

PRESENÇA NO CORPO

Eutonia e psicologia analítica

Marcel Gaumond



*Amor
e
Psique*

MARCEL GAUMOND

PRESENÇA NO CORPO

Eutonia e Psicologia Analítica

*Prefácio e texto inédito
de Gerda Alexander*



ÍNDICE

Capa

Rosto

Introdução à coleção Amor e Psique

Prefácio - Patrícia Decot Pernambuco, eutonista

A eutonia: sua história desde a Alemanha até o Brasil

Prefácio - Gerda Alexander

O CAMINHO DO DESPERTAR

Introdução

O peso de uma criança adormecida

Um desenraizamento duplo instintual e espiritual

Histórico e definição da eutonia

Conteúdo desta obra

Metodologia: analogia e amplificação

A INDIVIDUAÇÃO PELA VIA CORPORAL

Meu primeiro contato com a eutonia

Um processo longo e sutil de maturação

A presença de um corpo consciente

Noções-chave da eutonia

O tônus

O tato e o contato

O reflexo postural e o transporte

Eutonia, uma via de enraizamento - Gerda Alexander

A doença como meio de criação dos fundadores

EUTONIA E PSICOLOGIA ANALÍTICA

Os fatores de tensões

As características dominantes do eutonista e do analista

A postura do eutonista e do analista

Os eixos terapêuticos: o ser que evolui, a observação paciente e respeitosa

O retorno ao corpo

Semelhanças de abordagem entre a eutonia de Gerda Alexander e a psicologia analítica de Jung

Especificidades da eutonia e da psicologia analítica

O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO EM EUTONIA E NA ANÁLISE

A experiência corporal da persona e da sombra: Michèle

A experiência corporal da anima: olivier

A experiência corporal do animus: Élizabeth

A experiência corporal do eu: Gerda Alexander

A MODELAGEM DE UM CORPO HUMANO - ADÂMA

A experiência arquetípica da criação de um corpo humano

A experiência da modelagem em eutonia

A experiência da modelagem na psicanálise junguiana

Dialética do eu e do inconsciente somático

Maria e o anjo protetor: um corpo humano não convencional

Goldmund, o cavaleiro exausto: procura e conquista, carne e espírito, paixão e culpabilidade

Roseblanche, a mulher xamã que pôde se ver em pedaços: o medo de abrir novamente grandes feridas dolorosas

Nas origens arquetípicas da história de Roseblanche: o conto de Branca de Neve

A bela Helena que se sente muito mulher atrás do palco

Sarah, o embrião que quer viver: a vida não é um jardim do éden

A reintegração da alma no corpo como processo de cura

A função simbólica das estatuetas

CONCLUSÃO

Do corpo à alma e da alma ao corpo

ADENDO

Da fusão simbiótica à individuação

Em busca de um questionamento sobre as relações entre a alma e o corpo: um estudo do filme “Possessão” de Andrzej Zulawski

O incesto ou “a necessidade de fusionar com o semelhante”

Os efeitos patológicos do incesto

As resistências como meio de proteção da integridade individual

A alma na origem do incesto e das resistências

Variações sintomáticas da dissociação psíquica

“Possessão” sob a luz do mito de Édipo: uma procura de identidade

Cumplicidade mortífera de Mark e Anna

Comentários

O simbolismo do “monstro” nos contos

A dinâmica da “separação psíquica” simbolizada pelo muro de Berlim

Os efeitos potencialmente perversos da dissociação psíquica

Agradecimentos

Bibliografia

Sobre o autor

Coleção
Ficha catalográfica
Notas

INTRODUÇÃO À COLEÇÃO AMOR E PSIQUE

Na busca de sua alma e do sentido de sua vida, o homem descobriu novos caminhos que o levam para a sua interioridade: o seu próprio espaço interior torna-se um lugar novo de experiência. Os viajantes desses caminhos nos revelam que somente o amor é capaz de gerar a alma, mas também o amor precisa de alma. Assim, em lugar de buscar causas, explicações psicopatológicas para as nossas feridas e os nossos sofrimentos, precisamos, em primeiro lugar, amar a nossa alma assim como ela é. Desse modo é que poderemos reconhecer que essas feridas e esses sofrimentos nasceram de uma falta de amor. Por outro lado, revelam-nos que a alma se orienta para um centro pessoal e transpessoal, para a nossa unidade e a realização de nossa totalidade. Assim a nossa própria vida carrega em si um sentido, o de restaurar a nossa unidade primeira.

Finalmente, não é o espiritual que aparece primeiro, mas o psíquico e depois o espiritual. É a partir do olhar do imo espiritual interior que a alma toma seu sentido, o que significa que a psicologia pode de novo estender a mão para a teologia.

Essa perspectiva psicológica nova é fruto do esforço para libertar a alma da dominação da psicopatologia, do espírito analítico e do psicologismo, para que volte a si mesma, à sua própria originalidade. Ela nasceu de reflexões durante a prática psicoterápica, e está começando a renovar o modelo e a finalidade da psicoterapia. É uma nova visão do homem na sua existência cotidiana, do seu tempo, e dentro de seu contexto cultural, abrindo dimensões diferentes de nossa existência para podermos reencontrar a nossa alma. Ela poderá alimentar todos aqueles que são sensíveis à necessidade de inserir mais alma em todas as atividades humanas.

A finalidade da presente coleção é precisamente restituir a alma a si mesma e “ver aparecer uma geração de sacerdotes capazes de entender novamente a linguagem da alma”, como C. G. Jung o desejava.

Léon Bonaventure

Aos eutonistas do Brasil

PREFÁCIO

Patrícia Decot Pernambuco, eutonista

Marcel Gaumond é um analista Junguiano formado no Instituto C. G. Jung de Zurique em 1977 que atua em Quebec, no Canadá. Em 1973, no período de sua formação como analista, ele teve contato com Gerda Alexander em um de seus famosos seminários em Talloires, na França. Deste encontro e de seu futuro encontro com a eutonista Ursula Stuber nasceram *workshops* que Marcel e Ursula criaram juntos, unindo o trabalho de Psicologia Analítica de Jung e a eutonia.

Gerda Alexander foi uma das pioneiras no desenvolvimento do trabalho de consciência pela via corporal. Cuidando de sua própria enfermidade, ela criou um método de desenvolvimento da Percepção, uma Educação do Corpo em uma perspectiva humanista, integral. Sua preocupação era criar uma educação voltada ao homem ocidental, inserida no movimento cultural de seu tempo. Gerda foi convidada a conhecer Jung e se arrependeu de não fazê-lo; no final de sua vida, considerava que a sua eutonia e a Psicologia de Jung tinham uma grande sintonia.

Eu me preparava para dar uma aula para meus alunos no Instituto Gerda Alexander de Formação Profissional em eutonia – era uma aula em que íamos conversar sobre a postura do eutonista – e fui reler o livro *Conversas com Gerda Alexander*, de Violeta Hemsy de Gainza (ed. Summus, 1997). Nele, Gerda dá entrevistas a essa amiga sobre a sua vida e obra. Indagada sobre as diversas linhas de Psicologia e sua relação com a eutonia, ela se diz mais próxima da linha de Jung e cita um analista junguiano canadense que havia escrito uma “excelente tese” sobre o assunto, foi assim que tomei consciência da existência deste livro e seu autor, Marcel Gaumond. Pareceu um sopro em meu ouvido, quem sabe um sopro de sua criadora. A relação entre a eutonia e a Psicologia é um tema que vem tomando meu interesse desde há muito tempo. Pratico eutonia há 20 anos e faço análise junguiana. Desde sempre sinto em meu interior que há uma conversa entre essas áreas, que há inter-relações.

Graças aos tempos atuais de internet, pesquisei e descobri que Marcel Gaumond está por aí, em Quebec, no Canadá. Entrei em contato via e-mail e recebi um exemplar de seu livro de presente de Páscoa. Nele, o autor analisa a relação entre o processo de tomada de consciência pela via corporal, a eutonia, e pela via psíquica, a Psicologia Profunda de Jung. Compara os Tipos Psicológicos mais típicos aos analistas junguianos e aos eutonistas. Durante a sua formação profissional na Suíça, teve analisandos que estavam em treinamento na Escola de eutonia Gerda Alexander de Genebra – o capítulo intitulado “O processo de individuação em eutonia e na Psicanálise” é baseado no trabalho que fez com eles. Atuou também como professor dessa escola, na qual deu sessões regulares de Psicologia Analítica. A partir desse trabalho nasceu *A modelagem de um corpo humano* (Adâma), capítulo de extrema importância no aprofundamento das questões relativas à imagem corporal.

Este livro vem ajudando a aprofundar minhas reflexões, tanto sobre meu próprio processo quanto de meus pacientes/alunos. Cabem aqui parênteses: Gerda Alexander

gostava de chamar as pessoas com quem trabalhava de alunos, pois considerava que assim poderia desenvolver nelas uma postura de trabalho mais ativa e autônoma, estimulando-as a trabalhar além do espaço do consultório, incluindo a eutonia em seu cotidiano. Nessa atitude, percebo uma correlação com a perspectiva de Jung, que estimulava seus pacientes a continuar trabalhando em si mesmos, seus sonhos, pensamentos, imaginações, devaneios... mesmo fora do *setting* analítico.

O livro também nos brinda com uma conferência ministrada por Gerda no Canadá em 1984 para um público de analistas junguianos. É uma alegria “ouvir” palavras ditas no momento em que seu método estava plenamente maduro, especialmente para nós eutonistas, que temos pouca coisa escrita por sua criadora.

Nesta versão em português de seu livro *Du corps à l'âme* [Do corpo à alma], Gaumond acrescentou um capítulo intitulado “Da Fusão Simbiótica à Individuação”, em que analisa o filme “Possessão”, de Andrzej Zulawski, advindo de palestra realizada por ocasião do octogésimo aniversário de Gerda Alexander, em 1988.

Como para a maioria do público brasileiro de hoje a leitura em francês não é muito fácil, pensei em propor ao Dr. Léon Bonaventure a publicação do livro em português. Sorte nossa! Ele aceitou e facilitou o caminho junto à Paulus Editora!

Aos que não são nem eutonistas nem junguianos, é um interessante livro que fala da estreita relação entre o corpo e a alma – o físico e o psíquico, se preferir. Na verdade, não podemos separar esses campos; são pontos de vista, meios de acesso. O ser humano é integral, não é corpo nem alma, manifesta-se através de suas experiências, de seus sintomas, das imagens de seus sonhos, de seus devaneios, de seus desejos. Este livro nos leva um pouco mais a fundo nesta visão.

Fico feliz em ter sido a ponte que trouxe o conhecimento deste livro aos eutonistas, analistas e leitores brasileiros. Acredito que ajudará na reflexão sobre como cada método tem seu lugar e pode se complementar.

A EUTONIA: SUA HISTÓRIA DESDE A ALEMANHA ATÉ O BRASIL

Gerda Alexander, a criadora da eutonia, nasceu em Wuppertal, Alemanha, em 1908. Mudou-se para a Dinamarca em 1933, onde permaneceu e trabalhou até 1988. Faleceu em 1994 em sua cidade natal, na Alemanha. Cresceu cercada pelo gosto musical de seus familiares e, influenciada pelos pais, formou-se no Instituto Jacques-Dalcroze de rítmica.

Gerda adoeceu aos dezesseis anos, o que mudou radicalmente sua história. Vítima de artrite reumatoide e de uma endocardite decorrente da primeira, passou a pesquisar sobre o movimento com economia de esforço – assim nasceu a eutonia.

Em 1940, fundou em Copenhagen a Escola de eutonia, onde desenvolveu sua pesquisa baseada na relação entre economia de esforço e qualidade de movimento, tendo como preocupação o uso adequado do tônus muscular na ação cotidiana. Esse trabalho corporal recebeu, em 1957, o nome de eutonia (do grego *eu*: bom, harmonioso, e do latim *tonos*: tensão).

Gerda Alexander esteve duas vezes na Argentina na década de 1970 ministrando seminários de eutonia; sua presença lá foi marcante para o início do desenvolvimento de trabalhos de sensopercepção que influenciaram profissionais brasileiros e argentinos ligados ao movimento, à dança, à educação e terapia corporal.

Berta Vishnivetz, argentina, formada em Educação Física e posteriormente em Psicologia, conheceu a eutonia durante esse período e foi à Dinamarca aprender diretamente com a sua criadora. Formou-se e exerceu a função de sua assistente na escola da Dinamarca durante quinze anos; foi a responsável, posteriormente e com autorização de Gerda Alexander, por iniciar a formação de profissionais na América Latina. Criou, em 1986, a primeira Escola Latino-Americana de eutonia em Buenos Aires, quando se formaram as primeiras eutonistas brasileiras.

Na década de 1980, Berta Vishnivetz veio diversas vezes ao Brasil para ministrar *workshops* de eutonia e preparar o campo para uma futura formação profissional no país. A partir de 1990, iniciou em São Paulo o primeiro Curso de Formação Profissional em eutonia no Brasil e supervisionou e participou da formação da primeira turma de eutonistas formados por seus próprios alunos brasileiros. Estes assumiram as formações profissionais seguintes, dando origem ao Núcleo Berta Vishnivetz de formação profissional em eutonia.

Em 2008, foi criado o Instituto Gerda Alexander de Formação Profissional em eutonia por um grupo de eutonistas brasileiros em associação ao eutonista de Luxemburgo Jean-Marie Huberty, também aluno direto de Gerda Alexander em Copenhagen e professor convidado em diversas Escolas de Formação Profissional em eutonia, inclusive na Argentina e no Brasil, desde 1993 (www.institutodeeutonia.com.br).

Esses dois núcleos de formação profissional são reconhecidos e autorizados pela

Associação Brasileira de eutonia. A instituição, criada pelo primeiro grupo de eutonistas formados no Brasil, tem por objetivo o desenvolvimento, o estudo e a difusão da eutonia como sendo a atividade que busca um tônus harmonioso e equilibrado para o corpo através de uma relação adequada à dinâmica psicossomática; obedecendo ao método criado por Gerda Alexander, regulamenta a prática da eutonia no país e reúne os eutonistas formados (www.eutonia.org.br).

Seu corpo era tratado como uma alma...

Rainer Maria RILKE, *Momento vivido*

PREFÁCIO

Gerda Alexander

Agradeço muito a Marcel Gaumond pela publicação deste texto baseado em sua experiência prática de eutonia e no resultado de seu trabalho analítico junto a estudantes dessa disciplina.

Desde o meu primeiro contato com o pensamento de Jung, em 1929, senti que, na sua essência, ele se aproxima da experiência vivenciada na eutonia. O processo de individualização em eutonia é baseado na tomada de consciência do corpo visando ao desenvolvimento global da pessoa.

Logo no início de sua vida pré-natal, a criança é influenciada pela mãe, pelo seu estado psicológico, emocional e espiritual, pelo som da voz de seus pais e também pela música. A tomada de consciência gradual dessas sensações corporais na pele, nos músculos e nos ossos parece fazer ressurgir impressões oriundas da condição intrauterina: ondas de sensações de conforto e de bem-estar, de tristeza e de ansiedade, surgem de repente e pedem que sejam integradas. Esses estados não podem ser atingidos pela análise verbal, como é o caso das impressões ligadas ao período anterior ao nascimento. De modo geral, são acompanhados de uma nítida consciência de uma situação já vivida: objetos que nos rodeiam, cheiros, sons, cores e emoções se manifestam, às vezes acompanhados imediatamente de uma compreensão muito clara: “Eis a razão das minhas reações inadequadas!”.

Jung soube da existência da eutonia graças a uma jovem amiga suíça que havia feito uma formação na minha escola de Copenhagen. Ele acompanhou, então, o desenvolvimento da escola com um grande interesse, mas, quando me convidou a encontrá-lo em Zurique, não pude, infelizmente, atender ao seu convite. Graças ao texto que segue, tenho agora a chance de iniciar uma colaboração com um de seus discípulos e fico feliz.

Copenhague, janeiro de 1984.

O CAMINHO DO DESPERTAR

*Todos sabem que uma criança adormecida
parece mais pesada para carregar
que a mesma criança acordada
e, no entanto, seu peso real permanece
sempre o mesmo.*

Gerda Alexander

INTRODUÇÃO

Marcel Gaumond

O peso de uma criança adormecida

Não há nada mais tocante que uma criança adormecida; nada, senão uma criança desperta, desperta para ela mesma e para os que a cercam, desperta para o mundo. O caminho que Gerda Alexander propõe com a eutonia é um caminho que leva a esse estado de estar desperto à dupla realidade, corpo e ambiente externo. Mais que um *método*, no sentido comum da palavra, a eutonia consiste em uma nova atitude perante os seres e a vida.^[1]

No sentido metafórico do assunto citado na epígrafe, um fardo pesado para a sociedade humana, um fardo que pode se tornar esmagador, não é tanto o peso real dos indivíduos, com seus problemas de saúde, suas necessidades de educação e de apoio social, mas esse estado de inconsciência ou de passividade dos seres adormecidos que entrava primeiro nas pessoas mais próximas e, conseqüentemente, em toda a comunidade. Estar desligado da vida complexa do corpo, de suas bases instintivas, de suas necessidades fundamentais, faz de nós animais grotescos que não sabem mais como respirar, se alimentar, se mover e defender o limite de seu próprio território. Privados de um contato sutil com os recursos múltiplos e espetaculares do mundo orgânico, não somos nada mais que uma presa fácil dos que souberam explorar as falhas de nosso rebanho humano desorientado porque foi amputado de suas raízes. Diante da mínima falha, do primeiro ferimento, do primeiro contágio, da primeira angústia, ficamos presos na ratoeira e temos, querendo ou não, que nos juntar aos que fazem fila nos hospitais e nos tornar, como dizia Brel, o *seguidor de um seguinte*.

Um desenraizamento duplo instintual e espiritual

Podemos estar inconscientemente desligados da vida do corpo, mas também podemos, como é geralmente o caso, estar desligados da vida do espírito. Toda a obra de Jung diz respeito a esse fenômeno de alienação coletiva que caracteriza a condição do ser humano neste fim de milênio. Junto com essa tragédia, a queixa do consumidor perante a diminuição de seu poder aquisitivo toma um caráter tristemente patético. Aparentemente, a multiplicação dos genocídios e o crescimento dos atos de pura violência cometidos por crianças nos lembram com afinco que algo não está indo bem em nosso planeta patético.

O vazio criado por esse desenraizamento duplo instintual e espiritual abre espaço a improvisações que se apresentam como as respostas do século para as necessidades fundamentais do ser humano. Assistimos então a um crescimento tanto de abordagens corporais como de seitas espirituais. Trabalhamos com caricatura. Lançamo-nos em todos os sentidos. Tentamos isso, depois isso, depois isso. Divertimo-nos. Vamos mais longe. Depois não acreditamos em mais nada.

É nesse contexto que a eutonia de Gerda Alexander e a psicologia analítica de Carl Gustav Jung podem, ao mesmo tempo, nos trazer um sopro de renovação e um alimento substancial: encontraremos nas duas abordagens uma via de reenraizamento na realidade psicossomática, assim como uma complementaridade entre elas, profunda e necessária.

Histórico e definição da eutonia

Após sua formação profissional nos campos da dança, da música e da expressão corporal (Rythmique Jaques-Dalcroze), Gerda Alexander iniciou na Alemanha ao longo dos anos 1930 uma pesquisa sobre o movimento natural do ser humano. Essa pesquisa permitiu rapidamente estabelecer os primeiros pilares de uma nova disciplina comparável – no que diz respeito à realidade complexa do corpo – à psicanálise nas suas relações com o inconsciente psíquico. Junto com o Dr. Alfred Bartussek, Gerda Alexander dará mais tarde a essa disciplina o nome de eutonia (1957).

O termo *eutonia* é um neologismo criado a partir das raízes gregas *eu* (bom, justo) e *tonos* (tônus, tensão). Ele traduz a ideia de uma tonicidade harmoniosamente equilibrada, de uma adaptação constante do organismo a seu meio, de uma relação adequada entre a dinâmica psicossomática e as situações ou atividades com as quais o indivíduo é confrontado.

Em 1940, Gerda Alexander fundou em Copenhague, na Dinamarca, uma escola que se tornaria o centro internacional de estudos em eutonia, onde pessoas de cerca de doze países da Europa e da América adquiriram formação profissional. Desde então, outras escolas profissionais de eutonia foram inauguradas, notadamente na Alemanha, na Bélgica, no Quebec, na Suíça, na Argentina e no Brasil.

Conteúdo desta obra

O objetivo desta obra é criar uma ponte entre a psicologia das profundezas – mais especificamente, a psicologia analítica de C. G. Jung – e a eutonia de Gerda Alexander. Considerando o conjunto de todas as disciplinas que têm como objetivo esclarecer, de uma forma verdadeira e aprofundada, a realidade complexa do ser humano, as escolas são como os indivíduos: para se afirmar e obter reconhecimento de sua identidade e de sua especificidade, é preciso antes se colocar em oposição. É sem dúvida por essa razão que, como mencionarei mais adiante, Gerda Alexander quis a princípio distinguir a eutonia de todas as abordagens espirituais e de qualquer forma de pensamento, psicanalítico ou não.^[2] Mantendo essa posição, ela confirmava seu respeito à liberdade de escolha de seus alunos e almejava também se poupar da “ilusão de um processo pessoal que seria feito de empréstimos heterogêneos”.^[3] A eutonia deve ser reconhecida pelo que ela é, pela sua identidade própria, mas penso que ela também merece ser considerada pelo que incorporou de outras disciplinas e pelo que lhes trouxe.

Quando examinamos, descobrimos que vários estudantes eutonistas iniciam, paralelamente à sua formação, uma análise de orientação freudiana ou junguiana. Como se a eutonia tivesse o dom de atingir tal profundidade da realidade somática

que somente uma abordagem analítica poderia preenchê-la no plano psicológico. Também não é raro que membros das duas escolas psicanalíticas sejam convidados para palestras organizadas por associações locais de eutonistas, e até pela associação internacional.^[4] Por outro lado, Gerda Alexander foi convidada a apresentar seus trabalhos em simpósios organizados por psicanalistas. Ora, em uma conferência que apresentou durante um desses simpósios, ela não hesitou em afirmar: “Sempre senti que os junguianos eram os que estavam mais próximos de nós no campo da psicanálise”.^[5]

Afastar a eutonia de todas as tradições espirituais também não seria justo, pois penso que uma das características fundamentais dessa abordagem é que ela é considerada uma “atitude perante os seres e perante a vida”. De fato, a noção de “estar presente consigo e com o ambiente” cultivada intencionalmente pela eutonia, para ser bem compreendida, deve ser relacionada com as noções de “observador neutro” e de “*religere*/considerar atentamente”, próprias às abordagens analíticas freudiana e junguiana, de um lado, e, de outro, com a noção de “consciência-testemunha” com a qual as práticas meditativas da tradição espiritual da Índia nos familiarizaram.^[6]

No relato que farei do meu primeiro encontro com Gerda Alexander, insistirei sobre quanto ela me impressionou. Em sua presença, tive a sensação de estar em contato com um corpo consciente, e foi o que me motivou a aprofundar a eutonia. Assim como na primeira vez em que li uma obra de Jung o que me entusiasmou foi o sentimento de ter encontrado um mestre capaz de me dar acesso à essência da minha individualidade. Antes de serem apresentadas a partir de seus princípios fundamentais e a partir das técnicas que caracterizam sua prática, a eutonia e a psicologia analítica são formas singulares que Gerda Alexander e Carl Jung deram a suas experiências pessoais do Eu. Acometidos tanto ela quanto ele por uma doença, ela com uma endocardite reumatismal, ele com uma tendência esquizoide, decidiram dar uma forma criativa^[7] a isso que poderia ter lhes prejudicado gravemente até reduzi-los à impotência. Ora, quem atinge as camadas profundas da realidade psicossomática também precisa considerar as estruturas de base dessa realidade (Jung diria “estruturas arquetípicas”) visando curar o que é afetado:

... na realidade psicológica, as ideias religiosas, longe de apoiarem-se simplesmente na tradição e na crença, derivam dos arquétipos,^[8] dos quais “considerar atentamente” (*religere*) constitui a essência da religião. [...] Como o arquétipo é, por um lado, um fator espiritual e, por outro lado, uma espécie de sentido escondido inerente ao instinto, o espírito é igualmente assim como mostrei, duplo e paradoxal: um grande recurso podendo ser muito perigoso.^[9]

A realidade do corpo e a realidade psíquica, assim como a sexualidade perante a espiritualidade, se apresentam como princípios motores da vida psicossomática, de toda a vida. Segundo as modas e as circunstâncias, atribuímos a primazia ora a uma, ora a outra. Para ser mais justo, seria necessário colocar os dois opostos em um plano de igualdade, depois de reciprocidade. As duas realidades são geradoras de vida e de morte, as duas inspiram as piores fraquezas e as maiores obras, as duas são deusas

sensíveis às quais consagramos templos suntuosos, mas também são ditadoras terríveis que nos tornam escravos, são o que desejamos e o que mais tememos, o que temos a ilusão de poder conquistar pela reza ou domar pela negação. Se procedemos assim, temos que confessar, é para nos proteger, é porque nos sentimos pequenos diante daquela que idealizamos ou negamos, porque, ao tomar partido, procuramos escapar do sofrimento de ser criança, de ser uma parte separada do todo, de ser solitário.

Explicitarei em seguida as noções-chave da eutonia (tônus, tato, contato e transporte) e detalharei o que a assemelha à psicologia analítica. Comentando certas experiências vividas por estudantes de eutonia, abordarei as noções da psicologia analítica (*persona*, sombra, *animus/anima*, Eu) suscetíveis de ilustrar as etapas do processo de individuação sob o ângulo das manifestações somáticas. Os temas do “segundo nascimento” (transformação psíquica) e da integração das forças inconscientes dominarão esses comentários.

Depois, proporei uma interpretação simbólica das figuras realizadas por estudantes de eutonia conduzidos a “modelar o corpo humano”. Dessas modelagens e dos relatórios feitos por seus autores, colocarei em evidência diferentes dinâmicas psíquicas tais como trauma sexual, dom-juanismo, anorexia, autoviolação e procura do eu profundo.

Concluirei enfim com um comentário sobre um conto da tradição judaica. Em um congresso de médicos, perguntaram: “O que é mais importante para a vida do corpo?”. Tento, neste livro, responder a esta pergunta.

Metodologia: analogia e amplificação

Em poesia, a analogia é irmã da metáfora e permite dar um sentido ao que de outra forma poderia se tornar um texto incompreensível. Em uma carta endereçada a Lou Andreas-Salomé, Rilke fala do “espelho do médico” que pode ver só uma parte do corpo por vez, nunca o todo. No contexto científico, esse mesmo processo associativo permite estabelecer uma lei. Assim, Freud, descobrindo um parentesco entre a história de Édipo-Rei, sua própria história e a de muitos dos seus pacientes, especificou a universalidade da dinâmica incestuosa que parece determinar cada uma dessas histórias.^[10] Jung procedeu da mesma forma, por exemplo, diante da analogia marcante que ele descobriu entre o conteúdo do delírio de um de seus pacientes e o motivo da origem do vento em uma visão da liturgia de Mithra,^[11] ele postulou a existência dos arquétipos como fatores estruturantes da atividade psíquica. Fazendo isso, reabriu as portas ao politeísmo de pensamento. Pois não é somente a história de Édipo que é exemplar. Existem outros personagens míticos tão importantes quanto ele, como Ulisses, Afrodite, Hermes e Atenas. Cada um deles, como muitas outras figuras, é a representação de uma das dinâmicas arquetípicas que, desde sempre e em qualquer lugar, caracterizaram o comportamento humano. Concentrando-se no *detalhe* das histórias de todos esses grandes e pequenos personagens, é possível entender os mecanismos sutis, as tramas essenciais e os impulsos fundamentais dos seres humanos.

Jung chamou de *amplificação* ao processo que permite descobrir o universal a partir do singular, de colocar em evidência o sagrado a partir do profano e de

perceber a alma no objeto inanimado. Associando os motivos aparentemente sem importância dos acontecimentos da vida cotidiana e os frutos da atividade espontânea do inconsciente (sonhos, fantasmas... e aqui, as modelagens realizadas com os olhos fechados) aos motivos análogos que recheiam os mitos, contos e lendas, percebemos que esses motivos, além de carregados de sentido, são reveladores de fatores que condicionam o destino de cada um. Graças a esses processos de estudo comparativo e de amplificação, alguns enigmas se transformam em chaves e, através dos sintomas penosos, os arcanos regeneradores da vida simbólica se manifestam.

A INDIVIDUAÇÃO PELA VIA CORPORAL

Amassei o barro e transformei-o em ouro.

BAUDELAIRE

MEU PRIMEIRO CONTATO COM A EUTONIA

Fui para a Europa para cumprir os requisitos administrativos que me permitiriam fazer uma formação em Psicologia Analítica no instituto Jung em Zurique, e tive a oportunidade de participar de uma sessão de eutonia moderada por Gerda Alexander, fundadora da disciplina. A sessão foi realizada em Talloires, charmosa pequena cidade francesa à beira do lago Annecy. Sentia-me relativamente bem comigo mesmo. Então, pensei que encontraria uma boa oportunidade para relaxar e descontraír. Minhas expectativas foram rapidamente frustradas. Fui convidado para um trabalho – e que trabalho! Um trabalho de exploração, de descoberta de um mundo que eu ingenuamente achava que me era familiar, mas de repente pareceu-me estranho: meu próprio corpo!

“Agora, convido você a dar a forma de um corpo humano à bola de argila que você trouxe. Para fazer isso, feche os olhos e fique em uma posição sentada que seja a mais confortável para você...” Foi com essas palavras que os trinta outros participantes e eu fomos convidados a expressar o que era para representar a imagem inconsciente de nosso esquema corporal.

Eu tinha à disposição cerca de quinze minutos para fazer nascer de uma bola, como um Iavé, a forma de um corpo humano. Mas então meu rosto ficou coberto de suor, meus nervos, esticados, e eu quase não conseguia permanecer no mesmo lugar. Sentia-me tão impotente para expressar o essencial que eu queria fugir para muito longe. No entanto, estava fora de cogitação que eu desistisse. Tinha de continuar a jogar o jogo até o final, como se fosse uma atividade sem muita importância.

Refugiado em sua solidão, cada um de nós desajeitadamente modelava a forma de seu corpo. Brincadeira de criança, certo! Porque quem mais, além das crianças, pode brincar com massinha? Quem, senão nós, adultos-crianças, como éramos todos? Uma criança, esse professor de educação física, de postura atlética, que nunca deixou de repetir incansavelmente, durante anos, os mesmos movimentos mecânicos de musculação. Alvos de desempenho e resistência, medalhas, Sísifo subindo arduamente em sua colina atrás de sua eterna rocha. Crianças, esse especialista em anatomia e esse adepto do ioga tornou-se mestre na arte de respirar. Mas como é difícil superar o conhecimento aprendido e imagens preconcebidas, para deixar a realidade do corpo emergir por si só na consciência! Crianças também, crianças doloridas, essas vítimas de um acidente corporal ou de uma herança infeliz, forçadas a reaprender a andar. Criança também essa senhora com idade superior a oitenta anos que, no início da sessão, foi espalhar delicadamente seu cobertor de lã no chão antes de sentar-se, como todos os outros, sem cerimônia.

Os quinze minutos concedidos para a realização da modelagem passaram rapidamente. Agora eu podia ver o meu trabalho, o meu pequeno homem. Oh! Eu não fiquei horrorizado não. Não tinha formado um monstro. Meu homem era mais ou menos normal: uma cabeça, um tronco, duas pernas, dois braços. Sim. Mas um ombro mais alto do que o outro, joelhos e cotovelos praticamente inexistentes, o peito

achatado e várias outras imperfeições!

Com pesar, olhei ao meu redor. Ao meu lado estava um jovem com menos de vinte anos que, soube mais tarde, tinha sido vítima de um acidente automobilístico. Notei com surpresa que ele tinha modelado o corpo com pernas desproporcionalmente longas, mas sem cabeça! É que, sofrendo de paralisia parcial, que teve como consequência um problema de coordenação motora, ele concentrou sua atenção em suas pernas – que já não obedeciam a sua vontade.

Essa primeira experiência de modelagem me encheu de emoção. A sensação de estar perante uma *terra desconhecida* me levou a participar ativamente dos exercícios durante os dez dias que durou a sessão. Foi quando comecei a pensar sobre o que aproxima a eutonia e a psicologia analítica. Tão diferentes como essas duas disciplinas podem parecer à primeira vista, elas não se unem de forma menos significativa.

Um processo longo e sutil de maturação

Para Gerda Alexander, a eutonia deve “ajudar os homens do nosso tempo a alcançar uma consciência maior de sua própria realidade física e espiritual em uma verdadeira unidade”.^[1] Para isso, o eutonista começa ajudando o indivíduo a identificar as tensões que afetam o corpo e se manifestam, entre outras coisas, na postura, no movimento, na respiração e na voz. Vários testes podem detectar a presença de tensão crônica que afeta os músculos. Também se pode discernir tudo o que não se faz sentir em diferentes partes do corpo.

Através da modelagem e do desenho do corpo humano, nós obtemos representações ricas de informações sobre a experiência subjetiva do indivíduo. Graças a uma série de posições de controle, avaliamos a mobilidade articular e a flexibilidade muscular. Esses primeiros dados orientam a abordagem eutônica focando nas dificuldades inerentes a cada indivíduo. Eles são o ponto de partida para o trabalho de exploração e de conscientização da realidade psicossomática de cada um.

O trabalho prático inclui, entre outros:

- uma presença nas diferentes partes do corpo: pernas, braços, pélvis, pele, músculos e órgãos, ossos etc.;
- uma presença nas várias sensações percebidas: peso, leveza, calor, frio, formigamento, dormência, tensões, bloqueios, dores, flexibilidade, rigidez, vazio, densidade etc.;
- várias posições: de costas, barriga, de lado, sentado, em pé, tanto imóvel quanto em movimento etc.;
- inventários, alongamentos, movimentos provenientes de uma região específica do corpo, exercícios de empurrar etc.;
- o toque, a extensão, o transporte, o contato com um objeto (uma bola, um bambu, uma cadeira etc.), com o solo ou com um parceiro;
- improvisações temáticas e estudos de movimento, sozinho e com os outros.

Mas reduzir a eutonia a esse conjunto de atividades seria desfigurá-la, dar uma imagem estranha à sua realidade mais profunda. Todos esses exercícios poderiam ser

aprendidos e executados repetidamente e mecanicamente, como muitas vezes acontece nas escolas de movimento que ensinam ginástica tradicional. Nesse caso, perderíamos o que está no coração da eutonia e o que faz dela uma disciplina que pode ser dominada apenas por um longo e sutil processo de maturação: “a capacidade de simultaneamente sentir seu corpo, observar e manter a consciência do movimento”.^[2] Para captar a especificidade da eutonia, sua identidade, não há outra forma a não ser observarmos nós mesmos o preceito simples, mas fundamental, de Gerda Alexander: estar *presente*, aqui e agora, na realidade complexa e em movimento de nossa experiência psicossomática. Caso contrário, perdemos o essencial de seu ensinamento, assim como perdemos o significado especial que ela dá a certos conceitos que nos abrem para uma nova compreensão da vida humana pelo corpo.

A presença de um corpo consciente

Gerda Alexander encarnava o espírito da abordagem eutônica proposta a seus alunos. Que experiência fascinante essa de sentir a presença de um corpo consciente!

Acostumado a localizar a consciência na cabeça e ainda, na parte superior da cabeça – esta que, em última instância, poderia ser completamente separada do corpo –, eu estava lá, na frente de uma mulher cuja consciência parecia estar tanto no nível das pernas, dos braços, da pélvis e do tórax quanto na cabeça. Uma consciência de todo o corpo em todo o corpo! Mais ainda, a noção de consciência correspondia para mim, a uma capacidade de abstração e integração de diferentes aspectos da realidade influenciando o ser humano: social, político, ecológico, moral e afetivo. Nunca havia passado pela minha cabeça que o próprio corpo poderia ser o objeto de uma abordagem visando à sua tomada de consciência.

Que o corpo humano e o corpo do mundo^[3] em todos os níveis, em toda a sua variedade, do infinitamente pequeno ao infinitamente grande, pudessem justificar uma investigação científica visando ao seu conhecimento exato e ao seu controle externo, esta é a evidência que se impunha de repente ao ser educado que eu era. Mas que essa mesma realidade física pudesse ser apreendida conscientemente em vista de um bem-estar, me fazia, repito, o efeito de uma revelação.

Dir-me-ão que basta saber da experiência milenar dos indianos adeptos do ioga e, em particular do ioga tântrico, para perceber que tal abordagem não nasceu ontem e ela não traz nada de novo. Na verdade, a abordagem ióguica tem aparentemente muitas semelhanças com a abordagem eutônica. Mas precisamos entender bem, como ponto de partida, a diferença crucial: com tudo o que inclui de exercícios para controlar os processos fisiológicos, o ioga é uma disciplina essencialmente motivada e sustentada pela espiritualidade. Seu objetivo é alcançar uma consciência livre das estruturas psicofisiológicas e de seu condicionamento temporal para alcançar a união com o *âtman* ou o *Purusha* (Espírito, Deus, eu) num estado de entrega chamado *Nirvana*. O ioga é tão intrinsecamente ligado à espiritualidade que, implementado no Ocidente e tendo tornado-se moda, nada mais é, de maneira geral, do que uma caricatura desprovida daquilo que constitui o verdadeiro fundamento.

Gerda Alexander, por sua vez, não associa a abordagem eutônica a nenhum preceito espiritual, a nenhum sistema de pensamento de qualquer natureza.

Descartando no ponto de partida qualquer preconceito e qualquer hipótese sobre o corpo, trata-se de estar imediatamente e continuamente presente neste corpo e em tudo o que o rodeia e o condiciona. Seu objetivo não é alcançar um controle do corpo ou acessar uma realidade superior de natureza espiritual, onde o corpo seria somente um obstáculo, um instrumento, mas sim acessar o corpo em si com toda a complexidade de sua natureza, com todo o peso de sua realidade.

Paradoxalmente, não se trata em eutonia de uma concepção espiritual que motive essa atenção incondicional ao corpo através de seus sofrimentos, doenças, necessidades irreduzíveis e riquezas insuspeitas. Surge, contudo, de um corpo que se tornou consciente, um mana,^[4] isto é, uma força espiritual que fala por si só e age profundamente. Não acredito que eu idealizasse Gerda Alexander, dizendo que tal força emanava de sua pessoa. Ou melhor, eu provavelmente a idealizava, como estamos naturalmente inclinados a idealizar alguém que nos revela algo importante.

Através dela, descobri o corpo em sua dimensão numinosa,^[5] sagrada, e me abri, assim, para a perspectiva de um Ser corporal, isto é, o corpo suscetível de ser vivenciado conscientemente em sua totalidade e sua unidade. Pareceu-me então que a conscientização do Ser – em sua dimensão corporal – objetivada pela eutonia poderia ser descrita como espiritual, assim como a conscientização do Ser – em sua dimensão psíquica – que é estudada em psicologia analítica, nos termos do que Jung chamou de processo de individuação.

Da qual uma hipótese que mais tarde serviu como base para a minha reflexão sobre as abordagens eutônica e analítica. É possível alcançar uma consciência das coisas quanto à sua unidade profunda, que fornece significado, tanto pelo “caminho do corpo” como pelo “caminho da psique”.

NOÇÕES-CHAVE DA EUTONIA

O tônus

Como sugere o termo eutonia, a noção de tônus se encontra no centro de todas as atividades próprias a esse processo de tomada de consciência corporal proposto por Gerda Alexander. No âmbito da neurofisiologia, podemos definir o tônus como a atividade do músculo em estado de repouso aparente. O tônus encontra-se em todo organismo vivo e deveria ser repartido de forma homogênea em todo o corpo. Aumenta com a atividade e diminui com o repouso. Pode ser percebido subjetivamente como uma sensação de peso ou de leveza e reflete em todos os casos nossa atitude e nossa maneira de estar no mundo.

Toda emoção, tal como o medo, a alegria, a tristeza, o entusiasmo, toda forma de excitação ou de esgotamento psíquico, toda depressão, enfim, tem uma repercussão direta sobre o tônus corporal. Toda influência psíquica à qual nos submetemos modifica nosso tônus, e, na impossibilidade de poder dominá-lo, corremos o risco de nos tornarmos vítimas de afecções corporais, nocivas ao nosso equilíbrio. Gerda Alexander não entende o domínio do tônus como um controle rígido, mas sim uma flexibilidade deste, permitindo passar por todos os níveis emocionais e retornar ao tônus habitual.

A medicina se preocupa, sobretudo, com os hipotônicos, isto é, pessoas cujo tônus habitual é muito baixo ou com os hipertônicos, nos quais ele é muito alto. No nosso entendimento, as pessoas cujo tônus se mantém fixo num nível médio, sem capacidade de oscilação emocional ou artística, estão doentes também. [1]

Aqui não podemos deixar de lembrar o problema concomitante que encontramos com frequência no âmbito do trabalho analítico: pessoas que não sofrem de tendências a comportamentos maníacos ou depressivos e, no entanto, se sentem incapazes de canalizar suas energias psíquicas em direção a uma criatividade individual!

Longe de ser considerada um método de relaxamento, a eutonia visa ao domínio e à variação do tônus, sendo o relaxamento apenas um dos aspectos. Para favorecer esta melhor flexibilidade tônica, o eutonista faz uso de diversas atividades e situações de trabalho levando seja a regularizar o tônus, seja a igualá-lo, dependendo das fixações apresentadas por cada um.

A ação sobre o tônus se obtém dirigindo a atenção para determinadas partes do corpo, para seu volume, seu espaço interno, para a pele, os tecidos, os órgãos, o esqueleto e o espaço interno dos ossos. [2]

Um tônus equilibrado favorece uma respiração bem adaptada a diversas situações: atividade, repouso, comunicação etc. Eis por que o eutonista deve prestar grande atenção à respiração do aluno, sem, no entanto, mencioná-la para não influenciá-lo,

sua respiração,^[3] seu ritmo, sua duração, o tempo de pausa e os pequenos focos onde ela possa estar bloqueada (caixa torácica, ventre, pelve etc.). Ele poderá obter, através dessa observação, indicações preciosas sobre o estado psicossomático do aluno. A partir desses dados, o eutonista e o aluno poderão iniciar um trabalho de liberação da respiração, não por meio de exercícios respiratórios diretos, mas sim pelo relaxamento das diferentes tensões que impedem de atingir a plenitude dessa respiração. Notamos que, quando fazemos exercícios respiratórios voluntários, as inibições são momentaneamente contornadas, mas reaparecem rapidamente quando suspendemos esses exercícios e retomamos a respiração inconsciente. Por outro lado, Gerda Alexander aponta o perigo ao qual se expõe quem adota técnicas de controle respiratório – tal como o hatha ioga – vindas de práticas milenares não comuns a nossa cultura e que necessitam a presença de mestres competentes. Os exercícios que ela propõe são adaptados ao homem ocidental.

