Eutonía – Entrevista exclusiva a RAYMOND MURCIA

Pubblicato in http:/notisam.wordpress.com/category/entrevistas

7 respuestas

Raymond Murcia, de origen francés, fue discípulo directo de Gerda Alexander, creadora en 1957 de la eutonía, disciplina que apuntaba originalmente a lograr el tono muscular exacto para cada actividad. Pertenece a la Formación Internacional que lleva su nombre y se realiza durante diez años en Francia. Tiene diplomas universitarios en Psicomotricidad y Neuropsicología. Es D.E.A. en Psicología Genética, Doctor en Educación Física y Licenciado en Filosofía. Sin embargo, su mayor interés está en la eutonía, a la que considera de importancia para contribuir a la evolución del individuo y a la que a lo largo de los años ha ido enriqueciendo con sus aportes teóricos y su experiencia.

Desde hace 16 años Murcia viene año a año a la Argentina, invitado por las eutonistas Susana Ferreres, Directora Académica del Instituto Argentino-Francés de Eutonía y Alicia Souto, de la Universidad del Salvador. En una reciente charla en su última visita a nuestro país, este cronista pudo entrevistarlo nuevamente, como en su primera venida, y pasar en carne propia por la experiencia de la eutonía durante un seminario de dos días.

Eutonia – Intervista esclusiva a RAYMOND MURCIA

Pubblicato in http:/notisam.wordpress.com/category/entrevistas

7 risposte

Di origine francese, Raymond Murcia fu allievo diretto di Gerda Alexander creatrice dell'eutonia disciplina che, originalmente, mirava a raggiungere il tono muscolare esatto per ogni tipo di attività. Appartiene alla Scuola di formazione Internazionale che porta il suo nome attiva in Francia da ormai 10 anni. Possiede Diplomi Universitari in Psicomotricità e Neuropsicologia,. Es D.E.A. in Psicologia Genetica, Dottore in Educazione Fisica e laureato in Filosofia. Senza dubbio il suo maggior interesse sta nell'Eutonia a cui attribuisce importanza al fine dell'evoluzione dell'individuo. Ad essa nell'arco di molti anni ha portato un notevole arricchimento con contributi teorici e la sua esperienza.

Da 16 anni Murcia viene ogni anno in Argentina invitato dalle Eutoniste Susanna Ferreres Direttrice Accademica dell'Istituto Argentino-Francese di Eutonia e Alicia Souto dell'università del Salvador. In una recente conversazione durante la sua ultima visita nel nostro paese, questo cronista ha potuto intervistarlo nuovamente, come al suo primo arrivo, e sperimentare di persona l'esperienza dell'Eutonia durante un semonario di due giorni.

Por Ricardo Gómez Vecchio

Hace años mencionó cinco aspectos con los cuales la eutonía tenía que ver. Ciencia, arte, técnica corporal, filosofía práctica de vida y terapéutica ¿De cuál está más cerca y de cuál está más lejos actualmente?

No creo que se puedan separar o clasificar por importancia. A lo mejor está un

poco más lejos del arte. Con respecto a la terapéutica, hay que tener cuidado, ya que la eutonía no otorga un título oficial como terapeuta. Considero que puede ayudar, pero sobre todo en la prevención o en el acompañamiento de otra terapia, más que como una terapia específica. Con respecto a la ciencia, la eutonía no está fundada sobre la ciencia, sino sobre la experiencia personal y práctica de Gerda Alexander a la cual le agregó algunos conceptos científicos y terapéuticos para ella misma, como modo de autocuración. Algunos de sus alumnos que tenían un cierto bagaje científico intentaron justificar y hacer una propuesta para que la eutonía evolucionara. Sobre todo para justificar las intuiciones de Gerda Alexander en particular en todo lo que rodeaba el aspecto de la fisiología y la psicología del tono muscular. El tono muscular tiene un estatus muy particular, sobre todo en lo que concierne al crecimiento del bebé. Es un poco la piedra angular entre la fisiología y la psicología del desarrollo.

Gerda Alexander definió a la eutonía como encontrar el modo muscular adecuado para cada situación de la vida. ¿Por qué uno encara determinadas situaciones con el tono que no es el adecuado?

di ***Riccardo Gomez Vecchio***

Vecchio

Cinque anni fa menzionò cinque aspetti con cui l'Eutonia aveva a che vedere. Scienza, arte, tecniche corporee, filosofia come pratica di vita e terapia. A quale di queste si avvicina di più e da chi è più lontana?

