



Universidade Federal da Bahia
Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas

Escola de Teatro

Corpo Desconhecido:

um contínuo processo de criação em Dança

Autoria: Cinthia Bruck Kunifas

SALVADOR

2008

Cinthia Bruck Kunifas

Corpo Desconhecido:

um contínuo processo de criação em Dança

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal da Bahia como requisito parcial para obtenção do título de Mestre.

Orientador: Prof^ª. Dra. Ciane Fernandes

SALVADOR

2008

“Sem sentir ou pensar em início ou fim
Pausa é sem grandeza ou pequenez ...
Espaço que envolve e oculta a Pausa
Poderosas formas que sonham com a Pausa
E Pausa contida na ternura e graça
Pausa muralha com intensa velocidade
Suspensão antes da precipitação
Pausa na esperança de preencher eternidades
Lento crescimento de força gerando Pausa
Pausa preparando um poderoso ímpeto
Um puxão, uma suspensão, um estremecimento”.

Rudolf Laban

Para meus pais, que sempre me deram todo o seu amor, confiança e suporte.
Ao meu marido e meu filho, que enfrentaram comigo esta jornada com amor e
compreensão.
À minha irmã amada, que sempre acreditou em mim.

AGRADECIMENTOS

À minha querida amiga e colaboradora Mônica Infante, por seu conhecimento, dedicação e amor, que me ensinou o que é ser uma artista.

A Wilson Sagae, professor, colaborador e sábio conselheiro, que me ajudou a redescobrir meu corpo, dando sentido ao meu passado e perspectivas para meu futuro.

À Laura Miranda e Gilson Fukushima, colaboradores que contribuíram enormemente com seus olhares experientes, dedicação e afeto.

À Frinia Correa, que vem me acompanhando há tantos anos e colaborando com meu crescimento como indivíduo-artista. Este trabalho só foi possível devido ao seu valioso conhecimento, suporte e carinho em todos os momentos.

Às amigas e companheiras de trabalho, Rosemeri Rocha, Gládis Tridapali e Marila Velloso, pela vivência, amizade e afetos necessários para a continuidade desta pesquisa.

Aos meus amigos queridos que estiveram ao meu lado.

À toda a minha família, que sempre me deu carinho, apoio e acreditou em mim.

Aos meus queridos sogros, pelo carinho e compreensão.

À Faculdade de Artes do Paraná e ao Programa de Pós Graduação da Universidade Federal da Bahia, cuja parceria me presenteou com um Mestrado em minha área.

A minha orientadora, Ciane Fernandes, pelo seu conhecimento e experiência, os quais me possibilitaram cumprir esta árdua tarefa.

À Sandra Meyer, pela disponibilidade, carinho, ética e competência, preciosos neste momento da minha pesquisa.

À Daniel Marques, Sérgio Farias e Antonia Pereira, que coordenaram e sempre apoiaram este Projeto.

A todos os professores do Programa de Pós Graduação da Universidade Federal da Bahia (UFBA).

Às minhas colegas do MINTER, pelo carinho e convivência, em especial à Cinthia Andrade, pelo apoio.

Ao Giancarlo Martins, pelas contribuições e pelo apoio.

Enfim, a todas as pessoas que colaboraram de alguma forma para a realização desta pesquisa.

SUMÁRIO

LISTA DE ILUSTRAÇÕES	vii
RESUMO.....	viii
ABSTRACT.....	ix
INTRODUÇÃO	1
CAPÍTULO I - UM DIÁLOGO COM A HISTÓRIA.....	12
1.1. OUTROS DIÁLOGOS: OCIDENTE-ORIENTE.....	25
1.2. TRANSFORMAÇÃO.....	31
1.3. INTEGRAÇÃO.....	35
1.3.1 <i>CorpoMente/ EmoçãoRazão</i>	37
1.3.2 <i>CorpoAmbiente/ InternoExterno</i>	41
1.3.3 <i>MoverPausar</i>	43
1.3.4 <i>VoluntárioInvoluntário / ConscienteInconsciente</i>	49
CAPÍTULO II - AS PRÁTICAS.....	55
2.1. AULAS DE WILSON SAGAE	55
2.1.1. História de Kozo Nishino	57
2.1.2. A Possibilidade da Interferência Consciente	58
2.1.3. Regeneração Celular e Inteligência Corporal.....	59
2.1.4. O Método.....	61
2.1.5. <i>Sokushin</i>	61
2.1.6. <i>Taiki</i>	62
2.1.7. <i>Yiquan</i>	63
2.1.8. Minha Experiência nas Aulas de Wilson Sagae	68
2.1.9. Relação com <i>Corpo Desconhecido</i>	68
2.2. AULAS DE MÔNICA INFANTE	69
2.2.1. Técnica de Alexander.....	71
2.2.2. Minha Experiência nas Aulas de Mônica Infante.....	74
CAPÍTULO III - O PROCESSO – A CENA	76
3.1. FASE I.....	76
3.1.1. Um Olhar de Dentro	78
3.1.2. A Dinâmica do Trabalho	80
3.1.3. A Colaboração.....	80

3.1.4.	Primeira Apresentação	86
3.2.	FASE II	87
3.2.1.	A Concepção do Figurino, do Espaço Cênico e do Som.....	89
3.3.	FASE III	91
3.4.	FASE IV.....	92
3.5	A CENA	93
3.5.1	Um Lugar de Partida – o Ficar em Pé	94
3.5.2.	O Ponto de Vista Interno	95
3.5.3.	Fotos de Cena: Cinthia Bruck Kunifas em <i>Corpo Desconhecido</i> . Fotos de Sergio Ariel. Atelier de Criação Teatral. Fevereiro de 2004.....	99
	CONSIDERAÇÕES FINAIS	106
	BIBLIOGRAFIA	111
	APÊNDICES	116
	APÊNDICE 1 - QUESTIONÁRIO PARA WILSON SAGAE	117
	APÊNDICE 2 - QUESTIONÁRIO PARA LAURA MIRANDA	118
	APÊNDICE 3 - QUESTIONÁRIO PARA GILSON FUKUSHIMA	119
	APÊNDICE 4 - QUESTIONÁRIO PARA MÔNICA INFANTE	120

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – <i>Sokhushin breathing</i>	62
Figura 2 – Primeiro Minuto	100
Figura 3 – Quinto Minuto	101
Figura 4 – Décimo Minuto	102
Figura 5 – Décimo Quinto Minuto.....	103
Figura 6 – Vigésimo Minuto.....	104
Figura 7 – Vigésimo Quinto Minuto	105

RESUMO

Este trabalho é resultado de uma primeira tentativa de sistematização do processo de criação da obra *Corpo Desconhecido*, o qual teve início em 2002 e vem sendo desenvolvido até hoje. *Corpo Desconhecido* é uma pesquisa artística na área da dança, a qual se configura numa obra cênica que acontece no meu corpo, mas que é concebida em colaboração com outros artistas. O processo criativo nasceu da crise instalada em meu corpo, insatisfeito com minha dança e com as formas que ela produzia, e delineou-se pelo processo de re-integração do que até então estava apartado: corpo e mente, razão e emoção, corpo e ambiente, vida e arte. *Corpo Desconhecido* acontece na ausência do passo de dança, no momento anterior à intenção consciente do movimento, por meio de micromovimentos, quase invisíveis ao olhar. A dissertação foi estruturada a partir das três questões que nortearam todo o processo criativo de *Corpo Desconhecido* - qual a construção do corpo?, qual o modo do corpo operar em cena? e qual o conteúdo encarnado?, associadas a duas referências fundamentais deste processo - transformação e integração. No capítulo I são estudadas as implicações teóricas dos temas acima; no capítulo II são descritas as práticas vivenciadas ao longo de todo o processo de criação e que dão suporte à construção do corpo, ao modo do corpo operar em cena e ao conteúdo da obra. No capítulo III delinea-se uma possível metodologia a partir das dinâmicas das relações de colaboração entre os artistas que compõem a equipe de trabalho e também é descrita a cena, em si, sob o ponto de vista da minha experiência enquanto *performer*. O intuito desta dissertação, além da sua contribuição com o processo de criação desta obra, é demonstrar que a criação de uma nova dança implica na revisão e atualização dos padrões existentes que configuram o corpo e a dança conhecidos.

Palavras-chave: corpo, processo, micromovimento, integração, transformação, colaboração.

ABSTRACT

This work is a result of a first attempt to systematize the creative process of the piece *Corpo Desconhecido*, which began in 2002 and has been developed until now. *Corpo Desconhecido* is an artistic research in the dance field, which assumes a scenic format, that happens in my body, but is conceived in collaboration with other artists. The creative process arose from my body in crisis, which was insatisfied with my dance and the forms it produced, and it was delineated through the process of re-integration of what was separated until then: body and mind, emotion and reason, body and environment, life and art. *Corpo Desconhecido* happens in the absence of the dance step, in the moment before the conscious intention of movement, by means of micromovements, almost invisible to the naked eye. This dissertation was structured from the three questions that guided the whole creative process of *Corpo Desconhecido* – what is the body construction?, what is the way the body operates? and what is the content to be embodied?, associated with two fundamental references of this process – transformation and integration. Chapter I contains the study of the theoretical implications of the subjects above; chapter II, the description of the practices which were experiencied during the whole creation process and which give support to the construction of the body, the way body operates and the content of the piece. Chapter III delineates a possible methodology, built from the dynamics of the collaboration relationships among the artists that are involved in this work and it also describes the scene itself from the point of view of my experience as performer. The goal of this dissertation, besides its contribution to the creation process of the piece, it is to demonstrate that to create a new dance is necessary a revision and actualization of the existing patterns which configurate the body and the dance known.

Key-words: body, process, micromovement, integration, transformation, collaboration.

INTRODUÇÃO

Corpo Desconhecido constitui-se em uma pesquisa artística na área da dança que venho desenvolvendo já há seis anos, com a colaboração da artista Mônica Infante. Trata-se de um processo de criação de uma obra de dança que acontece no meu corpo, em cena, mas que foi concebido em parceria com aquela artista.

O trabalho *Corpo Desconhecido* foi apresentado doze vezes, entre os anos de 2002 e 2006, em cidades como Curitiba, Florianópolis, Porto Alegre, São Paulo e Belo Horizonte. O que se vê, inicialmente, é um corpo em pé, coberto por um vestido feito de látex tingido em tons de salmão e vermelho que delinea o corpo e deixa à mostra os braços, ombros, pescoço, parte das pernas e os pés. Nos trinta minutos de duração da obra, o corpo vai lenta e quase imperceptivelmente curvando-se em direção ao chão. As pernas permanecem sem movimento, mas a coluna vertebral, ao final do trabalho, está totalmente voltada para baixo. O som que acompanha a obra é o som do próprio ambiente onde ela é apresentada. Pelo fato das apresentações terem ocorrido em ambientes fechados, todas sofreram interferência da luz artificial, que se limitava a iluminar o local onde o corpo estava situado. *Corpo Desconhecido* foi contemplado com o prêmio “Rumos Itaú Cultural 2003” e, embora seja uma obra configurada, continua em permanente processo de criação.

O processo de criação de *Corpo Desconhecido*, além de dar origem a uma obra cênica, constitui uma investigação de um modo particular do corpo operar em cena. *Corpo Desconhecido* é a materialização da construção de um pensamento sobre corpo, dança, arte e vida, em contínua atualização. Trata-se, portanto, de uma dança que não se restringe à presença do corpo em cena, mas que está, também, na cena da dança como um todo, promovendo uma profunda reflexão sobre o fazer artístico, e a qual tem sido compartilhada com o público através das aulas que ministro para dançarinos, atores e músicos e em palestras, oficinas e debates. A obra torna-se, assim, um lugar de discussão, um espaço permanente de questionamentos.

Este mestrado é mais um ambiente no qual esta pesquisa vem sendo discutida; portanto, a dissertação cumpre com a função de contribuir com a produção

acadêmica em dança no sentido do alargamento dos modos de discussão, abordagem e acesso a esta área.

Desta forma, o esforço por uma sistematização do processo de criação de *Corpo Desconhecido* amplia a rede de relações que o constitui, aumentando, assim, as possibilidades da própria criação. Criação e sistematização influenciam-se mutuamente num processo de constante interação, construindo e reconstruindo a dança a todo o momento.

O surgimento do processo – as motivações

A pesquisa nasceu da minha insatisfação em relação ao meu corpo e à minha dança, de um corpo em crise, cheio de perguntas. Como diz Vieira (2006, p.59, *apud* SALLES, 1998, p. 33), “o ato de criação é visto como decorrente de uma crise”. Na realidade, o que vem primeiro não é a idéia, nem a história, mas a angústia (GOMES, 1982, *apud* SALLES, 1998, p. 33). Minha angústia vinha do conflito que se estabelecia entre o conhecido, que não mais satisfazia, e o desejo do que poderia vir a ser. O que conhecia era uma dança fundada na repetição de padrões pré-estabelecidos, a qual se dava pelo seqüenciamento de passos, normalmente criados a partir de um tema exterior ao corpo. Minha prática, enquanto bailarina, resumia-se em fazer muitas aulas de dança, nas quais teria de aprender uma determinada técnica, que serviria de suporte para futuras coreografias. A ação era, basicamente, a de reproduzir movimentos ou interpretar idéias propostas pelo professor ou coreógrafo; contudo, estas não eram passíveis de reflexão, discussão e reorganização e, portanto, não abriam espaço para as minhas idéias, impressões e sensações. O mais importante e perigoso reflexo desta pedagogia é o desestímulo ao senso crítico e à autonomia, com conseqüente repressão do poder de se fazer escolhas conscientes.

Minha educação formal, como freqüentemente acontece em nossa sociedade, também estava ancorada nesta forma de educar e, associada a essa, imperava a visão dualista de mundo, a qual leva o indivíduo a compreender as coisas a partir de apenas dois lados, sempre apartados. Uma educação que não me estimulava a fazer conexões. O conhecimento constituía-se numa somatória de informações e não nas relações que poderiam ser criadas a partir delas.

Se meu entendimento de corpo e de mundo estava ancorado no princípio da

dualidade e na repetição de modelos, conseqüentemente todas as relações na minha vida, tanto no âmbito pessoal como no profissional, também se organizavam desta maneira. Acredito que estes foram os fatores que mais contribuíram para a crise interna que se instalou.

A razão se descolava da emoção, assim como a emoção do corpo “físico”. A vida não se conectava à arte, pois esta só poderia existir a partir de modelos e ideais de perfeição, os quais não admitiam as limitações, dificuldades ou questionamentos da vida real. A dança que eu conhecia pressupunha o “bom”, o “belo”, o “certo”, o produtivo, o visível – uma idealização. Assim, meus pensamentos, dúvidas, desejos e anseios estavam totalmente apartados da dança, que acontecia **apesar** deles e não **com** eles.

A crise foi gerada, justamente, pela necessidade de me perceber como indivíduo, com idéias próprias e não idéias alheias, com um jeito próprio de dançar e não um jeito de outros. Este processo de “individuação”, explica Hackney (2002), acontece primeiramente por um processo de diferenciação daquilo que nos compõe, seguido, porém, da integração disso tudo. O desejo e anseio em me reconhecer como indivíduo inteiro, capaz de criar uma dança própria, só seria sanado quando me tornasse um ser integrado e criativo novamente. Fazia-se necessário, portanto, a reconceitualização das minhas idéias e valores, isto é, a atualização dos conceitos de corpo, dança e mundo, que implicaria numa alteração dos padrões fixados ao longo de uma vida inteira.

Segundo Hackney (2002, p.17, tradução livre), um padrão de movimento é:

[...] um plano ou modelo desenvolvido pelo sistema neuromuscular para executar seqüências de movimento, as quais transformam-se num conjunto habitual de caminhos neuromusculares que agem para cumprir uma intenção.

Conforme Fernandes (2005, p.67), pode-se distinguir dois tipos de padrões: os mutáveis, como os padrões de crescimento na natureza que facilitam a interação e a mudança, denominados “padrões de aprendizagem”; e os que, ao contrário, procuram uma estrutura estável na rigidez corporal (incluindo todos os aspectos, físico, emocional, espiritual, mental, etc.), dificultando, por sua vez, a interação e a mudança, denominados “padrões de defesa”. No meu caso, a necessidade era a de alterar os padrões que foram se fixando ao longo da minha vida e que me

aprisionavam num modo único e já desatualizado de operar no mundo.

O processo de re-integração iniciou-se em 1992, com meu primeiro contato com a Educação Somática, dez anos antes do início da criação de *Corpo Desconhecido*. A aproximação com este campo de estudos se deu em virtude do meu desejo em melhorar minha técnica e prevenir traumatismos, motivos, segundo Fortin (1998), que freqüentemente levam intérpretes, coreógrafos e professores a se interessar por esta área. Segundo a autora (1998, p. 40), “a Educação Somática¹ engloba uma diversidade de conhecimentos onde os domínios sensorial, cognitivo, motor, afetivo e espiritual se misturam com ênfases diferentes” e designa-se pelas práticas tais como *Alexander Technique* (Técnica de Alexander), *Feldenkrais*, *Bartenieff Fundamentals* (Fundamentos Corporais Bartenieff), *Ideokinesis*, *Body-Mind Centering*. Minha experiência se deu pela Técnica de Alexander e os Fundamentos Corporais Bartenieff que, no processo de auxiliar meu desempenho técnico e proporcionar mais saúde ao corpo, ensinaram-me a conectar as partes no todo e a perceber que a mente operava no corpo.

Paralelamente à Educação Somática, outra abordagem que colaborou para o início do processo de re-integração foi a breve, porém não menos significativa experiência com o *Authentic Movement* (Movimento Autêntico), uma prática corporal de caráter terapêutico, mas que, também, pode ser utilizada com outras finalidades. Meu intuito primeiro era o de aprender a lidar com emoções que não compreendia.

O Movimento Autêntico foi criado por Mary Whitehouse (1911-1979) e tem sido desenvolvido no seu formato atual por Janet Adler. Segundo Johnson (2006), a ênfase deste trabalho está na longa e contínua prática da quietude do movimento. A prática é, normalmente, desenvolvida em grupos ou em pares, sendo que uma pessoa assume a função de testemunha não crítica, enquanto outra se move de olhos fechados. A testemunha, atenta ao que está acontecendo, cria uma atmosfera a partir da qual aquele que se move possa se sentir livre para se permitir, sem receio, vivenciar novas possibilidades. Após a experiência, que pode levar de alguns minutos até uma hora ou mais, há um período de conversa, cujo intuito é permitir que as palavras possam emergir da mesma forma como ocorreu com o movimento. Conforme Johnson (2006), esta prática do discurso, constituída numa atmosfera de não julgamento e segurança, é que torna Movimento Autêntico único dentre as

¹ Este tema será estudado em maior detalhes nos capítulos que se seguem.

demais práticas corporais de movimento, situando-o no campo da psicoterapia.

Movimento Autêntico é um mergulho no corpo, uma forma de livre criação que oferece uma ponte entre o consciente e o inconsciente². Aos poucos, o invisível vai-se tornando visível, o inaudível, audível, e uma forma explícita é dada ao conteúdo da experiência direta. Neste trabalho, desenvolve-se a percepção cinestésica, ganhando-se acesso e dando expressão criativa à vida interior através de uma abordagem na qual “o movimento é a personalidade tornada visível”³ (AUTHENTIC MOVEMENT INSTITUTE, 2008, p. 1).

Em um ano de experiência como paciente em Movimento Autêntico pude perceber que minhas emoções se manifestavam no corpo “físico”, que o palpável dos músculos e ossos, os quais “usava” para dançar, estavam intimamente associados à natureza não palpável das emoções. Esta experiência foi fundamental no meu processo de re-integração, que resultou na criação de *Corpo Desconhecido*. No entanto, esta técnica não foi utilizada como tal no processo criativo da obra, apesar de encontrar pontos em comum. Portanto, a prática do Movimento Autêntico não foi selecionada para a descrição e detalhamento no capítulo II, no qual as técnicas que fizeram parte deste trabalho são estudadas.

A Educação Somática, bem como o processo terapêutico, serviram como um “trampolim a uma mudança profunda de atitude face à maneira de pensar o corpo” (FORTIN, 1998, p.46). Estas práticas começaram a me mostrar que o corpo pulsa, vibra, manifesta-se, necessariamente, pelo movimento, e que a busca pela melhora da técnica e da saúde implicavam, também, na melhora das capacidades expressivas. Este processo inicial conduziu-me ao exercício de estabelecer relações, ao contrário do que fizera meu processo educativo até então. Ele constitui, efetivamente, um primeiro passo em direção à re-integração que, aos poucos, foi devolvendo a responsabilidade sobre mim mesma e meu poder de fazer escolhas conscientes.

Baseadas na percepção, isto é, na tomada de consciência do corpo e suas relações, estas práticas desviaram meu olhar do movimento dançado para o corpo que dançava, servindo como gatilho para a criação de uma dança, cujo assunto é o próprio corpo e não mais um tema exterior a ele, como acontecia até iniciar o processo de criação de *Corpo Desconhecido*. O corpo deixava de ser um

² Ver mais em: www.geocities.com/Vienna/Strasse/3622/authentic.html

³ Ver mais em: www.authenticmovement-usa.com

instrumento de expressão de uma idéia para se tornar a própria idéia, a própria matéria da dança. O corpo, como instrumento de expressão, corresponde à visão dualista em que a mente está separada do corpo, enquanto que a idéia de corpo, como a própria matéria da dança compreende corpo e mente integrados.

O processo de criação de *Corpo Desconhecido* começou a se delinear na continuidade do processo de re-integração enquanto indivíduo, que ansiava por criar uma dança própria. No encontro com Mônica Infante, em 2002, principal colaboradora desta pesquisa, o trabalho foi concebido. Este se torna, portanto, o momento da integração daquilo que ainda estava apartado, a vida e a arte. *Corpo Desconhecido* significa, no meu processo artístico, um rompimento com certos paradigmas e categorias tradicionais de dança que definem as relações entre corpo e movimento, mente e corpo, corpo e ambiente, coreógrafo e dançarino, teoria e prática, processo e produto, vida e arte, todas pautadas pelo dualismo e pela hierarquia e torna-as “relações de recíproca transformação” (FERNANDES, 2002, p.28). *Corpo Desconhecido* pode ser visto, assim, como a concretização deste meu processo de integração dinâmica.

O processo de criação de *Corpo Desconhecido* foi/vem sendo norteado por três questões fundamentais:

- a) qual a construção do corpo?
- b) qual o modo do corpo operar em cena? e
- c) qual o conteúdo a ser encarnado?

A construção do corpo está baseada na idéia de que nos construímos (e reconstruímos) a partir das relações que estabelecemos com nós mesmos e com o mundo, das escolhas que fazemos (conscientes ou não). Parte do princípio de que o corpo não está pronto ao nascer, mas que se forma e se transforma continuamente na incessante interação com o mundo. É uma pergunta que o artista se faz para buscar identificar que corpo é necessário re-criar para desenvolver sua proposta artística. Que tipo de preparação dará suporte à continuidade e ao aprofundamento do seu processo de criação? Isso inclui tanto o aspecto prático quanto o teórico, ou seja, todas as suas ações e conceitos, tudo o que ele escolhe manter e o que escolhe reformular. Implica, também, em identificar quais os recursos que necessita para atingir tal objetivo. O corpo de *Corpo Desconhecido* é integrado, não dual, processo constante de transformação na interação com o ambiente.

A questão relativa ao modo do corpo operar em cena refere-se à maneira

com que o corpo se organiza para dançar, isto é, como o corpo se comunica consigo mesmo e se relaciona com o ambiente à sua volta. *Corpo Desconhecido* se desenvolveu a partir da pergunta: “antes de se fazer alguma coisa, o que já está acontecendo?”. Assim, o modo do corpo operar em cena acontece pela percepção do corpo que não tem a intenção consciente de gerar movimento, mas que observa aqueles que já existem, os movimentos vitais, constantemente alterados na relação com o ambiente. Conforme será estudado mais adiante, *Corpo Desconhecido* acontece por meio de micromovimentos. Este modo difere daqueles tradicionalmente conhecidos na dança, que se dão por meio de códigos pré-definidos e/ou por seqüências de movimentos que se deslocam no espaço.

O conteúdo a ser encarnado são aqueles que a obra traz em si. São as questões levantadas para constituir a obra e que serão compartilhadas com o público pela presença do corpo em cena. Trata-se das questões/idéias discutidas no corpo, que as “encarna”, pois o corpo não é visto como suporte de idéias, mas a encarnação/materialização destas. O conteúdo de *Corpo Desconhecido* é o próprio corpo que, na sua constante interação com ambiente, constitui a sua história.