Não seria interessante para o psicanalista utilizar essa forma de tratar os distúrbios psicossomáticos para cuidar especificamente dos males da vida amorosa que ocupam frequentemente o primeiro lugar na terapia analítica? A respiração fornece indícios úteis aos eutonistas sobre o estado psicossomático de seus alunos. Por analogia, as complicações do comportamento sexual – fixação edipiana, sadomasoquismo, dom-juanismo, ninfomania, problemas de impotência, de frigidez etc. – fornecem aos analistas uma expressão privilegiada da problemática global de seus pacientes. A atitude terapêutica que consiste em concentrar todas as atenções da pessoa sobre os problemas de sua vida sexual, sintomas resultantes de um conjunto de tensões psíquicas, não diminui essas tensões e contribui muitas vezes para agravá-las e banalizar a experiência sexual de forma reducionista.

Uma atitude eutônica permite um relaxamento profundo quando o corpo está em repouso e favorece uma economia de energia quando o corpo está em movimento. Alcançar essa facilidade de execução e essa eficácia corresponde exatamente ao ganho obtido quando o eu consciente se libera da submissão, por vezes paralisante, dos complexos psíquicos.

O tato e o contato

A eutonia faz distinção entre tato e contato.

Por meio do tato vivenciamos nossa forma corporal exterior. Além disso, o tato nos fornece informações essenciais sobre o mundo que nos cerca, suas formas, sua temperatura, sua consistência, e sobre as numerosas sensações provenientes do exterior tais como choques e golpes. O mesmo se dá no tocante à comunicação com outrem, o tato com ternura, doloroso, penoso, indiferente ou agressivo.

Pelo contato ultrapassamos conscientemente o limite visível de nosso corpo, enquanto com o tato permanecemos na periferia delimitada pela pele. Pelo contato incluímos em nossa consciência o espaço que nos rodeia. É assim que podemos ter um contato real, sem utilizar o tato, com os seres humanos, os animais, as plantas e os objetos através de sua fronteira exterior. Ampliando assim nossas possibilidades de experiência, podemos atingir uma relação mais viva com os seres e com as coisas.^[4]

A experiência do tato parece, em primeira instância, mais familiar que a do contato. Mas todos nós não conhecemos pessoas relativamente introvertidas que parecem não estar aterradas e cujo conjunto de relações com o universo sensível parece ser desajeitado ou indiferente? Claro que essas pessoas tocam as coisas, mas na maioria das vezes elas o fazem de um modo muito pouco consciente.

Da mesma forma, o contato com as coisas e os seres humanos pode ser inconsciente, mas a possibilidade de ser diferente sempre existe. No campo do inconsciente, isso se manifesta na capacidade nata que a criança tem de identificar-se com a mãe, de fundir-se com ela e na capacidade que indivíduos neuróticos têm de confundir-se com seu entorno, podendo até perder sua própria identidade. O antropólogo Lévy-Brühl nomeou de *participação mística* esse tipo de relação inconsciente que nossos ancestrais mantinham com seu ambiente. Trata-se de uma relação na qual o indivíduo ainda é incapaz de diferenciar sua realidade subjetiva de uma pessoa ou de um objeto externo significativo.

No entanto, precisamos distinguir o uso corriqueiro das noções de tato e de contato do uso das mesmas na eutonia. Para estabelecer essa distinção e salientar os impactos positivos consideráveis que elas podem ter quando são desenvolvidas de forma consciente, Brieghel-Müller e Winkler propuseram requalificá-las. Em eutonia falamos, portanto, de desenvolver *o tato consciente*:

O fato de desenvolver a percepção do tato, sentido primordial cuja importância é muitas vezes desconhecida, produz efeitos positivos nas funções vitais do organismo, tal como a circulação e a respiração. [...] A pessoa descobre e afirma sua personalidade ao colocar em evidência as sensações e ao ter consciência das reações emocionais a elas associadas. Ela se diferencia do seu entorno, se libera das identificações inconscientes e adquire sua identidade. [5]

E da mesma forma, desenvolvemos o *contato consciente* que permite, graças às sensações percebidas, afinar a identidade emocional e estabelecer com todo o seu meio uma relação verdadeira, “não um tipo de acompanhamento vago e sentimental, mas sim uma real empatia, *estar com* e não *estar ao lado* de alguém”. [6]

A experiência analítica nos mostra que é justamente essa consciência que falta em grande parte das pessoas neuróticas. Tudo acontece como se, projetando seus males íntimos na realidade material, elas alimentassem a esperança de se liberar desses males fugindo da realidade e mantendo-se numa atmosfera ideal, desprovida dos inevitáveis limites e exigências do mundo espaço-temporal. Atuando dessa forma, elas se desligam, sem se dar conta, do apoio, da força e do bem-estar que essa mesma realidade poderia lhes prover. O analista é plenamente consciente disso, pelo menos na teoria. Mas é difícil, na prática, promover uma tomada de consciência real da vivência corporal, visto seu procedimento basicamente focado na vivência psíquica dos seus pacientes. Aqui se esboça a possibilidade de ajuda mútua entre o caminho analítico e eutônico, abordagens distintas, mas certamente complementares. A eutonia coloca o indivíduo perante os conteúdos inconscientes imbuídos na sua vivência corporal, enquanto a análise contribui para clarear os componentes desses conteúdos.

O reflexo postural e o transporte

Logo ao nascer, a criança humana manifesta a existência de um reflexo arcaico, chamado reflexo postural, que vai permitir sucessivamente que ela se arraste, se endireite, se sente e, em seguida, permaneça em pé e ande. Gerda Alexander nomeia *transporte* a utilização consciente desse reflexo para distingui-la da sua forma inconsciente. Essa atividade reflexa se organiza quando o corpo encontra uma superfície resistente, tal como o chão, propagando-se por toda a estrutura óssea do esqueleto. Opondo-se à força da gravidade, o reflexo postural dá suporte ao movimento e permite à musculatura periférica toda a sua liberdade de ação. Mas esse reflexo tem que poder caminhar sem impedimento de um segmento ósseo a outro e, portanto, de uma parte do corpo para outra. Quando existe parcelamento de origem física ou psíquica, as vias de comunicação ficam alteradas e a atividade reflexa fica perturbada. O que na origem era um movimento espontâneo torna-se um movimento inibido. Por isso a importância particular dada pela eutonia à consciência dos ossos no que diz respeito à forma, ao volume, à localização e à interação entre eles.

... a tomada de consciência dos ossos oferece um fortalecimento interno e uma resistência que são de grande importância para o homem nesta nossa época de grande instabilidade. A vivência desta força interna, o reflexo postural, libera a musculatura dinâmica, que há muito tempo perdeu sua função nas práticas de ginásticas tradicionais, e permite uma grande mobilidade. [7]

Trabalhar o transporte significa enfrentar as tensões e as deflexões tanto físicas como psíquicas e canalizar a atividade reflexa através do esqueleto. No livro de Gerda Alexander, encontramos aplicações terapêuticas desse trabalho. Por exemplo, nos casos de poliomielite (paralisia infantil), de paraplegia e quadraplegia, os resultados são impressionantes. A Dr. Lise Plum, médica e eutonista, relata neste livro a história de um jovem de vinte anos, estudante de direito. Acometido de poliomielite, havia se submetido a numerosas operações e parecia condenado para o resto de sua existência a permanecer em uma cadeira de rodas. Quando ele iniciou as aulas de eutonia em grupo, suas duas pernas estavam paralisadas e frias.

Após o primeiro ano de tratamento e de aulas de eutonia, suas pernas nunca mais ficam frias. Não tem edemas. Ele percebe como um ganho notável sua sensação de bem-estar nas pernas, que agora estão integradas à sua sensação corporal. Ele anda até 500 metros sem ajuda de aparelhos... [8]

Gostaríamos muito que a cura fosse mágica, instantânea, e a transformação, milagrosa. Normalmente, quando a raiz do mal é profunda, antiga como a história pessoal e ancestral do indivíduo, a cura acontece somente após um lento e doloroso processo de transformação. A doença aparece então como uma forma privilegiada de recordar os acontecimentos significativos dessa história, consertar as peças quebradas e rejunta as partes desconectadas. O processo de transformação, pelo menos no início, não é nada deslumbrante. Ele se assemelha ao que finalmente permite à criança passar da posição horizontal à posição vertical. No início, é preciso aceitar

sua condição limitada de ser dependente, rastejar, aceitar vários fracassos no seu esforço para se manter em pé e andar, mas um mecanismo vital permitirá que ela continue, não se desespere: o reflexo postural! O estofo do humano é esse reflexo. Humano sendo aquele que, confrontado com múltiplas adversidades, encontra no reflexo, dia após dia, a força de lutar e a coragem de se realizar.

Em alguns casos, a eutonia conheceu resultados espetaculares que, para mim, advêm de dois fatores essenciais: a profundidade com a qual o eutonista pode agir nos fenômenos fisiológicos e a determinação com a qual os que iniciam essa jornada vão levando suas vidas. Parece evidente que, vividos de forma consciente, o contato, o tato, assim como o reflexo postural têm como efeito ativar os recursos sutis e arcaicos de revitalização do organismo. Por outro lado, o sentimento de que o Eu da pessoa é imprescindível explica a determinação dos indivíduos que abraçam essa jornada. A combinação desses dois fatores, profundidade e determinação, fazem da eutonia uma forma contemporânea de se autorregular com uma qualidade exemplar e uma eficiência excepcional.

EUTONIA, UMA VIA DE ENRAIZAMENTO^[1]

Gerda Alexander

A eutonia sempre foi o projeto central na minha vida. Na realidade, estava predestinada a desenvolver a eutonia, pois, antes do meu nascimento, meus pais já haviam escolhido meu caminho profissional. De fato, eles estavam tão impressionados pelas novas ideias da educação de Émile Jacques Dalcroze que decidiram que eu me tornaria professora de rítmica... e foi exatamente o que aconteceu!

Quando criança, meu único interesse era mover-me ao som da música e dançar. Sentia-me muito próxima do meu pai, que era um excelente pianista, e não me lembro de ter ido dormir sem ouvir da minha cama uma obra de Mozart. Aos sete anos, fui inscrita em uma excelente escola Dalcroze de Wuppertal, na Alemanha. Um dos amigos íntimos de Dalcroze, Otto Blensdorf, lecionava nessa escola. Sua filha Charlotte MacJanet veio se juntar a nós mais tarde.

Rapidamente tornei-me, no início dos anos 1920, uma apaixonada pela rítmica. Na época, existia uma grande onda de entusiasmo pelo movimento e a dança, mas o corpo ainda não havia se tornado um objeto de estudo.

Nos diversos seminários em que participei, pude observar o trabalho interessante das outras escolas, notadamente as de Mary Wigman, de Laban e de Loheland. Havia a cada ano um congresso importante, e fiquei muito impressionada com o que ouvia e o que os alunos pretendiam realizar com seu trabalho. Eles tinham a intenção de desenvolver suas personalidades, mas sempre reparei que, até mesmo nos salões do hotel onde se dava o congresso, era possível saber a qual escola as pessoas presentes pertenciam, simplesmente observando seu jeito de mover-se e de comportar-se. Não encontrando muito espaço para a expressão pessoal, comecei a pensar que não se podia pretender liberar a personalidade de alguém convidando-o a se tornar a cópia de seu mestre. De fato, esse tipo de imitação impede o indivíduo de descobrir seu próprio caminho, porque na verdade não existem duas personalidades idênticas, cada um de nós é único.

Lembro-me de um encontro de junguianos em Ascona. Adolf Portman comentou o fenômeno de unicidade que se manifesta na célula mais primitiva, por exemplo, na água. Ele nos contou que nenhuma célula era realmente idêntica a outra, que cada uma delas era marcada por uma característica particular e isso era somente para individualizá-la. Se isso vale para a célula, imagine como deve ser válido para os seres humanos! Até hoje, trabalhei com centenas de pessoas, e ninguém reagiu de modo idêntico à minha abordagem.

Tudo isso me levou a conceber uma escola fundada no verdadeiro crescimento individual, uma escola onde cada estudante poderia se desenvolver de acordo com sua própria personalidade e ir se descobrindo graças ao movimento e à sensação corporal.

Quem sabe desenvolvi essa abordagem corporal com o objetivo de compensar a carência de toque que sofri durante minha infância. Nasci em uma época onde a

máxima era criar os filhos de acordo com a escola de pensamento britânica. Segundo essa escola, estava fora de cogitação tocar os bebês, somente a cada três horas, mesmo que a criança estivesse dormindo profundamente e mesmo que ela estivesse comprovadamente sem fome, deviam acordá-la para alimentá-la. Oh, como chorei! Precisava comer mesmo sem fome, e, enquanto ainda chorava, me deitavam para me acordar três horas depois, ou seja, exatamente no momento em que eu conseguia finalmente mergulhar em um sono bem-vindo. Apesar do fato de entender a influência dessa prática sobre mim, até hoje, sempre que me sinto obrigada a comer em determinado horário, não tenho fome: como se todo o meu organismo pudesse se opor. Penso que não sou a única vítima do método!

É fascinante trabalhar em cima de tal fenômeno e perceber até que ponto certas impressões permanecem na memória do corpo. Lembrar significa primeiramente estar em contato com um sofrimento e um intenso sentimento de desconforto.

Penso que tudo que fiz até então foi inspirado em minha observação dos bailarinos e professores de rítmica. Nos seus movimentos afinados à música, eles executavam coisas maravilhosas, mas não acontecia nada além disso. A expressão pessoal de seus sentimentos me pareceu pouco presente em seus trabalhos, e a consciência de suas sensações, praticamente inexistente. Foi então que desenvolvi uma nova abordagem somática para os dançarinos e professores de ritmo, uma abordagem livre de qualquer ideia preconcebida, ou seja, que determinasse que as coisas deveriam ser de um jeito ou de outro. Simplesmente tinha consciência de que lhes faltava algo quando precisavam sentir o que estavam fazendo.

Uma história sufi conta que um pai, ao final da vida, desejava transmitir ao filho uma informação importante para seu futuro. Ele então tomou todo o tempo necessário para lhe comunicar essa informação e então, para a surpresa do filho, que permaneceu estarecido, ele lhe deu um tapa. “Sem este tapa”, disse o pai, “você teria esquecido o que eu acabei de te dizer, com isto você nunca o esquecerá!” Eis o que está na base do trabalho proposto pela eutonia: não é preciso necessariamente sofrer, mas sempre poder associar a experiência à sensação. Somente uma experiência dessa natureza nos permite permanecer em contato com a profundidade do que foi vivenciado, além de ser uma possível fonte regeneradora. Várias vezes, vi analistas que se submeteram a uma longa caminhada de introspecção; no entanto, logo que participaram de sessões de eutonia, começaram a ter novos sonhos. Puderam, assim, entrar novamente em contato com elementos ocultos de sua vida psíquica, e ainda atingindo uma profundidade jamais experimentada até então.

A eutonia comporta toda uma dimensão analítica, mas jamais pensei em transformá-la em uma terapia. Na origem, meu único propósito era aplicar a eutonia no estudo de movimentos no âmbito do teatro. Em seguida, abracei freneticamente uma carreira de bailarina até que uma febre reumática me obrigou a abandonar todo trabalho rítmico. E foi então que comecei a entender que minha paixão pela dança e pelo movimento não era tão sadia como havia imaginado. Quando comecei a observar e a estudar minhas reações, descobri que eu me deixava sempre invadir pelas coisas e que acabava sempre perdendo minha energia. Não era de se espantar que eu acabasse adoecendo!

Comecei a estudar a prática de relaxamento quando essa disciplina ainda

desconhecia tudo que Schultz nos ensinou sobre os efeitos da sugestão sobre o imaginário. Na época, era apenas um relaxamento muscular; aprendíamos a tencionar os músculos, para em seguida relaxá-los. Surgiu então a ideia de que algo no corpo deveria controlar o tônus,^[2] e assim poderíamos influenciar nossa condição corporal por meio do pensamento e da vontade.

Esse fenômeno pode ser observado quando o feto reage aos diversos estados tônicos da mãe, tanto que o primeiro condicionamento tônico que recebemos, seja ele bom ou ruim, é no útero. Essa é uma das descobertas fundamentais da nossa escola. Trabalhamos por muito tempo com mulheres grávidas, para quem não se havia proposto nenhum outro método. Desenvolvemos então um caminho que pudesse preparar certas eutonistas para acompanhar essas mulheres no momento do parto.

Descobrimos, em seguida, que nossa flexibilidade tônica pode ser influenciada pela presença de outros indivíduos. Todos nós já vivenciamos a experiência na qual todo o ambiente de uma sala é afetado pela presença de uma única pessoa irritada ou agressiva, sem que esta precise se mexer! A irritação mental pode se propagar para o grupo todo. Conhecemos esse tipo de flexibilidade tônica. Mas precisamos também mencionar a flexibilidade que nos permite vivenciar uma experiência artística. De fato, jamais poderíamos escutar música e recebê-la como uma expressão viva se não pudéssemos atingir seu próprio tônus. Sem um sistema tônico, o corpo humano como um todo não conseguiria se afinar com as obras que ele ouve ou vê. O ouvido não poderia perceber as harmonias. Também não poderíamos descobrir no teatro todas essas paixões que nos animam, excitam e nos alimentam.

Evidentemente, os atores podem receber uma formação nesse sentido e, com a ajuda de eutonistas nas escolas de teatro de vários países, eles desenvolvem suas habilidades de adaptação tônica.

Esta capacidade do ser humano de modificar seu tônus já era observada na época das grandes tragédias gregas. Para os antigos gregos, a tragédia não eram apenas palavras, mas uma total experiência tônica, uma terapia através da catarse. O teatro de Epidauro desvenda os vestígios da grande clínica médica, o que nos permite acreditar que, na época, terapia e teatro andavam lado a lado. Antes de assistir às apresentações, os participantes eram convidados a dormir e sonhar nos locais da clínica médica. O relaxamento do corpo servia de preparação ao tratamento catártico que a tragédia propiciava.

Todo terapeuta deveria aprender a sentir seu corpo e a desenvolver sua capacidade de adaptação tônica. Aponto aqui um fato. É imprescindível que o eutonista seja capaz de adaptar seu tônus ao de seu aluno. Quando alguém me procura para um tratamento, posso sentir no meu corpo as regiões do corpo dele onde os músculos estão encurtados. Posso sentir a totalidade de sua personalidade, apesar de sempre consultar a ficha médica para saber por que ele veio me procurar.

No entanto, ensino meus alunos a nunca se basear unicamente nos diagnósticos médicos, porque o paciente é quem melhor sabe expressar as verdadeiras razões de suas dificuldades. Os relatórios médicos reportam os sintomas e raramente citam as causas ou a razão pela qual o equilíbrio e o ritmo interno da pessoa foram perturbados. Seria muito útil para todos os psicanalistas – em particular aos junguianos – aprender a ir além das palavras do paciente para melhor ouvir a

linguagem do seu corpo, suas tensões, sua respiração e seus movimentos. Esses elementos fornecem tantos dados que, às vezes, quando trabalhamos com grupos, ficamos quase chocados quando entramos pela primeira vez na sala. Sentimos o que acontece com cada um, por onde devemos começar no intuito de facilitar o relaxamento das tensões e nos preparar para ajudá-lo. Sabendo que não existem duas pessoas iguais, o trabalho com grupos se torna mais delicado.

Ao longo dos meus cinquenta anos de experiência prática, vi minhas intuições sendo confirmadas pelas descobertas na neurofisiologia. Quando a eutonia estava começando, diziam que não era científica. No entanto, a partir de 1961, nossas principais descobertas foram cientificamente examinadas e confirmadas. Naquele ano, fui à universidade de Estrasburgo, onde a professora T. Kammerer pronunciou sua primeira conferência apresentando meu trabalho a psiquiatras franceses. Era realmente fascinante constatar que o que havíamos experimentado no âmbito da eutonia podia então ser mensurado cientificamente de várias formas. Era a prova de que os resultados de nosso trabalho não eram frutos de pura fantasia, mas ao contrário, confirmavam-se na realidade das mudanças provocadas no interior da personalidade e de todo o organismo físico.

Nosso trabalho também foi levado ao centro nacional de pesquisa científica (C.N.R.S.), em Paris. A pergunta feita foi: “Qual traçado de ondas cerebrais pode ser visto quando a pessoa se concentra no seu esqueleto ou nos ossos de seu corpo?”.

Pensava-se tradicionalmente que esse tipo de concentração gerava um estado psíquico caracterizado pelas ondas alfa. Aceitei participar do experimento para provar que os eutonistas trabalham em um estado normal de consciência. Pois, se não fosse assim, jamais poderíamos trabalhar com os artistas! As pessoas em transe vão para outro mundo, enquanto os eutonistas trabalham com o *aqui e agora* deste mundo. Meus alunos lutam para realizar-se e não para viver em um vago espaço imaginário.

Foi assim que tive direito, em Paris, a uma sessão experimental maravilhosa que durou uma hora. A aparelhagem pesava tanto sobre a minha cabeça que, após apenas 45 minutos, estava cansada e com pressa de acabar com a provação. Mas, sabendo que era muito difícil reunir todos aqueles cientistas, aguentei durante todo o tempo do experimento. Contudo, os cientistas declararam-se insatisfeitos, pois não haviam conseguido evidenciar a presença de ondas alfa, somente durante esse curto instante em que pensei em parar. Tínhamos a prova de que a interiorização das sensações corporais pode ser vivida em um estado normal de consciência. Existimos *aqui e agora* e, ao mesmo tempo, existimos no espaço interno do nosso corpo. Um dos resultados da formação em eutonia é a capacidade do aluno de permanecer atento à totalidade de seu organismo, assim como à realidade externa. A capacidade de estar dentro de si e ao mesmo tempo estar atento ao outro constitui uma necessidade fundamental tanto para terapeutas como para professores. Essa interação crucial entre duas pessoas, também mensurável, corresponde de fato ao momento em que você age sobre o outro no seu interior, sem que seja necessário tocá-lo.

É importante que o terapeuta não invada o outro no andamento de sua prática terapêutica. Pode acontecer que um terapeuta, na ânsia de ajudar e certo de seus conhecimentos para conseguir fazê-lo, exagere e não deixe espaço para que o outro possa desenvolver sua personalidade.

Expliquei à professora Kammerer que o pensamento e o jeito de ser do terapeuta eram partes integrantes do processo terapêutico. Isso se confirma pela experiência do tato consciente. Quando tocamos alguém, podemos sentir as mudanças que ocorrem em nossa respiração e em nosso tônus. Todavia, a pessoa deitada nem sempre se conscientiza disso. É por essa razão que o tato e o trabalho em dupla ou com várias pessoas é proibido em nossa escola nos dois primeiros anos de formação profissional. Tal mandamento se contrapõe à proposta de Lowen e Reich, e a todos que consideram maravilhoso o sentido do tato. De certo, o tato é maravilhoso, mas também é verdade que nossos distúrbios passam por ele: senti e pude prová-lo em várias ocasiões no decorrer dos anos. Quando assinaliei o fato à professora Kammerer, ela ficou estarecida. Ela então sugeriu submeter essa descoberta ao crivo da experimentação científica, para que, homologada, pudesse modificar a abordagem médica. Infelizmente, a pesquisa exige muito tempo, e eu estava empenhada em várias tarefas de ordem prática. Porém, o professor Barth – médico de Munique e conselheiro da associação dos acupunturistas – chegou à mesma conclusão quando estava tratando de um coelho doente. Ele notou que, enquanto aplicava as agulhas na orelha do coelho, ele sentia a mesma reação em sua própria orelha. Foi a primeira confirmação científica do que eu havia testado centenas de vezes com minha própria técnica.

A princípio, quando o eutonista toca um paciente com a intenção sincera de curá-lo, ele não deve jamais deixar passar toda a carga de sua energia. Praticamos o que nomeamos um *tato neutro*. Essa prática exige que possamos dar espaço às vibrações do outro, em vez de achar que sabemos melhor do que ele o que ele deve fazer ou ser. Devemos permitir que ele exista a partir de sua própria personalidade e que possa expressar sua agressividade, sua fraqueza etc. Quaisquer que sejam as reações que o eutonista tenha que enfrentar durante a sessão, ele deve ser capaz de extrair disso dados significativos sem, todavia, se intrometer de modo pessoal nos assuntos do outro.

Essa descrição do tratamento eutônico é válida também durante a sessão de análise, na qual o paciente é convidado a falar livremente. A mínima alusão do analista sugerindo que ele gostaria de ouvir isto ou aquilo modifica a fluência natural da pessoa analisada. No âmbito da nossa prática em eutonia, acreditamos ser necessário que cada pessoa disponha do espaço de que precisa para o desenvolvimento de sua própria personalidade, sem a imposição de um modelo. Isso explica nosso receio de trabalhar junto aos fisioterapeutas e aos psicólogos, pois frequentemente eles demonstram uma atitude de superioridade perante os pacientes. Eles parecem afirmar “quem sabe sou eu” cada vez que um paciente não corresponde a suas expectativas. Ficamos felizes agora de ter encontrado apoio de um analista junguiano na Dinamarca. Sempre senti que os junguianos eram os que estavam mais próximos de nós no campo da psicanálise.

Enquanto a eutonia se desenvolvia, descobri uma grande verdade graças a Wilhelm Reich. Nunca o conheci pessoalmente, mas me mantive a par de suas ideias e fui capaz de observar o resultado de seu trabalho na Dinamarca. Sua maior contribuição foi, quem sabe, entender, enquanto psiquiatra, que o corpo constitui uma parte essencial da personalidade. Mas por outro lado, o que ele exerceu na prática foi

muito doloroso por conta do grande domínio que ele tinha sobre seus pacientes e a maneira com que ele os tornava dependentes de seus cuidados. Constatei isso nas pessoas que passei a tratar no seu lugar, quando ele se mudou da Dinamarca. Essas pessoas estavam desesperadas quanto à ideia de ficarem sós, sem ele. Dessa situação, pude tirar uma lição proveitosa: *nunca privar uma pessoa de seus meios de defesa sem antes tê-la ajudado a encontrar a segurança dentro de si*. Isso é a abóbada que reveste a eutonia! É um crime retirar as defesas, porque geralmente elas permitem que a pessoa mantenha certa coesão. A destruição das defesas ocasiona dependência; isso pode sem dúvida provocar certa sensação de euforia em alguns analistas, mas não é a melhor maneira dar apoio ao paciente.

Tudo que os eutonistas praticam no âmbito corporal tem como meta criar um sentimento de segurança que permite que nós nos mantenhamos firmes sobre nossos dois pés, apoiando-nos sobre nossa estrutura óssea, usando o primeiro reflexo que os bebês experimentam depois que o cordão umbilical é cortado e graças ao qual eles chegam à posição em pé: o reflexo postural. Quando fortalecemos a estabilidade através da estrutura óssea, nos sentimos automaticamente seguros. Como vimos na universidade com a professora Lise Plum, isso sempre dá certo, sem que as pessoas sejam obrigadas a gritar ou a chorar. Hoje podemos achar chocante, mas, com Janov, gritar tornou-se um hábito. Antes dele, havia visto pessoas bocejando, rindo, empalidecendo de raiva e agressivos, pisoteando o chão, tremendo de raiva, mas jamais gritando. Depois dele, qualquer pessoa que pensava ter um problema achava que precisava gritar, o que mostra quanto as reações são frutos dos métodos. O perigo para quem lê Janov é pensar que somente chegando ao grito primordial é que se faz um bom trabalho interno. Felizmente, Janov parou de seduzir, caso contrário, teríamos que transferir nossa escola de Copenhague para algum lugar no meio do campo, para poder canalizar todos esses gritos!

A segurança é, portanto, muito importante para cada um de nós, e podemos obtê-la trabalhando o tônus. Mas não somos sacos vazios. Carregamos dentro de nós todo um passado assim como um futuro já programado. Por isso, acredito que nossa primeira tarefa é nos livrarmos aos poucos do condicionamento que nos moldou desde a fase pré-natal, e que, através de acontecimentos marcantes, continua determinando nossas reações. Uma reação normal, que condiz com a realidade do momento, é algo muito raro. Em geral, nossas reações são resultado da combinação de experiências conscientes e inconscientes, positivas e negativas. O primeiro objetivo da eutonia seria nos libertar das limitações que nos impõe tal condicionamento.

Propomos várias técnicas passíveis de ajudar as pessoas a se livrar de suas tensões. Quando uma pessoa está tensa, sabemos que a respiração diminui, fica limitada. Podemos atuar aí, mas de nada serviria desenvolver exercícios de respiração sob o controle da vontade consciente alheios ao movimento natural da respiração. A respiração natural é um movimento global que nasce no diafragma e sobe do assoalho pélvico até as costelas superiores. Quando respiramos, acontece em todo o corpo uma reação delicada que não deveria ser fruto de esforço, mas apenas uma resposta simples à nossa necessidade de oxigênio.

E assim, a delicada adaptação da nossa respiração à nossa necessidade de oxigênio não é perturbada. Na época da grande epidemia de poliomielite, pediram aos

eutonistas que colaborassem com os tratamentos médicos propostos pelo hospital de Copenhague. Como havia poucos pulmões artificiais disponíveis, ajudávamos os pacientes a respirar manejando as bombas manualmente. Para se assegurar de que os pacientes recebiam oxigênio suficiente, o médico responsável nos pedia que fizéssemos com que eles respirassem profundamente. Em todos os casos, eles foram atingidos por doenças cerebrais e perturbações renais. Era a prova incontestável de que uma respiração profunda demais pode ser nociva, o que foi de fato confirmado na conferência internacional sobre a poliomielite, em Genebra, no ano de 1957.

A adaptação da respiração deve se efetuar de forma indireta, e isso é possível quando se cria um espaço interno. Durante o processo de condicionamento ao qual nós todos nos submetemos, cada momento de ansiedade provoca uma tensão no assoalho pélvico. É onde encontramos o cóccix, pequeno osso que se parece muito com o rabo de um cachorro: quando o cachorro se sente mal, ele põe o rabo/cóccix entre as pernas. Acontece exatamente o mesmo com o ser humano. Estudamos esse fenômeno com nossos estudantes ao longo dos últimos cinquenta anos: tocando essa região, provocamos uma contração afetando a respiração natural. Isso nos sinaliza um bloqueio de energia na região, assim como uma inibição dos sentimentos, problemas frequentemente ligados a uma sexualidade reprimida. Alexander Lowen, fundador da bioenergética, adotou a técnica do contato-*grounding* aperfeiçoada pela nossa escola. Essa técnica consiste em soltar a base da pelve e estabelecer um bom contato com o chão; os músicos e os artistas, assim como os neuróticos e ansiosos, se beneficiam com essa técnica. Podemos soltar as tensões do assoalho pélvico quando estabelecemos um bom contato dos pés com o chão, enquanto propiciamos um alívio nas regiões superiores – em particular a região dos músculos intercostais – através do contato das mãos com um objeto qualquer.

No caso dos músicos, a mudança assim provocada é tão imediata que parece que eles trocaram de instrumentos. Constatei isto com músicos de orquestra, durante um congresso da Sociedade Internacional de Educação Musical (Oregon, EUA, agosto de 1984). É realmente arrebatador ver até que ponto o contato entre a mão e o instrumento, além de liberar a pessoa, libera o movimento físico que ela deve executar. O comportamento dessa pessoa fica totalmente modificado. Essa mudança é possível quando abandonamos nossos velhos hábitos e permitimos ao nosso organismo reencontrar seu estado natural, estado esse anterior aos condicionamentos aos quais foi submetido. Podemos finalmente reagir livremente ao que acontece aqui e agora.

Mas só podemos atingir esse estado após um duro trabalho semelhante ao da análise: trata-se de retirar uma a uma as camadas de condicionamento até atingir as causas do bloqueio, recordar... O aluno pode lembrar-se de seus sonhos, mas frequentemente é durante uma aula de eutonia que se esclarece a situação que originou uma ou outra tensão. Ele percebe então cores, cheiros, toca rostos, ouve palavras, como se revivesse toda a cena de modo mais real que nos sonhos. É outra forma de descobrir e reconhecer as origens do trauma. Por exemplo, pessoas dizem de repente: “Minha mãe nunca estava em casa quando eu voltava da escola!”. Tal cena pode ser tão significativa que, quando é revivida, até pessoas de cinquenta anos diriam, comovidos: “Ah, então entendo por que...”.

As pessoas que ainda estão presas a esse tipo de frustração decorrente da insegurança têm tendência a sofrer de má circulação, de enfraquecimento das funções orgânicas, doenças cardíacas e asma. Constatei isso ao longo dos dez anos de estudos no hospital universitário. Mas quando essas pessoas decidem se libertar, os males desaparecem e não existe mais razão para permanecerem doentes. Elas se dão conta de que o fato de terem se aberto para a realidade, assim como crianças, permitiu que se desvinculassem daquilo que os condicionava. Às vezes, acontece da personalidade do aluno ter mudado completamente ao fim de nossa formação profissional, que dura quatro anos. Mas às vezes essas mudanças exigem muito mais tempo e certos alunos precisam permanecer no nível básico da eutonia por vários anos. Essa é uma dificuldade que encontramos com todos os grupos: a abertura para a mudança não ocorre ao mesmo tempo para todos os participantes. Devemos permitir que cada um disponha de seu próprio tempo e possa se desenvolver seguindo seu ritmo.

Durante cinquenta anos, nossa escola foi um porto seguro para todas essas pessoas cujos médicos não conseguiam identificar a causa de seus males. Em último recurso, eram mandadas para Alexander. Lembro-me de uma senhora que tinha tiques. Por falta de tempo, não podia atendê-la individualmente e sugeri que seguisse aulas em grupo uma hora por semana e um trabalho individual, em contato com o chão, meia hora três vezes por dia. Após um mês, quando encontrei com o grupo, reparei em uma senhora que eu não conhecia: era ela. Não havia mais nenhuma contração no seu rosto, e até hoje, dez anos depois, ela continua totalmente liberada. Tratamos de vários casos de tiques, mas confesso que nenhum foi curado desta forma tão rápida.

Acompanhamos outros casos interessantes de cura rápida induzida pelo tato consciente da pele. Existe aí um conceito fundamental: reaprender a tocar, sentir a forma e os limites do corpo e conseguir – através da pele sentida como um envelope – perceber o corpo como um todo.

Esse tipo de trabalho proporciona efeitos maravilhosos no metabolismo, na circulação sanguínea e na respiração. A importância do tato é hoje reconhecida graças ao trabalho de Ashley Montagu. Durante um estudo sobre o comportamento dos ratos, ele percebeu que estes morriam apesar de viver em um ótimo ambiente. Quando os pesquisadores se deram conta de que a segunda geração de ratos iria também morrer, compreenderam que isso poderia ser resultado de uma falta de contato físico. Eles então começaram a sacudir os ratos várias vezes ao dia com bolas de algodão quentes e úmidas. Os animais ficaram ótimos. Foi descoberto também que a aptidão do corpo para fabricar anticorpos era ligada ao fato de ser tocado. Isso explica porque o “contato com o chão” proposto em eutonia produz tão bons resultados.

Após reaprender o tato, a próxima etapa consiste em desenvolver a sensação de espaço interno, favorecendo a respiração e a circulação, e melhorando o equilíbrio tônico. Animados pelas últimas descobertas da neurofísica, exercitaremos o equilíbrio sobre superfícies instáveis. Tais exercícios darão uma nova mobilidade às articulações e um melhor poder de adaptação; estimularão igualmente as funções vitais do corpo.

Trabalhando de forma sistemática cada uma dessas etapas, vamos desenvolver a

consciência das partes invisíveis do nosso corpo: a zona de irradiação e o campo elétrico que nos envolve e que constitui uma parte das nossas forças vitais. O eutonista trabalha para favorecer a livre circulação de energia de um corpo para o outro, sem ser afetado por esta. O eutonista deve permanecer no interior de sua própria zona de energia, ser capaz de trabalhar com outros, estabelecer o contato sem se perder e sem invadir. Os grupos de trabalho não devem ser compostos por muitas pessoas para permitir o contato com o outro através do espaço. Nessa abordagem, ninguém se sente negado ou excluído, e fica fácil se interessar pelo outro mantendo seu lugar.

Se prestarmos atenção à maneira com que uma pessoa anda, podemos saber quanto ela vive dentro e com seu corpo. Em uma pessoa fraca, a zona de irradiação às vezes não passa de dois centímetros, sendo que em outras pessoas ela pode chegar a cinco metros. Pode ser o caso de um ator que não consegue atingir todas as pessoas da sala, inclusive a última fileira de espectadores. Trabalhei vários anos no *Royal Theater*, e não entendia por que certos atores não conseguiam ultrapassar o palco. Quando entendi que eles não utilizavam sua zona de irradiação, solucionamos o problema ajudando-os a perceber esta zona. Somente a consciência de suas limitações e a determinação em superá-las pode permitir tal desenvolvimento.

Quando procuramos usufruir de nossa irradiação, precisamos de clareza, pois isso implica um trabalho individual que tem repercussões sociais. O respeito do espaço alheio é algo fundamental e não podemos ajudar ninguém sem estar de bem com nós mesmos. Talvez o que devemos reter de mais importante seja que só podemos ajudar os outros quando fazemos um trabalho sobre nós mesmos visando a um melhor equilíbrio.

A DOENÇA COMO MEIO DE CRIAÇÃO DOS FUNDADORES

Por trás de teus pensamentos e sentimentos, meu irmão, existe um grande mestre, um desconhecido que te mostra o caminho – que se chama eu. Ele mora em teu corpo, ele é teu corpo.

F. Nietzsche

Da temática da Gerda Alexander, destaca-se uma afirmação singular: “somente a experiência *enraizada no sentir* nos permite entrar em contato com a magnitude do que foi vivenciado”. Mas antes de tornar esse enraizamento a pedra fundamental da eutonia e de incorporá-lo no seu cotidiano, Gerda Alexander teve que primeiramente enfrentar a doença.

Com 21 anos, em 1929, completou seus estudos na Alemanha, no instituto Jacques-Dalcroze de Berlim. Tornou-se professora de rítmica, o maior desejo de seus pais, que tinham uma admiração sem limite por Émile Jacques-Dalcroze, por sua obra musical e por suas ideias inovadoras na educação. Decidida a seguir carreira no mundo da dança, dedicava-se com muito afinho, mas logo foi obrigada a abandonar toda e qualquer atividade rítmica em decorrência de uma endocardite reumatoide. O prognóstico médico, dos mais céticos, previa que logo iria se locomover por meio de cadeira de rodas. Até então, ela havia se dedicado inteiramente ao sonho de seus pais e seguia esse caminho que não era fruto de seu desejo pessoal. E foi aí que se iniciou um trabalho de interiorização que permitiu que ela chegasse às descobertas as quais temos acesso hoje no âmbito da eutonia. Reconhecemos bem o cenário-chave vivido por inúmeros fundadores e descobridores.

Para fugir das consequências aparentemente inevitáveis de sua doença (paralisia, perda de autonomia, séria limitação profissional), Gerda Alexander iniciou uma volta às origens de sua experiência sensorial. Esse retorno a recolocou em contato com sofrimentos por muito tempo guardados, mas, em seguida, permitiu que ela obtivesse uma espantosa revitalização.

Quando criança, Gerda Alexander foi alvo da aplicação sistemática de princípios educativos em voga na época. Ela sofreu por não ter sido tocada pelos pais e foi impelida a ter um contato com seu entorno. Era acordada, por exemplo, de forma brusca saindo de um sono reparador para ser obrigada a comer mesmo sem sentir fome. Desprezando suas reais necessidades, ela começou a incorporar um modo de viver em que predominavam o controle, a disciplina rígida, as repetições mecânicas de gestos e uma relação calculada, desprovida de sensibilidade profunda para com sua pessoa real.

Foi em parte para satisfazer aos anseios narcísicos de seus pais que ela optou no início por uma carreira na rítmica de Jacques-Dalcroze. Ora, qual pode ser, em uma camada profunda, a experiência de um indivíduo que logo no início de sua existência é forçado a abandonar seus impulsos naturais para satisfazer constantemente as

necessidades, os desejos e os fantasmas do outro? Essa experiência é feita de sofrimento, sofrimento arquetípico daquele que, para poder ser amado e conquistar seu espaço, é forçado a calar, frear ou até mesmo bloquear completamente seus impulsos internos decorrentes de sua energia vital, começando pelo *impulso da realização própria*.

Quando criança, Gerda Alexander se sentia próxima do pai, muito ligada a ele. Ela gostava desse homem, excelente músico que fazia com que Mozart a acompanhasse toda a noite na cama. Seu interesse maior era então de se mover e dançar ao som da música. Foi assim que ela concordou alegremente aos sete anos em estudar na escola Dalcroze de Wuppertal. Vários anos depois, olhando para os colegas e estudantes que compartilhavam seu interesse pela música, pela dança e pela rítmica, ficou abismada ao perceber o caráter impessoal de seus movimentos. Isso a levou a criar uma nova abordagem “livre de qualquer ideia preconcebida” para bailarinos e professores de rítmica.

Na realidade, Gerda Alexander reparou na época que isso refletia sua própria experiência familiar. Primeiro, com a mãe, que cuidava dela de forma estereotipada, com base em um modelo de educação alheio a suas reais necessidades. Depois, com o pai, que a fazia viver coisas maravilhosas durante suas audições musicais ou durante exercícios ao piano, mas que, fora isso, expressava pouquíssimo seus sentimentos e cujo corpo era tão inibido que parecia quase ausente.

Não pretendo aqui condenar os pais de Gerda Alexander nem os fundadores das escolas que ela passou a questionar após suas observações. Trata-se mais de salientar este fato: antes de ser uma disciplina que pode ser comparada sob certos aspectos a outras abordagens corporais que visam à tomada da consciência corporal e seu bem-estar, a eutonia se impõe, ou melhor, se coloca discretamente na nossa frente como uma obra ímpar nascida da necessidade vital para sua fundadora de sanear a sua relação com o mundo se transformando.