Murcia

Non credo che si possano separare o classificare per importanza. Forse è più lontana dall'arte. Per quel che riguarda la terapia, bisogna essere prudenti perché l'Eutonia non rilascia un titolo ufficiale come terapeuta. Penso che possa aiutare, però soprattutto nella prevenzione o in accompagnamenti di un'altra terapia più che come una terapia specifica.

Per quel che riguarda la scienza l'Eutonia non è stata fondata su una scienza ma sull'esperienza personale e pratica di Gerda Alexander. Essa stessa le associò alcuni concetti scientifici e terapeutici ma puramente in vista del suo autotrattamento. Alcuni suoi alunni che avevano un certo bagaglio scientifico ne tentarono una una certa giustificazione a livello scientifico e facero delle proposte per permetterne una evoluzione. In particolare per giustificare le intuizioni di Gerda Alexander particolarmente per tutto ciò che stava attorno all'aspetto fisiologico e psicologico del tono muscolare. Il tono muscolare ha uno statuto molto particolare soprattutto per quel che concerne la crescita del bebé. E' un po' la pietra angolare tra la fisiologia e la psicologia dello sviluppo.

Vecchio

Gerda Alexander definì l'eutonia come strumento per arrivare al modo muscolare adeguato per ciascuna situazione della vita. Perché uno affronta determinate situazioni con un tono inadeguato?

Se podría pensar, y algunos eutonistas lo dejan creer, que el tono se puede trabajar por sí mismo, fuera de las situaciones. Y después, de la misma manera que uno se pone un traje para cada ocasión, uno podría elegir el tono adecuado para cada situación. No estoy de acuerdo con esta postura. El tono muscular es algo que se desarrolla a medida que crecemos y en el primer modo en que nos está dado no es justo. Eso es lo normal. Cuando emprendemos una tarea, sea deportiva, artesanal o la que sea, no tenemos el tono justo, tenemos que trabajarlo, aprender, y poco a poco las tensiones o contracciones inútiles de nuestros músculos van desapareciendo. Así llegamos a conseguir un movimiento en el cual el tono es casi el justo. El hecho de trabajar en eutonía no nos asegura que vamos a tener un tono justo en cada situación que atravesemos. En cada una de esas situaciones, aunque practiquemos eutonía, tendremos que eliminar las tensiones inútiles. La eutonía facilita adoptar una actitud frente a cada tarea, pero la tenemos que aprender a partir de la experiencia que vamos adquiriendo con nuestro cuerpo.

En una entrevista que hicimos hace unos 15 años planteó tres objetivos de la eutonía. ¿Siguen vigentes, se han agregado algunos más? El primero era la normalización del esquema corporal por la toma de conciencia de la sensibilidad superficial y profunda.

Sí siguen vigentes pero con algunos matices. No pienso que se pueda trabajar o desarrollar el esquema corporal fuera de una situación práctica. Para mí el esquema corporal no es otra cosa que lo que integramos de una experiencia corporal, por ejemplo jugando al fútbol, nadando, escribiendo, que poco a

Murcia

Si potrebbe pensare, ed alcuni eutonisti lo lasciano credere, che si possa lavorare sul tono per sé stesso fuori dalle situazioni. Nel senso che si potrebbe fare un lavoro per una certa situazine e scegliere il tono adeguato per essa. Non sono d'accordo con questo modo di pensare. Il tono muscolare è qualcosa che si sviluppa nella misura in cui cresciamo. Nel primo modo in cui ci è dato non è giusto. E' normale. Quando apprendiamo un compito sia sportivo, artigianale o quel che sia, non abbiamo un tono giusto, dobbiamo lavorarci su, imparare, e poco a poco le tensioni o le contrazioni inutili dei nostri muscoli vanno scomparendo. In questo modo arriviamo a disporre di un movimento in cui il tono è quasi giusto. Il fatto di lavorare in eutonia non ci assicura di avere un tono giusto per ogni situazione che sperimentiamo. In ciascuna di queste situazioni, per quanto pratichiamo eutonia, dovremo eliminare le tensioni inutili. L'Eutonia facilita l'adozione di una attitudine in relazione ad un compito, tuttavia dobbiamo imparare a partire dall'esperienza che acquisiamo con il nostro corpo.