O suporte teórico do processo criativo se deu pelo estudo do pensamento Butô, por uma introdução à fenomenologia de Merleau-Ponty e pelas informações advindas da neurociência por António Damásio, aliado à prática da respiração japonesa de Kozo Nishino e exercícios de *Yiquan* (de origem chinesa). Tais estudos, situados nos campos da arte, filosofia, ciência e artes marciais, também fazem parte desta dissertação e, portanto, serão estudados mais adiante.

Corpo Desconhecido é uma pesquisa que vem sendo desenvolvida até hoje, tendo passado por diversas fases. Neste momento, o foco está dirigido a este mestrado que, conforme já foi dito, serve como mais um ambiente para discussão e vem contribuindo, em muito, com o processo criativo.

Este trabalho se situa, portanto, no campo da pesquisa em dança contemporânea que herda do movimento pós-moderno a idéia de que a dança pode ser “uma estratégia e um método de investigação que desafia e interroga o próprio processo de representação” (DEMPSTER, 1998, p.226, tradução livre), ao invés de ser vista como uma dança definida recentemente. Uma proposta contemporânea de dança, neste contexto, pressupõe o reconhecimento da necessidade de um diálogo com o ambiente onde se insere, a partir de um olhar crítico e atualizado do artista.

Corpo Desconhecido se volta para conteúdos como o vazio, o frágil, o

pequeno, pouco valorizados na cultura ocidental. *Corpo Desconhecido* faz um convite à percepção e a sair do lugar conhecido.

Assim, as escolhas teóricas desta dissertação provêm, basicamente, da minha prática, e inclui duas vertentes que se encontram – a ocidental e a oriental. A primeira, situada na Educação Somática, pelos estudos de Matthias Alexander, Rudolf Laban e suas discípulas, Irmgard Bartenieff e Bonnie Bainbridge Cohen. Para um respaldo científico, é escolhido António Damásio, que já vem dando suporte ao processo criativo. A visão oriental é trazida pelo pensamento Butô, pelo Método de Respiração de Kozo Nishino e pela prática corporal denominada *Yiquan*, criada por Wang Xiangzhai. A bibliografia utilizada para a abordagem do trabalho de Bartenieff será a de Peggy Hackney, sua discípula e uma das responsáveis por publicar os seus manuscritos.

A Proposta

Esta dissertação pretende encontrar um primeiro modo de sistematização do processo de criação de *Corpo Desconhecido* com o intuito de demonstrar, através da descrição deste processo, que a criação de um novo modo de operar em cena, distinto daquele conhecido, não se faz apenas pela colagem de fragmentos de outros modos ou por novos sequenciamentos de movimento que manifestam os mesmos padrões de pensamento e movimento já estabelecidos. O processo de criação de uma dança implica a revisão e atualização dos padrões existentes, portanto, das relações que constituem o corpo e a dança conhecidos.

Katie Duck (2001), ao responder em um manifesto, a pergunta “Coreografia é dança?”, colocada na semana de eventos promovida pelo *Het Veem Theater* (Holanda), em 2000, intitulada “Manifesto”, diz:

[...] coreografias são marcações estabelecidas em intervalos de tempos. Coreografia é uma parte do esforço na tentativa de se mostrar e fazer dança. É parte colaborativa da dança, mas não é mais dança do que composição é música. Música é música (DUCK, 2001, p. 12, tradução livre).

Min Tanaka, quando entrevistado sobre Butô, durante a temporada de seu grupo no *PS1 Contemporary Center* (New York), em 2000, coloca: “Fazer dança como coreografia é relativamente fácil, mas achar uma dança é bastante difícil”

(TANAKA, 2002, p. 23, tradução livre).

Da mesma forma, pretende-se mostrar que é necessário um corpo com as competências necessárias à produção deste modo de operar em cena. Portanto, o corpo do artista também precisa passar por um processo de alteração dos padrões que não são mais adequados à nova proposta. É necessário muito mais do que o desejo para se modificar e se reconstruir; é necessário tempo e investimento em um treinamento que dê condições às “novas” idéias tornarem-se corpo, isto é, tornarem uma realidade para o corpo todo. Trata-se de uma alteração de padrões; do contrário, acontece o que, freqüentemente, se vê em dança e, talvez, em todos os âmbitos da vida – o discurso verbal não cria coerência com as ações.

Não se trata, aqui, de propor uma receita a ser seguida, pois se estaria entrando em contradição; acredito, porém, que este trabalho talvez possa contribuir como uma referência, tanto àqueles que ainda crêem que a dança acontece apenas da maneira conhecida, quanto àqueles que buscam trilhar os caminhos da criação, em busca de suas próprias danças.

Compreendendo que uma sistematização não pode alcançar o todo do processo, uma vez que sua existência se deu na experiência vivida pelo corpo todo e não pode ser resgatada, ao trazer o processo em palavras, proponho, então, lançar um olhar sobre ele. Para tanto, identifiquei algumas relações de dentro deste processo, o conjunto de referências que acredito tê-lo tornado possível. Não se tratam de verdades únicas e absolutas, mas de referências relativas e transitórias. O grande desafio de escrever sobre este trabalho artístico foi fazer uma escolha dentre as inúmeras possibilidades que ele suscitou. Por isso, ao invés de me aprofundar em um único aspecto do trabalho - o que pretendo fazer no futuro -, optei por focar as principais operações responsáveis pela construção da obra. Com este intuito, esta dissertação foi estruturada a partir das três questões que nortearam todo o processo criativo - qual a construção do corpo? qual o modo do corpo operar em cena? e qual o conteúdo encarnado? -, e suas implicações práticas e teóricas.

As referências que identifiquei são: integração e transformação. A idéia de integração, neste contexto, implica em uma visão não dualista das relações enfocadas neste trabalho: corpo-mente; emoção-razão; corpo-ambiente/interno-externo; mover-pausar; voluntário-involuntário; consciente-inconsciente, as quais conduzem às idéias de respiração celular /fluxo de energia, movimento interno e micromovimento. Outra referência é o processo colaborativo, essencial nesta

proposta, a qual acontece tão somente no trânsito entre corpos.

Assim, a pesquisa conta com uma equipe de trabalho que também inclui os profissionais Mônica Infante, Wilson Sagae, Laura Miranda e Gilson Fukushima. Conforme as funções que assumem no processo de criação, serão apresentados no segundo ou terceiro capítulos deste trabalho. O processo colaborativo, em si, será estudado no capítulo III, por se tratar de um procedimento metodológico.

A metodologia adotada constitui-se em um estudo de caso, que partiu da pesquisa de campo já existente – o processo de criação da obra *Corpo Desconhecido* – e o qual, desde o seu início, em 2002, aconteceu de maneira não sistematizada. A busca por uma escrita sobre este processo tornou possível a escolha dos suportes teóricos que seriam utilizados nesta dissertação. Esta escolha incluiu os estudos contidos no próprio processo de criação, bem como outros, também provenientes da dança e da Educação Somática, que serviram de facilitadores desta sistematização.

Assim, a pesquisa bibliográfica foi uma das metodologias adotadas para esclarecer as idéias contidas nesta obra artística e estruturar o primeiro capítulo. Outro item levantado a partir da pesquisa de campo foi a proposta de descrição e detalhamento das práticas envolvidas no processo de criação da obra. Para tanto, foram utilizadas publicações sobre as técnicas envolvidas, bem como questionários e comentários feitos em aulas e em encontros de trabalho, com o intuito de esclarecer as propostas de trabalho dos outros artistas envolvidos no processo de criação de *Corpo Desconhecido*, as quais resultaram de suas experiências pessoais. O terceiro aspecto desta sistematização constitui-se da descrição do dia a dia do processo criativo, bem como da cena, em si. Para tanto, foram utilizadas anotações feitas por mim, durante encontros de trabalho, desde o início do processo (2002), bem como as informações fornecidas por toda a equipe de *Corpo Desconhecido*, coletadas conforme já mencionado. A cena, em si, foi descrita por meio de relatos de ordem mais subjetiva, em que busco demonstrar, pela descrição das minhas sensações físicas, pensamentos e emoções, o que acontece no meu corpo ao longo do trabalho, ao mesmo tempo em que traço relações entre a experiência cênica e as referências teóricas estudadas nesta dissertação.

Assim, a dissertação divide-se em três capítulos.

No capítulo I são abordados processos históricos que dialogam e contextualizam este trabalho, bem como os aspectos teóricos relativos ao modo do

corpo operar em cena na obra *Corpo Desconhecido*, ao conceito de corpo e à proposta do conteúdo.

No capítulo II são descritas as práticas que possibilitaram a construção deste corpo, do modo como este opera em cena e a “encarnação” do conteúdo.

No capítulo III é descrito o processo, a partir da identificação de uma possível metodologia baseada nas dinâmicas da relação de colaboração e a cena, em si, sob o ponto de vista da minha vivência enquanto *performer*.

Vale ressaltar que a divisão nesses três capítulos constitui-se apenas em um recurso metodológico, pois a fundamentação teórica, a descrição das práticas (técnicas), do dia a dia dos encontros e da cena, em si, não ocorrem separadamente, e, sim, sobrepõem-se umas às outras, embora possam ser distinguidas para fins de sistematização.

Nas considerações finais, apresento minha motivação para a escrita desta dissertação, o modo como decidi estruturá-la e as implicações destas escolhas. Relato os desafios e as descobertas feitas neste processo, assim como verifico, por meio da teoria que embasa este trabalho, as idéias e conceitos que escolhi para sistematizar o processo de criação de *Corpo Desconhecido*.

Por fim, nos Apêndices são apresentados os questionários que foram aplicados especificamente para a realização desta pesquisa.

CAPÍTULO I - UM DIÁLOGO COM A HISTÓRIA

Se somos processo constante de transformação nas interações com o mundo somos, também, parte de um processo histórico ou de diversos processos históricos. Nossas criações, sejam as danças ou nosso próprio corpo, não partem do nada, mas de existências prévias, de histórias prévias que se inscrevem em nossos corpos aqui e agora. Do passado tornado presente, criamos continuamente nossas histórias particulares inseridas na história da humanidade e, portanto, a espelhamos, assim como também contribuimos com seu contínuo processo de transformação.

Corpo Desconhecido surge como tentativa de romper com padrões preestabelecidos ou de atualizar relações para que estas façam sentido no presente, da mesma forma que os movimentos de dança o fizeram e ainda o fazem ao longo da história, embora com ênfases distintas e modos bastante particulares, dependendo dos interesses e dos contextos.

Ao olhar para a história da dança cênica no Ocidente e para alguns de seus cruzamentos com o Oriente, identifico que minhas inquietações provêm do que poderia ser definido como séculos de conflito entre rompimentos e estabilizações. Embora nem toda corrente estética rompa totalmente com a anterior, sendo consideradas, por vezes, continuação, elas são sempre atualizações daquelas que as sucederam.

Neste processo de construção e reconstrução de danças percebo algumas tendências estéticas que, embora distintas, dialogam entre si, assim como dialogam com meu processo artístico ao longo de minha formação em dança. Uma delas está relacionada com um olhar mais objetivo, de manifestação formal ou abstrata, e outra, mais ocupada com a “subjetividade”, de natureza mais orgânica, ambas no cruzamento com as formulações de Lepecki (2005, p. 11), que lançou um olhar sobre a *paragem*⁴ na dança a partir das dinâmicas históricas da dança cênica ocidental. Neste estudo, Lepecki observa que a partir do modernismo na dança a paragem deixa de ser o outro da dança para ganhar “o papel de seu impulso principal, um tipo de força motriz que [permitiu] à dança tornar-se presente” (LEPECKI, 2005, p. 12), o que vem diretamente de encontro com a proposta de

⁴ LEPECKI, André. Lições de Dança 5. 2005, p. 11.

Corpo Desconhecido.

Ao olhar para a história do corpo, no Ocidente, não é difícil identificar duas grandes correntes filosóficas com as quais meu processo artístico, mais uma vez, encontra diálogo: a que vai de encontro aos paradigmas cartesianos, e outra, que procura rompê-los. Segundo Greiner (2005, p.15-16), “a história do corpo, como todas as outras, não é seqüencial. Corre para frente, mas desestabiliza, o tempo inteiro, o passado, modificando-o e lançando projeções futuras”, e neste vai e vem de rompimentos e estabilizações, o corpo de *Corpo Desconhecido* vai sendo construído.

Em finais do século XIX tem início uma nova era. Segundo Berghaus (1997), somente nesta época novas possibilidades para uma dança moderna foram abertas. Artistas como Isadora Duncan, Loie Fuller e Ruth St. Denis, Jaques-Dalcroze, entre outros, romperam com o academicismo da escola clássica, propondo uma liberdade criativa que alterou radicalmente a filosofia, a estética e os métodos até então vigentes.

Conforme Rodrigues (2005), Isadora Duncan (1878-1927) foi a primeira a rebelar-se contra os princípios rígidos do balé clássico, abrindo caminho para várias gerações de coreógrafos e dançarinos cujo objetivo artístico, ainda segundo a mesma autora (2005, p. 97), “tem permanecido o mesmo: expressar, através do movimento, a verdade interior do ser humano, distanciando-se de toda a fantasia e artificialidade da expressão clássica”. Isadora Duncan propunha uma dança livre de formas pré-estabelecidas, de configurações criadas artificialmente para seguir o fluxo da natureza e recuperar a organicidade do movimento relacionados com os estados interiores, com a expressão de seu temperamento, sua história de viver, sua história pessoal. Isadora Duncan buscava encontrar

[...] um movimento inicial, de que se originasse toda uma série de outros movimentos, verdadeiramente espontâneos, sem qualquer interferência da [sua] vontade, e que não fossem mais do que reação inconsciente do movimento de partida (DUNCAN, 1927, *apud* AZEVEDO, 2004, p. 62).

Esta dança, explica Lepecki (2005), foi encontrada por Isadora Duncan por meio do não movimento. “Por horas eu pude permanecer de pé parada; minhas duas mãos entrelaçadas entre meus seios, cobrindo o plexo solar... Eu estava à procura e, finalmente, descobri a fonte central de todo movimento” (DUNCAN, 1927,

apud. LEPECKI, 2005, p. 12). Para Johnson (2006), Isadora Duncan construía uma atmosfera de atenção silenciosa à espera do movimento emergir.

A dança de Loie Fuller (1862-1928), americana sem treinamento em dança, apresentava-se com figurinos feitos de muitos metros de tecido, transformando sua dança num paradigma do conceito simbólico de poesia pura.

Ruth St. Denis (1877-1968) enfatizava valores espirituais, criando coreografias baseadas em divindades egípcias, indianas, japonesas e babilônicas com a intenção de provocar experiências místicas. Conforme Rodrigues (2005), Ruth St. Denis criava movimentos a partir do ritmo respiratório e do plexo solar como propiciadores de toda ação.

Emile Jaques-Dalcroze desenvolveu um treinamento rítmico denominado Eurritmia, que se converteu numa dança que estimulava a sensibilidade no sentido de harmonizar corpo e alma, homem e natureza, indivíduo e sociedade e assim por diante. Conforme Berghaus (1997), a Eurritmia tornou-se uma expressão típica deste período, e constituía-se num

[...] movimento reformista da juventude, [que] desafiava a cultura racional e materialista da burguesia, e buscava refúgio das cidades industrializadas num mundo idealizado de autenticidade, individualidade e auto-realização (BERGHAUS, 1997, p.94).

Isadora Duncan se tornou o ícone deste movimento.

A Dança Moderna acabou por se identificar, tanto na Europa como nos Estados Unidos, segundo Dempster (1998), com a produção da segunda geração de dançarinos modernos e com os sistemas de treinamentos que eles desenvolveram, como Mary Wigman, Doris Humphrey e Martha Graham, ao lado das pesquisas de movimento de Rudolf Laban. Na Alemanha, a principal tendência da Dança Moderna denominou-se de *Ausdruckstanz* (*Dança de Expressão*), a qual, segundo Berghaus (1997), nasceu por volta de 1913, com a apresentação das primeiras obras originais de Rudolf Laban e Mary Wigman no centro da arte Expressionista na Alemanha.

Mary Wigman (1886-1973), aluna de Dalcroze, começou a criticar a interdependência da dança com a música e buscou, no ritmo do movimento interno do corpo e não num estímulo exterior, uma dança que nascesse do movimento da vida. Conforme Berghaus (1997), os Expressionistas, *fauves* alemães ou selvagens, como eram chamados, inspiraram Mary Wigman para danças que incorporavam o

livre fluxo da vida, a pulsação do coração e a fluência natural de seus membros. Sua dança nascia da emoção e da necessidade interior do artista, e não por movimentos codificados ou pré-estabelecidos, como no balé clássico. Seu método não pressupunha, portanto, uma técnica prévia, mas um conhecimento interior de cada pessoa, para que estas pudessem falar diretamente com seu corpo (REIS, 2007).

A abordagem de Wigman, que propunha a busca de um movimento interno e individual, desenvolveu-se nos Estados Unidos e tornou-se conhecida pelo trabalho de sua aluna, Mary Whitehouse, criadora do Movimento Autêntico. O Movimento Autêntico, conforme citado anteriormente, é uma prática corporal que se situa no campo da psicoterapia, mas que é também utilizada com outras finalidades, como, por exemplo, em processos de criação em dança. Segundo Johnson (2006), esta prática busca um movimento natural e particular a cada pessoa, ao contrário dos movimentos aprendidos no balé; não se trata de um movimento propositado ou intelectualizado, mas de uma expressão imediata do modo como a pessoa que se move se sente no momento. Conforme explica Johnson (2006), Mary Whitehouse descobriu que para liberar um movimento instintivo teria de retornar à idéia de não mover, que remonta à pesquisa de Lepecki (2005) sobre a *paragem* na dança. À espera do movimento emergir, Mary Whitehouse percebeu onde o movimento realmente se iniciava, momento em que aprendeu a ver o que era e o que não era autêntico sobre o movimento.

Doris Humphrey (1895-1958), dançarina e coreógrafa, desenvolveu uma técnica baseada em experiências rotineiras e ações naturais do ser humano, como a respiração, a força do centro de gravidade, a transferência de peso e a coordenação mente/corpo, de forma a treinar o corpo sempre em associação com as amplas possibilidades criativas. A dança, para ela, deveria vir de dentro para fora. O primeiro princípio de sua técnica partiu de analogias que estabeleceu com a obra de Nietzsche, e que consistia nos efeitos opostos entre equilíbrio e destruição, vida e morte. Acreditava que para o movimento acontecer, deveria estar situado no arco entre dois pontos de inércia, por ela denominado "*arco entre as duas mortes*". Todo e qualquer movimento deveria acontecer dentro da possibilidade de desequilíbrio.

Para Martha Graham (1894-1991), a dança era um processo de "tornar visível a paisagem interior" (GRAHAM, 1950, p. 21-22 *apud* DEMPSTER, 1998, p. 224, tradução livre), concebendo o corpo como um canal responsivo do qual verdades internas seriam reveladas. Para ela, o corpo era possuidor de um potencial

revelador e a técnica constituía o meio pelo qual as manifestações exteriores do corpo eram alinhadas com o mundo interior da psique.

A Dança Moderna desenvolvida por estas artistas trouxe uma concepção de corpo, segundo Dempster (1998), enquanto “agente” e “veículo” para expressões de forças internas, sendo a estrutura espacial e temporal dessas danças baseada em imperativos emocionais e psicológicos.

A pesquisa da Dança Moderna se voltou para a descoberta de um corpo desconhecido, subjetivo, conforme afirma Grebler (2006), e que falava de si através do movimento. Conforme Graham descreveu, a função da técnica moderna consiste em libertar o corpo socializado e retirar qualquer obstáculo que possa dificultar sua capacidade de um “discurso verdadeiro”, isto é, de ser um corpo “natural” (DEMPSTER, 1998). Por se tratar de um movimento artístico criado em resposta a projetos coreográficos individuais, revelou-se de diferentes formas no que concerne às técnicas de movimento e vocabulários desenvolvidos, não constituindo, portanto, um sistema uniforme.

Nesta perspectiva, identifica-se dentro da própria Dança Moderna artistas como Kurt Jooss que não demonstram seguir esta vertente “subjetiva” ou orgânica, manifestando uma dança mais formal, por lançar mão de técnicas e códigos preestabelecidos, pela integração na sua obra do vocabulário do balé clássico. Da mesma forma, pode-se observar uma formalização da Dança Moderna, nos Estados Unidos, iniciada entre as décadas de trinta e quarenta, na qual o corpo “natural” do início do século, segundo Dempster (1998), foi exposto como suporte para linguagens de dança altamente sistematizadas e codificadas. Este processo deu um novo aspecto à Dança Moderna que, conforme a autora, foi se distanciando das idéias originais dos seus criadores, não fazendo mais sentido a concepção de corpo “natural”. Dentre essas novas técnicas pode-se destacar alguns trabalhos, como os de Alwin Nikolais, Lester Horton, José Limón, Cunningham (já considerado precursor da dança pós-moderna) e mesmo o de Martha Graham que, no início, propôs um trabalho de caráter mais orgânico, mas que, ao final de sua trajetória, se aproximava das tendências presentes em seu país.

Vale ressaltar que o termo “dança pós-moderna”, que pressupõe a existência de um movimento pós-moderno nas artes, deve ser compreendido não apenas como negação do movimento que o precedeu ou apenas como sua sucessão. Segundo Featherstone (1995) e Rodrigues (2005), é necessário cautela

ao referir-se ao termo pós-moderno, pois, conforme estes autores, tanto o termo como o próprio movimento, são motivos de debates e posições diferentes e até divergentes. Rodrigues (2005) esclarece que existem diversas posições em relação a este tema: as que negam a existência do movimento; as que o consideram como uma ruptura, uma oposição ao modernismo; as que, ainda, o consideram como um desdobramento deste; as que o conceituam como o resultado de conceitos oriundos de várias épocas, e, ainda, as que o consideram como um mero intervalo preparatório do que virá acontecer. Para Featherstone (1995), o movimento pós-moderno não constitui um processo pleno, completo, que possa ser analisado e definido positivamente. Assim, ambos os autores chamam atenção, inclusive, para o fato da discussão ser muito mais ampla, uma vez que o chamado movimento pós-moderno não se restringe ao campo das artes, da estética, mas inclui-se, também, “nas áreas intelectual, acadêmica, cultural e na esfera do comportamento e práticas cotidianas” (RODRIGUES, 2005, p. 60).

Meu percurso na dança iniciou-se pela prática do balé clássico; porém, meu contato com a Dança Moderna não refletiu o rompimento com o formalismo extremado do balé em direção a uma dança de natureza mais “orgânica”, conforme ocorreu no final do século XIX, na Europa. Isso se deu porque a técnica de Dança Moderna que pratiquei se originava na escola de Alwin Nikolais, que propunha uma teoria da “descentralização”, cuja idéia era despersonalizar os dançarinos através da incorporação da tecnologia da época, no uso dos elementos visuais, deslocando, portanto, o foco de um dançarino individualmente para concentrar-se no efeito geral da produção. Assim como esta técnica, as outras de sua época, em conformidade com o contexto social norte americano, também privilegiavam o movimento em si, ao invés do seu significado intrínseco, constituindo uma contra corrente ao enfoque subjetivo da Dança Moderna alemã.

Além deste aspecto, também contribui para um treinamento mais formal o fato das aulas que freqüentava não incluírem a prática de improvisação, estímulo à criação e um dos fatores primordiais no distanciamento da Dança Moderna com o balé clássico.

A aproximação com uma dança mais subjetiva aconteceu no encontro com a “Dança de Isadora”, nas aulas que freqüentei por um ano, em 1997, com a artista Ana Figueiredo (São Paulo). Nesta experiência, percebia uma sensação de plenitude e satisfação que não mais obtinha com as danças que conhecia, como se

estas estivessem se esvaziado de sentido. Isso ocorreu, pois os conceitos de corpo e de dança incorporados através das técnicas que conhecia (balé clássico e Nikolais) não mais alicerçavam minhas necessidades expressivas. O pensamento de dança instalado em meu corpo não mais satisfazia meus anseios artísticos que se manifestavam na necessidade de criar uma dança própria, que pudesse falar de mim e das minhas emoções através do meu corpo, abrindo espaço para um diálogo com a “subjetividade”. A experiência com a técnica de Isadora Duncan alterou os rumos da minha trajetória, levando-me a buscar uma dança voltada para o indivíduo. Nesta experiência, descobri uma possibilidade de dançar a partir de uma profunda percepção da respiração. A pausa, proposta por esta artista, para que se escutasse e aguardasse um movimento natural emergir do corpo, apresentou-me uma outra possibilidade de dançar, até então desconhecida. Este ato de pausar, no entanto, começou a se manifestar na minha dança alguns anos depois, quando *Corpo Desconhecido* começou a se delinear.