Nesse sentido, a eutonia é uma arte de viver. Ela nos ensina, antes de tudo, que é possível para o indivíduo encontrar em seu interior recursos para poder realizar-se de forma inovadora, sem precisar lutar contra os obstáculos, as dificuldades e as doenças, mas, pelo contrário, aproveitando-se disso. Na linguagem desenvolvida por Gerda Alexander, esses recursos são chamados de *flexibilidade tônica*, de *contato* e de *tato conscientes*, de *reflexo postural*, de *transporte*, de *mecanismo de repelir* e de *extensão* no espaço. Ela visa ao aproveitamento total de todos os recursos, ou seja, ao desenvolvimento integral da pessoa, que não se dá quando esta pessoa segue modelos ou imita um mestre.

O que mais une a eutonia à psicologia elaborada por Jung é sem dúvida a preocupação de Gerda Alexander em ajudar o indivíduo a alcançar sua integração ou a realizar-se segundo a consciência de sua verdade. Ela atesta essa ligação sugerindo que muitas vezes a eutonia é mais aconselhada do que a análise verbal quando precisamos nos reconectar com estados cruciais da vida pré-natal. Foi em 1929 que Gerda Alexander entrou em contato com o pensamento de Jung. Ora, 1929 foi o ano, como já disse anteriormente, em que ela acabou seus estudos em Berlim, e pelo que sei, foi nesse mesmo ano que ela começou a ter sérios problemas de saúde. Mas em vez de procurar seu caminho com a ajuda da psicologia, ela escolheu, claro, como já

sabemos, procurá-lo explorando o mundo da somática. Sua decisão foi tão sábia e saudável quanto a que Jung havia tomado quinze anos antes, quando decidiu explorar suas próprias intuições fora do caminho traçado por Freud.

Jung conheceu a eutonia através de uma jovem suíça que estava se formando em Copenhague, e convidou então Gerda Alexander a vir encontrá-lo em Zurique. Mas infelizmente, nos disse ela, não foi possível atender ao convite. Gostaria de expor uma hipótese quanto a esse assunto. Como Freud pôde comprová-lo – diziam que ele havia desmaiado duas vezes durante discussões acaloradas com Jung^[1] –, Jung tinha uma personalidade forte. Gerda também. Trinta e três anos mais jovem do que ele, ela doravante estava decidida a nunca mais se submeter a qualquer modelo e muito menos a um modelo paternal. Instintivamente, Gerda Alexander protegeu suas próprias intuições recém-nascidas evitando aproximar-se deste grande Jung que, com 54 anos de idade, era plenamente consciente da notoriedade que havia conquistado.

Carl Jung e Gerda Alexander, portanto, nunca se encontraram e não confrontaram seus respectivos trabalhos para estabelecer uma ponte que poderia ter propiciado uma troca fecunda. A nós, que temos interesse no assunto, cabe descobrir essas conexões, conexões que nos ajudarão a melhorar a compreensão das dinâmicas somáticas e psíquicas do ser humano e aperfeiçoarão os instrumentos do terapeuta.

EUTONIA E PSICOLOGIA ANALÍTICA

Tornou-se comum dizer que não existe separação entre o corpo e o espírito. Mas se o corpo é também espírito, se ele contém rastros do consciente e do inconsciente individual e coletivo, ele deve ser capaz de expressar através da riqueza infinita de sua constituição e de seu desenvolvimento a totalidade de cada personalidade única, assim como todo o passado da humanidade e todas as potencialidades futuras da espécie a que ele pertence.

Gerda Alexander

Se ainda estamos imbuídos da velha ideia da oposição entre o espírito e a matéria, estamos em um estado de divisão, de contradição insuportável. Mas se, no entanto, podemos nos reconciliar com o mistério que faz da alma o aspecto interior da vida do corpo, e do corpo a revelação externa da vida da alma, se conseguimos entender que não são uma dualidade, mas uma unidade, entendemos também que o desejo de superar, graças ao inconsciente, o atual grau de consciência, conduz ao corpo e, inversamente, que a crença no corpo só permite uma filosofia que não negue o corpo em prol do espírito puro.

C. G. Jung

Da temática de Gerda Alexander e de Carl Gustav Jung, destacamos o fato do corpo e da alma conviverem intimamente sem deixar, no entanto, de ter existência própria. É no corpo que se manifesta esta realidade chamada de *alma*. Sob o ponto de vista espiritual, eliminamos da realidade rica e complexa do corpo o que constitui o princípio vital. Sabendo como os fundadores da eutonia e da psicologia analítica abordaram seus próprios objetos de estudo, analisamos a questão dos diversos tipos psicológicos e podemos então apreciar o caráter distinto e complementar de suas respectivas obras. Entendemos também como que, por vias aparentemente distintas, eles iniciam a mesma *volta às origens*.

Os fatores de tensões

A eutonia, assim como a maioria das terapias corporais ocidentais, começa identificando as zonas corporais onde moram as tensões. Com o auxílio de técnicas pertencentes à disciplina, o eutonista ajuda o indivíduo a se liberar dessas tensões, a encontrar bem-estar no seu corpo e, ao invés de vê-lo como obstáculo, transformá-lo em meio de expressão e comunicação.

Jung nomeou de *complexos* essas zonas de tensões psíquicas inconscientes reveladas pelo teste das associações. Os complexos variam de natureza e conteúdo de um indivíduo para outro e são fontes de perturbações psíquicas que afetam a atividade do eu consciente. A partir da descoberta dos complexos, Jung iniciou uma exploração da vida psíquica e adaptou seu trabalho terapêutico a cada indivíduo.

Olhando para a totalidade do ser, um elemento não desprezível relaciona as zonas de tensões corporais às zonas de tensões psíquicas: a emoção! “Complexos emocionais”, diz Jung, “zonas de fixação corporal que prendem a emoção”, diria Gerda Alexander. A emoção, base de todo percurso psicossomático, se apresenta aqui como fronteira entre a trajetória da eutonia e da psicanálise. Resultante de experiência afetiva traumática, ela contribui de fato à formação de zonas rígidas e autônomas desconectadas do eu consciente, que são os complexos psíquicos e as zonas de bloqueios corporais. Mas a formação dessas zonas de bloqueio não são explicadas apenas pela emoção.

Chegamos à conclusão, em eutonia, de que muitas tensões musculares crônicas reveladas pelas posições de controle vinham de atitudes corporais inadequadas, na maioria das vezes adquiridas muito cedo no meio ambiente familiar ou social (postura, jeito de andar, de respirar etc.). Nesse caso, a imitação ou a submissão leva a uma alienação, isto é, à incapacidade de estar em harmonia com as possibilidades e exigências do próprio corpo. Por sua vez, Jung revelou as atitudes às vezes tipicamente contraditórias das pessoas perante a mesma realidade (introversão, extroversão) e suas diferentes maneiras de apreender a realidade (sensação, intuição, sentimento, pensamento). Sob influência da família e da sociedade que o cerca, o indivíduo pode tender a adotar uma reação que não seja adequada a sua tipologia, e ele será levado inevitavelmente a funcionar de uma forma inadaptada, e, por falta de ajuste, isso constituirá um terreno ideal para a formação de complexos autônomos e rebeldes.

As características dominantes do eutonista e do analista

Após sua ruptura com Freud (1914), Jung iniciou um longo “confronto com o inconsciente”, que resultou na publicação de *Os tipos psicológicos*.^[1] Em sua autobiografia, Jung explica que ele havia iniciado esse estudo em grande parte para entender as causas de sua diferença com Freud. Segundo ele, a obra de Freud tinha claramente como dominante a “sensação extrovertida”, em contraste com a “intuição introspectiva” que caracterizava seu próprio relacionamento com o mundo e sua narrativa.

Resumindo, podemos definir a teoria dos tipos psicológicos assim: em todo ser humano existe uma atitude que predomina quando ele interage com o mundo. Se o maior interesse do indivíduo é para com o mundo, temos uma atitude extrovertida, e se, ao contrário, o interesse maior for para com a realidade interior, temos então uma atitude introvertida. Para determinar um tipo psicológico, destacaremos inicialmente sua atitude dominante, depois aquela entre as quatro funções psíquicas que parece mais desenvolvida: da sensação (que percebe a realidade), do sentimento (que avalia a realidade), da intuição (que intui as potencialidades da realidade e que detecta de onde vem e para onde vai) ou do pensamento (que define a realidade). Dentre essas funções, duas são consideradas racionais: para exercê-las, a pessoa pode se basear nos valores (sentimentos) ou nos conceitos (pensamento). As duas outras funções pertencem ao mundo irracional, pois, apesar de aceitarmos as percepções que essas funções psíquicas oferecem, não podemos controlá-las. Além disso, as funções psíquicas assim como as atitudes interagem em uma relação dinâmica de oposição ou de complementaridade. Por exemplo, um tipo pensamento introvertido pode combinar perfeitamente com um tipo sentimento extrovertido, mas a oposição desses tipos vai favorecer muitos desentendimentos e conflitos.

Durante a entrevista *Frente a frente* realizada em 1959, John Freeman perguntou a Jung se ele havia chegado a uma conclusão sobre seu próprio tipo psicológico.

Então! Vejam só, o tipo não é estático. Muda no decorrer da vida, mas eu certamente era caracterizado pelo pensamento. Sempre refleti, desde minha tenra infância, e também tenho muita intuição. Tinha certa dificuldade com o sentimento e minha relação com a realidade não era muito boa. Muitas vezes estava em desacordo com a realidade dos objetos. Vocês agora possuem todos os dados necessários para fazer um diagnóstico!^[2]

Dizer que Jung era um tipo predominantemente pensamento-intuição, ou melhor, que a *Weltanschauung* e sua abordagem analítica eram marcadas por essa tipologia dominante, é clamar uma evidência. Não é de se surpreender também que a maioria dos analistas junguianos pertence a esse mesmo tipo psicológico. O estudo de Bradway-Detleff^[3] demonstrou de fato que 54% dos analistas junguianos pertenciam ao tipo intuição, percentual que chegava a 89% quando se incluía os que tinham a intuição como segundo fator mais importante. A função psicológica mais negligenciada no meio junguiano seria, portanto, a sensação, função ligada ao princípio de realidade ao qual Jung tinha muita dificuldade em se adaptar. Mas, no processo de individuação das pessoas intuitivas, é justamente a função sensação, “terceiro filho da família real”, que consegue encontrar “a fonte da vida ou o grande

tesouro”.^[4] Como função inferior, a sensação pode promover uma revitalização, se permitimos que ela se desenvolva segundo suas próprias premissas.

É a função inferior que é interessante. A função diferenciada, não há mais nada a fazer com ela. Ela é fácil para a “comunicação”, para servir de “ponte”, mas não é interessante. Não podemos fazer nada com o perfeito. Enquanto, do imperfeito, tudo está por vir.^[5]

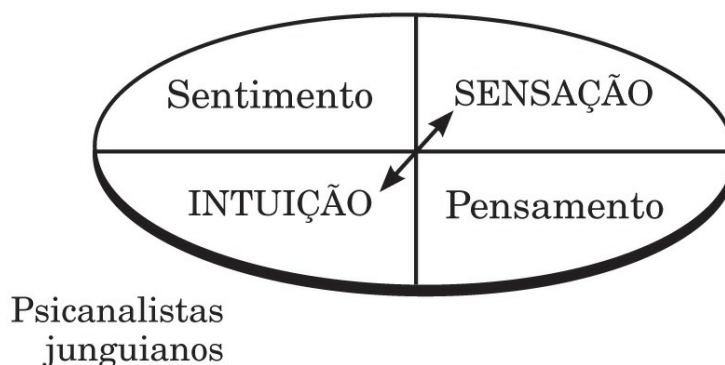
Enunciados paradoxais como estes são relativamente fáceis de ser compreendidos de um ponto de vista intelectual, mas isso não diminui em nada a resistência que encontramos quando devemos colocá-los em prática. No artigo citado acima, Von Franz fala da tendência do intuitivo, nessas circunstâncias, de menosprezar o que vem da função inferior e utilizá-lo em prol da função superior. Em uma situação na qual a sua função sensação é demandada – por exemplo, em uma sessão de eutonia onde o intuitivo deve modelar na argila o corpo humano –, ele se dá rapidamente conta de que algo de importante está acontecendo. Mas tão logo se deixa tocar por essa experiência de sensibilidade, como uma águia, ele se afasta imediatamente para imaginar todas as utilidades que teria na área da educação ou, aliás, na área de uma prática analítica. “No entanto, a possibilidade de modelar uma nova figura não será cogitada. Pois a função principal já voltou a dominar”.^[6]

Tabela das atitudes psíquicas



Fica claro que as pessoas do tipo sensação introvertida são aquelas que se sentirão mais à vontade com uma prática que se assemelha com a eutonia.^[7] Enquanto as pessoas do tipo intuição extrovertida criarão mais resistência a esse tipo de prática. Sob o olhar da tipologia, a maioria dos eutonistas e dos psicanalistas junguianos se opõe, devido a suas funções dominantes respectivas (sensação *versus* intuição), mas agem no mesmo terreno quanto à atitude (introversão).

Tabela das funções psíquicas



A postura do eutonista e do analista

A postura privilegiada pelo eutonista pode ser comparada inicialmente à postura que prevalece em uma sessão de análise junguiana. Trata-se de estar presente, por um lado, em toda a vivência corporal e, por outro, em toda a vivência psíquica. Tanto no terapeuta quanto no paciente ou no estudante, essa presença desenvolve a habilidade de ser seu próprio observador. Implica também a neutralidade da observação e uma abertura de espírito despida de pressupostos de escolas ou de anseios por resultados definidos. Tal neutralidade e abertura de espírito não são tarefa fácil. Os praticantes de eutonia e de psicologia analítica podem ser seduzidos pela ideia de se apropriarem das descobertas experimentadas pelos seus precursores, mas me parece que Alexander e Jung não favoreceram uma leitura dogmática de suas vivências nem pretendiam enquadrar as inúmeras particularidades dessas vivências em moldes conceituais rígidos. Gerda Alexander considera o conjunto de suas descobertas como tantas pistas, entre outras, permitindo a exploração consciente do corpo. Após cinquenta anos de trabalho, o corpo permanecia para ela um grande desconhecido que dia após dia continua nos deslumbrando.

Essa forma de estar plenamente presente no corpo e de preservar a capacidade de se maravilhar com ele, fugindo da ideia de torná-lo objeto, caracteriza para mim a abordagem eutônica. E é isso que restringe sua popularidade. Nenhuma teoria sensacional e fascinante reveste a eutonia para torná-la tão desejada ao ponto de provocar uma paixão coletiva. Em vez de se apresentar como um herói que detém a solução milagrosa e instantânea para os males que afligem o corpo humano, a eutonia caminha discreta e propõe com humildade aos que esgotaram os artifícios da cura e da mudança, um caminho difícil que certamente eles gostariam de poder pular. Difícil porque exige uma procura e uma atenção constantes, porque implica uma ética, porque conduz inevitavelmente a uma responsabilidade individual.

Os eixos terapêuticos: o ser que evolui, a observação paciente e respeitosa

Além do objetivo simplesmente terapêutico, a eutonia propõe uma perspectiva pedagógica para o desenvolvimento do ser humano em sua totalidade fértil e rica em potencialidades.

Em vez de olhar o indivíduo sob o ângulo dos problemas urgentes a serem resolvidos custe o que custar ou então vê-lo sob o ângulo de uma teoria simplista que

explica o conjunto desses problemas, o eutonista tem como regra considerar cada indivíduo como uma entidade singular dona de um destino que ele desconhece. Essa atitude preliminar o induz a abster-se de qualquer tipo de sugestão perante seus alunos. Ele não propõe frases a serem interpretadas. Ele pede uma observação minuciosa do corpo na sua totalidade. Ele não diz “sinta o calor de seu pé”, ele sugere ficar atento à temperatura deste pé, sem induzir a coisa alguma. Essa atitude pedagógica condiz com a atitude que Jung recomenda na terapia psíquica:

[...] como tudo que é vivo só se apresenta sob formas individuais, e como eu só posso pensar a individualidade do outro através do que descobri em minha própria individualidade, corro o risco de violentar a pessoa na minha frente ou de ser sugestionado por ela. O analista deve, imprescindivelmente, na medida em que ele realmente deseja tratar psiquicamente um ser individual, negar toda a pretensão de um saber preestabelecido e infalível, abandonar a postura de autoridade, a vontade de influenciar, vontade forte e clara ou pior, inconsciente e insidiosa. [8]

A mesma atitude se impõe na terapia sexual: em vez de nos esforçarmos para liberar a sexualidade do aluno, procuramos fazer isso de forma progressiva, a partir da percepção consciente do corpo e do desenvolvimento do contato consciente com o outro.

Uma profunda consciência corporal e a habilidade de estabelecer contato permitem uma união mais plena com o outro. Essa experiência, sem dúvida a mais importante que o ser humano é capaz de assumir, dá à relação sexual uma nova dimensão e promove aos que a vivenciam uma profunda libertação. [9]

No decorrer de sua formação, o eutonista passa inevitavelmente por momentos de crises semelhantes às que são provocadas voluntariamente em sessões de bioenergética ou de terapia primal. Essas crises, no entanto, aparecem de forma espontânea, sem que seja necessário atacar o sistema de defesa do estudante. Aqui, assim como na área da psicologia das profundidades, pensamos que os mecanismos de defesa têm uma razão de existir e que param naturalmente de agir quando o eu do indivíduo se torna suficientemente forte para enfrentar os conteúdos inconscientes de sua vida.

Onde existem fortes resistências, é preciso então observar cuidadosamente a relação consciente com o seu paciente e, se necessário, fortalecer seu ponto de vista consciente... Isso deve ser feito porque não podemos saber com antecedência se o consciente frágil do paciente é capaz de superar a invasão do inconsciente. E mais, é preciso continuar fortalecendo o ponto de vista consciente... até que espontaneamente o paciente possa deixar brotar o que estava reprimido. [10]

Pressentindo vagamente os riscos que representava enfrentar o inconsciente, o ser humano desenvolveu, em paralelo ao sistema de proibições estabelecido pela sociedade, todo um mecanismo de defesas psíquicas que, no âmbito da relação

terapêutica, se apresentam como resistências.

Neste ponto, surge o problema mais delicado com o qual o terapeuta tem que lidar qualquer que seja sua abordagem: que atitude tomar perante um cliente que, apesar de reconhecer que necessita de ajuda, apresenta uma série de resistências perante a ajuda (da mudez à racionalização, passando pela projeção), impedindo o acesso à verdade subjetiva?

A resposta a essa pergunta poderia ser a seguinte: utilizando um caminho diferente do utilizado pelas terapias verbais, ou seja, as terapias corporais, desvendando as resistências através de um trabalho na armadura muscular! De fato, certas terapias corporais tomaram este rumo, com certo sucesso, em um grande número de pessoas cujo sistema de defesa continuava intacto após vários anos de terapia verbal! Todavia, não é apenas desmontando o seu sistema de defesas que a pessoa, ao entrar em contato com as emoções primitivas traumatizantes, consegue descobrir o sentindo profundo destas para transformar-se definitivamente!

Durante sessões intensivas dirigidas por terapeutas adeptos desse tipo de abordagem, a catarse^[11] vivenciada pelos participantes geralmente apresenta um resultado temporário. Novamente sozinhos, sem as orientações do mestre terapeuta e desprovidos de sua presença ativa e protetora, esses ex-participantes vão constatar com muita tristeza que os momentos intensos vividos durante as sessões não modificaram em nada a condição do vazio existencial, origem de suas angústias e de sua busca eterna. Eles se inscreverão em outras sessões, na esperança de encontrar outros mestres-terapeutas mais experientes, mais seguros de si e de suas propostas de exorcizar os traumas contidos.^[12]

A própria Gerda Alexander enfrentou os efeitos limitados dessas abordagens baseadas na autoridade e em ideias preconcebidas sobre o paciente. Foi assim que ela descartou qualquer forma de sugestão na disciplina que desenvolveu no decorrer dos seus cinquenta anos de prática. Quando se abandona esses artifícios, autoridade e sugestão, torna-se obrigatório ter uma atitude de escuta e respeito perante as resistências. Aceitamos as resistências como sendo o único meio que o indivíduo encontrou para proteger sua integridade. Apostamos então na nova segurança que ele pode adquirir quando for estabelecendo gradualmente uma relação mais palpável e verdadeira consigo e com o meio. Nessa ótica do respeito da dinâmica pessoal, acreditamos que a integração desta nova forma de segurança faz com que a manutenção dos mecanismos de defesa tornem-se desnecessários e acabam desaparecendo sozinhos.

Jung afirma que a doença do homem contemporâneo vem do seu desajuste com a alma.^[13] O que isso significa? Na sua ousadia de introduzir a noção de alma na psicologia, Jung corria o risco de ser considerado um místico pelos seus colegas racionais. Mas somente essa concepção permitia definir de uma forma clara a natureza dessa experiência que foge do entendimento racional.

Para entender corretamente o alcance do conceito de alma, basta lembrar os momentos de crise que atravessamos durante nossa vida. Nesses momentos, somos tomados por acontecimentos que destorcem completamente nossas intenções conscientes e nos levam a fazer ou falar coisas que podem mudar totalmente o rumo de nossa existência. Tomamos como exemplo o que acontece quando uma pessoa está

sob o efeito da raiva, de uma paixão amorosa ou de qualquer outro processo passional. Aquilo que com muito afínco ela levou anos para construir no plano pessoal ou profissional pode ruir em um piscar de olhos. E assim, aquele que foi vítima de tal tormento pode perder a credibilidade perante as pessoas que o rodeiam, podem lhe retirar as responsabilidades que ele havia conquistado, ou então ele vai descobrir com muita tristeza que os amigos, seu companheiro e seus filhos se afastarão dele eventualmente para sempre. O que aconteceu?

Antigamente dizia-se de tal indivíduo que ele estava possuído por forças estranhas, chamadas de deuses ou demônios, que manipulavam o destino com poder implacável. Hoje, na linguagem da medicina, diríamos que ele foi vítima de um ataque neurótico ou psicótico. No entanto, como apontou Jung, essa linguagem mais técnica não diminui o lado misterioso dessas forças incontrolláveis. Ter a ousadia de dizer que essas forças têm origem no mundo da alma favorece o reconhecimento da real magnitude do evento que temos que enfrentar quando o presenciamos.

Diante da criança que explode de raiva, que chora e grita, diante das manias, das obsessões ou dos delírios de um adulto, diante de uma pessoa tão depressiva que não consegue levantar um dedinho para se cuidar, diante das aberrações sexuais e das loucuras pelo poder, sabemos que estamos diante de manifestações de sintomas de uma alma ferida, renegada ou menosprezada. Concomitantemente, perdemos a ilusão de achar que a doença pode ser tratada com muita competência com ajuda de técnicas estudadas. Sabemos igualmente que, se conseguimos aliviar momentaneamente os sintomas graças a medicamentos químicos ou via condicionamento psicológico, as raízes profundas da doença permanecem intactas. Essas intervenções levam inevitavelmente ao surgimento de outras patologias.

Nas mãos de um mundo que lhe parece insensível, sem coração e sem alma, manipulador, calculador e dominador, desligado de suas raízes profundas tanto instintivas como espirituais, desgarrado da Mãe e do Pai, o indivíduo só tem uma solução: regredir e retornar ao corpo.

O retorno ao corpo

Retornar ao corpo é retornar à escuridão iluminada, às trevas de antes do nascer, retornar ao núcleo, à origem do arquétipo, ao indistinguível.

Retornar ao corpo é retornar à matriz, à fonte do corpo, ao útero materno, ao úmido, às vísceras, aos batimentos do coração, ao sangue que jorra nas veias, às pulsações, aos pulsos e impulsos, à espontaneidade do instinto que, mesmo à custa de violência, tenta trilhar um caminho para a vida...

Retornar ao corpo é retornar ao animal, ao bicho, às garras e dentes, ao pelo, à cavidade e às entranhas...

Retornar ao corpo é retornar ao grito, aos choros, aos balbucios, ao estado de total dependência com o *outro* que fornece o alimento, o calor e a proteção, o outro como um útero na sua totalidade.

E depois, o retorno ao corpo é retornar às dores do nascimento por uma passagem estreita, retornar à dor do desgarrar da mãe, para que a vida possa vencer a morte, para que o encravado possa brotar.

Retornar ao corpo é aceitar uma dilaceração em prol de uma metamorfose, o

milagre de um segundo nascimento que permitirá uma relação fecunda e consciente com o mundo do pai.

Na maioria das vezes, os que escolheram a eutonia aceitaram esse retorno.

O trabalho proposto pela eutonia é de uma individuação através da consciência do corpo. Isso implica enfrentar os conteúdos inconscientes de modo a incorporá-los. Todavia, as etapas que atravessamos em eutonia são coincidentemente as mesmas que pontuam o procedimento analítico. Refiro-me aqui ao processo de se deparar com a *persona*, com a *sombra*, com *anima/animus* e com o Eu,^[14] cuja tomada de consciência se dá, geralmente, progressivamente. Tudo acontece como se tudo que se apresenta sob a forma de imagens e de pensamentos para os que se baseiam em uma vivência imaginária^[15] se manifestasse sob a forma de sensações para os indivíduos focados na vivência corporal.

Semelhanças de abordagem entre a eutonia de Gerda Alexander e a psicologia analítica de Jung

Conteúdo das duas abordagens

O ser humano na sua totalidade e singularidade.

Tarefa do eutonista e do analista junguiano

Ajudar o indivíduo a trazer para o aqui e agora a escuta atenta de si e sua plena expressão.

Ajudar o indivíduo a enfrentar os conteúdos inconscientes da sua vivência corporal e psíquica objetivando integrá-los.

Atitudes do eutonista e do psicanalista junguiano na presença do indivíduo

Abertura de espírito livre de qualquer pressuposto teórico.

Neutralidade de observação do eutonista.

Atenção flutuante e neutralidade de intervenção do analista.

Abstenção de qualquer forma de sugestão.

Receptividade do eutonista perante qualquer reação atípica do indivíduo e respeito de seu espaço corporal.

Necessidade para o analista de conter suas emoções, para não invadir o espaço psíquico do indivíduo.

Ausência de pretensão de saber melhor que o indivíduo o que é bom ou verdadeiro para ele.

Respeito pelas resistências que são aceitas como medidas transitórias de proteção.

Respeito pelo ritmo de trabalho de cada um.

Disponibilidade perante a parte desconhecida da realidade corporal e psíquica do indivíduo.

Especificidades da eutonia e da psicologia analítica

Processo

Eutonia

- Trabalho próprio baseado na vivência somática
- Consciência de si e aprimoramento através do movimento e da sensação

Psicologia analítica

- Trabalho próprio baseado na vivência psíquica
- Consciência de si e aprimoramento via introspecção analítica

Noções de base

Eutonia

Tônus, contato consciente, tato consciente e reflexo postural (transporte)

Psicologia analítica

Complexos, tipos psicológicos, arquétipos, inconsciente coletivo, função transcendente/simbólica, imaginação ativa

Função psíquica predominante

Eutonia

Sensação introvertida (v.g.: espaço interno do corpo)

Psicologia analítica

Intuição introvertida (v.g.: espaço interno da vida psíquica)

Exploração do inconsciente

Eutonia

Estados sensoriais voltando até a vida pré-natal

Psicologia analítica

Estados emocionais que acompanham as experiências arquetípicas

Campos específicos de investigação

Eutonia

Zonas de tensão e bloqueios musculares

- Movimento, respiração, mobilidade das articulações
- Pele, tecidos conjuntivos, circulação sanguínea, postura
- Espreguiçar, bocejos
- Situações que demandam flexibilidade tônica

Psicologia analítica

Zonas de tensão e bloqueios psíquicos (os complexos)

- Sonhos, fantasmas, acontecimentos significativos
- Contos, mitos, lendas
- História comparada das religiões
- Conhecimentos de antropologia

Campos específicos de investigação

Eutonia

Zonas de tensão e bloqueios musculares

- Movimento, respiração, mobilidade das articulações
- Pele, tecidos conjuntivos, circulação sanguínea, postura
- Espreguiçar, bocejos
- Situações que demandam flexibilidade tônica

Psicologia analítica

Zonas de tensão e bloqueios psíquicos (os complexos)

- Sonhos, fantasmas, acontecimentos significativos
- Contos, mitos, lendas
- História comparada das religiões
- Conhecimentos de antropologia

Campos específicos de aplicação

Eutonia

- Educação somática, gestos quotidianos
- Psicoterapia corporal
- Âmbito da saúde
- Dança, expressão corporal
- Música, canto, teatro

Psicologia analítica

- Educação humanística
- Psicoterapia analítica
- Arte-terapia (desenho, brincadeiras com areia, modelagem, dança...)
- Vida cultural (teatro, literatura...)

Objetivos da atuação terapêutica

Eutonia

- Equilíbrio tônico
- Enraizamento

Psicologia analítica

- Estabelecimento de um diálogo entre o eu e o inconsciente
- Integração psíquica

O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO EM EUTONIA E NA ANÁLISE

Rejeitamos o corpo assim como rejeitamos a parte sombria de Deus. O trabalho atual é de reintegrar os dois.

C. G. Jung

A EXPERIÊNCIA CORPORAL DA *PERSONA* E DA SOMBRA: MICHÈLE

Antes de iniciar um processo de análise comigo, Michèle, ^[1] solteira de trinta anos, tinha, durante sete anos, mais ou menos regularmente seguido uma análise freudiana.

Era filha legítima de uma mulher que também era filha legítima. Nem ela nem a mãe haviam conhecido o pai. Quando Michèle nasceu, sua avó teria dito à mãe, que tinha então 22 anos, que ela não tinha condições de criar a criança e que, portanto, seria melhor que lhe confiasse a guarda da criança e continuasse a trabalhar. A mãe de Michèle aceitou a proposta. Essa mulher mais madura assumiu então o papel de avó e mãe. Michèle foi criada pela avó, junto com várias outras crianças, uma sendo sua própria mãe, que logo se tornou uma irmã mais velha e distante, em vez de ser uma mãe cuidadosa e provedora. Um dia, sua avó teria lhe reportado seu nascimento mais ou menos assim: “Tua mãe te carregou no seu ventre apenas sete meses e meio. Ela pariu de pé, e você caiu de cabeça no chão. Se eu não tivesse te acudido acho que ela teria te deixado morrer, pois ela não te desejava”. A imagem que Michèle teve de seu pai legítimo não foi muito melhor. Quando ele soube que a namorada estava grávida, disse: “Não tenho nada a ver com isso, entregue a criança para a assistência social”.

No entanto, Michèle conta que teve uma infância relativamente feliz, onde, em um bairro, apesar de pobre, ela lembra ter sido aceita por toda a vizinhança e podido brincar alegremente com todos os coleguinhas. A situação mudou quando a mãe se casou com um homem que morava em outra cidade. Ela tinha então sete anos. Para ela, a ruptura com sua família adotiva e seu bairro pareceu um verdadeiro sequestro. Em seguida, tornou-se uma criança complicada, agressiva, rebelde, e sempre imaginou fugir desta nova família logo que fosse maior de idade. E foi o que fez.

Durante seus sete anos de análise, teve a oportunidade de participar de uma sessão de eutonia dirigida por Gerda Alexander. Foi a partir desse momento que acalentou a esperança de se libertar, convencida de que a análise freudiana não era suficiente para poder provocar nela a transformação tão desejada. Ela gostaria de ter compartilhado com seu analista o que ela vivenciava às vezes no nível corporal. Ele não via interesse nisto.

Sensações inusitadas

Uma noite, quando voltava para casa após uma sessão de análise, sentiu-se de repente invadida pela presença no seu interior de um *bebê urrando*. Outra vez, ainda quando voltava de uma sessão de análise, teve a sensação de ser apenas um esôfago e uma vagina.

Michèle viveu, quando nasceu, a experiência de ser rejeitada. Rejeitada inicialmente pelo útero da mãe: nascimento prematuro de uma criança indesejada. Em seguida, rejeitada pelo seio da mãe: carência de um alimento tanto biológico como

afetivo, indispensável ao seu bem-estar e ao seu desenvolvimento. Ora, se o Eu de Michèle, formando ainda um só com sua mãe durante os primeiros meses de vida, não tinha consciência do que estava acontecendo, seu corpo, ele sim, havia padecido dessa rejeição. E o que pode fazer uma criança que se sente negada na sua existência corporal, mas que quer a qualquer custo viver, a não ser negar este corpo indesejado? É esse corpo que foi rejeitado primeiramente pela mãe e depois pela criança que pede, através destas manifestações, ser reintegrado, readmitido na vida consciente de Michèle.

A vagina – local de passagem do bebê para a vida extrauterina onde não houve acolhimento – e o esôfago – local de passagem deste alimento extrauterino que lhe faltou – constituem precisamente as zonas problemáticas do corpo, onde se efetuou inconscientemente um bloqueio, uma cisão e uma dessensibilização para que o organismo na sua totalidade não sofresse mais por ter sido tão mal acolhido e tão mal nutrido.

Quando ela iniciou sua formação em eutonia, cinco meses antes de nossas sessões de análise, Michèle teve a certeza de que não era tanto a procura de um pai que constituía o elemento principal de sua problemática, mas a necessidade de se reconciliar com a mãe, o que até então parecia um elemento negligenciável.

Se, no âmbito dos arquétipos, entendemos o pai como sendo o que encarna o espírito, a consciência, o poder, a dominação, a vontade, a autoridade, o controle, o verbo transcendente, o princípio ativo (*yang*) e, em contrapartida, a mãe encarna a matéria, o inconsciente, o mundo tenebroso dos instintos, a submissão, a receptividade, a espontaneidade, o Eros, o princípio passivo (*yin*), Michèle de fato até então estava à procura de um pai, para escapar da melhor forma possível do mundo destruidor da mãe, e de tudo o que ele podia representar. Sentindo-se rejeitada pela mãe, só lhe sobrava a esperança de poder ser reconhecida, valorizada pelo pai, justificando sua existência. Mas desligar-se do mundo da mãe é desligar-se de seus instintos, de seu corpo e seus impulsos espontâneos, de sua capacidade de criar e de estabelecer contato com o mundo de forma feminina. É a este custo que ela entra no mundo do pai, conforme as normas dele, e se torna este ser responsável, voluntarioso, inteligente e *hiperconsciente*. Essas palavras são recorrentes no seu vocabulário quando ela relembra os valores que guiavam sua vida no passado. Agora ela descobre a fragilidade de seu “eu” atual, que permanece desgarrado das raízes de sua própria natureza. A esperança que ela depositava na eutonia na época que fazia análise freudiana, passou então a fazer sentido: antes de penetrar no reino paterno ela precisa penetrar totalmente no corpo de sua mãe para lá morrer^[2]... em sua antiga personalidade ancorada artificialmente no mundo do espírito.

Um corpo de criança sem cabeça escondido em um corpo de adulto ou o encolhimento da imagem corporal

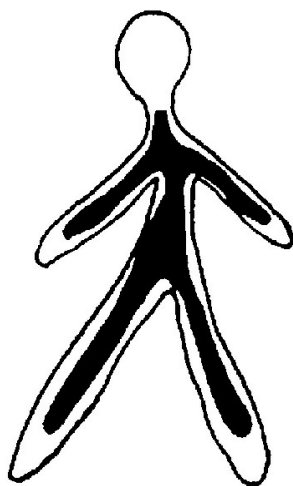
Trabalhando sozinha, estava fazendo um inventário de eutonia. Minha atenção estava voltada para os pontos de apoio do corpo sobre o chão [...], a entrega do peso do corpo sobre o chão. Depois de alguns minutos, tive uma sensação estranha que chamei de encolhimento da imagem corporal.

Sentia a região obscura pesada e de cor sombria. O contorno é leve e claro. Não

tenho lembranças exatas da cabeça. Era uma sensação estranha, mas que não era desagradável. Parece-me que o contorno claro era mais vivo, o sangue circulava melhor, mais quente, enquanto a região mais escura parecia mais inconsciente.

Parece-me que o nome que dei a essa vivência – encolhimento da imagem corporal – traduz uma vivência psíquica um pouco diferente da vivência corporal. De fato, podemos dizer que através desse inventário, as primeiras camadas de tensão iam se soltando e liberando a circulação, provocando uma sensação de calor e de leveza. Enquanto a região escura, menos consciente, era certamente uma região que encobria tensões físicas e psíquicas mais profundas.^[3]

No entanto, para mim, o encolhimento do corpo era como se o corpo adulto retomasse as medidas de um corpo de criança. Dei mais importância à zona escura, escondida, secreta do que ao contorno. Seria tentada a dizer: zona escura = o eu; zona clara e visível = o superego. Como se um corpo oculto quisesse sair do corpo visível.



O que logo chamou minha atenção, quando Michèle elucidou sua experiência com um desenho, foi o fato de que o pequeno corpo escondido não tinha cabeça. Como explicar isso? Lembrei o que ela havia me contado sobre sua participação em uma série de sessões de *treinamento autógeno* em presença de um psiquiatra. Ele a obrigou a interromper esse treinamento quando, durante uma sessão, ela sentiu sua cabeça se desmembrando do corpo. O psiquiatra sem dúvida interpretou o desmembramento como um perigo de dissociação psíquica. Sob a ótica dessa nova experiência, a do encolhimento, estaria inclinado a pensar que esse perigo não existia realmente, pois a cabeça já se encontrava desconectada do resto do corpo.

Ao se concentrar em seu corpo, Michèle tomava consciência de um estado já existente: a ausência de comunicação entre a cabeça friamente consciente, onde ela havia se refugiado para se proteger de um mundo hostil, e o resto de seu corpo mantido inconsciente, que começava a acordar quando lhe dava atenção. Quem sabe, naquela época, ela não estava tão preparada para assumir essa desconexão e iniciar um trabalho de integração. De qualquer modo, hoje, é se entregando ao chão que ela se sente capaz de enfrentar, revivida de uma forma serena, a experiência do corpo estranho sem cabeça.

Duas hipóteses podem a meu ver esclarecer essa experiência na sua dimensão

simbólica.

Descoberta de um eu embrionário escondido

O contorno poderia corresponder à *persona*^[4] de Michèle, isto é, à personalidade exterior que ela teve que construir para se adaptar às exigências de seu ambiente familiar e social. Para não ser tomada pelo seu meio, que ela descreveu como sendo muito pobre e tarado, ela teve que contar somente com sua inteligência, uma lucidez que não podia se embarçar dos sentimentos. *Persona* com a qual ela se identificava, pois ser ativa perante o mundo era o único meio de se proteger dele e encontrar um lugar ao sol. Esse contorno – a *persona* –, que agora parece leve, claro, quente e livre de tensões, poderia mostrar que ela perdeu a rigidez e adquiriu flexibilidade e transparência para encarar a verdadeira personalidade do sujeito, ainda camuflada na escuridão.

A zona escura poderia representar de fato essa sombra, positiva, nesse caso (visto a atração que exerce sobre o sujeito), mas ainda incompatível ou em contradição com o tipo de vida conscientemente escolhido (daí a sensação de tensões profundas associada a essa zona). O fato de Michèle associar espontaneamente essa zona escura a seu eu, em oposição ao contorno considerado seu superego, confirmaria minha hipótese de que ela se encontra numa situação de confronto psíquico com sua verdadeira personalidade, que não foi desenvolvida, engessada desde sua infância. A segunda hipótese segue naturalmente.

Desencadeamento do segundo nascimento

A distinção percebida entre o contorno corporal claro e o corpo interno escuro poderia representar o início da diferenciação psíquica entre a mãe-útero e a criança-embrião. A mãe-útero não é mais percebida como fria, pesada, rejeitável, mas, pelo contrário, quente, leve, acolhedora. Somente a criança-embrião permanece problemática. Sem dúvida, ela terá que chegar a termo antes de nascer. E chegar a termo implica o desenvolvimento de uma cabeça não desmembrada, mas harmoniosamente conectada ao resto do corpo. Essa nova criança é uma desconhecida. Podemos imaginar que sua saída pela porta estreita da vagina da nova mãe/simbólica será dolorosa. Que tipo de alimento ela receberá após seu nascimento? Como ela se adaptará a este novo mundo? São tantas perguntas que pesam muito e que explicam a ansiedade representada pelas tensões percebidas no corpo.

Considerando essas duas hipóteses, em vez de se excluírem, elas se completam e se esclarecem mutuamente.

Perder a cabeça para reencontrar o corpo em sua totalidade

Na condição de criança, Michèle não se sente aceita, reconhecida, amada pelo que ela é: rejeitada por uma mãe irresponsável, sequestrada de seu paraíso de infância por um estranho,^[5] mantida em um mundo que, longe de favorecer seu desenvolvimento, pode engoli-la. Portanto, sua empreitada é enorme para poder escapar desse mundo empobrecedor, para conquistar um lugar em outro universo social suscetível de valorizá-la. É com sua cabeça, sua consciência, seu poder, seu espírito de iniciativa e seu senso de responsabilidade que ela conseguirá. Esse mundo passado no qual ela

tanto sofreu foi banido de sua consciência. Ela agora é somente cabeça e consciência – em resumo, perfeitamente ajustada à sua *persona*, ao seu novo papel social. Ela não tinha escolha: precisava sobreviver. Quando estamos em uma casa pegando fogo, não olhamos para o que vamos perder, salvamos o que podemos: nossa vida! Na casa em chamas, ela deixou seu coração e sua espontaneidade de criança, a necessidade de brincar sem preocupação e de fazer mil travessuras sabendo que só seria repreendida amorosamente. É isso que ela quer reencontrar hoje, finalmente obrigada a admitir que seu novo mundo, por mais que a valorize e por mais adulto que seja, é tão inviável quanto o outro. Mas sua mente, que decorou muito bem a lição de saber e poder viver, sua mente não se deixa facilmente convencer. Vai ser quase necessário perder a cabeça para poder reencontrar esse mundo da infância. Perder a cabeça, nem que seja só por um instante, é mergulhar no inconsciente, no mundo da mãe tenebrosa e angustiante, correndo o risco ser devorada por ela. Michèle tem que se arriscar, pois é somente assim que ela poderá experimentar seu verdadeiro eu, que não se limita a seu passado ou a essa figura social à qual ela se identificou.

