

3.1.3. Consciência da Estrutura Óssea

Fernanda Moretti Pereira de Faria

capítulo da Monografia

O Ator Descobridor - A Eutonia e sua arte de nos desvendar a nós mesmos

apresentada como Trabalho de Conclusão do Curso
de Formação Profissional em Eutonia da Escola Brasileira de Eutonia
sob orientação da Prof^ª. Dr^ª. Cecília Maeda

...minha coluna é minha história vertebral.

P. F.

“Existe uma velha que vive num lugar oculto que todos sabem mas poucos viram. Ela parece esperar que cheguem ali pessoas perdidas, vagueando ou à procura de algo. Ela é circunspecta, quase sempre cabeluda e invariavelmente gorda; demonstra especialmente querer evitar a maioria das pessoas. Ela sabe crocitar e cacarejar, apresentando mais sons animais que humanos. Ela é conhecida por muitos nomes: *La Huessera*, *A Mulher dos Ossos*, *La Trapera*, *La Loba*, *Mulher Lobo*.

O único trabalho desta velha mulher é recolher ossos. Sabe-se que ela recolhe e conserva especialmente o que corre risco de se perder para o mundo. Sua caverna é cheia de ossos de todos os tipos de criaturas do deserto: o veado, a cascavel, o corvo. Dizem, porém, que sua especialidade reside nos lobos.

La Loba se arrasta sorrateira e esquadrinha as montanhas e os arroios, leitos secos de rios à procura de ossos de lobos e, quando consegue reunir um esqueleto inteiro, quando o último osso é colocado no lugar e a bela escultura branca da criatura está exposta à sua frente ela senta ali, junto ao fogo e pensa na canção que irá cantar.

Quando se decide, ela se levanta e se aproxima da criatura, ergue seus braços sobre o esqueleto e começa a cantar. É aí que os ossos das costelas e das pernas do lobo começam a se forrar de carne e a criatura começa a se cobrir de pêlos. La Loba canta um pouco mais e uma proporção maior da criatura ganha vida. Seu rabo forma uma curva para cima, forte e desengrenado.

La Loba canta mais e a criatura-lobo começa a respirar.

La Loba canta ainda mais e com tanta intensidade que o chão do deserto estremece e, enquanto canta, o lobo abre os olhos, dá um salto e sai correndo pelo desfiladeiro.

Em algum ponto da corrida, quer pela velocidade, por atravessar um rio respingando água, quer pela incidência de um raio de sol ou de luar sobre seu flanco, de repente o lobo é transformado numa mulher que ri e corre livre na direção do horizonte.

Por isso, diz-se que se você estiver perambulando pelo deserto por volta do pôr do sol e quem sabe esteja um pouco perdido, cansado, sem dúvida você tem sorte: La Loba pode simpatizar com você e lhe ensinar algo – algo da alma.”

Na história de La Loba, a velha do deserto é uma recolhadora de ossos. Na simbologia arquetípica, os ossos representam a força indestrutível. Eles não se prestam a uma fácil redução. Por sua estrutura, é difícil queimá-los e quase impossível pulverizá-los. Nos mitos e nas histórias, eles representam a força indestrutível da alma.

Nas vivências de Eutonia onde podemos nos reconhecer corporalmente através da sensação óssea e do esqueleto de nosso corpo, a representação disto em nossa psique parece ser imediata. Talvez nem tanto por uma força que brota, renasce, mas pela segurança que este saber pode nos dar. Pela segurança que o contato com toda esta estrutura fornece à estrutura da própria personalidade. O eixo está em nós mesmos, a segurança está em nós, a força e a base estão em nós, a semente inesgotável em nós está. No mais profundo, mas em nós mesmos.

No entanto, recolher e inventariar estes ossos não é apenas tarefa árdua da velha do deserto, mas nossa. Tarefa diária, contínua, interminável... ainda bem!