Compreendi que as danças praticadas por tantos anos colaboraram para desenvolver não apenas um instrumental de ordem “motora” (viabilizando a execução de movimentos acrobáticos), mas, também, para construir um pensamento no corpo. Na medida em que as incorporava, incorporava também as idéias que a criaram. Técnicas e métodos de dança são, portanto, meios de transmissão de ideologias, tornando-se, assim, responsáveis pela disseminação de uma ordem de pensamentos que funda o agir, o pensar e o sentir.

Outras referências que encontrei neste caminho vieram do meu contato com a dança Pós-moderna americana, iniciada nas décadas de sessenta e setenta que, indo na direção contrária da dramaticidade excessiva do movimento anterior, passou a ocupar-se do movimento em si mesmo, do movimento cotidiano, liberto de virtuosismos. Minha afinidade com esta nova dança não se deu, contudo, pelo seu caráter formal e abstrato, mas por sua aproximação com a Educação Somática. Segundo Fortin (1998, p. 40), “a Educação Somática [que] engloba uma diversidade de conhecimentos onde os domínios sensorial, cognitivo, motor, afetivo e espiritual se misturam com ênfases diferentes”, serviu de “trampolim a uma mudança profunda de atitude face à maneira de pensar o corpo” (p.46).

Segundo Rodrigues (2005), o grupo que se reunia na década de setenta, em Nova Iorque, dando origem um gênero chamado *Contact Improvisation* (Contato Improvisação), sem abandonar o interesse pelo movimento puro realizava

improvisações com foco nas sensações internas. O corpo e as percepções que o dançarino tinha dele, assim como de suas possibilidades de relação com os outros corpos, passavam a ser o ponto de partida para a criação e, conforme Lepecki (2005), com a obra *Magnesium* de Steven Paxton, um dos principais criadores do Contato Improvisação, a *paragem* passa a ser explicitamente conclamada como pertencente à dança. Sobre sua coreografia *the stand*⁵, Paxton (1977, *apud.* LEPECKI, 2005, p. 12) explica:

Bem, antes de mais nada, trata-se de uma percepção mais ou menos simples: tudo o que você tem que fazer é ficar de pé e relaxar – você sabe – e em um determinado momento você percebe que relaxou tudo o que podia, mas ainda está de pé e este ficar de pé é um bocado de micromovimentos... O esqueleto sustenta você nessa posição ereta malgrado você esteja mentalmente relaxado... Chame isto de 'dança mínima'... Este nome foi escolhido muito porque descreve bastante bem a situação e porque enquanto você permanece de pé, sentindo a dança mínima, você está consciente de não a estar 'fazendo', então, de alguma forma, você assiste a si mesmo agir; assiste seu corpo desempenhar sua função. E sua mente não está imaginando nada nem procurando por respostas, não está sendo usada como instrumento ativo, mas sim como uma lente que foca determinadas percepções.

Este movimento das décadas de sessenta e setenta nos Estados Unidos teve, portanto, como forte aliado, o estudo do corpo, fazendo da Educação Somática uma referência fundamental para a dança. A história da Educação Somática acompanha a história da Dança Moderna e Pós-moderna colaborando, até hoje, com os mais diversos treinamentos em dança. Em vários países ela é aplicada, servindo, inicialmente, como complemento às tradicionais aulas de dança e, eventualmente, interferindo no próprio processo de aprendizagem.

Educação Somática foi a denominação dada há alguns anos às propostas pertencentes a um campo de estudos do corpo que constitui a evolução de um movimento iniciado em finais do século XIX. Segundo Perez (2002), na mesma época em que a Dança Moderna começava a se delinear, surgia nos países do norte europeu e nos Estados Unidos o que se denominou Movimento Corporalista, uma busca do conhecimento do indivíduo a partir de seu próprio corpo, uma nova conceituação acerca da integralidade corpo-mente do ser humano. Conforme a autora (2002, p. 3), “O corpo humano começou a ser visto não como objeto da pessoa, mas como definição da sua própria existência”.

⁵ *the stand* pode ser traduzido como “o ato de ficar de pé” (tradução livre).

Para Mangione (1993, *apud*. FORTIN, 1998), esse novo campo de estudos evoluiu até a atualidade, apresentando três etapas no seu desenvolvimento. A primeira está relacionada com as origens do Movimento Corporalista, até os anos trinta. A segunda, de 1930 a 1970, constitui-se na fase de disseminação desses métodos por parte dos discípulos. Na terceira, dos anos setenta até hoje, surgem as diferentes aplicações nas áreas terapêutica, psicológica, educativa e artística.

Como representantes da segunda fase e responsáveis pela disseminação dos trabalhos iniciais, pode-se destacar Rudolf Laban, Matthias Alexander e Moshe Feldenkrais.

Rudof Laban (1879-1958), nascido no Império Austro-Húngaro, foi mestre de Mary Wigman e de Kurt Jooss, entre outros artistas participantes do movimento da Dança Moderna na Alemanha, e um dos principais responsáveis pelo seu desenvolvimento, como seu grande teórico. Num momento em que a Europa se dedicava a procurar o “ser humano natural”, Laban, assim como seus colaboradores, buscava uma dança livre, sendo uma de suas principais questões o corpo massificado, diluído na massa, tão questionado em sua época. Segundo Greiner (2006, p. 80),

A pesquisa de Laban procurou encontrar sentido no corpo vivo, o entendimento do movimento como primeira instância da percepção e da consciência, como é evidenciado mais tarde por estudos nas áreas da filosofia e das ciências cognitivas.

Laban desenvolveu um método para a descrição sistemática de mudanças qualitativas no movimento ou, o que se pode chamar, uma teoria geral do movimento. O método de Laban possui diversas vertentes que incluem os Estudos Coreológicos, um sistema de notação do movimento e suas qualidades expressivas, denominado *Labanotation* ou Labanotação, e um sistema de análise denominado Sistema Laban ou Análise Laban de Movimento (em inglês, *Laban Movement Analysis* - LMA). Segundo Fernandes (2002), nos Estados Unidos os Fundamentos Corporais Bartenieff, desenvolvidos por Bartenieff, foram incluídos no Sistema Laban, constituindo o Sistema Laban/Bartenieff ou Análise Laban/Bartenieff de Movimento.

O Sistema Laban pressupõe quatro categorias de movimento, a partir das quais todo e qualquer movimento humano pode ser analisado, sendo elas: Corpo,

Expressividade, Forma e Espaço. Conforme Fernandes (2002), a categoria Corpo (o que se move) refere-se aos princípios e práticas corporais desenvolvidos por Irmgard Bartenieff e sua aluna Bonnie Bainbridge Cohen. Expressividade (como nos movemos) refere-se às qualidades dinâmicas do movimento presentes nas diversas expressões do homem. O termo Expressividade corresponde ao conceito de Energia ou Dinâmica e está relacionada com o impulso do homem para o movimento, que Laban chamou de *Antrieb* (Esforço). A categoria Forma (com quem nos movemos) “refere-se a mudanças no volume do corpo em movimento, em relação a si mesmo ou a outros corpos” (FERNANDES, 2002, p. 141). A categoria Espaço (onde nos movemos), estudo que denominou Harmonia Espacial, envolve uma “arquitetura do espaço” a partir dos estudos de Laban da “arquitetura do corpo”, numa relação harmônica.

Laban partia de uma concepção de corpo que rompia com o binário corporalmente, transformando oposições em relações de recíproca transformação, as quais se estendiam a todas as outras relações na dança. No lugar de dualidades, Laban trabalhava com a idéia de gradações ou uma continuidade gradativa em constante transição.

Embora estruturado inicialmente em países norte-europeus, o Sistema Laban foi influenciado por movimentos de outras origens, como a filosofia chinesa de Lao-tsé, as artes marciais do Oriente, as danças dos Dervishes, as danças africanas e indígenas, as quais inspiraram o Expressionismo do início do século XX. Laban observou nas artes marciais que numa situação de sobrevivência era-se obrigado a fazer um uso adequado do espaço e da energia. Esta percepção levou-o a desenvolver o inter-relacionamento da energia, que veio se tornar o conceito de Esforço.

Matthias Alexander, outro importante representante do Movimento Corporalista, era ator, e desenvolveu uma técnica que leva o seu nome e sobre a qual abordarei nos capítulos que se seguem. O trabalho desenvolvido por Moshe Feldenkrais, embora pertença a este grupo, não faz parte da presente proposta.

Colaboradores e sucessores destes artistas puderam criar métodos e técnicas para os mais diversos fins, os quais, até hoje, são aplicados nas áreas da dança, teatro, dança terapia, desenvolvimento infantil, reabilitação física, pesquisas inter-culturais e no campo da psicologia. Este movimento em direção ao corpo exercitou o novo paradigma, muito evidenciado no início do século XX, que rompia

com as dualidades que até então imperavam.

Segundo Wosniak (2006, p. 31), “até o século XX, o corpo foi marginalizado ou ignorado nas teorias filosóficas, políticas e culturais”. Na antiguidade grega, segundo afirma Paviani (2007), Platão falava do corpo empregando duas imagens absolutamente negativas, para o nosso ponto de vista, mas que correspondiam ao modo de ver da época. Uma era de corpo como cárcere da alma e a outra de corpo como túmulo. Esta posição em relação ao corpo e tudo o que estava ligado a ele acabaram por influenciar o pensamento e as condutas morais do Ocidente.

Segundo este autor, as diferenças entre corpo e alma foram aprofundadas em diversos diálogos de Platão:

A supremacia indubitável da alma em relação ao corpo é constantemente reafirmada. Como resultado disso, o corpo está sujeito à morte e ligado ao mundo sensível, do vir a ser e, por isso, é um entrave para todos aqueles que se dirigem ao mundo das idéias eternas. Em consequência, os sentidos são fontes de enganos, de erros. Eles nos levam a atribuir importância demasiada aos prazeres sensíveis e também aos sofrimentos que nos afastam do verdadeiro. Os sentidos, as paixões e os desejos afastam o homem da verdade (PAVIANI, 2007, p. 15).

Alguns séculos depois de Platão, Agostinho concilia as idéias deste filósofo aos dogmas cristãos, mostrando o corpo como sede do pecado. Essa visão negativa em relação ao corpo humano, presente na cultura ocidental, perdurou por séculos, trazendo graves consequências para a compreensão de todos os assuntos relacionados a ele.

A partir do século XVII, René Descartes, filósofo e matemático francês, estabeleceu, segundo Katz e Greiner (2001), a cognição como auto-referencial, o pensamento como legislador de tudo o que existe e como parâmetro para a tentativa de se explicar a verdade. Esta era reduzida àquilo que pudesse ser apreendido pela mente, sem a necessidade de apoiar-se no mundo empírico. A conhecida frase “*Cogito, ergo sum*” consolidava a compreensão de que existia uma essência humana e que esta se localiza numa mente separada do corpo. Sob o olhar dualista, o corpo era, mais uma vez, transformado em objeto, submetido ao comando de uma mente, cuja natureza seria intangível.

Dois séculos depois de Descartes, a partir de Hegel, Marx, Freud, Husserl, entre outros, o corpo humano começou a ser compreendido fora do dualismo estabelecido pelo filósofo francês. Para Paviani (2007), entre os filósofos do século

XX, Merleau-Ponty foi o que elegeu o corpo próprio como uma questão filosófica.

Por meio de sua abordagem fenomenológica, Merleau-Ponty coloca-se, segundo Lechte (2003), diretamente contrário à abstração e ao vazio do cogito cartesiano – “Penso, logo existo” – pois, para o filósofo, “nosso corpo não é um objeto para um ‘eu penso’: é um conjunto de significações vividas” (MERLEAU-PONTY, 1999, p. 212). Assim, Merleau-Ponty estabelece que “ser um corpo é estar atado a um certo mundo” (2001, *apud* LECHTE, 2003, p. 44). O corpo está sempre no mundo, não existindo um corpo objetivado, dado como universal, um corpo em-si-mesmo, conforme explica Lechte (2003). Contudo, segundo Detoni (2001), a fenomenologia não se ocupa de perguntar quem surgiu primeiro, se o mundo ou o sujeito, pois para Merleau-Ponty a prioridade é a percepção, que ele vê como o encontro do sujeito com o mundo. O sujeito é ser-no-mundo, ou seja, não há mundo sem sujeito, nem sujeito sem mundo. Conforme este autor, a realidade é o vivido, pois o corpo se faz à medida que as coisas se manifestam a ele. Merleau Ponty diz que “O segredo do mundo que procuramos é preciso, necessariamente, que esteja contido em meu contato com ele” (MERLEAU-PONTY, 2005, p. 41).

Ao contrário das concepções clássicas de conhecimento, a fenomenologia de Merleau-Ponty, segundo Detoni (2001), não vê a percepção como a chegada do sujeito e sua consciência constituinte às coisas, nem como o conjunto de respostas à estimulação sensível dos objetos ao sujeito como sua primeira informação. Assim, a percepção, conforme Lechte (2003), não significa o mero resultado do impacto do mundo externo sobre o corpo; o que está na sua base, segundo este autor, é a própria imbricação do organismo que percebe e suas cercanias, pois, mesmo que o corpo seja distinto do mundo que habita, não está separado dele. Merleau-Ponty confirma, portanto, a primazia da experiência vivida afirmando que a “mente que percebe é uma mente encarnada” (MERLEAU-PONTY, 1964, *apud* LECHTE, 2003, p. 44). Do mesmo modo como não existe um corpo em-si-mesmo, também não existe uma percepção em geral. A percepção só existe conforme é vivida no mundo, não existindo em si mesma. Ela é sempre uma percepção incorporada, sendo o que é apenas num contexto ou situação específicos.

Para Merleau-Ponty (2005), este contato que se dá por meio da percepção acontece não de uma só vez e definitivamente, mas pela substituição de uma percepção pela outra, fazendo com que a “realidade” não pertença especialmente a nenhuma delas, mas a todas. Embora mutável e apenas provável, são “todas

verdadeiras”, pois são possibilidades do mesmo mundo. “Como resultado da natureza encarnada da percepção, o sujeito que percebe está sempre mudando, sempre passando por um processo de renascimento” (LECHTE, 2003, p. 44). Merleau-Ponty (1999, p. 18) nos esclarece:

O mundo fenomenológico é não o ser puro, mas o sentido que transparece na interseção de minhas experiências, e na interseção de minhas experiências com aquelas do outro, pela engrenagem de umas nas outras; ele é, portanto, inseparável da subjetividade e da intersubjetividade que formam sua unidade pela retomada em minhas experiências passadas em minhas experiências presentes, da experiência do outro na minha.

E “... essa certeza injustificável de um mundo sensível comum a todos nós é, em nós, o ponto de apoio da verdade” (MERLEAU-PONTY, 2005, p. 23).

Embora muito tenha sido proposto a favor de um rompimento com o paradigma dicotômico, este ainda impera na sociedade ocidental, estando presente nas diversas instâncias do nosso comportamento e permeando nossas relações. Citando novamente Greiner (2005, p.15-16), “a história do corpo, como todas as outras, não é seqüencial. Corre para frente, mas desestabiliza, o tempo inteiro, o passado, modificando-o e lançando projeções futuras”. Assim, muitos filósofos que questionaram os paradigmas cartesianos são citados e relidos, na tentativa constante de que suas propostas sejam atualizadas.

A história do corpo, no Ocidente, assim como a da dança, não conta apenas com pensadores deste “lado” do mundo, mas em diversos momentos históricos e, em especial, no século XX, momento em que se cruza e modifica-se pela contaminação do pensamento oriental, o qual corrobora com a visão não dualista.

O olhar do Oriente não estabelece separações entre corpo e mente, natureza e cultura, sujeito e objeto e assim por diante, compreendendo que estas instâncias coexistem, ao invés de se interporem. Em japonês, por exemplo, a palavra *shin* designa, ao mesmo tempo, mente, coração e espírito, pois todas constituem uma mesma idéia. O termo *shin-shin-toitsu* significa, na nossa linguagem, “unificação corpo-mente”.

Devido ao constante diálogo das técnicas e conceitos orientais com as ocidentais ao longo do processo de construção do corpo e do modo do corpo operar em cena de *Corpo Desconhecido*, proponho um breve diálogo entre estes dois modos de ver o mundo, com ênfase na cultura japonesa, a qual se manifesta no

movimento de dança Butô, dança nascida no Japão de pós-guerra e importante referência para este trabalho artístico.

1.1. OUTROS DIÁLOGOS: OCIDENTE-ORIENTE

Segundo Greiner (2000), a Restauração Meiji (1868-1912) apresentou oficialmente o Japão ao Ocidente, aguçando ainda mais o espírito de pesquisa presente na época em que os precursores da Dança Moderna começavam a questionar a supremacia do balé clássico. Este contato proporcionou, sobretudo aos europeus, uma nova gama de conhecimentos referentes à cultura japonesa. Este caminho, entretanto, não foi unidirecional, uma vez que os japoneses também sofreram o impacto da fascinação ocidental. Conforme Greiner (2000, p.25),

As novas gerações de artistas reagiram com rapidez. E a partir de 1910, os pioneiros da Dança Moderna japonesa decidiram trocar a tradição nipônica pelos encantos ocidentais.

O primeiro contato do Japão com o Ocidente ocorreu ao final do século XVI e os efeitos deste encontro foram sentidos no meio artístico com maior evidência nas artes plásticas, em especial, na pintura.

Entre 1600 e 1888, período correspondente à era Edo, o Japão fechou seus portos para as nações estrangeiras e o cristianismo foi proibido. Foi um momento bastante peculiar, em que o país esteve em paz durante mais de dois séculos. Nesta Era, foram adotadas medidas rígidas e conservadoras pelo poder dominante e, ao final do período, com a sua queda, os portos foram reabertos (JORNAL NIPPO-BRASIL, 2008).

Como mencionado anteriormente, na era Meiji o Japão foi apresentado oficialmente ao Ocidente e, assim como Greiner (2000) esclarece, este caminho também aconteceu na direção inversa. O Japão, neste período, sofreu uma ampla reforma e o processo de “ocidentalização” começa a ocorrer a olhos vistos, a exemplo da adoção do calendário ocidental. O maior impacto deste processo pode ser observado no campo da educação. Assim, o Japão foi submetido a uma total dominação pela mentalidade vinda do Ocidente, o que constitui uma ameaça à própria cultura nacional, pois, na tentativa de copiar os modelos ocidentais, este país

teria, necessariamente, de adaptá-los à sua tradição.

A tradição japonesa sempre conviveu ao lado das manifestações modernas, sem que uma eliminasse a outra. Contudo, neste momento histórico, segundo afirma Gunji (1985, apud. GREINER, 2000, p. 30), a “idéia era recriar formas artísticas antigas, tornando-as mais coerentes com o presente”. Assim, partindo das propostas estéticas ocidentais, no momento da passagem do século XIX ao século XX, e dos princípios da tradição japonesa, buscou-se um processo de renovação da dança japonesa.

Nas primeiras décadas do século XX técnicas de balé clássico foram levadas ao Japão para treinar os atores do Teatro Imperial e os kimonos foram substituídos por meias e sapatilhas. Outros estilos de dança ocidentais como o Flamenco e danças folclóricas de outros países também foram introduzidos na cultura do Japão.

Conforme citado, nesta troca de informações entre Japão e Ocidente este último também sofreu grande influência do Oriente na concepção das suas escolas modernas, haja vista os trabalhos de artistas como Ruth St Denis, Loie Fuller, Rudolf Laban, entre outros.

A influência alemã, no Japão, foi bastante significativa, por conta da Segunda Guerra Mundial. Baku Ishii e Michio Ito foram os pioneiros da primeira geração de artistas que deixou o país para estudar na Alemanha, principalmente, com Jacques Dalcroze e, mais tarde, com Mary Wigman, pioneira da Dança de Expressão.

Segundo Rodrigues (1999), o Butô surgiu no Japão no final da década de cinqüenta, como reação ao materialismo e à superficialidade do processo de ocidentalização cultural a que este país se submetia, ao mesmo tempo em que começa a transgredir suas próprias “convenções, gramáticas, didatismos, formas e estéticas comprometidas com o Japão tradicional e conservador” (BAIOCCHI, 1995, p. 18).

Conforme Baiocchi (1995), no período de pós-guerra e com os efeitos das bombas de Hiroxima e Nagasaki, a sociedade japonesa manifestava um sentimento ambivalente, com disposições antagônicas no conflito entre aceitar a América do Norte como modelo ou agarrar-se à sua tradição, a qual também estava sendo revista. Imperava, neste momento, uma sensação de impotência e desconforto.

O Butô, segundo sugere Greiner (2005), foi uma das experiências mais

dolorosas e lúcidas das primeiras décadas do pós-guerra, agindo como

[...] um operador cognitivo que desestabilizou pressupostos acerca da consciência humana, da relação entre a vida e a morte e da posição do homem frente à natureza, à cultura e aos objetos inanimados (GREINER, 2005, p. 2).

Seu início se deu com a apresentação da performance *Kinjiki (Cores Proibidas)*, com Hijikata Tatsumi e Yoshito Ohno, em 1959, em Tóquio. Concebida por Hijikata, o título foi dado a partir do romance homônimo de Mishima Yukio, grande amigo de Hijikata. Contudo, apenas alguns anos mais tarde esta obra foi considerada marco inaugural do movimento. Inicialmente chamado de Ankoku Butô, em que *An* significa escuro, sombrio e *koku*, escuridão, Ankoku Butô também ficou conhecido no Ocidente como dança das trevas.

Kazuo Ohno, pai de Yoshito Ohno, foi convidado por Hijikata para fazer parte deste movimento, tornando-se seu aluno e um dos principais representantes do Butô até hoje. Kazuo Ohno desenvolveu um modo próprio de fazer Butô e ficou conhecido internacionalmente por apresentar-se em muitos países, o que não aconteceu com Hijikata. Talvez, por este motivo, Kazuo Ohno seja considerado, no Brasil, símbolo do Butô, embora este tenha sido inaugurado por seu mestre.

Sempre que se busca definir a dança Butô corre-se o risco de cair em equívocos tais como os estereótipos, prejudiciais à compreensão do tema. Conforme Baiocchi (1995, p. 17), “como muitos conceitos japoneses, o Butô é definido pela sua própria evasão de uma definição”. Embora este movimento tenha uma clara relação com a dança, não está preso a ela. Segundo Hijikata (*apud* GREINER, 2000, p. 2), pode-se ver um quadro e dizer “isto é Butô”. O mundo das qualidades butô, explica Greiner (2000, p. 2), “não é dividido em gêneros e estilos determinados, mas em familiaridades de pensamentos e sensações”.

Hijikata não buscava “vocabulários” ou passos de dança, nem parecia ocupar-se do passado, assim como não se propunha a novidades. Segundo Tanaka (2002), os fundadores do Butô nunca quiseram se utilizar de técnicas pré-estabelecidas, pois diziam que a técnica viria, que a técnica não fazia a dança. As questões de Hijikata estavam relacionadas a outros assuntos, como o colapso do corpo, a exploração da consciência (e do inconsciente cognitivo), o enfrentamento da morte e a investigação de campos de percepção, temas ainda não

suficientemente pesquisados (GREINER, 2005).

Tanaka (*apud* BAIOCCHI, 1995, p.17-18) afirma que

[...] o Butô não é dança de época. Disseram que o Butô era a manifestação de um desejo de metamorfose. Eu não acho isso. O Butô lutou com o corpo pintado, mas o corpo se manteve cru. Tatsumi Hijikata não desejava nada.

Nas décadas que se seguiram à Segunda Guerra Mundial não havia mais condições para uma hegemonia ideológica; assim, o corpo não poderia ser mais subjugado a um conceito nacional. “Abrigado por cidades em ruínas, o corpo no Japão havia se tornado irreversivelmente plural” (GREINER, 2005, p. 4). O Butô, assim como outros manifestos artístico-filosóficos da época, apresentaram novos treinamentos, o que significava novos corpos e novos pensamentos no contexto da cultura japonesa.

O Butô penetra nas camadas mais profundas do corpo e vai ao encontro do que este adquire inconscientemente, segundo afirmava Hijikata, em busca de um mundo além das superfícies. Interessava-o estudar os movimentos que não dependiam do comando da mente. Em “Cores Proibidas”, mata uma galinha, separando a cabeça do restante do corpo para demonstrar como, mesmo após a sua morte, ela ainda continuava a se mover.

Tanaka (2002) conta que Hijikata procurava um outro tipo de beleza e perguntava-se por que os deficientes físicos não eram considerados belos, ou as pessoas pequenas, e por que a doença era considerada errada. Dizia que qualquer pessoa anônima, mesmo a mais fraca e sem energia, mesmo de cama, mas com um profundo sentido de ser humano, poderia ser muito bela quando dançasse.

