes, escute de si mesmo as decisões, providências e ações necessárias ao tempo presente de sua vida.

Interessados em formas de compreensão e exposição à vida mais livres, menos falsamente limitadas, Rafael e eu também trocamos muito sobre o medo. O medo, esse que se apresenta com tantas caras, esse que não devemos negar, falsamente corajosos. Melhor mantê-lo perto de nós e observá-lo atentamente, distinguindo: cautela, prudência, cuidados com nossa auto-preservação e a de outros, receio, expectativas positivas e negativas, medo...

“Quando você nasceu, eu tive medo... eu tive medo que você não gostasse daqui... eu tive medo que você gostasse demais daqui...” Há muitos anos atrás, na cena de um teatro do Espaço Caixa Cultural, perto da estação Carioca do metrô do Rio de Janeiro, a voz de Denise Stutz ecoava, dizendo uma lista de medos que ao se tornar mãe alguém tivera, dos quais retive os dois mencionados. Era uma cena como uma *Pietà* invertida, onde o filho, vivido por Gustavo Círiaco, tinha nos braços Denise como a mãe amortalhada. Em gestos lentos ele a envolvia em panos, abraçava e carregava enquanto eu me dava conta do que via e ouvia.

Dava-me conta do quanto pode ser transmitido entre mãe e recém nascido: “quando você nasceu, eu tive medo”. Contato, contágio tônico, comunicação não verbal, tantos cursos, tantos livros, tantos grupos de estudo até que um dia, indo ao centro da cidade para banhar-me no trabalho de artistas apreciados, sentada na arquibancada do teatro, dou-me conta. Compreendo por ressonância. Que avassaladora a experiência de um bebê lidando com tantas qualidades vibracionais! Vozes, braços que o apertam temerosos, cafunhos sussurrantes... Dou-me conta do hábito do medo, de sua insidiosa instalação dentro de nós, de seu poder limitante. Entrou na pauta da reunião com Rafael naquela semana, mas aqui o medo abandona nossa história, quem sabe será abordado no futuro, em outra história.

Quais são as maneiras de se conhecer o mundo estando nele? Não temos que portar uma mente apregoadada como dividida entre um funcionar linear e outro holístico. Meu cérebro, com seus dois dissecados hemisférios, dispõe de um corpo caloso através do qual esses hemisférios se comunicam. A anatomia sugere ponte, conexão. Perigoso argumento, o que se vale do que se pode observar no corpo físico? Considero o corpo físico, que podemos alcançar com nossos cinco sentidos, muito inspirador à pesquisa e ao pensamento! Muitas vezes tenho percebido naquilo que nossos sentidos externos alcançam, indícios do impalpável, do inaudível, do invisível. É interessante o que Maria Cristina Franco Ferraz encontra em Bergson, a quem fui também procurar:

Que haja *solidariedade* entre o estado de consciência e o cérebro, é incontestável. Mas há *solidariedade* também entre a roupa e o prego onde ela está pendurada, pois se retiramos o prego, a roupa cai... Assim, de que o fato psicológico esteja pendurado em um estado cerebral, não se pode concluir o “paralelismo” das duas séries psicológica e fisiológica. (Bergson, 1999, p.5, grifo meu)

Bergson estabelece um vínculo de *solidariedade* entre o estado de consciência e o cérebro, mas postula uma diferença de natureza entre essas duas instâncias, barrando a via ao gesto de redução de uma delas à outra. (Maria Cristina Franco Ferraz, 2010, p.66, ênfase da autora)

Solidariedade é uma palavra que venho empregando há algum tempo atuando como eutonista. Recordo o dia em que me dei conta de que era de solidariedade a relação entre cintura pélvica e cintura escapular. Tenho me alegrado ao perceber a ressonância dessa palavra em meus alunos, durante suas pesquisas de movimento. Meus dois hemisférios cerebrais existem *juntos*; os dois lados de meu corpo, o esquerdo e o direito, atuam solidariamente: faz sentido ter duas mãos, dois olhos, ouvidos e pés. Tanto que quando nos faltam, parcial ou totalmente, buscamos substituí-los recorrendo à nossa cultura riquíssima em órteses e próteses. Nosso corpo é uma sucessão de experiências de que dois se juntam e produzem algo mais: dois olhos geram profundidade de visão,

dois pés de revezam em apoio e balanço criando deslocamentos no espaço, duas mãos, ah! duas mãos... cozinham, pintam, desenharam, limpam a casa, abotoam e desabotoam camisas, esculpem, plantam, tocam guitarras e flautas e pianos, fazem curativos, costuram rasgos nos tecidos de outro corpo, dão as mãos a outros para cirandar... chegam a digitar dissertações! Infinita a coleção do que podemos com duas mãos! Com muitas duas mãos então...

Lendo a introdução de *O Conhecimento da Vida*, já começo amando Canguilhem e discordando dele. Afinidades. Sua primeira frase, nessa introdução nomeada O pensamento e o vivente, é:

Conhecer é analisar. (Canguilhem, 2012, p.1)

Para mim, conhecer não é analisar, reflito, embora analisar faça parte do que seja conhecer. Tanto é assim, que tenho em minha mesa um bom livro de provas de função muscular, que nos permite conhecer/consultar, praticamente músculo por músculo, os movimentos que estes realizam, numa abordagem analítica que não deixa de ter função para quem trabalha o corpo humano das maneiras como faz um eutonista, que o considera em sua globalidade.

Mas se o conhecimento é análise, mesmo assim não é para permanecer nisso. (Canguilhem, 2012, p.1).

Essa é a frase que abre o segundo parágrafo da introdução de Canguilhem. Por isso é bom: acessarmos um estado interno em que nos sentimos tendo tempo, praticarmos paciência e conversarmos com calma, atentos a afinidades e ressonâncias - como na objetividade feminista proposta por Donna Haraway (1995) - e menos bélicos. Por enquanto somos, Canguilhem: você, Donna Haraway, Bruno Latour, Rafael Vergara, Michel Foucault, Gerda Alexander e eu, atentos a que nossos pensamentos não se disparem a funcionar entre nós e entre nós e o mundo como véus teorizantes. Posso estar equivocada, mas vejo nesses autores essa atitude. Precisamos estar atentos e fortes afinal,

...ora o homem se maravilha com o vivente e ora, escandalizando-se por ser um vivente, forja, para seu próprio uso, a ideia de um reino separado. (Canguilhem, pag. 3, 2012).

Forja. Quer dizer que nos metemos com metais e nos metemos com o fogo, ferrenhamente empenhados na ideia de um reino separado. Quanto empenho e suor

para nos separarmos, para criarmos, não um reino separado, mas sua ideia, e então podermos viver na ilusão da separação.

Não há separação. A casa atrás da minha, vazia há vários meses, entrou em reforma. Há um muro que separa as duas casas, em sua materialidade é metade responsabilidade dos vizinhos, metade minha responsabilidade. Os operários colocaram enormes redes em volta de toda a casa. A obra acontece dessas redes para dentro, para lá. Estamos separados, tão separados que a poeira de suas paredes demolidas se aloja agora na mesa de minha cozinha. Tão separados estamos que o rato que provavelmente lá vivia, expulso pela horda de humanos, escondeu-se atrás de minha geladeira até ser atraído por um pedaço de bacon e morto no mecanismo de uma ratoeira. Tão separados que uma família imensa de formigas migrou – para isso usando o muro – para minha área de serviço rumo à cozinha. A obra da casa vizinha está dentro da minha cozinha.

Não basta pegar, pagar e usar: a ratoeira, a faxineira, a dedetização. Os olhos de Donna Haraway (1995) me ajudam a olhar as coisas como estão.

Pergunto a Canguilhem: Quantos olhos brilharam te ouvindo dizer que

o conflito não é entre o pensamento e a vida no homem, mas entre o homem e o mundo na consciência humana da vida” (Canguilhem, 2012, p.2)

Suas afirmações me impactam, Georges, vejo sua convocação a que usemos melhor nossa consciência, que a usemos para perceber objetivamente o mundo em que estejamos vivendo e além. Tenho te lido muitas vezes e lerei e repetirei certas colocações suas muitas vezes mais, pois escuto aqui dito em outro tempo e em outro lugar, de outra boca que não a minha, que *conhecemos* pela necessidade de fazer algo com as tensões em cuja composição tomamos parte, tanto na lida em nosso mundo interior, quanto na lida com nosso mundo exterior. Em Eutonia, é com isso que trabalhamos, com tensão. Gerda Alexander (1983) percebeu o humano através do *tônus*. Atualmente, eu percebo a Eutonia de Gerda através do *contato*. Percebo ambos conectados a *tensão*, a *fluxos de tensões*, à compreensão do homem num mundo, num espaço. E aprecio que você, Georges, situe o *conhecimento* bem aqui, na nossa vida acontecendo, permeando nossos embates cotidianos, conhecimento como ferramenta de viver.

É que desejo aqui fazer uma escrita, seja sobre o vivido, seja sobre o a ser vivido, sem me afastar de meu corpo, sentindo-o, estando nele, meu corpo como ferramenta de viver, meu corpo oficina, lugar de trabalho.

4 A Pele

Estimula-se a sensação da pele, por exemplo, por meio do uso de varas de bambu; também tocando o aluno...ou, ainda, o aluno tocando-se a si mesmo. Mas o importante é conseguir perceber a diferença entre o limite de si e aquilo que nos rodeia, o mundo externo. (Alexander, 1997, p.54)

Morsas, botos, morcegos, ratos em geral, gatos, leopardos, focas, leões marinhos, lobos marinhos, seres humanos, aves insetívoras... o que temos em comum? Vibrissas. Vibrissas são pelos extremamente sensíveis. Normalmente presentes na face de mamíferos, mas também em volta do bico de certas aves, auxiliando na captura de insetos (Houaiss, 2001). Para as morsas, cumprem a função de localização de moluscos dos quais se alimentam e que vivem escondidos no leito dos mares; leopardos cerram seus olhos protegendo-os ao atacar uma presa e, com as extremidades de suas vibrissas apontadas para esta, detectam se está viva ou morta. Gatos podem captar terremotos a grande distância pelas vibrações de suas vibrissas. Nos humanos, encontram-se no nariz e têm função nobilíssima: reter micro-partículas de poeira, filtrando o ar de maneira que este chegue a nossos alvéolos mais limpo.

Humildemente inspirados pela existência das vibrissas, escrevemos a pele.

A pele é o tecido que nos reveste em todo o corpo. Tecido de revestimento, constitui-se como fronteira não isolante, enclausurante ou encarceirante. Trata-se de um tecido de revestimento devotado ao contato.

A pele é uma variedade de contingência: nela, por ela, com ela, tocam-se o mundo e o meu corpo, o que sente e o que é sentido, ela define sua borda comum. Contingência quer dizer tangência comum: mundo e corpo cortam-se nela, acariciam-se nela. (Serres, 2001, p.77)

A pele exhibe uma impressionante *continuidade*, tudo revestindo sem se interromper. Exhibe pregas nas articulações, pregas que denunciam sua participação nos movimentos. Mudo de posição na cadeira, cruzando minhas pernas, como um recurso que meu corpo articulado me oferece para poder continuar sentada escrevendo.

O corpo gosta e necessita de movimento.

Meu corpo me diz que eu gosto e necessito de movimento.

São maneiras diferentes de dizer e de viver; são de mundos diferentes coexistentes. Mundos coexistentes *bem* diferentes e no entanto coexistem. Observo o aspecto

afirmativo genérico da primeira dessas frases: “O corpo gosta e necessita de movimento.” Relendo meu texto, após a releitura recente de “O animal que logo sou”, de Derrida, o emprego que fiz do *singular genérico* me salta aos olhos me chocando. Diz Derrida:

Neste conceito que serve para qualquer coisa, no vasto campo do animal, no singular genérico, no estrito fechamento deste artigo definido (“O Animal” e não “animais”) seriam encerrados, como em uma floresta virgem, um parque zoológico, um território de caça ou de pesca, um viveiro ou um abatedouro, um espaço de domesticação, *todos os viventes* que o homem não reconheceria como seus semelhantes, seus próximos ou seus irmãos. (Derrida, 2011, p.64 e 65)

E mais adiante:

Esta concordância do senso filosófico e do senso comum para falar tranquilamente do Animal no singular genérico é talvez uma das maiores besteiras, e das mais sintomáticas, daqueles que se chamam homens. (Derrida, 2011, p.77)

O corpo gosta e necessita de movimento.

Sacudida por Derridas, reflito: suponhamos que alguém que não veja graça, que não experimente gosto algum em movimentar-se, me procure, por qualquer razão, para aulas ou sessões de Eutonia. Suponhamos que, num descuido, eu diga uma frase como essa: o corpo gosta e necessita de movimento. Como meu visitante receberá tal afirmação? Poderá se sentir mal, acreditar que há algo de errado com ele? Conferirá maior peso à afirmação de uma “especialista” do que a sua própria experiência? Poderá ter atizado seu mecanismo condicionado de obedecer cegamente às indicações do professor? E quanto ao meu prazer com o movimento? Conheço bem o número de horas que tenho empregado em discernir as situações em que movimentar-me de fato é um prazer e quando se faz simplesmente perpetuando condicionamentos. Quantas voltas na Lagoa se deram por puro deleite, quantas entraram na conta da ansiedade de combater uma vida sedentária? Quantos automatizados passos foram dados em seguida à leitura dos cadernos de jornais dedicados a *saúde e bem estar*? Quão pouco temos nos aventurado em procurar saber o que nos faz bem viver! O exercício. O corpo. O animal. O singular genérico. Mudo de posição mais uma vez na cadeira, me levanto, me espreguiço, me pregueando e despregueando a pele.

A continuidade da pele nos revela um detalhe importante sobre nossos movimentos: um pequeno movimento, o menor que possamos imaginar, existe na totalidade do corpo. Uma discreta mudança na direção dos olhos, um pequeno gesto que pretendíamos fazer

mas algo nos fez deter e existiu apenas como um esboço, podem ser vividos, percebidos, como um movimento do corpo como um todo. Basta para isso que estejamos presentes nele todo, sentindo-o, o que não é pouco. Isso tanto é algo que *procuramos*, como é algo que *nos acontece*. A percepção consciente da totalidade do corpo em qualquer mínimo gesto não é uma habilidade específica, necessária - por força da profissão - apenas a alguns, como os dançarinos, atores, lutadores, acrobatas ou esportistas, que supostamente a teriam ou deveriam ter melhor desenvolvida. Todos temos corpos ou estamos nos corpos. Suspeito que a escolha entre os verbos ter e estar para formar a afirmação anterior, esteja relacionada a momentos de nossas mentes funcionando em modo mais possessivo, confinado ou mais espacial, aberto, amoroso. Estar no corpo não é uma condição correspondente apenas a algumas profissões ou situações específicas da vida. Todos temos corpos ou estamos nos corpos.

Meu corpo, *topia* implacável. (Foucault, 2013, p.7)

Topia implacável envelopada por pele. Lembro minha satisfação ao ouvir o professor francês, num curso de final de semana em São Paulo³⁰ sobre Ergonomia no Ambiente de Trabalho, tecer considerações enfáticas sobre a importância da manutenção da elasticidade da pele para a excelência dos gestos laborais. Ele alertava para a necessidade, caso uma pele sofresse lesão geradora de cicatriz, de que esta fosse convenientemente tratada, evitando-se a ocorrência de retrações, bem como alterações permanentes de sensibilidade e consequentes diminuições nas amplitudes articulares. Minha satisfação vinha de ouvir a pele, tão evidentemente presente – envelopando-nos a todos - quanto pouco mencionada, encontrar espaço no discurso do professor. Tenho observado que podemos encontrar *trabalhadores do corpo*, como bailarinos, esportistas, educadores físicos, altamente especializados, que desenvolveram habilidades específicas sofisticadíssimas para certas ações que lhes cabe desempenhar mas não para todo e qualquer movimento de suas vidas. E no entanto nossa pele faz exatamente isso, permeia constantemente nosso contato com o ambiente à nossa volta. Ela o faz, mas faz diferença quando estamos sabendo disso. Na dor, muitas vezes podemos nos dar conta disso. Basta um pequeno ferimento, um ardor em algum ponto do corpo, para que toda nossa atenção convirja para aí e percebamos que esse minúsculo evento nos afeta

³⁰ Até então não encontrei meu certificado desse curso ou algum outro documento de forma a poder incluir no texto as referências cabíveis.

inteiros. É uma prioridade, a prioridade de preservação da integridade tecidual corporal chamando atenção com força.

Entre espaço interior e espaço exterior, a pele.

A pele segue em sua continuidade corpo a dentro, invaginando-se e revestindo-nos internamente. Sim, muda de aspecto e de nome mas não vemos ruptura entre a pele, sua especialização nas junções mucocutâneas e nossas mucosas de revestimento dos tratos respiratório, gastrointestinal e urogenital. O trato respiratório comunica-se com o espaço exterior através das aberturas das narinas, por onde o ar entra e, tendo frequentado-nos até a intimidade alveolar, sai. O trato gastrointestinal se comunica com o exterior através da cavidade da boca - onde habita a língua - como lugar de ingresso do alimento e através do orifício do ânus, no final do intestino grosso, para a eliminação do bolo fecal. Observando o desenho do corpo, acho interessante perceber que um (trato) tem uma única conexão com o meio exterior, para entrada e saída do ar, enquanto o outro se configura como um percurso mais verticalizado – se consideramos o corpo de pé – que conta com uma abertura de entrada e outra de saída no que se refere ao processamento dos alimentos. O trato urogenital apresenta diferenças morfoanatômicas no corpo de mulher e no corpo de homem. Em ambos serve às funções de excreção da urina, de sexo e de reprodução. A produção de urina me mostra uma conexão com a ingestão alimentar, mas separamos no corpo, para fins de excreção, sólidos e líquidos. Se um bebê humano for o resultado de um ato sexual entre um homem e uma mulher, nesta, pela mesma abertura por onde entrou o membro masculino, poderá nascer o bebê, configurando um caminho semelhante ao do ar que processamos, que nos entra e sai pelo mesmo lugar. Mas, vejo agora, terão sido trocadas carícias na pele e o prazer do encontro terá abrandado a musculatura ao redor dos lábios, fazendo com que se abram, não para a ingestão de comida ou de ar mas para que beijos e gemidos sejam compartilhados. E a respiração? Não terá passado incólume pelo encontro amoroso, experimentando mil e uma variações. Parece que eu havia me perdido numa aproximação apenas topográfica ao espaço interior e à pele, antes de me lembrar do amor!

Tempo de gestação, distinto do tempo de um alento ou do tempo de digestão de uma refeição. *Num mesmo corpo, convivem várias temporalidades.*

Às vezes me vêm com tanta clareza! Que podemos viver, sentir o tempo de diversas maneiras! Olho meus alunos e vejo com o que é que eles trabalham: consigo, em seus corpos, com o chão, com a parede, com o espaço circundante, com o tempo. Às vezes com bambus, com bolinhas, mas o tempo... sempre está presente! - Você percebe que trabalha com o tempo? Empregue uma certa liberdade para usar o tempo, admita que talvez não saiba o tempo que necessita para fazer um certo movimento, deixe livre, deixe o corpo te mostrar! Sentir o tempo, experimentar...

Fazemos pela superfície da pele uma constante perda de água, o que lhe confere umidade, além do suor, através do qual a pele regula nossa temperatura corporal. E pelos canais lacrimais, localizados nos olhos, vertemos lágrimas seja como expressão de emoções ou como expressão do contato com o ardor de cebolas, com o sabor da raiz forte, com aromas fortes, desagradáveis ou tóxicos. A pele entrou transformada a tudo revestir mantendo-nos em contato com o espaço exterior. A pele, tecido de contato, tecido para o contato, tecido contato.