Na leitura de Gerda Alexander, criadora da Eutonia, *a tomada de consciência dos ossos proporciona ao indivíduo uma segurança interior e uma resistência que são da maior importância em nossa época de grande instabilidade (...) A tomada de consciência das diferentes qualidades ósseas (solidez, elasticidade, porosidade) e da medula óssea são etapas sucessivas que permitem viver a experiência da força vital mais profunda.* Essa experiência se dá através de pesquisas no próprio corpo para que se vivencie espessura, tamanho, comprimento e forma da maioria de nossos ossos. Tudo isso através do toque, deslizamento, movimento e, principalmente, através da percussão óssea. Na Eutonia percutimos os ossos com bambus ou outros elementos como bolinhas de tênis, por exemplo. A percussão amplia a percepção e consciência até as partes que não temos acesso para tocar.

No estudo da anatomia dos ossos, reconhecemos e entendemos o porquê de tanta simbologia e tantos reflexos. Estudemos, pois, as características qualitativas dos ossos que estão diretamente ligadas às funções dos mesmos e são, ao mesmo tempo, complementares e antagônicas.

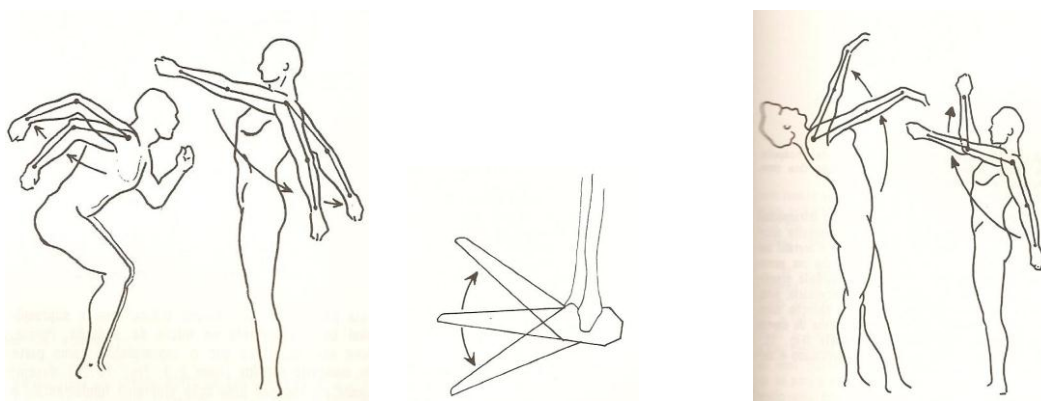
Trata-se do único tecido duro do corpo humano, composto por colágeno e sais de cálcio. Portanto, além de duro é também elástico, graças à união da parte orgânica do colágeno àqueles sais.

O colágeno se dispõe nos ossos em forma de fibras, de maneira espiralada. Numa lâmina estão em sentido horário e noutra em sentido oposto, o que leva à formação de redes, como molas. Esta estrutura permite a um osso ceder quando submetido a uma compressão, o que não seria possível se ele fosse maciço. A própria leveza dos ossos lhes permite maior resistência.

Assim, se cumprem as funções de suporte e proteção das partes moles. Também aqui verificamos a função de ser a reserva de cálcio de nosso organismo. Por sua grande importância o cálcio nunca é eliminado, pois é essencial nas contrações musculares e nos impulsos nervosos. Os ossos controlam o bom nível de cálcio no sangue, sempre armazenando excessos como reserva. Caso haja uma liberação muito grande, a perda deste sal causará a osteoporose, doença de degradação do esqueleto.

A produção de glóbulos vermelhos e brancos que constituem o sangue acontece na medula óssea, dentro dos ossos. O principal é o esterno, seguido das costelas, vértebras e cristas ilíacas. Os demais têm a capacidade de produção mas entram em ação apenas em casos extremos de necessidade. Possuem, pois, células latentes. A produção do sangue nos faz entender o porquê da denominação ossos, que é sinônimo de semente. Aqui reside a semente do sangue, da vida.

Ainda como função óssea está o sistema de alavancas que, sob a ação muscular, produz o movimento e deslocamento do corpo humano. Uma alavanca se dá no encontro de um osso com o outro, em forma de encaixes deslizantes que são as articulações. O esqueleto apenas se movimenta na articulação e por ela se desloca.