O corpo do Butô surgiu sob a noção de “corpo morto”. Segundo Rodrigues (1999), o termo “morto” está longe da acepção que normalmente se atribui a ele. Morto porque se coloca como receptáculo do ambiente que o circunda,

[...] torna-se um ser receptivo, sem consciência própria, para que possa estar aberto para as experiências, os seres, os espíritos, os animais, os objetos que porventura queiram renascer e se expressar através dele” (RODRIGUES, 1999, p. 49).

Assim, o Butô rompe com a hierarquia do sujeito sobre os objetos inanimados, não se colocando como mais importantes do que eles. Conforme nos esclarece Rodrigues:

O corpo morto do Butoh [...] é uma profunda reafirmação do mundo que o cerca, com tudo que ele possua de belo, bom, desprezível ou grotesco... suas imperfeições e seus fluidos dão passagem para a expressão do mundo, e é por isso um corpo em perene estado de transformação, um corpo aberto e incompleto e que se refaz a cada performance sem, no entanto, completar-se. Estão ali presentes não só a expressão da contemporaneidade do homem japonês, mas também a sua verdade arcaica e seus questionamentos mais profundos (RODRIGUES, 1999, p. 51).

Segundo Greiner (2000, p. 3), “o objetivo era treinar o corpo para que estivesse apto a abrir mão de sua identidade em razão da possibilidade de deixar o ambiente e a imagem transformá-lo”.

A questão da expressão toma rumos muito distintos quando comparados à visão ocidental. Conforme explica Greiner:

Para Hijikata, a expressão era o nome daquilo que esqueceu a sua origem. Como ato, a origem surgiria no momento da sua própria impossibilidade e a expressão designaria uma espécie de secreção. Neste contexto, a origem nunca seria pré-existente ao ato, e sim por ele secretada, expressa, criada. Assim, a secreção seria sempre produzida por um corpo sem intenção nem vontade, como uma produção intransitiva parecendo um derramamento de si mesmo, distinto de qualquer forma e de qualquer produto. Esta secreção informe que emerge de si mesma, porque é fruto de uma auto-secreção, colocaria em jogo a própria idéia de origem e de raiz, assim como a noção de corpo como instrumento de alguma coisa, algo pronto ou dado (GREINER, 2005, p. 5).

Assim, o corpo, no Butô, está eternamente em crise de identidade, não se distinguindo do lugar onde se encontra e sendo sempre um processo, inacabado e perecível.

Conforme Greiner (2005, p. 8), “a grande contribuição do Butô não parece estar no modelo estético, que acabou se estabilizando, sobretudo após a divulgação pelo mundo ocidental”, mas no pensamento engendrado por uma geração de artistas japoneses que, especialmente nas décadas de sessenta e setenta, trabalhou com questões como a dissolução de si-mesmo e a garantia de uma singularidade das ações, a abertura para o outro e o mergulho nas profundezas do próprio corpo, a construção de mediações ainda não experimentadas com o ambiente, a desautomatização do organismo e a permanência do corpo vivo, a excreção da expressão e a vivência do vazio da morte, a perversão da motricidade comum e a recriação dos movimentos não controláveis, a subversão do tempo.

O Butô propõe, assim como outros treinamentos surgidos das experiências de meados do século XX, discussões presentes na filosofia e na biologia, indagando

o que é e como se experimenta o estado de ser vivo. Para Greiner (2005), o corpo submetido a esses treinamentos colapsa e, por este viés, o que colapsa do corpo são as fórmulas prontas. “O engessamento do saber descolado do fazer” (GREINER, 2005, p. 11).

No início deste capítulo identifiquei as tendências estéticas que serviram como referência para dialogar com o meu processo artístico até se chegar na obra *Corpo Desconhecido*. Meu percurso sofreu alterações que partiram de uma dança extremamente formal ou “abstrata” (balé) em direção a experiências mais orgânicas e “subjetivas”, passando também pela experiência da *paragem* (LEPECKI, 2005). O que constato, ao refletir sobre *Corpo Desconhecido* é que, embora possa ser considerada uma dança de caráter subjetivo e orgânico, assim como a Dança de Expressão, apresenta diferenças que a distanciam da estética europeia num ponto fundamental: a noção de expressão. Neste aspecto, Oriente e Ocidente não encontram correspondência. Conforme Greiner (2000), por muitos anos a tendência no Ocidente foi a de “expressar” claramente as idéias/emoções. No Japão, o corpo é purificado de toda a expressividade, mas como “uma forma de captar a morte”. E, segundo esta autora, é aí que reside a dificuldade de se recriar a estética Oriental. “Na ópera chinesa e no teatro Nô, o espelho é invertido. E tudo o que se vê no estágio mais apurado da arte de um grande ator oriental, grau de maravilha é o vazio” (GIROUX, 1991 *apud* GREINER, 2000, p. 37).

Corpo Desconhecido, por possuir similaridades com o pensamento Butô e por ter sido construído pela prática de algumas técnicas orientais, mesmo existindo num corpo ocidental carregado de uma “outra” história, segue em direção a novos olhares sobre o corpo e sobre dança, distintos daqueles que já vividos. A idéia de expressão contida na dança do começo do século XX fez parte de uma etapa de meu percurso artístico; porém, ao longo processo de construção do corpo e do modo do corpo operar em cena de *Corpo Desconhecido*, esta foi se desfazendo. Neste trabalho, o corpo não busca expressar uma idéia, mas a si próprio, fazendo cada vez menos, diluindo-se cada vez mais com o que está fora dele. *Corpo Desconhecido* não constitui uma estética oriental (talvez isso nem seja possível), mas certamente toca-a em alguns pontos cruciais. De outro modo, a idéia de *paragem* proposta por Lepecki (2005), parece se aproximar do Oriente ao olharmos para o teatro Nô, citado anteriormente. Segundo Fernandes (2002), em um dos momentos das peças do

teatro Nô japonês, aquele correspondente ao clímax da peça, muitas vezes o ator se encontra aparentemente imóvel, pois é nesta “imobilidade” que reside o máximo de sua mobilidade interna” (FERNANDES, 2002, p. 250). Da mesma forma, alguns treinamentos das artes marciais orientais, a exemplo do *Yiquan*, técnica chinesa e parte do processo de criação de *Corpo Desconhecido*, propõem a pausa do movimento externo (ou aparente) para que se possa encontrar um outro tipo de movimento, o movimento interno.

O corpo de *Corpo Desconhecido* sofre, portanto, influências do pensamento oriental, assim como dos processos históricos ocidentais, e será discutido a seguir, ao lado do modo como este (o corpo) opera em cena e do conteúdo do trabalho, a partir das idéias de transformação e integração. Estas constituem conceitos-chaves do arcabouço teórico-prático de Hackney, relevantes para este trabalho.

1.2. TRANSFORMAÇÃO

Vida é movimento e movimento, segundo Hackney (2002), implica, necessariamente, em mudança. *Corpo Desconhecido* é uma dança que pressupõe este inerente processo de mudança da vida, que objetiva ser capaz de estar em constante atualização, pois não pretende se tornar um estilo ou fixar modelos, mas recriar-se a todo momento, embora, neste caminho, muito conhecimento esteja sendo construído. Para tanto, também pressupõe um corpo que se percebe como processo incessante de transformação e que busca participar deste de forma consciente.

Quando Hackney (2002) diz que a essência do movimento é a mudança, explica que esta não acontece aleatoriamente, mas que, ao longo do processo de desenvolvimento do indivíduo, ela é relacional e padronizada. E, segundo Fernandes (2002, p.44), esse processo não se dá apenas no desenvolvimento do ser humano (ontogenético), mas “pode ser associado à evolução das espécies (filogenético), partindo de um organismo unicelular para um peixe, um réptil, até organizações mais complexas, como a dos mamíferos”. O processo de mudança é, portanto, manifesto nas diferentes formas de vida. Somos concebidos, crescemos e vivemos em constante mudança; a questão, segundo Hackney (2002), passa a ser o quanto queremos ativar nosso poder da escolha, de que maneiras poderemos mudar ou de

que maneiras interagiremos com ela.

Hackney (2002) explica como este processo de mudança acontece antes mesmo do nascimento. No útero, o bebê ainda constitui uma unidade indiferenciada com o ambiente que o cerca, o corpo de sua mãe. Cada célula está viva e envolvida no processo de nutrição, liberando o que não lhe é mais necessário. Tudo está em harmonia. Ao nascer, na continuidade da experiência do movimento, o bebê começa também a se nutrir do ar que entra diretamente nos seus pulmões. No movimento de recolher e expandir, crescer e diminuir da respiração, sua forma modifica-se constantemente. O bebê se sintoniza com seus impulsos internos; ainda é uma unidade sincronizada; é o padrão da Respiração Celular se manifestando.

Na medida em que seu corpo se abre e se fecha em relação ao seu centro (*navel center*), conexões corporais internas começam a ser padronizadas em frases de liberação e ligação/condensação de fluxo. Este constante movimento de expansão e encolhimento constitui o segundo padrão neurológico, a Irradiação Central (*Navel Radiation*). Relações vão sendo estabelecidas consigo mesmo e, gradualmente, em interação com o mundo externo, e sua forma vai sendo constituída no processo de diferenciação que começa a se manifestar. Na seqüência da progressão dos padrões seguem o Espinhal, o Homólogo, o Homolateral e o Contralateral, que permitem à criança prosseguir em seu desenvolvimento até caminhar. A criança, “durante seus primeiros anos de vida, move-se [portanto] de forma gradualmente mais complexa, organizando os padrões motores e estabelecendo a estrutura de seu sistema neuromuscular” (FERNANDES, 2002, p.44). O que, inicialmente, era um todo sem forma definida (*unformed*), torna-se diferenciado e cada diferenciação traz em si novas e criativas possibilidades de interação com o mundo.

Hackney (2002, p.16) lembra-nos, portanto, do que é fundamental no movimento:

- a. Mudança;
- b. Relação/Conexão;
- c. Padronização das conexões corporais.

a) Mudança - a essência do movimento é a mudança. Bartenieff ensinava que o processo da vida era um processo de aprender a viver com a mudança, e

Hackney pergunta como podemos nos educar ou nos preparar para viver este fato estável e suas implicações móveis. Respondendo a esta questão, diz que uma das coisas que podemos fazer é reconhecê-las, abraçá-las e incorporá-las às nossas vidas.

b) Relação/Conexão - O corpo é relação. Seres humanos, diz Hackney (2002), funcionam como seus cérebros, em pacotes associativos. O cérebro não tem um único pensamento sem que este esteja contextualizado em teias associativas. Estamos todos, inevitavelmente, conectados. Estamos integralmente ligados a vastas redes de conexões, sendo, cada um de nós, um ser, e cada um de nós pertencente a uma entidade comum.

c) Padronização das Conexões Corporais – fazemos conexões em nossos corpos por meio de padrões ou planos que nosso sistema neuromuscular desenvolve para poder executar seqüências de movimento, isto é, ativação habitual de caminhos musculares, os quais surgem para que uma necessidade ou intenção seja realizada/satisfeita. Maneiras habituais de organizar o corpo para lidar com relacionamentos no próprio corpo e com outras pessoas e o ambiente estão constantemente sendo tecidas no sistema neuromuscular.

Alguns padrões, como os reflexos primitivos, reação de endireitamento, reações de equilíbrio e a tendência de progredir através de estágios de desenvolvimento do movimento são construídos no sistema neuromuscular. Outros padrões surgem com os hábitos que escolhemos, posteriormente, na vida. Todo ser humano é fisiologicamente levado a satisfazer certas tarefas de desenvolvimento corporalmente, de forma a se tornar totalmente funcional e expressivo.

Segundo Hackney (2002), os seis estágios mencionados anteriormente são considerados como Padrões Fundamentais de Conexão Total do Corpo. São eles:

1. Respiração
2. Irradiação Central (Centro-extremidades/ *core-distal*)
3. Cabeça-cauda
4. Homólogo - Metade de cima metade de baixo (*upper-lower*)
5. Homolateral

6. Contralateral

Estes formam a base para nossos relacionamentos e conexões nas nossas vidas enquanto corpo (“*embodied*”). Eles provêm modelos para nossa “conectividade”.

Ainda segundo aquela autora, quando esses padrões não são alcançados o indivíduo desenvolve padrões compensatórios que podem não ser um suporte efetivo ao próximo estágio do desenvolvimento e podem levar a problemas físicos ou psicológicos, posteriormente. Mas, seja a padronização realizada em forma efetiva ou não, ela acontece enquanto o indivíduo cresce e se desenvolve.

Conscientes ou não, os padrões fundamentais de conectividade corporal se realizam no corpo. Cada um deles representa um nível primário de desenvolvimento e experiência, e cada um é relacional. Cada um organiza uma forma de relação consigo mesmo e com o mundo. Como seres humanos em progressão para um estágio integral, todos os estágios prévios de organização corpórea se tornam importantes e apropriados de acordo com o contexto.

Na medida em que tomamos consciência desses estágios de desenvolvimento corporal, reconhecemos que estamos a todo o tempo criando nossa própria existência encarnada (“*embodied*”).

Conforme dito anteriormente, padrões são planos que nosso sistema neuromuscular desenvolve para poder executar seqüências de movimento, isto é, a ativação habitual de caminhos musculares. A vida acontece sempre por padrões e no decorrer da vida esses padrões podem se fixar definitivamente, ou se transformarem. Fernandes (2005, p.67) explica que se podem distinguir dois tipos de padrões: os mutáveis, como os padrões de crescimento na natureza (citados acima), denominados pela autora de “cristalinos”, e os denominados por ela como “cristalizados”. Cristalizados no sentido de permanecer num mesmo estado, de não experimentar mudanças e por se tratarem de padrões fixos ou que procuram uma estrutura estável na rigidez corporal. Tais padrões podem atingir graus diferentes de cristalização, de rigidez, e são gerados pela relação entre todos os aspectos, incluindo o físico, o emocional, o espiritual, o mental, etc.

Os padrões que desenvolvi por hábito e que foram se cristalizando ao longo dos anos, foram norteados, basicamente, por uma visão dualista e fragmentada da vida – corpo em oposição à mente; cima em oposição ao abaixo; dentro ao fora;

interno ao externo; gordo ao magro; bailarino ao não bailarino; certo ao errado; vida separada da arte; corpo do ambiente, etc.

Corpo Desconhecido nasce, justamente, da necessidade de mudanças desses padrões por meio da reintegração do que, anteriormente, se considerava como “opostos”; da necessidade de torná-los mutáveis como os padrões de desenvolvimento que acompanham a vida, o crescimento, e que nos permitem evoluir como seres humanos integrados, parte do mundo em eterna transformação.

1.3. INTEGRAÇÃO

No seu estudo sobre Integração, Hackney (2002) ressalta o primeiro princípio dos Fundamentos Corporais Bartenieff, ou seja, a máxima de que “O corpo todo está conectado, todas as partes estão em relacionamento. A mudança em uma parte muda o todo” (p. 215, tradução livre). Este Princípio segue Laban que, segundo Fernandes (2002), partia de uma concepção de corpo que rompia com o binário corpo-mente, transformando oposições em relações de recíproca transformação, as quais se estendiam a todas as outras relações na dança. No lugar de dualidades, Laban trabalhava com a idéia de gradações ou de uma continuidade gradativa em constante transição. Assim, segundo Fernandes (2002, p. 247), Laban baseou sua teorias de movimento em um continuum entre polaridades, presentes tanto nas categorias que compõem seu sistema – Corpo, Expressividade, Espaço e Forma - como em grandes temas que as envolvem. Nestes temas, dois conceitos, tidos como opostos, de fato, constantemente influenciam e transformam um ao outro: Interno/Externo; Esforço/Recuperação; Função/Expressão e Mobilidade/Estabilidade, dos quais Interno/Externo e Mobilidade/Estabilidade serão estudados mais adiante neste trabalho.

Segundo Hackney (2002), Integração implica em manter integrada a essência das partes, provendo um todo relacionado. Integração, para ela é fazer as partes do corpo funcionarem cooperativamente para criar uma interação com o todo. É muito tentador entender essa integração como uma coisa única, não diferenciada, renunciando à complexidade e voltando a um conceito ultrapassado. Conforme dito anteriormente, antes do nascimento o bebê é uma unidade indiferenciada com o ambiente que o cerca, isto é, com o corpo da mãe, mas após o nascimento o bebê

inicia um processo de diferenciação. Assim, conforme Hackney (2002), diferenciamos para Integrar. Segundo Hackney (2002), o processo de re-integração deveria acontecer logo após o processo de diferenciação. Portanto, para a autora, Integração constitui a unidade depois da diferenciação. A autora diz que é preciso olhar cada parte, mas não isoladamente e, sim, em relação com o próprio corpo e ao que está fora dele. Ela ressalta a importância de conhecermos as funções de cada parte do corpo, as quais reconhece como diferentes – cima/baixo, esquerda/direita, dentro/fora, as quais denomina como pólos, que possuem funções específicas.

As polaridades estão sempre conosco e servem-nos de maneira útil no processo de diferenciação. A clara definição dos opostos serve de guia e dá forma às nossas vidas quando temos que fazer distinções para poder crescer e progredir. Perceber estas distinções e as diferenciações das funções no movimento que acontecem com o desenvolvimento é muito enriquecedor para o corpo, pois se pode conquistar mais, corporalmente. É necessário ser diferenciado para poder ter conectividade. O conceito de conectividade não tem significado sem a diferenciação. Contudo, se nunca se vai além das polaridades, diz a autora que nos sentimos aprisionados e incapazes de estar presente como uma pessoa inteira.

Conforme Hackney (2002), as diferenças só fazem sentido na relação com o próprio corpo e com o que está fora dele. Põe em evidência a importância de mantermos a correlação e conexão de cada uma dessas partes com as demais e com o todo, com a Vida. Para ela, o que é realmente importante é saber o que o conhecimento do corpo e como ele deve se correlacionar no meu movimento e o que isto significa para minha vida, para meu mundo, hoje. Ainda segundo a mesma autora, o mais importante é que nos engajemos nas questões mais importantes para cada um de nós, isto é, como posso usar minhas habilidades para fazer minha vida mais rica, plena e significativa.

Eu sou Corpo, Espírito, Emoção e Intelecto Encarnado.

Eu sou rica em meu Âmago, enquanto altamente articulada ao meu Limite Periférico.

Eu sou conectada interiormente.....expressiva externamente.

Eu abraço o todo, permitindo minhas partes serem articuladas e interconectadas.

Eu pergunto: Como posso usar minhas habilidades para conduzir a uma vida

mais significativa?

Como podem minhas habilidades enriquecer a vida?

(HACKNEY, 2002, p.207, tradução livre).

Na minha experiência, integrar significou ir além das polaridades, partindo do processo de reintegração do corpo consigo mesmo e deste com o mundo e com a vida. *Corpo Desconhecido* é a concretização deste processo e para fundamentar esta idéia que se manifesta na construção do corpo e no seu modo de operar em cena nesta obra, crio termos que têm o intuito de designar relações que, pelo olhar dualista, seriam consideradas relações de oposição, mas vistas de maneira integrada, de fato constituem relações de recíproca transformação (FERNANDES, 2002), assim como no Sistema Laban. Isto quer dizer que, embora os aspectos que constituem estas relações sejam distintos, não estão separados, mas influenciam-se mutuamente em contínua interação.

- *CorpoMente/ EmoçãoRazão;*
- *CorpoAmbiente/ InternoExterno;*
- *MoverPausar;*
- *VoluntárioInvoluntário/ ConscienteInconsciente.*

1.3.1 *CorpoMente/ EmoçãoRazão*

Ao contrário da história de séculos de dualismos, de Platão a Descartes, que separam corpo de alma e mente de corpo, e na qual uma suposta essência humana não palpável transforma o corpo em objeto, propõe-se, neste trabalho, um olhar mais atualizado. Mais atualizado, porém não tão recente, uma vez que há mais de um século, em nossa cultura, outros modos de ver o mundo, que buscam uma direção contrária a essas dualidades, têm sido colocados. O corpo, em *Corpo Desconhecido* deixa, portanto, de ser constituído pela idéia de uma essência física e palpável em oposição à outra, abstrata e invisível.

Este “novo” paradigma tem suporte na Educação Somática, campo de estudos do corpo que o aborda a partir da inter-relação de todos os seus aspectos. Segundo Fernandes (2002, p.29), todos os sistemas corporais (músculo esquelético,

nervoso, sanguíneo, endócrino e assim por diante), bem como “os emocionais, mentais e espirituais, relacionam-se num contínuo processo de influência e alteração”.

Laban (1988), um dos responsáveis pelo desenvolvimento da Educação Somática, explica que a expressão “fazer um esforço” normalmente significa gastar uma considerável quantidade de energia mental ou física de maneira a realizar um objetivo. Diz ainda que ninguém é capaz, no entanto, de exercer sua força muscular, do pensamento ou do seu sentimento, separadamente. O fato do pensamento intenso causar fadiga corporal e esta exaustão física acontecer, freqüentemente, devido ao esforço emocional, mostra que o esforço físico também é contido no esforço da mente. Similarmente, a energia neuro-muscular não pode ser despendida na ação corporal sem alguma participação do esforço mental-emocional. Portanto, fazer um esforço envolve o indivíduo inteiro. O termo Esforço, no Sistema Laban, refere-se ao desejo de satisfazer uma necessidade ou esforço organizado para se atingir algo, impulso, força motriz. Ele representa o ímpeto ou impulso do organismo de se fazer conhecido por meio do movimento.

O olhar oriental, que há muito colabora com este paradigma, pode ser expresso pelas palavras de Nishino (1997), ao explicar que é preciso reconhecer que a essência da aprendizagem consiste na integração entre os campos mental e físico, o que, para ele, significa “cultivar o *Ki*”, ou seja, cultivar a força vital. Portanto, o corpo só pode ser cultivado na integração desses dois aspectos. Diz o autor que o cérebro e o corpo estão unidos e a verdade que podemos “saber” sobre a nossa existência está diretamente conectada à qualidade de experiência da vida. Compreendo que esta qualidade esteja relacionada aos níveis de relacionamento dos diversos aspectos que integram o corpo e a relação deste com o mundo que o cerca, pois Nishino usa o termo “saber” não como algo derivado puramente da nossa razão, mas de uma experiência corporal profunda.

A ciência, assim como a filosofia e as artes, também vem contribuindo muito com o paradigma não dual por meio dos estudos do cérebro. O neurocientista António Damásio nos esclarece, assim:

A compreensão cabal da mente humana requer a adoção de uma perspectiva do organismo; que não só a mente tem de passar de um *cogitum* não físico para o domínio do tecido biológico, como deve também ser relacionada com todo o organismo que possui cérebro e corpo integrados e que se encontra

plenamente interativo com um meio ambiente físico e social (DAMÁSIO, 1996, p. 282).

Damásio (1996) faz uma abordagem exploratória a partir de testes empíricos aplicados em alguns de seus pacientes com lesões cerebrais, bem como a partir do estudo de outros casos relatados pela história da medicina ocidental, e acaba por formular algumas hipóteses que concernem às correlações entre mente e corpo, razão e emoção. Para tanto, como recurso didático, o autor distingue cérebro, mente e corpo propriamente dito. O corpo propriamente dito ou apenas corpo (como abreviação) refere-se a todo o organismo com exceção do tecido nervoso (sistema nervoso central e periférico). Cérebro é o termo utilizado pelo autor como a abreviação de sistema nervoso.

Damásio (1996) explica que o cérebro e o corpo estão indissociavelmente integrados por circuitos bioquímicos e neurais recíprocos dirigidos um para o outro. Existem, portanto, duas vias principais que os conectam e que transmitem informações de todas as partes do corpo para o cérebro e do cérebro para todo o corpo. Explica também, que existe outra via, mais antiga em termos evolutivos, que é a corrente sanguínea, a qual transporta sinais químicos. Assim, de uma maneira simplificada, Damásio (1996) revela a complexidade das relações que se processam em nosso organismo no qual cada músculo, articulação ou órgão interno, ou seja, praticamente todas as partes do corpo podem enviar sinais para o cérebro através dos nervos periféricos. As substâncias químicas que resultam da atividade do corpo, por meio da corrente sanguínea podem alcançar o cérebro e influenciar seu funcionamento, diretamente ou pela estimulação de locais cerebrais especiais. Na direção oposta, o cérebro pode atuar em todas as partes do corpo por intermédio dos nervos, isto é, por meio do sistema nervo autônomo (visceral) e do músculo-esquelético (voluntário). O cérebro também atua no corpo por meio da produção (ou da ordem para se produzir) de substâncias químicas que são liberadas na corrente sanguínea. Assim, o autor esclarece que entender a relação corpo-cérebro como um organismo indissociável constitui, ao contrário de um exagero, uma simplificação, uma vez que o cérebro está constantemente recebendo sinais do corpo e, em alguns de seus setores, de parte de sua própria estrutura, as quais também recebem sinais do corpo (DAMÁSIO, 1996).

