

A Eutonia E Sua Arte De Nos Desvendar A Nós Mesmos

Fernanda Moretti

Uma proposta de se ter nova postura diante da vida. Ruptura, busca e criação de modelos posturais no corpo e nas relações consigo mesmo, com o outro, com o mundo. Um equilíbrio que se faz, desfaz e se refaz por todo tempo, como num dia branco, onde a vida se manifesta desde o nascer ao pôr do sol, num cotidiano de surpresas e incertezas quando acreditamos e ousamos ter o controle de tudo. Eutonia não é controle, mas consciência, contato, diálogo, negociação com todas as adversidades e diversidades que nos atravessam. Abre portas ao que se fixou em algum canto de nós e nos consome aos poucos sem nos darmos conta. Permite a soltura de fixações e também a aquisição de novos padrões, novos hábitos, novo modo de atuar do corpo e do ser.

Com esta proposta a terapia se dá, em vivências e tratamentos que propiciam aprendizado. É, portanto, em sua essência, pedagogia. Em trabalhos individuais ou em grupo a Eutonia acontece quando o aluno aprende algo de si e aos poucos se torna autônomo. Daí o título de aluno e não cliente ou paciente. Não há passividade mas um processo ativo de plena parceria com o professor-terapeuta.

Neste processo o professor se faz valer dos elementos da Eutonia. Assim, desde a superfície da *pele* até os *ossos*, atua sobre o *tônus* muscular, encontra o *espaço interno* e as possibilidades de *micromovimento* articular e a *passividade associada a atividade*, traz à consciência e otimiza o *transporte* de forças e movimentos por esta cadeia articular do corpo e ainda permite o *estudo de um movimento* mais autêntico, funcional e expressivo.

Relação e expressividade. Descoberta e funcionalidade. Equilíbrio e flexibilidade. Terapia e pedagogia. A Eutonia é híbrida. Ou talvez tenha ainda múltiplas faces. Porém, mesmo em sua proposta mais dionisíaca, é Apolo quem rege seu processo de parceria com a ciência nos caminhos da psicologia, biologia, anatomia e biomecânica do movimento. E é esse processo e parceria, bem como os elementos acima citados que são desenvolvidos nos alunos e praticantes.