Vecchio

In una intervista che abbiamo fatto circa 15 anni fa pose tre obiettivi dell'Eutonia. Sono ancora attuali? Se ne sono aggiuti degli altri? Il primo era la normalizzazione dello schema corporeo conseguente alla consapevolezza della sensibilità superficiale e profonda.

Murcia

Si ce ne sono altri ma con alcune sfumature. Non penso che si possa lavorare o sviluppare lo schema corporeo fuori da una situazione pratica. Pe me lo schema corporeo non è altra cosa che ciò che integriamo da una esperienza corporea, per esempio giocando a calcio, nuotando, scrivendo azione che a poco a poco

poco aumenta la conciencia que tenemos de nuestro cuerpo, su disponibilidad. Mucha gente piensa que hay ejercicios para desarrollar el esquema corporal y considero que no es así. El esquema corporal resulta de una integración progresiva de todas las situaciones que vivimos. Del mismo modo que aprendemos una lengua hablando, el esquema corporal integra progresivamente todas las experiencia propioceptivas que tenemos en la vida. Es algo que se va modificando, enriqueciendo continuamente, al igual que una lengua. En cambio, ciertas corrientes de la psicología lo habían pensado como una referencia definitiva.

aumentano la consapevolezza che abbiamo del nostro corpo, la sua disponibilità. Molte persone pensano he cisono esercizi per sviluppare lo schema corporeo; penso che non sia così. Lo schema corporeo è la conseguenza di una integrazione progressiva di tutte le situazioni che viviamo. Allo stesso modo in cui impariamo una lingua parlando, lo schema corporeo integra progressivamente tutte le esperienze propriocettive che sperimentiamo nella vita. E' qualcosa che si modifica arricchendosi progressivamente allo stesso modo di una lingua. Al contrario, alcune correnti di psicologia lo avevano pensato come referenza definitiva.

Otro objetivo de la eutonía que me mencionó hace años es la regulación de la circulación y la respiración inconciente por acción sobre el equillibrio neurovegetativo.

Sí, continúa siendo un objetivo de la eutonía. Del mismo modo que el yoga, aunque sea diferente, la práctica de la eutonía apunta al mejoramiento, por ejemplo, de la respiración, pero sin interferirla, tomando conciencia de ella.

¿Y con respecto a lograr la toma de conciencia del reflejo propioceptivo de enderezamiento?

Vecchio

Altro obiettivo della Eutonia che mi menzionò anni fa è la regolazione della circolazione e la respirazione inconsapevole come conseguenza dell'equilibrio neurovegetativo.

Murcia

Sì, continua ad essere un obittivo dell'Eutonia. Allo stesso modo dello yoga, per quanto sia differente, la prqtica dell'Eutonia mira al miglioramento, per esempio, della respirazione. Però senza interferire, semplicemente prendendone consapevolezza.

Vecchio

E per quel che riguada la presa di consapevolezza del riflesso propriocettivo di radrizzamento?

Gerda Alexander da la definición a un concepto importante de la eutonía, el transporte, la postura, como la toma de conciencia del reflejo de enderezamiento. Los animales tienen un sistema de enderezamiento, es decir, un sistema de equilibración que les permite colocarse del modo justo de acuerdo a su especificidad ante la gravedad. Y el hombre también. Pero cuanto más nos acercamos al ser humano este fenómeno es más complejo. Es algo que no tenemos que controlar, porque lo tenemos. El niño lo controla porque no lo tiene, y nosotros también cuando estamos en peligro. Pero si estamos caminando por la calle, si estamos en buena salud, no tenemos que controlar la postura, es un reflejo. Cuando Gerda Alexander habla de la toma de conciencia de ese reflejo merece una explicación, porque el tomar conciencia en cierto modo es perturbarlo, es molestarlo. El reflejo, por definición, actúa fuera de la conciencia. Podemos trabajar sobre el transporte tomando conciencia, pero no hay que creer que para estar de pie tenemos que pensar. Poco a poco la conciencia tiene que liberar el control. La disponibilidad surge cuando uno está vacío de intención. Resumiendo, sería entonces tomar conciencia de ese reflejo para conocer mejor cómo funciona, pero no interferirlo sino dejarlo finalmente libre. Es una paradoja, una dialéctica, como al aprender a escribir, o bajar una escalera o manejar un auto. Es porque olvidamos cómo lo hacemos que podemos hacerlo bien. Si estamos pensando en cómo ponemos un cambio no podemos manejar libremente. Eso sólo lo hacemos al aprender y luego lo olvidamos.