... Trabalhava sozinha, dizia ela, e fazia um inventário. Este inventário se atinha aos pontos de contato com o chão... a entrega do peso do corpo sobre o chão... Entregando-se corporalmente, ela permite que seu mental (no caso, a *persona*), ao qual ela amarrou sua existência, relaxe, se solte. Graças a esse relaxamento, Michèle se torna psiquicamente disponível à presença dentro dela de uma escuridão que tem a forma de uma criança. Tendo momentaneamente parado de se identificar com seu modo externo de ser, ela levou sua atenção para o mundo interno do seu corpo e se viu tal como uma mãe carregando um filho.

Michèle está fascinada pela experiência de gerar um filho. Na linguagem junguiana, diríamos que esse fascínio vem da dimensão arquetípica da experiência do “*puer aeternus*”.^[6]

...é durante a terapia das neuroses que o tema da criança se manifesta de modo mais claro e explícito, ao longo do processo de maturação da personalidade provocado pela análise do inconsciente e que chamei de processo de individuação. Trata-se de atividades pré-conscientes que, durante esse processo, passam diretamente para a consciência sob a forma de figuras imaginárias mais ou menos distintas, ou que se tornam conscientes sob a forma de sonhos, ou finalmente que são levadas à consciência pelo método da imaginação ativa. Toda essa matéria comporta abundantemente elementos dos temas tipo arquétipo, e dentro deles, o tema da criança é frequente. Muitas vezes a criança toma o aspecto que se assemelha ao modelo católico [...] Nos sonhos, ela costuma aparecer como sendo o filho ou a filha, como menino, moço, moça...^[7]

O nascimento milagroso

Após alguns dias, Michèle tem um sonho, o primeiro do qual ela consegue lembrar todos os detalhes desde que iniciou nossos encontros analíticos.

Estou em um bairro da cidade onde vivi a partir da idade de sete anos. Estou grávida... prestes a dar à luz.

Imagem seguinte: ando em uma das ruas desse mesmo bairro; tenho treze ou

quatorze anos. Passo em frente a uma casa vizinha à nossa: lá mora uma velha solteira que acabou de dar à luz. Pergunto às pessoas que estão no local: “é menina ou menino?” Respondem-me que a criança não tem sexo. Essa resposta me deixa ansiosa. Aproximo-me do berço, me preparo para ver um monstro e descubro, surpresa, um recém-nascido de três a quatro dias: é um menino. Ele já sabe sentar e usa óculos.

Parece-me que eu disse a mim mesma no sonho: não é possível, ela pariu o próprio pai.

Na primeira parte do sonho, é a sonhadora que está grávida, prestes a dar à luz. Podemos nos perguntar quem seria o pai da criança que ela está prestes a parir? Qual é sua natureza? Seria a criança do passado com a qual ela tem tendência a se identificar conscientemente, ou seria uma nova criança que nenhum pai encarnado poderia ajudar a gerar?

A segunda parte do sonho traz a resposta a essas perguntas. A criança já nasceu, e não foi ela quem pariu, mas uma velha, solteira, que normalmente não poderia mais dar à luz visto sua idade biológica. Ademais, dizem que a criança não tem sexo, o que leva a sonhadora a imaginar que possa ser um monstro, uma criatura que não pertence à espécie humana, uma criatura fora do comum. Finalmente, o que deixa a sonhadora no auge da surpresa é que o recém-nascido tem uma dupla natureza: ele é, ao mesmo tempo, filho e pai dela.

Todas essas incongruências poderiam nos surpreender, se não fosse possível discernir a expressão dos principais elementos do mito do nascimento milagroso comum a diversas mitologias. Considerando a mitologia que nos é mais familiar, a mitologia cristã, evocamos a história de Sarah, esposa de Abraão, que, apesar de ser estéril e idosa, deu à luz uma criança, após a intervenção de Javé. Da mesma forma, a Virgem Maria, com a intervenção do Espírito Santo, deu à luz uma criança cuja origem vinha do Pai de todas as criaturas. Quanto ao motivo para a “criança sem sexo”, ele nos remete à figura de Adão, primeiro homem indiferenciado, assim como à figura de Cristo, o segundo Adão, simbolizando o Eu, no qual os opostos se reconciliam, macho e fêmea, fogo e água, espírito e matéria...^[8]

O caráter universal e religioso desse motivo do nascimento milagroso da criança divina que se manifestou no sonho de Michèle confere uma dimensão propriamente de iniciação. A criança que ela está gerando psicologicamente vem do espírito, da vida interior. No final do sonho, a criança aparece como sendo do sexo masculino, e como ela usa óculos, a sonhadora imagina que a velha solteira pariu seu próprio pai.

Em termos psicológicos, Michèle está grávida, prestes a dar à luz, o que significa que ela se prepara para se conscientizar de sua própria identidade, de seu “eu” que até então permaneceu escondido. Ela está na puberdade, entre treze e quatorze anos. O momento de transição, nessa idade, do estado de criança dependente para o estado de adulto responsável é pontuado pelo desenvolvimento no indivíduo da capacidade de se libertar dos modelos, tanto internos como externos, que lhe foram impostos.

No sonho, essa transição é representada pela figura da criança que, de início, é assexuada (indiferenciado), e no final, adquire um caráter masculino (diferenciado), o oposto psíquico da sonhadora, seu *animus*. Ela está na presença de uma realidade psíquica que sintetiza seu potencial de criação, ou, se preferimos, seu potencial de

individação: um recém-nascido simboliza todas as realizações futuras, e um pai representa a capacidade de realizar o potencial da criança. Assumir essa realidade psíquica representa um trabalho heroico, exigindo que Michèle morra (nada menos) em relação à sua infância e aceite ter sido “expulsa de seu paraíso, aos sete anos de idade”, carregando daqui para a frente, na solidão de sua intimidade psíquica, a pesada responsabilidade de seu “vir a ser” pessoal.

É nesse momento de tal transformação na vida de um indivíduo que os propósitos de Mircea Eliade sobre o processo de iniciação passam a fazer todo sentido:

Como já havíamos dito, a iniciação coexiste com toda existência humana autêntica. Isso, por duas razões: por um lado, porque toda vida humana autêntica implica crises profundas, provações, angústias, perda e reconquista do eu, morte e ressurreição; e por outro lado, porque, qualquer que seja sua plenitude, toda existência se revela, em um dado momento, como sendo uma existência desperdiçada. Não se trata de achar que errou de profissão ou que não desempenhou todas as suas capacidades. Em tais momentos de crise total, somente uma esperança parece existir: a de poder recomeçar sua vida do zero. Isso significa que sonhamos ter uma nova existência, regenerada, plena e significativa. Sonhamos e esperamos nestes momentos de crise total conseguir uma renovação total e definitiva, uma *renovatio* que possa transmutar a existência [...].^[9]

As reflexões de Jung sobre o processo de individuação caminham no mesmo sentido:

Quanto mais tomamos consciência de nós mesmos, graças ao conhecimento que adquirimos pouco a pouco, e graças aos consequentes ajustes no comportamento, mais a camada do inconsciente individual, depositada tal um limo sobre o inconsciente coletivo, vai se afinando e desaparecendo. Seguindo passo a passo essa evolução, vai se criando aos poucos um novo consciente que não está mais preso ao mundo mesquinho, estreitamente pessoal e sujeito ao Eu, mas que participa cada vez mais do vasto mundo das coisas [...] Este consciente renovado se tornará um campo relacional, uma função que estabelece uma ponte entre o objeto e o mundo das coisas, que vai envolver e integrar o indivíduo em uma comunidade pertencente ao mundo, comunidade onde a pessoa se sente engajada e responsável.^[10]

Concluimos com alguns comentários. Dando vazão a suas fantasias sobre a criança que de repente ocupou um lugar primordial em seu processo de amadurecimento e ao se concentrar não mais na qualidade de sua vivência corporal, mas no componente psíquico de sua vivência, Michèle – ela mesma o confessou – tinha se afastado da regra da eutonia. Nas experiências relatadas, não é tanto do corpo que ela fala, mas das representações que surgiram em sua consciência durante os exercícios corporais. Mas não é mesmo inevitável que um trabalho profundo no corpo faça surgir o componente psíquico que o acompanha? Foi o que relataram vários eutonistas e estudantes de eutonia com quem tive a oportunidade de conversar.

Não podemos negar o fato de que para alguns a via corporal constitui, por si só,

um meio completo de individuação. O arco e flecha^[11] assim como as outras artes marciais, com o olhar oriental do budismo zen, nos oferecem exemplos maravilhosos de realização pessoal através da prática de uma atividade corporal. Quando o adepto consegue se libertar do seu eu, após vários anos de aprendizado junto ao seu mestre, ele pode finalmente viver a seguinte experiência: ele não é mais quem atira a flecha ou quem luta, ele é a flecha, ele é a luta! A eutonia pode ser considerada uma via corporal, adaptada ao homem ocidental. Muitas pessoas que a adotaram pelos mais diversos motivos (profissional, problemas somáticos, tendências tipológicas etc.) sentirão, cedo ou tarde, a necessidade de entender a grande revolução psíquica provocada pela liberação de suas tensões corporais. A psicologia analítica pode ajudá-los. Assim como a eutonia pode fornecer aos psicólogos que teriam tendência exagerada a abstrair ou a viajar um meio de enraizamento na realidade sensível e de fidelidade à totalidade da pessoa.

A EXPERIÊNCIA CORPORAL DA *ANIMA*: OLIVIER

O medo da face interna do corpo

Foi um acontecimento dramático que levou Olivier, casado, 47 anos, a entrar em contato com a eutonia: a morte accidental de sua filha mais nova. A eutonia foi naquela época um meio para que esse homem bastante abalado reencontrasse certa serenidade. Satisfeito com a experiência, decidiu largar o emprego para se dedicar aos estudos de eutonia.

Surpresa! Não era mais um relaxamento durante algumas horas por semana, como se fosse um lazer terapêutico, mas todo dia eram várias horas de atenção voluntária sobre seu próprio corpo. Não dava mais. Ele se tornou cada vez mais avesso ao trabalho. Quando o professor convidava os alunos a levar suas atenções para alguma parte do corpo, Olivier descobria com ansiedade que era incapaz de manter esse estado de atenção. Como se ele e seu corpo se revelassem dois estrangeiros inconciliáveis. O que havia então para temer no corpo, para que tudo servisse de pretexto para evitá-lo, para que houvesse tal negação por parte do eu em ouvir o que o outro tinha a dizer? Olivier estava se defrontando com a face interna do seu corpo, em relação ao que Jung comentaria:

Não temos nenhuma dificuldade em entender o medo de uma criança ou de um primitivo perante os mistérios do mundo. No entanto, é o mesmo medo que sentimos na face interna de nosso corpo, onde ainda somos iguais a crianças balbuciantes. Dessa forma, experimentamos essa angústia do lado de lá, como se fosse uma emoção, algo que nos afeta, sem desconfiar que ela representa o medo do mundo, mundo que permanece invisível para nós.^[1]

Uma energia presa na coxa esquerda

Certo dia, no meio de uma sessão de análise, quando Olivier estava me contando algo que havia acontecido durante sua adolescência, ele sentiu uma dor súbita na parte alta de sua coxa esquerda. A dor lhe cortou a fala. Atendo-se à região da dor, ele espontaneamente associou a dor a uma câimbra que estava sentindo na região do diafragma. Ele me disse então, com a voz embargada pela emoção: “É como se tivesse uma energia presa na minha coxa e o meu diafragma constituísse uma espécie de barragem, impedindo-a de subir livremente até meu coração, até o meio do meu peito”.

Adolf Guggenbühl-Craig, um colega junguiano para quem eu estava contando a experiência, sugeriu que seria interessante associar o mistério da coxa ao nascimento de Dionísio, que, após ter sua mãe relampagueada por Zeus, teve que ser costurado na coxa do Deus dos Deuses para poder nascer a termo. Essa associação ganhou significado mais tarde. O acontecimento marcou o início do contato de Olivier com o mundo obscuro, ctônico do corpo e da psique. O que se manifestou no alto de sua coxa esquerda, naquele dia, poderia ser comparado, no âmbito do ioga tântrico, com o

“despertar da Kundalini” no centro do xacra *muladhara*, situado na base da coluna vertebral.^[2] Esse despertar corresponde ao início da tomada de consciência da face interna do ser.

A invasão do corpo pelo feminino

Mas a que poderia corresponder a emoção sentida, nesse momento, pelo Olivier? Por via das dúvidas, lhe fiz essa pergunta. Ele se lembrou de uma emoção parecida que havia sentido algumas semanas antes, durante um exercício de caminhar, numa aula de eutonia em grupo. Uma impressão surgiu repentinamente em sua consciência. Ele então parou de caminhar e falou com animosidade a seus colegas e ao seu professor: “Vocês estão se dando conta de que estão me obrigando a andar como uma mulher?”. Essa tomada de consciência o atordoou, desconcertou: ele havia sentido seu corpo completamente invadido pelo *feminino*. Depois, conversou longamente sobre os efeitos dessa invasão surpreendente em sua vida.

Sentia-me perdido, como se minhas amarras estivessem rompidas. Um cara que não tem mais os pés no chão, que está no ar, a bunda numa nuvem mole. Vertigem! Sem ter a capacidade de tomar decisões. Sentimento de regressão. Estava no inferno, onde as mulheres me inculcavam sua feminilidade... Em contato com esse feminino, percebia uma dimensão que me fazia falta, estava em outro terreno, como um turista perante um universo incompreensível...

Os que estão familiarizados com a psicologia junguiana poderão facilmente desvendar, por entre esses propósitos coloridos e metafóricos, a experiência de um homem que vivenciou a provação dolorosa e sofrida de ser possuído pela *anima*. Uma provação desagradável, mas importante, pois, vencendo suas resistências e se mostrando disponível, Olivier despertava também para o mundo da alma.

A emergência da alma feminina

Nas semanas seguintes, Olivier teve uma série de sonhos importantes.

A menininha morta

Em um quarto escuro, me aproximo de uma cama sobre a qual está uma forma humana. Dou-me conta de que se trata da minha filhinha que está morta já faz alguns dias. Um forte cheiro de cadáver me afasta da cama. Saio do quarto.

Olivier estava na presença do cadáver da filha, que morrera quatro anos antes. Na realidade, ele jamais conseguira admitir a morte. A filha havia nascido quando ele estava prestes a ultrapassar a marca dos quarenta anos, e ela, então, passou a representar seu futuro. Quando ela morreu, a esperança que ele havia colocado nela esvaiu-se. Se ele havia projetado sua alma feminina na filha, a partir da morte dela, viu-se obrigado, para poder sobreviver espiritualmente, a retomar o contato com sua alma, dentro de si mesmo! Em outras palavras, para que sua filha-alma pudesse renascer em seu interior, ele tinha que aceitar a verdadeira morte dela. É exatamente esse sentimento de ter que aceitar (*saio do quarto*) que o sonho lhe traz.

A boneca que ganha vida

Retorno ao local onde eu trabalhava antes de iniciar meus estudos de eutonia. Um cano^[3] do prédio está entupido, mas meu filho logo consegue desobstruí-lo. Trazem-me uma boneca de pano. Seguro esta boneca como se fosse uma criança. A boneca começa a se mexer, a se animar, a viver... é uma criança! Sinto seu calor, seu espaço interno. Ela está um pouco magra, pois não come há um mês, mas sobreviverá se eu cuidar dela, e estou decidido a guardá-la e tratá-la.

Nesse sonho, Olivier volta ao lugar onde trabalhava quando a filha morreu. Mas eis que um ser (a boneca) que parecia inerte, sem alma (espaço interno), se anima de forma milagrosa.^[4] Isso acontece após o desentupimento do cano. Traduzindo: o contato se estabelece entre o eu do sonhador e sua vida interior. É o filho do sonhador, isto é, o novo eu de Olivier que provocou a desobstrução. A criança é magra, mas sobreviverá se o sonhador tomar em mãos sua vida interior, dando-lhe o alimento de que ela necessita para crescer.

A mulher cobra

Estou em um bosque, sentado no chão. Quando viro a cabeça, vejo uma mulher que me espia. Então, a mulher desliza em minha direção como uma cobra. Quando chega ao meu lado, ela se ergue, escova os cabelos, e se deita ao meu lado. Toco timidamente nela. Ela levanta e diz que tem que ir embora para se trocar.

Nesse terceiro sonho, Olivier está em terra desconhecida. Virando a cabeça, ele ganha a consciência de uma mulher que até então desconhecia, e ela o espia. Ela desliza em sua direção, parecendo uma cobra, como que querendo contatá-lo. Trata-se aqui da personificação da alma feminina do sonhador, misteriosa, enigmática, secreta e imprevisível como o comportamento reptiliano. Estabelece-se um contato. Após o qual a mulher irá se trocar. Como se o fato de ter entrado em contato com sua *anima* possibilitasse uma transformação para o sonhador (a ideia da mudança de pele).

A cobra em volta da árvore

Um menininho e uma menininha estão na entrada de X (o mesmo lugar onde ele trabalhou), perto de uma árvore no pé da qual está enrolada uma cobra. A cabeça da cobra se ergue na vertical. Estou atrás das crianças, minha filha mais nova e o mais novo dos meus meninos. Digo-lhes: “Cuidado, não se aproximem, é perigoso”. A menininha treme. Saio para procurar meu filho mais velho e minha esposa para mostrar-lhes a cobra.

Na casa, vejo a cobra se erguendo na entrada da sala onde faço regularmente meus exercícios de eutonia.

Surge esse sonho impressionante da cobra enrolada na árvore. O fato da cobra se erguer nas duas entradas (a entrada do antigo espaço de trabalho do sonhador e a entrada da sala de eutonia, seu novo espaço de trabalho) sugere a ideia de um limiar que o sonhador deve ultrapassar para acessar o conhecimento do mundo misterioso da alma. Revemos aqui a imagem arcaica da árvore do conhecimento do Bem e do Mal. No lugar de Adão e Eva, estão os dois filhos do sonhador, a filha mais nova e o filho mais novo do sonhador, representações simbólicas do novo eu do sonhador ao lado da jovem e ainda frágil (tremendo) *anima*. A árvore representa toda a vida psíquica do

sonhador, e a cobra, o lado escuro dessa totalidade.

A cobra no queijo

Como um queijo branco. Depois de dar uma mordida, vejo o rabo de uma cobrinha branca dentro do queijo. Viro o queijo e vejo a cabeça da cobra, que começa a bocejar.

Aqui, Olivier come um queijo, produzido com leite. Sabemos que, em numerosas mitologias,^[5] o leite é considerado o melhor símbolo de alimento espiritual. E de fato parece que esse queijo é um alimento importante para o sonhador, pois encontramos novamente a figura da cobra, mesmo que reduzida dessa vez em uma proporção mais condizente e aceitável. Ver a cobra bocejar alegra o sonhador. Quando praticamos eutonia, o bocejo acontece espontaneamente quando, no final de um exercício, conseguimos atingir um relaxamento profundo. Podemos supor, através desse sonho, que Olivier atingiu tal disponibilidade psíquica que ele consegue considerar sua *anima* não mais somente um antro de medo (a cobra perigosa do sonho anterior), mas também uma fonte de alimentos espirituais (a pequena cobra dentro do queijo).

Dando à luz uma menininha

Estou deitado, nu, sobre uma cama de ferro. Sinto uma dor no abdômen que me faz gemer e chorar. Sinto que estou parindo uma criança... é minha filha! Minha esposa me ajuda, segurando meus pés.

No primeiro sonho dessa série, Olivier revivia todo o lado odiado do maior drama de sua vida adulta: a morte de sua filhinha querida. Após a morte, ele não esperava mais nada da vida. Não iam lhe devolver sua filha, não é mesmo? Ele permanecia inconsolável, incapaz de aceitar o luto. Foi, portanto, com sentimento de impotência e revolta que ele iniciou sua formação em eutonia, e em seguida a análise comigo.

No início, segundo sua perspectiva, o mundo feminino só poderia existir fora dele, na figura de sua mãe, sua esposa, das mulheres que ele encontrava, e também de modo mais comovente na figura de sua filha. Mas eis que o mundo do qual ele dependia no plano afetivo e ao qual ele estava inconscientemente fundido o traía, o abandonava, morria. Choque desconcertante. Desilusão. Agonia. Então qual não foi sua alegria ao ver, em um sonho, sua filha aparecendo inconscientemente como uma boneca (isto é, como uma substituição de sua mãe)^[6] e que ele acreditava estar morta para sempre, retornando à vida! Mas era apenas o início de um longo caminho que ele teria que percorrer para estabelecer, primeiramente, um contato consciente com ela.

Antes disso, ela estava nele, mas sem que ele o soubesse, como uma cobra que se confunde com a terra ou o mato; o único meio que ele dispunha para se aproximar dela era se projetando na figura externa da mãe ou da filha. Ele teria que a conquistar devagarzinho, se aproximando timidamente e superando seus medos. Como agir perante alguém que nos amedronta? Como agir, de forma diferente, perante o desconhecido? Ele ousaria, a tocaria *conscientemente*. E a partir daí, ela se tornaria um fruto, um alimento, um poço. Ficar nu não é mais um problema, mesmo que para chegar a esse lugar ele precisasse pari-la na dor, ou enterrar sua fusão com o outro. Doravante eles serão dois, lançados fora do paraíso da inocência, dois que se ajudarão, do topo da cabeça até a planta dos pés, a se revelar, a se realizar.

A EXPERIÊNCIA CORPORAL DO *ANIMUS*: ÉLIZABETH

Se o processo de individuação exige do homem a integração consciente de seu oposto psíquico, que é a *anima*, ele exige igualmente da mulher a integração de seu próprio oposto psíquico, que é o *animus*. Enquanto uma mulher sob a influência do *animus* – ou se preferirmos, do homem interno – sente uma profunda insegurança que ela tenta compensar com opiniões categóricas, julgamentos impulsivos, sem fundamento, ou com atitudes rígidas e castradoras, a mulher que se abriu para seu mundo interno pode encontrar uma força masculina capaz de consolidar seu eu feminino e garantir sua autonomia. Segundo depoimentos de mulheres eutonistas, parece que é através da consciência dos ossos^[1] e, mais especificamente, da coluna vertebral que a integração desse *animus* em dimensão corporal acontece. Segue um destes depoimentos.

A tomada de consciência da coluna vertebral como eixo interno

Há pouco tempo, tive que vivenciar uma imensa dor. Uma dificuldade de assumir, uma atitude a ser tomada, um posicionamento. Estava sem forças, e tudo parecia desaparecer. Meu corpo começou a tremer, meus pés gelaram, minhas mãos me abandonaram, meu coração disparou, minhas ideias se embaraçaram e minhas lágrimas subiram para desabar.

E antes mesmo que essa dor pudesse se expressar, senti, de repente, a presença da minha coluna vertebral. Ela apareceu involuntariamente. Estava aí, presente na minha consciência, iluminada na escuridão de meu corpo, fiel, dando o testemunho de sua colaboração. Deu-me força e estabilidade para me ajudar a enfrentar a situação. Estava presente para carregar minha dor, para sustentar minha atitude. Estava aí, estável e sólida, para manter, ela que facilmente se abaixa, minha cabeça erguida.

Durante esse acontecimento, realmente senti minha coluna vertebral no que ela é e no que ela representa. Fisicamente, ela sustenta, é um pilar; psiquicamente, ela é meu caminho, meu fio condutor, minha estabilidade.

A parteira e o caminho de uma medicina interior

Depois, este sonho:

Tenho uma doença circulatória que se manifesta por inchaços na parte inferior de meu corpo. Marco uma consulta de tarde com um médico, e parece que terei que ficar hospitalizada alguns dias. Então, surge inexplicavelmente a senhora Gerda Alexander. Por conta da minha situação, ela me propõe um trabalho com a coluna cervical e sua conexão com a coluna dorsal. Todo esse trabalho visa à conscientização das vértebras uma após a outra, para deixar fluir melhor a

comunicação. Passado um bom tempo, a senhora Alexander diz: “Veja a mudança, veja a nova Élizabeth”. Olho e constato não a cura, mas uma boa melhora. Decido não ir ao médico de tarde, com a convicção de que o trabalho era meu. Eu tinha que tomar consciência da passagem de energia da coluna dorsal para a cervical.

Nesse sonho, retomamos a temática do capítulo anterior, que tratava do problema de conexão entre duas partes do corpo.^[2] Para resolver o problema, para sarar, a sonhadora imagina primeiramente se remeter a um médico. Traduzindo: ela projeta inicialmente sua capacidade de autocura na figura externa de um médico. Com essa atitude, ela faz como toda mulher que, por não ter contactado sua alma masculina, a projetará em um homem que, por consequência, vai revestir o papel do pai, de guia, de médico, daquele que é forte e que sabe. Mas surge inexplicavelmente^[3] a senhora Alexander, que propõe que ela trabalhe “com sua coluna vertebral”: é a partir dela que poderá se restabelecer uma comunicação e, assim, um equilíbrio entre a parte inferior do corpo que está doente e a parte superior. Em termos psíquicos, é através de uma integração consciente do *animus* (coluna vertebral) que poderá se estabelecer uma comunicação seguida de um equilíbrio entre o inconsciente (parte inferior do corpo) e o eu consciente (parte superior). A cura deve ocorrer no momento em que as duas partes desajustadas se unirem.

A analogia sugerida entre o *animus* e a coluna vertebral nos leva a estabelecer um paralelo entre, de um lado, os ossos e o masculino (o que é forte, firme, resistente, o que sustenta, protege e onde podemos nos apoiar) e de outro, entre a carne e o feminino (o que é mais vulnerável, macio e móvel, dentro do qual a vida se manifesta, o que envolve e nutre). Nesse contexto, *animus/anima* e seus correspondentes corporais osso/carne se manifestam como polos complementares de uma mesma entidade cuja união harmoniosa é indispensável para o funcionamento do indivíduo em sua totalidade.

A EXPERIÊNCIA CORPORAL DO EU: GERDA ALEXANDER

Naquele dia, ele fechou os olhos para, em tão grandiosa experiência vivida, não ser induzido ao erro pelo contorno de seu corpo, e o infinito penetrou por toda parte tão intimamente que ele imaginou sentir o peso leve dos astros, que, nesse meio-tempo, haviam sumido.

Rainer Maria Rilke

Os arquétipos da sombra, da *persona*, da criança divina, da *anima* e do *animus* podem, como o vimos, se manifestar no nível corporal. Uma experiência vivenciada por Gerda Alexander confirma a possibilidade de estabelecer uma relação com o arquétipo do Eu quando se toma consciência do corpo.

Certo domingo à tarde, enquanto passeava sozinha, à beira-mar, próximo de minha casa, repentinamente percebi a totalidade do meu esqueleto, sentindo todas as suas sutilezas. Este acontecimento ocorreu imprevisivelmente e involuntariamente. Pude vivenciá-lo como um estado de graça, difícil de ser descrito com palavras. Isso deve ter durado quinze minutos, durante os quais fui invadida por uma sensação de profundidade e de segurança.

Após esse acontecimento, senti que uma mudança importante havia ocorrido em mim: havia percebido, concretamente, pela primeira vez, a unicidade do meu ser, e havia percebido esta unidade em meu esqueleto, não como aquilo que nos sustenta mecanicamente, mas sendo ele, incluindo todo o espírito do ser humano.

Em seguida, pensei: “Deve ser uma etapa, uma etapa para a realidade”.

Falei da minha experiência com o esqueleto. Devo especificar que nem todos podem alcançá-la. Quem sabe seja necessário sessenta anos para alcançá-la: é o resultado de uma maturidade que não podemos forçar. Aliás, seria preferível que tal coisa acontecesse quando se está em um estado de estabilidade emocional, um estado capaz de assumi-la. Senão, tal experiência poderia facilmente provocar uma esquizofrenia (penso, por exemplo, no sentimento de pavor que isso poderia provocar para quem está à beira da morte...).

O que precisamos começar a aprender, cada dia um pouco mais, é que somos este corpo sobre o qual podemos nos apoiar. Com esse estado contínuo de presença no corpo, permitimos que os órgãos se abram, e opa! eis que um dia eles se apresentam espontaneamente no espaço interno. E assim por diante...

Meu percurso eutônico me levou a trabalhar com a medula óssea. Descobri que ganhar consciência da medula provocava uma novíssima sensação de calor no interior do corpo, uma sensação de “calor iluminado”. Quando você sente esse calor a partir de sua medula, é um sinal que seu corpo está integrado e aberto com toda a sua singularidade ao cosmos. Isso corresponde a uma etapa espiritual que se traduz pelo fato de estar dentro de si mesmo, dentro de sua coluna vertebral, sobre seus dois pés, aberto à totalidade que é então percebida dentro de cada pequena coisa.

No decorrer dessa experiência, não foi somente a coluna vertebral, mas o esqueleto inteiro com todas as suas sutilezas que se tornou consciente. De fato, detalhando melhor, seria mais exato dizer que Gerda Alexander sentiu a presença de si mesma em sua totalidade em seu esqueleto. Como se o esqueleto representasse uma totalidade, o Ser, na qual seu eu estaria incluso.^[1]

Alguns teriam tendência a tachar a experiência de Gerda Alexander de alucinação. Ao fazer isso, provavelmente ignoraríamos seu significado profundo. De fato, encontramos experiências semelhantes nos rituais de iniciação espiritual aos quais eram submetidos os xamãs, esses primeiros padres-bruxos-curandeiros.

Antes mesmo de tomar um ou vários espíritos auxiliares, que são como novos órgãos místicos de qualquer xamã, o novo postulante esquimó deve se submeter a uma grande prova de iniciação e ter êxito. Essa experiência exige um grande esforço de sacrifícios físicos e de contemplação mental para ser capaz de se ver como um esqueleto.^[2]

Na visão espiritual desses xamãs, “o osso representa a verdadeira fonte da vida, tanto da vida humana como da Grande Vida animal. Resumir-se ao estado de esqueleto equivale a penetrar novamente na matriz desta Grande Vida, isto é, total renovação, renascimento místico”.^[3]

Quanto à sensação de calor iluminado que Gerda Alexander atribuiu ao trabalho com a medula óssea, somos naturalmente levados a associá-la à sensação de calor interno provocada pelo acordar da *kundalini* e seu caminhar através dos xacras, na prática do ioga tântrico.^[4] Lembramos também da técnica do domínio do fogo que os discípulos xamânicos deviam possuir para cumprir suas provas de iniciação.

O futuro xamã esquimó ou mandchou, tal qual o iogue do Himalaia ou tântrico, deve comprovar seu poder mágico resistindo a frios rigorosos ou secando lençóis molhados junto ao seu corpo [...] A resistência ao frio graças ao *calor místico* e a insensibilidade ao fogo, demonstram a conquista de um estado supra-humano.^[5]

Não penso que Gerda Alexander objetivava um estado supra-humano ao longo de seus cinquenta anos de eutonia. Mas as perspectivas que esse trabalho de exploração e integração da parte desconhecida do corpo humano trouxeram permitem redescobrir, na linguagem e através dos males atuais, que essa poeira reflexa que representa o homem contém a mesma realidade divina que sempre deu sentido à nossa existência.

Percebi, diversas vezes, relações entre o processo analítico e o processo eutônico. Pela sensação, Gerda Alexander chegou a uma concepção do ser humano muito semelhante à concepção que teve Jung, utilizando a intuição. Tanto um quanto o outro tiveram o mesmo cuidado, a mesma atenção para a importância da presença do corpo e da psique. Ambos negaram os pressupostos teóricos e as reduções dogmáticas ou doutrinárias. O mesmo respeito e a mesma consideração pelo indivíduo em sua totalidade e sua autonomia. Na realidade, trata-se da mesma experimentação de um *unus mundus* que sustenta essas duas faces, corpo e psique, pertencentes ao mesmo arquétipo.

Reina uma simpatia entre a vivência eutônica e a vivência analítica. Simpatia que brota do esclarecimento que cada uma dessas vivências pode trazer à outra; simpatia pela ajuda tangível que elas podem propiciar uma à outra. É a partir dessas afinidades que eutonistas e analistas junguianos deram início a um trabalho de colaboração.

Movidas pelo instinto de sobrevivência interno, cada vez mais pessoas se voltam decididamente para os fundamentos concretos de suas realidades próximas, a matéria, a terra, o corpo, aquilo que, desde Aristóteles, havíamos tentado, de forma supostamente objetiva, dissecar, dominar e submeter aos “nobres imperativos do espírito”. Ao fazer isso, o ocidental havia perdido a posse natural do objeto que ele tinha tido a pretensão de dominar: o corpo tinha se tornado progressivamente, sob o olhar frio sem alma do homem moderno, um estranho, um primitivo, um bárbaro de instintos sombrios que precisava, antes de tudo, ser observado ou no máximo ser satisfeito às escondidas. Assim o corpo havia se juntado a toda essa horda de minorias oprimidas às quais o macho apolinarista havia negado a existência de uma alma. *Habet mulier animam?* Tomás de Aquino já havia se perguntado: “A mulher tem uma alma?”. Havíamos feito a mesma pergunta em relação aos índios da América, em seguida em relação aos negros sujeitados pelo poder do homem europeu instalado no Novo Mundo! Será que os peles-vermelhas e os negros possuíam uma alma, eles que, assim como essas Evas, ressaltavam, em função de seus costumes e de seu relacionamento íntimo com a realidade concreta, a profundidade abismal do corpo humano, tendo em vista sua natureza instintiva e passional.^[1]

A negação da alma do corpo que essa pergunta salientava poderia ser uma das principais fontes da neurose que acomete nossos contemporâneos. E, portanto, a redescoberta dessa alma da qual nos afastamos poderia propiciar o nascimento de um novo tipo de consciência, na qual espírito e matéria, feminino e masculino agiriam como parceiros equivalentes.

Não seria a condição *sine qua non* para quem gostaria de atingir e manter o equilíbrio dinâmico que chamamos de saúde?

Jung gostava de citar a antiga lenda de um rabino que recebe a visita de um aluno que lhe faz a seguinte pergunta: “Rabi, naquele tempo, existiam homens que miravam Deus, porque hoje isto não existe mais?”. O rabino responde: “Porque ninguém hoje é capaz de inclinar-se profundamente”.^[2]

Outorgar-se toda uma vida para conseguir moldar, no monte de barro que somos, o indivíduo do qual temos inicialmente apenas um vago pressentimento: eis o que parece ser o propósito do âmago da eutonia.

A MODELAGEM DE UM CORPO HUMANO

ADÂMA



Então Javé Deus modelou o homem com o barro do chão [...]

Gênesis 2,7



Imagem produzida durante *workshop* de Eutonia e Psicologia Analítica ministrado em outubro de 2012 em conjunto pelo Analista Junguiano Marcel Gaumond e pelas eutonistas Luciana Gomes Pinto Pereira e Patrícia Decot Pernambuco.

A EXPERIÊNCIA ARQUETÍPICA DA CRIAÇÃO DE UM CORPO HUMANO

Adâma é uma palavra hebraica que indica no Gênesis (2,7) a origem de *Adâm* (o homem), nosso ancestral. *Adâma* é traduzida literalmente por “aquilo que vem do solo”. Decompondo a palavra, encontramos o prefixo latim *ad*, que “indica a direção, o alvo a ser atingido”, e o sufixo *âma* correspondendo à palavra latina *anima*, que dá origem à palavra francesa *âme*, em português *alma*. Na linguagem simbólica e paradoxal, que lhe é própria, o Gênesis nos ensina que, apesar de o homem ter nascido do solo (*Adâma*), ele não deixa de ter que perseguir um propósito que o trará de volta a ele: *a realização da alma (ad-âma)*.

Em outras palavras, *Adâm* é corpo, e seu desafio não é dominar esse corpo: bela ilusão pretender impor sua vontade a uma realidade que, só de tremer ou se desregular um pouco, leva seu pretendido proprietário à angústia e ao pavor! O desafio para *Adâm* também não é transcender seu corpo para existir independentemente dele, ou ainda de encontrar com ele um *modus vivendi* que possa lhe assegurar uma vida tranquila. Nesse caso, ele se sujeitaria a viver em um espaço psíquico cada vez mais restrito, pois, para manter essa vida tranquila, ele seria obrigado a se afastar de todo e qualquer conflito interno e externo. Melhor condenar-se a se tornar um morto vivo! O desafio de *Adâm* é conseguir estabelecer, a todo instante, com esse corpo que ele é, uma relação que o coloca na presença das forças primordiais que o animam: forças destruidoras (*Thanatos*) e forças criadoras (*Eros*), forças telúricas (instinto) e forças espirituais (espírito), forças femininas (*yin/anima*) e forças masculinas (*yang/animus*), forças de adaptação (sociedade) e forças de individuação (indivíduo). Essa relação é a primeira condição para um longo e doloroso processo de integração; ele poderá levar à realização do *Eu*, síntese viva destes determinantes conflitantes fundamentais da alma.

Não seria este o desafio que *Sidarta Gautama*, o Buda, expressava: “Na realidade, meu amigo, eu vos digo que neste corpo mesmo, mortal como ele é e de estatura insignificante, mas consciente e dotado de inteligência, encontramos o mundo, e seu crescimento, e seu declínio, e o caminho que leva a ultrapassá-lo”.^[1] E quando nos textos do Novo Testamento afirmam que a salvação do ser humano só pode se dar através do nascimento de um Deus que se faz homem ou então de um Verbo que se faz carne,^[2] me parece que estamos diante do mesmo tipo de declaração inspirada em uma mesma intuição. O que chamamos de Deus (*Eu*) ou palavra da verdade (Verbo) possui seu lugar imediato no corpo humano e só pode ser analisado através da relação dinâmica entre o *eu* da pessoa e essas forças primordiais das quais acabamos de falar.

Nessa ótica, a projeção dessas forças para algum outro lugar demonstra bem a dificuldade de se estabelecer uma relação consciente com elas. Que esse outro lugar assuma a forma de uma pessoa investida de uma autoridade espiritual para discípulos, de um mundo imaginário e abstrato para intelectuais desconectados da realidade, do

Oriente para os ocidentais, de uma estrela longínqua para os iniciados em uma seita! A negação ou a banalização dessas forças favorece uma atitude disjuntiva ou fusional em vez de uma atitude dinâmica de confronto dialógico. Esta só se torna possível se o indivíduo abandona seu estado de dependência e sua ânsia de ser o todo-poderoso.

Desejo, abertura, contato, conflito, integração e criação constituem as etapas do tornar-se consciente, enquanto rejeição, fechamento, dissociação, entorpecimento, desintegração e morte caracterizam as etapas que delimitam a formação do núcleo duro^[3] e patogênico do inconsciente. Entre essas duas correntes de pulsações e atitudes, esses dois processos, esses dois destinos em potencial, cada qual segue seu caminho, quase sempre na escuridão, por vezes construindo e por outras destruindo, caindo e levantando, encontrando a luz da verdade somente após ter se enganado mil vezes e sentido realmente alegria, unicamente após o término de eventos perturbadores.

O Gênesis nos conta que Jeová deu forma ao Homem (Adâm) a partir do solo (Adâma) e à Mulher (*Havva*/Eva) a partir de Adâm adormecido. Psicologicamente, o que atrai o homem na mulher, e vice-versa, é essa parte inconsciente, adormecida de si mesmo, que permaneceria para sempre escondida se não fosse refletida pelo outro. O outro, a “costela” que Javé retirou do corpo de Adão, “carne de sua carne e osso de seus ossos”^[4] é a alma que vibra na sua frente e lhe dá o gosto de viver. *Havva*/Eva tem sua origem em *hâyah*/viver. Aquilo que é objeto de desejo e de rejeição, de fascinação e de medo no parceiro, sempre se revela ser, em última análise, a exteriorização da alma (*anima/animus*) que precisa ser reconhecida como sua e ser apropriada de forma consciente, livre da dependência em relação ao outro. *Ad-âma*.

A habilidade das pessoas em representar a imagem de seu “corpo-alma” (*body-soul image*) por meio de uma modelagem, sem nenhum exercício preparatório, é algo que sempre me impressionou.

Gerda Alexander

A EXPERIÊNCIA DA MODELAGEM EM EUTONIA

Após vinte anos de pesquisa e ensinamento em sua escola de Copenhague, Gerda Alexander pediu pela primeira vez aos alunos que se entregassem ao exercício do qual falei. Ela pediu que modelassem na argila um corpo humano, mantendo os olhos fechados. Os resultados foram surpreendentes. Observando atentamente cada uma das estatuetas que foram modeladas em tempo recorde (quinze a vinte minutos), ela conseguiu deduzir um mundo de informações.

Fiquei surpresa quando percebi que as partes que faltavam na imagem do corpo correspondiam, dependendo do caso, a uma ausência de sensação corporal, a movimentos desordenados, a uma respiração inadequada, a uma doença orgânica ou a ajustes corporais de compensação. Depois, mesmo que os alunos tentassem conscientemente, várias vezes, dentro do mesmo exercício, corrigir as imperfeições de suas estatuetas, estas reapareciam enquanto eles não conseguiam se conscientizar das partes do corpo que apresentavam problema, enquanto essas perturbações no sistema nervoso simpático não haviam sido interrompidas.^[1]

Gerda Alexander cita, como exemplo, o caso de um estudante que, constatando com insatisfação que sua estatueta não conseguia se manter em pé, estava decidido a corrigir o fato logo na próxima vez. Mas após ter novamente modelado as pernas de sua estatueta, ele teve que se conformar. Não havia argila suficiente para modelar os pés. O mesmo fenômeno acontece para pessoas que têm problemas de contato ou então, para intelectuais desligados da realidade de seus corpos. Alguns vão modelar muitas vezes estatuetas sem mãos, outros, um corpo sem cabeça, ou então uma cabeça sem corpo. Ou então, podemos reparar em certas estatuetas a expressão mais ou menos bem retratada dos desejos conscientes de cada um. Uma pessoa magra inventa ombros largos ou seios fartos, outra pouco favorecida pela natureza modela para compensar um corpo elegante.

A forma como utilizamos a argila a ser modelada representa certamente alguns traços da personalidade. Há pessoas que, para modelar a estatueta, iniciarão a partir da totalidade do bloco de argila depois de tê-lo triturado e esquentado demoradamente entre suas mãos, de tal forma que ele se torne receptivo à pressão de seus dedos. Outros, pelo contrário, terão o cuidado de dividir o bloco de argila em seis partes: modelarão separadamente as duas pernas, os dois braços, o tronco e a cabeça antes de juntá-los. Nesse caso, “trata-se quase sempre de um espírito analítico”.^[2] Outros, por fim, arrancarão do bloco, pouco a pouco, os pedaços que lhe são necessários para completar sua figura. No final do exercício, alguns terão utilizado toda a argila de que dispunham, enquanto para outros invariavelmente sobrá uma quantidade mais ou menos grande de argila não utilizada.