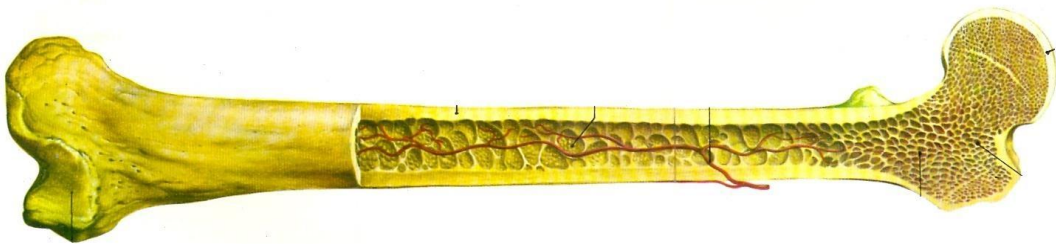
À rigidez dos ossos que tanto traz segurança, se opõe a flexibilidade das articulações, num dualismo harmônico e complementar. (fig. 06)

Vivenciar o sistema articular de nosso corpo foi uma das experiências mais marcantes que tive até hoje em Eutonia. Talvez por ter sido meu primeiro contato com a proposta de Gerda Alexander, ou talvez por ter sido o mais antagônico à educação que eu recebia até então. A rigidez dos ossos que tanto traz segurança, se opõe a flexibilidade das articulações, num dualismo harmônico e complementar.

É possível ser flexível! Como é bom poder ser flexível! Nascemos assim e assim começamos a crescer... até sermos “educados”, “socializados”, “civilizados”. Viver a leveza e a flexibilidade dos ossos é tarefa constante, contato permanente com aquela que continua lá, no deserto, a recolher e montar esqueletos que se perderam da vida. O encontro de um equilíbrio maior e a qualidade de movimentos tanto cotidianos quanto cênicos podem ser conquistados por um aluno de Eutonia nesta fase. Na verdade, estas e outras conquistas estão todas num só pacote, num só amontoado recolhido de ossos.

Voltemos à anatomia.

No embrião humano, as células formam pequenas cartilagens de onde surgirão os ossos. É o modelo cartilagenoso. Com o desenvolvimento, as células ósseas invadem a cartilagem para a formação do esqueleto. Tais células são os osteoclastos e os osteoblastos. Os primeiros destroem a cartilagem para que os segundos ali construam a formação óssea. Tal processo é o centro de ossificação e provém do mesoderme. Observar que não ocorre transformação da cartilagem, mas destruição para a formação do osso no modelo da mesma.



Aqui reside a semente do sangue, da vida.

A própria leveza dos ossos lhes fornece maior resistência; ao mesmo tempo duros e elásticos, são constantemente dissolvidos e refeitos ao longo da vida. (fig. 05)

O processo de constituição dos ossos perdura por toda a vida, sendo reduzido com o envelhecimento, quando núcleo e citoplasma dos osteoblastos perdem a força. Em desequilíbrio, se os osteoclastos estiverem mais ativos que os osteoblastos, também ocasiona a osteoporose, doença da degradação óssea. Naquele processo contínuo, os osteoclastos produzem enzimas que atuam sobre a estrutura óssea para destruí-la, havendo constituição óssea nova numa constante remodelagem da infância para o adulto, assim como constante reestruturação conforme hábitos, movimentos, hormônios na vida adulta. Portanto, os ossos são constantemente dissolvidos e refeitos ao longo da vida.

E neste ciclo de destruição e construção, obrigo-me a voltar a outro conto, o que representa o ciclo da vida-morte-vida, a história da Mulher –Esqueleto.

“Ela havia feito alguma coisa que seu pai não aprovava, embora ninguém mais se lembrasse do que havia sido. Seu pai, no entanto, a havia arrastado até os penhascos, atirando-a ao mar. Lá, os peixes devoraram sua carne e arrancaram seus olhos. Enquanto jazia no fundo do mar, seu esqueleto rolou muitas vezes com as correntes.

Um dia um pescador veio pescar. Ele não sabia que os pescadores evitavam a região por considerá-la mal-assombrada.

Seu anzol foi descendo pela água abaixo e se prendeu – logo em quê! – nos ossos das costelas da Mulher-esqueleto. Pensando ter pego um grande peixe, já imaginava quantas pessoas poderia alimentar com ele, quanto tempo sua carne duraria e ficaria sem precisar pescar. Enquanto lutava com o enorme peso na ponta do anzol, o mar se encapelou com espuma agitada travando uma luta entre o pescador e seu anzol e aquela que estava lá embaixo tentando se soltar. Não importa o que fizesse, ela estava sendo inexoravelmente arrastada para a superfície, puxada pelos ossos das próprias costelas.