Murcia

Gerda Alexander dà la definizione di un concetto importante della Eutonia, il “trasporto”, la postura come presa di consapevolezza del riflesso di raddrizzameto. Gli animali hano un sistema di raddrizzamento, vale a dire un sistema di equilibrazione che permette loro di collocarsi in modo giusto, in accordo alla propria specificità, nei riguardi della gravità. Anche l’uomo. Però quanto più ci avviciniamo all’essere umano questo fenomeno diventa complesso. E’ qualcosa che non dobbiamo controllare perché lo abbiamo. Il bambino lo controlla perché non lo ha ancora e questo succede anche a noi quando siamo in pericolo. Però se stiamo camminando per strada, se stiamo bene, non dobbiamo controllare la postura, è un riflesso. Quando Gerda Alexander parla della presa di consapevolezza merita una spiegazione perché il prendere consapevolezza in un certo modo perturba, molesta. Il riflesso per definizione si realizza fuori della consapevolezza. Possiamo lavorare sul trasporto prendendone consapevolezza però non si deve credere che per stare in piedi dobbiamo pensare. Poco a poco la consapevolezza deve liberare il controllo. La disponibilità sorge quando si è liberi di intenzione. Riassumendo bisognerebbe prendere consapevolezza di questo riflesso per conoscerne meglio il funzionamento tuttavia senza interferenza in modo da la lasciarlo finalmente libero. E’ un paradosso, una dialettica, come imparare a scrivere, o scendere le scale, o guidare un’auto. Lo possiamo fare bene proprio perché dimentichiamo come lo facciamo. Se stiamo pensando come facciamo un cambio, non possiamo guidare bene. Lo facciamo solo quando stiamo imparando, poi lo “dimentichiamo”.

¿Cuáles serían los principios con los que trabaja la eutonía?

La evolución del ser humano en crecimiento no está determinada genéticamente. Genéticamente sólo tenemos potencialidades. Lo que cada uno va a desarrollar está determinado íntimamente por la cultura. Por ejemplo, nuestra cultura que usa zapatos con tacones, sillas, autos, divanes, nos ha hecho perder muchísmo de nuestras posibilidades articulares y de elasticidad muscular que tienen culturas que viven de modo más natural o primitivo. Por eso algo que nos parece importante y experimentamos son los estiramientos. No para ir más allá de lo que podemos, sino para recuperar lo que nuestra anatomía nos da como potencialidad y que no hemos desarrollado por nuestra manera de vivir.

– Repecto del estiramiento, hay otras disciplinas que lo practican.

Todo el mundo está de acuerdo en que hay que estirarse, lo importante es cómo estirarse, y en este sentido la eutonía tiene su particularidad. Hay muchas tecnicas (como streching y otras) que tienen una concepción del estiramiento a partir de la idea de que el músculo es elástico y que cuanto más se lo estira más se estira. En la eutonía pensamos que la tensión muscular tiene que ver con el tono muscular. Nuestra idea de estiramiento es primero aflojar, bajar el tono. Y trabajamos los microestiramientos, porque si estiramos mucho los músculos desencadenamos un reflejo contrario. Cuando lo estiramos el músculo se defiende y hay riesgo de ruptura o de provocar

<u>Vecchio</u>

Quali sarebbero i principi con cui lavora l'Eutonia?

<u>Murcia</u>

L'evoluzione del genere umano in crescita non è determinato geneticamente. Geneticamente abbiamo solo possibilità. Quello che ciascuno svilupperà è fortemente determinato dalla cultura. Per esempio la nostra cultura che usa calzature con tacchi, sedie, auto, divani, ci ha fatto perdere moltissimo delle possibilità articolari e della elasticità muscolare che sono invece disponibili a chi vive in modo più naturale o primitivo. Per questo una cosa che ci sembra importante e che sperimentiamo sono gli stiramenti. Non per andare più in là di quello che possiamo, ma per recuperare quello che la nostra anatomia ci da come possibilità e che posssiamo sviluppare per il nostro modo di vivere.

<u>Vecchio</u>

Per quel che riguarda lo stiramento, ci sono altre discipline che lo praticano.