4.1 A pele – sensibilidade consciente – a barra

Muitas vezes dou aulas de Eutonia em salas que possuem barras de ballet. Que recurso interessante! Muitos alunos de Eutonia tiveram e/ou têm experiência com aulas de ballet e com outras aulas de movimento e dança onde também se trabalha *na barra*. Numa etapa inicial de contato com a Eutonia, se peço aos alunos – *a frio*³¹ - que se espreguicem livremente em contato com a barra, segurando-a com suas mãos, geralmente impressiona-me o tempo que necessitam para atravessar camadas e camadas de registros de movimentos condicionados que têm armazenados dentro de si, certamente no arquivo classificado como: “movimentos na barra”.

Sinta a barra. Não segure a barra ainda, apenas pouse sua mão sobre ela. Como se combina sua mão com o formato da barra? Sua mão, que tem essa possibilidade tão interessante de se amoldar ao que toca. Mas não segure, apenas esteja aí a sua mão. Esqueça o que seus olhos virem, sinta com sua mão: de que é feita essa barra? Como é sua temperatura? Mais quente que sua mão, mais fria? Nem uma coisa nem outra? Agora segure, envolva a barra com sua mão segurando-a. Você emprega um esforço justo, para essa ação de segurar a barra? Não precisa apertar, apenas segurar. Faz esforço a menos? Ajuste. Percebe esforço a mais? Esforço na outra mão, que está livre, na extremidade de seu braço ao longo do corpo? Experimente puxar a barra com sua mão. O que acontece? Sinta seus pés no chão. Gente, (agora falando um pouco mais rápido) soltem a barra, sintam suas duas mãos, os dois lados

³¹ Quero dizer, no início da aula e sem tê-los “aquecido” com um inventário.

de seu mesmo corpo, caminhem pelo espaço, observem que movimentos estão aí querendo existir, que movimentos vocês tem vontade, necessidade de fazer nesse momento... E por favor, voltem ainda na barra e experimentem mais uma vez, essa aproximação à barra com suas mãos, apenas tocando, apoiando suas mãos na barra ainda sem segurar. Veja que, enquanto apoios, estão trabalhando juntos: você, o chão e a barra. Beleza! Experimente então segurar. Veja como sente, se muda algo nas sensações em seu corpo. E se você for puxando a barra para você? Tocar, segurar, puxar, percebe as diferenças entre essas diversas ações nas sensações com seu corpo? Com sua pele, com seus tecidos macios, com seus ossos? Só nas mãos? Em outras partes de seu corpo também?

Um trabalho como esse pode ser feito após termos pesquisado - tanto tocando, localizando, como movimentando - os ossos de nossa cintura escapular, dos braços e das mãos. Eu acho muito instigante propormos aos alunos um trabalho com sua sensibilidade consciente que envolve um elemento - no caso, a barra - condicionadamente familiar. Muitas respostas positivas tenho testemunhado insistindo nessa qualidade de trabalho. Uma resposta que considero altamente positiva seria quando alguns percebem que, nesse simples *puxar a barra* todo o seu esqueleto participa ou que muda, sensivelmente, a relação de apoios entre seus pés e o chão ou ainda quando, espontaneamente - sem serem apontados pelo professor - se dão conta de diferenças entre um lado de seu corpo e o outro. “Mas, professora, como posso trabalhar quando sinto mais força numa de minhas mãos conforme vou puxando a barra? Como posso melhorar isso?” Uma possível resposta da professora eutonista: “Comece observando o que acontece em suas mãos, e no seu corpo todo, se você apenas observa, diretamente, sensivelmente, objetivamente, sem achar nem certo nem errado, essa diferença. O que vai acontecendo?” Trabalhando em Eutonia, evitamos corrigir o aluno ou paciente, valorizando sua percepção de si mesmo. Valorizamos também a paciência, o tempo, um “deixar que as coisas aconteçam”, dando tempo ao corpo de que vá revelando seus movimentos internos, de pesquisa e conquista de melhor organização e fluxo nos espaços dentro si. Claro que o profissional muitas vezes se encontra com dificuldades, barreiras feitas com a ansiedade dos alunos em serem apontados e corrigidos. Se o prêmio - ou o castigo, tanto faz - não vêm, muitos alunos sentem como se nada estivesse acontecendo. São momentos delicados, de avaliação muito fina... É uma arte, é uma ciência, é um ofício exercido com amor.

4.2 Um seminário de pele

São Paulo, janeiro de 2014.

Sou convocada por minhas colegas do Instituto Gerda Alexander a participar intensamente no módulo³² desse mês, trabalhando especificamente com nossa turma de terceiro ano. Dentro do programa que recebo para realizar, farto em vivências, há um seminário de pele que me corresponderia acompanhar. As tarefas que nomeamos seminário, solicitamos que os alunos façam após terem tido tanto vivências práticas quanto aulas teóricas com o tema que terão que abordar. Muitas vezes - reportando-me a experiências anteriores - o trabalho que se mostrava necessário junto aos alunos era a insistência de que incluíssem suas vivências, suas experiências, no corpo do seminário, evitando reduzi-lo a uma exposição teórica, anatomofisiológica.

As duas alunas a cargo do seminário iniciam seu trabalho solicitando ao grupo que se deite no chão da sala de forma a ir usando o passar do corpo pelo chão como uma maneira de observação atenta, consciente da própria pele. Uma delas vai dando indicações verbais nesse sentido. Ela tem nas mãos um tambor do mar. É um instrumento de percussão de formato circular, achatado. Podemos imaginar um pandeiro redondo que fosse fechado dos dois lados e dentro há areia ou pequenas pedrinhas de forma que, quando movido, elas se deslocam e se ouve um som parecido ao de uma chuva grossa caindo, ou de ondas do mar. De quando em quando, a intervalos irregulares, ela faz soar o tambor do mar e ouvimos também o som de sua voz nos guiando na proposta. Vou me espreguiçando, sentindo o toque entre minha pele e o chão. Há um momento em que a outra, sim, sei que é ela, passa uma pequena toalha pelo meu rosto, delicada e firmemente. Eu havia visto uma cesta com pequenas toalhas coloridas entre o material que elas preparavam antes do início do seminário. Eu havia mesmo pensado: “Se elas forem usar essas toalhinhas para sensibilizar a pele das colegas, dependendo da maneira como farão isso, é necessário que lhes avisem. Bom, não sei como farão, se vão distribuir o material para que cada uma se trabalhe, vamos aguardar e ver como vai acontecer.” De forma que quando a toalha tocou meu rosto eu de fato já sabia que isso poderia vir a acontecer e a sensação foi apenas boa, muito boa. Em seguida, tendo sido orientado o término dessa primeira etapa do trabalho, a outra anuncia que vai ler uma história e pede que cada uma de nos se posicione de maneira a ouvir a história podendo captá-la com todo o corpo, observando como a história nos toca a pele, como nossa pele vai respondendo à história. Escolho manter-me de pé, como já estava.

É uma história bonita, longa, de um homem há muito tempo solitário, que se apaixona por uma mulher foca e pede-lhe que venha viver com ele. A mulher foca, sensível à queixa de solidão do homem, aceita. Eles vivem juntos e tem um filho e à medida que o tempo vai passando a mulher foca vai envelhecendo, perdendo o brilho de sua pele de foca, se ressecando, enrijecendo, encarquilhando, pois há muito tempo não vive no mar com seu povo foca. A mulher foca acaba indo embora, o que traz muito sofrimento a seu filho, mas eles acabam resolvendo isso, pois ela ensina ao filho uma maneira “foca” de respirar que lhe

³² Nosso curso de formação tem um formato em módulos mensais, durante os finais de semana, sendo alguns mais longos, nos quais procuramos aproveitar a conveniência de feriados.

permite ir visitá-la no fundo do mar e ela também vem visitá-lo junto à costa. Assim eles mantêm sua comunicação, ele na terra, ela no mar. É como me lembro da história.

Um pouco depois de ter iniciado o relato, a aluna interrompeu-se e pediu às colegas que de fato se disponibilizassem a fazer uma audição da história com toda sua pele, com seu corpo, deixando-o livre para responder, que essa era a proposta. “Nos precisamos disso”, ela disse ternamente. Percebi um tom de honesta sinceridade em seu pedido. O tempo do pedido, que introduziu um breve corte na história, foi bom para mim que, até então, ouvia a história disponível e, ao mesmo tempo, puxava pela memória da reunião preparatória do módulo. As coordenadoras da turma haviam me dado que detalhes sobre esse seminário? Que indicações haveriam elas passado aos alunos? Como haveriam solicitado a tarefa? Tambores do mar e histórias de foca estariam dentro? Mas ouvir o pedido ampliou minha entrega. Era um pedido necessário pois, embora tendo meus olhos fechados, percebia no grupo uma atitude de “ir se sentando”, como se fossem indisponibilizando os próprios corpos, passando a ouvir apenas com os ouvidos. Depois pareceu-me que o trabalho cresceu, voltando a ser melhor respondido pelo grupo. O que teria acontecido? O bom e velho condicionamento? “Bem, se vou ouvir uma história, e já tendo ouvido tantas, me sento ou me deito e existo nos meus ouvidos”. Mas aqui o pedido honesto sincero abandona nossa história.

Em mim, a pele e o espaço interior do corpo respondiam através de movimentos espontâneos, nessa qualidade de movimentos que acontecem por si mesmos, sem que os pré decidamos, sem que os pré pensemos. A menção à pele da foca me trazia imagens belas, de pele lustrosa, brilhosa ao luar, de pele molhada pelo mar. Houve um momento em que a outra tocou meu ombro direito deslizando por ele a toalha dando-me uma sensação muito boa de maior espaço em meus tecidos.

Terminado o seminário, ficou muito viva em mim uma pergunta: como se dá o acesso ao conhecimento da pele? Como a conhecemos? Quais as vias de acesso ao conhecimento da própria pele? Afinal, conhecer mais a pele era um objetivo do seminário. Sentia-me mais na minha (pele); ouvi quando uma aluna comentou que durante o seminário havia percebido que sua pele ouvia o som do tambor do mar. Ela parecia impactada dizendo ser a primeira vez em que havia se dado conta de que não ouvia apenas com seus ouvidos, que sua pele ouvia, ela repetia. Hoje ela conheceu algo novo sobre sua própria pele, eu me disse, confirmando aquela forma de seminário como uma forma eficiente para a promoção do acesso à pele, a seu conhecimento. Munida do registro de sua experiência, a experiência de voltar aos livros investigando a pele em sua anatomia e funções talvez se configure como uma leitura mais rica em significado. Se a volta aos livros se der em uma reunião no formato de um grupo de estudo, talvez essa riqueza se multiplique pelos fenômenos de contato que podemos observar quando nos reunimos em torno de algum interesse, pela necessidade de querer saber algo.

5 Os silêncios e as palavras

Michel Serres (2001), em seu livro *Os cinco sentidos – Filosofia dos corpos misturados*, nos conta:

Um dia eu falava para um auditório, atentos ele e eu, em um palanque de conferência. Súbito, uma vespa me picou no lado interno da coxa, a surpresa somou-se à dor aguda. Nada na voz ou na entonação denunciou o acidente e o discurso foi concluído. Esta recordação exata não pretende alardear uma coragem espartana, mas indicar apenas que o corpo falante, a carne plena de linguagem não tem muita dificuldade em continuar na palavra, aconteça o que acontecer. O verbo ocupa e anestesia a carne... Nada insensibiliza mais a carne do que a palavra. Se eu estivesse cheirando uma grinalda de flores, provando um confeito, segurando um bastão com a mão fechada, o aguilhão da vespa ter-me-ia arrancado gritos. Mas eu falava, em equilíbrio dentro de um sulco ou de um claustro, no interior da *couraça discursiva*... Falamos para nos drogar, militantes como egotistas. (Serres, 2001, p.54, grifo meu)

Essa colocação – que considero extremamente pertinente – de Serres, me fez lembrar o trabalho persistente que tenho feito com meus alunos no sentido de ajudá-los a se darem conta de que podemos ouvir com o corpo todo, não apenas com os ouvidos. Serres concorda, diz ele:

O tato vê um pouco, ele tem ouvido. (Serres, 2001, p.46)

De fato ouvimos com o corpo todo mas, muitas vezes, negamos ou anulamos o que percebemos no outro, além de suas palavras, encarcerados no hábito de super valorizá-las. E o que sinto em meu corpo ao ouvi-lo? Qual a minha experiência se o ouço, ouvindo-o com todo o meu corpo, percebendo-o? E igualmente falamos com o corpo todo, não só com nossas palavras. Então a fala que fazemos sem nos esquecermos de nosso corpo, sentindo nosso corpo, é diferente da fala que é feita só de palavras, se é que tal fala existe. Não estou aqui me referindo aos gestos que acompanham nossa fala, mas sim à capacidade de nos mantermos presentes em nosso corpo, sentindo-o. Temos um treino grande, enorme, em falar e ouvir apenas palavras. Por isso é tão importante o trabalho de, ao falarmos ou ouvirmos, mantermos contato conosco através de nosso corpo. Isso muda tudo. Na verdade, é um exercício específico que fazemos com nosso próprio pensamento, ao falar e ouvir estando conscientemente no corpo. Muitas vezes, ao final de uma aula, pergunto aos alunos se querem comentar o trabalho. É um momento em que, se percebo a necessidade, costumo alertá-los para que façam a experiência de ouvir – ou falar – com o corpo todo, que mantenham essa conexão que, muitas vezes, a prática da Eutonia permite acessar.

O que os participantes experimentam durante a ação e o que exprimem verbalmente ao fim do trabalho muitas vezes é de uma profundidade incomum. As palavras também parecem readquirir a sua força de expressão e comunicação. O que se exprimiu ainda há pouco por mímica e postura, é expresso então pela palavra, sem apelo a qualquer chavão. Essa concordância entre a expressão corporal e a língua, sinal de encontro sutil entre as manifestações do consciente e do inconsciente, ocorre muito raramente na vida cotidiana; daí a importância de tais encontros para os envolvidos, como preparação para uma maior unidade psicossomática. (Alexander, 1983, p.xvi)

É muito interessante observar quando o grupo de fato mantém esse espaço – de conexão consigo (e com o outro) através do corpo – que palavras isso gera, que tonalidades de voz, através de quê vai se fazendo a comunicação, o que nos acontece internamente ao nos escutarmos nesse espaço. Fazemo-nos maiores, não apenas falantes. Não vestimos a *couraça discursiva*. As palavras de Serres me levaram a me dar conta de que há muito tempo venho insistindo com meus alunos nesse trabalho, de nos comunicarmos com as palavras sem vestirmos a *couraça discursiva*. Às vezes, tudo degringola muito rápido, os alunos começam a falar e logo desaparece esse espaço de troca diferenciado, mais expandido, sendo substituído por uma comunicação habituada, onde o saber-se no próprio corpo sucumbe, deixando de existir. Vejo então que, a cada momento, há muitas possibilidades diferentes de existirmos, há muitos mundos possíveis e estamos a cada passo na situação de enveredar por algum deles. Não sei se estamos em posição de escolha, propriamente.

Uma escrita é um processo que também envolve palavras. Há pouco tempo, tive a oportunidade de viver uma experiência interessante quanto a isso. Como aluna bolsista no percurso do mestrado, correspondeu-me cumprir um estágio docência. Associada à professora Ana Cláudia Monteiro, responsável pela disciplina, criamos uma matéria eletiva para a graduação do curso de Psicologia da Uff. A disciplina foi concebida como uma alternância entre aulas práticas e teóricas, onde a prática se constituiu através de oficinas de Eutonia orientadas por mim. Nas aulas teóricas, a professora Ana Cláudia abordou principalmente o filósofo Michel Serres, tendo indicado a leitura de seu livro *Os cinco sentidos – Filosofia dos corpos misturados*. Como trabalho a ser entregue para sua avaliação, pedimos aos alunos que compusessem um texto relatando suas experiências com as aulas tanto teóricas quanto práticas, debruçando-se sobre o que percebiam como seu entrelaçamento. Devo adiantar que recebemos um belo e consistente material! Como estratégia didática que garantisse aos alunos os registros com os quais comporiam seus textos, dediquei logo no primeiro encontro aproximadamente os vinte minutos finais da prática para que eles, permanecendo na sala de aula, escrevessem suas anotações. Antes que eles o fizessem, trouxemos de volta para o interior da sala as cadeiras que havíamos

retirado no início da aula, de forma a termos espaço disponível para os trabalhos no chão e de movimento. Cadeiras recolocadas, cadernos e canetas nas mãos, eis que um silêncio forte, presente, foi inundando o ambiente. Esse silêncio chegou e permaneceu, permeando todo o tempo da escrita. Recebi um impacto. Havia uma qualidade no ar que creio que seja a qualidade que humanos emanam quando, conectados com algo que viveram recentemente, vão transformando isso em palavras para si mesmos. Essa qualidade aconteceu a cada vez. Havia silêncio também durante as práticas, em muitos momentos. Mas esse – o da escrita – era um silêncio específico, diferente. Talvez tenha sido tão tocada por ele devido ao meu interesse em desenvolver minha escrita a partir de uma boa conexão tanto comigo como com o tema sobre o qual esteja escrevendo. Um forma de conexão que passa por sentir-me em meu corpo. Na última aula do semestre, Ana Cláudia pediu que cada aluno comentasse seu próprio trabalho escrito. Lembro-me que uma aluna comentou que havia percebido que, conforme ia lendo suas notas das aulas, era como se seu corpo fosse se lembrando e revivendo a experiência. Deí-me conta de que seu texto era eficiente para colocá-la em contato com algo que ela havia vivido. Suas palavras lhe evocavam a experiência.

Como “O poema de Mury – discreta homenagem a um amor que existe em mim”, cujas palavras me chegaram durante um banho, apresentado na epígrafe dessa dissertação. Eu leio e recordo o que vivi; um amigo, ausente tanto do passeio quanto do banho, mas conhecedor de Flora e do jardim, diz: - Puxa, dá para ver tudo que você está falando! Que acontecerá com o leitor que nem fez o passeio dançarino, nem conhece o jardim e nem nunca ouviu o latido peludo de Flora? Será convidado a dançar? Segundo Larossa (2009), para Nietzsche, livro bom é o que faz dançar. Com Ana³³, conheci Larossa, que me falou da inquietude de Nietzsche, assim:

...porém o que Nietzsche tem de inquietude, o que no texto de Nietzsche funciona como um catalisador de nossas perplexidades, atravessa o século e pertence, sem dúvida, ao futuro. (Larossa, 2009, p.08)

³³ Refiro-me a Ana Carolina Bonjardim Filizzola, colega que se formou no Instituto Gerda Alexander cujos trabalhos escritos acompanhei, tendo nesse processo muitas vezes saboreado o prazer específico de pesquisar algo pela necessidade de responder ao aluno, o saber do aluno provocando o meu.