Ainda segundo Damásio (1996, p. 114), “O organismo constituído pela parceira cérebro-corpo interage com o ambiente como um conjunto, não sendo a

interação só do corpo ou só do cérebro”. O autor explica, assim, que organismos complexos como os nossos não apenas interagem com o ambiente, gerando respostas externas espontâneas ou reativas que, no conjunto, são conhecidas como comportamento, mas também geram respostas internas, algumas constituindo imagens (visuais, auditivas, somatossensoriais⁶), as quais o autor postulou como sendo a base para a mente. Damásio (1996) esclarece que nem todos os organismos possuem cérebro e, mesmo aqueles que possuem, não necessariamente possuem uma mente, pois estes podem não possuir a condição essencial: “a capacidade de exibir imagens internamente e de ordenar essas imagens num processo chamado pensamento” (DAMÁSIO, 1996, p. 115-116). Mente, para este autor, significa fenômenos mentais, cognição ou processos cognitivos.

As explicações dadas por Damásio (1996) de que corpo e cérebro estão indissociavelmente interligados e que, a partir desta relação organismos mais complexos constituem o que chamamos por mente, justifica sua formulação, citada acima, de que

[...] a compreensão cabal da mente humana requer a adoção de uma perspectiva do organismo; que não só a mente tem de passar de um *cogitum* não físico para o domínio do tecido biológico, como deve também ser relacionada com todo o organismo que possui cérebro e corpo integrados (DAMÁSIO, 1996, p. 282).

Segundo este autor, “existimos e depois pensamos e só pensamos na medida em que existimos, visto o pensamento ser, na verdade, causado por estruturas e operações do ser” (DAMÁSIO, 1996, p. 279).

Damásio (1996), durante seus estudos de caso, chegou a outras hipóteses que fundamentam a idéia de que a razão ou as atitudes consideradas pelo ser humano como racionais estão intimamente associadas às emoções, porém, não da maneira como normalmente pensamos. O autor coloca ser senso comum que, sob certas circunstâncias, as emoções podem perturbar o raciocínio, especialmente nos casos de experiências emocionais excessivas. Isso faz com que, habitualmente, consideremos as emoções como um parceiro do nosso pensamento racional, dispensável e imposto pela natureza.

⁶ “O sistema somatossensorial é responsável tanto pelo sentido externo do tato, temperatura e de dor, como pelo sentido interno da posição das articulações, estado visceral e dor” (DAMÁSIO, 1996, p. 90).

Nos doze casos analisados pelo autor e outros cientistas foi identificado que, embora os pacientes com lesão cerebral conservassem as capacidades intelectuais intactas, eram incapazes de escolher as ações mais vantajosas para suas vidas; isto é, após a lesão tornaram-se incapazes de tomar decisões “racionais”.

Os resultados de todos os testes aplicados nos doze pacientes identificaram que o conhecimento social, o acesso a tal conhecimento, o raciocínio, a atenção ou a memória de trabalho relativo ao processamento do conhecimento de fatos necessários para tomar decisões nos domínios pessoal e social não estavam comprometidos. Isto sugeriu que a deficiência na capacidade da tomada de decisão não poderia ser atribuída a essas faculdades, que normalmente são associadas à razão.

Damásio (1996) percebeu, nas consultas com um de seus pacientes, que este apresentava comprometimento das emoções e dos sentimentos, como se sua vida emocional estivesse empobrecida. Começou, então, a pensar que a frieza do raciocínio de seu paciente “impedia-o de atribuir diferentes ‘valores’ às opções, tornando a sua paisagem de tomada de decisões desesperadamente plana” (DAMÁSIO, 1996, p. 76).

A partir desses estudos, percebeu que a capacidade de raciocínio e a experiência de emoções reduziam-se em conjunto, concluindo que as limitações no raciocínio e nas tomadas de decisão estavam diretamente relacionadas com as limitações das emoções e sentimentos. Segundo comenta Damásio (1996, p. 78), “*a redução das emoções pode constituir uma fonte igualmente importante de comportamento irracional* (itálico do autor)”. Ou seja, ao contrário do senso comum que considera as emoções como um parceiro dispensável do pensamento racional, estas são, de fato, determinantes para a preservação da nossa capacidade de raciocínio.

1.3.2. *CorpoAmbiente/ InternoExterno*

Nishino (1997) explica que, em japonês, a palavra “pessoa” ou “corpo humano” é composta dos caracteres para “pessoa” (*hito* or *nin*) e dos caracteres para “entre” (*ainda, kan, gen*). Portanto, a palavra pessoa (*ningen*) significa “entre pessoas”, o que quer dizer que não existimos como entidades separadas do outro,

ao contrário, constituímo-nos na relação.

Para Hackney (2002), tornamo-nos o que somos, seres incorporados pelo processo de mover/mudar que se dá por meio das conexões que fazemos em nós mesmos e na inter-relação com o mundo. Como nos esclarecem Fernandes e Greiner:

Não funcionamos separadamente como partículas, e sim como campos interconectados de energia, em sua maior parte do tempo invisível aos olhos humanos. Não somos indivíduos separados uns dos outros e do espaço e nosso redor. Existimos em coletividades rítmicas de células, moléculas, corpos, planetas, galáxias; determinadas por afinidades energéticas onde ocorre a constante troca de informação que altera a todos" (FERNANDES, 2005, p.66).

[...] o que importa ressaltar é a implicação do corpo no ambiente, que cancela a possibilidade de entendimento do mundo como um objeto aguardando um observador. Capturadas pelo nosso processo perceptivo, que as reconstrói com as perdas habituais a qualquer processo de transmissão, tais informações passam a fazer parte o corpo de uma maneira bastante singular: são transformadas em corpo. E como o fluxo não estanca, o corpo vive no estado do sempre-presente, o que impede a noção do corpo recipiente... a relação ambiente/corpo era, como em toda a dança, de troca intensa e recíproca e não de causa/efeito (GREINER, 2005, p. 130 e 1998, p.30).

Segundo Fernandes (2002, p.247), o Tema Interno/Externo, parte do Sistema Laban, refere-se à relação entre o universo interno do indivíduo (corpo, sensações, imagens, experiências, etc.) e o externo (espaço, meio ambiente, outras pessoas, objetos, acontecimentos sociopolíticos, etc.), em recíproca alteração e redefinição. O ser humano não é uma ilha que se expressa para fora, mas é formado por elementos internos em interação com os externos.

Esta relação é expressa pelo Sistema Laban a partir do conceito de Espaço Interno ou, ainda, Forma ou Relacionamento (conceito desenvolvido por Warren Lamb, 1979, discípulo de Laban) que, segundo Fernandes (2007) constitui o volume do corpo. A autora diz que, contrariamente ao que se poderia (pré)determinar, este Espaço *Interno* é sempre dinâmico e em inter-ação. Assim, passamos a perceber "interno" como necessariamente relacional, ao invés de uma essência transcendente *a priori* e isolada. No Sistema Laban, os Modos de Mudança de Forma (*Modes of Shape Change*) podem ser de três tipos:

- Forma Fluida - relacionamento do corpo consigo mesmo, adaptando sua forma e mudando as distâncias entre suas partes e volumes internos;

- Forma Direcional - projeção do volume do corpo em linhas e curvas, cortando o ambiente bidimensionalmente;
- Forma Tridimensional - relacionamento tridimensional do corpo com/no ambiente, simultaneamente moldando-se e sendo moldado como uma escultura em criação.

Estas fases desenvolvem-se juntamente com os Padrões Neurológicos Básicos, na infância, e vão se sedimentando em preferências individuais, e conforme o contexto sócio-político étnico e de gênero, até a fase adulta. Portanto, ao longo de todo o processo de crescimento do indivíduo, o corpo ou o Espaço Interno é constituído, necessariamente, pelo dentro e o fora, o interno e o externo, processo este, que não cessa e, portanto, constrói e re-constrói o corpo a todo instante.

Em *Corpo Desconhecido*, quando estou em cena, vivencio a integração do corpo com o próprio corpo e deste com o ambiente à medida que percebo meus pensamentos e emoções, assim como as informações que vêm do ambiente por meio das sensações físicas. Estas, por sua vez, suscitam novos pensamentos, emoções e sensações e este movimento incessante é vivenciado pelo corpo todo, alterando-o, transformando-o a cada instante. Danço a partir dos meus sentidos (tato, olfato, paladar, visão, audição, propriocepção/ cinestesia); danço a experiência presente, não mais um modelo pré-concebido. Não nego as percepções desagradáveis, incluo-as, integro-as. Tudo o que percebo se torna dança.⁷

1.3.3. *MoverPausar*

Na obra *Corpo Desconhecido*, a relação entre mover e pausar se explicita. Em pé, em cena, proponho pausar, pausar para perceber tudo o que já move. Assim, permito-me perceber o que normalmente não perceberia se estivesse ocupada em produzir movimentos. Percebo o corpo vivo que, em pausa, modifica-se a cada instante. Portanto, o que normalmente entenderíamos por ausência de movimento manifesta-se, justamente, pelo contrário, com a presença de muitos movimentos, embora estes possam ser quase invisíveis ao olhar. Um dos Temas do Sistema Laban, Mobilidade-Estabilidade, diz respeito a esta relação. Conforme

⁷ A descrição completa da cena pode ser encontrada no terceiro capítulo dessa dissertação.

Fernandes (2002, p.250), “a Estabilidade não significa falta de movimento. Mesmo o conceito de ‘ficar parado de pé’ é dinâmico, incluindo uma contínua e sutil alternância entre Mobilidade e Estabilidade para manter o equilíbrio”. Embora a cultura ocidental se identifique mais com a Mobilidade, Hackney (2002) esclarece que a questão é não cair nas oposições, movendo-se desenfreadamente ou parando de se mover totalmente. Estes dois pólos estão numa relação interativa e a “Integração, neste acaso, tem a ver com encontrar um tipo de Mobilidade que seja mais ‘saudável’ e um tipo de Estabilidade que forneça suporte ao invés de rigidez” (HACKNEY, 2002, p. 210, tradução livre). Fernandes (2002) explica que no teatro *Nô* japonês é justamente na aparente imobilidade do ator que reside o máximo de sua mobilidade interna; portanto, “o grau de estabilidade externa indica o grau de sua mobilidade interna” (FERNANDES, 2002, p. 250), e é esta relação que constitui a integração entre estes dois pólos. Na Análise Laban de Movimento, esta aparente imobilidade é definida como Pausa Dinâmica (*Dynamic Stillness*). Conforme discutido no início deste capítulo, não existe vida sem movimento, e a questão é compreender de que tipo de movimento se está falando e de como eles operam.

Em *Corpo Desconhecido*, o modo pelo qual o corpo se organiza para dançar busca responder à pergunta: antes de se fazer alguma coisa, o que já está acontecendo? Compreendendo-se que o termo “fazer”, nesta pergunta, está relacionado ao nosso conceito mais usual - um fazer intencional, ou ainda, uma intenção consciente, voluntária de mover.

Assim, a atitude de não mover abre espaço para a percepção do que já está se movendo, mas que normalmente ignoramos – o corpo vivo e seu movimento inerente, mesmo na aparente imobilidade. Isto implica em outras duas relações, as quais foram escolhidas para se falar deste trabalho, que são: *Voluntário/Involuntário*; *Consciente/Inconsciente*.

Na experiência criativa de responder à questão, surgem três procedimentos que podem ser explicados por Cohen (1993) e pela Técnica de Alexander. São eles:

- a) Foco pré-motor (percepção)
- b) Inibição
- c) Direção

Estes três procedimentos implicam em operações distintas do corpo e por

meio das quais percebem-se movimentos que, em si, tradicionalmente, não são compreendidos como movimento dançado. Isso porque estão mais relacionados com a preparação do movimento do que com o seu resultado, e que são: movimento interno/ micromovimento e respiração celular/ fluxo de energia. Estes dois subitens são analisados no item 1.3.4. *Voluntário/Involuntário*.

a) Foco pré-motor (percepção)

O primeiro procedimento é o de perceber e, conforme Cohen (1993), perceber é, também, mover. Segundo a autora, nossa percepção, isto é, a interpretação de movimento depende de todas as nossas experiências prévias de movimento, assim como para qualquer outro sentido. Desenvolvemos expectativas pré-concebidas baseadas em como percebemos informações similares em experiências passadas. Estas experiências, portanto, precedem a nova entrada de informação (*input* sensorial). Assim, Cohen propõe uma primeira fase adicional ao circuito sensorio-motor:

Expectativas pré-concebidas – *input* sensorial – interpretação perceptiva – planejamento motor – resposta motora – *feedback* sensorial – interpretação perceptiva/perceptual.

A segunda fase que a autora considera essencial para a expansão do nosso potencial de escolha está baseada na nossa habilidade de direcionar nossos órgãos dos sentidos (focar). Cohen considera este direcionamento da atenção como uma ação motora, que é o componente motor da percepção; ele constitui a habilidade motora de escolher quais aspectos dos estímulos que chegam até nós serão absorvidos ou aos quais prestaremos atenção. Este foco pré-motor pode ser visto como motivação, desejo, atenção ou percepção discriminada. O circuito motor engloba, então, mais uma fase:

Expectativas pré-concebidas – **foco pré-motor** - *input* sensorial – interpretação perceptiva – planejamento motor – resposta motora – *feedback* sensorial – interpretação perceptiva/perceptual.

Cohen (1993) explica porque esta fase não pode ser chamada de fase pré-focal, pré-sensorial ou de planejamento sensorial, porque se trata de uma ação motora. É uma decisão *ativa* sobre quais estímulos deixaremos entrar. Entretanto, esta “decisão *ativa*” é normalmente inconsciente, baseada nas experiências prévias. Porém, se ela se torna consciente, pode alterar nossa maneira de perceber.

Assim, o primeiro movimento que acontece na experiência de *Corpo Desconhecido* é o movimento da percepção. Em cena, não produzo movimentos intencionalmente. Pauso, mas amplio a percepção. Escolho olhar, o quê olhar e quando olhar. Direciono minha atenção para o momento presente pelos meus sentidos: corpo, ambiente, *CorpoAmbiente*. Movo, portanto, minha atenção, minha mente, meu *CorpoMente*.

À medida que decido olhar, decido também, dizer “não” a qualquer resposta padronizada ou a respostas que possam produzir movimentos que não sejam muito pequenos, uma vez que o modo do corpo operar em cena acontece apenas por micromovimentos. Esta ação mental de dizer não, que acontece no corpo todo, é denominada Inibição na Técnica de Alexander e constitui o segundo procedimento de *Corpo Desconhecido*.

b) Inibição

Alexander, sempre calcado no poder de decisão consciente do ser humano, dizia que “no homem, o cérebro, antes de ser um instrumento de ação, tem de ser um instrumento de preparação” (GELB, 2000, p. 74). Alexander baseou todo o seu trabalho na idéia de que o pensamento já é uma ação, por isso dá ênfase ao aspecto anterior à execução do movimento, o seu planejamento.

Todo o trabalho de Alexander está focado no momento que antecede a “resposta motora”, trabalhando na alteração do “planejamento motor”, fases do circuito motor, citados acima.

Segundo Carrington (1995), quanto se diz “não”, quando o corpo busca não fazer nada, não é uma questão de apenas não mover, o que poderia levar a uma fixidez, mas se trata de permitir-se ficar consigo mesmo (*leave alone*) e deixar as coisas (simplesmente) acontecerem por si só (aquelas que constituem o nosso viver).

Inibição, para Alexander, é um lapso de tempo criado entre o estímulo e a

reação; é a capacidade de parar e adiar as reações até que se esteja adequadamente preparado para produzi-la.

Garlick (1990) explica que o desejo ou intenção de fazer algo origina-se no nosso consciente, no córtex cerebral. No instante seguinte, o impulso gerado pelo estímulo deste desejo dirige-se aos centros mais profundos do cérebro que formam o subconsciente ou o inconsciente. Se nada é feito para interromper a ativação dos programas existentes, a resposta corporal resultante será a habitual, na maioria das vezes inapropriada, isto é, ineficiente, não harmoniosa. Inibição foi a chave que Alexander descobriu para evitar esses processos inconscientes de pegarem seus caminhos pré-estabelecidos, o que, neste trabalho, chamo de padrões. O padrão habitual seria o programa que é sempre acionado no momento em que é dado um estímulo.

A ativação subconsciente de um programa de ação muscular pode ser interrompida se dissermos “não, não da forma habitual”. Na Técnica de Alexander, diz-se “não” a qualquer resposta imediata a certo estímulo, interrompendo-se a resposta automática para, então, conscientemente, dar novas direções mentalmente, ou seja, reiniciar um novo programa de forma que o corpo esteja apropriadamente preparado para executar algo.

Vale ressaltar que a Inibição, no sentido proposto por Alexander, não deve ser confundido com o conceito freudiano, que se refere à supressão, pelo superego, de um desejo instintivo (GELB, 2000). Trata-se de uma advertência simples “pare, olhe, ouça”, baseada no funcionamento natural do organismo. Alexander descobriu que se alguém se recusa a reagir de forma habitual, o corpo funcionará adequadamente, garantindo o melhor equilíbrio possível entre corpo e mente.

Segundo Carrington (1995), não-fazer é uma base indispensável para o fazer. Quanto se está fazendo alguma coisa, quer-se assegurar o melhor possível de que o que se está fazendo está apropriado, que se está usando a quantidade de energia necessária e que isso está de acordo com o que realmente se tem a intenção de fazer. E isto somente acontece quando se tem um parâmetro para aferição deste “esforço”, que está na percepção do não esforço.

c) Direção

Se a Inibição é a capacidade de parar e adiar as reações até que se esteja

adequadamente preparado para produzi-las, estar “adequadamente” preparado significa que, após a inibição da ação habitual, dá-se uma outra “direção”, mais adequada, a partir da qual o movimento poderá ocorrer. Segundo Garlick (1990), após a inibição pode-se fazer uma escolha consciente dentre várias opções: não agir, não “fazer” nada externamente, enquanto se continua a fornecer as “direções” mentalmente; fazer algo diferente do que foi planejado ou executar a ação planejada. Esta tomada de decisão de como operar, de como continuar, é que constitui o conceito de Direção identificado por Alexander – uma reprogramação da resposta motora, um novo “planejamento motor”.

No trabalho *Corpo Desconhecido*, a decisão inicial de dizer “não” ao movimento constitui, justamente, o espaço e tempo necessários para que outras formas de movimento se expressem. Não se trata, portanto, de endurecer o corpo, nem tampouco negar ou reprimir os estímulos por movimento que surgem. A pausa de *Corpo Desconhecido* implica num processo de percepção, o que, segundo Cohen, já constitui uma ação; uma ação que pode ser considerada mental, mas que ocorre no corpo todo, uma vez que mente e corpo não estão separados.

A idéia de Direção também pode ser comparada ao conceito de Intenção (*Intent*), utilizado no Sistema Laban/Bartenieff. Segundo Hackney (2002), a “intenção” é normalmente usada em termos do uso do Corpo e suas partes, intenção em relação ao Espaço, Expressividade e Forma. A Intenção é uma parte do estágio de preparação do movimento e é neste ponto crucial que o cérebro está formulando (mesmo por uma fração de segundo) o plano motor que, eventualmente, será realizado em/por uma ação. No entanto, diz Hackney (2002), esta intenção não precisa ser consciente para ser operante. Mas, se clarificarmos a intenção, isto pode produzir resultados notáveis em padrões motores.

Este olhar corrobora com os estudos tanto de Cohen quanto de Alexander, que focam a preparação do movimento e que propõem a tomada de consciência desta para alcançarmos mais possibilidades de movimento e, portanto, de interação com o mundo.

Em cena, o corpo pausa para perceber o que já move, pausa para não perpetuar hábitos. Quando proponho não mover é que percebo a infinidade de estímulos que me levam a mover-me. Digo “não” a cada instante, digo “não” ao conhecido; redireciono o impulso por movimento para o corpo todo por meio de micromovimentos e aguardo.

1.3.4. *Voluntário/Involuntário / Consciente/Inconsciente*

A relação *Mover/Pausar* implica em observar, como dito antes, a natureza dos movimentos, as diferentes maneiras como estes se operam no corpo.

Na obra *Corpo Desconhecido* evidencia-se o fato de que nem todos os movimentos são conscientes; pelo contrário, a maioria não o é e, também, não dependem, necessariamente, da nossa vontade. Em cena, quando o corpo não mais produz movimentos pela intenção consciente, o que se manifesta são infinitos movimentos não submetidos ao comando da vontade. Em pé, em cena, pauso e percebo o corpo que respira, oscila, pulsa, vibra. Para demonstrar estas formas do corpo operar, trago, resumidamente, uma explicação sobre o sistema nervoso do ser humano.

Segundo Cohen (1988), o sistema nervoso pode ser compreendido a partir de duas ramificações: o sistema nervoso autônomo e o sistema nervoso somático. O primeiro controla as funções normalmente não submetidas ao controle consciente, envolve respostas do coração, intestinos, tracto urogenital, vasos sanguíneos e glândulas endócrinas que recebem inervação como os órgãos, glândulas e veias, e possui dois aspectos mutuamente complementares: o sistema nervoso simpático e o parassimpático. O segundo está relacionado aos impulsos sensitivos e respostas motoras da musculatura esquelética e possui dois aspectos que o integram: o sistema nervoso central e o periférico.

Para Jewell (1994), a função do sistema nervoso central (SNC) pode ser considerada um produto cumulativo da evolução. O mais primitivo sistema nervoso, de ação reflexa, provia a homeostase: regulação do *milieu* interno (regulação dos órgãos) e proteção do organismo de seu ambiente, ou seja, sobrevivência interna e externa. A sobrevivência externa é a capacidade de perceber o perigo e reagir a ele, como, por exemplo, o reflexo flexor de retirada de um membro caso algo o ameace. Segundo Rasch (1991, p. 46), “um reflexo é uma contração muscular involuntária ou secreção glandular resultante de uma estimulação sensitiva”, e grande proporção das ações corporais é de natureza reflexa. O SNC também provê a capacidade do organismo de manter-se a si próprio, encontrando as posturas adequadas à sua sobrevivência, provendo informações sobre a posição das partes do corpo entre si e as relativas ao “endireitamento” – posição em relação à gravidade e ao meio externo. E Jewell (1994), assim como Laban, lembram que postura é um conceito

dinâmico, sofrendo alterações constantes à menor perturbação.

No caso do ser humano, o SNC é mais evoluído, portanto, mais complexo. À medida que os organismos estão mais elevados na escala evolucionária, pode-se observar que as funções tendem a ser mais controladas pelos centros superiores, em especial o córtex cerebral. O organismo requereu, na sua evolução, a produção de movimentos orientados para metas e dependeu de sistemas sensoriais capazes de prover informações discriminadas.

Percebe-se que grande parte das funções orgânicas é involuntária (sobre a qual não se tem nenhum controle) ou independe do comando direto da vontade. Muitas delas, como a circulação sanguínea ou a resposta à gravidade, acontecem independentes da nossa consciência.

Um fator importante, no que concerne à construção do corpo, seja por motivos artísticos ou de implemento da saúde, é que mesmo o sistema nervoso autônomo, que controla as funções normalmente não submetidas ao controle consciente, segundo Cohen (1988), pode ser ativado por técnicas corporais específicas. A ativação do sistema nervoso simpático direciona a atenção para o ambiente, podendo manifestar um aumento da percepção externa orientada – visão, audição, olfato, etc. –, bem como do tônus muscular. Técnicas de meditação, visualização e percepção sensorial são expressões da ativação do sistema nervoso parassimpático, que faz a consciência voltar-se para o próprio.

A ativação desses sistemas contribui, portanto, para a construção de um corpo cuja dança acontece justamente no trânsito entre o dentro e o fora, entre o corpo e o ambiente. A descrição das técnicas utilizadas nesta construção encontra-se no capítulo II.

a) Respiração Celular/ Fluxo de energia

O ato de pausar, em *Corpo Desconhecido*, que implica em perceber o que já move, está diretamente relacionado com os movimentos vitais e, portanto, com o movimento incessante de todos os sistemas corporais (músculo esquelético, nervoso, sanguíneo, endócrino e assim por diante), os quais são constituídos por tecidos e células.

Uma destas funções vitais fundamentais é a respiração, início da forma corporal (Forma Fluida). A prática do Método Nishino de Respiração colaborou com

o processo de construção do corpo e com o desenvolvimento do modo do corpo operar em cena de *Corpo Desconhecido* com a ativação da Respiração Celular, o que será estudado mais detalhadamente no capítulo II.