<u>Murcia</u>

Tutti quanti sono d'accordo che bisogna stirarsi; l'importante è come stirarsi. Da questo punti di vista l'Eutonia ha una sua particolarità. Ci sono molte tecniche (streching o altro) che hanno una concezione dello stiramento a partire dall'idea che il muscolo è elastico e che quanto più lo stiri si stira. In Eutonia pensiamo che la tensione muscolare ha a che vedere con il tono muscolare. La nostra idea di striramento è per prima cosa allentare, abbassare il tono. Pratichiamo i microstiramenti perché se stiriamo molto i muscoli scateniamo un riflesso contrario. Quando lo stiriamo un muscolo si difende e hai rischi di rottura o di provocare qualche patologia. Così l'idea centrale è che attraverso posture che si

alguna patología. Así que la idea central es a través de una posiciones que se denominan de control, pero sin forzar, estirarse, relajarse, bajar el tono, hacer microestiramientos y esperar en una postura.

– Qué otro principio puede mencionar.

El de los empujes. Toda actividad se realiza en dos momentos. Un movimiento resulta de una intención y un empuje, del cual no somos concientes. Por ejemplo, si vamos a mover un brazo primero nace la intención y una dirección, y luego el empuje. En eutonía trabajamos el empuje consciente, porque mucha gente no sabe usar el empuje correctamente, no sabe cómo moverse del modo adecuado. El empuje se trabaja concientemente hasta que uno lo incorpora y luego lo olvida, de modo tal que surge el modo correcto cuando uno tiene que empujar. Nadie piensa en cómo subir una escalera, pero hay modo más correctos que otros de hacerlo.

– ¿Podría desarrollar qué es el concepto de contacto en la eutonía?

La definición del contacto en eutonía es convencional respecto al tacto. En todos los diccionarios en distintos idiomas la palabra contacto reenvía a tacto y viceversa. Tocar, en francés, tiene además una importancia psíquica, por ejemplo, una palabra te puede tocar profundamente, o una mirada. Gerda Alexander hablaba del tacto cuando la conciencia de lo que estamos haciendo queda al límite del cuerpo. El tacto es lo que nos daría los límites del cuerpo entre espacio interno y espacio externo. Una de las primera consignas para los alumnos de Gerda Alexander era el tocar, con las manos, con el suelo, con cañas. Muchos psicoanalistas reconocen la importancia del toque para el bebé

chiamano di controllo, però senza forzare, ci si strira, ci si rilassa, si abbassa il tono, si fanno micro stiramenti e si aspetta in una postura.

Vecchio
Che altro principio può menzionare?

Murcia
Quello delle spinte. Tutta l'attività si relizza in due momenti. Un movimento nasce da una intenzione e una spinta di cui siamo consapevoli. Per esempio: se muoviamo un braccio per prima cosa nasce una intenzione ed una direzione e successivamente la spinta. In Eutonia lavoriamo la spinta consapevole perché molte persone non sanno usare la spinta correttamente, non sa come muoversi nel modo adeguato. Si lavora sul modo di spingere consapevolmente fino a che lo si incorpora e poi lo si dimentica. E' così che sorge il modo corretto di fare quando si deve spingere. Nessuno pensa come salire una scala, però ci sono modi di farlo più corretti che altri.

Vecchio
Potrebbe sviluppare quale è il concetto di contatto in Eutonia?

Murcia
La definizione di contatto in eutonia
è convenzionale in rapporto al tatto. In tutti i dizionari di lingue diverse la parola contatto rimanda a tatto e viceversa. Toccare, in francese, ha inoltre una importanza psichica. Per esempio una parola o uno sguardo ti può toccare profondamente. Gerda Alexander parlava di tatto quando la consapevolezza di quanto stiamo facendo rimane al limite del corpo. Il tatto è ciò che ci darebbe i limiti del corpo tra spazio interno e spazio esterno. Una delle prime consegne per gli allievi di Gerda Alexander era il toccare, con la mano, con il suolo, con la

como lo que les va estructurando el esquema corporal. El toque es lo que va dando seguridad y conciencia del cuerpo. El contacto, por su parte, es cuando nuestra conciencia, nuestra actitud perceptiva, nuestra intención de percibir, va más allá de nuestro cuerpo hacia lo que estamos tocando, tan lejos como lo que podamos percibir. Esta es por ejemplo la actitud del médico, del osteópata, del fisioterapeuta. Cuando pinchamos una papa con el tenedor estamos midiendo si está dura, registramos distintas cosas. Es decir, nos informamos más allá del cuerpo pero con el cuerpo. También puede haber un contacto interno con nuestro cuerpo.