6 A argila - Gerda, Gisela e Guattari – Transformação irreversível

Foi com minha pele aluna que senti a porção de argila distribuída por Lys Palsvig³⁴ numa aula do curso de formação em Eutonia. Tocando-a, senti-lhe a textura, a consistência, a temperatura. Nossa interação com a argila perpassa todos os nossos tecidos. É desde dentro de nossos ossos que a transformamos, contando com nossos músculos e as fascias que os envolvem, mantendo a convocação da pele, quer o percebamos conscientemente ou não. Lys nos pediu que, de olhos fechados, modelássemos um corpo humano. Lembro-me que fiz uma figura francamente feminina, lembro-me do volume dos seios e que, ao olhá-la colocada no chão diante de mim, achei-a um tanto atarracada, suas coxas parecendo-me muito grossas. Podia ficar de pé. Houve entre os colegas um que atribuiu-lhe o adjetivo *figura primitiva*, por lembrar-lhe modelagens feitas por povos muito antigos. Lembro-me que ao iniciar o trabalho, conhecendo-o já por tê-lo realizado anteriormente, vi-me impaciente, como pode se sentir um aluno que acha que o professor está repetindo conteúdos já apresentados ao invés de seduzi-lo com *novidades*. Lembro-me que essa impaciência dissolveu-se no envolvimento espontâneo com a tarefa proposta. Passaram-se muitos anos. Ao longo deles, como eutonista atuante, pouco usei essa proposta de Gerda: a modelagem de uma figura humana pelos alunos, como forma de perceber-lhes a noção sensível de seu próprio corpo. Nas poucas vezes em que usei esse trabalho, pude ver-lhe o valor, especialmente nos momentos em que os alunos, diante de seus próprios trabalhos, falavam sobre eles e sobre a experiência de have-los feito. O que havia de valoroso aí, para mim, era a conexão que faziam consigo mesmos diante de seu trabalho em argila para o qual olhavam e do qual falavam. Sei que isso se dava no espaço de uma aula de Eutonia, o que já se constitui como oportunidade de proximidade a si, sei que havia de minha parte um cuidado em preparar convenientemente a experiência, propondo um *inventário* anteriormente a ela, que os auxiliasse no cultivo de um bom estado de presença e, mesmo ciente disso tudo, impactava-me a força do contato que tinham consigo, diante de seus trabalhos em argila, falando de si.

³⁴ Lys Palsvig é uma eutonista que se formou com Gerda Alexander na Dinamarca e foi uma de suas assistentes. Foi uma das eutonistas convidadas por Berta Vishnivetz para dar aulas nos módulos do curso onde me formei eutonista, em São Paulo, na primeira turma realizada no Brasil, na escola criada posteriormente à escola de Eutonia da Argentina, em Buenos Aires, também por Berta Vishnivetz, onde se formaram algumas – quatro ou cinco – brasileiras.

Encontrei no livro de Violeta Gainza, *Conversas com Gerda Alexander*, um relato de Gerda comentando as origens dessa sua prática com as modelagens de figuras humanas. Justamente Violeta lhe perguntara sobre as observações de Gerda referentes ao *esquema corporal*, de quando datavam:

São anteriores, da década de 1960, quando me ocorreu a ideia do teste da imagem corporal. Realizávamos, então, reuniões semanais nas quais os alunos liam os escritos e anotações que diariamente deviam realizar em relação às suas experiências em aulas de eutonia. Algumas vezes, eu efetuava o controle desses trabalhos em minha casa, quando não havia tempo para escutar individualmente todos os alunos. Percebi então que cada um tinha um modo particular de anotar o símbolo ou o pequeno desenho com que representávamos uma posição de controle, do mesmo modo que cada pessoa escreve uma letra com um traço individual. Mesmo que não estivesse vendo a pessoa que fizera o desenho, este era para mim *totalmente eloquente* como expressão de cada indivíduo. Um dia pensei que seria interessante confirmar essa suposição. No sábado antes do descanso semanal, entreguei a cada estudante uma porção de massa de modelar (podiam inclusive escolher a cor) e pedi-lhes que procurassem representar, em suas casas, com esse material, duas ou três de nossas posições de controle. Houve protestos; a maioria argumentava falta de experiência para modelar. Disse-lhes que se tratava de uma experiência e que não me interessava avaliar suas capacidades artísticas; que simplesmente tentassem. Disseram-me que entregariam os trabalhos sem dizer a quem pertenciam, para comprovar se eu poderia descobrir seu autor. Tive então a confirmação do que havia suposto: cada um concebia seu corpo tal qual o percebia. Os aspectos que faltavam no modelo representavam suas próprias dificuldades. Isso lhes permitiu verem-se a si mesmos, imediatamente, com maior nitidez. Desde então aplico esse teste cada vez que inicio as aulas com um novo grupo. Em dez anos reuni em torno de três a quarto mil desses modelos. (Gainza, 1997, p.55)

No livro *Eutony*, de Gerda Alexander, no capítulo 6, intitulado: Uma seleção de observações escritas, desenhos e modelagens,³⁵ encontramos uma descrição detalhada da maneira como Gerda conduzia essa experiência. O relato de Gerda começa com uma frase tão simples quanto genial:

Os exemplos que se seguem, servirão para mostrar como são *variadas* as reações dos alunos a experiências simples em Eutonia que, começando no corpo, sempre se aplicam à totalidade da pessoa. (Alexander, 1985, p.99, grifo meu)

Deixo a cada leitor sua leitura; que cada um encontre seus adjetivos ou sua ausência onde meus olhos veem simplicidade e genialidade abraçadas. Vamos ao relato em si:

³⁵ Utilizo o material desse livro em tradução livre feita por mim.

No começo de um curso de verão, um grupo misturado, composto por iniciantes e por alunos avançados³⁶, recebeu a seguinte tarefa: Sentados à mesa, deveriam fechar seus olhos e permanecer sem se mover. Enquanto nessa posição, deveriam sentir seu pé direito e em seguida o esquerdo, em seguida os dois ao mesmo tempo e então as solas dos pés, os dez dedos, os calcanhares, os arcos e os peitos dos pés, os tornozelos, as tíbias e fíbulas, as rótulas, os joelhos, as coxas até as articulações do quadril. Começando a partir dos ísquios, eles deveriam sentir o assento da cadeira e sua conexão com a pélvis passando pela região do estômago até o peito. Em seguida os lados esquerdo e direito do peito (caixa torácica) com o osso esterno no centro e a conexão das costelas com as vértebras, a área dos ombros entre as duas articulações dos ombros e as axilas em relação aos braços, cotovelos, antebraços, mãos, dedos; assim como os ombros em relação ao pescoço e à cabeça, a boca e a garganta, o maxilar superior e a mandíbula, a língua, o palato duro e o mole, a parte de trás da cabeça em relação ao nariz e às cavidades dos olhos, o couro cabeludo, a pele e os cabelos.³⁷ Duração da experiência: nove minutos. (Alexander, 1985, p.99)

Gerda continua expondo a técnica que desenvolvera, onde os alunos deveriam escrever e desenhar sobre a experiência imediatamente em seguida a fazê-la e, após isso, fazer – com seus olhos fechados – sua modelagem. Ao final, os textos eram lidos em voz alta e mostravam-se os desenhos e modelagens.

Há alguns dias - estamos em julho de 2013 - fui a um encontro promovido pelo grupo de estudos Limiar na Psicologia da Uff com o psiquiatra Polack, através de quem ouvi pela primeira vez o nome de Gisela Pankow (1914-1998), psiquiatra e psicanalista francesa de origem alemã, considerada ainda hoje, quando teria cem anos, uma referência importante no campo da psicoterapia para psicóticos (Poupart, 2014). Diante da dificuldade de acesso na comunicação com seus pacientes, Gisela empregava a técnica de entregar-lhes uma porção de massa de modelar, solicitando-lhes que fizessem algo *para ela*. Chamou-me a atenção por se tratar de uma mulher do mesmo tempo e lugar que Gerda Alexander, usando argila, um material que Gerda também utilizava, na interação com seus pacientes; chamou-me a atenção a expressão “*para ela*.” Posteriormente, lendo “O homem e sua psicose”, um dos livros escritos por Gisela, no corpo do relato de um caso, vem a frase:

³⁶ A composição do grupo nos dá pistas das maneiras livres de Gerda trabalhar em sala de aula, promovendo o encontro entre alunos com diferentes graus de familiaridade com a Eutonia, certamente ciente desse elemento na composição da experiência, sendo ela uma experta em *contato*.

³⁷ Observo que Gerda conduziu um *inventário* como preparação para a proposta seguinte.

Fico sabendo que há momentos em que não escuta vozes: quando desenha *para mim*. O fato de pensar no médico limita portanto a ameaça do mundo psicótico. (Pancow, 1989, p.62, 1º grifo meu, 2º da autora)

Uma forma de contato, eis, na minha compreensão da Eutonia, o que Gisela Pancow entregava a seu paciente, ao entregar-lhe uma porção de argila com o pedido de que, com isso, fizesse algo *para ela*.

Admitindo-se a hipótese de que a modelagem é uma linguagem que contem uma mensagem, tento agora encontrar as múltiplas relações implícitas nessa mensagem. Tento interpretar a modelagem como “linguagem do corpo”. Parto do fato de que a árvore entrelaçada com arame exprime a maneira como a doente habita seu corpo e como ela o sente em relação a mim. A árvore será um símbolo de sua existência como criatura? Os galhos nus e quebrados representarão a vida despedaçada de seus três filhos mortos? A doente, que carregou uma criança morta durante quatro meses e tem medo de matar seus filhos sente igualmente seu corpo sob essa forma enrijecida? (Pancow, 1989, p.47)

Ouvindo Polack, tomo ciência de que Pankow considerava a descoberta da falha na imagem do corpo do paciente psicótico e sua recuperação, um processo terapêutico necessário e anterior a que este pudesse ser ajudado pela terapêutica psicanalítica. Sua técnica de propor a modelagem era empregada nesse contexto.³⁸ Polack relatou-nos as colocações de Pankow de que, na abordagem ao psicótico, era necessário que primeiro este fosse sendo trabalhado em sua espacialidade, deixando-se as questões temporais para um momento posterior. Imediatamente me veio, cotejando o que ouvia de Polack com experiências de trabalho, que trabalhar com alguém em sua espacialidade é convocá-lo a uma melhor qualidade de *presença*. É, de alguma maneira, ajudá-lo a *estar ali*. Melhor presente, ele, eu, ela... pode inclusive estabelecer melhor contato com seus registros de memória, mesmo com suas memórias de futuro.

Pancow percebia a importância dos encontros, assim como Gerda, que trabalhou tão contínua e intensamente com o *contato*.

Meu trabalho visa apenas a manifestar a possibilidade de captar a maneira de ser dos doentes no encontro, em particular no diálogo, com o médico. (Pancow, 1989, p.27)

³⁸ Considero importante enfatizar que o trabalho de Pancow nos interessa - no contexto dessa dissertação - por tratar-se de uma contemporânea e conterrânea de Gerda Alexander, utilizando clinicamente o desenho e a argila. Não estamos nos propondo a aprofundar aspectos relacionados à Psicanálise ou à psicose.

Florent Poupart, psicólogo clínico e Doutor em psicologia clínica, em seu artigo “Hommage à Gisela Pancow³⁹, nos faz saber que Gisela publicou relativamente pouco, justamente por seu forte engajamento na prática clínica, no contato direto com seus pacientes. Encontramos no texto citado o trecho a seguir, a propósito da clínica de Pancow, que apresentamos em tradução livre a partir do francês:

E mesmo que a evocação de sua clínica seja às vezes reduzida à utilização de modelagem com os doentes, devemos nos aborrecer com essa caricatura? Talvez não, já que é verdade que a modelagem condensa aquilo que faz a essência e a vivacidade da abordagem de Gisela Pancow: *o apelo ao corpo (manipulação da terra, tridimensionalidade do objeto modelado) a serviço do encontro verdadeiro/verídico com os doentes mais inacessíveis...* ela nos convida a nada menos do que, para encontrar o doente em seu mundo, acompanhá-lo em sua “descida ao inferno”.⁴⁰

No mesmo artigo, Poupart traz uma citação reveladora do posicionamento e da qualidade da implicação de Gisela com seus pacientes:

...duas vias para acedermos à compreensão da psicose: o caminho de fora, que conduz à classificação nosográfica da psiquiatria e a estrada de dentro, ou o caminho que se faz com o paciente, a “descida ao inferno”, que abre o mundo da psicose em toda sua plenitude.⁴¹

Unindo nesse momento desse trabalho Gisela e Gerda – duas mulheres que viram na modelagem túneis, canais de acesso a seres humanos que lhes interessava compreender e tratar - algo se move entre as camadas de minhas terras internas, ao ler na Homenagem de Poupart expressões como: fragmentos de terreno e estratos geológicos. Traduzo Poupart livremente:

Fiel a Freud, ela propõe uma metáfora geológica do material psíquico e descreve uma “dinâmica da “estratificação””, ou seja “a descrição das diversas camadas psíquicas nas quais se situam os fenômenos observados nos pacientes, mas à medida em que essas camadas psíquicas mantêm entre si relações instáveis/movediças, que podem por fim ser logicamente compreendidas”: “Percebe-se às vezes em um

³⁹ Poupart Florent, “Hommage à Gisela Pancow, Psychothérapies, 2014/1 vol.34, p.51-58.
DOI:10.3917/psys.141.0051

⁴⁰ “Et meme si l’évocation de sa clinique est parfois réduite à l’utilisation du modelage avec les malades, doit-on s’agacer de cette caricature? Peut-être pas, tant il est vrai qu’elle condense ce qui fait l’essence et la vivacité de l’approche de Gisela Pancow: l’appel au corps (manipulation de terre, tridimensionnalité de l’objet modelé) au service de la rencontre véritable avec les malades les plus inaccessibles... elle ne nous invite à rien de moins, pour rencontrer le malade dans son monde, que de l’accompagner dans sa “descente aux enfers” (Poupart, 1987,p.13)”

⁴¹ “...deux voies pour accéder à la compréhension de la psychose: le chemin du dehors qui aboutit à la classification nosographique de la psychiatrie, et la route du dedans ou le chemin fait avec le malade, la “descente au enfers”, qui ouvre le monde de la psychose dans toute sa plenitude”

“fragmento de terreno” um “estrato geológico” semelhante a outro observado em outro fragmento. É quando eu busco/tento “aproximar”, reunir estratos idênticos em terrenos diferentes. [...] É pela estruturação dinâmica que nós ganhamos terreno.⁴²

Fui sensível às palavras empregadas por Gisela, aos fragmentos de terreno, às relações movediças entre camadas, assim como, lendo o relato de Gerda, minha sensibilidade havia conferido destaque à argila. De repente pareceu-me não ser apenas o *fazer com as mãos*, que sempre percebi como um recurso potente para que alguém se envie ou seja enviado para perto de si mesmo. Não, diz respeito também à argila, reflito, *entrando em contato* com experiências pessoais de modelar e também com situações nas quais testemunhei alunos fazendo esse trabalho. Recordar a argila é algo muito vívido; posso ver-lhe as cores, sentir as temperaturas, a textura quando úmida no contato com minhas mãos, as sensações ao lavar as mãos com água, quando seus ressecados resquícios reidratados vão se deixando retirar. Qual sua composição? Sobre as argilas, encontrei dados tão bonitos quanto interessantes (www.portorossi.art.br/as_argilas.htm): Elas vêm da *decomposição*, durante milhões de anos, de rochas feldspáticas, muito frequentes na crosta de nosso planeta. As classificadas como *secundárias* ou *sedimentares* me interessam mais, no contexto da modelagem, por sua maior *plasticidade*. Estas se formam longe da rocha mãe, pois viajam, sendo levadas pelo vento e pela água. A água que as leva pode estar na forma de rio, de chuva, de saudade de geleira ou iceberg. O vento que as leva pode trazer a areia. Uma partícula de argila é feita de moléculas de alumínio, sílica e água, portanto em sua composição encontramos: alumínio, silício, hidrogênio e oxigênio. As experiências de viagem tanto as deixam mais plásticas quanto impuras, pois ao longo do caminho podem misturar-se com outros materiais. São tão plásticas quando ainda cruas que, quando ressecadas, se voltamos a adicionar-lhes água, recuperam sua plasticidade anterior, servindo à modelagem de novas formas. Ai que vontade de ser argila! Eu fiquei me perguntando sobre o que esse material conferiria, com suas qualidades, à experiência de modelagem proposta em Eutonia. Com o quê de

⁴² “Fidèle à Freud, elle propose une métaphore géologique du matériau psychique, et décrit une «dynamique de la ‘stratification’», c’est-à-dire ‘la description des diverses couches psychiques dans lesquelles se situent les phénomènes observés chez les malades, mais en tant que ces couches psychiques entretiennent entre elles des rapports mouvants, qui peuvent en fin de compte être compris logiquement’ : ‘On aperçoit parfois dans un’ débris de terrain ‘une’ strate géologique ressemblant à une autre observée dans un autre débris. C’est alors que j’essaie de ‘rapprocher’, de réunir des strates identiques dans des terrains différents. [...] C’est par la structuration dynamique que nous gagnons du terrain” (Pankow, 1987, p. 13-14).” (Poupart, 2014).

nós nos encontramos ao trabalhar com esse material, que leva tanto tempo se formando, que vem de rocha, de decomposição, que se deixa levar, se mistura, se empresta a formas e se deixa cozer, vivendo a experiência de transformação irreversível diante de certas temperaturas.

Transformação irreversível, a expressão me recorda o conceito de *revolução* exposto por Guattari (2011, p.212):

Uma revolução é algo da natureza de um processo, de uma mudança que faz com que não se volte mais para o mesmo ponto.

Revolução como um processo onde algo foi irreversivelmente transformado, sem poder voltar a um estado de antes. Guattari observa que essa compreensão do que seja revolução, contradiz o sentido dessa palavra quando esta se encarrega de designar o movimento de um astro em torno de outro. Trata-se de uma palavra forte então, que carrega sentidos aparentemente contraditórios mas não, pois vejamos que quando o astro repete sua revolução em torno de outro, ao repeti-la não a repete pois o tempo passou e tudo já é outro. As revoluções, seja a do movimento em redor de outro, seja a que se faz para não voltar a um mesmo ponto, mostram *repetição*.

A revolução seria mais uma repetição que muda algo, uma repetição que produz o irreversível. (Guattari 2011, p.213)

Como minha repetição com um martelo e um formão que produziu os entalhes na tampa de cedro de uma caixa de madeira. A matéria madeira retirada, seus inúmeros pedacinhos, poderiam ser colados de volta mas mesmo que um olhar desatento apagasse da história da tampa da caixa seu processo de haver sido entalhada, esse permaneceria lá registrado, embora ocultado por cola e bom acabamento. Quantas camadas nosso olhar pesquisador pretende atravessar? Por quantas órbitas? É disso que estamos falando quando dizemos ao aluno que, expondo-se a trabalhar com um certo movimento, com uma postura, com uma posição de controle, cada vez é uma vez, não se tratando apenas de repetição.

Na irreversibilidade se pode encontrar outras transformações, mas não a transformação de se voltar ao que se era antes, como nossa argila após passar pelo processo de queima. Poderá ser pintada, poderá ser quebrada, se estiver em forma de vaso poderá portar flores...

Arrumando a mochila para ir ao cinema sozinha, contando com algum tempo livre antes da sessão, decido levar um livro entre os que tenho trabalhado para a produção dessa dissertação. Qual escolher? Meus olhos se detém na capa branca, preta e rosa de “Criatividade e processos de criação”, da artista plástica Fayga Ostrower. O que este livro está fazendo aqui? Há tanto tempo não o pego!, me digo. Folheio-o, abro-o ao acaso e encontro um belo trecho de Fayga onde temos a argila, o tempo e a transformação:

“Quando vemos uma jarra de argila produzida há 5 mil anos por algum artesão anônimo, algum homem cujas contingências de vida desconhecemos e cujas valorizações dificilmente podemos imaginar, percebemos o quanto esse homem, com um propósito bem definido de atender certa finalidade prática, talvez a de guardar água ou óleo, em moldando a terra moldou a si próprio. Seguindo a matéria e sondando-a quanto à “essência de ser”, o homem impregnou-a com a presença de sua vida, com a carga de suas emoções e de seus conhecimentos. Dando forma à argila, ele deu forma à fluidez fugidia de seu próprio existir, captou-o e transfigurou-o. Estruturando a matéria, também dentro de si ele se estruturou. Criando, ele se reciou.” (Ostrower, 2010, p.51)

É de afinidade a relação que estabeleço com o trecho de Fayga. Acho bonito o que ela diz, da força e acuidade da percepção humana, que pode viajar no tempo. Percebemos na jarra de argila o *anônimo* artesão que viveu há muitos, muitos anos atrás. Vemos a água e o óleo. Vou lendo e vendo o homem – ou a mulher – que com a repetição dos gestos de suas mãos esteve transformando a argila enquanto esta o transformava. Impregnando-a com a presença de sua vida, foi impregnado pela presença de vida da argila. Isto se deu através de suas peles.