Tudo isso pode dar origem a interpretações diversas. É importante salientar que, desenvolvida durante uma aula ou uma sessão de eutonia, a experiência do modelar

não tem como objetivo investigar a personalidade do indivíduo, mas sim verificar a imagem por parte inconsciente que ele possui de seu esquema corporal. O eutonista profissional se utilizará da modelagem para ajudar seu aluno a ter maior consciência de seu corpo e orientá-lo num trabalho pessoal que leve em consideração as informações colhidas. Através de exercícios apropriados, o aluno vai, aos poucos, conseguir soltar sua postura e seu movimento, restabelecendo seu reflexo postural. Finalmente, se tudo correr bem, ele terá restabelecido a conexão entre a percepção subjetiva de seu corpo, tal como foi representada pela modelagem, e sua realidade objetiva.

*O que importa principalmente é diferenciar o consciente e os conteúdos
inconscientes.*

*Isso significa, de certa forma, isolar esses últimos, e o meio mais fácil de fazê-lo é
personificá-los e em seguida estabelecer, partindo da consciência, um contato com
esses personagens.*

C. G. Jung

A EXPERIÊNCIA DA MODELAGEM NA PSICANÁLISE JUNGUIANA

A história do Gênesis coloca em cena o que poderíamos nomear com Jung “a experiência arquetípica da criação do corpo humano”. Essa experiência coloca imediatamente o indivíduo perante sua nudez psicológica,^[1] seus limites (morte, doença e sentimento de impotência), sua vulnerabilidade, seu medo, sua necessidade de ser protegido e aos efeitos visíveis de sua fraqueza moral: sofrimentos, culpabilidade e dissociação.

Em eutonia, essa mesma experiência leva à descoberta de um leque de tensões e fraquezas corporais inseridas em regiões do corpo onde os sofrimentos decorrentes de feridas físicas ou morais parecem estar enterrados e entrincheirados. Aí também a experiência gera um *saber de nudez*. Quando criada, a estatueta reflete todas as discrepâncias de nossa realidade somática e todas as nossas imperfeições que preferiríamos guardar escondidas, camufladas sob a carapaça. O mais difícil, no entanto, quando abrimos os olhos e olhamos para a estatueta, não é aceitar o que ela revela da vida do corpo, mas é aceitar o que ela revela da vida da alma. Ora, é pelo viés da *soul*, da *body-soul image* que intervém precisamente o processo psicanalítico.

Sob o ponto de vista mitológico, vida, alma e sopro divino possuem a mesma natureza e se equivalem. Soprando sobre o corpo feito de barro, Javé dá vida a Adão, o princípio motor, a alma. A dificuldade em conseguir abordar a alma e captar sua realidade (deixando-se captar por ela) vem do fato de que ela própria, longe de ser uma identidade puramente abstrata, fruto do imaginário, constitui o que há de mais denso e potente no indivíduo. Enfrentá-la, para o pequeno eu ansioso e friorento de cada um, seria como entregar-se ao mais forte de mãos e pés amarrados, ser fadado a perder, declarar-se vencido. Daí surge o ato de reprimir, essa louca empreitada que consiste em negar, negar e renegar, sem trégua, aquilo que aparece de forma tumultuada no aqui e agora, aquilo que é fermento para o êxtase e a agonia, o amor e o ódio, o crescimento e a decadência. No coração da vida psíquica existe uma incandescência, um braseiro de onde surgem todas as paixões. Reprimi-lo significa negá-lo, com o intuito ilusório de se desvencilhar da influência da alma. Por fim, o ato de reprimir é enganoso e acaba virando-se contra nós.

Por volta dos quarenta anos,^[2] em plena fase em que se encontrava desorientado, Jung sentiu novamente a necessidade de enfrentar seu inconsciente. Ele logo percebeu que o fato de dar ouvidos àquilo que acontecia dentro dele fazia imediatamente renascer os personagens que pareciam, em sua imaginação, mostrar sinais de agonia. Esse reatar lhe trazia sérios problemas, pois colocava em risco sua integridade psíquica, aprisionando-o totalmente.

Os sonhos que eu tinha me impressionavam muito, mas não me ajudavam a superar o sentimento de desorientação que morava em mim. Pelo contrário,

continuava vivendo sob o domínio de uma pressão interna.^[3]

Desamparado, ele percebeu que o único modo de lidar com essa inquietação da alma era aquele que ele havia espontaneamente adotado durante sua infância: brincar com isso! Em vez de permanecer passivo perante todas essas imagens que o assediavam em seus sonhos e fantasias, ele decidiu tomá-las como fonte inspiradora para construir pequenas esculturas na areia. Ele se atentou em pintá-las e esculpi-las. Essas imagens tomaram forma, tornaram-se interlocutoras bem estabelecidas sobre uma tela ou em uma pedra, tomaram corpo a partir da argila, e ele pôde assim iniciar um diálogo analítico^[4] que não estava soldado na intelectualidade, mas mantinha o caráter autêntico e holístico de uma brincadeira de criança.

Recentemente, propus essa brincadeira a estudantes de eutonia: olhos fechados, no prazo de quinze a vinte minutos, modelar um corpo humano a partir de um bloco de argila.^[5] Então pedi que recordassem a experiência e, se quisessem, me entregassem um relatório por escrito. Meu estudo se baseia nas estatuetas de cinco estudantes que me entregaram o relatório. Meus comentários visam esclarecer os aspectos da vida psíquica profunda que cada uma dessas figuras parece expressar. Assim, espero poder demonstrar a riqueza desse procedimento de modelagem executado num contexto de respeito ao indivíduo e de profunda atenção. Devo salientar que, fora as poucas informações que obtive por meio dos relatórios, eu não dispunha de nenhuma outra informação sobre a história pessoal desses estudantes. Aqui, portanto, não se trata de comentar relatos de casos, mas interpretações livres, com a ajuda de processos de analogia e amplificação.

Essas estatuetas não são objetos estáticos representando sintomas que precisam ser interpretados para se estabelecer um diagnóstico. Elas expressam de modo sensível e dinâmico a realidade psicossomática de seus criadores, realidade complexa que exige prudência e atenção para aquele que quer abordar sua essência. Bisbilhoteiros e descrentes que se abstenham! Reducionistas e espíritos monolíticos não encontrariam aqui qualquer interesse. Os corpos humanos modelados por Marie, Goldmund, Roseblanche, Hélène e Sarah possuem uma alma. Para poder sová-los e dar-lhes uma forma, cada um teve que transmitir seu próprio calor à massa. Cada um teve que suar. Cada um teve que lhe insuflar sua vida.

DIALÉTICA DO EU E DO INCONSCIENTE SOMÁTICO

Estou te encaminhando um anjo para que ele te proteja durante tua jornada...

Êxodo 23,20

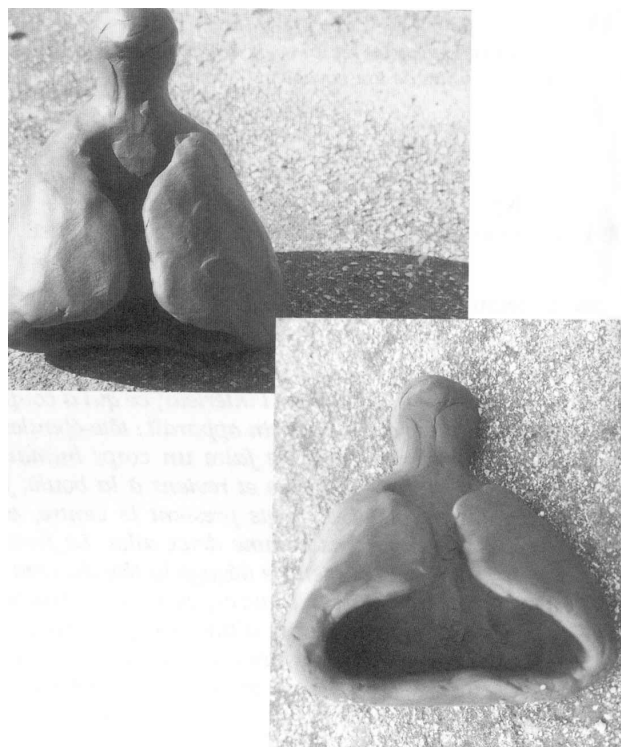
Maria e o anjo protetor: um corpo humano não convencional

Relato da experiência

Sinto a massa dura no centro. Preciso trabalhar bastante, amassar, sovar. Até revolvi totalmente a massa, empurrando a parte externa para dentro, o que provocou rachaduras na massa. Um esboço de corpo humano aparece: cabeça-ombros-braços. Mas não tenho vontade de fazer um corpo humano convencional. Amasso a forma e volto a fazer uma bola. Deixo minhas mãos agirem. Meus dedos comprimem o centro, espichando para os lados: sinto como duas asas. A forma (ou o gesto?) me traz bem-estar. Destaco a cabeça a partir do centro e enrolo as asas para a frente sem fechá-las: braço-caixa torácica. Preciso de uma base para colocar a forma. Sinto minha posição (sentada de pernas cruzadas) e achato minha estatueta para conseguir uma base que contenha os apoios da bacia e das pernas.

Abro os olhos e vejo. É um ser humano não conforme, novo, sem membros delimitados (mas contidos na forma). Vejo um centro espesso, sólido, um espaço à frente aberto e protegido, bem assentado no chão.

No dia seguinte, percebo uma coluna grossa, o esboço de uma cabeça, pequena, onde o pescoço se confunde, uma base que se sustenta, uma caixa torácica aberta. Noto triângulos: triângulo da base, triângulos no volume (uma base e três faces). Estabeleço uma conexão com minha pesquisa sobre a relação entre três pessoas, tendo em vista a preparação de um estudo de movimentos em eutonia.



Comentários

Convidados a comentar a estatueta feita por Marie, seus companheiros de estudo formularam as seguintes percepções:

- um pássaro;
- alguém meditando sentado de pernas cruzadas;
- alguém que se protege se envolvendo em um manto;
- o sexo de uma mulher.

Cada uma dessas percepções está em concordância com algum dos aspectos da experiência subjetiva descrita por Marie.

Deixando suas mãos agirem – conforme a ordem analítica de *deixar sair* – seus dedos comprimem o centro, puxam para os lados e fazem surgir duas asas, que remetem ao *pássaro*.

No intuito de criar uma base para sua figura, Marie inspira-se na posição de seu corpo que ela havia tomado para modelar, *sentada de pernas cruzadas*.

Destacando a cabeça a partir do centro e enrolando as asas para a frente, sem fechá-las, ela dá à sua figura a forma da parte superior de um corpo humano, dando ênfase à cabeça e aos braços, que deixam perceber em seu interior o esboço de uma caixa torácica. Sob esse ângulo, podemos imaginar uma pessoa que envolve com seus braços algo ou alguém, para protegê-lo, ou *alguém que se protege se envolvendo em um manto*.

Quanto ao *sexo feminino*, se nada no relatório de Marie faz diretamente alusão a isso, tudo, no entanto, pode evocá-lo. Como quando a noção de dia nos remete necessariamente à noção oposta de noite.

Podemos ficar surpresos, até mesmo chocados, de ver que, após receber a ordem de modelar um corpo humano, Marie criou uma entidade que, fora a cabeça e uma parte do tronco, em nada se assemelha a um ser humano por inteiro com braços

distintos, uma bacia, pernas e um sexo. Não deveria ela, supostamente, durante sua formação em eutonia, desenvolver uma consciência do corpo na sua totalidade e conseguir expressá-la através da modelagem, mostrando, assim, maravilhosamente bem, a relação entre a experiência subjetiva e a realidade objetiva? Sim e não. Parece óbvio que se trata de desenvolver uma consciência corporal objetivando o melhor funcionamento harmônico. Mas que essa consciência deva necessariamente se expressar segundo nosso modo de percepção individual ou coletivo, conforme aquilo que seria uma boa relação ou uma relação ideal com o corpo, a isso temos que dizer não. Temos que dizer não porque seria confinar a consciência em um jeito determinado de ser, excluindo qualquer forma de gênese criativa. Uma consciência que se manifestaria somente a partir de formas estereotipadas, por mais belas que sejam, seria uma consciência que ignoraria as feridas e a doença, uma consciência desligada do passado e fechada ao futuro, uma consciência onde não brotaria arte, ciência, cultura. Como no conto de Andersen *As roupas novas do imperador*, a consciência estaria nua, sem o reconhecer. Estaríamos na presença de uma manifestação de inocência mais ou menos falsa ou infantil, fantasiada de consciência de circo ou de galeria.

A verdade é que, desde o início, o Adão-vindo-do-chão e a Eva-vinda-de-uma-costela-de-Adão viveram, dentro de si e entre si, um grande rompimento. Um esquiteamento entre aquilo que era ditado pelo instinto e aquilo que queria o espírito, entre seu desejo de eternidade e seu desejo de acabar de uma vez por todas com as frustrações e os sofrimentos de suas vidas regradas, entre um movimento de recolhimento sobre si mesmo e um movimento de abertura que tornava possível todas as descobertas, todas as aventuras. Existe consciência unicamente a partir do conflito, a partir da falta, do rompimento, e é esta consciência que se expressa *dentro* do corpo humano e que é representada de forma justa, pela modelagem.

O ferimento de Marie

O que teria sofrido Marie na parte de baixo de seu corpo, em seu sexo, para que ela nos mostrasse apenas a parte de cima? E mais, uma parte de cima que parece carente de proteção. [...] *não tenho vontade*, disse ela, *de fazer um corpo humano físico convencional*. Modelando um corpo parecido com os outros, temeria ela se expor novamente àquilo que quase a destruiu? Perante esses modelos antigos que subjagam a mulher, tornam o solo estéril e acabam com a criança logo ao nascer, não sonharia ela com uma forma nova? Ela então amassa a antiga forma e retorna à bola inicial. E o que ela faz? Como ela age para ter certeza de que essa nova forma lhe será benéfica? Ela trabalha com ardor, ela amassa, ela sova. Ela empurra o exterior para o interior, deixa suas mãos agirem. A partir do centro da bola, ela destaca uma cabeça e asas que ela enrola para a frente sem fechá-las. As asas se tornam braços, e uma caixa torácica. E para tudo isso, ela oferece uma base horizontal, ela achata a forma para lhe assegurar um apoio.

O anúncio de uma nova vida

Os motivos da modelagem de Marie nos remetem ao relato da Anunciação^[1] no *Novo Testamento*. Nos dois casos, trata-se:

- de um ser alado (anjo ou pássaro) que evoca a dimensão espiritual;
- de uma atitude de abertura, baseada na interioridade (“que seja feita sua vontade”, no início, o espaço na frente aberto da estatueta);
- de um desejo de um ser fora do convencional (criança divina ou estatueta que não representa o corpo humano normal) e que claramente vem do Eu (Deus, centro sólido);
- de uma presença protetora (... o anjo lhe diz: “fique tranquila, Marie...”, manto protetor) *versus* uma ameaça em potencial (criança ameaçada de morte por Herodes, integridade agredida, trauma sexual).

A criança psíquica que nascerá não terá nada a temer: ela será protegida. Uma mãe cuidará dela, envolvendo-a em seu manto. A criança também poderá se apoiar sobre seu pai, “coluna” viva que estará atrás dela como um “desconhecido que mostra o caminho”.^[2] A criança se chamará Emmanuel e *se sentirá bem* junto a sua mãe e seu pai, na relação de três do núcleo familiar. Por enquanto, a criança ainda está sendo gerada. Sua cabeça é apenas um esboço e seus membros não estão diferenciados, apesar de contidos na forma. Marie pensa nesta criança interior, ela “medita no seu coração”.^[3] Um espaço *virgem* se abriu nela.

Temos que entender que, à figura da mãe, associo a determinação consciente de Marie em zelar pelo novo eu (a criança interior) em gestação psíquica. À figura do pai, associo a “coluna” que ela cita no final de seu relatório, coluna vertebral que corresponde à força masculina (*animus*) que ela está prestes a integrar.^[4]

Logo após ter associado o nome de Emmanuel à figura da criança *que se sente bem* junto à sua mãe e ao seu pai, tive que interromper momentaneamente meu trabalho para ir às compras. Ao voltar, passei para pegar minhas cartas na caixa de correio e encontrei um recado de Marie acompanhado de uma magnífica reprodução de um ícone russo do século XV intitulado Trindade. Sobre o ícone, três anjos meditam em torno de uma mesa. No centro da mesa, um largo cálice que contém uma forma de cor vermelha difícil de ser identificada, vinho, quem sabe. Isso naturalmente nos remete ao sacramento da eucaristia,^[5] que está no coração do ritual cristão.

Essa sincronicidade^[6] é surpreendente, porque, naquele mesmo instante, eu me questionava sobre como Marie, autora da estatueta, receberia os comentários que acabara de redigir. Será que eles representariam o reflexo fiel de sua experiência interna? No recado curto que acompanhava a reprodução do ícone, ela se lembra do triângulo que havia destacado em sua modelagem e me pergunta se posso lhe recomendar uma leitura que trate do assunto. Indicaria o estudo sobre a Trindade,^[7] no qual Jung revela, a partir da dinâmica dos números de um a quatro, todo o processo da psicogênese.

Goldmund, o cavaleiro exausto: procura e conquista, carne e espírito, paixão e culpabilidade

O herói é herói porque em cada dificuldade da vida ele percebe a resistência para chegar à meta proibida e combate essa resistência com toda a sua vontade, que o leva para esse tesouro de difícil ou impossível acesso, essa aspiração

paralisa e mata o homem comum.

C. G. Jung

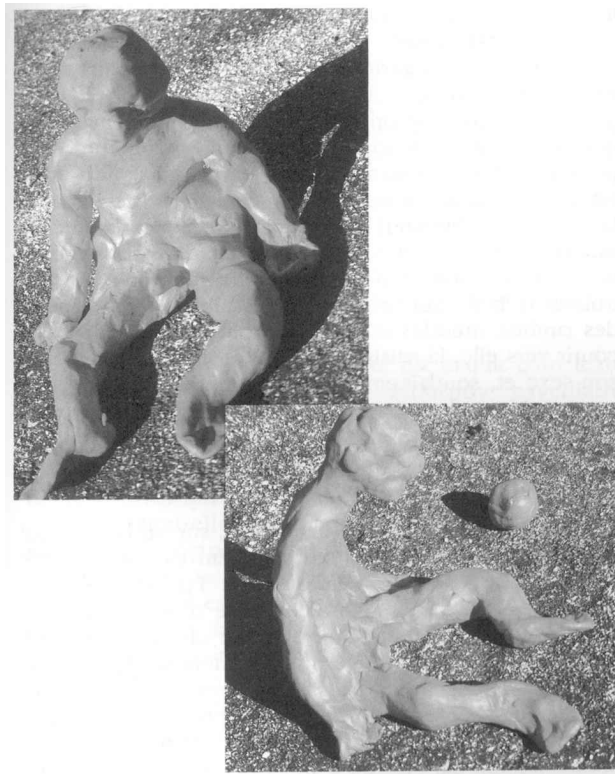
Relatório da experiência

Amoleço a massa, rolando-a e dando-lhe a forma de uma salsicha que me lembra um pênis muito, muito comprido. Começo a modelar o corpo iniciando pela cabeça. O tórax que faço é plano, e o pescoço, excessivamente comprido, quase mais comprido que o tórax. Faço um pênis em ereção. No final sento a estatueta. Quando olho para ela, com os olhos abertos, gostaria de melhorá-la.

Pouco tempo após o seminário, me deparei com o livro Narciso e Goldmund, de Hermann Hesse. Havia esquecido que alguém me dera o livro de presente. Eu o li. Gostei muito.

Narciso admirava Goldmund, sua sensibilidade, sua paixão pelo amor, sua intuição, a coragem que teve de se deixar conduzir pela força de seus instintos, a força da matéria, do corpo, da feminilidade. Mas Narciso negava tudo isso para poder se aproximar do espírito, de algo que ele sentia acima dele. De fato, ele escolheu viver afastado da sociedade para se livrar dos pecados da carne muito presentes para ele e que eram representados, visto seu jeito de ser, por Goldmund.

Às vezes, tenho a sensação de estar totalmente atormentado por um forte sentimento de culpabilidade do qual desconheço a origem. Imponho-me leis repressoras, mas quando me sinto curado, um sentimento de onipotência se instala dentro de mim. Movido pela força de minhas pulsões, volto a procurar o amor, o outro, a Mãe... até cair do meu cavalo. Não sei... mas essas pulsões são a vida que atravessa minhas veias e aflora na minha pele.



Comentários

Podemos reparar imediatamente que existe uma grande diferença entre a modelagem de Marie e a de Goldmund. Primeiro, com relação ao processo de execução. Goldmund não fala sobre sentir a massa dura no centro, depois trabalhá-la, amassá-la, sová-la, revirá-la; ele trata de amolecê-la, ele a enrola. Em seguida, ao invés de empurrá-la de dentro para fora, ele parece trabalhar no sentido contrário, do interior para o exterior. Quando fala de suas pulsões, retratadas pelo sexo em ereção; ele diz: ... *essas pulsões são a vida que atravessa minhas veias e aflora na minha pele*. Na estatueta de Marie, o destaque vai para a vida interna que precisa ser protegida na região da caixa torácica. Tudo se volta para o centro. Os membros que poderiam se expandir para o exterior são praticamente inexistentes. A cabeça que surge do tronco quase não se diferencia dele. Mas, na figura de Goldmund, a vida parece estar praticamente ausente do tórax achatado. O vento soprou em outro lugar, nas extremidades: ele se apossou da cabeça, que tem como ideia fixa encontrar a pessoa amada. Ele se apossou dos braços e das pernas, musculosos e articulados o suficiente para poderem correr em sua direção, pegá-la e abraçá-la. Ele pegou seu sexo e, de repente, a terra inteira se tornou um corpo feminino, um vale a ser penetrado.

A procura do animus e da anima

Na noite do dia 17 de março 1902, em um navio que a conduz de Nova York para a Europa, Miss Frank Miller vai se deitar. Apesar de muito cansada, não consegue adormecer. Ela fecha os olhos com o sentimento de que algo lhe será comunicado. Parece que estas palavras ficam repetindo dentro dela: “Fala, Senhor, pois tua serva está te escutando. Abre meus ouvidos”. Uma cabeça de Esfinge aparece no seu campo de visão e logo some, substituída repentinamente pela imagem de um asteca. Ela discerne todos os seus detalhes. Ele tem uma mão aberta com dedos largos, está armado e usa na cabeça o cocar de pena característico dos Índios da América. O nome Chi-wan-to-pel aparece em seu espírito, sílaba por sílaba. Logo, a cena muda. Ela vê Chi-wan-to-pel montado em um cavalo, vindo do sul, galopando pela floresta. Ele está coberto por um manto de cores vivas, vermelho, azul e branco. Finalmente, Chi-wan-to-pel desce do cavalo e faz o seguinte discurso:

Da ponta da espinha dorsal destes continentes, da extremidade das terras baixas, perambulei durante centenas de luas, após ter abandonado o palácio de meu pai, sempre movido pelo desejo de encontrar aquela que entenderá. Com tesouros, atentei muitas belas; com beijos, tentei arrancar o segredo de seus corações; com atos de proeza, conquistei sua admiração. [...] Infelizmente, nenhuma me entende, nenhuma é semelhante a mim ou é minha alma gêmea. Nenhuma delas conheceu minha alma, leu meus pensamentos, longe disto; nenhuma foi capaz de procurar comigo os topos iluminados ou soletrar comigo a palavra sobre-humana Amor!^[8]

Esse relato de Miss Frank foi retirado de um texto de Théodore Flournoy, psiquiatra genebrês, publicado em 1906 na revista *Arquivos de psicologia*. Jung inspirou-se nesse texto curto, de cerca de quinze páginas, para redigir seu famoso *Metamorfoses e símbolos da libido* (1912),^[9] que contribuiu para acelerar sua ruptura

com Freud. Essencialmente, as *Metamorfoses* explicam as etapas psíquicas que um indivíduo deve atravessar para que possa se liberar da *imago* maternal. Quem seria este Chi-wan-to-pel que entra de forma dramática na intimidade de Miss Miller, senão a clara exteriorização de seu *animus*? Por não ter se apropriado de sua alma masculina e não ter suficientemente se libertado de sua influência de origem paterna, ela só consegue viver com o *animus* e seus respectivos representantes externos de modo fusional. De fato, foneticamente, Chi-wan-to-pel é com quem *ela quer fusionar* (She-wants-to-pell).^[10] Inversamente, na alma do herói, surgirá a imagem da bem-amada, única capaz de compreendê-lo (no sentido etimológico: *comprehendere*, conter, isto é pegar com). Na visão hipnagógica de Miss Miller, o asteca, pressentindo a impossibilidade de realizar a união de seu sonho, exclama no delírio do sofrimento: “Ela entenderá! Ja-ni-wa-ma, Ja-ni-wa-ma, você me entende!”.^[11] Ora, nesse nome que o herói dá ao objeto sublime de sua procura estão incluídos, como é fácil notar, aquilo que é projetado no objeto (*Janiwama* = *anima* = a alma feminina do herói) e a figura que envolve perigosamente a alma do herói (*Janiwama*, *Janiwama* = *mama* = a mãe).

A estatueta de Goldmund expressa de forma notável uma condição psíquica análoga à do herói de Miss Miller, no momento em que ele percebe que é inútil continuar procurando no exterior aquilo que deve ser entendido e integrado como figura intrapsíquica. Abatido, deprimido, beirando o desespero, ele é encurralado pela necessidade de não projetar mais sua alma no corpo infinitamente desejável das mulheres. Isso só será possível se o herói aceitar encerrar sua relação de dependência afetiva com sua mãe.

[...] a alma de Goldmund estava inteiramente penetrada e marcada como num molde por essa puerilidade da vida dos errantes, pelo caráter feminino de sua origem materna, sua revolta contra a lei e a razão, seu abandono à mercê das coisas, sua secreta e constante familiaridade com a morte.^[12]

Um dia, para se desvencilhar de seu passado, mudar de vida, o Goldmund de Hesse sentiu a necessidade de se confessar. Após ter encontrado um frade que aceitasse ouvir suas confissões, ele se recolheu por um momento perante o altar e, levantando os olhos, percebeu um raio de sol que iluminava uma escultura em madeira da Virgem:

[...] graciosamente inclinada em uma atitude carinhosa, [...] acima de sua boca dolorosa, seus olhos olhavam para nós, sob o arredondado graciosamente de sua testa, tudo parecia tão real, tão lindo e tão cheio de vida interior, repleto de alma, que ele acreditou nunca ter visto nada igual. Ele não se cansava de olhar para aquela boca, o charme familiar do movimento do pescoço, ele tinha a impressão de ver ali realizado aquilo que ele tantas vezes havia sentido e visto em seus sonhos, aquilo que o seu coração tanto havia almejado.^[13]

Após indagar o nome do mestre que tão bem representou no rosto da Mãe de Deus esta dor suprema e esta volúpia suprema que podemos perceber às vezes na mulher

no momento do parto, ele foi ao encontro desse mestre com a esperança de se tornar seu assistente. Atencioso, mas sem complacência perante a demanda de Goldmund, o mestre (Niklaus) lhe fez a pergunta: “Você já modelou argila ou cera?”. E Goldmund logo se recordou de um sonho que ele tivera muito tempo atrás: ele modelava pequenas estatuetas de barro... [14]

Sobre o solo, no chão, ao lado da estatueta de Goldmund estudante de eutonia, há uma bola de argila com, em seu centro, algo como um vale que a atravessa. A pulsão da vida ou a pulsão da morte, o que vingará nele? Ao lado de Goldmund há um espaço para criação, uma obra a ser acabada, uma alma feminina a ser incorporada, uma carne de sua carne a ser reconhecida como sua para reencontrar o gosto pela vida.

Roseblanche, a mulher xamã que pôde se ver em pedaços: o medo de abrir novamente grandes feridas dolorosas

Seu corpo, como uma memória terrivelmente fiel, não parava de relembrar aquilo que seu eu psíquico tentava também esquecer.

Geneviève Guy-Gillet

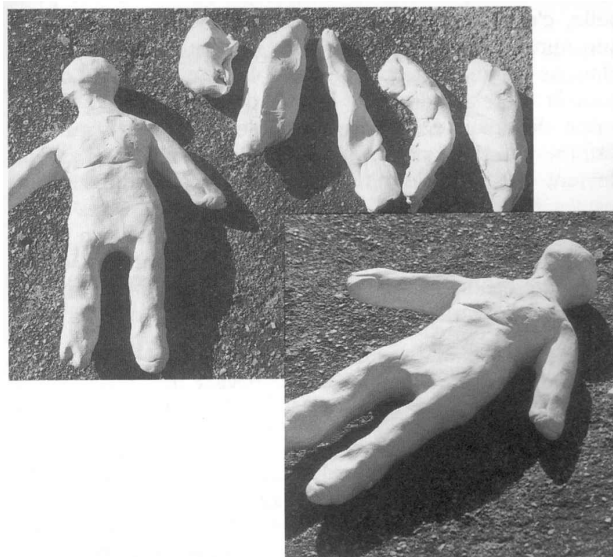
Descrição da experiência

Rose deseja claramente uma argila branca para a modelagem. Logo no início, um ar de pânico parece soprar no seu interior. Desamparada, ela faz uma pausa. E recomeça a trabalhar; aparentemente, ela se esforça em continuar. Ela molda uma cabeça, braços, pernas. A perna esquerda quer se desgrudar. Ela parece querer arrancá-la, mas se segura.

Após outra pausa, ela arranca as pernas e os braços, e os joga no chão. Recomeça com uma menor quantidade de argila: cabeça, braços, pernas. Parece ainda ter vontade de arrancá-los, mas não o faz.

Ela coloca um pouco mais de argila no tórax, deve achá-lo muito achatado. Finalmente, abre os olhos e nos diz estar surpresa de ver uma pequena estatueta um pouco torta que seja, mas simpática, pois pensava que fosse ver um ser mutilado. Ela está contente, mas se surpreende com uma fissura justo acima do peito.

Qual seria a significação da fissura? O que teria acontecido se eu tivesse arrancado os membros? A sensação que se desprende da minha estatueta estaria ligada à minha anorexia? Eis as únicas perguntas que Roseblanche colocou em relação à sua modelagem, as únicas palavras que pronunciou antes de voltar a silenciar-se.



Comentários

A pele de Roseblanche pouco se diferencia, pela cor, da argila que ela escolheu para modelar sua estatueta. Um rosa bem discreto mostra que o sangue não se retirou totalmente quando entrou em contato com o exterior, que ela percebeu como duro e frio. Na intimidade das células de seu corpo, Roseblanche lembra-se de seu primeiro contato com o mundo. Mamando avidamente o seio de sua mãe, ela havia levantado os olhos, esperando ler no olhar dela uma palavra acolhedora: “Eu te amo, você é a pessoa mais querida por mim neste mundo”. A palavra não veio. Ela só poderia ter vindo de uma pessoa quente, intensamente presente. Ela só poderia ter vindo de uma alma. Só existe Palavra quando a carne é viva. No entanto, a carne de sua genitora estava morta ou quase... Digamos que ela estava ausente. Essa carne estava inquieta, absorvida por outra coisa; sua atenção estava em outro lugar.

Nas origens arquetípicas da história de Roseblanche: o conto de Branca de Neve

Roseblanche nunca esquecerá o olhar hostil que a acolheu quando nasceu. Ela sempre se lembrará dele pela dor horrível que sentiu naquele momento no fundo do peito. Paralisada de medo, nem conseguiu gritar. E em seguida mais nada, senão a sensação de frio que percorria sua epiderme e uma vontade irresistível de morrer. Sabemos que ela não se entregou a esse impulso...

Roseblanche continuou vivendo, mas com a morte na alma.

Espelho, espelho meu, me diga: neste reino,

Qual é a mulher mais bela?^[15]

Quando a mãe ou a madrasta só podem existir para a criança quando ela se sente a mais bela, é que na vida, amor nenhum a torna rainha: só lhe sobra, então, o ódio ao qual Branca de Neve, assim como Roseblanche, foi submetida. Para a mãe narcisista, ver um ser se desenvolver na sua frente é insuportável. Crescendo, afirmando-se, ganhando autonomia e brilho, a criança se torna um espelho que acentua, por contraste, as pretensões da mãe. De repente, os traços sedutores da mãe endurecem,

sua voz melodiosa desafina e seus impulsos de puro carinho ameaçam agora quebrar tudo. Momentos de verdades impiedosas que forjam a madrasta má!

Você vai pegar a criança e carregá-la para longe na floresta: não quero mais vê-la. Você a matará e me trará seu fígado e seus pulmões como prova.

O apetite de Roseblanche sumiu. Quando, por insistência das pessoas que a rodeavam, aceitava engolir um pouco de alimento, vomitava-o logo em seguida. O alimento tinha gosto ruim, ou estava envenenado. Em todos os casos, Roseblanche não tinha o fígado necessário para poder assimilá-lo. Emagreceu visivelmente. Tentou se tornar a mais discreta possível para se fazer esquecer. E quando alguém irritado a obrigava a falar, era preciso ficar atento, pois ela quase não conseguia abrir a boca para deixar filtrar um filete de voz. Ela não queria contar o que acontecera, o que ela vivera, o que ela sentira. Mesmo que o quisesse, não conseguiria. Falar exige fôlego. Branca de Neve não tinha mais os pulmões para tal. Olhando para seu peito imóvel, duro, daria até para pensar que ela parara de respirar. Ela, sem dúvida, teria parado de comer e de respirar se não fosse a extrema solidão e o cúmulo de desespero com os quais se deparou um dia. Deu-se conta então de que precisava fugir, sumir daquele lugar, onde morria lentamente, e precisava encontrar a qualquer custo um novo lugar, onde iniciaria uma nova vida.

Ela começou a correr, arranhando-se nos espinhos e nas pedras pontudas, vendo pular na sua frente os bichos selvagens que esbarravam nela, mas não a machucavam. Até enquanto seus pezinhos aguentaram, ela correu reto para a frente, e, quando a noite chegou, exausta, ela teve a sorte de encontrar uma casinha onde entrou para descansar.

Roseblanche arrancou as antigas pernas e os antigos braços... jogou-os no chão e... recomeçou a esculpir uma figura menor.

Tudo era tão pequeno na casa em miniatura, mas tudo tão limpo e aconchegante. Havia uma mesinha já posta, com sua toalha branca e sete pratinhos com seus respectivos talheres: a faquinha, a colherzinha, o garfinho e a canequinha.

Pronto, ela encontrou um novo lar, um lugar onde a criança – que, para sobreviver, naquela época, havia se trancado em um caixão de vidro e eliminado toda e qualquer sensação – agora poderia respirar plenamente e brincar. Roseblanche tinha muita fome e muita sede. O processo de seu segundo nascimento começou e, com ele, o processo da individuação. Cabeça, braços, pernas... ela tirou argila, e depois recolocou mais um pouco no tórax, que considerou muito achatado. O que veria depois que acabasse de modelar sua nova estatueta e abrisse os olhos para olhá-la como se olhasse um espelho? Um ser mutilado, assim como sua mãe a via? Não. Descobriu uma “pequena estatueta” familiar, um pouco torta sim, porém simpática. Esta poderá viver inteira!

O que pensar da fissura situada logo abaixo do peito que ainda não é de uma mulher? E o que fazer com esses cinco membros estirados ao lado da nova estatueta? Abrir a fissura seria encarar grandes sofrimentos dolorosos, e ela sentia que ainda não estava preparada para isso, ainda estava muito frágil. O momento chegaria. Enquanto

isso, ela estaria ocupada em reintegrar, uma a uma, na sua carne que retomou vida, todas essas partes que teve que arrancar para ter acesso ao núcleo, à essência, ao centro. Ela se confeccionaria pés e mãos, cinco dedos para agarrar a realidade, no húmus, no humano; cinco membros (dois braços, duas pernas e uma cabeça) que almejam atuar na comunidade dos homens.

Nos seus estudos sobre o processo de transformação psíquica tal qual ela se apresenta nos textos alquímicos e outros textos de caráter religioso, Jung evidenciou o tema do desmembramento que resulta no nascimento de um novo ser, manifestação do homem interior. Durante a celebração dos mistérios dionisiacos, o deus era despedaçado antes de se tornar um espírito indivisível. A verdadeira firmeza psíquica só nasce a partir de experiências severas de desmantelamento ou de divisão interior. Foi o caso do deus egípcio Osíris, cujo corpo foi despedaçado e reconstruído pela mãe com a ajuda de Anúbis.^[16] A experiência simbólica de desmembramento é também descrita de maneira intensa no texto da primeira visão de Zosime, filósofo da natureza e alquimista do século III:

Adormeci falando [...] e escutei uma voz de cima que falava: “é o sacrificador que me renova *retirando a densidade de meu corpo* e, consagrado por necessidade, me transformo em espírito”.^[17] [...] alguém chegou, cedo de manhã, com pressa, ele foi mais forte, me cortou ao meio com sua espada e me desmembrou [...] e juntou meus ossos e minha carne e os queimou com o fogo da cura até que, meu corpo se transformando, aprendi a ser espírito. Eis aí meu suplício intolerável. “E como ele continuava a falar, e eu o obrigava a fazê-lo, seus olhos se encheram de sangue e ele *vomitou suas carnes*. E vi como ele havia se transformado em um homem menor (anão, homúnculo), que tinha *perdido uma parte de si mesmo* (um homem estropiado ou tolhido).”^[18]

A interpretação literal dessa visão, aparentemente bárbara, assim como a aplicação de uma terapia exclusivamente coercitiva em pessoas acometidas de anorexia (obrigá-las a comer), demonstra uma triste ignorância perante o processo de transformação que está em andamento nos dois casos. Os médicos que prescrevem mecanicamente tratamentos, sem considerar a alma que está sofrendo, comprovam essa ignorância. Os gurus, tais os da seita do Templo Solar, tiveram a mesma atitude de ignorância quando fizeram com que homens, mulheres e crianças praticassem suicídio coletivo.^[19] Submetendo seus corpos ao tratamento pelo fogo, prometiam aos adeptos uma transformação espiritual. No primeiro caso, menospreza-se a alma, princípio vivo do corpo, e, no segundo caso – segundo as palavras de Buda –, menospreza-se o corpo, “consciente e dotado de uma inteligência, no qual encontramos o mundo, e seu crescimento, e seu declínio, e o caminho que leva a ultrapassá-lo”. Nos dois casos, existe excesso de orgulho (*hybris*). Adota-se uma atitude que, sob o desejo inconsciente de onipotência, não aceita o processo lento, doloroso e muitas vezes humilhante de maturação, que só se dá em um corpo habitado, por mais mortal e limitado que ele seja.

Os estudos de Mircea Eliade sobre o xamanismo também demonstram que despedaçar o corpo e renovar os órgãos era a prática central nos rituais de iniciação

no xamanismo, prática que era acompanhada do desenvolvimento da capacidade, no aprendiz xamã, de se ver no estado de esqueleto.^[20] Ao acordar, um bruxo amazalu conta a seus amigos:

Meu corpo hoje está moído. Sonhei que várias pessoas estavam me matando. Escapei, nem sei como. Quando acordei, uma parte do meu corpo sentia de uma forma diferente da outra. Meu corpo não era mais igual por inteiro.^[21]

Aquele ou aquela que conseguiu superar essas experiências perturbadoras, e conseguiu no final reunir e reintegrar todos os seus pedaços, será mais apto, depois, a ajudar outros a atravessar tais provações. Ele/ela terá feito também aquilo que é necessário para se tornar um todo, para se realizar.

A bela Helena que se sente muito mulher atrás do palco

Relatório da experiência

A argila está fria. Eu a sovo. Às vezes, raivosamente. Faço um rolo comprido que enrolo, e transformo em placa mais ou menos circular. Belisco a massa para que ela se espalhe. Prazer em sentir escorregar a massa cada vez mais mole entre a polpa dos dedos. Gostaria de pesquisar formas com meus dedos, quando eis que me lembro do propósito do trabalho: já é tempo, preciso fazer uma estatueta, um corpo humano. Em vez de enrolar minha pizza fazendo duas espirais indo uma em direção à outra (é o que querem meus dedos), eu a comprimo na forma de um rolo cuja espessura e o comprimento correspondem ao volume que preciso para fazer a estatueta.

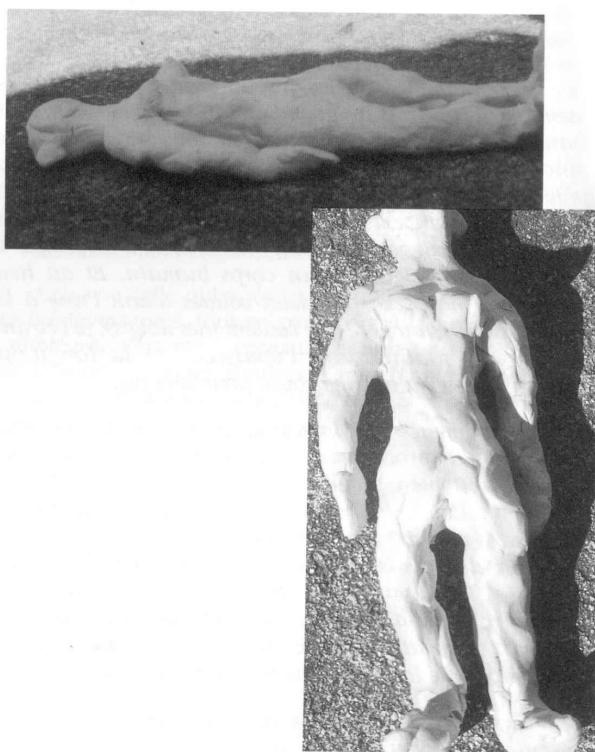
Começo pela cabeça e o pescoço. Não sei como fiz, mas o importante era que a minha estatueta fosse bem proporcionada. Com meus dedos, conferi a relação dos braços com o torso, a bacia e as coxas. Procurei colocar os joelhos nos seus devidos lugares e a posição dos pés tinha que ser a de uma pessoa deitada. Dei-lhe seios altos e firmes. Quando um pedaço da massa se desgrudou, dividi-o em dois e fiz duas orelhas que coleí de cada lado da cabeça, grandes e bem desgrudadas.