– ¿Y el concepto de presencia?

La presencia es el hecho de que la conciencia intenta esté plenamente en la experiencia sensorial del momento. No es algo intelectual, del pensamiento. Se trata de olvidar todo lo que conocemos y estar abierto al estar aquí y ahora, estar presente y abierto a lo que ocurre, sin proyecto.

– ¿Desde la eutonía se puede explicar la relación entre el cuerpo, la mente y las emociones?

¿Por qué separar la mente de las emociones? Las emociones entran en la mente. Para mí sería la misma cosa. En occidente estamos influidos o

bacchetta di bambu. Molti psicoanalisti riconoscono l'importanza del tocco per il bebé come elemento che struttura lo schema corporeo. Il tocco è cio che da sicurezza e consapevolezza del corpo. Il contatto, invece, si realizza quando la nostra consapevolezza, la nostra attitudine percettiva, la nostra intenzione di percepire va più in la del nostro corpo verso ciò che stiamo toccando, tanto lontano quanto possiamo percepire. E', per esempio, l'attitudine del medico, dell'osteopata, del fisioterapista. Quando infilziamo una patata con la forchetta stiamo valutando se è dura e registriamo cose diverse. Vale a dire che ci informiamo più il la del nostro corpo però con il corpo. Allo stesso modo si può avere un contatto interno con il nostro corpo.

Vecchio
E il concetto di presenza?

Murcia
La presenza sta nel fatto che la consapevolezza è pienamente nella esperienza sensoriale del momento. Non è un fatto intellettuale o di pensiero. Si tratta di dimenticare tutto quello che conosciamo e rimanere aperti al qui ed ora, essere presente e aperto a cio che succede senza progetto.

Vecchio
A partire dall'Eutonia si può spiegare la relazione tra il corpo, la mente e le emozioni?

Murcia
Perché separare la mente dalle emozioni? Le emozioni entrano nella mente. Per me sono la stessa cosa. In occidente siamo sotto l'influsso o addirittura determinati dal pensiero di Cartesio. Abbiamo l'abitudine di separare le cose e poi cerchiamo in ogni modo di unificarle.

determinados por el pensamiento de Descartes. Tenemos la costumbre de separar las cosas y luego queremos a todo precio unificarlas.

– ¿Y existe otro mode de verlo?

Habría otra manera de verlo. En mis reflexiones sobre este tema, que me interesó mucho a propósito de la psicomotricidad, encontré en primer lugar el pensamiento oriental, sobre todo de Lao Tse. Ellos en vez de hablar de cuerpo y mente plantean las cosas desde el origen. Lao Tse dice primero es el uno, la energía, lo que está muy acorde con las teorías físicas actuales, la energía como la primera causa del Universo. Después el uno da el dos, que es el Ying y el Yang, la dualidad, que no es opuesta sino complementaria porque viene del uno. Estos dos dan el tres y del tres salen todas las demás cosas. Es decir, que ellos parten de algo único que luego se diferencia en complementariedad, la luz y la sombra, el hombre y la mujer, las categorías Ying y Yang.

Es un enfoque distinto a plantear la existencia de la mente y el cuerpo e intentar, como hizo Descartes sin éxito, explicar cómo y dónde se unen. Este enfoque está más cercano a la visión de la teoría de la complejidad, a la idea de evolución y de autorganización de la materia. Dentro de esto hay un paso importante que se puede aceptar a nivel evolutivo que es la aparición del lenguaje, lo que implica un salto epistemológico al nivel de la evolución misma de la materia.

-¿Cómo es la relaciòn cuerpo-mente en la eutonía entonces?

La eutonía, lo que nos hace experimentar, del mismo modo que la bioenergética, por ejemplo, es que cuando estamos trabajando corporalmente

Vecchio

Esiste un altro modo di vederlo?

Murcia

Ci sarebbe un altro modo di vedere. Nelle mie riflessioni su questo tema che mi ha interessato molto a proposito della psicomotricità, ho incontrato innanzitutto il pensiero orientale, in particolar modo quello di Lao Tse. Invece di parlare di corpo e mente presentano le cose a partire dall'origine. Lao Tse dice: il primo è l'uno, l'energia, e questo sta molto in accordo con le teorie della fisica attuale, l'energia come causa prima dell'Universo. Dopo l'uno c'è il due, lo Ying e lo Yang, la dualità che non è opposizione ma complemetarietà perché viene dall'uno. Questi due danno il tre e dal tre originano tutte le altre cose. Vale a dire che essi partono da qualcosa di unico che poi si differenzia nella complementarietà, la luce e l'ombra, l'uomo e la donna, le categorie Ying e Yang.