Trabalhar pela revolução, para Guattari (2011), é trabalhar pelo imprevisível. Imprevisível, aquilo que não se pode prever, o que não se pode ver antes, o que não é possível saber de antemão. Convocar para essa revolução, eu diria que é convocar para um trabalho um tanto às cegas, aprendendo a andar na escuridão. É necessário ter um corpo com plantas dos pés sensíveis, cuja pele deixe ver os terrenos por onde se trabalha revolucionando; um corpo sensivelmente revestido, que capte o espaço ao redor. Um corpo que pulsa, que bombeia, que processa. Passo a passo vamos nos familiarizando com formas de trabalho pelo imprevisível. Há aí uma repetição, mas é uma repetição que não se repete, pois vai corrigindo seu rumo pelo imprevisível. E no caminho que está sempre levando ao imprevisível vamos nos encontrando com o irreversível. Um bolo é irreversível. Tendo juntado farinha, leite, ovos, açúcar....tendo submetido essa mistura a certa temperatura por um certo tempo, temos aí um bom exemplo de irreversibilidade. Aí entraram o tempo e o calor produzindo uma

transformação irreversível que conta com as qualidades dos componentes da mistura e com sua combinação em boas proporções. São vários os elementos concorrendo para que a transformação irreversível aconteça. Uma certa, específica transformação. Não nos interessa nem o bolo cru nem o queimado. Queremos que se expanda pela casa um certo aroma, convocativo. Quiçá ganhará as ruas nosso aroma, o aroma do bolo. Irreversível e cheiroso bolo, filho da repetição. Fazer, fazer e continuar fazendo. Um fazer pautado pelos mais altos sonhos. Um fazer que admite inúmeras formas. Que novas transformações viverá o bolo? Receberá uma calda? Será partido em pedaços? Será comido em silêncio, ouvindo suspiros ou risos? Mofará esquecido num prato embaixo de um guardanapo ou será descoberto por formigas? Seja lá o que for que lhe aconteça, não voltará ao estado de antes de ser bolo. Um eutonista é um profissional que conserva sua bússola sensível ao imprevisível. Ao entrar em sala de aula, ao – junto com seus alunos – criar dentro da sala de aula um certo espaço de trabalho, sabe que seu planejamento será temperado, moldado, mudado pelo imprevisível.

Faz parte do trabalho de um eutonista, assim como do trabalho de um pesquisador, contar com o imprevisível, devotar espaços a ele, participar em silêncios que abram a porta da sala de aula para sua visita desejável. Manter abertos nossos projetos, desejando-os mais ambiciosos, aventureiros.

Observar quantas vezes por dia rejeito algo rapidamente e o que foi que me fez rejeitar. É mesmo abominável o que foi rejeitado, empurrado com mais ou menos força para longe ou simplesmente foi a expressão de um hábito? Do hábito de medo, talvez? Algo da ordem de repetições que não revoluem? Deixar espaço ao imprevisível, que um termo me impacte de uma maneira nova, me fazendo andar por lugares inexplorados por dentro de mim, me levando a andar com gente que não conheço, por aí.

Guardo em mim a *revolução* como processo repetição que produz algo que para mim ainda não existia, como uma maneira de ouvir, de ver, de nos engajarmos em fazeres, de sentirmos o aroma do irreversível bolo, de aceitarmos um pedaço da fatia de alguém.

Na palestra de Polack, a menção deste a Gisella Pancow e a sua proposta de desenho e modelagem aos psicóticos, foi o imprevisível que me lembrou a necessidade de escrever sobre as modelagens em argila feitas em Eutonia. Imprevisível foi o posterior encontro com um colega de mestrado, Victor Gripp, que indicou um certo livro de Pancow, O

Homem e Sua Psicose - já mencionado nesse trabalho - o qual encontrei num sebo pela internet e cuja leitura me absorveu a tal ponto que quase perco o ponto onde deveria descer de um ônibus. Imprevisível foi pegar-me em sala de aula compondo um inventário com a expressão *bons encontros*, de inspiração espinozista, conhecida nas aulas da professora Cristina Rauter, para que os alunos escolhessem sua posição no chão para isso, para bons encontros entre suas vértebras e o chão, superfície de apoio. Imprevisível foi o encontro que me aconteceu, em plena aula, com a pergunta, dirigida por mim aos alunos: que espaço vejo em mim para meus ossos? Sinto em mim suficiente espaço para meus ossos, para meu esqueleto? Imprevisível foi propor essas perguntas estando eles deitados, sentados e também de pé. Tão simples, tão importante e no entanto ainda não dito exatamente dessa maneira em tantos anos. Paradoxalmente, um imprevisível tem relação com aquilo que estamos buscando. Há muitos anos pesquiso como ser convincente com meus alunos para que se sintam em seus próprios ossos, para que desenvolvam com eles uma intimidade consciente. Há muitos anos pesquiso as palavras que emprego com meus alunos. De quando em quando me vêm termos novos que percebo fortes, carregados de potência de transmissão. Após tantas experiências nesse sentido, quando me vejo sem palavras, sem graça com elas, tenho uma certa calma, pois permanece viva minha necessidade de encontrá-las e mais cedo ou mais tarde, imprevisivelmente me visitarão. Mas trata-se de um imprevisível desejado, bussolado, para o qual deixamos abertas as portas, atentos a sua chegada.

Guattari (2011) coloca que nos processos revolucionários ocorrem transformações sociais inconscientes, *para além dos discursos*, que ele nomeou *processos de singularização existencial*. Escuto Guattari me perguntando: Como manter vivos tais processos? Sua pergunta me coloca em contato com processos que observo e vivo tantas vezes: perceber algo que nos entusiasma, que nos faz fazer uma mudança de direção usando nossa bússola sensível aos mais altos sonhos. Esse é um evento. Outra coisa é sustentarmos essa mudança, seja ela pequena ou grande e, sustentando-a, mantermos nosso coração aberto ao novo, ao necessário que ainda não foi feito. Por tudo isso, junto aos seus bambus⁴³, um eutonista conserva sua bússola sensível ao imprevisível.

⁴³ O bambu é um material bastante empregado nas práticas da Eutonia, seja para a percepção consciente da pele, em propostas de *contato*, para a percussão dos ossos...Há várias formas de se trabalhar em Eutonia com bambus.

Por e-mail perguntei a Jean-Marie Huberty que material era entregue aos alunos, na escola de Eutonia de Gerda, a primeira a ser criada, na Dinamarca, para que fizessem a modelagem de uma figura humana. Ele me respondeu que foi com argila que fez essa experiência por diversas vezes, durante seu curso de formação. Agregou que já a fez também, posteriormente, usando massa de modelar e a considerou “não tão boa, não era a mesma qualidade ao toque nem na sensação durante a modelagem.”

Cada sensação corporal que consegue ser reconhecida... cada parcela do corpo *sentido* é um *pedaço de terra firme* conquistado ao processo da psicose. *Pois o corpo tem estruturas*. Quando uma parte do corpo consegue, após um trabalho longo e difícil, ser reconhecida⁴⁴ como parte de um corpo organizado, o doente consegue reconhecer estruturas espaciais. Desta forma é possível tratá-lo através de uma psicoterapia analítica com base na dialética entre parte e totalidade. (Pancow, 1989, p.24 1º grifo meu, 2º grifo da autora)

Encontramos evidências de que Gisela Pancow trabalhava seus pacientes corporalmente, fosse através do método de Schultz modificado ou da técnica dos desenhos e modelagens.

...pediremos ao doente um ato referente à estrutura de seu corpo: pedimos que pegue massa de modelar e faça algo para nós, qualquer coisa que deseje fazer. (Pancow, 1989, p.25)

Vejo *afinidade* nos trabalhos dessas duas mulheres, ambas alemãs, contemporâneas, que estiveram entregando uma porção de argila ou massa de modelar, a pessoas que uma tratava enquanto a outra ensinava, pedindo algo em troca. Contextos diversos com partes comuns. Como qualidades semelhantes em fragmentos diferentes de terra. Ambas farejaram, viram a importância de nos sabermos – porque o sentimos – em nossos corpos.

Tanto em processos pedagógicos quanto terapêuticos, tenho registros do recurso forte que pode ser dar algo a alguém pedindo-lhe que faça algo com isso. Recentemente, assumi uma disciplina eletiva no curso de graduação em dança na Faculdade Angel Vianna. Ao comprometer-me com o trabalho, verifiquei que haveria um dia em que não poderia dar a aula, assim como não poderia pedir a um colega que me substituisse pois, infelizmente, no momento, além de mim, há apenas mais uma eutonista no Rio de Janeiro, dedicada integralmente a outra instituição. Pensei então que poderia criar para os alunos uma proposta de atividade que eles desenvolveriam na minha ausência em sala de aula. Fiz isso honrando a minha percepção do tempo, da frequência dos encontros, dos espaços entre

⁴⁴ Essa nota de rodapé faz parte do texto que está sendo citado: “No caso de doentes menos excitados, o training autógeno de Schultz (192;193) pode permitir-lhes sentir seu corpo; aliás modifiquei esse método há quinze anos (151;152) para empregá-lo com psicóticos.”

eles. Eu via a necessidade de que eles mantivessem contato com o trabalho reunindo-se, fazendo algo juntos. A aula anterior à minha ausência foi desenhada então como uma preparação para essa atividade. Praticamos juntos algumas das posições de controle, quatro ou cinco delas, várias vezes, para que eles as memorizassem. Durante o processo, fui chamando a atenção para as diversas posições que as mãos iam assumindo. Ao final da aula, avisei que não poderia vir na semana seguinte, que achava importante que eles se reunissem no espaço da disciplina e que sugeriria então que eles, ao chegarem, se “esquentassem” passando as posições de controle aprendidas e, em seguida, fizessem uma exploração pelo auto toque da ossatura de uma das mãos. Pelos meus critérios, eu teria avisado ao grupo com mais antecedência mas uma condição de saúde temporariamente debilitada me impediu de ter a habitual atenção com tal critério. Entreguei ao grupo um envelope com um bloco de papel canson, lápis em número suficiente para todos e alguns apontadores, além de uma folha de papel pautada para que registrassem sua presença. Eu sentia que entregar algo material para que com isso fizessem algo a meu pedido era parte importante do processo. O pedido foi para que traçassem na folha de papel o contorno de uma das mãos e, dentro dele, desenhasssem a percepção que tinham tido de seus ossos a partir da auto exploração pelo toque. Pedi também que escrevessem um breve comentário sobre a experiência. A sorte estava lançada. Tínhamos tido até então apenas quatro encontros, mas eu sentia parte do grupo bem engajado no projeto da disciplina. Na semana seguinte, peguei de volta na secretaria da escola o envelope. Ansiosa, olhei seu conteúdo e fiquei muito contente ao encontrar seus trabalhos numa quantidade que confirmava a participação de, praticamente, toda a turma. Não estarei errada, creio, ao afirmar que minha alegria, vinda de sua adesão concretizada à minha proposta, entrou na composição da aula daquele mesmo dia, tão inspirada! Vejo que esses processos, onde a comunicação flui, envolvem transformação. De todos: do professor, dos alunos, das folhas de papel do bloco, dos lápis, do espaço físico da sala de aula, da secretaria que foi a ponte para a devolução dos trabalhos... Algo aconteceu, fizemos algo, nos transformamos. Fizemos nossa revolução.

Quando os olhos se retiram, muitos sentem mais *palpavelmente* outros lugares no infinito fragmento de espaço de seus corpos. Na técnica empregada em Eutonia, propor que a modelagem seja feita com os olhos vendados ou simplesmente fechados parece-me por isso de grande acerto, além da chance de desvinculação da forma que se venha a modelar do controle condicionado de nossos olhos, pois contamos com a possibilidade de *vermos* com a sensível pele de nossas mãos.

Já não posso continuar. Necessito voltar a experimentar a modelagem com argila antes de seguir escrevendo a respeito.

Como profissional devotada ao cuidado e ao ensino, pego-me constantemente observando as respostas às técnicas que utilizo, verificando se a experiência as confirma

como eficientes, se ainda estão vivas, pois muitas vezes algo que serviu bem à sala de aula, mostra-se um recurso vazio de sentido no embate com os alunos. Vivo também muitas questões relacionadas ao tempo, a: em que momento propor algo, que espaço da aula reservar para uma certa proposta, quando “repetir” uma atividade...

Familiarizar-me com Gisela Pancow (1989) através da leitura de seu livro *O Homem e sua Psicose*, onde ela narra atraentemente experiências com sua clínica, fez-me lembrar vivamente meu trabalho conjunto com Rafael Vergara. Muitas vezes, as pessoas chegavam ao consultório procurando um atendimento com ele, médico psiquiatra homeopata, conhecido por sua excelência em psicoterapia. Logo nas primeiras sessões, Rafael comunicava ao paciente que, no momento adequado, este iniciaria também sessões corporais. Diversas vezes, nas reuniões clínicas semanais, falamos sobre isso: o momento de indicação do trabalho corporal. Conversávamos sobre como, frequentemente, os clientes chegavam em tal estado de baixa auto estima, que se encontravam com pouca possibilidade de *acharem graça* em si mesmos, o que tornava muito penoso o silêncio, a sutileza do trabalho corporal como propúnhamos: um espaço para que o cliente saiba de si através de seu corpo, um espaço de desenvolvimento de escuta de si através do corpo. Muitas vezes, não havia propriamente baixa auto estima mas um enorme ruído mental, sem pausa, que tornava – para alguns – insuportável o silêncio e o *tempo para nada* das sessões corporais, vividos por outros como o melhor lugar para se estar e se ouvir silenciar. Na minha maneira de perceber, numa etapa inicial de tratamento, Rafael trabalhava para aproximar as pessoas de si mesmas, convocando-as a se olharem diretamente, rasgando véus de pensamentos condicionados sobre si mesmas. Era um trabalho no sentido de que fossem se aproximando de suas próprias versões de suas histórias, as histórias que realmente sentiam que haviam vivido, as impressões que realmente haviam recebido. Quando já mais próximas de si, esse era um indicador do tempo propício ao trabalho corporal. Às vezes, isso se invertia, o cliente não se abria ao tratamento com Rafael que, então, propunha iniciarmos pelo trabalho corporal, o que, muitas vezes, se confirmou como acerto. Aqui, para mim, temos não apenas a questão de abordar o paciente pelo corpo ou pela palavra e em que ordem no tempo, mas o fato de sermos, Rafael e eu, um homem e uma mulher, além de termos características de personalidade diversas, podendo para o paciente ser mais fácil iniciar o trabalho com um ou com o outro. Era bom estarmos juntos e termos essa riqueza de diversidade para oferecer aos que nos procuravam. Agora, com sua morte, continuamos

juntos de outra maneira. Às vezes não estamos juntos, às vezes sim, o que muitas vezes me é confirmado pelo meu olfato; sinto um cheiro que me lembra o dos casacos que Rafael usava nos dias mais frios e esse aroma me coloca em contato com ele; sentimo-nos juntos.

Comprei na papelaria do bairro 1kg de argila para fazer minha modelagem cega. Na embalagem plástica transparente leio: cor branca, enquanto os mesmos olhos com que leio me dizem: cinza. Trata-se de uma argila escolar especial não tóxica, de validade indeterminada. Em caso de ressecamento, reidratar com água. Foi o que fiz, colocando-a em pedaços dentro de uma bacia. Achei que partindo-a em vários pedaços haveria maior exposição à penetração da água, portanto uma hidratação mais rápida. Enquanto a argila despedaçada se expunha à água, deitei-me inteira no chão e fiz um inventário a partir da cabeça, observando os apoios do corpo no chão e comparando passo a passo um lado e o outro, registrando diferenças, detalhes.

Em seguida, pesquei minha argila e, sentada no chão – previamente forrado com papel – de minha sala de trabalho, fechei os olhos para fazer meu trabalho. Da forma bola em que me apresentei a argila, fui passando para um tubo mas, conforme fui buscando definir a espaço da cabeça, criando um estreitamento que viria a ser o pescoço, um outro estreitamento que separaria o tórax da pelve, quando fui buscando fazer os braços a partir da caixa torácica e as pernas a partir da bacia, tudo foi me parecendo estreito de mais e então, voltei à bola de início. Reiniciei tudo. Que arrependimento ter resolvido fazer esse trabalho, parecia-me difícil modelar, as costas começaram a arder e, uma das coisas em que pensei foi se esse trabalho seria mais fácil de se realizar em grupo, se a atmosfera criada pelo grupo favorecerá a tarefa. Era a primeira vez em que o fazia em solidão. Resolvi me acalmar e insistir. O manusear da argila foi se fazendo mais variado, mais sensível. Fiquei feliz com a sensação da modelagem do braço e da mão do lado esquerdo, uma sensação de mão delicada, bem delineada. O braço direito não recebeu tanto cuidado, acabei-o às pressas, impaciente. Delineei a direção e o espaço da coluna vertebral, de cima para baixo, da cervical ao cóccix e a partir do cóccix, com os dois indicadores, o assoalho da bacia. As pernas me pareciam um pouco curtas ao tato e a frente do tórax com bom volume mas sem o desenho das mamas. Vi-me impaciente, queria ver logo o que havia feito. Coloquei-a de pé no chão, testei seu equilíbrio afastando lentamente as mãos e abri os olhos. Que simpático! Sim, pareceu-me um homem estranho e simpático. Continuei olhando, observei relações conhecidas, as maneiras como me sinto nas diagonais de meu corpo, em meu braço esquerdo com minha perna direita e vice-versa. Mesmo me reconhecendo, vejo o estranho simpático. Estranho e de outro lugar, pois parece um pouco um astronauta, como se usasse um traje especial para poder estar aqui. Escrevendo esse relato, no momento em que escrevo sobre o traje especial, me lembro de Rafael, que, uma vez, referindo-se ao corpo, usou a metáfora de escafandro. Éramos seis ou sete terapeutas numa reunião, uma colega não gostou, achou que fosse uma linguagem que depreciava e inferiorizava o corpo. Não me pareceu, por não

combinar com seu pensamento tão aberto, com sua persistência e coragem em avançar, em crescer, em se lançar ao infinito, a espaços sem parede, uma atitude assim pequena e categorizadora. Seja como for, pergunto-me agora, ao escrever: a modelagem que fiz hoje, me fala da memória de Rafael dentro de mim? Reconheço que o trabalho com a argila me colocou em contato com sua memória, fazendo com que ele apareça uma vez mais em minha escrita, como já tem acontecido, o que me parece extremamente importante como fonte de pesquisa. Muitas vezes ouvi Rafael falar de memória, de recordar, com o sentido de trazer algo ao presente, de tornar algo presente. Confirmo, há muitas formas de se estar no tempo.

7 Reuniões

Na reunião: Foi quando Gabriela Bal - colega de equipe do Instituto Gerda Alexander - disse: - Quando a reta é clara... e seguiu discorrendo sobre os objetivos de nosso curso de formação de eutonistas, na reunião extra que fazíamos por necessidade de cuidar de nosso trabalho, reestruturando-o e reacordando funções e tarefas. Sua expressão entrou-me pelo ouvido e um rio de palavras me veio ao conjunto mão com a caneta tão claro quanto a reta que Gabriela certamente via: Reta clara é aquela que, sendo parte de um círculo que circunda o infinito, não nos deixa esquecer isso. A reta clara nos mantém conectados ao infinito.