Quando abri os olhos, vi uma estatueta inteira muito bem proporcionada – um esboço, irregular, inacabado. Não foi difícil resistir à tentação de querer acabá-la. Ela já estava suficientemente idealizada, com sua cintura muito fina e seus seios muito altos. Seus pés grandes me agradam – e sua posição é a mesma que a minha quando estou deitada. A estatueta parece bem apoiada no chão. Suas orelhas lhe dão um ar estranho. Elas me questionam. São autênticas ou simplesmente wishful thinking?^[22] Tranquilizo-me ao associá-las à minha vontade de estar à escuta dos outros.

Tenho dificuldade em escutar, ou até mesmo ouvir os comentários dos outros.^[23] Os seios! Sim, sinto-me muito mulher, mas o que os outros veem é uma Barbie que esculpi, que percebemos sob o falso rústico dado pela falta de acabamento. As orelhas estilo E.T.! Você está vendo, são falsas. Não é a realidade, elas parecem estranhas, pois acabaram de chegar. A cabeça e os braços estão virados para o chão! Agora, isso me machuca, estou realmente zangada! Mais tarde, este comentário evolui e traz à tona ondas de tristeza ou vulnerabilidade que me

atravessam intermitentemente. Elas não têm nome, nem causa aparente. São justamente o lugar atrás do palco (Barbie), e me pertencem. A eutonia permite que eu as deixe estourarem. Elas me amedrontam cada vez menos. Sei que um dia vou entender o que aconteceu e o que está acontecendo. Mas, para encontrar palavras para expressá-lo, preciso viver as sensações/emoções sem procurar trancá-las dentro de explicações. Elas devem achar seu próprio caminho em direção às palavras. Enquanto isto não acontece, não gosto que tudo isso me seja jogado na cara.

No dia seguinte, não tolero mais minha estatueta. Ela parece isolada; a única de cor amarela, amarelo feio e sujo. Além disso, ela é dura... choro sobre ela. Choro, ponto final. E ao anoitecer, algo se acalma em mim. Estou nutrida pelo amor que circulou no grupo. E descubro o amor em mim.



Comentários

Hélène sova a massa com raiva, ela a enrola, a belisca... Ela gosta de senti-la escapar, cada vez mais mole entre a polpa de seus dedos. Ela finalmente a comprime, formando um rolo cuja espessura e comprimento correspondem ao volume necessário para fazer uma estatueta. Nesse caso, temos a impressão de estar na presença de alguém que se sente bem na sua pele, que abraça a vida, que vai em frente, que goza. Considerando o que ela faz com a massa, achamos que nada poderia resistir-lhe, pois está decidida a transformar o outro conforme seu desejo: um rolo fálico, uma placa circular/*pizza*, ela passa do *yang* ao *yin* em uma só tacada. Ela sabe ser ativa (sova, rola, belisca, comprime), e ao mesmo tempo é muito receptiva à novidade... Quando um pedaço de massa se desgruda, ela o aproveita, e faz duas orelhas grandes e desgrudadas. Quando ouve os comentários que fazem sobre sua estatueta, ondas de tristeza e vulnerabilidade vêm à tona, ela as deixa estourarem, acreditando que encontrarão, um dia, *seu próprio caminho em direção às palavras*, mas naquele

instante o importante é *soltar estas sensações/emoções sem procurar trancá-las dentro de explicações.*

Hélène utilizou toda a massa e moldou uma forma bem encarnada. Sua estatueta tem mãos, pés, orelhas, boca. Ela é proporcional e bem assentada no chão. A relação entre braços, torso, bacia e as coxas é perfeita. Os joelhos estão no lugar e a posição dos pés corresponde aos seus quando ela está deitada. Depois, precisamos ver os seios, belos seios altos e firmes, seios de uma mulher que se sente muito mulher!

Helena de Troia ou a quantidade de tristeza de que precisamos para ter acesso à beleza interior

Hélène lembra o tempo onde, considerada a mais bela do mundo, ela tinha como pretendentes todos os príncipes da Grécia. Ela podia escolher aquele que mais lhe agradava: o mais forte, o mais rico, o mais poderoso. Ela havia escolhido Menelau, que todos invejaram por estar ao seu lado, compartilhando sua intimidade. Mas Menelau não era suficiente e, com a cumplicidade de Afrodite, ela aceitou sem hesitar ser a “única” de Teseu, de Aquiles, de Dêifobe e de Páris. Não teria sido por sua causa que todos os habitantes de Troia tiveram que aguentar durante dez anos essa horrível guerra que os gregos armaram para devolvê-la a Menelau? Mas ela, a mais bonita, “com seios altos e firmes”, estava acima disso tudo. Ela sabia que sua beleza arrebatadora a salvaria de qualquer passo em falso. Ela o comprovou diversas vezes. Perante os que queriam levantar a mão ou a espada sobre ela, bastava desabotoar sua blusa e mostrar-se seminua... Imediatamente estas mãos se abaixavam e só queriam ser doces e carinhosas.^[24] Ela era para eles a “mulher eterna” para quem qualquer homem, com prazer, teria pegado emprestadas as palavras de Rilke para cortejá-la:

Apague meus olhos: posso te ver
Tampe meus ouvidos, posso te ouvir
E mesmo sem pés posso ir até você
E mesmo sem boca posso te invocar.
Arranque meus braços: te pego
Com meu coração como se fosse uma mão
Rasgue meu coração: e meu cérebro pulsará
e mesmo se você fizer um *braseiro* com meu cérebro
Eu te carregarei em meu sangue.^[25]

Mas este império que ela exercia sobre o coração dos homens, infelizmente, desmoronou. Era de se esperar; mais tarde, ao longo de seu caminho, “pequenos”, serviçais, filhos não perderiam a oportunidade de precipitá-la “atrás do palco”.

Ela tem essa lembrança, pois agora se questiona. Ela, que se achava perfeita, com suas belas proporções, sua cintura fina e seus seios soberbos, percebe que, na verdade, era apenas um “esboço, irregular, inacabado”. E com suas “orelhas grandes”, ela descobre que tem “dificuldade em escutar ou até mesmo ouvir os comentários dos outros”. Então, ela se pergunta se o que escuta é realmente autêntico ou se está se enganando, inventando histórias bobas. Ela se zanga. Até se trata de “Barbie”, por se sentir ridícula e falsa ao dar tanto valor à aparência física. Ela, a

radiante, que tinha o poder de acender o fogo do desejo nas pupilas dos homens, hoje se sente só e suja. E o ouro que se pensava encontrar nela, no contato com sua pele e dentro de seu ventre, esse ouro divino não passa de uma ilusão, um amarelo feio. Ela está envergonhada, não ousa erguer os olhos, sua cabeça e seus braços “estão virados para o chão”. Ela está triste. Não se ama mais.

E agora chora. Sensível ao que ela está sentindo, eis o que alguém poderia lhe dizer:

Hélène, você nunca esteve tão bela... bela com suas imperfeições, suas interrogações, suas hesitações. Você é bela, Hélène, com seu ímpeto, seus estouros, seus medos. Você é bela pela sua vulnerabilidade, por tudo que é bizarro em você e escapa aos modelos, aos critérios e às categorias. Você é bela pelas suas aspirações, pelo seu ideal, pelo seu caminho em direção às palavras que estão por vir. Você é bela, Hélène, pela verdade de todas as suas frentes e de todos os seus versos. Você é bela pelo que nasce em você, pela serenidade que cresce ao cair da tarde, por todo este novo amor que a nutriu e que a faz resplandecer. Você é bela. É humana. Pronto!

Sarah, o embrião que quer viver: a vida não é um jardim do éden

Assim como a evolução do embrião refaz as etapas da pré-história, o espírito também atravessa uma série de estágios pré-históricos. A principal função dos sonhos é fazer nossa lembrança recordar da pré-história e do mundo da infância, até o estágio de nossos instintos mais primitivos. Essa recordação pode, como Freud já o notou há tempos, ter um efeito terapêutico notável.

C. G. Jung

Relatório da experiência

SEGUNDA. Preciso fazer um corpo humano, onde ainda será que esta história vai chegar? Será preciso imagens também? E se elas não aparecerem? [...] Saio, porque não consigo ficar aqui; volto porque não posso fugir. Faço algo que deveria parecer um tronco. Não sei nem onde nem como vou colocar uma cabeça, braços e pernas, faço pés. No final, reponho tudo no bloco de argila. Esta coisa não pode viver.

TERÇA. Sonhei que estava em um túnel que não tinha saída. Havia apenas uma entrada e, em todo o seu comprimento, feixes de luz que vinham de um farol que estava fora e acima do túnel. (Fim do sonho.) Também preciso de um corpo. Ao meio-dia, saio com um pedaço de argila. Vou embaixo de uma árvore porque, quando não encontramos nosso lugar junto aos humanos, precisamos pedir às árvores. Faço primeiro um embrião. Ele é todo encolhido, mas tem dois braços e duas pernas, com mãos e pés. Não sei se ele sabe viver. Sinto-me só como em um berço que é uma gaiola muito aquecida, com máquinas e tubos no meio das máquinas, e dentro de mim, um alimento que tem gosto ruim, em uma sala fria, com excesso de luz e muitos bebês.

Preciso fazer uma estatueta. Para sobreviver. Tem que ser uma mulher com um sacro, duas orelhas e três olhos. E um corpo para poder utilizar isso tudo. E para viver. Ela (a estatueta) tem uma trinca na bacia. Faz-me pensar na minha bacia, na minha sexualidade, que foi abusada antes de existir. Por que essa história sempre

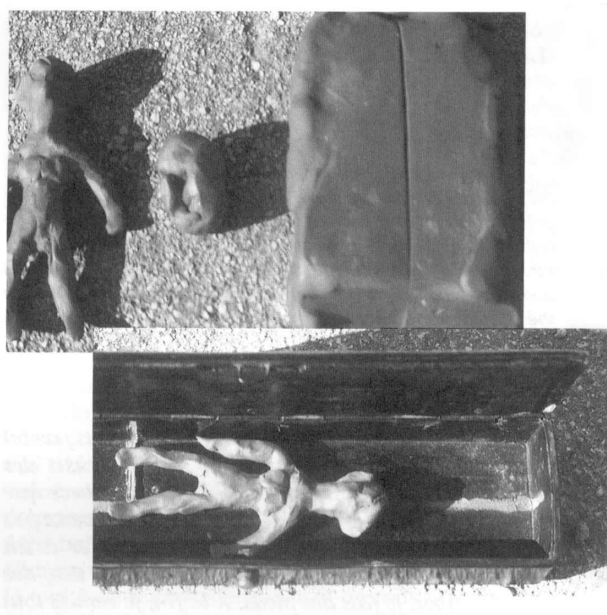
volta? É a terceira vez. Primeiro, lembrei-me disso durante minha psicoterapia que, inclusive, terminou naquele momento. Agora eu sabia e precisava aceitar e me convencer de que aquilo pertencia ao passado. Depois, já fazia tanto tempo que, quando voltou durante um tratamento com a Esther (uma eutonista), nem lembrei de que eu já havia recordado isso antes. Com a Esther, foi a descida ao inferno, nós duas, e o fim da minha dor que sempre havia me acompanhado. Convenci-me de que aquilo pertencia ao passado e que eu precisava esquecê-lo. Mas, às vezes, o passado é um eterno presente.

No final da tarde, disse (para o grupo) que fizera uma estatueta e que, quem sabe, no dia seguinte, se fosse possível, eu a mostraria. Sou incapaz de seguir regras como todo mundo. Primeiro a estatueta precisava falar comigo em particular, no meu compartimento.

QUARTA. Minhas estatuetas estão aí. Dizem-me que é algo arcaico. Isso me agrada. Marcel conta a história de Jung e seu estojo. Ele também fala de Florence, uma aluna em análise que, assim como eu, procurava se proteger desrespeitando as regras [...] Os feixes de luz no túnel, preciso me agarrar neles para poder sair. Acima, há a eutonia. É através da eutonia que vou reatar com a vida, reatar com um sentido que faça viver. A vida não é um jardim do Éden, mas algo possível, que tem sentido e que podemos amar. Preciso guardar minha estatueta, ela vai me ajudar. É como se ela fosse meu inconsciente que não posso carregar só dentro de mim; ele precisa também estar fora de mim.

QUINTA. Hélène, uma colega, me deu um estojo e uma caixa em forma de coração. Bons alimentos. Passei a noite inteira com a história de Florence. Obrigada, Florence.

SEXTA. Pela primeira vez, aceito que fotografem e analisem minhas estatuetas sem perdê-las. Vou recuperá-las, mas elas não terão sido tocadas. A mulher arcaica estará no estojo e terei que grudar seus braços, suas pernas e sua cabeça em seu tronco. O embrião ficará ao lado, na caixa em forma de coração. Terei que desdobrá-lo para que ele mostre seus braços e suas pernas. Terei que usar o resto da massa para conectar as duas estatuetas.



Psicogênese da volta à vida de uma mulher abusada antes que pudesse existir

PRIMEIRO RELATO.^[26] Para Sarah, esculpir uma estatueta é questão de vida ou morte, mas ela receia, como Roseblanche, não ser capaz de fazê-lo. Pior: no início, ela desiste. Sai da sala, pois se sente incomodada ao lado dos outros, que parecem estar à vontade para executar a ordem. Será que ela estava querendo que eu fosse encontrá-la e convidá-la a voltar? Sinto que não devo intervir dessa maneira. Eu a deixo fazer, mesmo que isso possa comprometer a sequência de nosso trabalho. Nesse momento, ela precisa se sentir livre, livre para iniciar ou não um processo de criação. Eu a vejo voltar. Ela decidiu não fugir, mesmo que tudo aquilo lhe parecesse muito penoso. O que ela está vivendo em seu interior que a inibe tanto? Ela se senta em um canto, com um ar sombrio. Então, pega um pedaço bem pequeno de massa e molda a forma básica de um tronco. Em seguida, extrai dessa forma dois pequenos tocos que poderiam virar pés, mas... ela para. Não continua. Amassa o tronco recém-nascido e devolve a massa ao seu lugar de origem, o bloco de argila. Só isso. Nada nascerá de Adâma, hoje.

SEGUNDO RELATO. Sarah teve um sonho, esta noite. Sonhou que estava em um túnel que possuía só uma entrada e não tinha saída, como um embrião que se sente imobilizado e preso no útero ou em uma incubadora. Para entender o que estava vivendo, para clarear esse espaço de escuridão no qual sempre viveu, um espaço no qual se sentia presa em uma gaiola, com máquinas e tubos atravessando as máquinas, ela precisava se agarrar aos “feixes de luz” vindos de um farol que estava fora. Para ter um corpo bem dela, ela precisava voltar a suas origens e, aí, nascer de cima.^[27]

Quando o sol chegou ao ponto mais alto, Sarah saiu, levando consigo um pedaço de massa. Como Adão, como Eva, como todos aqueles que sentem em seus corpos a subida da seiva, ela foi para baixo de uma árvore “boa para ser comida e sedutora ao olhar [...] desejável para poder adquirir o entendimento”.^[28] Fez, ali, um embrião; será que ele sobreviverá?^[29]



A FERIDA ORIGINAL. Após modelar o embrião, Sarah tem vontade de esculpir outra estatueta. O resultado é uma mulher pequeninha (*homunculus*) cuja semelhança com figuras pré-históricas é chocante.

O pedacinho de mulher arcaica esculpido por Sarah possui um sacro, duas orelhas e três olhos: um sacro^[30] para dar novamente à bacia uma base sagrada, duas orelhas para ouvir a palavra que dá sentido e três olhos, um terceiro olho – espiritual –, aquele que permitirá reconhecer o caminho da salvação na autorrealização.

Para Sarah, o impressionante é a trinca que ela percebe em sua figura, uma trinca na sua bacia que lembra seu trauma sexual. Com uma mãe abusada dessa forma, o que acontecerá ao embrião se ele sobreviver?

O SEGUNDO NASCIMENTO. Quem sabe que a mulher, antes de se chamar Eva, antes de se chamar Maria, antes de poder existir, quem sabe que a Mulher arcaica foi ferida? Só existe essa trinca no quadril para prová-lo! Quando Jesus desceu ao inferno, foi na barriga ferida de sua mãe que ele desceu – para, como é dito nas Sagradas Escrituras, reconstruir o Santuário!^[31] Aquele que tem consciência de toda a hostilidade^[32] sofrida pela mulher ao longo da história também conhece sua tristeza. Talvez Maria também tenha sido pega com violência, ela também, em suas entranhas? Então, para sobreviver, ela precisava dar à luz, colocar para fora dela, aquele com o qual ela havia sonhado e que ela havia carregado durante muito tempo dentro dela: esta criança, através de suas palavras, seria como uma luz que reluz na escuridão,^[33] e, através de sua ação, curaria a ferida original.

A CURA DO CORPO-ALMA. Os antropólogos nos contam que os indígenas em contato pela primeira vez com o homem branco reagiam bruscamente diante das fotografias que se tiravam deles. Esses indígenas achavam que a pequena caixa tinha o poder de tomá-los por inteiro e despossuí-los deles mesmos mantendo-os presos na película. A captura pelo outro desta imagem de si sem seu consentimento induzia a sensação de alienação e profanação de sua alma. Vamos recordar a reação de Sarah quando propus a modelagem:

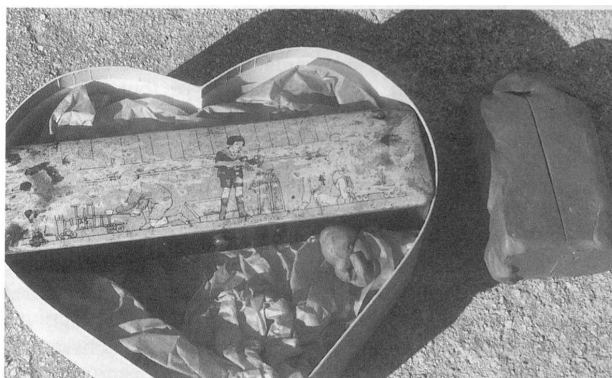
Precisamos fazer um corpo humano, onde ainda será que essa história vai chegar? Será preciso imagens também? E se elas não aparecerem?

Muitas vezes notei essa preocupação, durante minha prática terapêutica, com as pessoas convidadas a expressar o preceito analítico “falar o que se vem à mente”. E se nada vinha? Foi o caso em particular de Florence, uma paciente que acompanhei durante muitos anos e que se mostrou incapaz durante todo esse tempo de respeitar ordens. Mas, no entanto, até onde ela se lembra, sempre teve o sentimento de ter sido, no seio de sua mãe, um embrião que não tivera vontade de nascer. Esse sentimento era acompanhado da convicção de que ela não tinha sido uma criança desejada e nunca teve um lugar que realmente lhe pertencia dentro do espaço familiar. Ao mostrar suas emoções, Florence teria corrido o risco de ser invadida por um insuportável desejo de morte. Ao fazer o mesmo, Sarah estava fadada a entrar

novamente em contato com um episódio traumatizante de sua infância marcado, aparentemente, por um abuso sexual.

Perto de uma árvore que devia lembrar o dia em que alguém, atacando-a, havia transgredido a primeira das proibições,^[34] Sarah conseguiu ultrapassar a barreira de suas resistências e modelar um pequeno embrião. Mas sozinho, dentro de uma gaiola superaquecida ou em uma sala muito fria, é mais do que provável que o pequeno embrião não teria sobrevivido. Então, ela fabricou-lhe uma mãe, uma mãe ferida que ela precisa agora curar para que ela possa se reconectar ao embrião e lhe fornecer o alimento certo para que ele se realize.

Com a ajuda de Hélène, sua aliada, Sarah se prepara para reconectar a mãe arcaica ao embrião, para que um dia a criança brinque livremente no vasto mundo. *Hélène me ofereceu um estojo e uma caixa em forma de coração. Bons alimentos.*



No estojo, a mulher arcaica encontrará as palavras para contar sua dor, e com estas ela chegará à fala. Na caixa em forma de coração, o embrião encontrará o calor e a luz necessários para se desenvolver, ele encontrará o amor do qual Hélène se nutriu quando ele circulava¹⁰⁰ no grupo, um amor do qual Sarah poderá igualmente se nutrir.

Na presença das estatuetas de Sarah, lembrei-me do pequeno homem que Jung havia esculpido por volta dos sete anos, período especialmente difícil, fragilizado em parte pelas oscilações de humor de seu pai colérico e estados depressivos momentâneos de sua mãe. Jung retrata essa experiência na sua autobiografia, apontando um acontecimento da maior importância:

...utilizava um estojo laqueado de amarelo com uma pequena fechadura, como todo aluno da escola primária. Ele continha, entre outros objetos, uma régua. Na ponta desta régua, esculpi um bonequinho de mais ou menos seis centímetros de comprimento com uma casaca, uma cartola, sapatos brilhantes. Pinte-o de preto com tinta e destaquei-o da régua serrando-o e coloquei-o no estojo onde lhe preparei uma caminha. Também fiz um casaquinho para ele, com um pedaço de lã. Coloquei ao seu lado uma pedra recolhida no rio Reno, lisa, comprida, preta, que eu havia pintado com aquarela de várias cores, de tal forma que as partes inferior e superior se destacassem. Este pedregulho, eu o guardei durante muito tempo no bolso da minha calça. Era a sua pedra. Tudo aquilo constituía meu grande segredo [...] jamais deveria ser traído, porque a minha segurança dependia dele.^[35]

Jung também conta que, frequentemente, subia escondido no celeiro para contemplar seu bonequinho. Depositava a seu lado, no estojo, palavras que havia traçado sobre um rolo usando uma escrita secreta, durante as aulas. Somente muito mais tarde, a partir da idade de 35 anos, Jung pôde estabelecer a relação entre esses rituais de sua infância e práticas arcaicas que pareciam todas ter como função proteger o indivíduo e manter a energia da criação acesa nele, o sopro de vida. Como exemplo, ele menciona a existência de esconderijos de pedra de almas que foram encontrados perto de Arlesheim, e menciona também os *churingas* da Austrália. Ficou chocado com a semelhança do bonequinho que havia esculpido com Telésforo, pequeno deus escondido da Antiguidade, que podemos ver ao lado de Esculápio, deus da medicina, em ilustrações antigas. Em várias dessas ilustrações, vemos Telésforo ler para Esculápio algo escrito sobre um rolo. Ele também cita o caso dos Cabiras, divindades da natureza frequentemente representadas sob a forma de anões e cujo culto lembra o de Deméter.

Que a criança tenha sido renegada e jogada como Édipo e Moisés; que tenha sido ameaçada de morte, como Jesus na sua fuga para o Egito; que ela tenha sido odiada e mal alimentada como Branca de Neve ou que tenha sido abusada sexualmente, o resultado é o mesmo: seu princípio vital é molestado, sua integridade, lesada, sua alma ferida está em perigo. Então, no lugar desse espaço interior onde poderia nascer e se desenvolver o eu da criança, surge um vazio amedrontador, frio e negro.^[36] Quem poderia imaginar que uma luz pudesse despontar no meio da escuridão e, com ela, uma palavra que aquece e acolhe?

A reintegração da alma no corpo como processo de cura

Edward B. Tylor foi quem primeiro (1871) estudou essa antiga concepção que pregava que a doença se declara quando o indivíduo perde sua alma, seja porque essa abandonou o corpo espontaneamente (durante um sonho, por exemplo) ou durante um acidente (após um grande susto), seja porque espíritos ou bruxos a roubaram. Essa teoria da doença, que predominava em alguns povos mais antigos da terra, supunha que o homem carregava dentro de si “um tipo de sósia, uma alma-espírito cuja presença no corpo era indispensável para poder levar uma vida normal”. Quando a alma de uma pessoa se perdia, se feria ou se separava do corpo, cabia ao xamã curandeiro “perseguir a alma perdida nos infernos, assim como um caçador persegue a presa no mundo físico”. Se o xamã conseguisse recuperar a alma perdida, ele a trazia de volta e a reintegrava ao corpo despossuído, curando, assim, o doente.^[37]

A função simbólica das estatuetas

Os trabalhos de D. W. Winnicott permitem entender, sob outro ângulo, o papel importante desempenhado pelas estatuetas. Na medida em que a criança é rodeada por pais *relativamente bons* graças aos quais ela se beneficia de um espaço que traz segurança, ela espontaneamente trata de procurar um objeto externo, uma *presença* que a permita progressivamente se livrar da dependência fusional com a mãe. A partir desse momento, uma relação dinâmica e fecunda é estabelecida entre ela e o mundo. A criança pode brincar, pode criar. Na qualidade de objetos transacionais,^[38] as

figuras de Sarah, assim como as de Marie, de Goldmund, de Roseblanche e de Hélène, exercem uma função mediadora do símbolo (do grego *symbolon*, que significa jogar junto, reunir, religar aquilo que estava separado). Marie, chamada a reunir a parte superior e inferior de seu corpo-alma, o anjo e a besta; Goldmund, que deve interiorizar o objeto exterior de sua procura, conciliar a carne e o espírito, integrar sua *anima*; Roseblanche, a caminho de criar uma pessoa inteira com todos aqueles pedaços arrancados e acessar seu centro; Hélène, integrando agora suas frentes e seus versos, sua beleza e sua feiura, seu lado luminoso e seu lado escuro; Sarah, que, através da eutonia, reata com a vida.

CONCLUSÃO

Tocarei Deus na Matéria, assim como Jacó, somente quando ele me vencer.

Teilhard de Chardin

DO CORPO À ALMA E DA ALMA AO CORPO

Somos feitos assim, apesar de nosso saber ser limitado e nossas opções serem partidárias, sempre queremos ter razão. A verdade nos serve de escudo contra a angústia e a insegurança. Certos de nossas pretensões, nos pronunciamos. Eis o certo! Eis o insensato! Por vezes, tão convencidos de nossos argumentos, ousamos bater na mesa, brigamos. Porque não! Mas acontece que, durante nossos embates intelectuais, uma atitude, um gesto ou uma palavra tem o efeito de uma onda profunda: e eis que somos erguidos e arremessados na orla da alma. Para entender o que está acontecendo conosco, “saber não é suficiente: precisamos ver, tocar, viver na presença, beber a existência latejante no próprio seio da Realidade”.^[1]

Em tais circunstâncias, é possível acessar uma profundidade paradoxal da realidade onde os componentes, aparentemente opostos e contraditórios, são transcendidos.

É somente através de uma dor extrema que se faz a experiência de si próprio; nesse momento, sabemos que somos entidade. Antes, podemos imaginar ser qualquer um – o Papa ou Mussolini –, não somos necessariamente nós. Após ter atravessado a extraordinária experiência do Eu, não existe a possibilidade de se iludir, sabemos exatamente quem somos.^[2]

É impossível confinar-se a uma fração de si mesmo, seja ela nomeada corpo ou espírito. Mas viver tal experiência de nossa totalidade exige um duplo movimento. Isso é ilustrado maravilhosamente em um conto da tradição judaica.

Era uma vez um grupo de médicos que se reuniu para determinar qual era a parte do corpo mais importante para a vida. Após várias horas de discussão, como não conseguiam chegar a um acordo, decidiram consultar um rabino. Quando o rabino chegou, cada um dos médicos tratou de valorizar seu próprio ponto de vista. Para o primeiro, era óbvio que o *coração* era a parte mais importante, porque a vida toda do homem dependia dele. Para o segundo, não havia dúvida de que era o *cérebro*, pois sem ele, até o coração não poderia bater. O terceiro estava convencido do erro de seus dois colegas, já que, para ele, o *estômago* era sem sombra de dúvidas o que o corpo possuía de mais vital: sem o estômago, não haveria digestão, e sem poder digerir o alimento, o ser humano estaria fadado a morrer. “De jeito nenhum, disse com autoridade o quarto médico, são os pulmões os mais importantes! Diga-me, quanto tempo um homem poderia viver sem respirar?”

Ansiosos para saber a quem o rabino daria razão, os quatro médicos se viraram em sua direção. Para a surpresa de todos, o rabino disse: “Nenhum de vocês está certo; na realidade, existem somente dois vasos no corpo que são importantes, mas vocês não os conhecem. O primeiro é o canal que liga o ouvido à alma e o segundo é este outro canal que liga a alma à língua”.

Como nos sugere o conto, não são tanto as diferentes partes do corpo – ou sua equivalência psíquica – que são essenciais para a vida humana, mas sim as atitudes

fundamentais de escuta atenciosa e de expressão espontânea da pessoa como um todo, suscitadas pelo “canal que liga o ouvido à alma” e pelo “canal que liga a alma à língua”. A experiência que propicia a consciência de si só pode se dar através desses canais: do corpo para a alma e da alma para o corpo.

A tomada de consciência de si implica uma perda momentânea da consciência racional, intelectual, aquela que ordena, constrói, elabora, dissecar, orienta, diferencia, separa, coíbe, reprime, privilegia, afasta, decreta e pretende transformar, dominar, controlar, subjugar.

A tomada de consciência de si requer uma disponibilidade psíquica que não depende exclusivamente do espírito, ou seja, da ordem, da lei, da lógica, das alturas abstratas, das pretensões à imortalidade e de uma voluntariedade de poder sobre as coisas daqui de baixo. Ela exige nosso consentimento em procurar nossas origens nas profundezas obscuras, abismais da carne e da matéria.

A tomada de consciência de si só pode ocorrer se o espírito retorna à escola do instinto, se o anjo se deixa fascinar pela besta. Tal qual uma criança que mergulha no terror sagrado que provoca nela a visão de monstros fascinantes que a visitam em seus sonhos e que ela recria em suas imaginações diurnas.

A tomada de consciência de si é o fato do espírito humano que, após ter se propulsionado para fora do corpo da mãe e ter, com esforço e dificuldade, dado seus primeiros passos sob o olhar imponente do pai – olhar frequentemente demasiadamente constrangedor, hostil e dominador – se sente curvar sob o brilho de um dia excessivamente deslumbrante e admite desesperadamente que lhe faltam forças para dar sequer mais um passo à frente. Ele retrocede e, em seguida, amedrontado, encontra-se na orla de um mundo interior que ele pressente ter um dia habitado, mas que havia apagado de sua memória até as mínimas lembranças, em prol do trabalho que exige o mundo de fora. Nesse momento, hesitante e trêmulo, o espírito humano volta a ser criança e redescobre maravilhado o que ele é substancialmente em virtude da mãe. Teria ele, no auge da dissociação, achado que possuía um corpo? Nesse momento, por ter sido capaz de experimentar as forças incoercíveis desse corpo e por ter sido literalmente possuído, ele saberá que, antes de ser espírito, isto é, filho do pai, ele foi primeiramente, em sua origem arcaica, corpo, isto é, filho da mãe! Ele realmente compreenderá isso somente se conseguir, após abandonar a identificação com cada um, interiorizar as dominantes de cada um.

A realização de si deve necessariamente passar pelo abandono da fusão com a mãe e pela identificação com o pai, abandono vivenciado como sendo um vazio ou a morte de si próprio, sem os quais o nascimento do indivíduo, nova unidade autônoma, indivisível, não pode se desenrolar.

Esse discurso, psicológico e, ao mesmo tempo, mitológico, tenta comprovar as raízes intangíveis, mas reais da experiência concreta do ser humano. Se meus propósitos às vezes desnorteiam, basta lembrar a primeira pergunta que foi feita: “Qual a parte do corpo mais importante para a vida?”.

Responder a essa pergunta é fundamental, é fundamental saber que a alma habita todo o corpo. Senão, como poderíamos ajudar alguém que solicita uma massagem, que pede ser tocado, acolhido, alimentado melhor e cuidado, alguém que confessa não gostar de seu próprio corpo, que se envergonha dele, que está dentro dele como

se fosse uma pele de tristeza que ele gostaria de descartar? Quando estou na presença de um corpo de homem ou de mulher, mutilado, encolhido, às vezes tensionado ao extremo, como se estivesse prestes a estourar quando esse corpo se agita falando ou, ao contrário, se refugia no mutismo, confessa de repente sua incapacidade de gozar ou sofrer, sua incapacidade de acolher as emoções nucleares que determinam a vida, sem se tornar vítima delas; aí então devo lembrar-me da alma. A alma de onde procedem Eros e Thanatos, o amor e o ódio, o simbólico e o diabólico, aquilo que une e aquilo que divide.

Jung cita em algum lugar na sua obra essa frase extraída de um texto alquímico: “Nenhuma árvore pode atingir o céu sem que suas raízes tenham tocado o inferno!”. Jung entende por inferno não aquilo que a teologia cristã determinou, mas aquilo que ele considerava no seu sentido mais arcaico, a profundidade obscura da nossa origem corporal. É sem dúvida a uma consciência dessa profundidade que a eutonia nos convida, como primeiro fundamento do conhecimento de si próprio.

ADENDO

DA FUSÃO SIMBIÓTICA À INDIVIDUAÇÃO

Em busca de um questionamento sobre as relações entre a alma e o corpo: um estudo do filme “Possessão” de Andrzej Zulawski

É importante entender a dinâmica endogâmica do incesto que constitui uma das dinâmicas fundamentais do ser humano, no intuito de não se tornar vítima de sua concretização no plano sexual ou espiritual, sem, no entanto, afastá-lo enquanto processo simbólico de regeneração e individualização.

O incesto ou “a necessidade de fusionar com o semelhante”

A dinâmica incestuosa, tal como apresentada na abordagem junguiana, é uma dinâmica baseada essencialmente na necessidade do indivíduo de descobrir sua identidade através da relação com seu semelhante. Ao nos unirmos ou, para ser mais preciso, fusionarmos com nosso semelhante, temos esperança de encontrar a parte de nós mesmos da qual fomos separados ao nascer e cuja perda, perante um universo que nos parece estrangeiro e hostil, se torna a fonte de um mal-estar que tememos ser irresolúvel.

Sob esse ângulo, a concretização do incesto no plano sexual entre crianças e pais, ou entre irmãos e irmãs, poderia ser entendida como sendo o resultado da incapacidade, daqueles ou daquelas que agem de tal forma, de tolerar a separação que o nascimento inflige. E essa incapacidade de tolerar a separação fica maior se a relação com a *segunda mãe*, que constitui o lugar de acolhimento para a criança lançada fora do seio da primeira, se apresenta incapaz de proporcionar à criança a segurança e a força de viver como indivíduo fadado a ser autônomo. A partir daí, a segunda mãe, que repudia, vista como hostil e ameaçadora, será uma das pessoas que ele tentará tornar idêntica àquela da qual ele foi separado contra sua própria vontade, e que lhe proporcionava o prazer de sentir suas necessidades sendo supridas.

O parente incestuoso, inconsolável de ter sido obrigado a viver num mundo em que ele não se sentiu acolhido e amado, solicitará e até mesmo forçará a cumplicidade da criança a fim de recriar a fusão, da qual ele sente saudade, vivida com a primeira mãe. Se ele conseguir, o parente incestuoso conceberá, sob a ótica psicológica, uma criança incestuosa, condenada a repetir a mesma dinâmica, a menos que sinta a necessidade vital de *sublimá-la*, dando-lhe uma forma que a liberte da concretização sexual: essa nova forma de dinâmica incestuosa será nomeada *forma espiritual*, apesar de não termos ainda um modo de vida aceitável e autônomo, isto é, independente da tutela dos pais.

A “tentação sexual” assim como a “tentação espiritual”, sob o ângulo da dinâmica incestuosa, são, tanto uma como a outra, uma tentativa de escapar da condição de solidão existencial na qual a criança humana é mergulhada irremediavelmente logo

que nasce.

Os efeitos patológicos do incesto

Quando, transgredindo os tabus ou as proibições criadas pela tribo primitiva ou pela sociedade moderna para afrontar os efeitos potencialmente devastadores de uma volta à condição de fusão psíquica, o indivíduo se rende a uma ou outra dessas tentações, ele se torna vulnerável ao estado de possessão psíquica, sendo a histeria e a esquizofrenia as formas patológicas mais manifestadas. Enquanto na dinâmica histérica é o mundo do objeto que é revestido de toda a energia libidinosa do indivíduo, na dinâmica esquizofrênica acontece o inverso: o indivíduo desvia sua atenção do mundo exterior para levá-la exclusivamente ao seu mundo interno, em que as fantasias, imaginações delirantes e pensamentos autônomos rapidamente o contaminam por inteiro. No entanto, podemos observar traços em comum nessas duas dinâmicas, permitindo assim que as consideremos de fato como formas extrovertida (forma histérica) e introvertida (forma esquizofrênica) de um mesmo fenômeno. Efetivamente, nos dois casos, o indivíduo:

- funde com o objeto que o fascina, pelo qual ele sente, ao mesmo tempo, de forma ambivalente, amor e ódio;
- perde contato com sua capacidade de estabelecer um diálogo com o objeto de amor e ódio;
- é de tal forma possuído por aquilo que o domina que sua vocação propriamente humana, isto é, seu dever de se firmar como indivíduo autônomo, corre o risco de ser aniquilado!

As resistências como meio de proteção da integridade individual

Não nos surpreenderia se, logo, pressentindo mais ou menos inconscientemente os enormes riscos que comporta a volta à condição de fusão própria à vida uterina, o ser humano tiver desenvolvido, em paralelo ao sistema de interdições estabelecido pela sociedade, todo um arsenal de defesas psíquicas que se expressarão na relação terapêutica sob a forma de *resistências*!

Aqui, precisamente, se estabelece o problema mais delicado com o qual todo terapeuta se defronta, qualquer que seja sua abordagem: “Qual atitude devo adotar como terapeuta perante um paciente ou uma paciente que, mesmo reconhecendo sua necessidade de receber ajuda, coloca, perante a ajuda oferecida, uma série de resistências, da mudez à racionalização, passando pela projeção, bloqueando, dessa forma, o acesso à verdade subjetiva?”.

Aqui ficaríamos tentados a dizer: “Utilizando outra via que aquela das terapias verbais, ou seja, a via das terapias corporais, nas quais as resistências serão diretamente enfrentadas por meio de um trabalho na região da armadura muscular!”. Foi, efetivamente, o caminho tomado por certas terapias corporais como, por exemplo, a terapia primal de Arthur Janov e a bioenergética de Alexander Lowen; e, devemos admiti-lo, foi alcançado um resultado positivo junto a pessoas para quem o sistema de defesa tinha permanecido invencível, apesar de vários anos de terapia baseadas na fala. Todavia, os profissionais que trabalham com terapias corporais não

de convir, penso eu, que não basta derrubar o sistema de defesa de alguém para que a tomada de consciência das emoções primárias traumatizantes leve necessariamente ao descobrimento do significado dessas emoções e a uma transformação duradoura do indivíduo!

Na maioria das vezes, os participantes experimentarão uma catarse durante as sessões intensivas realizadas por terapeutas dessas abordagens, mas descobrirão ser somente um substituto temporário: ao serem confrontados novamente com a solidão, privados de instruções do mestre terapeuta e desmamados de sua presença ativa e reconfortante, os ex-participantes constatarão que os momentos fortes, vividos durante as sessões, não mudaram em nada a natureza do vazio existencial que é a fonte de suas angústias e busca perpétua. Não terão, portanto, alternativa senão se matricular em outras sessões na esperança de encontrar outros professores-terapeutas mais experientes, se possível, e ainda mais confiantes do método de ab-reação proposto.

É provavelmente por ter enfrentado ela própria os efeitos limitados de qualquer abordagem baseada na autoridade e na afirmação de um conhecimento prévio sobre o outro que Gerda Alexander, fundadora da eutonia, eliminou qualquer forma de sugestão na disciplina que ela desenvolveu ao longo dos últimos cinquenta anos. Mas a partir do momento em que deixamos de lado os artifícios de autoridade e sugestão, a atitude necessária para enfrentar a resistência é uma atitude de escuta e respeito. A presença dessas resistências será aceita como sendo a única maneira encontrada pelo indivíduo até então para se proteger de qualquer dano potencial à sua integridade e focaremos na nova segurança de que o indivíduo é susceptível de se apropriar através do estabelecimento gradual de uma relação mais bem sentida e mais autêntica consigo e com seu ambiente: nesse contexto de respeito pela dinâmica individual, entende-se que, com a aquisição dessa nova segurança, será inútil manter as defesas, que desaparecerão naturalmente, assim como, para usar uma metáfora, um porte de arma desnecessariamente incômodo em um ambiente que já provou seu caráter amigável e de apoio.

A alma na origem do incesto e das resistências

A atitude de escuta e respeito pelo indivíduo, levando em conta toda a sua complexidade e sua singularidade, permite adquirir gradualmente um melhor conhecimento e uma melhor compreensão *do que está na origem* tanto da dinâmica incestuosa, na ótica que tenho falado, quanto das resistências que são, em última análise, meios de defesa ou de proteção perante os efeitos potencialmente destrutivos das diversas formas de concretização dessa dinâmica incestuosa. Mas o que está no princípio disso é o que os psicólogos modernos chamam, desde o início do século XX, de *inconsciente*, mas que de fato é idêntico ao que foi referido pelo rabino no conto como o objeto final da escuta atenta e da autoexpressão: a *alma*!

Em sua obra intitulada *O homem descobrindo sua alma* (1943), Jung afirmava que a doença do homem contemporâneo era devida ao fato de que este havia se dissociado de sua alma. O que dizer sobre isso? Ao ousar introduzir em sua psicologia a noção de alma, Jung corria o risco de passar por um místico aos olhos de seus colegas racionalistas, mas, segundo ele, somente essa noção podia levar em

consideração, de modo claro, um nível de experiência que escapa precisamente ao entendimento racional.

Para se ter uma ideia do que Jung entendia por essa noção, basta rememorar momentos ou períodos de nossa vida nos quais aconteceram o que chamamos de *estados de crise*. Durante esses estados, ficamos sob o poder de efeitos que contrariam totalmente nossas intenções conscientes e nos fazem fazer coisas ou pronunciar palavras que às vezes podem perturbar o curso de nossa existência. Pense, por exemplo, no que acontece quando uma pessoa está sob influência da raiva ou de uma paixão amorosa ou de qualquer outro efeito passional: o que ela, às vezes, levou anos para construir com dor e sofrimento no nível pessoal ou profissional, corre então o risco de ser dizimado de uma hora para a outra. E aquele ou aquela que foi vítima de tais emoções pode perder toda credibilidade junto às pessoas de seu entorno, ser removido das responsabilidades que lhe haviam sido confiadas ou ainda constatar penosamente que seus amigos, cônjuge e filhos muitas vezes se afastaram dele irremediavelmente. O que aconteceu?