Nishino (1997), ao fundamentar seu método, explica que, quando a vida é definida na biologia e em outras ciências, a respiração é, acima de tudo, uma consideração básica, normalmente seguida de outros fatores, tais como metabolismo (crescimento), reprodução e genética. Em japonês, os caracteres para “vida” e para “respiração” possuem a mesma sonoridade, “*iki*”, porque também possuem a mesma derivação etimológica, tornando “vida” e “respiração” fenômenos intrinsecamente ligados.

Segundo Nishino (1997), o “*Ki*” ou energia vital é gerada pela respiração e pela nutrição. Por meio da respiração, a nutrição pode ser convertida em energia vital, que chega a todas as células do corpo. Sem a respiração este processo não acontece e, é claro, sem energia não se pode viver. Conforme o autor, existem dois tipos de respiração: uma, denominada respiração externa, que é a entrada do ar no corpo até os pulmões e a saída do gás carbônico; e a outra, denominada interna ou celular, que é o processo de fornecimento de oxigênio para as células, as quais expõem o gás carbônico de volta à corrente sanguínea. A respiração celular é possível pela ação das mitocôndrias, indispensável na produção de energia para várias atividades celulares, tais como a geração do estoque de moléculas energéticas ATP (adenosina trifosfato), glicose e funcionamento dos motores moleculares. Pode-se dizer que a respiração celular, em si, produz energia vital.

Embora, tudo o que se saiba sobre esta força vital não seja suficiente para explicar a vida, a morte e o destino, Nishino (1997) diz que o que controla estes fenômenos é a dinâmica, o *ki* vital, a energia, que constitui o componente primário de todas as atividades fisiológicas e biológicas. Como nos esclarece Fernandes (2007, p. 8), “Num plano subatômico, toda matéria é composta [de] energia vibratória que ondula em ritmos às vezes imprevisíveis”.

Segundo Nishino (1997), o corpo é um sistema aberto e a respiração é o que diretamente simboliza este sistema. Este processo estimula a circulação da energia vital do corpo com o mundo exterior por meio de uma troca gasosa interno-externa. Se olharmos para a criança, perceberemos que ela possui hábitos de respiração ideais. Respira profundamente e sem esforço, oxigenando e, portanto, ativando mais células do que uma respiração superficial, comum nos adultos. As crianças estão

abertas às trocas com tudo o que as cerca, sem impor resistência ao aprendizado da vida. Assim, desenvolvem suas capacidades com naturalidade e eficiência, alimentando uma inteligência criativa. Segundo Nishino (1997), esta inteligência, que está no sentimento de um corpo puro e inocente como o da criança, pode também se manifestar em todos aqueles que estão harmonizados com a sabedoria natural e os princípios fundamentais da vida.

Conforme Hackney (2002), cada célula recebe sua porção de alimento e saúde num fluido e incessante movimento de esvaziar e encher, conectando o interno e o externo, criando um todo harmônico com o ambiente. Não há objetivos a serem alcançados, não há tarefas a serem cumpridas. É suficiente apenas SER, simplesmente e como um todo, conectado com o interior, numa unidade com o universo. Esta é a descrição do primeiro padrão de movimento, presente no desenvolvimento, estudado no início do capítulo – Respiração.

Todo ser humano respira, respira para se manter vivo. As células respiram mesmo no útero, antes do desenvolvimento dos pulmões. Temos um relacionamento ativo do corpo com o corpo, que absorve vida e nutrição de nossas mães e que libera os resíduos num padrão básico – a Respiração Celular.

Quando nascemos, a Respiração Celular que vem pelo sangue é alimentada pela respiração pulmonar, nutrindo-nos do mundo materno e o ritmo continua. Sabemos que nossas vidas dependem deste padrão, diz Hackney (2002). Embora parte da beleza da respiração repouse no fato dela acontecer independentemente da nossa consciência, ela é influenciada e influencia as mudanças na consciência, sentimento e pensamentos. Como primeiro padrão de desenvolvimento na infância, a respiração é a fundação, a base para todos os outros padrões que se seguem.

Em cada respiração nos conectamos e trocamos com o ambiente externo. Quanto mais plena for a respiração, cada célula do corpo estará dialogando mais com o mundo.

A Respiração Celular em *Corpo Desconhecido* constitui, portanto, a ação antes da ação; o movimento vital que, embora imperceptível aos olhos nus, acontece com toda a potência de vida.

b) Movimento interno – micromovimento

Micromovimento e movimento interno foram conceitos trazidos para o

trabalho pela prática, de origem chinesa, denominada *Yiquan*.

Eles correspondem aos movimentos vitais imperceptíveis a olho nu, como a Respiração Celular ou a ativação de uma musculatura por uma intenção consciente ou Direção (mental), antes que esta produza o movimento visivelmente. Poderia ser comparado aos movimentos em Forma Fluida, categoria de Forma do Sistema Laban, na qual o movimento é conseqüência da respiração, voz, órgãos ou líquidos corporais. A ativação desses micromovimentos gera uma sensação de movimento pelo corpo todo, denominada movimento interno.

Embora exista diferenciação na abordagem de Nishino em relação à *Yiquan*, o movimento interno desenvolvido por esta técnica pode ser comparado ao fluxo de energia ou energia vital (*Ki*) proposto por Nishino.

Segundo a lógica de Wang Xiangzhai, criador do *Yiquan*, quanto maior o movimento menor será sua força, e vice-versa; portanto, o micromovimento seria o mais potente movimento gerado pelo corpo.

Conforme Koskuba (2001), no *Yiquan*, a ativação do movimento interno é feita, exclusivamente, pela mente e não pela aplicação da força muscular direta; esta é utilizada apenas em outras etapas do treino.

O micromovimento ou movimento interno designa, basicamente, o que acontece no momento da preparação do movimento, por uma interferência da consciência no processo habitual de se mover. O micromovimento se torna a regra de *Corpo Desconhecido*, ou seja, o modo pelo qual o corpo opera em cena. Tudo o que acontece nesta dança acontece tão somente por meio de micromovimentos.

Vale citar, mais uma vez, um dos pressupostos do trabalho desenvolvido por Alexander, “no homem, o cérebro, antes de ser um instrumento de ação, tem de ser um instrumento de preparação” (GELB, 2000, p. 74).

Os conceitos de transformação e integração, escolhidas como referências para se falar de *Corpo Desconhecido*, pressupõem um olhar para o mundo e para a dança enquanto processo, enquanto movimento constante, uma vez que movimento, segundo Hackney (2002), implica, necessariamente, em mudança e relação. As relações trabalhadas nesta obra ao longo de todo o processo são de troca recíproca, continuidades gradativas em constante transição (FERNANDES, 2002). O corpo que surge com *Corpo Desconhecido*, pensado como processo em constante transformação nas interações com o ambiente, não se separando dele, constrói com ele uma história de vida. Esta história que, naturalmente, não constitui uma narrativa

linear nem necessita ser compreendida apenas intelectualmente, é compartilhada com o público como uma experiência dos sentidos. Se o corpo é um e se tudo o que pensamos, sentimos e vivemos é manifestado corporalmente, então esta é sua história. E é o próprio corpo, carregado das informações de uma vida inteira, que constitui o conteúdo desta obra de dança.

No próximo capítulo, apresento as técnicas de origem ocidental e oriental que fizeram parte da construção do corpo e do modo do corpo operar em cena de *Corpo Desconhecido*.

CAPÍTULO II - AS PRÁTICAS

Neste capítulo serão descritas as práticas que permitiram a construção do corpo e o desenvolvimento do modo do corpo operar em cena de *Corpo Desconhecido*. Todas pressupõem o processo contínuo de transformação da vida e a integração do corpo consigo mesmo e com o ambiente onde está inserido, embora o modo de abordar estas idéias possam ser distintos. Por meio destas práticas, pude exercitar e transformar em corpo as relações corpo-mente; razão-emoção; corpo-ambiente; interno-externo; mover-pausar; voluntário-involuntário; consciente-inconsciente, não como dualidades, mas como “dinâmicas de recíproca influência, alteração e redefinição” (FERNANDES, 2002, p. 247).

As técnicas e métodos que vêm dando suporte ao processo criativo são: a Técnica de Alexander, o Método de Respiração de Nishino e o *Yiquan*. A primeira, pertencente à Educação Somática (de origem ocidental) e as últimas, ligadas às artes marciais orientais (japonesa e chinesa, respectivamente), vêm sendo praticadas por meio das aulas de Wilson Sagae e Mônica Infante, colaboradores de *Corpo Desconhecido*.

Para descrever e fundamentar as aulas de Wilson Sagae e Mônica Infante, além de publicações, utilizei questionários (em apêndices), aplicados especificamente para esta pesquisa, e comentários feitos por estes profissionais em sala de aula e em encontros de trabalho ao longo do processo de criação de *Corpo Desconhecido*.

2.1. AULAS DE WILSON SAGAE⁸

Freqüento as aulas de Wilson Sagae desde julho de 2002, por indicação de Mônica Infante. Faço duas horas de aulas semanais, as quais são realizadas em grupo, no Centro de Desenvolvimento de *Ki*, em Curitiba. Como não existem pré-requisitos para esta prática, o grupo é variado, alterando-se de tempos em tempos.

Sagae é praticante de artes marciais desde a infância. De origem oriental,

⁸ As informações sobre o Wilson Sagae e suas aulas foram recolhidas por meio de questionário (em apêndices), aplicado especificamente para fundamentação desta pesquisa.

iniciou estas práticas sem nenhuma orientação para além do trabalho muscular (trabalho com sobrecarga, competições). Percebeu, no entanto, que havia outras maneiras de gerar movimento, que manifestavam uma ausência de esforço, mesmo em tarefas que implicavam muito peso. Estas estariam relacionadas com um conceito muito conhecido entre os japoneses – o *Ki* (energia vital). Por muitos anos buscou compreender o que seria esta energia e seus estudos em Biologia, na Universidade Estadual de Londrina, talvez tenham sido parte desta busca.

Continuou estudando este assunto pela prática das artes marciais até conhecer Ohno Sensei e suas aulas de *Aikidô*⁹ e respiração. Foi o trabalho com a respiração, no entanto, que mais o impressionou, levando-o a tomar novos rumos. Embora não compreendesse o que realmente acontecia nas aulas, começou a estudar o método.

O método utilizado por Ohno Sensei denomina-se *Nishino-ryu Kokyuhō*, ou Método de Respiração de Nishino. A base do trabalho de Sagae é *Nishino-ryu*, mas a pesquisa para o entendimento do método o fez buscar informações no *Yaikiken*, no *Yiquan* (arte marcial chinesa que originou o *Taikiken*), no *Aikidô*, além de uma série de outras artes marciais japonesas, chinesas e indianas. Também fazem parte do seu trabalho técnicas somáticas, como a Técnica de Alexander. Sagae conta que, de fato, busca praticar toda e qualquer informação que chegue até ele na tentativa de verificar sua qualidade e funcionalidade, desde que possua um método e que seja passível de experimentar em si mesmo.

A seqüência básica das aulas de Sagae segue os moldes da aula do professor Nishino (a qual será estudada adiante) acrescida das novas informações que experimenta, de forma a permitir que seus alunos e demais interessados possam acompanhar sua pesquisa, pois acredita que nesta troca o outro pode trazer percepções que lhe escapam, colaborando com sua busca.

Cada fase da aula se integra às seguintes. No entanto, muitas vezes é dado maior enfoque a determinados aspectos, como à verticalidade, capaz de possibilitar o máximo relaxamento ou aumentar a disponibilidade (empatia) para o que acontece com o outro.

⁹ *Aikidô* é uma arte marcial japonesa que foi criada por Morihei Ueshiba no início do século XX, como manifestação de seu apreço pela humanidade. Ela trabalha aspectos técnicos como torções, quedas e projeções, mas tem como fundamento o *Ki*, palavra conceito que se refere à energia vital. A tradução livre de *Aikidô* pode ser “o Caminho da Harmonia com a Energia Universal” (UESHIBA, 1991).

Por meio das aulas, Sagae espera que as pessoas entendam o que é ter energia e aprendam a mensurar se realmente têm o suficiente para realizar seus objetivos, e mais: que descubram a possibilidade de se estar sempre em um estado de “energia suficiente” (*jusoku*) para realizá-los. Sagae dá um exemplo, lembrando que um dia todos já dissemos “estou cheio de energia”, ou, “eu me sinto sem energia”, expressões que, geralmente, significam que a pessoa está sem energia ou com energia para realizar algo. No entanto, o que é essa “energia”, em geral, é um mistério. No Oriente, especificamente no Japão, energia vital é *Ki*. Uma palavra que está em várias outras – *genki*, ter energia, estar saudável; *byoki*, não ter energia, estar doente, e assim por diante.

Sagae compreende que não ter uma respiração plena é fator impeditivo para que se tenha uma vida plena. Sem uma excelente respiração o corpo não tem um excelente estado, por mais que alcance conquistas incríveis. Acredita que o entendimento da respiração e a descoberta de como implementá-la é o caminho para alcançar o pleno potencial de vida. Ou, pelo menos, algo necessário para que esse pleno potencial se manifeste.

Especificarei, agora, o Método de Respiração de Nishino e a técnica de *Yiquan*, que colaboram diretamente com meu trabalho.

2.1.1. História de Kozo Nishino¹⁰

Kozo Nishino nasceu em Osaka, Japão, em 1926. Sua formação profissional se deu em função da busca de algo que denominava energia ou força vital. Passou pelo curso de Medicina, do qual desistiu para tentar encontrar na arte o que procurava.

Primeiro japonês a estudar no *Metropolitan Opera Ballet School*, de Nova Iorque, e fundador da primeira companhia de Ballet do Japão, Nishino percebeu, na experiência com a dança, uma vitalidade particular que parecia fazer a diferença nas performances. Descobriu que esta vitalidade ou energia vital constituía a base para os cinco sentidos e, na medida em que estes estivessem completamente engajados, uma performance extraordinária poderia acontecer. Acreditava que uma energia

¹⁰ Ver mais em: www.nishinoyoku.com

emanava do corpo do artista em cena, a qual era emitida ao público em forma de vibração, mas que transcendia qualquer expectativa ou julgamento. Algo não compreendido totalmente, mas que, de fato, acontecia. Na busca por uma aproximação deste fenômeno, Nishino voltou ao Oriente pela prática das artes marciais. Com meio século de vida, concluiu que seu corpo estava em decadência e, já que vivia no Oriente, terra do *Ki*, *Chi*, *Prana* etc, talvez fosse esse o caminho para reencontrar meios de renovar seu poder de alcançar grandes objetivos. *Taikiken* (arte marcial baseada na arte chinesa do *Yiquan*) e *Aikidô* foram as artes marciais que optou por praticar e das quais se tornou mestre. Durante seis anos dedicou todo seu tempo a elas, ensinando, por anos, o sistema chinês de desenvolvimento do *Chi*, até desenvolver seu próprio estilo.

No terceiro ano de prática, professor Nishino teve uma percepção. Durante a prática de *Aikidô*, quando ia ser arremessado por um parceiro de *rank* mais alto, sentiu que respirava pela sola dos pés e, nesse mesmo momento, ao invés de ser lançado, lançou o parceiro. *Sokushin* – respirar pela sola dos pés – passou a ser sua busca, porque isso o fortalecia.

Nishino criou o *Nishino-ryu Kokyuhô*, ou Método de Respiração de Nishino, a partir das descobertas realizadas ao longo de sua experiência de vida, associando seus conhecimentos em medicina às vivências sensíveis na dança e nas artes marciais. Um estudo de muitos anos que encontrou nas células e, mais precisamente, na Respiração Celular, a fonte dessa energia vital.

Em 1982, Nishino fundou sua primeira academia e, atualmente possui duas delas no Japão, sendo uma em Tóquio e outra na cidade de Osaka. De seus doze mil alunos fazem parte dançarinos, atores, cantores, músicos, esportistas, empresários e pessoas comuns interessadas no desenvolvimento de outros aspectos para o entendimento de suas vidas.

2.1.2. A Possibilidade da Interferência Consciente

Nishino (1997), ao fundamentar seu método, explica que a pesquisa desenvolvida pelo Professor Shigeo Miki do corpo docente da Escola de Medicina da Universidade de Tokio, sobre morfologia (relação entre forma e função animal), revelou que, ao longo dos quatro bilhões de anos de evolução biológica, desde a

vida mais primitiva oceânica até os seres humanos, a longa transição da vida aquática à vida terrestre pode ser considerada a virada mais radical que já ocorreu em morfologia biológica. A mudança constitui-se na transição evolutiva da primitiva “respiração braquial”, na qual guelras extraem oxigênio da água, à “respiração pulmonar”, que utiliza os pulmões na atmosfera gasosa. Neste desenvolvimento, uma fronteira evolucionária foi cruzada.

Conforme Nishino (1997), as guelras são compostas de tecido macio primitivo, os quais funcionam involuntariamente, ou seja, a composição celular das guelras não admite a possibilidade de intervenção consciente, pois funciona totalmente sob controle inconsciente. Por outro lado, a estrutura celular requerida para sustentar a respiração pulmonar está mais intimamente relacionada à composição da musculatura esquelética, constituída por músculos estriados altamente especializados, que permitem à estrutura e aos tecidos dos pulmões a possibilidade do controle pela vontade consciente (*active will*). É claro que, sob condições normais, a respiração pulmonar também funciona inconscientemente.

Nishino (1997) explica, ainda, que a transformação da respiração braquial (dos anfíbios, que não envolve ação consciente) para a respiração pulmonar (seres terrestres, controlada por músculos que funcionam voluntariamente) foi fundamental no processo de evolução da espécie, pois permitiu ao homem a possibilidade de controlar seu desenvolvimento.

O autor lembra que a essência do aprendizado repousa na ligação entre os campos físico e mental, o que significa “cultivar o *ki*”. O “cultivo do *ki*”, em outro nível, é uma “educação da sensibilidade”, e envolve o desenvolvimento de nossos sentidos e percepção. Nishino (1997) acredita que embora ainda não tenhamos respostas claras deste desenvolvimento, podemos “cultivar o *ki*” alterando os padrões de respiração e cultivando os sentidos por meio de um contínuo aumento da energia vital, permitindo a sensibilidade aflorar. O Método objetiva fazer com que a educação do *Ki* possa servir como ponte entre uma vitalidade intelectual e as conquistas físicas.

2.1.3. Regeneração Celular e Inteligência Corporal

Segundo Neff (1995), pesquisas médicas estabelecem que, das sessenta

trilhões de células que formam o corpo humano, metade está “adormecida”. “Adormecida”, neste sentido, significa que simplesmente as células existem, porém não estão sendo utilizadas pelo organismo. O Método de Respiração de Nishino não apenas estimula as células que estão em funcionamento, mas também oferece trabalho àquelas que não estão. Dessa forma, consegue romper com o padrão estabelecido por elas criando um novo tipo de atividade vital para todo o corpo, ampliando sua energia e sensibilidade. Isto acontece pela vitalização da Respiração Celular, por meio do aumento da função das mitocôndrias, otimizando todos os processos metabólicos, tais como a regeneração celular, e guiando todos os sistemas corporais a um estado ideal.

De acordo com Nishino (1997), alguns progressos científicos, especialmente em biologia molecular, forneceram uma importante descoberta. A média de vida (sobrevida) das células e o ciclo de regeneração dos seres humanos estão em torno de dois e meio a três anos. Esta regeneração celular, ou remodelação, é apenas um processo de cópia das células. As células de um recém nascido são puras/não corrompidas e possuem uma excelente capacidade de regeneração. Da mesma forma, na juventude, os seres humanos são compostos de células dinamicamente reabastecidas. Se o corpo é formado por, aproximadamente, sessenta trilhões de células, um número inimaginável de células está repetidamente se auto abastecendo a todo instante.

Dr. Leonard Hayflick, Professor da Escola de Medicina de São Francisco, da Universidade da Califórnia, conforme explica Nishino (1997), defende que as células humanas são capazes de se regenerar (isto é, fazer cópias delas mesmas) aproximadamente cinquenta vezes. Se as células são substituídas a cada dois anos e meio e este processo pode ser repetido cinquenta vezes, então o ciclo de vida da célula humana seria de cento e vinte e cinco anos. Da mesma forma, se as células são substituídas a cada três anos, seu tempo de vida seria de cento e cinquenta anos. O corpo é composto, portanto, de células muito poderosas.

Nishino (1997) explica que, por meio de desenvolvimentos em biologia molecular, sabe-se ser possível a comunicação de todos os tipos entre as células, ao que os cientistas, agora, referem-se como inteligência celular. Esclarece este autor que nossas células especializadas compartilham o trabalho de manter o organismo funcionando e estão organizadas em órgãos e em outros componentes, os quais criam subsistemas em nosso corpo. Esta combinação de sistemas faz de

nós o que somos – um complexo e completo organismo. Cada célula contribui, portanto, com o todo.

Nishino (1997) compreende que cada célula pode ser considerada uma entidade inteligente, o que torna possível nossas habilidades físicas. O autor cria, portanto, o termo “inteligência corporal” para designar um estado particular das células no qual os sentidos (tato, olfato, paladar, visão, audição e propriocepção¹¹) funcionam de maneira ideal para receber os estímulos externos, um estado que busca desenvolver por meio de seu método.

Combinando respiração *sokushin* e *taiki*, o Método de Respiração de Nishino desenvolve o nível de recepção das células, necessário para o propósito da comunicação entre elas e a energia vital. Através da respiração *sokushin* (pela sola dos pés), cultiva-se a inteligência física, que torna possível extrair habilidades potenciais, sejam elas mentais ou físicas.

2.1.4. O Método¹²

Nishino-ryu Kokyuhō ou Método de Respiração de Nishino constitui-se em exercícios de respiração que envolvem a circulação e aumento de energia (*ki*), o desenvolvimento da sensação corporal (propriocepção) e a sensibilidade para com outros corpos. Um processo simples que, porém, não significa fácil.

Seu método de ensino consiste em: 1) seqüências respiratórias, sendo sete delas básicas e 2) *taiki*, literalmente, troca de energia, envolvendo desenvolvimento de sensibilidade.

2.1.5. *Sokushin*

Respiração *Sokushin* é um dos exercícios básicos do Método de Nishino. Imagina-se que se está inspirando pela sola dos pés (*sokushin*) e que após o *Ki* ter circulado por todo o corpo, imagina-se que se está expirando novamente pela sola

¹¹ Propriocepção é o sentido cinestésico. O sentido que lida com as sensações da posição do corpo, postura, equilíbrio e movimento (*Mosby's Dictionary of Complementary and Alternative Medicine*. Elsevier, 2005, tradução livre). Disponível em: <http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/Proprioception>

¹² Ver mais em: www.nishinojuku.com

dos pés. A inspiração acontece, de fato, pelas narinas e a saída do ar pela boca, mas se a atenção está na sola dos pés, o praticante pode ter uma sensação que inicia na sola dos pés, passa pelos joelhos e coxas até chegar no *Tanden*¹³. Esta sensação, que corresponde à percepção da energia (*Ki*) fluindo no corpo, quando chega no *Tanden* é propelida para cima, ao longo da coluna vertebral, a qual, eventualmente alcança *Hyakue*¹⁴. Neste ponto, segura-se brevemente a respiração e ainda durante a inspiração, traz-se a energia para do *Hyakue* para o *Tanden* pela frente do corpo, ao longo da linha central. Finalmente, expira-se, dirigindo a energia pela sola dos pés até a terra.



Fonte: *Nishino Breating Method*, 2008.

Figura 1 – Sokhushin breathing

2.1.6. *Taiki*

Diversos métodos têm sido desenvolvidos com o objetivo de aumentar a energia vital, como os métodos de *Kung Fu*, por exemplo. A maior parte deles pode ser considerada como formas de asceticismo. Eles envolvem abuso do corpo ou tolerância a ambientes e situações extremas para concentrar e elevar os níveis de

¹³ *Tanden*, em japonês, refere-se especificamente ao centro físico de gravidade do corpo, situado no abdômen a cerca de 5 cm abaixo e 5 cm para dentro em relação ao umbigo. *Tanden* é um princípio teórico básico nas diversas linhagens de meditação e de artes marciais orientais, especialmente nas artes marciais chinesas internas e no *Aikidô* japonês.

¹⁴ *Hyakue*, termo japonês, significa “coroa da cabeça” ou topo da cabeça.

energia.

O Método Nishino de *Taiki* difere dessas abordagens tradicionais. Ele aborda o corpo humano por meio da invocação da comunicação da energia intercelular. *Taiki* é um método baseado na implementação de uma troca circulante, suave e eficiente de energia a nível celular.