No dia seguinte, caminhando no Jardim Botânico, a imagem gerada pelas palavras seguiu trabalhando em mim:

Reta clara.

Rota clara.

Reta rota clara, feita de luz.

Quando te amo e quero te encontrar, vou pela reta clara, onde o infinito está à minha direita, à minha esquerda, à frente, atrás, acima e abaixo de nós.

A reta clara ao circundar o infinito dele faz parte, circundando sem limitar. Reta clara é lugar de encontro. Reta clara é nossa pele. E assim conheço mais uma função de nossa pele: não nos deixar esquecer o infinito que ela reveste.

Dois dias depois, relendo minhas notas da reunião, vejo que a colega havia dito linha em vez de reta. A linha muito clara foi lembrada por mim como reta clara circundante do infinito não nos deixando esquecer disso. Nossa pele.

Para mim, essa foi uma experiência confirmatória da importância das reuniões, onde algo que ouvimos pode nos lançar ao infinito, como ler levantando a cabeça.

Alegro-me com a qualidade de *reunião* que vai transpirando desse trabalho. Reunião de autores entusiasmantes: Donna Haraway, Bruno Latour, Gerda Alexander, Félix Guattari, Georges Canguilhem, Isabelle Stengers, Jorge Larossa, Michel Foucault, Michel Serres...que se conectam a muitos outros fazendo com que nossa reunião não nos caiba mais em casa.

7.1 Alunos? Pacientes?

Trago aqui outra experiência recente relacionada à minha sensibilidade em relação ao valor das reuniões:

Recebi uma gestante como paciente. A escrita dessa frase já me posiciona de frente com uma questão relevante: como nomeamos aqueles a quem atendemos em Eutonia? Que nome eles têm? Eles tem seu nome, o mesmo que tinham antes de aqui – em minha sala de trabalho – chegar. Na escola de Eutonia aprendi a chamá-los “alunos” mas sinceramente admito que, em mim, isso mostra uma *variação*. Às vezes, é para mim irresistível chamá-los “pacientes”. Porque me remete a paz, a paciência, a vibração de cuidado e a colaboração. Pode ser que isso tenha a ver com a parceria profissional com Rafael Vergara, com quem dividi consultório por mais de uma vida e, também, com minha passagem pela graduação em Fisioterapia. Outras vezes, vejo que eles são, em mim, alunos. O que me remete a transmissão, a grupo, a camaradagem, a chapéus jogados para o alto e a bandos de pássaros. Às vezes, um mesmo ora está paciente, ora está aluno. Essa *variação* na nomeação vejo que tem a ver com ele/a/s dentro de mim; tem a ver diretamente comigo e, também, com quem eu esteja falando.

Refletindo nesse tema, dou-me conta de não ter lido nenhuma colocação de Gerda Alexander nesse sentido; foi uma indicação oral, ouvida dos meus professores na escola de Eutonia. Impulsionada por minha curiosidade, envio e-mail ao colega e amigo Jean-Marie Huberty, que estudou diretamente com Gerda, perguntando a respeito. Eis sua resposta, que traduzo livremente do francês:

A respeito da denominação “aluno” e não “paciente”, Gerda efetivamente nos falou sobre isso regularmente. O trabalho em Eutonia seria antes de mais nada um trabalho pedagógico, um ensinamento e uma transmissão através do trabalho em grupo. Gerda foi fortemente influenciada por todos os movimentos pedagógicos novos no período antes da Guerra. Tendo constatado que o trabalho em eutonia tinha efeitos e resultados terapêuticos, esse aspecto da eutonia também foi sendo mais desenvolvido com o tempo e o trabalho nas sessões individuais ganhou em importância. Mas aí, da mesma maneira com uma preferência pelo termo “sessão individual” ao invés de “tratamento”. A relação paciente/terapeuta favorece uma certa dependência ou passividade por parte do “paciente” que vem com um “problema”, “uma dor” e numa atitude de que o terapeuta se encarregue dele: “Estou mal, vou mal, cuide de mim, faça alguma coisa por mim.” Gerda sempre nos transmitiu a mensagem de estimularmos a autonomia e a independência da pessoa e de, inclusive nas sessões individuais, favorecermos o aspecto pedagógico do trabalho em eutonia.

Eu me pergunto: O que é tratar? E o que é ensinar? Esses fazeres frequentemente se mostram entrelaçados na vida real. Há muitas questões entrelaçadas que nossa cultura pretendeu separar categorizando.

Recebi uma gestante como paciente. Sei o quanto é interessante trabalhar com gestantes em grupo, mas sendo ela a única gestante naquele momento em minha agenda, começamos com sessões individuais. No contato semanal foram surgindo questões relativas à necessidade de informações específicas referentes ao processo de parto às quais respondi na hora, ou anotei para responder na sessão seguinte, ou indiquei literatura, além de sugerir que anotasse para perguntar ao seu obstetra, inclusive ressaltando a importância de que este se fizesse ciente de suas dúvidas, expectativas e curiosidades. Contando com uma coleção assim tão rica de recursos, certamente suas perguntas seriam, por uma via ou por outra, respondidas. Mas eu não estava satisfeita. Experiências anteriores me diziam que uma reunião de grupo com casais pais seria a melhor maneira de alimentar e satisfazer sua fome de saber. Como fazer? Então tive a ideia de convocar gestantes que houvessem se trabalhado recentemente comigo. Surgiram quatro nomes. Será bom aumentar essa lista, pensei, contando com possíveis dificuldades de tempo e outras que pudessem inviabilizar a aceitação do convite que eu pretendia fazer. Incluí mais três jovens mães relacionadas socialmente às minhas filhas, duas das quais aprovaram com manifesta alegria o projeto da reunião. Lembrei-me de três alunas do Instituto Gerda Alexander que tiveram bebês durante o curso, inclusive tendo passado a frequentar as aulas levando seus filhotes e contando com o suporte dos maridos e dos colegas; essas poderiam enviar uma participação por e-mail, já que o Instituto se situa em São Paulo e nós, minha jovem paciente grávida e eu, estamos no Rio de Janeiro. Toparam! Resolvi convidá-las todas com seus maridos e filhos e para isso enviar um e-mail que concebi tanto como convite quanto como dispositivo preparatório da reunião. Minha paciente, francamente em necessidade desse tipo de contato, recebeu com evidente entusiasmo meu projeto mas, e quanto aos outros? Tendo consultado com ela e seu marido qual seria uma data conveniente, pus-me a elaborar o e-mail, que reproduzo abaixo:

Olá a todos,

Convido para uma reunião em torno do tema do parto, da maternidade e da paternidade, no dia 24 de maio, sexta-feira, das 19 às 20:30.

Tenho atendido à M. em sessões individuais de Eutonia de preparação para o parto e aposto que será muito bom para ela e também G., seu marido, essa oportunidade de troca com algumas pessoas que já passaram pela experiência de gerar e receber um filho.

Como não tenho os e-mails de todos os maridos, peço às senhoras que transmitam a seus amados meu convite.

Proponho um exercício-preparação para esse encontro: que vocês se respondam a essa pergunta: Se você se encontrasse com alguém que, estando na situação de esperar um bebê, te perguntasse como foi para você gerar e receber um filho, o que você responderia? O que seria importante para você responder? Com que memórias essa pergunta te conecta?

E por favor tragam suas respostas com vocês.

Os filhos, claro, são bem vindos nesse encontro!

Agradeço antecipadamente sua colaboração! E peço que me confirmem sua presença.

Um abraço, até breve, Thereza.

É lindo o processo de preparar um encontro conhecendo a necessidade de que ele aconteça e aceitando a responsabilidade com isso! Conhecer a necessidade de que uma reunião aconteça implica justamente em conhecer a quem convocar, para quando, para onde e para quê. Enviado o e-mail simples e direto, a vida mostrou que cumpriu bem sua missão! Foram chegando respostas interessadas, entusiasmadas! Mas viriam mesmo? Conseguiriam ultrapassar as dificuldades da cidade? Romperiam hábitos abrindo espaço em suas vidas para um encontro em torno da necessidade de alguém ouvi-los relatar suas experiências com a maternidade e a paternidade? Apostei na sua necessidade de serem ouvidos e de trocarem sobre experiência tão significativa. Decidi que o emailconvitepreparatório, enviado com bastante antecedência, deveria ser reenviado com alguma novidade, um pequeno acréscimo de texto, evidenciando a qualidade de vivacidade do projeto. Eis o segundo e-mail enviado:

“Olá a todos,

Estou reenviando abaixo meu convite para nossa reunião na próxima sexta, dia 24. Peço que me confirmem sua participação. Espero que façamos uma alegre reunião em torno de tema tão querido quanto relevante!

Um abraço, Thereza.”

E o que mais?

Cansada de um mundo que tem valorizado tanto seus especialistas, decidi quealaria pouco no encontro, apenas mantendo a atenção no sentido de que todos que assim o quisessem pudessem falar e ser ouvidos, ressaltando partes de suas falas que pudessem ter ficado inaudíveis na coexistência com as vozes infantis ao redor, recordando – se necessário – a minha aluna (a mesma que a paciente) perguntas que ela havia anteriormente trazido e que poderia nesse momento lançar, enfim, uma mediadora atenta e discreta. E também me caberia reportar as contribuições chegadas por e-mail de São Paulo. Sim, eualaria pouco, confiante na potencialidade da troca entre pessoas reunidas por um interesse comum – no caso o tema do ingresso na experiência de paternidade e maternidade – e confiante no elemento de variação presente na situação, dado pelas diversificadas experiências vividas com o parto, com o receber um filho e também pela convivência entre pessoas que já haviam feito tal experiência e outras – minha aluna e seu marido – que se encontravam na eminência de vive-lo e haviam manifestado vontade e necessidade de trocar a esse respeito. Cheguei a cogitar propor uma prática de eutonia, mas decidi que seria mais acertado deixar que a reunião fosse se processando bem livre em sua forma externa, que fosse acontecendo a harmonização humana necessária à qualidade da troca. Afinal, vejam que grupo rico: pessoas

que se conheciam intimamente, pessoas que se conheciam superficialmente, pessoas que se viam pela primeira vez, pessoas de diferentes idades....

Qual foi então meu trabalho? Conhecer o valor dos encontros, convidar, estar presente e servir, ao final da reunião, uma sopinha de abóbora, de forma que se fossem na noite fresca daquela época do ano com o espaço interior de seus corpos mais aquecidos. A Eutonia e a Culinária acontecendo entrelaçados na vida.

Fiquei muito satisfeita com esse trabalho! Minha satisfação veio de responder à necessidade de uma aluna paciente paciente aluna, através de trabalhar para reunir pessoas. E claro, a satisfação veio principalmente porque a reunião foi muito boa! Recebi diversos comentários positivos. Meses depois, trabalhando em São Paulo, no Instituto Gerda Alexander, almoçava com um grupo de alunos, entre eles uma das mulheres que havia mandado por e-mail seu depoimento. Ela perguntou-me como havia sido o trabalho. Seu marido estava presente, almoçava conosco ajudando-a com a filhinha. Sua pergunta gerou uma conversa entusiasmadíssima no grupo sobre vários temas: parto, tipos de parto no Brasil, os partos no contexto da política de saúde pública em nosso país, casas de parto na cidade de São Paulo, a participação dos homens nos processos do parto e na criação dos filhos, o que têm sido pedido, exigido aos homens, alguém tem lhes perguntado, a cada um, o que têm para dar, como querem participar, se querem participar, o que as mulheres sabem ou não do que querem para seus partos, grupos de mulheres e grupos de homens em torno desses temas....o assunto rendeu, a força daquela reunião atravessando o tempo, a força dos temas provocando nova reunião! Foi uma conversa confirmatória da importância de nos reunirmos de uma certa maneira.

O que compõe essa maneira de nos reunirmos? Por enquanto vejo:

- 1- a necessidade de elegermos um tema que seja - parcial ou totalmente - de interesse comum, ou seja, nos reunimos por necessidade e afinidade. Tenho percebido que vir por que se quer e necessita é um fator muito importante para a qualidade dessas reuniões.
- 2- passar por um certo preparo que *dignifique* a reunião desbanalizando-a. Esse ponto é bastante importante, pois é necessário que encontremos boas proporções entre um cultivo da espontaneidade e a colocação de uma *moldura*, ou seja de marcos, que distinga a reunião de um evento apenas social. O que chamo de *preparo* são todas as ações que realizamos antes da reunião propriamente dita, como os canais (emails, com ou sem folders, eventos no facebook...) que utilizamos para divulgar convocando para o evento, as palavras e cores escolhidas para a criação das peças de divulgação, a escolha e compra do

que será servido como coffee-break, a escolha e compra de flores se as considerarmos necessárias, providenciar cópias em número suficiente se formos trabalhar com algum texto, verificar a adequação do ambiente físico à atividade (limpeza, disponibilização dos materiais de trabalho – bambus, bolinhas etc...- organização dos banheiros) Na etapa de preparo, no caso de reuniões periódicas, que *se repetem*, o que tenho percebido como fator mais importante, é que as providências tomadas, sejam quais forem, não vão caindo numa simples mecanicidade, instaladora da insidiosa rotina. Os detalhes são importantes! Variar as flores, variar as palavras, variar sensivelmente, não mecanizar o variar.

- 3- simplesmente estar lá. Estar lá disponível para aprender a ouvir, estar lá disponível para falar. Estar lá disponível para estar. Na *composição* dessas maneiras de nos reunirmos, vejo também a consideração de certos detalhes como: aonde e a que horas acontece a reunião? Em dia útil ou no final de semana? Esses detalhes se relacionam com: os deslocamentos dos participantes pela cidade, seus horários de trabalho, se estarão com fome ou não, se a reunião será banhada por luz natural ou artificial....São detalhes que situam nossa reunião acontecendo: durante um certo tempo, num tempo e num lugar.

Gerda Alexander, convocada também para esse texto-reunião, sabendo que estava fazendo isso ou não, moveu seu trabalho em afastamento ao par de opostos: movimento-relaxamento. A medicina de seu tempo⁴⁵, nas formas às quais ela teve acesso, parecia ver o movimento apenas como requisição de energia ao organismo adoecido e fator de depauperação deste. Gerda transformou um tempo de limitação física em sua juventude na oportunidade de pesquisar como mover-se com o mínimo de energia necessária e como descansar antes de fatigar-se. Sua pesquisa foi impulsionada tanto pela necessidade pessoal de aprender a descansar enquanto se movimentava, quanto pelo anseio de criar uma pedagogia do movimento que não se fundamentasse na imitação e encorajasse a expressão própria de cada indivíduo. Ela poderia ter chegado apenas a confirmar o conhecimento de que é necessário que saibamos equilibrar corretamente atividade e relaxamento, mantendo-nos fortes e saudáveis, mentes sãs em corpos sãos.

⁴⁵ Gerda nasceu em 1908, em Wuppertal, na Alemanha e aos 16 anos, após várias crises de febre reumática, contraiu uma endocardite. Os médicos lhe indicaram reduzir muito seus movimentos, ela sequer deveria vestir-se sozinha.

Não, ela não poderia, teria sido muito pouco para ela, como podemos apreender em seu relato abaixo, em entrevista dada a Violeta de Gainza:

Porém, logo percebi que fazer coisas de maneira relaxada, como se costumava dizer, era uma estupidez. Qualquer movimento que fazemos – em nossas atividades diárias, em qualquer lugar – requer certa quantidade de energia. A ideia de fazer trabalhar somente os músculos diretamente envolvidos no movimento, enquanto os outros permanecem relaxados, é equivocada: os músculos relaxados tem um tônus demasiadamente baixo e ficam pesados, dificultando a ação dos que trabalham. O relaxamento é perfeito para descansar, mas para mover-se é preciso encontrar um tônus adequado, ajustado exatamente a cada situação. (Gainza, 1997, p.22 e 23).

São infinitas variações tônicas, num modelo matemático incomensuravelmente mais rico de consideração ao movimento do que apenas dois: ação e relaxamento.

Lendo os poucos textos que ela deixou, podemos sentir-lhe o espírito pesquisador. A tal ponto o pesquisar lhe interessava que ela se mostra sensível a isso em seus professores. Sobre Dalcroze⁴⁶, disse ela a Gainza:

Ele tinha um espírito de pesquisador e sentia seu corpo.
(Gainza, 1997, p.37)

Em suas pesquisas sobre o tônus e o que seria o *movimento natural*, Gerda passava horas observando os macacos no Jardim Zoológico:

Via como costumavam acariciar suas crias com um maravilhoso movimento em câmera lenta e, repentinamente, saltavam ou faziam outra coisa. Nunca se excediam nem moviam-se mais ou menos do que o necessário; do mesmo modo que um gato agachado que espera um rato e salta a distância exata para capturar a sua presa. (Gainza, 1997, p.23)

Acho interessante observar que Gerda pesquisadora viu sentido em ficar olhando os animais. Referindo-se ao relacionamento entre humanos e animais que trabalham em

⁴⁶ Emile Jaques-Dalcroze (1865-1950) foi músico e compositor. Como professor no Conservatório de Geneve, observando que seus alunos haviam aprendido a olhar e a ler mas não a ouvir e escutar, cria seu método pedagógico que nomeou Rítmica, baseado na musicalidade do movimento e na improvisação. Em seus textos, encontramos que seu trabalho se baseou no axioma grego: “música e movimento são um e o mesmo.” Dalcroze percebeu no corpo humano um instrumento musical primário que deveria ser envolvido no processo de formação de músicos. Ele definiu em seu método cinco princípios: I – A teoria segue a prática, II – Ouvir – a base da educação musical, III – Tempo + Espaço + Energia, IV – Expressão própria (self-expression) positiva – O objetivo da Rítmica, V – Alegria – unidade do corpo, mente e espírito. Dados obtidos em: <http://institute4jaques-dalcroze.com/> e <http://www.dalcroze.ch/> / Gerda Alexander estudou durante quatorze anos na escola Dalcroze de Otto Blensdorf; seus pais conheceram através de Blensdorf as idéias de Dalcroze e, três anos antes do nascimento de Gerda, haviam decidido que os filhos que tivessem seriam educados através desse método.

laboratórios de pesquisa, em seu texto “A partilha do sofrimento”, ouçamos Donna Haraway (2011, p.31):

As relações unidirecionais de uso, reguladas por práticas de cálculo e convencidas da razão hierárquica, são outros quinhentos. Tais cálculos complacentes se inspiram no dualismo primário que separa de um lado o corpo, de outro lado a mente. Esse dualismo deveria ter acabado há muito tempo diante das críticas feministas e tantas outras, mas o fantástico sistema binário mente/corpo demonstrou uma notável resiliência. Creio que a incapacidade, ou melhor, a recusa de encarar os animais é uma das razões.

A recusa de encarar os animais creio que se baseia na dificuldade de abandonarmos um lugar sentados no alto de uma pirâmide que localizamos no centro de nosso universo, estranho posto de observação. Os animais estão chegando: Estocolmo está cheia de coelhos, canadenses desenvolvem lixeiras de rua que ursos não consigam abrir, cariocas trancam armários de cozinha onde escondem suas bananas do apetite de certos macacos. A simpática atendente telefônica do Ibama em greve, respondendo a um pedido meu de retirada de um gambá da minha varanda, diz: “Senhora, estamos orientando a população a que aprenda a lidar com esses animaizinhos.” Então, eis por quê junta-los, Canguilhem, você que tão diretamente nos pergunta:

Que luz estamos seguros de contemplar para declarar cegos todos os outros olhos que não os do homem?...Sem dúvida, o animal não sabe resolver todos os problemas que lhe formulamos, mas por se tratar dos nossos e não dos dele. O homem faria melhor que o pássaro seu ninho, melhor do que a aranha sua teia? (Canguilhem, 2011, p.2).