Na linguagem da tradição, teríamos dito outrora que tal indivíduo estava “possuído por espíritos”, isto é, por forças exteriores, chamadas *deuses* ou *demônios*, que agem sobre seu destino com seus poderes implacáveis. Na linguagem da ciência médica atual, dependendo da gravidade da coisa, diríamos que ele é vítima de um ataque neurótico ou psicótico. No entanto, como observado por Jung, essa nova linguagem mais técnica não reduz em nada, senão aos olhos daquele que ainda desfruta de uma paz ingênua, a natureza misteriosa dessas forças incontrolláveis. Dizer, aliás, que essas forças vêm do mundo da alma tem a vantagem de reconhecer o *tamanho real* do que se tem a fazer quando se está na presença delas.

Diante da pessoa que está tão deprimida que não pode sequer levantar um dedo para cuidar de si mesma, diante da criança que explode de raiva, gritando e chorando, diante das manias, obsessões ou delírios de um adulto, diante das aberrações sexuais e das loucuras do poder, sabemos que estamos diante de sintomas óbvios de uma alma ferida ou dissociada. Simultaneamente, perdemos essa terrível ilusão de acreditar que as doenças da alma podem ser curadas com autoridade, utilizando técnicas aprendidas; também sabemos que, se conseguirmos aliviar temporariamente os sintomas dessas doenças por meio de psicotrópicos ou condicionamento psicológico, as raízes profundas dessas doenças permanecerão intocadas por essas intervenções e não poderão fazer outra coisa senão chamar atenção sob outras formas patológicas. E, ao dizer isso, penso especialmente na forma somática, em que se baseiam as várias terapias corporais.

Variações sintomáticas da dissociação psíquica

No filme *Possessão*, de Andrzej Zulawski, a heroína, chamada Anna, diz, durante um breve momento de lucidez: “O câncer e a loucura são o que distorcem a realidade!”. E então ela fala das “duas irmãs que nela ficaram muito exaustas para continuar a luta”. O que se pode traduzir por: câncer e loucura são sintomas somático e psicológico resultantes da dissociação no ser humano de sua alma psicossomática, a dissociação entre o ego e o inconsciente!



Mark (Sam Neill) no filme *Possessão*.
(Trad. texto da imagem: “Talvez ele e sua alma tenham se separado antes?”)

Essa alusão ao câncer como sintoma somático da dissociação psíquica não elimina, obviamente, a questão biológica como fator etiológico para o seu desenvolvimento, mas como não discernir justamente no fenômeno da poluição pelo homem de seu meio ambiente e na degradação, bem como na intoxicação causada, o fato dessa dissociação psíquica? Como se a humanidade tivesse perdido contato com a metade de sua inteligência, que é o instinto! O câncer, poderíamos dizer, é uma doença do instinto, assim como a loucura é uma doença do arquétipo psíquico para o organizador biológico!

“Possessão” sob a luz do mito de Édipo: uma procura de identidade

Se escolhi ilustrar meu relato pelo filme “Possessão”, é porque nele aparece uma versão contemporânea do mito de Édipo, em que Freud se inspirou para fundamentar sua teoria psicanalítica. De fato, é nas tragédias, apresentadas na Antiguidade em anfiteatros ao ar livre e, hoje, nas telas do cinema e da televisão, que são trazidas à nossa atenção, graças à sensibilidade intuitiva de seus autores, as dinâmicas mais profundas, fonte inconsciente do desenvolvimento do ser humano e de sua destruição.

Édipo é, desde o nascimento, repudiado por seu pai, Laios. Com os pés perfurados (daí o inchaço que lhe rendeu seu nome: do grego *oidípous*, pés inchados) e amarrados com um cinto, ele é abandonado na natureza – uma versão indica no “inverno” – como presa para os elementos hostis desta. Escapando da morte, a adoção pelo rei Políbio não apaga os traços da lesão inicial que lhe foi infligida por seu pai e, no cruzamento dos caminhos onde fica a Esfinge, ele o mata. O pai

bloqueava seu acesso ao reino da mãe – entendemos que é um sentimento de vingança que o levou inconscientemente a fazer isso! Tendo assim, através do parricídio, aberto o caminho que bloqueava seu acesso a um retorno para a mãe, Édipo tornou-se, portanto, apto a resolver o enigma da Esfinge: como Adão, que havia transgredido a proibição colocada pelo Senhor de comer do fruto da Árvore do Conhecimento, ele teve acesso ao segredo bem guardado pelos deuses, segredo relacionado a sua identidade original. De fato, às duas questões feitas pela esfinge, monstro cuja parte inferior do corpo era a de um leão e a parte superior, de uma mulher, Édipo foi capaz de responder.

Relembro as questões. A primeira era: “Qual é o ser que caminha sobre quatro patas pela manhã, duas ao meio-dia e três à noite?”. O segundo enigma era: “São duas irmãs, uma leva a outra, e a segunda, por sua vez, é gerada pela primeira?”. Para a primeira pergunta, Édipo pôde responder “o homem!” (porque o homem anda, em sua infância, de quatro, em seguida, sobre duas pernas e, finalmente, depende de uma bengala). Quanto à segunda pergunta, ele respondeu: “o dia e a noite!” (pois o nome do dia é feminino, em grego, e é, portanto, a irmã da noite).



“O Beijo da Esfinge”, de Franz von Stuck.

Constatamos que as duas questões eram relacionadas à identidade especificamente humana, ou seja, o objeto da busca de Édipo, que, sem saber que havia sido adotado e pensando ter subtraído seus pais da maldição revelada pela Pítia – que, se tivessem um filho, este mataria o pai e se casaria com a mãe –, deixou seu país de adoção e rumou para um destino desconhecido.

Se o ser humano é o único animal que, durante seu desenvolvimento, passa da horizontal para a vertical, ele também é o único animal que conseguiu se livrar da noite original do inconsciente para acessar o dia atual da consciência! Mas o desempenho de Édipo perante a Esfinge, assim como, aliás, o de Adão perante a serpente, passa por um retorno às origens, só marca o início de uma luta entre o ego e as forças primitivas do inconsciente. Porque, se a retomada de contato com essas forças nucleares é fator de uma revelação de identidade, um movimento de libertação destas acontecerá para que a identidade emergente não se torne um brinquedo delas.

Agora sabemos: nem Édipo nem Adão conseguiram tal libertação.

No auge do poder, sentando-se ao lado da rainha – mãe no trono de seu pai, ele logo percebe sua cegueira e a vaidade do poder adquirida: na verdade, não era um homem que estava sentado no trono, era uma criança completamente enfeitiçada pela mãe com quem ele havia se fundido! O resto é história: a criança cujos pés haviam sido perfurados pelo pai, furará ele mesmo seus olhos, perpetuando através desse gesto mutilador o movimento destrutivo da cadeia incestuosa!

Quando no filme “Possessão” Anna diz que “as duas irmãs nela estão muito cansadas para continuar a luta”, é que, tendo ela mesma retomado contato com as forças vivas do inconsciente, foi dominada por essas forças, incapaz de superá-las. Para aqueles que ainda não assistiram ao filme, gostaria de resumir o conteúdo do meu jeito.

Resumo do filme “Possessão”, de Andrzej Zulawski



Anna (Isabelle Adjani) “fazendo amor” com a besta.

Anna possuída, pela “besta”, e Mark, espião a serviço de um governo totalitário.

Em seu filme, Zulawski mostra uma mulher muito bonita, no caso, Isabelle Adjani, fazendo amor com um monstro horrível, muito feio. Essa besta tem uma forma semelhante à da cobra, o animal de sangue frio mais primitivo que há, e à do homem, o animal de sangue quente mais evoluído que conhecemos. A parte inferior de seu corpo é formada por vários tentáculos que se movem como répteis, enquanto o tronco e a cabeça têm a forma característica destes animais cujo sistema vascular cérebro-espinhal permitiu o surgimento do pensamento. A inteligência da besta, no entanto, não é clara, e ela é desprovida das mãos que permitiram ao *homo faber* domar e transformar a natureza. Além disso, sua pele é viscosa e pegajosa: parece que vemos através dela vísceras tenebrosas.

Anna sente uma atração irresistível pelo monstro quimérico. É completamente enfeitiçada, possuída por ele, e sua paixão devoradora lhe diz para ir todas as noites

ao seu encontro, para morar com ele, de modo implacável – o coito infernal. Seu marido deve em breve admitir sua incapacidade de afastar a bela de seu amante misterioso, mas ele consegue, no entanto, graças à polícia secreta, descobrir o lugar onde a besta se esconde. É um apartamento degradado onde há apenas um móvel, a cama – altar usado para o ritual dionisiaco.

Aliás, o contexto em que a história se passa traduz expressamente a mentalidade coletiva ambiente. A história começa quando o marido de Anna vem relatar, junto a quatro figuras imponentes por sua gravidade e frieza, a missão de espionagem a que tinha sido incumbido.



Mark na presença de representantes de um governo patriarcal e totalitário.

Vendo que a missão tem como risco, devido às ausências prolongadas que exige, o fim de seu casamento, ele se recusa a continuar e pede demissão. Os quatro homens representam um governo patriarcal que, para manter o poder, faz com que tudo na cidade esteja sob seu controle. Na sala enorme, que brilha, de tão branca, um único móvel: a mesa atrás da qual eles se sentam em uma atitude plácida, alheia a qualquer emoção. Pouco depois, vamos perceber que o apartamento que abriga o jovem casal com Bob, seu único filho, está localizado justo ao lado do muro de Berlim, que divide a Alemanha. Há sentinelas com fuzis mantendo uma segurança contínua. Vemos, então, Mark no final de sua nova pesquisa, dessa vez pessoal, na presença do santuário, onde sua esposa e o “terrível estrangeiro” saciam suas efusões carnisais. A partir daí, sabendo que Anna já matou e cortou em pedaços os dois homens, no caso homossexuais, designados por ele para monitorá-la, ele se tornará seu cúmplice incondicional.

Cumplicidade mortífera de Mark e Anna

Para apagar qualquer vestígio que possa incriminá-la, primeiro ele ateia fogo ao

apartamento e depois mata outra pessoa ciente desses fatos, alguém que havia sido por um ano amante de Anna antes que ela se ligasse ao monstro. Trata-se de um homem com cerca de cinquenta anos, mestre tanto em artes marciais como no tantrismo: foi ele quem, sem saber o alcance de sua influência, serviu de mediador entre o estado tranquilo da união que a inocente Anna vivia anteriormente com Mark e o estado de possessão demoníaca que ela agora vivia com o monstro.

Ora, esse homem também é homossexual e também participa, como cineasta documentarista, desta mentalidade masculina ambiente que consiste em controlar a realidade através de espionagem e acabar com a concorrência com a lógica argumentativa e violência armada. Fato adicional a notar, não poderia ser mais revelador no que diz respeito: ele ainda mora com sua velha mãe! Para matá-lo, Mark o afoga, mergulhando sua cabeça em um vaso sanitário. Vendo o horrível assassinato, pode-se desejar que com ele também acabe a carnificina, mas não, de volta ao seu apartamento, Mark encontra-se frente a frente com a última vítima de sua esposa, ou seja, a única amiga em comum com quem ele aliás também havia se ligado durante as repetidas ausências de sua esposa: ensanguentada, ela cai em seus braços morta. Após isso, presenciamos uma das cenas mais fortes do filme, do meu ponto de vista, a cena do clímax. A cena se passa novamente em um banheiro. Anna e Mark estão cobertos de sangue. O sangue, poderíamos dizer, não só da mais recente vítima, mas de todas as quatro pessoas mortas. Agora não há mais “testemunhas incômodas”, espiões, *voyeurs*, observadores não participantes: somente dois indivíduos, nus de frente para o outro, totalmente investidos em sua cumplicidade assassina.

Anna, então, começa a lavar Mark e quando ele levanta os braços para lhe permitir lavar suas axilas, percebemos a visão que surge na mente de Anna: ela está na posição de Maria levando os olhos sobre Jesus na cruz.



Anna e Mark.

Essa visão tem o efeito de ativar novamente nela um desejo por Mark e ambos fazem amor neste lugar, antes de serem encontrados e mortos, depois de uma caçada liderada por agentes da equipe no poder.

Comentários

É provável que a maioria das pessoas que viram o filme tenha ficado surpresa e chocada com as imagens e conteúdo. No entanto, quem prestou atenção em seus sonhos por um longo período, pode ter se sentido diante do filme de Zulawski em terreno familiar. Refiro-me, por exemplo, a dois sonhos que me foram confiados em análise.

A “besta” nos sonhos de analisandos

O primeiro vem de uma mulher de 45 anos, muito culta e de orientação espiritual. Cito:

Com uma amiga, subo no sótão de uma casa no topo de uma montanha. Neste sótão está uma menina que toca um piano muito antigo. Vejo no piano um livro no qual está escrito a palavra “Hidra”. Descubro que essa menina é uma hidra. Quando acordo, olho a definição de Hidra no dicionário. Hydra: mitologia, Hidra de Lerna, fabulosa serpente de sete cabeças, em quem renasciam várias outras cabeças, assim que lhe cortassem uma. De modo figurado: diz-se de um mal que aumenta na proporção dos esforços feitos para destruí-lo.

O segundo sonho vem de uma mulher de 35 anos de idade que nomeei Madeleine em um artigo intitulado *A mulher, a serpente e Oriole*. No artigo, mencionei o fato de que Madeleine tinha se separado do marido e do filho depois de conhecer um indivíduo apelidado de “homem-cobra”. Na época em que ela teve o sonho, não relatado no artigo em questão, estava completamente fascinada por esse homem. Cito:

Assisto com alguém a um espetáculo de dançarinas eróticas. Enquanto as dançarinas se apresentam, alguém faz aparecer uma serpente viva bem perto da cabeça de uma delas. Ela parece muito assustada, pronta para fugir. Vemos que não se trata de um jogo simulado. As outras dançarinas a pegam e a seguram para que a cobra a toque. Essa cena demora a acabar. A música é erótica. Ouço a voz das outras dançarinas, que estão tentando tranquilizá-la, elas afirmam que a cobra é inofensiva. A dançarina continua com medo. Digo para a pessoa que está comigo: “Eu nunca poderia. Não conseguiriam me acalmar diante de uma cobra”. A cobra é devolvida à sua proprietária. É outra dançarina. Ela está muito feliz em ver sua cobra. Ela a pega e faz todo tipo de gestos lânguidos com ela. Ela abre a blusa e a deixa entrar. Ela lhe dá um seio para fazer carinho e acaba colocando a cabeça da cobra na boca. Olho para ela de canto de olho. Não estou horrorizada, mas ansiosa para que essa cena termine. Fico fascinada.

No primeiro sonho, é uma jovem ingênua que sofre de um mal chamado hidra – que, quanto mais se tenta cortar sua cabeça, isto é, mais insistimos em retirá-lo da consciência, mais ele ganha em proporção.

No segundo sonho, o que é apenas timidamente sugerido no primeiro torna-se evidente aqui: a sonhadora está prestes a viver, com todo o fascínio e todo o terror

que isso implica, a experiência sagrada da iniciação sexual.

O simbolismo do “monstro” nos contos

A razão para o monstro-serpente, ou, o que dá na mesma, o monstro-dragão com quem a menina ou jovem deve fazer amor, não tem sua origem, como se sabe, nem na invenção delirante de Zulawski nem das duas mulheres que acabei de mencionar. É um modelo que faz parte, de acordo com a expressão de Lévy-Bruhl, das “representações coletivas” da humanidade ou, segundo a terminologia de Jung, das numerosas imagens arquetípicas que expressam o processo de incesto em sua dimensão ctônica e impessoal.

O modelo em questão aparece, entre outros, na história maravilhosa “Eros e Psique”, introduzida por Apuleio em seu livro intitulado *As Metamorfoses*, obra que data do século II d.C. O conto, para dizer uma palavra, é a história de uma jovem garota chamada Psique, cuja beleza é tal que chega a roubar o lugar da deusa-mãe Afrodite como objeto de adoração e veneração. No entanto, nenhum homem se atreve a pedir-lhe em casamento, o que incentiva os pais a consultar o oráculo Pitonisa para encontrar uma solução para o problema. Pitonisa, por instigação da ciumenta Afrodite, ordena que levem a jovem ao topo de uma montanha para que ela se case com o pior ser que existe, chamado de Morte.

Em muitas outras histórias, aparece a questão da obrigação do povo de um país de sacrificar todo ano para o dragão a mais bela das virgens, sob pena de o país ser devastado por ele.

O equivalente a esse processo que envolve o homem aparece nesses contos e lendas, onde a paz e a fertilidade de um país só podem ser restauradas quando um herói consegue matar o dragão mortífero e devastador. Pense nas figuras bem conhecidas de São Miguel e de São Jorge, figuras às quais podemos pertinentemente adicionar a de Édipo enfrentando a Esfinge.

Vamos esclarecer desde já, no entanto, que há uma diferença crucial entre o alcance que poderiam ter essas histórias sobre as pessoas que vivem em uma época mais ou menos antiga e o alcance que podem ter o filme e os sonhos mencionados sobre os indivíduos de hoje. Nos tempos antigos, o destino que condena uma mulher a ser, simbolicamente falando, “encantada” pela serpente-dragão, assim como a obrigação para um herói masculino de liberar a esposa de tal monstro, eram reservados somente para um pequeno número de indivíduos. Hoje, mais e mais pessoas têm condições psicológicas que lhes permitem viver tal experiência. Isso me leva à história de Anna e Mark, pessoas como você e eu, vivendo como milhares de outras pessoas em prédios de apartamentos, onde nada de extraordinário parece acontecer. Interpretando a história deles, o que precisa ser compreendido da problemática do monstro que associei com o processo de incesto se tornará, assim espero, totalmente inteligível.

A dinâmica da “separação psíquica” simbolizada pelo muro de Berlim

A história se passa perto do muro de Berlim, na fronteira entre a Alemanha Oriental e a Alemanha Ocidental, representando uma e outra as duas grandes

potências que se enfrentavam na época no planeta. Claro que poderíamos, como os filantropos, deplorar o muro que separa os dois poderes, mas, considerada a partir de uma perspectiva psicológica, tal separação representava o processo sem o qual teria sido impossível para uma e outra facção afirmar sua identidade específica e realizar seu destino particular. Não sendo fanático, e qualquer que seja nossa escolha pessoal no plano político, devemos reconhecer os méritos do socialismo e do sistema capitalista, com todas as vantagens e desvantagens que ambos comportam. E se aceitarmos esse bem fundamentado, devemos também reconhecer a necessidade dos dois regimes de delinear claramente a área em que uma ou outra forma de ver e de agir podem ser aplicadas.

Para os habitantes do Ocidente, agora os habitantes do Oriente tornam-se estrangeiros, e não será mais questão de ter com eles relações frequentes e familiares. Para evitar, aliás, que tais relações ocorram, o que enfraqueceria ou até mesmo engoliria a nova identidade emergente, ainda frágil e pouco segura de si, sentinelas armados são colocados na fronteira e impedem a livre circulação. Essa é a função primária e positiva da sentinela. E é também a função dos querubins que Javé havia colocado na entrada do Jardim do Éden para impedir que Adão e Eva retornassem à terra abençoada do inconsciente. Os querubins armados com espadas em chamas, o cão Cérbero, de múltiplas cabeças, proibindo a entrada de Hades para os vivos, a Esfinge bloqueando a Édipo o acesso ao mundo da Rainha-Mãe, são todas figuras simbólicas expressando a mesma coisa.

Para que o ego nascente possa sobreviver e crescer, ele deve poder se separar do inconsciente e se armar para lutar contra as forças invasoras da matriz psíquica que inevitavelmente tende a trazê-lo para dentro dela.

Os efeitos potencialmente perversos da dissociação psíquica

No entanto, um grave problema começa a surgir a partir do momento em que, ainda sob o pretexto de sobrevivência, o ego se separou e se diferenciou tanto que fica completamente alienado de seu ambiente original, de sua casa nutridora. É numa atmosfera coletiva semelhante de alienação psíquica que Zulawski coloca Mark e Anna, no início do filme. Nenhuma emoção, nenhum sentimento, nenhum calor transparecem através da atitude dos quatro líderes masculinos a serviço dos quais estava Mark antes de pedir sua demissão. Nessa sociedade em que dominam os prédios de apartamentos, os edifícios industriais, os corredores sem janelas e os metrô subterrâneos, a vida instintiva, com suas explosões apaixonadas e seus desejos impetuosos, parece ausente. Toda atividade parece controlada por cérebros que operam como mecânicas frias.



Mark e o funcionário de um governo alienante.
(Trad. texto da imagem: “Seria agradável crer que a alma vive separada do corpo”.)

Não é de se admirar, então, que essa consciência coletiva, de orientação exclusivamente masculina, gere apenas pervertidos e mulheres profundamente insatisfeitas com seus relacionamentos com seus parceiros masculinos. *O velho rei está doente*, podemos dizer como nos contos; nenhuma rainha ao seu lado para dotar o país de descendência fértil e influenciar o destino.

O ponto aqui é que todos os personagens masculinos do filme são homossexuais – incluindo os dirigentes, sendo que um deles, após o assassinato de Anna e de Mark, mostra o bumbum –, no sentido de uma sociedade masculina cujas relações com as mulheres são somente relações machistas e paternalistas, sob o véu do voyeurismo, da dominação e da exploração. O que implica, a título de compensação, um inconsciente coletivo dominado pelo mundo da Mãe. Isso é ilustrado no filme por esse intelectual na casa dos cinquenta, mestre nas artes viris de combate e do tantra sexual, que vive ainda no seio de uma mãe que se suicida ao saber de sua morte!

Nesse deserto emocional e nessa cena em que se repetem interminavelmente os mesmos jogos infantis para o poder, Anna sufoca e se entedia mortalmente. Um dia, ela decide retirar-se instintivamente do poder alienante desses homens, dos quais seu marido é cúmplice, e dá livre curso aos impulsos vitais que brotam dentro dela. E a cobra que se acreditava definitivamente esmagada sob os pés de Maria desperta, começa a se mover, contraria as sentinelas e invade a consciência de Anna a ponto de possuí-la literalmente.



Episódio histérico comparável ao vivido por Sabina Spielrein, durante sua internação em Burghölzli, retratada em “O método perigoso”, do cineasta canadense David Cronenberg.

O *monstro-cobra* representa não somente, como Freud tentou demonstrar, o que foi rejeitado da consciência, reprimido e oprimido, mas também, e é isso que importa lembrar-se para entender a dimensão mais profunda do incesto, *todo o desconhecido da vida psíquica em sua dimensão original e instintual que diremos ctônica, terrestre, dionisiaca e que associaremos ao mundo da Mãe em oposição ao mundo do Pai, figurando por sua vez todo o desconhecido da vida psíquica em sua dimensão espiritual ou apolínea*.

Incorporar-se no objeto de desejo e, em seguida, abandonar a fusão incestuosa: as condições para a autorrealização.

O desejo no ser humano de estabelecer uma relação com esse mundo desconhecido da psique, seja em sua dimensão ctônica ou em sua dimensão espiritual, constitui, estritamente falando, a primeira fundação do desejo incestuoso.

Nesse sentido, se o incesto consiste em estabelecer uma relação com seu semelhante, é preciso entender o semelhante como essa entidade que é, ao mesmo tempo, a mais próxima de nós e a mais distante, a mais conhecida e a mais estrangeira, essa entidade que exerce, ao mesmo tempo, fascínio e terror sobre o eu consciente. Mas uma só entidade pode atender a todos esses critérios, ou seja, o inconsciente, inconsciente que Jung preferiu novamente chamar pelo nome que ele sempre tinha tido antes do advento da psicanálise e que os poetas e os espíritos religiosos continuam a usar: “alma”. A alma se transforma para o homem, em sua qualidade de oposto psíquico, em uma figura feminina que Jung chama de *anima*, enquanto, para a mulher, ela se transforma, em sua qualidade igualmente de oposto psíquico, em uma figura masculina nomeada *animus*.

“Possessão” é, na verdade, a história de mulheres e homens com que você se

depara todos os dias na rua (inclusive nós mesmos); é a história que está em toda parte e em todos os momentos pode acontecer quando se lida com um mundo sentido como frio, sem coração ou alma, manipulador, calculista e dominador, cortado de suas raízes profundas (instintuais e espirituais), ou seja, cortado da Mãe e do Pai. O indivíduo não tem outro recurso senão a regressão, o que chamei de *o retorno ao corpo*. Retorno que a eutonista Gerda Alexander nos propõe fazer de forma consciente e responsável.

Quebec, junho de 1988 / julho de 2012.

AGRADECIMENTOS

Para que este livro pudesse ser escrito, foi preciso a contribuição generosa e indispensável de vários alunos e alunas eutonistas, bem como, desde o começo, a cumplicidade preciosa de Ursula Stuber e a presença eficaz de Gerda Alexander. A cada um deles, sinto-me profundamente grato.

Meus sinceros agradecimentos também a Patrícia Decot Pernambuco e ao Dr. Léon Bonaventure, sem os quais esta versão em português do meu livro não teria sido realizada.

Agradeço também a Richard St-Pierre, que soube traduzir, através do desenho da capa, o espírito do meu texto e a alma da modelagem.

BIBLIOGRAFIA

- ALEXANDER, Gerda. *Eutony, The Holistic Discovery of the Total Person*. Nova York: Felix Morrow Publisher, 1985.
- _____. *Eutonia – Um caminho para a percepção corporal*. 2ª ed. São Paulo: Editora Martins Fontes, 1991.
- _____. *L'Eutonie*. Paris: Tchou, 1996.
- ANZIEU, Didier. *O Eu-pele*. São Paulo: Ed. Casa do psicólogo, 1988.
- BALMARY, Marie. *La divine origine*. Paris: Grasset et Fasquelle, 1993.
- BETTELHEIM, Bruno. *Freud et l'âme humaine*. Paris: Robert Laffont, 1984.
- BRIEGHEL-MULLER, Gunna. *Eutonia e relaxamento*. São Paulo: Summus, 1998.
- BRIEGHEL-MULLER, Gunna e WINKLER, Anne-Marie. *Pedagogia e terapia em eutonia*. São Paulo: Summus, 1999.
- TEILHARD DE CHARDIN, Pierre. *Hymne de l'Univers*. Paris: Seuil, 1961.
- DEIKMAN, A. J. *The Observing Self*. Boston: Beacon Press, 1982.
- DE SOUZENELLE, Annik. *Le symbolisme du corps humain*. St-Jean-de-Braye (França): Dangles, 1984.
- ELIADE, Mircea. *Initiations, rites, sociétés secrètes*. Paris: Gallimard, 1959.
- _____. *Le chamanisme*. Paris: Payot, 1964.
- _____. *Le yoga de Patanjali*. Paris: Seuil, 1962.
- ELLENBERGER, Henri F. *À la découverte de l'inconscient*. Villeurbanne (França): Simep, 1974.
- VON FRANZ, Marie-Louise. *A General Characterization of the Inferior Function in Jung's Typology*. Zurique: Spring Publications, 1975.
- FREUD, Sigmund. *Sigmund Freud's Letters, The Origins of Psychoanalysis*. Nova York: Basics Books, 1954.
- GAINZA, Violeta Hemsy de. *Conversas com Gerda Alexander*. São Paulo: Summus, 1997.
- GUY-GILLET, Geneviève. *La blessure de Narcisse*. Paris: Albin Michel, 1994.
- GRIMM, Jacob e Wilhem. *Les contes*. Paris: Flammarion, 1967.
- HERRIGEL, Eugen. *Le Zen dans l'Art chevaleresque du Tir à l'Arc*. Paris: Dervy-Livres, 1970.
- HESSE, Hermann. *Narcisse et Goldmund*. Paris: Calmann-Lévy, 1972.
- HILLMAN, James. *Le Mythe de la psychanalyse*. Paris: Imago (Payot), 1977.
- ILLICH, Yvan. *Némésis médicale*. Paris: Seuil, 1975.
- JAFFÉ, Aniëla. *From the Last Years of C. G. Jung*. Londres (Grã-Bretanha): Hodder and Stoughton, 1972.
- JUNG, C. G. e KÉRÉNYI, Ch. *Introduction à l'essence de la mythologie*. Paris: Petite Bibliothèque Payot, 1968.
- JUNG, C. G. *Aion. Études sur la phénoménologie du soi*. Paris: Albin Michel, 1983.
- _____. *Commentaire sur le Mystère de la Fleur d'or*. Paris: Albin Michel, 1979.
- _____. *L'Âme et le Soi*. Paris: Albin Michel, 1990.
- _____. "Commentaires sur le Kundalini Yoga" e "Face à face". In: *Carl Gustav Jung*. Paris: l'Herne, 1984.
- _____. "Entretiens avec C. G. Jung". In: *Cahiers de psychologie jungienne*. Paris: n. 6, 1975.
- _____. *Dialectique du moi et de l'inconscient*. Paris: Gallimard, 1964.
- _____. *L'homme et ses symboles*. Paris: Robert Laffont, 1964.
- _____. *L'homme à la découverte de son âme*. Paris: Albin Michel, 1994.
- _____. *La guérison psychologique*. Genebra: Georg et Cie, 1970.
- _____. *Les racines de la conscience*. Paris: Buchet-Chastel, 1971.
- _____. *Les types psychologiques*. Genebra: Georg et Cie, 1968.
- _____. *Ma Vie*. Paris: Gallimard, 1970.
- _____. *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*. Genebra: Georg et Cie, 1953.
- _____. *Nietzsche's Zarathustra, Notes on the Seminar given in 1934-1939*. Editado por James L. Jarrett, 2 vol., Bollingen Series XCIX. Princeton (Nova Jersey): Princeton University Press, 1988.
- _____. *Présent et avenir*. Paris: Buchet-Chastel, 1962.
- _____. *Psychologie du transfert*. Paris: Albin Michel, 1980.
- _____. *Psychologie de l'inconscient*. Genebra: Georg et Cie, 1952.
- _____. *Psychology and Religion, East and West*, C.W., vol. 11. Princeton (New Jersey): Princeton University Press, 1977.
- _____. *Synchronicité et Paracelsia*. Paris: Albin Michel, 1988.
- MONTAGU, Ashley. *Tocar – O significado humano da pele*. São Paulo: Summus, 1988.
- NEUMANN, Erich. *The Great Mother*. Princeton (New Jersey): Princeton University Press, 1974.

NIETZSCHE, Frédéric. *Ainsi parlait Zarathoustra*. Paris: Gallimard, Coll. Idées, 1971.

ODESSKY, Alejandro G. *Eutonia y estrés*. Buenos Aires: Lugar, 2003.

RANACHANDRAN, V. S. *Fantasma no cérebro – Uma investigação dos mistérios da Mente Humana*. São Paulo: Record, 2002.

RILKE, Rainer Maria. “Moment vécu”. In: *Oeuvres en prose*. Paris: Edição de Claude David, Gallimard, “La Pléiade”, 1993.

RILKE, Rainer Maria. *Oeuvres 2. Poésie*. Paris: Seuil, 1972.

SCHILDER, Paul. *A imagem do corpo – As energias construtivas da psique*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

VISHNIVETZ, Berta. *Eutonia – Educação para o ser*. São Paulo: Summus, 1995.

WINNICOTT, D. W. *Jeu et réalité*. Paris: Gallimard, 1975.

_____. “Sobre as bases para o self no corpo”. In: *Explorações psicanalíticas*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

Seleção de artigos, livros e documentos sobre a eutonia

ALEXANDER, Gerda. *L'Eutonie*. Paris: Tchou, 1996.

_____. *Eutony. The Holistic Discovery of the Total Person*. Traduzido do alemão. Great Neck (Nova York): Felix Morrow publ., 1985.

_____. “Pédagogie de la détente”. In: “Éloges de la musique”, n. 8-9, maio de 1957.

_____. *Conditions physiques pour le sens du rythme de la dynamique et pour l'exécution musicale*. Viena: Congresso de ISME, 1961.

_____. “The Importance of Eutony in Music Education”. In: *Music Education* n. 11. Nedland Western (Australia): Department of music, University of Western Australia, outubro de 1972.

ALEXANDER, G. e BARTUSSEK, A. “Méthodes de relaxation considérées comme moyen de lutte contre la fatigue et comme facteur d'équilibre physique des travailleurs”. In: *CEGOS*, seção 10, 21 de outubro de 1955.

ALEXANDER, G. e BRIEGHEL-MULLER, G. “Eutonie”. In: *Psychologie médicale*, 14, 6, França, 1982, p. 911-913.

ALEXANDER, G. et al. “Eutony Means Balance of Tension”. In: *Panminerva Medica*, vol. 25, n. 1, 1983.

ALEXANDER, G.; MORROW, F.; PLUM, L. “Bones”. In: *Somatics*, vol. VI, n. 2, 1987.

BERSIN, D. e ALEXANDER, G. “An Interview with Gerda Alexander”. In: *Somatics*, Petaluma (Califórnia), outono de 1983.

BEX, Louise. “Le corps apprivoise”. In: *Le Vif Express*, Bélgica, setembro de 1990.

BLUMENTHAL, Marion. “Parallelen in Mythologie und Eutonie in der Entwicklung des Bewusstseins”. In: *DEGGA*, Mitteilungen n. 3, Anlages, Alemanha, julho de 1975.

BRIEGHEL-MULLER, Gunna. *Eutonie et relaxation*. Neuchatel (Suíça): Delachaux e Niestlé, 1972.

BRIEGHEL-MULLER, Gunna e WINKLER, Anne-Marie. *Pédagogie et thérapie en eutonie Gerda Alexander*. Lausanne (Suíça): Delachaux e Niestlé, 1994.

BROWN, I. e STUBER, U. “Eutonie Gerda Alexander: apprentissage somatique et prévention en musique”. In: *Actes du Colloque Musique 1993*, Cégeps en musique de la province de Québec, 1994.

DEBELLE, Pierre. “Eutonie”. In: *Hermès*, Université de Louvain, 1968, 1971.

DIGELMANN, Denise. *L'eutonie de Gerda Alexander*. Paris: Scarabée, 1971.

DOURY-LAUDON, L. “Place et limites de la pédagogie de la relaxation (Eutonie) en médecine du travail”. In: *Excerpta Medica*, n. 71, 76, setembro de 1964.

DUBEY, A. D. e GERSTER, J. C. “À propos de 30 cas de fibrosité primaire traités par l'eutonie”. In: *Revue Médicale Suisse Romande*, n. 108, 1988, p. 195-205.

GUINAND, Marie-Claire. “De l'Eutonie à la co-thérapie psychiatrique”, FIEGA, 1990, e “Reich ou Ferenzi”. In: *Somatotherapies, Hommes et perspectives*, 1992.

GUINAND, M. C. e WULLIEMIER, F. “Eutonie et conscience corporelle”. In: *Psychologie médicale*, vol. 9, n. 8, 1977, p. 1493-1502.

HEMSY DE GAINZA, V. “Conversations con Gerda Alexander”. In: *Paidos*. Buenos Aires: Biblioteca de técnicas y lenguajes corporales, 1983.

JATON, Albert. *Des difficultés corporelles rencontrées par les instrumentistes et les chanteurs*, manuscrito. Celigny (Suíça): 1994.

KJELLRUP, M. “Bewusst mit dem Körper leben”. In: *Spannungsausgleich durch Eutonie*, Munique, Ehrenwirth Verlag, 1980.

MEUNIER-FROMENTI, Jacqueline. *Eutonie et pratiques corporelles pour tous*. Paris: Le Courrier du livre, 1989.

PLUM, Lise. “Kinetic Study of Patients with Low Back Syndrome and Its Therapeutic Consequences”. In: *Proceedings of the 4th Medical International Congress Series*, n. 107, 1964.

ROSTAN, Yvette et al. *Eutonie et création. Un groupe d'artistes découvre l'eutonie*. Genebra, Vive-Fontaine,

- 1979.
- ROUTA-LAGAROSSE, Jacqueline. “L’eutonie de Gerda Alexander ou le corps conscient au quotidien”. In: *Les relaxations thérapeutiques aujourd’hui. Actes du 1^{er} colloque international de relaxation*, L’Harmattan, tome II, 1987, p. 102-113.
- SCHMITT, O. “Réinvestissement corporel et troubles psychiatriques”. Tese de doutorado em medicina. Estrasburgo: Université Louis Pasteur, 1980, p. 21-41.
- SEIFERT, Michel. *Eutonie et arts du spectacle, Mémoire de fin d’études*. Bélgica: Institut national des Arts du spectacle, 1982.
- SCHAEFER-SACKMANN, Karine. Vários artigos, em particular em *DEGGA-Mitteilungen* (revista periódica da Associação alemã de eutonia Gerda-Alexander), Alemanha.
- STUBER, U. e BROWN, I. *Guide pédagogique: MUS-12573, Eutonie 1*, École de musique, Université Laval, 1993.
- VAN CAUWENBERGUE. “Vivre en pleine conscience-l’eutonie”. In: *Le corps sensuel*. Paris: Robert Laffont éditeur, 1987, p. 112-123.
- VISHNIVETZ, Bertha. “On Eutonie Gerda Alexander. A Personal and Psychological Approach”. Tese em psicologia, Universidade de Copenhagen, 1984.
- WINDELS, J. *Eutonie mit Kindern*. Kösel-Verlag: Munique, 1984.

Documentos coletivos

- BALMER, P.; BEX, L.; BRIEGHEL-MULLER, G.; COURSIÈRES, X.; LE BOT, C. Eutonie Gerda-Alexander. *Dossier de présentation, Fédération Internationale d’Eutonie Gerda Alexander*, Suíça, 1990.
- BERTE, R.; DE CONINCK, J. L.; TAQUIN, J. L.; QUERINJEAN, R.; LERMINIAUX, J.; BEX, L.; DEBELIE, P.; PIERRET, G. *Le corps en psychothérapie. Possibilités et limites des approches non verbales*. Associação Belga de Eutonia Gerda Alexander, 1986.
- BROWN, L.; LECLERC, N.; MARCEAU, D.; MICHAUD-BOUCHARD, C. “Vários artigos de membros da Associação Quebequense de Eutonia Gerda Alexander”. In: *Option Santé*, Vol. 3, n. 1, setembro/outubro, 1991.
- MURCIA, R.; WEIDMANN, F.; BEX, L.; GRIMM, J.; ISTACE, B.; DEBELLE, P.; BRIEGHEL-MULLER, G.; SCHOTTE, J. *Le contact. Ses fondements et implications dans l’ouverture au monde*. Associação Belga de Eutonia Gerda Alexander, 1988.
- SCHMITT, A.; MONTAGNER, H.; VILLANOVA, A.; MURCIA, R.; PARLEBAS, P.; COLLIARD, C. *Eutonie Gerda-Alexander. Comptes rendus et Actes du colloque au Centre de rencontres internationales de l’Arbresle*. França, agosto de 1989.

Documentos audiovisuais

- STUBER, U.; BROWN, L.; GIGUERE, M. *Accorder le corps à la musique*. École de musique et Service multimédia de l’Université Laval, 1992.
- ZOLTNICKA, Yves. *À la découverte du corporel*. França (disponível em FIEGA).

Produção científica de eutonistas

- BOZON, Márcia. “O corpo do paciente em psicoterapia”. TGI, Faculdade de Psicologia Mackenzie, 2003.
- FEITOSA, Maria Thereza. “A pele – tecido interface do contato entre o fisioterapeuta e seu paciente nas abordagens terapêuticas que utilizam o toque”. TCC, Faculdade de Ciências da Saúde e Sociais, IBMR/RJ, 2003.
- MAEDA, Cecília. “A eutonia e o processo de individuação: uma abordagem psicossomática”. Tese de mestrado, PUCSP, 2000.
- BAL, Gabriela. “O silêncio em Plotino”. Tese de mestrado, PUCSP, 2003.
- _____. “Em busca do ‘não lugar’: a linguagem mística de Plotino, Jâmblico e Damascio à luz do ‘Parmênides’ de Platão”. Tese de doutoramento, PUCSP, 2010.
- HERCOLES, Rosa. “Eutonia – um processo de comunicação no corpo”. Tese de mestrado, PUCSP, 2000.
- SANTOS, Ana Maria F. “Contribuição da eutonia para a reabilitação após mastectomia”. Especialização em Psico-oncologia Instituto Sedes Sapientiae, São Paulo, 1999.

Associações profissionais e escolas de formação profissional em eutonia no Brasil e no mundo

Brasil

ABE – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EUTONIA – São Paulo
www.eutonia.org.br

INSTITUTO GERDA ALEXANDER DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM EUTONIA
www.institutodeeutonia.com.br

Argentina

AALE – ASOCIACIÓN ARGENTINA Y LATINOAMERICANA DE EUTONIA, BUENOS AIRES
www.eutonia.org.ar

Alemanha

DEBEGA – ASSOCIAÇÃO ALEMÃ DE EUTONIA GERDA ALEXANDER
www.eutonie.de

GERDA-ALEXANDER-SCHULE

Bélgica

ABEGA – ASSOCIAÇÃO BELGA DE EUTONIA GERDA ALEXANDER
www.eutonie-gerda-alexander.be

ECOLE BELGE D'EUTONIE GERDA ALEXANDER

Canadá

AQEGA – ASSOCIAÇÃO DE QUÉBEC DE EUTONIA GERDA ALEXANDER
www.eutonie.ca

MESTRADO EM EUTONIA, UNIVERSITÉ LAVAL, QUÉBEC, CANADÁ
Responsáveis: Josée Vaillancourt e Ursula Stuber

Dinamarca

FDE – ASSOCIAÇÃO DINAMARQUESA DE PEDAGOGIA EM EUTONIA
www.eutoni.dk

França

AFEGA – ASSOCIATION FRANÇAISE D'EUTONIE GERDA ALEXANDER
www.eutonie.com

ÉCOLE FRANÇAISE D'EUTONIE GERDA ALEXANDER

Suíça

ASEGA – ASSOCIATION SUISSE EUTONIE GERDA ALEXANDER
www.eutonie.ch

ÉCOLE PROFESSIONELLE D'EUTONIE
www.eutonie-formation.ch

Psicologia analítica

A formação profissional em psicologia analítica é dirigida pela IAAP (International Association of

Analytical Psychology) e é realizada atualmente em 34 países, dentre eles o Brasil.