Embora a adversidade possa promover a habilidade de comunicação de energia entre as pessoas, o Método de Nishino, por meio do *Taiki*, efetiva a comunicação mútua de energia vital sem produzir adversidade ou sofrimento. Um ponto importante é que a comunicação da energia intercelular ocorre não apenas dentro do corpo, mas, também, entre um corpo e outro.

De acordo com o Método Nishino de Respiração, *Taiki* pode parecer peculiar aos olhos de uma sociedade racionalista contemporânea, dominada pela lógica e o intelecto. Contudo, Nishino (1997) acredita que quando as células que compõem o corpo humano recebem a energia vital, o corpo se sente alegre/contente e começa a se mover de acordo com sua própria vontade. E é importante ressaltar que este processo de aumento de energia, com conseqüente aumento do prazer, é um fenômeno natural, que toda a criança experiencia.

O Método de Nishino de *Taiki* ensina a superar as adversidades pelo cultivo da energia pessoal e do prazer de estar vivo.

2.1.7. *Yiquan*¹⁵

Segundo Koskuba (2001), *Yiquan* (pronuncia-se *ichuã*), também conhecida como *Dachengquan*, é uma arte marcial criada na década de 1920, por *Wang Xiangzhai* (1890 - 1963) após uma vida inteira de prática e pesquisa nas artes marciais. *Wang Xiangzhai* desenvolveu seu método simplificando e modificando aquele que já havia praticado (*Xingyiquan*), dando maior ênfase no treinamento mental, ao invés do aprendizado de belos movimentos e formas vazias, como considerava. Retirou, portanto, o conceito de “forma” (*xing*), denominando seu novo sistema *Yiquan* – em que *Yi* significa Mente ou Intenção e *quan*, pugilato, prática fundamental na sua pesquisa. Posteriormente, *Wang Xiangzhai* passou a ver *Yiquan*

¹⁵ KOSKUBA, Karel. **Yiquan** – *power of the mind*. Ver mais em: <http://www.yiquan.org.uk/art-pom2.html>.

não como uma arte marcial ou um sistema de exercícios para a saúde, mas como um “caminho para a verdade” e uma forma de alcançar a “liberdade absoluta”, embora esta prática tenha demonstrado seu valor, inúmeras vezes, para as artes marciais.

Yiquan tem se tornado cada vez mais popular e é, atualmente, conhecido no mundo todo devido ao esforço de seus sucessores. Esta prática traz para o trabalho os conceitos de micromovimento e movimento interno, discutidos no capítulo I, item 1.3.4., sub-item *Voluntário/Involuntário / Consciente/Inconsciente*.

Segundo Koskuba (2001), seu treinamento completo implica em sete etapas:

1. Zhan Zhuang (postura básica em pé/ abraçando uma árvore);
2. Shili (teste de força);
3. Mocabu (passo de fricção);
4. Fali (liberação de energia);
5. Tui Shou (mãos que empurram);
6. Shi Sheng (teste da voz);
7. Ji Ji Fa (prática de combate).

Apenas a primeira etapa faz parte de minha prática nas aulas de Wilson Sagae, como citado anteriormente.

Segundo Koskuba (2001), *Zhan Zhuang* pertence à prática de muitas artes marciais, sendo, para o *Yiquan*, considerada fundamental para o treinamento em todos os seus níveis. É, normalmente, traduzido para o inglês como *Pole Standing*, que, em português, poderia ser traduzido como Postura Básica em Pé, denominação que se refere à práticas de posturas nas quais o corpo é mantido essencialmente parado e, na maioria das vezes, ereto, embora existam algumas posturas onde a coluna vertebral não está na vertical. Literalmente, *Zhan Zhuang* significa “abraçando uma árvore”, pois descreve a postura básica da técnica. *Zhan Zhuang* é subdividida em duas categorias: posturas para a saúde e posturas de combate. Explica Koskuba que a primeira postura objetiva relaxar o corpo e desenvolver a conexão do corpo todo, o que significa que o movimento de uma parte pode ser sentido como se propagando pelo corpo todo de maneira natural. As posturas de combate são mais avançadas e utilizadas para desenvolver a “força do corpo todo”.

Para melhor compreensão desta prática, utilizo a abordagem de Koskuba

(2001), que estuda *Zhan Zhuang* a partir de uma visão própria, ocidental, procurando explicá-la, em parte, pelo estudo da musculatura. Trata-se de uma explicação empírica, baseada em suas experiências com *Tai Chi Chuan*, *Yiquan* e em pesquisas médicas sobre reabilitação postural e ciência do esporte, porém, de bastante pertinência e relevância para este trabalho.

Koskuba (2001) explica que existem três tipos de músculos: músculo estriado esquelético, músculo estriado cardíaco e músculo liso. Interessa a esta análise o primeiro tipo, pois está mais relacionado com as ações conscientes. Os músculos esqueléticos são também chamados de estriados, pois apresentam estriações em suas fibras (fibrocélulas estriadas); são os responsáveis pelos movimentos voluntários e inserem-se sobre os ossos e sobre as cartilagens, contribuindo, com a pele e o esqueleto, na formação do invólucro exterior do corpo.

Koskuba (2001) explica o processo de “conexão e força do corpo todo” a partir do estudo das diferentes funções que esta musculatura apresenta.

Pode-se distinguir dois tipos de músculos esqueléticos: aqueles que são envolvidos no movimento, chamados músculos motores ou mobilizadores, e aqueles que estabilizam o corpo, denominados músculos posturais ou estabilizadores. Os mobilizadores são de contração rápida e podem contrair e relaxar em pequenos intervalos, porém se cansam em pouco tempo. Os estabilizadores são de contração lenta e não se cansam com facilidade, mas, por outro lado, são bem lentos. Eles estão situados mais profundamente no corpo do que os motores.

A divisão acima é simplificada, com o intuito de facilitar o propósito desta explanação. Na realidade, existem os estabilizadores, os motores e músculos que agem nas duas funções. Koskuba (2001) explica que temos pouco ou nenhum controle consciente sobre os músculos estabilizadores, porém tratam-se de músculos que possuem duas propriedades bastante benéficas para o organismo: a primeira se deve à localização destes em relação às articulações, fortalecendo muito a estrutura corporal; a segunda é que, em sua maioria, são músculos estruturados para estabilizar/equilibrar o corpo contra forças externas. O importante, sobre os músculos posturais, nesta perspectiva, é o fato destes reagirem contra a força da gravidade e para além do controle da vontade, pois, normalmente, estes músculos não são passíveis de controle de forma direta, apenas por meio da intenção (*Yi*). Quando estamos de pé ou andando de bicicleta, por exemplo, a intenção é de não cair; porém, não controlamos esta operação conscientemente, da mesma forma com

que fazemos com os movimentos voluntários, a exemplo de pedalar (que acontece pela ação dos músculos motores).

Portanto, segundo Koskuba (2001), o propósito dos exercícios do *Zhan Zhuang* é levar o praticante a tornar-se consciente da sua musculatura estabilizadora para que adquira maior acesso a ela. Para tanto, deve-se aprender a permanecer de pé num estado de “completo” relaxamento. “Completo”, aqui, está entre aspas, pois quando se relaxa todos os músculos desnecessários para se ficar de pé, requisitando do organismo apenas o esforço justo, tem-se a sensação de se estar totalmente relaxado. A ênfase está, portanto, no relaxamento dos músculos motores e na sensação de equilíbrio do corpo em relação à força da gravidade. Assim, o uso dos músculos motores para a função de sustentação (postural) vai sendo eliminado, fortalecendo os estabilizadores, reais responsáveis pela sustentação corporal.

Esta proposta vem de encontro com o Tema Mobilidade-Estabilidade, parte do Sistema Laban - e aqui estudado no capítulo I -, que implica no reconhecimento de que “a Estabilidade não significa falta de movimento. Mesmo o conceito de ‘ficar parado de pé’ é dinâmico, incluindo uma contínua e sutil alternância entre Mobilidade e Estabilidade para manter o equilíbrio” (FERNANDES, 2002, p.250).

Conforme Hackney (2002), ao citar Bartenieff, a idéia de ‘postura ereta’ relacionada com uma imagem estática persistiu amplamente na cultura ocidental, mesmo tendo a ciência moderna, em particular a neurofisiologia, rompido com a noção de ‘postura’ estática como contraste à mobilidade da locomoção. Contudo, explica a mesma autora, sabe-se, hoje, que os mesmos mecanismos que regulam as mudanças ‘posturais’ regulam também a locomoção. A imagem dinâmica de ‘postura ereta’, descrita por Laban, é um processo contínuo e tridimensional que cria e recria uma série de relações entre Cima/Baixo, Direita/Esquerda, Frente/Trás.

Como nas artes marciais, ficar de pé sem movimento aparente constitui apenas uma parte do treinamento; re-equilibrar esses dois tipos de músculos (mobilizadores e estabilizadores) significa desenvolver a capacidade de mover-se com o mínimo esforço dos músculos mobilizadores. Isto significa aprender a mover-se a partir da “intenção”, usando a mente ao invés da força muscular direta (ação direta da musculatura motora). Este é o primeiro passo para se adquirir “Força Interna”, segundo a prática de *Zhan Zhuang*.

Neste estágio, pratica-se o *Moli – sensing and strength* (sensação e força), que são “movimentos” muito pequenos (micromovimentos) guiados pela mente e

cuja “sensação” é percebida por todo o corpo. Aqui, a palavra *movimento* aparece entre aspas, pois, na realidade, pode não haver movimento aparente, embora o corpo não esteja completamente parado. Forma-se a intenção para o movimento e, na medida em que o corpo se prepara para ele, uma certa atividade muscular é provocada, associada à estabilização do corpo. Esta não é, normalmente, vista, pois está subordinada à sensação do movimento antes do movimento acontecer visivelmente. Com treinamento e atenção, entretanto, esta ativação pode ser percebida de maneira sutil e profunda. Quando esta atividade “interna” (movimento interno) é detectada e o movimento interrompido logo antes de acontecer externamente, o corpo parece não mover, embora exista atividade.

Neste momento, em que o movimento “exterior” é inibido, a energia que, normalmente, ativaria os músculos motores é redirecionada aos estabilizadores. A autora chama este tipo de ação de *almost-moving* (quase se movendo). A tarefa dos exercícios de *Moli* é, gradualmente, estender a atividade interna de “quase se movendo” por todo o corpo, para que um fluxo de movimento seja percebido por ele. Segundo a lógica do seu criador, quanto maior o movimento menor sua força, pois há mais dispêndio de energia; assim, quanto menor o movimento, mais potente ele se torna. O micromovimento seria, portanto, o mais potente movimento gerado pelo corpo. Durante este exercício, a coordenação neuromuscular aumenta.

Quando o corpo está em cena, embora não exista uma intenção consciente de mover, manifestam-se inúmeros impulsos por movimento, não submetidos ao comando da vontade. E como na prática de *Yiquan*, ao invés de permitir que o movimento externo se realize, redireciono estes impulsos de maneira que se espalhem pelo corpo todo. Assim, a mente (que está no corpo) propõe a pausa, ao mesmo tempo em que potencializa o movimento interno, fortalecendo o ato de ficar em pé.

Todo o treinamento de *Yiquan* deve ser feito, portanto, com o auxílio de imagens mentais para que o trabalho se utilize de princípios corretos, pois o mais importante é a utilização da mente e não da força, já que ela faz parte apenas de outras etapas do treino. *Yiquan* pode ser também traduzido como “punho da mente” ou “punho da vontade/ intenção”.

2.1.8 Minha Experiência nas Aulas de Wilson Sagae

Durante as aulas, exercito todas as relações que fazem parte deste trabalho, tanto da construção do corpo como do desenvolvimento do modo do corpo operar em cena. A ativação da Respiração Celular e o conseqüente implemento do fluxo de energia acontecem conforme explicado pelo Método de Nishino; já o desenvolvimento do movimento interno, decorrente dos micromovimentos, se dá pela prática de *Yiquan*.

As interações corpo-mente e emoção-razão são constantemente trabalhadas em aula à medida que Sagae sugere que qualquer emoção ou pensamento que surjam sejam percebidos por meio das sensações físicas. Se todas as operações mentais se dão no corpo, então estas podem ser percebidas pelos sentidos corporais, em especial pela propriocepção ou cinestesia, isto é, a capacidade de perceber o corpo no espaço. Uma vez que estas operações são “materializadas” pela consciência, ou seja, pela percepção da sua existência corpórea, tornam-se energia circulante e, ao invés de nos distrair da ação principal, fortalecem-na.

A mesma orientação é fornecida para que possamos perceber a relação corpo-ambiente, interno-externo. Sagae, constantemente, pergunta em aula: “Como as informações que percebo do ambiente externo se dão no corpo pela percepção das minhas sensações?”.

2.1.9. Relação com *Corpo Desconhecido*

Wilson Sagae é considerado o preparador corporal no trabalho *Corpo Desconhecido*. Por isso, além das suas aulas que freqüento regularmente, no Centro de Desenvolvimento de *Ki*, também houve ocasiões em que tive sessões particulares com ele, que aconteceram nos espaços em que desenvolvia o trabalho, e também ao ar livre. Em janeiro e fevereiro de 2004, Sagae trabalhou com toda a equipe de *Corpo Desconhecido*, momento que será relatado no capítulo III. Nos momentos mais direcionados ao trabalho, Sagae relata¹⁶ que buscou levar-me a entender o micromovimento, aquele que não é visto pelo espectador, mas que,

¹⁶ Informações recolhidas por meio de questionário (em apêndices), aplicado especificamente para fundamentação desta pesquisa.

ainda assim, ocorre no meu corpo. Ele acredita que por meio deste entendimento é possível construir um grande movimento sem brechas ou arestas. Um grande movimento sem arestas seria o movimento do corpo no espaço, ou de suas partes, com uma plena consciência das necessidades internas (do corpo) para que tal aconteça. Compreendendo que essa plena consciência talvez possa ser um exagero em termos de alcance pessoal, em se tratando de busca artística, acredita, porém, ser plenamente aceitável.

Ao ser questionado sobre seu foco de trabalho no processo de criação de *Corpo Desconhecido*, Sagae também relata que buscou me conscientizar de como a menor parte do corpo está ligada ao todo corporal, para que extrapole a idéia de movimento como sendo uma questão apenas externa – o corpo se movendo em relação a algo fora dele, ou uma parte com relação à outra parte.

Outras abordagens objetivaram auxiliar-me na descoberta de que as células que compõem o corpo nascem e morrem, replicam e são descartadas, diariamente, e ainda assim o todo permanece funcionando. Se as menores partes componentes estão vivas e funcionam como individualidades (no sentido de independência como ser existente e não como capazes de escolha), então fica claro que internamente também existe todo um jogo de relações e de movimento. Uma célula se move em relação à outra. O controle total desse micromovimento é algo, talvez, impensável; no entanto, a permissão para que esse movimento ocorra de forma livre e natural parece ser possível. E a consciência de que ele existe é a chave, juntamente com a respiração. Levando o foco do movimento para a respiração, para o desbloqueio (eliminação de tensões desnecessárias), o movimento externo também ocorre. Algo como um movimento externo involuntário, que descobre seu próprio caminho, acontece, e é este o movimento visível em *Corpo Desconhecido*.

2.2. AULAS DE MÔNICA INFANTE

As aulas ministradas por Mônica Infante são realizadas no mesmo espaço das aulas de Sagae, no Centro de Desenvolvimento de *Ki*, em Curitiba. Também as frequento desde julho de 2002, a convite de Infante. As aulas têm duração de uma hora e meia e normalmente faço uma por semana.

Infante (2006) é dançarina, professora e pesquisadora nas áreas de dança

contemporânea e artes plásticas. Atuou como bailarina clássica por doze anos até entrar na “Tempo Companhia de Dança”, nos anos noventa, dirigida por Rocio Infante, e iniciar uma prática de pesquisa voltada para o corpo. Segundo Infante (2006), esta maneira de fazer dança proporcionou-lhe um novo vocabulário de movimento e novas possibilidades criativas, que não se restringiam aos movimentos desenvolvidos pela técnica do balé. Em 1996, começou a praticar *Aikidô* (arte marcial japonesa), na qual atingiu o primeiro grau de mestre, em 2003, e com a qual trabalha até hoje. Formou-se na Técnica de Alexander, em 1999, e em 2001 começou a freqüentar as aulas de respiração do Método de Nishino, com Wilson Sagae.

Sua aula intitula-se, atualmente, *Aiki* e Consciência Corporal. Conforme Infante (2006), para o desenvolvimento deste trabalho ela trouxe como conteúdo as práticas que escolheu para si enquanto artista e pesquisadora, a Técnica de Alexander, a arte marcial *Aikidô* e o Método de Respiração de Nishino. Embora os princípios que regem estas práticas fundamentem sua aula, a artista criou sua própria metodologia.

Por meio do contato com o *Aikidô* percebeu o uso da energia nos corpos que se movem. Identificou que os corpos dos artistas estavam energeticamente condicionados às ações que suas práticas artísticas exigiam. Esta arte marcial propõe um olhar mais atento à quantidade de energia (ou força) colocada em cada ação para que apenas o necessário seja utilizado. *Aiki* significa unificação da energia do indivíduo com a energia do universo – uno com o espaço, ambiente onde o corpo habita.

O principal objetivo de Infante é dar a oportunidade às pessoas de se tornarem seres humanos melhores, contribuindo com o mundo através de um olhar mais atento a si próprio e ao outro. O foco está na qualidade de vida, na harmonia e no bem estar, permitindo que, no cotidiano ou na arte, a pessoa tenha mais tempo para realizar.

A Técnica de Alexander contribui com o trabalho de Infante, entre outros aspectos, com a noção de que o pensamento já é uma ação, isto é, no momento em que se planejou ou pensou executar uma ação sua ativação já ocorreu, antes mesmo desta se manifestar visivelmente. Esta técnica, assim como o *Aikidô*, também evidencia a quantidade necessária de energia a ser investida em cada

ação, sendo um aspecto bastante trabalhado em suas aulas¹⁷.

2.2.1. Técnica de Alexander

Segundo Gelb (2000), Frederick Matthias Alexander nasceu em Wynyard, Austrália, em 1869. Alexander era uma criança precoce e sofria de recorrentes dificuldades respiratórias; por isso, até os nove anos de idade sua educação se deu fora do ambiente escolar. Na fase adulta devotou-se à carreira de ator e orador, logo estabelecendo uma excelente reputação. Contudo, acompanhava-o uma persistente tendência à rouquidão e aos problemas respiratórios, os quais afetavam a qualidade de sua voz durante as apresentações. Não conseguindo solucionar o problema através da medicina, iniciou um longo processo de auto-observação, a partir do qual deduziu que estava “fazendo algo” durante a cena que ocasionava essas dificuldades. Por meio da observação da “maneira de fazer” identificou três coisas: endurecia o pescoço devido à tensão gerada, fazendo com que sua cabeça fosse para trás e para baixo; deprimia a laringe excessivamente e indevidamente e inspirava o ar com força pela boca. Notava, também, que em passagens mais difíceis dos textos o padrão tornava-se exagerado.

O ator australiano, explica Gelb (2000), descobriu que a relação da cabeça com o pescoço tinha conseqüências imediatas na condição de sua laringe e nos mecanismos da respiração, e que esta relação consistia no fator primordial na coordenação do restante do seu organismo. Ele funcionava melhor quando sua estatura se tornava maior (mais alongada, comprida) e isto acontecia quando permitia sua cabeça ir “para frente e para cima” em relação ao seu pescoço e torso. Alexander percebeu que, para isso acontecer, não poderia tentar “mover” sua cabeça; ao contrário, deveria não “fazer”, aplicando um processo de não interferência, o que chamou “Inibição” e uma intenção racional consciente, onde o desejo de mover (pensamento) substituíria a tentativa de executar a ação (fazer) diretamente, o que denominou “Direção”. Em outras palavras, a experiência de Alexander o ensinou que a relação da cabeça, pescoço e torso era fundamental na determinação dos níveis de funcionamento do seu organismo e na organização das

¹⁷ Informações recolhidas por meio de questionário (em apêndices), aplicado especificamente para fundamentação desta pesquisa.

suas reações dentro de um todo coordenado. “Controle Primordial” foi a expressão que criou para indicar esta relação.

Praticando o modo consciente de direção, conforme esclarece Gelb (2000), Alexander percebeu que a percepção que tinha de si a partir desta nova prática (mais eficiente e saudável) parecia, na realidade, incorreta em relação ao seu padrão sensorial antigo. Deduziu, então, que sua percepção sensorial não era confiável (criando a expressão “Apreciação Sensorial Enganosa”) e, portanto, deveria se basear apenas nas direções conscientes que descobrira. Uma vez que a direção consciente e o hábito antigo se sobrepujam, Alexander concluiu que deveria desistir de pensar na ação final (a qual desencadeava o hábito incorreto) e focar, ao invés disso, no caminho que o levaria até a ação final. Esta estratégia, Alexander chamou de “Meios pelos quais”.

Alexander (GELB, 2000) compreendeu, também, que os padrões de mau uso não eram apenas físicos, mas envolviam seu corpo e sua mente. A partir desta descoberta, formulou a idéia de unidade psicofísica, revolucionária na época e a qual se tornou a pedra fundamental do seu trabalho (“A pessoa inteira”). Alexander acreditava que todos os indivíduos tinham o poder da escolha e, portanto, a capacidade de alterar seus hábitos de vida. Este poder, baseado na responsabilidade e integridade individual, colaborou para criar o conceito de “Uso”, intimamente associado à idéia de desempenho, pois percebera que o modo como este poder era utilizado afetava o funcionamento do indivíduo em todos os níveis. “Empregou o termo Uso para descrever o processo de controle sobre todas aquelas ações que ele parecia ter o potencial para controlar” (GELB, 2000, p. 31). A Técnica demanda, portanto, uma revisão básica no modo pelo qual o indivíduo pensa sobre si próprio.

Segundo Gelb (2000), Alexander desenvolveu suas idéias por mais de sessenta anos, e durante este tempo, através de sua contínua prática em sala de aula, expandiu e refinou também a estrutura teórica de sua Técnica. As sete idéias formuladas ao longo de sua vida formam o cerne do seu ensinamento e são denominadas, por Gelb (2000), de “idéias operacionais”, pois servem como um guia útil para qualquer um que deseje aplicar a Técnica no seu dia-a-dia. Explico-as em mais detalhes a seguir¹⁸:

- a. Uso e desempenho: esta idéia está relacionada com a questão central da obra de Alexander, a qual reside na responsabilidade individual. Refere-se, portanto, ao poder de escolha, que afeta diretamente o desempenho do corpo, influenciando, assim, todas as outras escolhas. O Uso afeta os diferentes níveis de desempenho – físico, emocional e mental.
- b. A pessoa inteira: relaciona-se com a idéia de unidade psicofísica, onde os aspectos físico, emocional e mental interagem, constituindo um todo corporal. O corpo só se modifica como um todo, uma vez que não é formado pela simples soma de partes.
- c. Controle Primordial: constitui a relação dinâmica da cabeça com o pescoço e torso que, em constante mudança, serve de chave para a coordenação do organismo como um todo. Se esta relação, que deveria ser naturalmente de equilíbrio, é afetada, todo o organismo sofrerá os efeitos.
- d. Apreciação Sensorial Enganosa: o corpo, por meio do sentido cinestésico, reconhece informações sobre o seu peso, posição e movimento. Se o Controle Primordial sofre alguma interferência que o desvia do seu bom funcionamento, isto causa distorções na percepção do indivíduo, tornando a apreciação de suas sensações não confiável, enganosa.
- e. Inibição: explicada em detalhes no capítulo anterior, a Inibição constitui o lapso de tempo criado entre o estímulo e a reação; é a capacidade que o indivíduo tem de parar e adiar as reações até que esteja adequadamente preparado para produzi-la.
- f. Direção: após a Inibição da ação habitual, pode-se fazer uma escolha consciente sobre a maneira como o movimento vai ocorrer. Esta tomada de decisão de como operar, de como continuar é que constitui o conceito de Direção identificado por Alexander.

¹⁸ A nomenclatura utilizada para se reportar às sete idéias básicas da Técnica pode variar ligeiramente de uma bibliografia para a outra, pois os instrutores da Técnica de Alexander acabam por desenvolver um vocabulário próprio em suas aulas. Isto também se deve às diferentes traduções feitas do inglês para a língua portuguesa. Utilizo neste trabalho aquela que mais se aproxima da minha experiência pessoal (informação recolhida no Seminário da Técnica de Alexander, ministrado por Lenita Silveira, no Centro de Desenvolvimento de *Kí*, em Curitiba, em novembro de 2007).