Vejo nessas palavras uma sincera humildade *tocante*. Se ao menos eu pudesse pensar em mim um pouco menos e olhar em volta um pouco mais... Se ao menos nós, eutonistas, fasciaterapeutas, especialistas em Feldenkrais, em Técnica de Alexander e tantas mais, pudéssemos vislumbrar com clareza o que nos une...

E eu nos junto – Canguilhem, Rafael Vergara, Stengers, Serres, Foucault, Alexander, Haraway, Larossa... pelas maneiras como escolhemos olhar em volta e por nos colocarmos para olhar em outros lugares que não o centro do universo e pelas qualidades de nossos olhares que considero curiosos, complacentes, focados e abarcadores. Donna Haraway (1995) escolhe olhar *de dentro da barriga do monstro*. Minha compreensão do que seja *olhar de dentro da barriga do monstro* como forma de pesquisa é nos sabermos parte daquilo que pesquisamos ou criticamos. Aquilo que pesquisamos não está *do outro lado*, nem *do lado de lá*, nem *em outro mundo*. Propondo

dessa maneira, Donna critica a suposta neutralidade da ciência bem como seu olhar onisciente, que tudo vê, sem que se possa localizar de onde é que o olho da ciência está olhando e convoca-nos a abrir os olhos nos perguntando *com o sangue de quem foram feitos*. Essa pergunta me conecta com: quem trabalhou, quem viveu, quem morreu para que eu veja o que vejo, das maneiras que vejo, com os equipamentos de que disponho e tenha os acessos que tenho. Perguntada sobre sua expressão *informática de dominação*, ela nos responde:

As redes não são onipotentes, são interrompidas de um milhão de modos. Você pode ter sensações instantâneas: num minuto, parecem controlar todo o planeta; no minuto seguinte parecem um castelo de cartas. É porque são ambas. E muito mais acontece, além disso. A questão, então, é tentar viver nessa beirada – não ceder aos pesadelos do apocalipse, manter-se nas urgências e perceber que a vida cotidiana é sempre muito maior do que suas deformações – perceber que mesmo quando a experiência é mercantilizada, volta-se contra nós e transforma-se em nosso inimigo, nunca se trata apenas disso. Há muito mais acontecendo, *coisas que nunca são nomeadas por nenhum sistema teórico*, incluindo as informáticas de dominação.” (Haraway, 2012, p.14, o grifo é meu)

Essa é uma forma de lucidez que um pesquisador necessita se esforçar – senão lhe for fácil – para desenvolver e manter. Observando uma aula minha – ou de um colega – de Eutonia, eu poderia me pegar dizendo exatamente o mesmo: “há muito mais acontecendo, coisas que nunca são nomeadas por nenhum sistema teórico.” Então estou falando desse *seu olhar*, seu de Gerda, de Donna, de Georges, que quando encontra o meu, fala de umas coisas em que posso acreditar e eu me vejo desenvolvendo *tecnologias de pensar*, na linguagem de Donna. Compreendo suas *tecnologias de pensar* como projetos de conhecimento que transformam potencializadamente aqueles que neles participam, onde essa potencialização vem das experiências de se conhecer mundos novos, que em sua condição de ainda não existentes, são vistos como possíveis. Dentro do conceito de *tecnologia de pensar* de Donna, vejo o conceito de *contato* de Gerda. Donna (2012) fala de seus treinos com sua cadela, nos quais ambas, aprendendo a focar uma na outra, acessam a experiência de fazer algo que nenhuma das duas poderia fazer sozinha. É uma forma de humildade o reconhecimento de coisas que fizemos que não poderíamos ter feito sozinhos, como os nossos filhos e tantas outras coisas. Sim, poderíamos usar a doce experiência de olhar para um filho muito amado, para nos darmos conta de algo tão simples quanto isso: tantas coisas fiz que jamais teria feito se sozinha! As experiências de *contato* em Eutonia, se referem também – embora

não apenas - a *estar com o outro* e implicam em variações extremamente enriquecedoras da vivência sensível com o próprio corpo. Em Eutonia, trabalhamos de várias maneiras o *contato* e ao longo dos anos, tenho feito e ouvido relatos sobre tais trabalhos como extremamente potencializadores para aqueles que neles participam, que muitas vezes descortinam novas possibilidades para suas vidas e se abrem a novas formas de conexão com a realidade cotidiana, incluindo-se aí uma experiência específica e diferenciada de se estar no corpo e em movimento. Além de relacionar *contato* em Eutonia com as *tecnologias de pensar* de Donna, relaciono também com o que esta chama de *dreamwork*. Nicholas Gane, entrevistando Donna em “Se nós nunca fomos humanos, o que fazer?”, se refere ao *dreamwork* como “uma tentativa de mapear como as coisas são e como poderiam ser de outra maneira (o que você vê como o projeto da teoria crítica).” Achei fascinante essa reunião da crítica com a imaginação e vejo que a prática da crítica reunida à imaginação tem a ver com *responsabilidade*⁴⁷, onde responsabilidade é dar mais um passo, fazendo algo com aquilo que vejo, sendo esse um fazer para o qual convoco minha *imaginação*. Para Donna, o trabalho semiótico, que inclui o sonhar, faz parte do que torna o mundo real (2009). A *responsabilidade* de Donna se junta em mim com a importância que Gerda dava ao desenvolvimento da *autonomia* de seus alunos, que deveriam se tornar hábeis num uso próprio, independente, das formas de trabalho que iam conhecendo nas aulas de Eutonia.

⁴⁷ Responsabilidade, um dos termos que reencontrei com Donna Haraway e que usei logo no início desse texto refere-se, a partir de Karen Barad que construiu a teoria feminista de intra-ação e realismo agencial, ao relacionamento que se constrói em intra-ação, no qual sujeitos e objetos exercem sua capacidade de responsividade. Os relacionamentos em intra-ação são multidirecionais no sentido de que todos os envolvidos podem exercer sua capacidade de responder, sua responsabilidade. A capacidade de responsabilidade pode crescer num mundo onde se pratica intra-ação, num afastamento de práticas norteadas por normas de objetificação e opressão. Vejo que a intra-ação sempre está, sendo que, quando normatizada por formas de objetificação e opressão, a responsividade de uns se deturpa em omissão, anulação, passividade desproporcionada enquanto a de outros se deturpa em imposição.

8 A atitude de neutralidade

Havia o caos. Os deuses vieram e deram regularidade ao caos. Apareceram as quatro estações, apareceram o tempo das plantas, o tempo das flores, a ordem na cidade, a saúde etc... Mas junto com isso vinham também os terremotos, os furacões, as epidemias. E, como os deuses eram os responsáveis por organizar o caos, evidentemente que os pensadores já diziam: quem produz os furacões os terremotos e as epidemias são também os deuses. E concordaram com isso mas depois disseram que os deuses produziram os furacões, os terremotos e as epidemias para punir e castigar a maldade dos homens. Nos começamos a jogar moralidade em cima dos acontecimentos. Entenderam? O que eu estou explicando para vocês é: tirem a moral dos acontecimentos e coloquem uma ética. Ética é a potencia. (Claudio Ulpiano, transcrição da aula de 28/03/1989, O corpo e o acontecimento.)

Tirar a moral e operar com uma ética pode tornar as relações mais fluidas, elásticas; ficamos mais livres, as conexões parciais não se fazem para sempre, haja o que houver. Reconhecemos a transitoriedade como constante em nossas vidas. A amizade, que seja para sempre, se os amigos quiseram, mas as posições são variáveis, múltiplas. Operar com uma ética me implica com o uso de calma, no ato de ouvir, ver e perceber meu paciente. Numa mesma sessão eu vejo nele o verão, o outono, o inverno e a primavera, a saúde e as epidemias, o furacão, a calmaria... calma! A esperança, a persistência, a certeza misturada com dúvida, calma, paciência, calma!

Durante meu tempo na escola de formação em Eutonia, em São Paulo, lembro que as colocações referentes à autonomia do aluno, eram normalmente bem vindas por nós, alunos, diferente da resposta dada pelo grupo ao trabalharmos o que Gerda chamava de *atitude de neutralidade*, transmitido como parâmetro importante referente às maneiras como o eutonista deveria se comunicar com seus alunos em suas sessões individuais ou em grupo. Há um episódio da infância de Gerda, que me pergunto se teve relação com a importância que ela atribuía tanto ao desenvolvimento da autonomia de seus alunos quanto à atitude de neutralidade que estes eram convocados a adotar como eutonistas.

Gerda relata que em 1917, aos nove anos portanto, foi enviada pelo governo alemão, fazendo parte de um grupo de crianças debilitadas devido à escassez de alimentos durante a Primeira Grande Guerra, para Montreux, na Suíça, para um período de férias. Diariamente as crianças faziam caminhadas e um dia, num desses passeios, aconteceu

algo que, segundo Gerda, teve influência em toda a sua vida: um encontro com um inimigo, um oficial francês:

Tinha um pequeno bigode e era uma pessoa normal. E não disparou sua arma; não nos matou, ao contrário, saudou-nos amistosamente. *Senti algo como uma explosão dentro de mim causada pela surpresa de um inimigo poder ser uma pessoa tão amável...* Decidi nesse momento que durante toda a minha vida procuraria fazer as pessoas entenderem que também os “inimigos” são seres humanos. Anos depois, recordava esse momento como se tivesse sido o de meu nascimento como pessoa autônoma e ainda hoje sinto-me estreitamente vinculada àquele sentimento. (Gainza, 1997, p.29)

Ressonância. Afinidade. A imprevisível amistosidade do estranho categorizado como inimigo provoca uma explosão no espaço interior de Gerda. Algo explode dentro de uma criança diante da surpresa de que inimigos podem ser amáveis. Confiante no que seus olhos veem, a criança não se despedaça e nasce autônoma diante de si mesma. Aquele que um dia foi visto como hostil habitante *do outro lado*, passa ao meu lado e cumprimenta-me amistosamente. Tem mãos como eu, tem olhos como os meus, caminha também. Terá sido esse episódio constituinte da importância que Gerda sempre deu ao cultivo da autonomia em seus alunos? O encontro com o inimigo amigável de bigode terá aberto espaço para sua defesa da *neutralidade*, atitude que o eutonista deveria adotar no ambiente de suas aulas em grupo e individuais?

Consultando o dicionário Houaiss da língua portuguesa, encontramos no verbete *neutralidade*:

1 condição daquele que permanece neutro 2 imparcialidade, objetividade (...) 4 pol. condição de um país que não participa de uma guerra; não-alinhamento, não-engajamento. (Houaiss, 2001, p.2014)

Continuando a pesquisa no verbete *neutral*, encontramos:

...ETIM lat... “nenhum dos dois, nem um nem outro”. (Houaiss, 2001, p.2014)

Neutralidade como possibilidade de contarmos além de dois.

Posso ver a antipatia, a recusa, a desconfiança, a dúvida que o uso de uma palavra como *neutralidade* desperta em vários ambientes. Minha pesquisa no dicionário me ajuda a manter o meu amor. Algo em mim me faz manter essa palavra nesse trabalho e é algo relacionado à capacidade de amar. Manter esse termo é manter uma posição nada neutra. Considero que há guerras nas quais não vale à pena entrar, pois elas encobrem

melhores batalhas a serem travadas e entrar nelas seria retardar-se no caminho, contribuindo para o uso desmesurado de formas condicionadas e superficiais de comunicação. Desmesurado porque formas condicionadas de comunicação são práticas e têm obviamente o seu lugar mas não deveriam invadir espaços dedicados à pesquisa e ao contato/cuidado de si. Sim, estou falando de *neutralidade* especificamente no ambiente de uma sala de Eutonia, onde intra-agimos com um ou mais alunos, em sessões individuais ou de grupo. Assim sendo, escuto a meu aluno escutando tudo o que possa dele: seu silêncio, suas palavras entusiasmadas, seus relatos repetitivos e sem graça, seus gestos que muitas vezes contradizem o que ele diz, o que ele diz, para onde ele olha, como se coça, seus bocejos...e permaneço aqui, diante dele ao seu lado, praticando uma certa restrição que me permite ouvir, calar, rir, perguntar...muitas coisas, esquivando-me da “indignidade de falar pelos outros”. Para Deleuze (2012, p.133), Foucault foi

...o primeiro a nos ensinar – tanto em seus livros quanto no domínio da prática – algo de fundamental...

Tal indignidade. Para mim, uma forma de indignidade que deve ser restringida pois engorda o pensamento de que o outro não tem voz. A atitude de neutralidade como proposta no ambiente das práticas de Eutonia inclui um aspecto de *restrição*; é uma restrição no sentido de deter os automatismos, de fazer-se sensível ao imprevisível, deixando espaço para este.

No exercício da neutralidade, buscamos uma suspensão de nosso intelecto e de nossa emoção. Suspendê-los não implica em negá-los, apagá-los ou destruí-los, não, há melhores batalhas. Suspendê-los implica num certo distanciamento, num levantar de véus. Implica em não utiliza-los, portanto utilizar outras coisas. Calma.

Lembro-me da transcrição de uma aula de Ulpiano em que ele diz:

Haveria alguma coisa em nós, que Proust chama de *pensamento*. Essa coisa em nós, chamada de pensamento, não é sinônimo de intelecto – porque o intelecto é uma faculdade que pertence à consciência e é voluntária. O pensamento é inconsciente e é involuntário. (Aula de 21/09/1995. O voluntário e o involuntário, ou o lógico, o ilógico e o alógico.)

Ajuda-me principalmente em meu argumento essa distinção que Ulpiano traz com Proust entre pensamento e intelecto, da qual compartilho, o intelecto para mim se referindo a níveis de pensamento condicionado e o pensamento se referindo às nossas experiências nos mundos em que vivemos além de nossos condicionamentos sejam

familiares, culturais ou sociais. O pensamento como um atravessar a redoma em direção a mundos maiores.

Meus clientes chegam dentro do consultório já descalços. Normalmente, em sua primeira vinda, eu os recebo já descalça ou nos descalçamos juntos, num patamar da escada que conduz à minha sala. Quando vão embora, nessa primeira vez, eu os acompanho até a porta da rua. Daí por diante, quando tocam o interfone, indico-lhes se podem subir ou – caso cheguem adiantados – que aguardem na varanda embaixo. Quando sobem então, já tiram seus sapatos sozinhos no meio do caminho. Há nisso um aspecto técnico, de evitar que a sujeira das ruas da cidade invada um chão onde muitos se deitam para se trabalhar. O chão nos é uma ferramenta de trabalho.

Um dia, após algumas vindas semanais ao consultório, Ela entrou calçada. Percebi e... calma! Calma. Calma... Não falei nada, nos observando. “Ih! Subi de sapato, caramba!” Não tem problema, respondo, deixe-os aqui. E indico um lugar. Por quê será? Pergunto-me internamente enquanto ela troca de roupa. Um exercício – consciente ou não – de desobediência às regras da situação? Uma reivindicação de tratamento especial? Trabalho em casa, casa esta que ela frequentou desde a adolescência pela amizade estreita com uma de minhas filhas. Agora, pela escolha da Eutonia como forma de se tratar, frequenta esse lugar em outro contexto. Será por isso? Na semana anterior havia faltado. E me procurou para remarcar – tudo isso estou pensando eu – entrando em contato no dia da semana em que até Deus descansou, o sagrado domingo. Calma. Relata que esteve bem, mesmo sem a sessão da semana anterior. Querera me impor a diminuição da frequência sem que conversemos e juntas avaliemos a questão? Estará já no tempo de aumentarmos o espaçamento entre as sessões? Calma. Suspendendo o intelecto e as emoções – sem negá-los nem deixar de vê-los. Observando. Considerarei a sessão muito boa pelas proporções que juntas fomos encontrando entre um repousar profundo, distensionador de tecidos e um fazer consciente, promovedor de boa sustentação postural. Ao despedir-se, espontaneamente comentou que achava que havia subido de sapatos porque, lá embaixo, não havia nenhum sapato a lhe lembrar que deveriam ser deixados ali. A ela, que por profissão tem a experiência de cuidar do espaço onde recebe seus clientes, respondi: “Ah! É que nos horários de atendimento, se necessário eu sempre os arrumo (os sapatos dos moradores da casa) deixando-os fora do campo de visão dos pacientes.” Ah, não, responde ela, sempre tem algum por ali! Calma. Será isso o que ela quer? Um espaço delimitadamente profissional quando vem para as sessões? Será uma disfarçada reclamação, de que para ela eu tenha negligenciado a preparação do espaço? Parte de mim se envolve internamente nesse momento com os outros moradores da casa que podem ter descuidado a organização do espaço como temos combinado. Calma, são muitíssimas as possibilidades. Continuei nos observando. Nem tudo tem que se extravasar em palavras. Essas recordações me lembram palavras de Larossa:

... o sujeito da experiência se define não por sua atividade mas por sua passividade, por sua receptividade, por sua disponibilidade, por sua abertura. Trata-se porém, de uma passividade anterior a uma oposição entre ativo e passivo... (Larossa, 2002, grifo meu)

Há alguns anos, venho fazendo a experiência de dar aulas de Eutonía num dos cursos de pós graduação da FAV – Faculdade Angel Vianna, o curso nomeado: Terapia Através do Movimento – Corpo e Subjetivação. Às vezes, minha disciplina é dada no início do curso, outras em seu período final. Normalmente quando entro em sala de aula, fica para mim muito claro se o grupo já existe enquanto grupo ou não. É importante para minhas formas de trabalho que o grupo já exista, isso contribuí muito para que se instaure um espaço de trabalho em sala de aula. Ao mesmo tempo, um grupo que já existe e vai sendo visitado por professores no rodízio das matérias, pode desenvolver estranhos anticorpos a essa situação. Já passei pela experiência de encontrar o grupo me recebendo com reservas, com alguns de seus componentes presos em sentimentos de apego ou fidelidade ao professor anterior; já me encontrei com grupos que vão se fortalecendo em seu coletivo de maneira negativa para os processos de aprendizado em sala de aula, colocando uma espécie de bunker desafiador que visa impedir o acesso do novo professor. Tenho observado muitas coisas lidando há tanto tempo com a sala de aula. No grupo que já existe como grupo, é interessante observar os personagens, os papéis assumidos por diversos membros da constelação. Podemos encontrar como extremos aqueles que sempre falam, reclamam, reivindicam e outros que jamais abrem a boca. Um grupo pode se constituir como um único grupo ou como reunião de subgrupos. Pode haver indivíduos isolados. Tudo isso pode ser visto/intuído bastante rapidamente por um professor experiente. No exercício da neutralidade, estamos aqui registrando, anotando internamente, confirmando ou descartando nossas impressões no encontro seguinte... No terceiro encontro da sequência de seis que daria a uma dessas turmas, houve um momento da aula em que, percebendo-os cansados, perguntei se eles gostariam de fazer comentários às vivências que estávamos fazendo naquela tarde, numa estratégia de que, pela variação na proposta, tivessem oportunidade de refrescar seu interesse. As falas começaram, interessantes, eu comentava uma ou outra coisa... Nesse dia estávamos numa grande sala, a sala E, que tem muitas janelas, uma parede de pedra e um belo e adequado chão de tabuas corridas. Após um pequeno silêncio, uma aluna começou a fazer seu relato, se referindo a um momento da aula em que eu havia indicado que, deitados como estavam, com suas duas mãos, iniciando pelas pontas dos dedos de um de seus pés, cada um fosse percorrendo todo um lado de seu próprio corpo, usando suas mãos suave e atentamente, deslizando-as pela pele. Sua voz era extremamente delicada e de tom baixo e a experiência que ela havia vivido tocando sua própria pele havia sido também muito delicada e impactante. Suas palavras vinham acompanhadas de belos e delicados gestos das mãos e por dentro de mim eu me dizia: “meu Deus, que beleza o poder de transmissão de tal delicadeza assim transmitida tão baixinho a esse grupo nessa sala assim bem grande!” Eu a havia percebido - mas sempre deixo um pequeno espaço para estar equivocada pois afinal não estou com eles em todas as aulas do curso – como uma aluna que,

no grupo, quase nunca falava. Ela falou com calma e “deu seu recado em paz.” Sua fala havia me tocado a tal ponto, que me fez lembrar minha militância para que nos escutemos em nossos corpos, não apenas com nossas orelhas. Falei um pouco sobre isso, que aproveitássemos a oportunidade, nessas rodas de comentários, para esse exercício, de escuta ao outro sentindo o próprio corpo, bem como as respostas deste (do corpo) à voz, às palavras, à qualidade de presença do colega que fala. Eu ouvia minha voz tão distinta da dela, o que me fez bem, por me conectar com um mundo onde convive muita riqueza, muita variedade! Assim que acabei de falar, um aluno fez questão de comentar que havia apreciado muito a fala dela - uma colega que raramente falava, no dizer dele - e que ele havia sentido que ela havia falado com muita verdade, do coração, sendo que essas são palavras minhas que traduzem o que ficou em mim da fala dele, que, ao final de suas palavras, reuniu diante do peito suas mãos postas e fez uma ligeira inclinação de cabeça em direção à colega que, sorridente, lhe agradeceu o comentário. Assim, numa prática de neutralidade, nos esquivamos da indignidade de falar pelos outros, engordando o pensamento de que, de fato, estes não têm voz.