E' una prospettiva diversa proporre l'esistenza della mente e del corpo e cercare di spiegare, come fece Cartesio senza esito, come e dove si uniscono. Questa prospettiva è molto vicina alla visione della teoria della complessità, all'idea dell'evoluzione e dell'autoorganizzazione della materia. Dentro questo c'è un passaggio importante che si può riconoscere a livello evolutivo che è l'apparizione del linguaggio che implica un salto epistemologico a livello della stessa evoluzioe della materia.

Vecchio

Per cui come è la ralazione corpo-mente in Eutonia?

Murcia

Ciò che fa sperimentare l'Eutonia, come la Bioenergetica, per esempio, è che quando stiamo lavorando con il corpo sentiamo emozioni e allo stesso modo

sentimos emociones, y de la misma manera recuerdos de emociones o aspectos intelectuales se pueden expresar en el cuerpo. La eutonía puede contribuir a equilibrar ciertos aspectos cuando existen trastornos, al menos esa es mi hipótesis actualmente.

– En nuestras primera entrevista hace años le pregunté si trabajando sobre las posturas corporales se podía influir en el pensamiento. Su respuesta fue que no. ¿Continúa pensando lo mismo?

Podemos desarollar un poco esa idea. ¿Qué quiere decir trabajar sobre la postura? ¿De qué manera trabajarla? Por ejemplo, el saludo japonés es una postura y repitiendo esta postura, poco a poco, puede ser que entres psíquicamente en una mejor comprensión de eso que estás haciendo. De la misma manera, una postura religiosa, sea cristiana como arrodillarse o de meditación budista, puede tener una influencia sobre la causa que hizo que tomaras esa postura. También tomando como ejemplo a la depresión, en la que la gente adquiere ciertas posturas características, trabajando la postura a partir de la conciencia sobre los huesos o sobre el transporte, puede lograrse un cambio. Mi respuesta no es tan radical como lo fue cuando me hizo esa pregunta por primera vez. Creo que es un punto de vista interesante que habría que explorar.

ricordi di emozioni e anche aspetti intellettuali si possono esprimere nel corpo. L'Eutonia può contribuire ad equilibrare certi aspetti quando ci sono disturbi, almeno questa è la mia ipotesi attualmente.

Vecchio

Nella nosstra prima intervista di qualche anno fa le chiesi se lavorando sulle posture corporee si potesse influire sul pensiero. La sua risposta fu no. Pensa ancora allo stesso modo?

Murcia

Possiamo sviluppare un po' questa idea. Cosa vuole dire lavorare sulla postura? In che modo lavorarvi? Per esempio il saluto giapponese è una postura e ripetendo questa postura, poco a poco, può essere che si possa entrare psicologicamente in una maggior comprensione di quello che stai facendo. Allo stesso modo una postura religiosa sia cristiana come inginocchiarsi sia buddista per la meditazione può avere una influenza sulla causa che mi ha fatto prendere questa postura. Allo stesso modo prendendo come esempio la depressione in cui la gente acquisisce certe posture caratteristiche, lavorando la postura a partire dalla coscienza delle ossa e del trasporto, può realizzarsi un cambio.
La mia risposta non è tanto radicale come quando mi fece la stessa domanda la prima volta. Credo che è un punto interessante che si dovrebbe esplorare.

– ¿Se modificó la situación respecto a la no existencia de un corpus teórico escrito sobre la eutonía?

He escrito varios artículos y traduje al francés un libro de la argentina Violeta de Gainza, quien me autorizó además a introducir notas. En esas notas añadí aspectos científicos referidos a la eutonía. Pero no considero que tenga un corpus científico porque es una experiencia muy humanística. Puede ayudar el conocimiento fisiológico, por ejemplo, sobre el tono muscular, sobre la motricidad, sobre la patología mental, pero no se puede decir que exista una teorización sobre la eutonía. Incluso no se si sería conveniente. Una teoría siempre encierra, delimita. Pero me parece importante desmitificar ciertas creencias que existen sobre eutonía en algunos países como Argentina o México. Considero conveniente adoptar una actitud de rigor científico, como ocurre en el psicoanálisis, donde no hay experiencias científicas pero sí experiencias clínicas.