O pescador havia se voltado para recolher a rede e não viu a cabeça calva surgir acima das ondas; não viu os pequenos corais que brilhavam nas órbitas do crânio; não viu os crustáceos nos velhos dentes de marfim. Quando ele se voltou com a rede nas mãos, o esqueleto inteiro, no estado em que estava, caía no caiaque, suspenso pelos dentes incisivos.

O homem berrou de espanto e horror e começou a remar loucamente em direção à terra. Sem perceber que ela estava emaranhada em sua linha, ficou ainda mais assustado ao achar que ela o perseguia em pé, o tempo todo até a praia. Mesmo que desviasse seu caiaque, ela continuava ali atrás.

Alcançou a praia e de um salto abandonou a embarcação segurando a vara de pescar. O cadáver branco da Mulher-esqueleto, ainda preso à linha, vinha aos solavancos se arrastando bem atrás dele. Finalmente quando chegou em seu iglu, engatinhou de qualquer jeito para dentro, enfiou-se ali ofegante e ficou ali deitado no escuro com o coração a bater como um tambor. Achava que estava seguro.

Ao acender a lamparina, ali estava ela, jogada num monte no chão de neve, com um calcanhar sobre um ombro, um joelho preso nas costelas, pé por cima do cotovelo. Mais tarde ele não saberia dizer o que realmente aconteceu. Talvez a pouca luz suavizasse as feições, talvez o fato de ser um homem solitário. Sua respiração ganhou um quê de delicadeza e começou e desembaraçar o esqueleto e soltá-lo da linha.

Trabalhou sem parar noite adentro, conversando mansamente com ela até soltá-la a cobri-la de peles para aquecê-la. Ficou olhando para ela que não dizia nenhuma palavra, até que sentiu sono, dormiu e começou a sonhar. Nunca sabemos que tipo de sono leva a isto, mas em meio a este sono uma lágrima escapou do olho do pescador.

A Mulher-esqueleto viu o brilho da lágrima pela luz do fogo e de repente sentiu uma sede daquelas. Aproximou-se e pôs a boca junto à lágrima. Ela bebeu, bebeu, bebeu até saciar sua sede de tantos anos.

Estendeu a mão para dentro do homem e retirou seu coração, aquele tambor forte. Sentou-se e começou a batucar. Com o ritmo cantava : Carne, carne, carne! E seu corpo se revestia de carne. Cantou até criar cabelos, pele e pelos, até os seios ficarem compridos para enrolarem e dar calor a todas as coisas de que as mulheres precisam.

Ela devolveu o grande tambor, o coração ao corpo dele e com ele dormiu. Foi assim que acordaram, abraçados um ao outro, enredados da noite juntos, agora de outro jeito, de um jeito bom e duradouro.

As pessoas que não conseguem lembrar de como aconteceu sua primeira desgraça dizem que ela e o pescador foram embora e sempre foram bem alimentados pelas criaturas que ela conheceu na sua vida debaixo d'água. As pessoas garantem que é verdade e que é só isso que sabem.”

A natureza da vida-morte-vida não está apenas na constituição dos ossos ou em contos simbólicos. Conforme nos ensina C. P. Estès (1992:204), tal natureza é *um ciclo de animação, desenvolvimento, declínio que sempre se faz seguir de uma reanimação. Este ciclo afeta toda vida física e todas as facetas da vida psicológica. Tudo – o sol, as estrelas novas e a lua, assim como as questões dos seres humanos e as das menores*

criaturas, como células e átomos – possui esta característica de agitação, hesitação e novamente agitação.

Encontrar esta natureza cíclica no estudo de nossa essência óssea nos amplia ainda mais a certeza de ser aqui, na vivência do corpo, sua presença, concretude e simbolismos, que está nossa possibilidade maior de descoberta, transformação e ser.

Por outro lado, saber de sua estrutura firme tanto quanto flexível, nos ampara, nos assegura, nos fortalece em nós mesmos rumo à ação e à atuação, num além de ser, atuar.