No segundo semestre de 2012, fui à exposição Obras sobre papel – pinturas, desenhos e gravuras de Lasar Segall (1891-1957), na Pinakothek, em Botafogo, na Zona Sul do Rio de Janeiro. Segall, artista plástico europeu que aos trinta e dois anos veio residir em São Paulo, no Brasil, falando de sua experiência com a luz nesse país, se expressa de uma maneira que me ajuda a transmitir o que compreendo como a atitude de neutralidade que Gerda indicava a seus alunos que desenvolvessem como parte de sua postura de trabalho. Ouçamos as palavras de Segall, que copiei de um grande cartaz pendurado na parede em frente à porta de ingresso para sua exposição:

...Ensina a alegria. Considero uma aquisição essencial para a minha arte essa alegria que o Brasil me revelou. Não é uma alegria superficial, que se oponha à tristeza, mas uma alegria ampla e compreensiva que abrange o seu contrário...

Essa qualidade, de abranger o contrario em lugar de se opor, faz parte do que compreendo como a *neutralidade* que exercemos no *contato* com nossos alunos. Reconheço que me enraiveço, reconheço que me entorneço, reconheço que me aborreço e deixo que tudo isso vá me trabalhando por dentro, de minha pele para dentro, à espreita da boa batalha. Aos olhos de um guerreiro como esse, todas as janelas vistas são janelas: as fechadas, as abertas, as quebradas, as de vidro limpo, as embaçadas, as de madeira, tanto as apagadas quanto as que deixam vazar muita ou pouca, quase nenhuma luz, por uma fresta. Janelas como portas de contato.

Consultei por e-mail a Jean-Marie Huberty, colega e amigo, perguntando-lhe o que Gerda transmitia em sua escola a respeito da atitude de *neutralidade*. Ele me respondeu com as recordações que tem das indicações dadas por Gerda durante sua formação. Jean-Marie estudou na The Gerda Alexander School, em Copenhague, no período de setembro de 1981 a junho de 1985. Traduzo do Francês o que ele me escreveu:

Vou te responder a partir das lembranças que me vêm em relação às consignas dadas por Gerda. O que me vêm primeiro é sobretudo um aspecto e uma atitude bem concreta na prática.

Em seguida, ele listou alguns elementos:

- estar bem em seu espaço (seus espaços) interior
- dar espaço – o mais possível – à pessoa ou ao grupo acompanhado
- quanto ao toque, uma qualidade de tocar que não invada a pessoa mas que abra e ofereça uma receptividade máxima
- o respeito pela pessoa, numa observação sem julgamentos e sem valorização do que a pessoa possa sentir ou observar
- manter seu enraizamento no solo, na terra; nas posições sentadas, por exemplo, estar realmente bem “nos seus ísquios”.

Jean-Marie conclui que eram referências bem práticas, relacionadas ao trabalho em Eutonia e que o mais importante que ficou é essa atitude bem enraizada, numa experiência corporal.

Essa foi a escuta de Jean-Marie para as indicações de Gerda referentes à *neutralidade*. Corporalmente, quando sentado - posição que de fato adotamos bastante ao trabalhar – o eutonista deve estar “bem nos seus ísquios”. Em meu espaço interior concordo, baseada em experiência. Durante minha formação como eutonista, recordo uma aula dada por Berta Vishnivetz durante a qual ela nos propôs um trabalho em dupla, recurso muitas vezes utilizado nas práticas da Eutonia, o trabalhar com o outro. Um dos componentes da dupla se deitava de barriga para cima no chão, sobre uma grande toalha e o colega, sentado, ia lenta e atentamente aproximando a toalha do corpo do outro, envolvendo-o passo a passo, segmento a segmento, chegando mesmo a fazer mínimos movimentos, sendo que o foco do trabalho era, através do toque da toalha, que o colega tocado fosse sentindo, percebendo sua própria pele. Ou seja, a intenção de quem tocava era tocar a pele do colega, sentindo-a e observando suas respostas. Berta ia enfatizando, em suas consignas, a importância de uma atitude de auto-cuidado; que nos

mantivéssemos bem posicionados, cientes da conexão de nosso esqueleto com o chão, bem “nos nossos ísquios”; cientes do contato com nosso colega através da toalha, da textura, das qualidades do objeto toalha, distintas das qualidades de nossa pele e também da pele do colega que podíamos sentir através da toalha, permeadora do contato. Ela nos falou também que observássemos, ao sentir o peso da parte do corpo do colega que chegávamos a mover através da toalha, como era fazer isso “bem nos nossos ísquios”. Ficou para mim que tratava-se de tocar o colega desde nossos ísquios. E jamais me esquecerei do momento em que, através do envoltório toalha, suspendi minimamente do chão a cabeça de minha colega e senti que o fazia desde os ísquios, que os caminhos entre estes e minhas mãos estavam abertos, que havia comunicação, havia um *funcionar juntos, uma solidariedade* entre as partes de meu corpo.

Estar bem em seu espaço interior quando em contato clínico-pedagógico com o outro tem para mim o sentido de que, para percebê-lo e acompanhá-lo, necessito não ausentar-me de mim. Dar atenção ao outro, estar com ele, não implica em retirar atenção de mim mesma. Expandimos nossa atenção, incluindo o aluno, o paciente, em nosso campo de contato. E não nos fechamos numa espécie de bolha; segue existindo o espaço à nossa volta. Um foco não se estabelece no meio do nada, é foco em relação a um espaço maior. Focar em contato clínico-pedagógico é – como tudo que está vivo – uma experiência dinâmica: foco em mim, foco no outro, foco em nós dois, foco nos ruídos externos à sala, foco no vento pedindo fechar uma janela... É um *espaço* dinâmico o focar, não nos acontecendo de maneira linear, sequencial como a frase anterior pode fazer parecer. É desde mim que vejo a meu paciente, a meu aluno, numa atitude humilde, interessada pelas histórias que configuraram sua situação atual, dispondo de minha imaginação para mundos possíveis ainda não vividos onde podemos nos encontrar a cada vez de uma forma melhor, ciente do humor como uma ferramenta poderosa de *contato*, exercendo ambos nossa *responsabilidade* no ato de aprender e cuidar. Estar bem em seu espaço interior, num exercício de *neutralidade* diante de si mesmo e com o outro, implica num espaço interior revestido por uma pele como a que temos, que nos reveste sem nos isolar, propiciando o contato, permeando-nos a troca com o espaço exterior.

Então a atitude do eutonista de *neutralidade* é: algo concretamente experimentado a partir de sensações corporais, como a referência dos ísquios em contato com o chão, se

estivermos sentados neste. Implica em oferecer bastante espaço ao aluno, ouvindo-o em suas observações e comentários, suspendendo uma atitude de julgamento.

Ouçamos Gerda, em livre tradução:

Esse trabalho requer uma habilidade particularmente acurada para o observar. A consciência/percepção em si mesma se torna objeto de observação, enquanto se rastreia, ao mesmo tempo, os efeitos de observar em todo o organismo, registrando qualquer mudança no tônus, na circulação e na respiração, esteja o corpo numa dada posição ou em movimento, e a maneira como essas funções são afetadas por emoções e pensamentos. Nós chamamos a esse estado de consciência/percepção de “presença”. Isso pede uma atitude deliberadamente “neutra” de maneira que as observações não sejam afetadas pela expectativa de nenhum resultado específico. Estar “neutro” é um pré requisito chave para que a prática da Eutonia aconteça.⁴⁸

Vemos que a atitude de neutralidade, preconizada por Gerda como fundamental para que se experimente um estado de “presença” e nos aconteça a Eutonia, se exerce num espaço de auto-observação, não se restringindo a ser uma ferramenta de uso com o aluno.

⁴⁸ “...Such training requires a particularly acute ability to observe. Awareness itself can become the object of observation, while tracing at the same time the effects of this observation on the whole organism and registering any change in tonus, circulation and breathing, whether the body is still or moving, and the manner in which these functions are affected by emotions and thoughts. We call this state of awareness “presence”. It calls for a deliberately “neutral” attitude so that the observations are not affected by the expectation of any particular results. Being “neutral” is a chief prerequisite for the successful practice of Eutony.” (Alexander, 1985, p.20)

9 O tempo e o lento

Essa aula vai ser uma aula realmente filosófica! Por isso, eu vou ser muito lento: lento e calmo! (Claudio Ulpiano, na transcrição da aula de 28/03/1989 – O corpo e o acontecimento.)

Gostaria de ter perguntado a Claudio o que era, em seu entendimento, *uma aula realmente filosófica*. Não frequentei suas aulas, *não deu tempo/não tive tempo*. Poderei perguntar a outros que tenham feito a experiência de ser seus alunos, poderei pesquisar em seus textos, nas aulas transcritas. Mas, pelo que já li, sei que ele amava o estudo e a filosofia, o que nos conecta, irmanados no amor ao estudo e ao ofício que cada um de nós desempenha. Claudio Ulpiano desempenha com amor seu ofício de professor e eu sou arrastada por seu entusiasmo gentil e contagiante. Professor charmoso, cativante. Gostaria de sentar-me com ele e perguntar sobre a calma e a lentidão que ele viu necessárias para *dar* uma aula que *fosse* realmente filosófica. A calma e a lentidão que figuram entre as ferramentas que manipulo numa aula e/ou sessão de Eutonia.

Há um uso grande do lento em trabalhos de Eutonia. Não se trata propriamente de desenvolver a capacidade de fazer as coisas lentamente, antes de dar-se a liberdade do extremamente lento como oportunidade para perceber detalhes e encontrar-se com outras formas de fazer. Vemos que o tempo vai permeando com sua constância esse trabalho. O tempo e a transitoriedade, os constantes.

Sobre o desenvolvimento da capacidade de se fazer as coisas lentamente, pode permitir o acesso a qualidades inéditas de movimento, como *movimentos que nos acontecem*, sem que os pré-planejemos, como uma lenta elevação de um ou dois braços, dando um exemplo. Não é que nos vejamos sequestrados em um corpo que, de repente, nos arrasta – embora lentamente - em movimentos que não decidimos previamente fazer. Não, não estamos reféns de nós mesmos, já que podemos, a qualquer momento, interromper essa forma de conexão. Podemos nos decidir por interrompê-la e pronto, de volta ao mundo da biomecanicidade.

Mas essa questão – ‘o que pode um corpo?’ foi obscurecida pela ideia de que a alma é superior ao corpo. Então, nós mergulhamos numa filosofia em que o corpo é que importa – porque o corpo traz dentro dele o *tempo*. (Claudio Ulpiano, transcrição da aula de 21/09/1995 – O cinema do corpo.)

A pergunta trazida por Ulpiano é de Espinoza, o filósofo ocidental que, no século XVII colocou o corpo no lugar de objeto do pensamento, operando com isso uma *reversão*

filosófica, tirando o corpo do lugar de obstáculo ao movimento da alma, de tendência ao conhecimento. Nessa reversão, a relação entre o corpo e a alma - desde Platão e corroborada pelo cristianismo - passa, de uma relação de eminência, onde a alma era vista como superior ao corpo, a uma relação de paralelismo, segundo Ulpiano.

10 Reciprocidade – variações – pesquisas de movimentos

Escrevendo sobre Máquina e Organismo, trazendo como problema as hierarquias de Aristóteles entre o liberal e o servil, a teoria e a prática, a natureza e a arte – pares muito interessantes - como paralelas a uma hierarquia econômica e política, que se configura na cidade como hierarquia entre o homem livre e os escravos, Canguilhem faz perguntas:

Estamos nós diante de uma relação de causalidade, em que sentido? Ou estamos diante de uma estrutura global com relações de influência recíproca? (Canguilhem, 2012, p.114)

Gerda Alexander (1983) e Donna Haraway (1995) respondem, respectivamente, com reciprocidade (tudo aquilo que tocamos também nos toca) e intra-ação. Estou aqui, um pé descalço apoiado no chão de tacos de madeira, a perna esquerda cruzada apoiada na coxa direita, meu fêmur direito me apoia a fíbula esquerda, parte da coxas e das nádegas se apoiando no acento da cadeira, cujos pés se apoiam no mesmo chão que me apoia o pé direito. Tenho os cotovelos apoiados na mesa, os dedos das duas mãos me apoiam a cabeça inclinada. O que Gerda percebeu foi o aspecto potencializador de usarmos conscientemente o contato com o mundo exterior para sabermos de nós, numa relação, percebo, de reciprocidade.

Vou para a aula de Eutonia trabalhar meu pensamento, meu corpo, meu sentimento, meu movimento, minha capacidade de fazer contato...Vou para a aula de Eutonia conhecer melhor meu pensamento, meu corpo, meu sentimento, meu movimento, minhas maneiras de fazer contato e estar no tempo.

Observo o espaço concedido nas aulas de Eutonia a *pesquisas de movimento*. Através de recursos como: o tocar consciente da pele, a auto-investigação da forma dos ossos e outros, preparamos o corpo para a pesquisa, que envolve tanto os movimentos existentes no espaço interior ao corpo, como a circulação sanguínea e a linfática, os movimentos fasciais, os batimentos cardíacos... quanto os possíveis nas conexões entre o volume do corpo e o espaço exterior. São pesquisas propostas aos alunos com grande liberdade de investigação. De tais pesquisas, o aluno extrai encadeamentos de movimentos, que deve experimentar *repetir novas vezes* sem perda de sua *qualidade de presença*, ciente das variações tônicas que experimenta ao se movimentar.

Os *estudos de movimento* são mostrados aos colegas e professores e formam parte do processo de avaliação e conclusão do curso de formação em Eutonia do Instituto Gerda Alexander, de São Paulo, assim como acontecia na escola de Eutonia de Gerda em Copenhague. Sua repetição em novas vezes coloca uma certa *restrição*, pela sustentação sem variação de um encadeamento formal que, paradoxalmente, permite que nuances, mínimas variações no estado tônico de quem se apresenta, se destaquem.

Dou-me conta da relação direta, em nossos corpos, entre sua *forma variável* e a *elasticidade sensível* de nossa pele.

Canguilhem (2012) também se interessou pelas *variações*. Foi lendo O Normal e o Patológico, que fui levada a me perguntar o quanto o estudo da anatomia humana nos livros, com a visualização das imagens dos desenhos anatômicos, poderia criar dificuldades ao desenvolvimento de uma capacidade de *vermos* o esqueleto, tanto o nosso quanto o de quem tratamos. Fomos procurar nosso paciente nos livros e isso talvez tenha dificultado o nosso encontro. O que fazer? Abandonar os livros? Não, jamais, mas manter vivas as maneiras de fazer em Eutonia, onde, antes de irmos aos livros ou a modelos tridimensionais ou mesmo a um anatômico, propomos ao aluno que investigue seus tecidos corporais, usando o toque de suas mãos diretamente ou permeado por algum objeto como o bambu, ou o toque entre o corpo e superfícies (chão, parede) do espaço exterior e damos-lhe tempo e espaço para que perceba as áreas trabalhadas, registrando suas sensações. E também pesquisar se a priorização de certas formas de estudo do corpo humano, onde não há espaço para a inclusão de uma auto investigação sensível, imprime em nós a referência – mesmo que discursivamente rechaçada – de um corpo teórico, cujas sensações procuro tanto em mim quanto no outro. Eis a importância do trabalho com a *pele*, como envelope sensível delimitador da forma singular e variante de cada um.

Com Donna Haraway (2012, p.17) concordo que:

...devemos levar realmente a sério o fato de que ninguém faz nada sozinho.

O encontro com nossos autores, legou-nos algumas tarefas:

Continuar a ler levantando a cabeça, expor-nos, praticar afinidades eficazes, sentir os ossos e fazer contato, observar as variações, bussolar o imprevisível, contar além de dois, colocar-nos entre as coisas, interessar-nos, garantir a liberdade com a liberdade...

11 Mantendo a porta aberta

Levanto a cabeça em agradecimento e reverência. Sinto meus apoios, lembrando que a terra me sustenta. O adiantado da hora é apenas um dado entre muitos quando se aprende que o tempo é experimentável de várias maneiras.

Sinto minhas extremidades frias, o que me faz lembrar que algumas coisas importantes foram feitas, como insistir na investigação da pele, nomeá-la, fazê-la presente, encontrando palavras para ela sem matar-lhe a existência. Escrever a pele hidratando-a com um óleo muito fino, gratamente absorvível, aplicado pelo calor do deslizamento atento de duas mãos leitoras tanto do novo quanto do conhecido. A partir do reconhecimento sensível da pele, muitas coisas são possíveis; sempre haverá caminhos a cursar, atentos às reuniões e aos encontros, cuja relevância apreciamos ter ressaltado.

Importante foi aceitar os autores diante dos quais meus olhos brilharam, aprendendo a manter juntas coisas incompatíveis a um olhar categorizador ou apressado, reconhecendo a necessidade de aprender a sustentar um certo tônus, garantidor de mais do que o brilho dos olhos, de narinas abertas e orelhas pontudas como antenas, sensíveis às vibrações indicadoras da presença da água, dos alimentos, daquilo que se necessita quando a necessidade é viajar.

Importante foi ler levantando a cabeça e aceitando o silêncio, os desertos de respostas, o fazer nada, sentindo que o corpo se fazia sutil e que se atravessava redomas, expandindo-se a outros lugares. Importante também foi levantar a cabeça ouvindo nada, um outro nada, sentindo o corpo denso, os caminhos fechados e duros e aprender a esperar. Paciência.

Importante foi reconhecer a grandeza do tema e ativar generosidade suficiente para ir expondo-o, confiante em encontrar pares, amigos e irmãos, vendo esfarelar-se no ar a ameaça de possíveis salteadores. Ir desdobrando o veludo e expondo as joias, disposta a trocar gemas com autores, colegas e professores.

Importante foi abrir mão de brincar de gangorra. Se houve um tempo em que a alma foi pretendida como superior ao corpo, nada avançaremos propondo a hierarquia oposta. Pouco aprenderemos trabalhando por oposição. Importante foi aprender que não é qualquer silêncio que nos serve quando escolhemos calar evitando soprar o fogo de pensamentos binários. É necessário um certo silêncio, anterior a uma possível oposição

entre estes e os sons. Talvez agora estejamos em boas condições de sentarmo-nos à mesa com neurocientistas, ouvindo, falando, anotando, livre em conexões parciais.