– Es posible desarrollar modelos o paradigmas sobre lo que es el ser humano visto desde la eutonía.

Se puede trabajar sobre algunos conceptos, como por ejemplo la autonomía. Muchas prácticas corporales y mentales van al encuentro de la autonomía, pero muchas personas que las practican quedan dependientes de gurues o maestros, y eso no es bueno. Es importante recuperar la experiencia personal. Por eso no hablo de ejercicios, por ejemplo, sino de experiencias, de experimentar en uno mismo, y no doy respuestas ni consejos, o al menos la menor cantidad posibles. El que propone la experiencia no sabe exactamente

Vecchio

Si è modificata la situazione rispetto al fatto che non esiste un corpus teorico scritto sull'Eutonia?

Murcia

Ho scritto vari articoli e tradotto in francese il libro dell'argentina Violeta de Gainza che mi autorizzo ad apporre delle note. In queste introdussi aspetti scientifici riguardanti l'Eutonia. Però non considero che possa avere un corpus scientifico perché è una esperienza umanistica. Può essere d'aiuto la conoscenza fisiologica, per esempio, sul tono muscolare, sulla motricità, sulla patologia mentale, però non si può dire che esista una teorizzazione sull'Eutonia. Addirittura non so se sarebbe conveniente. Una teoria sempre chiude, delimita. Però mi sembra importante demistificare certe credenze che esistono sull'Eutonia in alcuni paesi come L'Argentina o il Messico. Considero conveniete adottare una attitudine di rigore scientifico come succede alla psicoanalisi dove non ci sono esperienze scientifiche ma certamente esperienze cliniche.

Vecchio

E' possibile sviluppare modelli o paradigmi su chi è l'essere umano per come lo vede l'Eutonia?

Murcia

Si può lavorare su alcuni concetti come per esempio l'autonomia. Molte pratiche corporali e mentali vanno alla ricerca dell'autonomia, però molte persone che le praticano rimangono dipendenti da guru o maestri e questo non è un bene. E'importante recuperare l'esperienza personale. Per questo, ad esempio, non parlo di esercizi ma di esperienze, invitando ciascuno a sperimentare e non do risposte o consigli o almeno la minor quantità possibile. Chi propone l'esperienza

qué le va a ocurrir a la otra persona. Esto tiene que ver también con el respeto, con el aceptar el punto de vista del otro. Es importante indicar a las personas que tienen que crecer desarrollando ese rigor de pensamiento sobre el cual hablamos, científico o no, ese aspecto crítico en relación con lo que se dice y lo que se hace.

¿Está a favor o en contra de una formación universitaria para la eutonía?

Sería muy importante si pudiera ser reconocida la eutonía a ese nivel. Pero a condición de que los eutonistas tuvieran la totalidad de la responsabilidad sobre los programas y la formación. En ese caso sería positivo. La universidad no debería decidir ni sobre los años de formación ni sobre los programas, los eutonista profesionales tendrían que mantener el manejo de esos aspectos que a veces caen sino en cuestiones que tienen que ver más con la burocracia de las estructuras universitarias.

Esta entrada fue publicada en ENTREVISTAS el 16 16America/Argentina/Buenos_Aires noviembre 16America/Argentina/Buenos_Aires 2007.

non sa esattamente cosa succederà all'altra persona. Questo ha a che fare con il rispetto, con la capacità di accettare il punto di vista dell'altro. E' importante indicare alle persone che devono crescere sviluppando questo rigore di pensiero di cui parliamo, scientifico o no, quel aspetto critico in relazione con quel che si dice e con quel che si fa.

Vecchio

E' a favore o contro una formazione universitaria per l'Eutonia?

Murcia

Sarebbe molto importante che l'Eutonia fosse riconosciuta a questo livello. A patto che gli eutonisti abbiano la totalità della responsabilità sui programmi e la formazione. In questo caso sarebbe positivo. L'università non dovrebbe decidere né sugli anni di formazione né sopra i programmi. Gli eutonisti professionisti dovrebbero avere la gestione di quegli aspetti che altrimenti a volte cadono in questioni che hanno più a vedere con la burocrazia delle strutture universitarie.