Sendo este livro dedicado principalmente à eutonista Gerda-Alexander, não pensamos ser apropriado fazer aqui uma seleção dos diversos documentos escritos e audiovisuais produzidos por psicanalistas Junguianos. Contudo, para ter uma visão geral, é possível consultar, entre outros, os seguintes *sites* na internet:

IAAP (International Association of Analytical Psychology): <http://iaap.org>

Associações e institutos de formação do Brasil

Associação Junguiana do Brasil: www.ajb.org.br

Instituto de Psicologia Analítica de Campinas (IAPC): www.ipacamp.org.br

Instituto Junguiano do Paraná: www.ijpr.org.br

Instituto Junguiano do Rio Grande do Sul: www.ijrs.org.br

Institutos de São Paulo: www.sbpa.org.br e www.sbpa-rj.org.br

Ou também entrar em contato através de *e-mail* ou por telefone com os seguintes institutos:

Instituto C.G. Jung da Bahia: terezacaribe@terra.com.br

Instituto C.G. Jung de Minas Gerais: institutojungmg@yahoo.com.br

Instituto Junguiano de São Paulo: Tel./ Fax: (11) 3030-9315

SOBRE O AUTOR

MARCEL GAUMOND é um analista junguiano formado no Instituto C. G. Jung de Zurique em 1977 e atua em Quebec, Canadá. Em 1973, durante sua formação de analista, teve contato com Gerda Alexander em um de seus famosos seminários em Talloires, na França. Desse encontro e de seu futuro encontro com a eutonista Ursula Stuber nasceram workshops que Marcel e Ursula criaram juntos, unindo o trabalho de psicologia analítica de Jung e a eutonia.

Coleção AMOR E PSIQUE

O feminino

- *As deusas e a mulher*, J. S. Bolen
- *A feminilidade consciente – entrevistas com Marion Woodman*, M. Woodman
- *A prostituta sagrada*, N. Q. Corbett
- *O medo do feminino*, E. Neumann
- *Os mistérios da mulher*, Esther Harding
- *Liderança feminina: Gestão, psicologia Junguiana, espiritualidade e a jornada global através do purgatório*, Karin Jironet

O masculino

- *O pai e a psique*, A. P. Lima Filho
- *Os deuses e o homem*, J. S. Bolen
- *Sob a sombra de Saturno*, J. Hollis

Psicologia e religião

- *Nesta jornada que chamamos vida*, J. Hollis
- *Uma busca interior em psicologia e religião*, J. Hillman
- *Letras imaginativas: breves ensaios de psicologia arquetípica*, Marcus Quintaes

Sonhos

- *Aprendendo com os sonhos*, M. R. Gallbach
- *Breve curso sobre os sonhos*, R. Bosnak
- *Os sonhos e a cura da alma*, J. A. Sanford
- *Como entender os sonhos*, Mary Ann Mattoon

Maturidade e Envelhecimento

- *A passagem do meio*, James Hollis
- *No meio da vida: Uma perspectiva Junguiana*, M. Stein

Contos de fada e histórias mitológicas

- *A ansiedade e formas de lidar com ela nos contos de fadas*, V. Kast
- *A individuação nos contos de fada*, Marie-Louise von Franz
- *A interpretação dos contos de fada*, Marie-Louise von Franz
- *A psique japonesa: grandes temas e contos de fadas japoneses*, H. Kawai
- *A sombra e o mal nos contos de fada*, M.-L. von Franz
- *Mitos de criação*, M.-L. von Franz
- *Mitologemas: encarnações do mundo invisível*, J. Hollis
- *O Gato*, M.-L. von Franz
- *O que conta o conto?*, Jette Bonaventure
- *O que conta o conto? (II) – Variações sobre o tema mulher*, Jette Bonaventure

O puer

- *O livro do Puer, ensaios sobre o arquétipo do Puer Aeternus*, J. Hillman
- *Puer aeternus*, M.-L. von Franz

Relacionamentos e parcerias

- *Amar, trair*, A. Carotenuto
- *Eros e pathos*, A. Carotenuto
- *Não sou mais a mulher com quem você se casou*, A. B. Filenz
- *Os parceiros invisíveis: O masculino e o feminino*, J. A. Sanford
- *O Projeto Éden – a busca do outro mágico*, J. Hollis

Sombra

- *Mal, o lado sombrio da realidade*, J. A. Sanford
- *Os pantaneais da alma*, J. Hollis

O autoconhecimento e a dimensão social

- *Meditações sobre os 22 arcanos maiores do tarô*, anônimo
- *Encontros de psicologia analítica*, Maria Elci Spaccaquerche (org.)

Psicoterapia, imagens e técnicas psicoterápicas

- *Psicoterapia*, M.-L. von Franz
- *Psiquiatria junguiana*, H. K. Fierz
- *O mundo secreto dos desenhos: uma abordagem junguiana da cura pela arte*, G. M. Furth
- *O abuso do poder na psicoterapia e na medicina, serviço social, sacerdócio e magistério*, A. G.-Craig
- *Ciência da alma: uma perspectiva junguiana*, E. F. Edinger
- *Saudades do Paraíso: perspectivas psicológicas de um arquétipo*, M. Jacobi
- *O mistério da Coniunctio: imagem alquímica da individualização*, E. F. Edinger
- *Psicoterapia junguiana e a pesquisa contemporânea com crianças: Padrões básicos de intercâmbio emocional*, Mario Jacoby
- *Medicina arquetípica*, Alfred J. Ziegler

Corpo e a dimensão fisiopsíquica

- *Dionísio no exílio: Sobre a repressão da emoção e do corpo*, R. L.-Pedraza
- *Corpo poético: O movimento expressivo em C. G. Jung e R. Laban*, V. L. Paes de Almeida
- *A joia na ferida – o corpo expressa as necessidades da psique e oferece um caminho para a transformação*, R. E. Rothemberg
- *Presença no corpo – Eutonia e psicologia analítica*, Marcel Gaumond

Outros

- *O mundo interior do trauma: defesas arquetípicas do espírito pessoal*, Donald Kalsched

Direção editorial
Claudiano Avelino dos Santos
Coordenação editorial
Dra. Maria Elci Spaccaquerche
Assistente editorial
Jacqueline Mendes Fontes
Revisão
Caio Pereira
Iranildo Bezerra Lopes
Capa
Marcelo Campanhã
Desenvolvimento digital
Patrícia Pimenta
Conversão ePUB
PAULUS

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Gaumond, Marcel

Presença no corpo: eutonia e psicologia analítica [livro eletrônico]/ Marcel Gaumond; prefácio e texto inédito de Gerda Alexander; tradução Martine Boyriven Moreira de Souza, Gaelle Boyriven Moreira de Souza Epifani. São Paulo: Paulus, 2014. (Coleção Amor e Psique)
Título original: Du corps à l'âme: eutonie et psychologie analytique.
6 Mb; ePUB

Bibliografia.

eISBN 978-85-3494-089-4

1. Consciência 2. Consciência corporal 3. Espírito e corpo 4. Eutonia 5. Filosofia da mente 6. Psicologia analítica I. Alexander, Gerda. II. Título. III. Série.
14-02031

CDD-128.2

Índices para catálogo sistemático:

1. Consciência pela via corporal: Filosofia da mente 128.2

Título original: Du corps à l'âme – Eutonie et psychologie analytique

© 2012, Marcel Gaumond, Canadá

Tradução: Martine Boyriven Moreira de Souza

Gaelle Boyriven Moreira de Souza Epifani

© PAULUS – 2015

Rua Francisco Cruz, 229 • 04117-091 São Paulo (Brasil)

Fax (11) 5579-3627 • Tel. (11) 5087-3700

www.paulus.com.br • editorial@paulus.com.br

[[Facebook](#)] • [[Twitter](#)] • [[Youtube](#)]

eISBN 978-85-3494-089-4

INTRODUÇÃO - Marcel Gaumond

- [1] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, Paris, Tchou, 1996, p. 106.
- [2] Dois eutonistas reafirmaram essa posição em um livro recente sobre a eutonia: Gunna BRIEGHEL-MÜLLER e Anne-Marie WINKLER, *Pedagogia e terapia em Eutonia Gerda Alexander*, Paris, Delachaux e Niestlé, S. A. Lausanne (Suíça), 1994, p. 19.
- [3] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, *op. cit.*, p. 104.
- [4] Foi o caso, por exemplo, durante o Congresso da Associação internacional dos eutonistas na Universidade Laval (Quebec), em julho de 1988, durante a “Jornada de estudo e de reflexão” no Centro de Encontros internacionais de Arbresle (França), em agosto de 1989, assim como durante a “Jornada portas abertas”, criadas pela escola de Eutonia Gerda-Alexander de Celigny e pela Associação Suíça de Eutonia Gerda-Alexander, nas instalações do Instituto Jaques-Dalcroze em Genebra (Suíça), em maio de 1995.
- [5] Trecho de uma palestra proferida em setembro de 1984 por Gerda Alexander, durante um congresso da Inter-Regional Society of Jungian Analysts, em Quebec. O texto completo dessa palestra é reproduzido mais à frente sob o título “Eutonia, uma via de enraizamento”.
- [6] Como reforça Felix Morrow em seu artigo “The Formation of an Observing Self in Eutony”, na versão em inglês do livro de Gerda Alexander, essa atitude relativa não escapou de Graf Dürckheim, que aparentemente tinha formado a maioria dos instrutores de meditação dos mosteiros na Alemanha. Para esses instrutores, Dürckheim recomendava exercícios de eutonia antes da meditação propriamente dita. Ver: Gerda ALEXANDER, *Eutony, The Holistic Discovery of the Total Person*, New York, Felix Morrow Publisher, 1985, p. 156-157. Os fins geralmente perseguidos pela eutonia e pela atividade meditativa desenvolvida no ioga e no zazen ganham, entretanto, se diferenciados.
- [7] Veremos mais para a frente a “doença criativa” de Gerda Alexander. Quanto à de Jung, para termos uma ideia, consultaremos a seção de sua autobiografia *Minha Vida* (Paris, Gallimard, 1970), intitulada “Confronto com inconsciente”, ou ainda, o capítulo que foi dedicado a ele em: Henry F. ELLENBERGER, *A descoberta do inconsciente*, Villeurbanne (França), Simep, 1974, p. 554-555.
- [8] Arquétipo (do grego *arkhetupon*, tipo antigo, original) é um termo emprestado por Jung de Platão. “O conceito de arquétipo... deriva da observação, muitas vezes repetida, de que os mitos e os contos da literatura universal contêm temas bem definidos... [...] essas imagens e correspondências típicas [...] têm sua origem no arquétipo que, ele próprio, escapa à representação, forma preexistente e inconsciente que parece fazer parte da estrutura herdada da psique e pode, portanto, manifestar-se espontaneamente em todos os lugares e em todos os momentos.” C. G. JUNG, *Minha Vida*, *op. cit.*, p. 453.
- [9] C. G. JUNG, *As raízes da consciência*, Paris, Buchet-Chastel, 1971, p. 548-549.
- [10] Em uma carta a seu amigo Fliess, Freud disse: “[...] o poder de influenciar de Édipo Rei se torna inteligível [...] o mito grego destaca uma compulsão que todos reconhecem em si por terem percebido em si mesmo uma evidência de sua existência”. *Sigmund Freud's Letters, The Origins of Psychoanalysis*, New York, Basics Books, 1954, p. 223.
- [11] C. G. JUNG, *Metamorfoses da alma e seus símbolos*, Genebra, Georg et Cie, 1953, p. 190.

MEU PRIMEIRO CONTATO COM A EUTONIA

- [1] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, *op. cit.*, p. 25.
- [2] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, *op. cit.*, p. 95.
- [3] No significado teilhardiano do termo.
- [4] *Mana* é uma palavra de origem melanésia usada por Jung para indicar uma forte *energia psíquica*. No livro *Dialética do eu e do inconsciente* (Paris, Coleção Idées, Gallimard, 1964, p. 223-248), Jung dedicou um capítulo inteiro ao que ele nomeou de “personalidade mana”, ou seja, uma personalidade com carisma poderoso e, portanto, suscetível de exercer uma forte influência sobre os outros. No livro *Presente e futuro* (Paris, Buchet-Chastel, 1962, p. 182), ele define como segue: “Mana é uma influência involuntária sobre o inconsciente do outro, de alguma forma um prestígio inconsciente que, no entanto, mantém sua eficiência desde que não interfiram em sua espontaneidade através de segundas intenções”.
- [5] Termo usado por Rudolf Otto para indicar o *efeito de choque* que acontece no indivíduo quando ele vive uma experiência do sagrado.

NOÇÕES-CHAVE DA EUTONIA

- [1] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, *op. cit.*, p. 30.
- [2] *Ibid.*
- [3] Gerda Alexander entende como “aluno” qualquer pessoa que empreende uma abordagem eutônica, seja em grupo ou em uma sessão individual, seja um estudante de eutonia, uma pessoa vinda com um ponto de vista terapêutico ou ainda todo indivíduo que visa ao crescimento pessoal. Para ela, a palavra *aluno* reflete a posição do indivíduo de quem é exigida a participação ativa na aprendizagem, como é o caso da eutonia. No livro, utilizei o termo *estudante* para designar qualquer pessoa que deseja tornar-se eutonista.
- [4] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, *op. cit.*, p. 34-35.

[5] Gunna BRIEGHEL-MÜLLER e Anne-Marie WINKLER, *Pedagogia e terapia em Eutonia Gerda Alexander*, op. cit., p. 23.

[6] *Ibid.*, p. 25.

[7] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, op. cit., p. 58-59.

[8] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, op. cit., p. 115-117.

EUTONIA, UMA VIA DE ENRAIZAMENTO - Gerda Alexander

[1] Conferência apresentada por Gerda Alexander em Quebec em setembro em 1984.

Este texto reproduz as observações feitas por Gerda Alexander durante uma conferência de membros de uma sociedade de psicanalistas junguianos (Inter-Regional Society of Jungian Analysts) reunidos no Château Frontenac, em Quebec, em setembro de 1984. A palestra proferida em inglês foi então registrada, depois datilografada e retocada por Sarah McNeil, tradutora. Traduzi este texto para o francês.

[2] Gerda Alexander usa essa palavra aqui embora na época não fosse de uso comum.

A DOENÇA COMO MEIO DE CRIAÇÃO DOS FUNDADORES

[1] Por essas histórias, consulte a página 184 de C. G. Jung, *Minha vida*, Paris, Gallimard, 1970.

EUTONIA E PSICOLOGIA ANALÍTICA

[1] C. G. JUNG, *Os Tipos psicológicos*, Genebra, Georg et Cie, 1968.

[2] C. G. JUNG, “Frente a frente”, publicado em *Carl Gustav Jung*, Paris, de Herne, 1984, p. 236.

[3] Estudo citado por Mary Ann Mattoon em seu artigo “The Neglected Function of Analytical Psychology”, publicado em *The Journal of Analytical Psychology*, vol. 22, n. 1, p. 210.

[4] Marie-Louise VON FRANZ, *A General Characterization of the Inferior Function in Jung's Typology*, Zurique, Spring Publications, 1975, p. 11.

[5] Suzanne PERCHERON, *Entrevistas com C. G. Jung*, em “Cadernos de psicologia junguiana”, n. 6, Paris, 1975, p. 33.

[6] Marie-Louise VON FRANZ, *A General Characterization of the Inferior Function in Jung's Typology*, artigo citado, p. 13.

[7] Pelo menos, é minha percepção. Convém, no entanto, proceder com eutonistas assim como fizemos com psicanalistas junguianos e submetê-los ao mesmo teste para verificar se minha hipótese é confirmada.

[8] C. G. JUNG, *A cura psicológica*, Genebra, Georg et Cie; 1970, p. 84.

[9] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, op. cit., p. 68.

[10] C. G. JUNG, *Psicologia da transferência*, Paris, Albin Michel, 1980, p. 40.

[11] Termo utilizado por Breuer e Freud para refletir o efeito da libertação dos eventos traumáticos vivido pelo paciente na terapia. Esse termo, emprestado do grego, foi usado por Aristóteles para designar o efeito de libertação que ocorre no espectador quando vê suas paixões encarnadas em cena.

[12] Método de descarga emocional que pode levar à catarse (no sentido atual da palavra dado por psicólogos e psicanalistas).

[13] Tese desenvolvida em *O homem na descoberta de sua alma*, Paris, Albin Michel, 1994.

[14] Para um aprofundamento desses conceitos, ver em particular: C. G. JUNG, *Dialética do eu e do inconsciente*, Paris, Gallimard, 1964.

[15] *Imaginal* é o termo usado por James Hillman, depois de Henry Corbin, para designar o *inconsciente coletivo* em sua dimensão criativa, v.g.: *O Mito da psicanálise*, Paris, Imago (Payot), 1977.

A EXPERIÊNCIA CORPORAL DA PERSONA E DA SOMBRA: MICHÈLE

[1] Por razões óbvias, darei um nome fictício a cada paciente de quem relato a experiência.

[2] Parafraseando aqui Paracelsus: “Aquele que deseja entrar no Reino de Deus deve primeiramente entrar com seu corpo em sua mãe e aí, morrer”.

[3] É Michèle que continua se expressando aqui, assim como no parágrafo seguinte, e não seu analista, como poderíamos pensar!

[4] O envelope poderia também ser associado ao que Didier Anzieu nomeia de “O Eu pele”, Paris, Dunod, 1985.

[5] “O homem de outra cidade” com que sua mãe se casou.

[6] Em seu aspecto positivo, o arquétipo do *puer aeternus* (criança eterna) corresponde à faculdade psíquica de manter contato com suas origens e de se transformar. Em seu aspecto negativo, essa figura apresenta traços infantis daquele que permanece prisioneiro de sua infância.

[7] C. G. JUNG e C. KERÉNYI, *Introdução à essência da mitologia*, Paris, Petite Bibliothèque Payot, 1968, p. 116.

[8] Jung discute essa noção de Cristo como “segundo Adão” e símbolo do “Eu” em *Aion. Estudos sobre a fenomenologia do Eu*, Paris, Albin Michel, 1983.

[9] Mircea ELIADE, *Iniciações, rituais, sociedades secretas*, Paris, Gallimard, 1959, p. 281-282.

[10] C. G. JUNG, *Dialética...*, op. cit., p. 119.

[11] Veja: Eugen HERRIGEL, *O Zen na arte cavalheiresca do Tiro ao Alvo*, Paris, Dervy-Livres, 1970.

EXPERIÊNCIA CORPORAL DA ANIMA: OLIVIER

[1] C. G. JUNG, *Dialética...*, *op. cit.*, p. 174.

[2] C. G. JUNG, *Comentários sobre o Kundalini Yoga*, publicado em *Carl Gustav Jung*, de Herne, *op. cit.*, p. 207-238.

[3] Pensamos aqui na “energia presa na coxa”.

[4] Moda caracterizando o “nascimento espiritual”.

[5] Ver, entre outros, o mito de Héracles alimentado por Hera.

[6] Refiro-me à noção de objeto transicional de D. W. Winnicott. Nessa perspectiva, a criança boneca ou mulher boneca desempenham para o homem, inconscientemente, função de transição entre a mãe real e a *imago* maternal do qual ele ainda é cativo.

A EXPERIÊNCIA CORPORAL DO Animus: ÉLIZABETH

[1] Tomada de consciência de que vai junto com um trabalho sobre o “transporte”.

[2] Refiro-me aos sonhos de Olivier nos quais a energia era mantida prisioneira em uma coxa; a canalização de um edifício estava bloqueada.

[3] *Surgimento*, que é da ordem de um aparecimento, ou seja, uma exteriorização da capacidade interna de autocura personificada pela Sra. Alexander.

A EXPERIÊNCIA CORPORAL DO EU: GERDA ALEXANDER

[1] “O Ser é uma entidade sobreordenada ao Eu. O Ser abraça não somente a psique consciente, mas também a psique inconsciente, e é, portanto, por assim dizer, uma personalidade mais ampla, *que nós somos também*”, em C. G. Jung, *Dialética...*, *op. cit.*, p. 118.

[2] Mircea ELIADE, *O xamanismo*, Paris, Payot, 1964, p. 66.

[3] *Ibid.*

[4] *Ibid.*, p. 371.

[5] 66. *Ibid.*

[1] Expressão de Jung que James Hillman citou em seu fascinante capítulo sobre “a feminilidade psicológica”, em *O Mito da psicanálise*, *op. cit.*

[2] C. G. JUNG, *Minha Vida*, *op. cit.*, p. 404.

A EXPERIÊNCIA ARQUETÍPICA DA CRIAÇÃO DE UM CORPO HUMANO

[1] Anguttara, II, 48; Samyutta, I, 62. Citado em: Mircea ELIADE, *Patañjali e o yoga*, Paris, Seuil, 1962, p. 155.

[2] João, 1,14.

[3] A “pedra morta” dos alquimistas que foi transformada em “pedra viva”.

[4] No capítulo “O processo de individuação em eutonia e na análise”, estabelecemos um paralelo entre “por um lado, os ossos e o masculino (o que é forte, rígido, resistente, o que sustenta, protege e sobre o qual podemos nos apoiar) e, por outro, entre a carne e o feminino (o que é vulnerável, suave e fluido, dentro do qual a vida se manifesta, o que envolve e alimenta)”.

A EXPERIÊNCIA DA MODELAGEM EM EUTONIA

[1] Gerda ALEXANDER, *A Eutonia*, *op. cit.*, p. 113.

[2] *Ibid.*, p. 114.

A EXPERIÊNCIA DA MODELAGEM NA PSICANÁLISE JUNGUIANA

[1] “Tive medo porque estou nu e me escondi” (Gênesis 3,10).

[2] 1912-1913.

[3] C. G. JUNG, *Minha vida*, *op. cit.*, p. 201.

[4] Para entender claramente a teoria subjacente a esse diálogo analítico, bem como itens práticos do procedimento que esse último contém, recomendo fortemente a leitura de “A função transcendente” em *A Alma e o Ser* (Paris, Albin Michel, 1990, p. 145-178) e de *A dialética do eu e do inconsciente* (Paris, Gallimard, 1964), ambos de Jung.

[5] Os eutonistas utilizam muito este material que é mais fácil de moldar que o barro e que também tem a vantagem de aparecer em diferentes cores.

DIALÉTICA DO EU E DO INCONSCIENTE SOMÁTICO

[1] Lucas 1,26-38.

[2] Expressão de Nietzsche já citada.

[3] Lucas 2,19.

[4] Recordemos aqui a hipótese apresentada sobre a experiência de Elizabeth.

[5] Veja: C. G. JUNG, “O símbolo da transubstanciação na missa”, em *As raízes da consciência*, *op. cit.*, p. 207-326.

[6] Termo usado por Jung para designar a correspondência significativa entre um evento interior

(interrogação sobre Maria) e um evento exterior (carta de Maria). Veja: C. G. JUNG, *Sincronicidade e Paracelsia*, Paris, Albin Michel, 1988.

[7] C. G. JUNG, “A Psychological Approach to the Dogma of the Trinity”, em *Psychology and Religion, East and West*, C.W., vol. 11, Princeton (Nova Jersey), Princeton University Press, 1977, p. 109-200.

[8] C. G. JUNG, *Metamorfoses da alma e seus símbolos*, op. cit., p. 508-509.

[9] O livro *Metamorfoses da alma e seus símbolos* (1955) é uma versão um pouco alterada dessas primeiras *Metamorfoses* de Jung, publicadas em francês em 1925, mas são dificilmente encontradas. Felizmente, essa versão original foi adicionada ao *Collected Works* sob o título *Psychology of the Unconscious, A Study of the Transformations and Symbolisms of the Libido*, Princeton (New Jersey), C. W. b, Bollingen Series XX, Princeton University Press, 1991.

[10] Essa associação fonética parece provável quando sabemos que Miss Miller era americana e teve esta visão no barco que a levava de Nova York para Genebra para estudar.

[11] C. G. JUNG, *Metamorfoses da alma e seus símbolos*, op. cit., p. 715.

[12] Hermann HESSE, *Narciso e Goldmund*, op. cit., p. 202.

[13] *Ibid.*, p. 154. Ao ler esse trecho, penso na narrativa da primeira experiência na qual Jung associa sua noção de *anima*: “Durante a ausência de minha mãe, nossa empregada também cuidava de mim. Ainda sei como ela me carregava no colo e como eu colocava a cabeça em seu ombro. Ela tinha o cabelo preto e uma aparência pálida; ela era muito diferente de minha mãe. Lembro-me da raiz de seu cabelo, o pescoço com a pele muito pigmentada, e sua orelha. Isso me parecia tão estranho e, entretanto tão particularmente familiar. Tinha impressão de que ela não pertencia a minha família, mas apenas a mim, e que, de uma maneira que me era incompreensível, ela era relacionada a coisas misteriosas que eu não conseguia entender”. *Minha Vida*, op. cit., p. 27.

[14] Hermann HESSE, *Narciso e Goldmund*, op. cit., p. 158-159.

[15] Jacob e Wilhem GRIMM, “Branca de Neve”, em *Os contos*, Paris, Flammarion, 1967, p. 309.

[16] C. G. JUNG, *Metamorfoses da alma e seus símbolos*, op. cit., p. 395.

[17] Os itálicos são meus: *retirar a espessura do corpo* de modo a ser reconhecido em seu valor profundo, interior; *vomitara sua carne* para libertar a mente; *perder uma parte de si mesmo, se transformar em um homem menor* para reconectar com “a criança”, “o núcleo” do seu ser e viver um segundo nascimento.

[18] Citado em C. G. JUNG, *As raízes da consciência*, Paris, Buchet-Chastel, 1971, p. 241-242.

[19] Refiro-me aqui à tragédia que ocorreu em 1995, sob a Influência de Luc Jouret e Joseph DiMambro, líderes da seita do Templo Solar. Ironia do destino: a tragédia aconteceu na Suíça, país onde Jung dedicou muito esforço para projetar um esclarecimento psicológico sobre estas dinâmicas que, quando não são entendidas e assimiladas, inevitavelmente conduzem a aberrações semelhantes.

[20] Repensamos aqui na “experiência corporal do Ser” relatada por Gerda Alexander.

[21] Mircea ELIADE, *O Xamanismo e as técnicas arcaicas do êxtase*, Paris, Payot, 1968, p. 61.

[22] Tendência a ver seus desejos como realidade.

[23] Comentários feitos por companheiros e companheiras de formação.

[24] Pensamos nos versos de Georges Brassens em sua canção *A surra*: “Você percebeu que tenho um belo traseiro? E minha mão vingativa caiu, derrotada!”.

[25] Rainer-Maria RILKE, “O Livro de Horas”, citado por Lou Andreas Salomé em *Minha vida*, Paris, PUF, 1985, p. 141-142.

[26] Os textos que Sarah anota em seu diário e que ela evoca em sua narrativa, a alusão que ela faz ao “Jardim do Éden” me fazem pensar no texto do Gênesis sobre a criação do mundo: primeiro dia, segundo dia etc. Inspirar-me-ei nessa apresentação do texto da Bíblia para articular meu comentário: primeira narrativa, segunda narrativa.

[27] Expressão usada por Jesus quando ele estava falando com Nicodemos da necessidade, para aqueles que queriam entrar no Reino de Deus, de “nascer da água e do Espírito” (João 3,3-7).

[28] Gênesis 3,6.

[29] Estatueta feminina de origem asteca. Observando com atenção a massa que prolonga a cabeça da estatueta para o alto e que poderia ser tanto um turbante como um penteado trançado, percebemos no centro um orifício que pode estar associado ao terceiro olho (olho espiritual) que a própria Sarah representou por uma marca na parte superior da cabeça em sua estatueta.

[30] Em seu livro *O simbolismo do corpo humano* (Ed. Dangles, St-Jean-de-Braye [França], 1984, p. 224), Annik de Souzaenelle ensina que, em hebraico, o “osso” é a palavra *Etsem*, formado a partir da raiz *Ets*, que significa a “árvore”. O “sacro” – *Atsé* – é, quanto a isso, “a árvore germinando”.

[31] João 2,19-21.

[32] Gênesis 3,15.

[33] João 1,5.

[34] Em seu lindo livro *A origem divina* (Paris, Grasset et Fasquelle, 1993, p. 54), Marie Balmory interpreta a interdição de comer de uma única árvore como a interdição de comer “o outro” considerado e utilizado

como *objeto* em vez de abordado como *sujeito*.

[35] C. G. JUNG, *Minha Vida*, Paris, Gallimard, 1970, p. 40-43.

[36] Em seu prefácio a *Freud e à alma humana* de Bruno Bettelheim (Paris, Robert Laffont, 1984, p. 30), Michèle Montrelay sugere que, se a criança autista da “fortaleza vazia” não fala mais e não se move mais, mas é um vazio inteiro, é que, “privada do vazio que move, excita, enfim, nos faz viver, só lhe resta uma saída: construir um falso vazio anulando o mais humano de suas funções”. Para ela, portanto, a tarefa do terapeuta consiste em “partir com a criança, em busca de um vazio real pelo qual sua alma seria restaurada”.

[37] Henri F. ELLENBERGER, *Descobrimo o inconsciente*, *op. cit.*, p. 7-8.

[38] Utilizo novamente esse termo *objeto transicional*, escolhido por Winnicott para designar os objetos (boneca, bicho de pelúcia, fios de lã) que, investidos emocionalmente pela criança, a ajudarão a viver a transição entre sua condição fusional e sua condição de ser separado. Veja: D. W. WINNICOTT, *Jogo e realidade*, Paris, Gallimard, 1975, p. 7-39.

DO CORPO À ALMA E DA ALMA AO CORPO

[1] TEILHARD DE CHARDIN, Pierre, *Hino do Universo*, Paris, Seuil, 1961, p. 104.

[2] C. G. JUNG, *Nietzsche's Zarathustra, Notes on the Seminar given in 1934-1939*, Princeton (New Jersey), editado por James L. Jarrett, 2 vols., Bollingen Series XCIX, Princeton University Press. Traduzido do inglês por Simone Rozenberg e publicado em *Cadernos junguianos de psicanálise*, n. 76, Primavera 1993, p. 92.

Hildegarda de Bingen

Scivias

(Scito Vias Domini)

Conhece os caminhos do Senhor



Scivias

de Bingen, Hildegarda

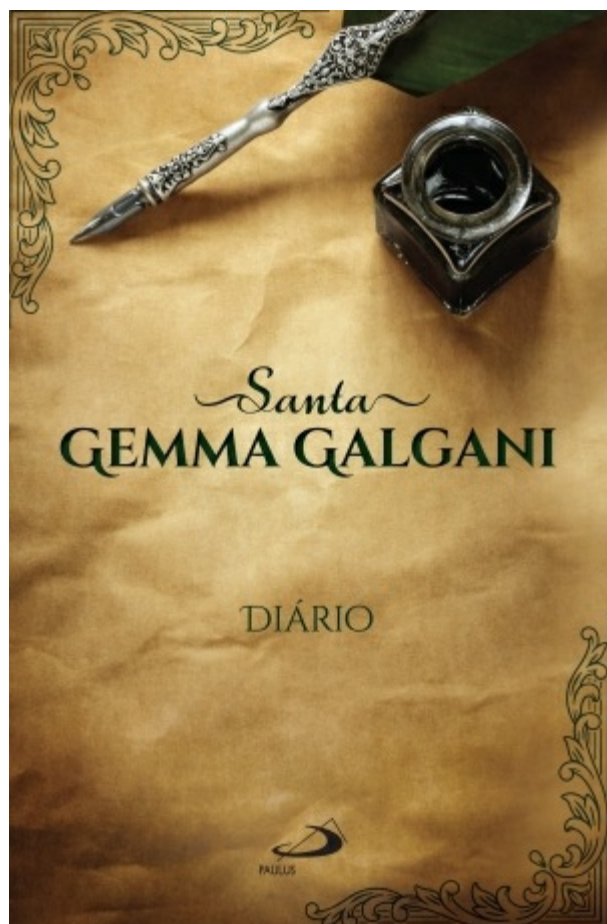
9788534946025

776 páginas

[Compre agora e leia](#)

Scivias, a obra religiosa mais importante da santa e doutora da Igreja Hildegarda de Bingen, compõe-se de vinte e seis visões, que são primeiramente escritas de maneira literal, tal como ela as teve, sendo, a seguir, explicadas exegeticamente. Alguns dos tópicos presentes nas visões são a caridade de Cristo, a natureza do universo, o reino de Deus, a queda do ser humano, a santificação e o fim do mundo. Ênfase especial é dada aos sacramentos do matrimônio e da eucaristia, em resposta à heresia cátara. Como grupo, as visões formam uma summa teológica da doutrina cristã. No fim de Scivias, encontram-se hinos de louvor e uma peça curta, provavelmente um rascunho primitivo de Ordo virtutum, a primeira obra de moral conhecida. Hildegarda é notável por ser capaz de unir "visão com doutrina, religião com ciência, júbilo carismático com indignação profética, e anseio por ordem social com a busca por justiça social". Este livro é especialmente significativo para historiadores e teólogas feministas. Elucida a vida das mulheres medievais, e é um exemplo impressionante de certa forma especial de espiritualidade cristã.

[Compre agora e leia](#)



Santa Gemma Galgani - Diário

Galgani, Gemma

9788534945714

248 páginas

[Compre agora e leia](#)

Primeiro, ao vê-la, causou-me um pouco de medo; fiz de tudo para me assegurar de que era verdadeiramente a Mãe de Jesus: deu-me sinal para me orientar. Depois de um momento, fiquei toda contente; mas foi tamanha a comoção que me senti muito pequena diante dela, e tamanho o contentamento que não pude pronunciar palavra, senão dizer, repetidamente, o nome de 'Mãe'. [...] Enquanto juntas conversávamos, e me tinha sempre pela mão, deixou-me; eu não queria que fosse, estava quase chorando, e então me disse: 'Minha filha, agora basta; Jesus pede-lhe este sacrifício, por ora convém que a deixe'. A sua palavra deixou-me em paz; repousei tranquilamente: 'Pois bem, o sacrifício foi feito'. Deixou-me. Quem poderia descrever em detalhes quão bela, quão querida é a Mãe celeste? Não, certamente não existe comparação. Quando terei a felicidade de vê-la novamente?

[Compre agora e leia](#)



DOCAT

Youcat, Fundação

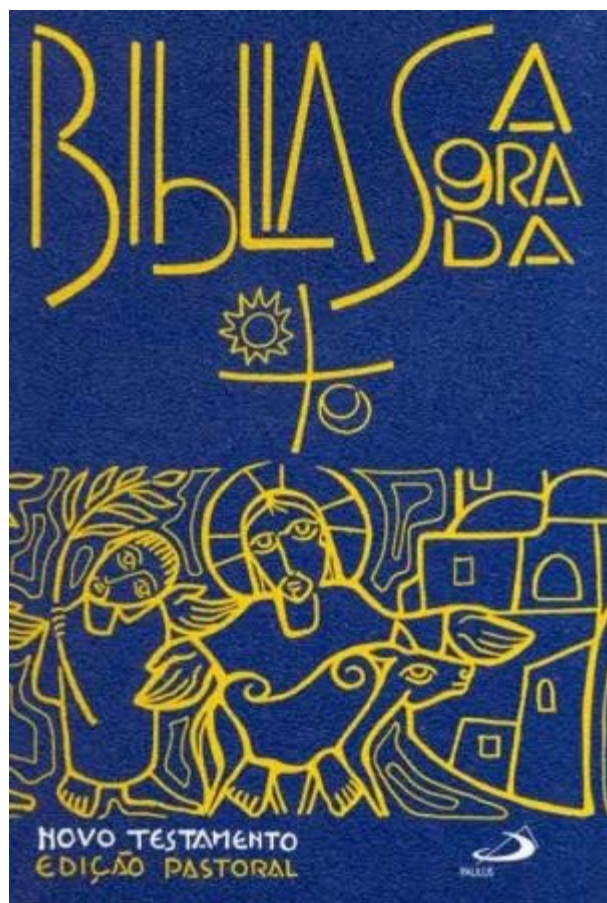
9788534945059

320 páginas

[Compre agora e leia](#)

Dando continuidade ao projeto do YOUCAT, o presente livro apresenta a Doutrina Social da Igreja numa linguagem jovem. Esta obra conta ainda com prefácio do Papa Francisco, que manifesta o sonho de ter um milhão de jovens leitores da Doutrina Social da Igreja, convidando-os a ser Doutrina Social em movimento.

[Compre agora e leia](#)



Bíblia Sagrada: Novo Testamento - Edição Pastoral

Vv.Aa.

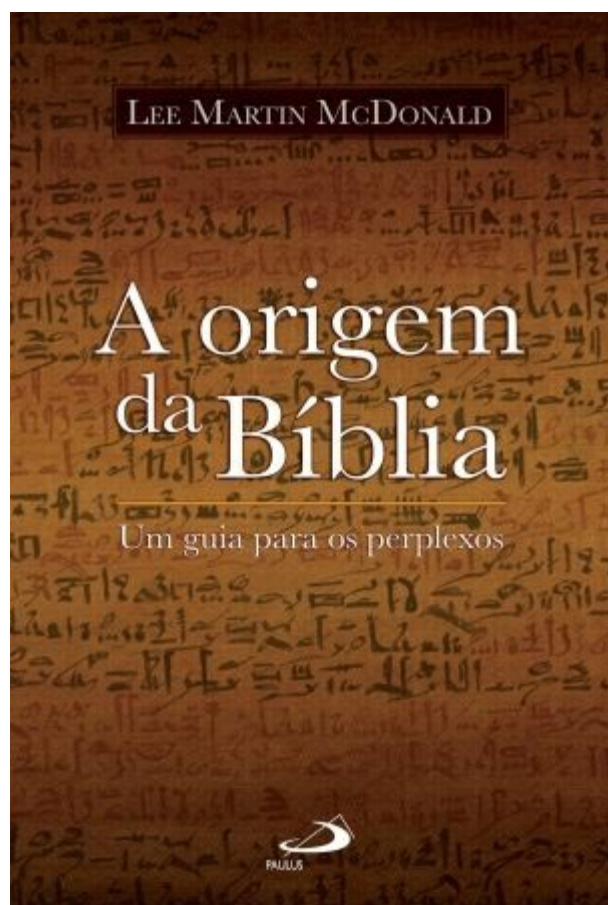
9788534945226

576 páginas

[Compre agora e leia](#)

A Bíblia Sagrada: Novo Testamento - Edição Pastoral oferece um texto acessível, principalmente às comunidades de base, círculos bíblicos, catequese e celebrações. Esta edição contém o Novo Testamento, com introdução para cada livro e notas explicativas, a proposta desta edição é renovar a vida cristã à luz da Palavra de Deus.

[Compre agora e leia](#)



A origem da Bíblia

McDonald, Lee Martin

9788534936583

264 páginas

[Compre agora e leia](#)

Este é um grandioso trabalho que oferece respostas e explica os caminhos percorridos pela Bíblia até os dias atuais. Em estilo acessível, o autor descreve como a Bíblia cristã teve seu início, desenvolveu-se e por fim, se fixou. Lee Martin McDonald analisa textos desde a Bíblia hebraica até a literatura patrística.

[Compre agora e leia](#)

Índice

Rosto	2
Introdução à coleção Amor e Psique	7
Prefácio - Patrícia Decot Pernambuco, eutonista	9
A eutonia: sua história desde a Alemanha até o Brasil	11
Prefácio - Gerda Alexander	14
O CAMINHO DO DESPERTAR	15
Introdução	17
O peso de uma criança adormecida	17
Um desenraizamento duplo instintual e espiritual	17
Histórico e definição da eutonia	18
Conteúdo desta obra	18
Metodologia: analogia e amplificação	20
A INDIVIDUAÇÃO PELA VIA CORPORAL	22
Meu primeiro contato com a eutonia	24
Um processo longo e sutil de maturação	25
A presença de um corpo consciente	26
Noções-chave da eutonia	28
O tônus	28
O tato e o contato	29
O reflexo postural e o transporte	31
Eutonia, uma via de enraizamento - Gerda Alexander	33
A doença como meio de criação dos fundadores	42
EUTONIA E PSICOLOGIA ANALÍTICA	45
Os fatores de tensões	47
As características dominantes do eutonista e do analista	47
A postura do eutonista e do analista	50
Os eixos terapêuticos: o ser que evolui, a observação paciente e respeitosa	50
O retorno ao corpo	53
Semelhanças de abordagem entre a eutonia de Gerda Alexander e a psicologia analítica de Jung	54
Especificidades da eutonia e da psicologia analítica	55
O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO EM EUTONIA E NA ANÁLISE	58
A experiência corporal da persona e da sombra: Michèle	60
A experiência corporal da anima: olivier	68

A experiência corporal do animus: Élizabeth	72
A experiência corporal do eu: Gerda Alexander	74
A MODELAGEM DE UM CORPO HUMANO - ADÂMA	77
A experiência arquetípica da criação de um corpo humano	80
A experiência da modelagem em eutonia	83
A experiência da modelagem na psicanálise junguiana	86
Dialética do eu e do inconsciente somático	88
Maria e o anjo protetor: um corpo humano não convencional	88
Goldmund, o cavaleiro exausto: procura e conquista, carne e espírito, paixão e culpabilidade	91
Roseblanche, a mulher xamã que pôde se ver em pedaços: o medo de abrir novamente grandes feridas dolorosas	95
Nas origens arquetípicas da história de Roseblanche: o conto de Branca de Neve	96
A bela Helena que se sente muito mulher atrás do palco	99
Sarah, o embrião que quer viver: a vida não é um jardim do éden	102
A reintegração da alma no corpo como processo de cura	107
A função simbólica das estatuetas	107
CONCLUSÃO	109
Do corpo à alma e da alma ao corpo	111
ADENDO	114
Da fusão simbiótica à individuação	114
Em busca de um questionamento sobre as relações entre a alma e o corpo: um estudo do filme “Possessão” de Andrzej Zulawski	114
O incesto ou “a necessidade de fundir com o semelhante”	114
Os efeitos patológicos do incesto	115
As resistências como meio de proteção da integridade individual	115
A alma na origem do incesto e das resistências	116
Variações sintomáticas da dissociação psíquica	117
“Possessão” sob a luz do mito de Édipo: uma procura de identidade	118
Cumplicidade mortífera de Mark e Anna	122
Comentários	124
O simbolismo do “monstro” nos contos	125
A dinâmica da “separação psíquica” simbolizada pelo muro de Berlim	125
Os efeitos potencialmente perversos da dissociação psíquica	126
Agradecimentos	130
Bibliografia	131

Sobre o autor	136
Coleção	137
Ficha catalográfica	139
Notas	140