Importante foi ir me afastando da ilusão de não ter tempo, aprendendo a delimitar o que seria possível fazer, entregando ao futuro ou aos braços de outros, projetos que reconheci ter que temporariamente abandonar.

Foram alguns: explorar os jardins do bom humor, relatando o trabalho feito pelo riso no consultório e nas salas de aula, rompendo a solenidade que muitas vezes se instala quando estamos por perto de nós e nos fazemos reverentes ao incomensurável que nos inunda, que alegria!

Também deixamos para um outro tempo metermo-nos com o que possam ser memórias, elencando objetivamente tal tema como digno de pesquisa, pois foi em hora já tardia que ouvimos a voz de Maria Cristina Franco Ferraz nos soprando que Bergson escolhera a palavra solidariedade referindo-se à relação entre consciência e cérebro, palavra cara a nós, por sua eficácia no consultório e nas salas de aula, carregando até os alunos referências interessantes para sua auto pesquisa. E sobre o cérebro também gostaríamos de ouvir a Deleuze e Guattari, mas numa nova conversa não tão rápida quanto a que já fizemos, onde apenas soubemos do uso que Deleuze fez da palavra membrana - que nos dilata as narinas e esperta as orelhas – referindo-se ao cérebro.

Na pilha do que vai sendo arrumado para ser abordado em tempo futuro, com imenso apreço anotamos a pista de um texto conhecido através de Canguilhem, *Eloge de la main*, de Henri Focillon, por nossa intuição de que as duas mãos merecem um estudo abrangente e aprofundado e que nunca acabaremos de aprendê-las, pois quanto mais nos dirigimos a elas, estudando-as, mais vão se fazendo capazes, como se o olhar de um pesquisador apaixonado constantemente as revitalizasse. E Canguilhem, lê-lo com mais calma, aproximar-me mais a sua obra, cuja leitura me fez levantar tantas vezes a cabeça, impactada por sua amorosidade e lucidez.

Manter aberta a enorme porta que se abriu em mim com a leitura de *O corpo utópico* de Foucault e fazer expedições mais consequentes ao Cuidado de si e a seus Ditos e Escritos, que se mostraram – nas passagens conhecidas – tão fraternos!

Retomar uma ideia cara e muito antiga, de ir trabalhando cada peça, cada joia, cada tema, com algumas das histórias compiladas por Idries Shah - pesquisador incansável desses textos – criando uma pequena e rica coleção, por um desejo de aventurar-me com a imaginação, sede humana – embora não afirme que apenas nossa – aplacável por histórias, como tenho observado trabalhando com elas há alguns anos. Será necessário uma sensibilidade especial às variações em nossa consciência e nas experiências com o tempo... deixar que as coisas nos aconteçam.

Constato o aspecto inovador desse trabalho ao reunir elenco tão rico quanto diverso de autores em torno do tema da Eutonia, não no sentido de que esta tenha se posicionado como eixo ou regente, mas expondo-se como argila a ser torneada na presença de água e por duas mãos.

(...) esse imenso espaço cultural de que a nossa pessoa (de autor, de leitor) não é mais do que uma passagem. (Roland Barthes, 2012, p.29)

Bibliografia

- AGUIAR, Kátia; ROCHA, Marisa. *Micropolítica e o Exercício da Pesquisa-intervenção: Referenciais e Dispositivos em Análise*. Psicologia Ciência e Profissão, 2007. 27 (4), p.648-663
- AGUIAR, Kátia; SILVA, Vanessa. *Um encontro com Pinocchio – Arte e Vida na Escola*. Rev. Polis e Psique, 2013; 3(2): 97-112.
- ALEXANDER, Gerda. *Eutonia, um caminho para a percepção corporal*. Rio de Janeiro: Martins Fontes, 1983.
- _____. *Eutony, the holistic discovery of the total person*. New York: Felix Morrow, 1985.
- _____. *L'Eutonie – Un chemin de développement personnel par le corps*. col. Le corps a vivre. Paris: Tchou, 1996.
- BARROS, R.B.; PASSOS, E. *A humanização como dimensão pública das políticas de saúde*. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v.10, n.3, p.561-571, 2005.
- _____. *A humanização na saúde: um novo modismo?*. Interface. Comunicação, Saúde e Educação, Rio de Janeiro, v.9, p.389-406, 2005.
- BARTHES, Roland. *A câmara clara*. Lisboa: Edições 70, 2014.
- _____. *O rumor da língua*. São Paulo: Martins Fontes, 2012.
- BENEVIDES, Regina; PASSOS, Eduardo. A instituição e sua borda. In: *Cartografias e Devires – A constituição do Presente*. Porto Alegre: Ed. UFRGS.
- BERGSON, Henri. *Matéria e Memória*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- BERSIN, David. Une entrevue avec Gerda Alexander. In: *Nouvelles de danse*. Bruxelles: Contredanse, ÉTÉ 1996 n 28, p. 54 a 71.
- BRIEGHEL-Muller, Gunna. *Eutonia e Relaxamento*. São Paulo: Manole, 1987.
- BRIEGHEL-Muller, Gunna; WINKLER, Anne-Marie. *Pedagogia e Terapia em Eutonia*. São Paulo: Summus, 1999.
- BORGES, Jorge Luis. *Esse ofício do verso*. São Paulo: Editora Schwarcz, 2001.
- BOVE, Laurent. *Espinosa e a psicologia social*. São Paulo: Ed. Autêntica, 2010.
- CAMPOS, Marcia Regina Bozon de. *Eutonia: experiência clínica e pedagógica / texto e organização Marcia Regina Bozon de Campos [et al.]*. São Paulo: Zagodoni, 2013.
- CANGUILHEM, Georges. *O conhecimento da vida*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2012.
- _____. *Escritos sobre a medicina*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2005.
- COHN, Sergio e CAMPOS, Simone. *Vinicius de Moraes-Encontros*. org. Sergio Cohn e Simone Campos. Rio de Janeiro: Beco do Azougue, 2007

COSTA, Luciano Bedin da. *Estratégias biográficas: o biografema com Barthes, Deleuze, Nietzsche e Henry Miller*. Porto Alegre: Sulina, 2011.

DAGOGNET, François. *La peau découverte*. col. Les empêcheurs de penser en rond 1993. Le Plessis-Robinson: Institut Synthélabo pour le progrès de la connaissance, 1998

DANIELS, Lucile & WORTHINGHAM, Catherine. *Provas de função muscular: técnicas de exame manual*. Rio de Janeiro: Interamericana, 1981.

DELEUZE, Gilles; GUATTARI, Félix. Máquinas desejantes. In: *O anti-édipo: capitalismo e esquizofrenia*. Rio de Janeiro: Imago, 1976.

DELEUZE, Gilles; PARNET, Claire. *Diálogos*. São Paulo: Escuta, 1998.

DELEUZE, Gilles. Controle e Devir. (entrevista com Toni Negri). In *Conversações: 1972-1990*. Rio de Janeiro: Ed. 34, 1992.

_____. *Desejo e prazer: carta de Deleuze a Foucault*. Cadernos de Subjetividade, São Paulo, PUC, p.13-25, jun. 1996. Número especial.

_____. *Espinoza: filosofia prática*. São Paulo: Escuta, 2002.

_____. Imanência: uma vida. In VASCONCELLOS, Jorge; FRAGOSO, E. A. da Rocha (organizadores) *Gilles Deleuze: imagens de um filósofo da imanência*. Londrina: Ed. Da UEL, 1977, p.153.

DERRIDA, Jacques. *O animal que logo sou*. São Paulo: Editora UNESP, 2011.

DESPRET, Vinciane. En finir avec l'innocence. Dialogue avec Isabelle Stengers et Donna Haraway. In: DORLIN, E.; RODRIGUEZ, E. (orgs.) *Penser avec Donna Haraway*. Paris: Presses Universitaire de France.

_____. *Expérimenter La dissémination.doc*. Disponível em: pesquisa.psicologia@yahoo.com.br. Acesso em 2011.

_____. *O corpo que nos cuidamos.doc*. Tradução por Ronald Arendt e Maria Carolina Carvalho. Disponível em: pesquisa.psicologia@yahoo.com.br Acesso em 2011.

_____. Thérapie des espaces blancs, In: CHAUVENET, A., DESPRET, V., LEMAIRE, J.M. (1996) *Clinique de la reconstruction. Une expérience avec des refugies en ex-Yougoslavie*. Paris: L'Hartmattan.

_____. *Pour nous comprendre nous devons faire un long détour*. Documento eletrônico disponível em: <http://www.vinvianedespret.be>. Acesso 27/08/2013

_____. *Que diraient les animaux, si... on leur posait les bonnes questions?* Empêcheurs de penser en rond, coll. "La découverte", 2012, 325p., ISBN: 978-2-359-25058-9

DIAS, R.O. (Org.). *Formação inventiva de Professoras*. Rio de Janeiro: Editora Lamparina, 2012.

DOUCÉ, Francine. *Rééducation Du périnée selon l'eutonie de Gerda Alexander*. Romans-sur-Isère: Ardhme Editions, 2010.

FEITOSA, Maria Thereza Frota Leão. *A pele – tecido interface do contato entre o fisioterapeuta e seu paciente nas abordagens terapêuticas que utilizam o toque*. 2003. Monografia de conclusão de graduação em fisioterapia, Instituto Brasileiro de Medicina de Reabilitação, 2003.

FONSECA, Tânia Maria Galli; NASCIMENTO, M.; MARASCHIN, C. *Pesquisar na diferença: um abecedário*. Organizado por Tania Maria Galli, Maria Lívia do Nascimento, Cleci Maraschin. Porto Alegre: Sulina, 2012.

FOUCAULT, Michel. A ética do cuidado de si com prática da liberdade. In: FOUCAULT, Michel. *Ética, sexualidade, política*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2004 (Ditos e escritos – Volume V).

_____. *A Hermenêutica do sujeito*. São Paulo: Martins Fontes, 2011.

_____. *História da sexualidade, 3: o cuidado de si*. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985.

_____. *Microfísica do poder*. São Paulo: Graal, 2012.

_____. *O corpo utópico, as heterotopias*. São Paulo: n-1 Edições, 2013

GAINZA, Violeta. *Conversa com Gerda Alexander*. São Paulo: Summus, 1997.

_____. *Estudos de psicopedagogia musical*. col. Novas buscas em educação; v. 31. São Paulo: Summus, 1988

GANE, Nicholas; HARAWAY, Donna. *Se nós nunca fomos humanos, o que fazer? Título original: When we have never been human, what is to be done? Interview with Donna Haraway*. Documento eletrônico disponível em: <http://www.pontourbe.net/edicao6-traducao>. Recuperado em 3 de maio de 2012. Tradução: Ana Letícia de Fiori.

GRAY, Henry et all. *Anatomia*. 37ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1995.

GUATTARI, Félix; ROLNIK, Suely. *Micropolítica: cartografias do desejo*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

GUATTARI, Félix. A Transversalidade. In *Psicanálise e transversalidade: ensaios de análise institucional*. Aparecida: Idéias e Letras, 2004, p.75-84.

_____. Práticas Analíticas e Práticas Sociais. In *Caosmose. Un novo paradigma estético*. Rio de Janeiro: Ed. 34, 1992, p.183-203.

GUYTON e Hall. *Tratado de fisiologia médica*. 9ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997.

HARAWAY, Donna. “Gênero” para um dicionário marxista: a política sexual de uma palavra. *Cadernos Pagu*, Campinas, n.22, p.201-246, 2004.

_____. *Saberes Localizados: a questão da ciência para o feminismo e o privilégio da perspectiva parcial*. *Cadernos Pagu*, Campinas, n.5, p. 07- 41, 1995.

_____. *O humano numa paisagem pós=humanista*. *Estudos feministas*, n.77, p.277-292, 1993.

HARAWAY, Donna; Kunzru, H e Tadeu, T. *Antropologia do ciborgue. As vertigens do pós-humano*. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2009.

HOUAISS, Antônio e VILLAR, Mauro de Salles. Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa / Antônio Houaiss e Mauro de Sales Villar, elaborado no Instituto Antônio Houaiss de Lexicografia e Banco de Dados da Língua Portuguesa S/C Ltda. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

JOHNSON, Don Hanlon. *Bone, breath & gesture. Practices of Embodiment*. Berkeley e São Francisco: North Atlantic Books e The California Institute of Integral Studies, 1995.

JULLIEN, François. *O diálogo entre as culturas - Do universal ao multiculturalismo*. Rio de Janeiro: Zahar, 2009.

LATOUR, Bruno. *Como falar do corpo? A dimensão normativa dos estudos sobre a ciência*. Tradução por Gonçalo Praça. Texto apresentado no Simpósio Theorizing the Body. Paris, set.1999. Disponível em: <http://www.bruno-latour.fr/sites/default/files/downloads/77-BODY-NORMATIVE-POR.pdf> Acesso em 2012.

_____. *Désincarcérer les corps*. Texto apresentado na Jornada de Associação Francesa de Psiquiatria A Filosofia e a Psiquiatria. 18/nov/2011. Disponível em: <http://www.bruno-latour.fr/fr/article>. Acesso em 2012.

LAROSSA, Jorge. *Nietzsche & a Educação*. Belo Horizonte: Autêntica, 2009.

_____. *Notas sobre a experiência e o saber da experiência*. 2002. Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/pdf/rbedu/n19/n19a03.pdf>

LAW, John. *After Method Mess in social science research*. London and New York: Routledge, 2004.

_____. *Assembling the Baroque*. CRESC Working Paper Series. Working Paper nº.109. Centre for Research on Socio-Cultural Change (CRESC). Faculty of Social Sciences, The Open University, Walton Hall, Milton Keynes, MK7 6AA, UK, dezembro 2011. Disponível em: <http://www.cresc@manchester.ac.uk> or cresc@open.ac.uk

LAW, John; AFDAL, G; ASDAL, K; LIN, W; MOSER, I; SINGLETON, V. *Modes of Syncretism: notes on non-coherence*. CRESC Working Paper Series. Working Paper nº. 119. Centre for Research on Sócio-Cultural Change (CRESC). Manchester 1824, Economic & Social Research Council (ESRC), The Open University, UK, janeiro 2013.

LAW, John; LIEN, Marianne Elisabeth. *Animal architextures*. ESRC Centre for Research on Socio-Cultural Change, Department of Sociology, Faculty of Social Sciences, The Open University, Walton Hall, Milton Keynes, MK7 6AA, UK, Junho 2012.

LAW, John. MOL, Annemarie. El actor-actuado: La oveja de La Cumbria en 2001. In: *Política y Sociedad*, v.45, n.3, p75-92, 2008.

LIMA, Elizabeth Araújo. ARAGON, Luis Eduardo. Agenciamento coletivo de clínica: conceitos se fazendo nos encontros. In: LIMA, Elizabeth Araújo; FERREIRA NETO, João Leite; ARAGON, Luis Eduardo (organizadores). *Subjetividade contemporânea: desafios Teóricos e metodológicos*. Curitiba: Editora CRV, 2010.

MOL, Annemarie. Actor-Network theory: sensitive terms and enduring tensions. In: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* Vol. 50 no.1, p.253-269. Amsterdam: Universität Amsterdam.

MORAES, M.A. Pesquisar COM: política ontológica e deficiência visual. In: Moraes, M. E Kastrup, V. (org.). *Exercícios de ver e não ver: arte e pesquisa COM pessoas com deficiência visual*. Rio de Janeiro: Nau/Faperj, 2010, v.p. 1-288.

NEVES, Claudia Abbês Baeta. *Modos de interferir no contemporâneo: um olhar micropolítico*. Arquivos Brasileiros de Psicologia, v.56, n.1, 2004.

_____. Gilles Deleuze e Política: interferências nos modos de se estar no verbos da vida. In: TEDESCO, S.; NASCIMENTO, M.L.; *Ética e Subjetividade. Novos impasses no Contemporâneo*. Porto Alegre: Sulinas, 2009.

NEVES, Claudia A.B.; RAUTER, C; PASSOS, E; EIRADO, A et al. Teorias e Práticas Psicológicas em Instituições Públicas. In *Cadernos de Subjetividade/ Núcleo de Estudos e Pesquisas da Subjetividade do Programa de Estudos Pós-graduados em Psicologia Clínica da PUC/SP*, n.4. 1996.

ONETO, Paulo Domenech. A que e como resistimos: Deleuze e as artes. In: *Nietzsche/ Deleuze: arte, resistência*. Simpósio Internacional de Filosofia. Fortaleza: Forense Universitária, 2004.

PANCOW, Gisela. *O homem e sua psicose*. Campinas, SP: Papirus, 1989.

PASSOS, Eduardo; BARROS, R. *A construção do Plano da Clínica e o Conceito de Transdisciplinaridade*. Psci.: Teor. e Pesq., jan./abr. 2000. vol.16, no1, p.71-79.

_____. A cartografia como método de pesquisa-intervenção In: *Pistas do método da cartografia: pesquisa-intervenção e produção de subjetividade* Porto Alegre: Sulina, 2009, p. 17-31.

PAULON, Simone Mainieri. *A Análise de Implicação como Ferramenta na Pesquisa-Intervenção*. Psicologia e Sociedade, Porto Alegre, v.17, nº 3, p.16-23.

PENLEY, Constance; ROSS, A; HARAWAY, D. *Cyborgs at Large. Interview with Donna Haraway*. Social Text, n.25/26, 1990, p.8-23. Disponível em www.jstor.org, 2008.

RAUTER, Cristina Mair. O negativo como obstáculo a uma compreensão da violência contemporânea: criminalidade e coletivo. *Cad. Psicanál.-CPRJ*, Rio de Janeiro, v.33, n.24, p.78-90, 2011.

ROCHA, Marisa Lopes da, AGUIAR, Katia Faria de. *Pesquisa-Intervenção e a Produção de Novas Análises*. Psicologia, Ciência e Profissão, 2003, 23, (4), p.64-73.

ROMAGNOLI, Roberta Carvalho. *Pesquisa-intervenção e cartografia: melindres e meandros metodológicos*. Estudos e Pesquisas em Psicologia, UERJ, RJ, ANO 10, n.1, p. 85-102, 2010. <http://www.revispsi.uerj.br/v10n1/artigos/pdf/v10n1a07.pdf>

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi. Transformações do corpo – controle de si e uso dos prazeres. In: RAGO, Margareth; ORLANDI, L.B.L.; VEIGA-NETO, A (orgs.). *Imagens de Foucault e Deleuze – ressonâncias nietzschianas*. Rio de Janeiro: DP&A editora, 2002.

SANTOS, Milton. *Por uma outra globalização. Do pensamento único à consciência Universal*. Rio de Janeiro/ São Paulo: Record, 2001.

SHAH, Idries. *Histórias dos dervixes*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1976.

SERRES, Michel. *Os cinco sentidos*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001.

SPINOZA, Benedictus de. *Ética*. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2011.

_____. *Tratado Político*. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

SPIRE, Arnaud. STENGERS, Isabelle. *Le goût du risque*. (entrevista). Paris: L'Humanité, 2000.

STENGERS, Isabelle. *Quem tem medo da ciência? Ciências e poderes*. São Paulo: Siciliano, 1990.

_____. Fabriquer de l'espoir au bord du gouffre. In: *La Revue Internationale des Livres et des Idées*, 06/05/2010, url: <http://www.revuedeslivres.net/articles.php?id.Art=324>

VISHNIVETZ, Berta. *Eutonia, educação do corpo para o ser*. São Paulo: Summus, 1995.

_____. Berta. *Eutonía, educación del cuerpo hacia el ser*. Buenos Aires: Paidós, 1994.