- g. Meios pelos quais: esta idéia propõe que a ênfase/foco esteja sempre no processo de se atingir um objetivo e não no objetivo em si. Pensando-se no objetivo final, os padrões indesejáveis são naturalmente acionados, uma vez que a ação conhecida desencadeia maneiras conhecidas do corpo operar.

A Técnica de Alexander é, tradicionalmente, ensinada por meio de lições particulares, pois o professor trabalha continuamente com o aluno, “ouvindo”, “convidando” e “falando” (CHANCE, 2001) com seu corpo, utilizando também as suas mãos. O professor precisa ficar atento às inúmeras e sutis modificações no equilíbrio e na coordenação corporal do aluno.

A Técnica de Alexander, embora normalmente aplicada em aulas particulares, pode estar associada a outros trabalhos a partir da aplicação de seus princípios, como acontece nas aulas de Infante. A Técnica de Alexander colabora não apenas com a construção do corpo de *Corpo Desconhecido*, mas com duas das suas “idéias operacionais” - Inibição e Direção, já estudadas no capítulo I, as quais constituem, respectivamente, dois procedimentos do trabalho.

2.2.2. Minha Experiência nas Aulas de Mônica Infante

Nas aulas de Infante tenho a oportunidade de vivenciar, integrar e atualizar todos os conhecimentos acima descritos que, embora tenham diferentes origens, encontram-se em muitos pontos e possuem um objetivo comum: o bem estar, o bem viver. Saúde e energia/força para realizarmos com satisfação tudo do que somos capazes. Para que estes objetivos sejam alcançados, busca-se aumentar a eficiência do funcionamento do organismo, isto é, obter um maior desempenho com menor gasto de energia. Um outro aspecto a ser pontuado é que o trabalho de Infante, assim como aqueles pertencentes à Educação Somática, foram criados por artistas e, portanto, o estudo do corpo num processo de busca por saúde e eficiência não está dissociado do seu aspecto criativo. O corpo que se move “melhor”, também se expressa “melhor”.

Estas aulas me deram a oportunidade de descobrir como transpor os limites físicos impostos pela estrutura corporal - como, por exemplo, a amplitude de

movimento de um membro - pela descoberta do movimento interno, isto é, dos micromovimentos que se manifestam desde o nível celular e são ilimitados.

Embora as aulas de Infante me dêem a chance de exercitar muitos dos princípios operantes em *Corpo Desconhecido*, a principal função desta artista é a de acompanhar de perto o processo de criação deste trabalho que acontece no meu corpo, mas é concebido por nós duas. Este processo será detalhado no próximo capítulo.

CAPÍTULO III - O PROCESSO – A CENA

Neste capítulo falarei sobre a maneira como esta pesquisa vem sendo desenvolvida ao longo desses seis anos (2002-2008) por uma metodologia empírica que se delinea a partir da dinâmica do próprio trabalho. Lançarei um olhar sobre o processo de criação e sobre a cena, por uma perspectiva interna (experiência sensorial) e outra externa, a partir dos rastros que o processo foi deixando no percurso por meio das minhas anotações. Por tratar-se de um processo colaborativo, também serão incluídas informações/relatos dos outros artistas que compõem a equipe, os quais contribuíram e ainda contribuem com seus olhares especializados e únicos, e sem os quais este trabalho não poderia existir.

Uma vez que esta pesquisa artística possui um caráter primordialmente empírico, em que teoria e prática se confundem na experiência vivida, as informações que constam neste capítulo provêm, basicamente, das ações e dos comentários obtidos no dia a dia de trabalho. Para tanto, foram aplicados questionários (em apêndices) especificamente para esta dissertação, assim como também foram utilizados comentários feitos nos nossos encontros.

Tendo em vista a grande quantidade de informação produzida nesse tempo de trabalho, optei por distinguir o processo em quatro fases, configurando-se esta sistematização tanto como um recurso facilitador para a escrita como para o entendimento da evolução do processo.

3.1. FASE I

A primeira fase da pesquisa se constituiu dos cinco primeiros meses de trabalho e tem início na primeira conversa, em maio de 2002, com a artista que se tornou minha principal colaboradora, Infante, e finaliza-se com a primeira apresentação pública do trabalho, em outubro do mesmo ano, a qual pontua o surgimento do modo como o corpo opera em cena. Por este motivo, a maior parte desta narrativa estará condensada nesta fase, momento em que as descobertas, conflitos e reformulações aconteceram com maior intensidade, e que resultou no

surgimento da obra, mesmo que ainda em sua fase inicial.

Início relatando o encontro com a artista que me auxiliou a dar um novo rumo à minha dança, e os motivos que me levaram a convidá-la a fazer parte de minha pesquisa. Conheci Infante em maio de 2002, no Conexão Sul – encontro de artistas contemporâneos de dança da Região Sul - em sua primeira edição, na cidade de Porto Alegre. Este evento surgiu da urgência de três artistas gaúchos em conhecer a produção de dança contemporânea do Sul do país. O evento existe até hoje, já na sua 4ª edição, acontecendo também nas outras capitais do Sul. Sua continuidade se deve ao sucesso de sua proposta – um local de encontro e troca de informação.

Embora viva na mesma cidade de Infante, foi em Porto Alegre que realmente nos conhecemos. Foi um encontro de idéias e de ideais, o que futuramente viríamos a descobrir. O evento é constituído basicamente de apresentações de dança, debates, oficinas e intervalos para o “cafezinho”, momentos e espaços onde se trocam mais idéias. A apresentação de Infante foi diferente de tudo o que já havia visto, e no momento do debate percebi que também sua maneira de pensar a dança era diferenciada. Percebi haver a possibilidade daquela artista ajudar a dar continuidade a um processo de criação que eu já desenvolvia, individualmente e com bastante dificuldade, há mais de dois anos, intitulado *Des-formando*. Como se tratava de um projeto artístico que nascia das inquietações de uma “bailarina” em crise e não apenas de uma montagem coreográfica, precisava de alguém capaz de orientar meu processo criativo e não que criasse por mim, como tradicionalmente faria um coreógrafo. Era necessário um olhar atento, sensível e experiente que pudesse trazer novas perspectivas para o trabalho.

Logo após o retorno à Curitiba nos encontramos para uma conversa, o que marcou o início de um trabalho baseado numa relação de intensa troca e colaboração. Este primeiro encontro, assim como o seguinte, foram fundamentais para o andamento de todo o processo e, por isso, passo a descrevê-los a seguir.

Nesta primeira conversa, expliquei à Infante que em *Des-formando* buscava deformar meu corpo, alterar minha forma e, para isso, usava as mãos para esticar a pele e movia as articulações para criar contorções, porém encontrava limitações físicas as quais não conseguia transpor. Ouvindo minhas próprias palavras, uma imagem me ocorreu naquele momento – pequenas e múltiplas fibras musculares se movendo de forma mínima. Compreendi, então, que era “por dentro” que as

deformações teriam de surgir por um movimento “interno” e não pela manipulação das mãos (externamente).

Com relação ao movimento das articulações, embora estas fossem mais internas do que os músculos, a idéia de ser “por dentro” relacionava-se com o modo com que o movimento era gerado. O movimento não deveria acontecer por segmentos ou por partes do corpo, mas distribuído por todo o tecido (no caso, o tecido muscular, pois era a referência mais familiar para movimento). Este tecido produziria movimentos muito menores e também em maior número do que aqueles gerados pelas mãos ou pelas articulações. Neste primeiro encontro já começavam a emergir alguns princípios que norteariam este trabalho – a relação *InternoExterno*, que, na época, ainda considerava uma dualidade, movimento interno/micromovimento e fluxo de energia. Posteriormente, a noção de limite também seria revista. Neste momento, contudo, essas noções eram ainda muito subjetivas. Vivenciava um momento de grandes transformações, das quais fui tomando consciência apenas com o passar do tempo. No início, o processo foi bastante intuitivo.

No segundo encontro, durante minha primeira prática corporal, outra grande revelação aconteceu. A palavra “revelação” pode parecer um tanto exagerada neste contexto, mas esta foi a sensação de tive naqueles dois dias, como se algo no meu corpo tivesse se revelado a mim mesma.

3.1.1. Um Olhar de Dentro

A primeira prática após o encontro com Infante aconteceu a partir de uma atitude de pausa, um não-mover, uma *paragem* (LEPECKI, 2005). Iniciava-se um novo momento em meu processo artístico, sem que ainda soubesse disso. Deitada, sendo observada por minha colaboradora, percebendo-me e aguardando, experimentei movimentos muito lentos e também muito pequenos, bastante distintos do que normalmente vivenciava na dança. O texto abaixo busca narrar esta experiência por meio das minhas sensações físicas, das emoções por mim vividas e das relações que estabeleço com estas, as quais fundamentam esta pesquisa acadêmica – os movimentos que acontecem independentemente da minha intenção consciente de mover; as relações *Voluntário/Involuntário*, *Consciente/Inconsciente* e

percepção do Ki.

Deito e aguardo. Não sei o que fazer, portanto, não faço nada. Não sei o que dançar ou como dançar, por isso, não danço. Tenho uma testemunha, Mônica, que apenas aguarda comigo. Espero por um impulso de movimento, alguma informação que ainda não conheça. Busco um outro caminho.

Movo-me lenta e conscientemente. Tento perceber como o movimento acontece no corpo: qual o esforço despendido, onde ele se localiza... procuro me certificar de que não estou repetindo meus velhos padrões, nem satisfazendo apenas um desejo de sair do lugar. É difícil ficar parada, e mais difícil ainda é ficar parada aguardando ansiosamente por movimento, pois até este momento, dançar implicava, necessariamente, em mover-me. Estou presa no corpo que só sabe dançar de um jeito, aquele que aprendi nas aulas de dança. Tudo o que faço parece mais ou menos conhecido, embora me esforce para mudar, para encontrar uma nova dança. Deformar o corpo poderia ser uma possibilidade, mudar a forma, sair da fôrma; dê-formar, romper com os padrões construídos ao longo da minha vida.

Um movimento diferente dos outros ocorre. Diferente de tudo o que já havia experimentado (conscientemente) – um pequeno movimento do quadril. Só o percebo depois de ter acontecido. Quem moveu? Meu corpo, mas como? O que desencadeou a ação?

Embora me lembre da sensação até hoje, o movimento se deu totalmente independentemente da minha vontade, da minha intenção consciente de mover. Foi um movimento de uma natureza distinta daquela que conhecia e do qual tive uma consciência parcial. Um outro mecanismo corporal estava operando com mais evidência naquele momento, que não a imposição da minha vontade – o fluxo de energia/ movimento interno, vislumbrado na imagem do encontro anterior, que sempre existira, mas que apenas naquele momento, permiti manifestar-se no espaço/ tomar forma sem interferir. Outras relações, Voluntário/Involuntário ou Consciente/Inconsciente começavam a fazer parte do trabalho. Este movimento do quadril também foi observado por Mônica e foi a natureza singular deste movimento que nos despertou interesse. Com esta experiência descobri a energia no meu corpo, para depois descobrir que meu corpo é energia.

A pergunta básica passou, portanto, a ser: “antes de se fazer alguma coisa, o que já está acontecendo?”; “haveria uma dança que não dependesse da intenção

consciente de mover-se?”.

3.1.2. A Dinâmica do Trabalho

A partir daí, definimos que os encontros seriam semanais, os quais duravam de uma hora e meia até três horas. O primeiro mês aconteceu num estúdio de dança, dentro da livraria Arcádia, no centro de Curitiba, mas após este período utilizamos outros lugares, escolhidos de acordo com as circunstâncias.

Os encontros seguiam, basicamente, a mesma dinâmica e dividiam-se em três momentos: 1) conversa sobre a semana, impressões, questões, informações trazidas para serem discutidas; 2) prática corporal: pesquisa de movimento, que acontece no meu corpo com o testemunho de Infante. Antes de realizar o trabalho em si, fazíamos uma preparação juntas, dando início ao processo de percepção do corpo e do ambiente; 3) retorno (verbal) da experiência.

A metodologia foi se desenvolvendo na constante interação entre teoria e prática, pois percebi que a teoria transformava minha prática, assim como a prática suscitava questões a serem estudadas na teoria. Trata-se, contudo, de uma metodologia de caráter empírico, conforme esclarecido no início deste capítulo, não estabelecida *a priori*, mas criada ao longo do próprio processo de pesquisa. Neste processo a presença de um observador externo foi fundamental. Isto nos traz ainda outra relação de interação no processo da obra: a de realizador-observador, termos utilizados em Movimento Autêntico.

3.1.3. A Colaboração

A principal função de Infante era a de identificar o que emergia no meu corpo a cada momento, tanto nas práticas corporais quanto nos meus depoimentos, e a partir daí levantar questões e propor conteúdos que pudessem servir de referência para o entendimento e ampliação do que estava acontecendo. Infante ajudava a refletir a mim mesma, porém, enquanto olhar de fora, enxergava mais objetivamente, percebia o que eu ainda não era capaz de perceber. Este olhar de fora confirmava o que meu corpo já manifestava, mas ainda não sabia, como se alguns conteúdos

estivessem latentes, à espera de encontrar informação similar que os permitissem tomar forma. Este olhar, no entanto, é especializado, pois necessita conhecer para poder reconhecer, no outro, as novas informações. Assim, tanto a experiência de Infante de quatro anos de pesquisa colaborativa com a artista plástica e *performer* Laura Miranda (também colaboradora neste projeto), quanto a sua percepção do “parar” de mover para “escutar” o que já acontecia, foram fundamentais para o trabalho.

Infante (2006, p. 95) relata:

... me dei conta de que precisava “fazer” cada vez menos – refiro-me a “fazer menos” em relação à quantidade de passos e seqüências coreográficas que colocava nos trabalhos. Como estava começando a perceber o ambiente de uma forma diferente, compreendia também que já havia muita coisa acontecendo antes da minha vontade de criar algo. Neste sentido, resolvi “parar” de fazer e passei a “escutar” mais os processos que já se desencadeavam em mim, procurando encontrar maneira de desenvolvê-los – enquanto trabalhos artísticos. Esta mudança de compreensão passou a orientar meu processo de criação.

A presença de Infante me permitia ir mais a fundo na experiência, dando-me confiança para experimentar o desconhecido, pois, nas palavras de Tanaka (2002, p. 5, tradução livre), recebemos “o apoio do outro, do parceiro, para estar realmente só. O parceiro está lá para que você se sinta só”.

Na experiência de Infante¹⁹, Miranda cumpria a função do olhar externo. A partir da aproximação desta com o corpo cênico e o corpo do artista pelas suas experiências como dançarina/*performer*, e por pensar as artes plásticas a partir do corpo, Miranda lia o trabalho que Infante propunha em seu corpo e então levantava discussões. Nesta pesquisa o mais importante era identificar quais conteúdos realmente tinham coerência com a proposta, a partir de todo o material que surgia no processo criativo. Relata Infante que este foi um aprendizado fundamental - refinar o olhar e eliminar todo o excesso. E este também foi uma das minhas mais relevantes descobertas no que concerne à criação de uma dança, uma dança que não fosse repetição de nenhuma outra.

Embora nesta dinâmica de relação não exista uma separação das funções, estas são claras. Infante exerce, em *Corpo Desconhecido*, um papel similar ao que Miranda faz em relação a ela. E, independentemente da função, o aprendizado é

¹⁹ Informações recolhidas por meio de questionário (em apêndices), aplicado especificamente para fundamentação desta pesquisa.

sempre mútuo. Infante diz ser um desafio constante saber olhar para as questões que surgem no meu corpo e encontrar o melhor retorno a ser dado. A função da colaboração num trabalho como este está muito distante da tradicional idéia de coreógrafo como criador e dançarino como executor.

O pequeno movimento do quadril que aconteceu na primeira prática talvez fosse esquecido por mim, não fosse a percepção e a lembrança de minha testemunha. O grande exercício, portanto, era o de aprender a transitar entre teoria e prática e fazer perguntas, pois era na busca pelas respostas que o trabalho aconteceria.

A primeira pergunta que Infante me fez, em um de nossos encontros de trabalho, foi querer saber quais eram as minhas questões. Na época não tinha questão alguma e tampouco sabia que para dançar precisaria fazer perguntas. Também foi uma surpresa descobrir que leituras e conversas colaboravam com a criação de uma dança, e não apenas as aulas e os ensaios. As primeiras perguntas surgiram, portanto, da minha insatisfação em relação à dança que conhecia: por que a dança não é a mesma para mim, hoje? O que é a dança para mim? Como isso vai se dar no meu corpo? O corpo traria as respostas...

Três perguntas nortearam todo o desenvolvimento da pesquisa, a saber:

- 1) qual a construção do corpo?
- 2) qual o modo do corpo operar em cena?
- 3) qual o conteúdo a ser encarnado?

Estas três questões foram fundamentais, em especial, para a compreensão de que para se construir um novo modo do corpo operar em cena era necessário bem mais do que colar fragmentos de outros, era preciso descobrir outras lógicas de operação, as quais implicavam em regras determinadas. Isso foi muito importante, pois, uma vez que identificamos que nosso interesse seria o movimento interno e que o modo do corpo operar, portanto, aconteceria por micromovimentos, tínhamos uma delimitação clara a partir da qual poderíamos desenvolver o trabalho. Uma vez que este modo específico do corpo operar ou gerar movimento, distinto do que conhecia, seria necessário (re)construir o corpo para que adquirisse as competências adequadas à proposta.

A construção do corpo passou a acontecer, portanto, pelas aulas que

comecei a freqüentar, a convite de Infante: respiração e consciência corporal (explicadas em detalhe no Capítulo II) e pelos estudos que relato a seguir.

Partimos de algumas idéias com as quais já tínhamos contato na época, que entendiam o corpo sob uma perspectiva evolutiva. Portanto, ele poderia ser visto como processo constante de transformação a partir das trocas que opera com o ambiente onde está inserido e não algo pronto e acabado ao nascer. Esta compreensão me permitiu entender que a relação corpo-ambiente seria fundamental na investigação e que apenas pelo fato do corpo existir, ele já estava prenhe de conteúdo/significado – de uma vida inteira. O conteúdo do trabalho, portanto, era o próprio corpo que, aos poucos, ia sendo revelado pelo modo do corpo operar em cena e constantemente atualizado pelo processo de re-construção. A este entendimento de corpo, também estava associado o olhar não dualista; assim, corpo e mente eram vistos e trabalhados como indissociáveis em todas as instâncias da pesquisa, bem como teoria e prática, interno-externo, consciente-inconsciente, entre outras. É importante ressaltar que as questões da construção do corpo, do modo do corpo operar em cena e do conteúdo, mesmo implicando em operações distintas são, de fato, interdependentes, acontecendo num movimento de retro-alimentação constante.

Outro estudo proposto por Infante, nesta fase, foi o Butô, movimento de dança de origem japonesa e marco na história da dança. A escolha do Butô se deu pela similaridade de pensamento em relação a nossa proposta. Utilizamos publicações de Christine Greiner²⁰, uma entrevista com Min Tanaka²¹ e vídeos documentários²². Infante também indicou filmes de origem japonesa, chinesa e franco-vietnamita²³, os quais levantavam discussões relacionadas à pesquisa. O estudo deste movimento de dança japonês colaborou muito com a perspectiva de uma nova possibilidade de dança (nova para mim), pois era bastante distante do que eu conhecia até então, e do que tradicionalmente compreendemos por dança no Ocidente - dança que existe no corpo e não com o movimento; a restrição do movimento e os micromovimentos como grandes possibilidades.

²⁰ GREINER, Christine. **Butô**: pensamento em evolução. São Paulo : Escrituras, 1998; **A autenticidade sem mistérios do butô**, por Christine Greiner. Jun. 2000. Disponível em: www.estado.com.br/editoriais/2000/06/13/cad981.html.

²¹ TANAKA, Min. **About Butoh**: in research for its origin and actual meaning. Contact Quaterly, Northampton, v. 27, n.1, p. 22-33, 2002. Entrevista concedida a Pétra Vermeersch.

²² Body on the Edge of Crisis; Dance of Darkness.

²³ Balada em Narayama; Depois da Chuva (Japão); Amor à flor da pelo (China); As Luzes de um Verão (França e Vietnã).

Estes estudos serviam não como modelos, mas como referências, ora contribuindo com novas informações, ora ampliando discussões já levantadas. Por serem similares, estas referências ajudavam a identificar o que estava latente, mas ainda não completamente manifesto, e por conter diferenças também ajudavam a identificar quais eram as especificidades do nosso trabalho.

Dos diversos assuntos levantados pelo estudo do Butô, embora todos tenham me causado bastante impacto, o que colaborou com um aspecto fundamental do trabalho, que foi a relação integrada entre vida e arte. Quando Greiner (2000) cita Noguchi (*apud* YAMADA, 1976), diz que a contribuição mais importante que o Japão pode dar ao Ocidente, quando se pensa numa possível integração entre as duas culturas, foi a integração da arte na vida.

Lembrando Rodrigues (1999, p. 51),

O corpo morto do Butoh [...] é uma profunda reafirmação do mundo que o cerca, com tudo que ele possua de belo, bom, desprezível ou grotesco... suas imperfeições e seus fluidos dão passagem para a expressão do mundo.

Assim, no estudo desta manifestação estética, compreendi que a vida poderia estar imbricada na minha arte caso me permitisse escutar o mundo à minha volta, ao invés de ignorá-lo tentando, como sempre fizera, criar um discurso fragmentado, no qual apenas uma parte de mim se manifestasse.

Durante toda minha trajetória na dança, vida e arte sempre estiveram apartadas e agora necessitava, mais do que nunca, reaproximá-las. Isso implicou compreender, no corpo, na dura experiência da conscientização dos velhos e fixos padrões, que a bailarina e o indivíduo da vida “real” eram os mesmos. Teria, finalmente, de assumir que não adiantava mais querer idealizar um corpo para dançar – perfeito, belo, competente, produtivo, sem desvios e todas as outras qualidades tão exaltadas em nossa cultura (ocidental), pois este não era o meu corpo.

Foi possível, então, responder a minha primeira pergunta: por que a dança não é a mesma para mim, hoje? Porque não queria mais me dividir em mil pedaços para poder levar à cena apenas o que era considerado “bom”. Queria que fizessem parte da minha dança, minhas emoções, minhas idéias, meus conflitos, meu corpo e não apenas as técnicas que havia aprendido, as quais carregavam pensamentos de

outras pessoas. Segundo Tanaka (2002), Hijikata, criador do Butô, perguntava por que a beleza tinha de estar sempre associada às qualidades “positivas”. Por que não uma dança do frágil e do doente?

Lembro-me bem da primeira vez que vi o Butô, em vídeo, alguns anos antes de iniciar esta pesquisa e o achei extremamente estranho e grotesco, mas, paradoxalmente, algo naquilo tudo me atraiu. Agora compreendo que a beleza depende do conceito que fazemos dela e que, na realidade, somos sempre a integração do que consideramos bom ou ruim, belo e feio, do que gostamos e do que odiamos.

Neste processo de re-unir os, aparentemente, opostos, minhas idéias sobre dor e limite também foram revistos. Compreendi que, embora não precisasse sentir dor para dançar, como havia feito durante anos, também não precisaria negá-la, atitude que tomei depois do contato com a Educação Somática, pois a dor não era necessariamente ruim, assim como sua ausência, algo bom. Ela deixou de ser uma regra ou uma negação para tornar-se apenas parte, passagem... Assim, a noção de limite também se modificou, pois se a dor era um dos meus limites e eu poderia passar por ela, poderia também, seguir com a proposta. A limitação imposta pelo movimento externo poderia ser transpassada pela ativação do movimento interno. O limite deixou de ser uma barreira para se tornar uma referência momentânea.

Ao mesmo tempo em que o processo me permitia integrar a dança cada vez mais à minha vida e que meus conteúdos mais íntimos começavam a fazer parte do trabalho, surgia uma enorme dúvida – seria aquilo dança ou apenas uma continuação do meu processo terapêutico? Era tão pessoal...! Como uma dança poderia ser tão pessoal? Era estranho perceber que tudo o que sempre neguei para poder dançar estava surgindo com tanta força – a fragilidade, a ansiedade, o corpo acima do peso, a dor, a dúvida...

Neste sentido, o contato com o Butô, movimento tão potente e que há cinco décadas já havia acontecido, serviu de importante referência para compreender que aquela experiência tão particular era, também, uma experiência compartilhada.

A presença observadora de minha colaboradora também me ajudava a perceber, de alguma maneira, que não era terapia, pois havia a experiência estética, objetivo da arte e não da terapia. Minha função, ali, era enquanto artista. Descobri, ao longo do processo de criação, que qualquer conteúdo poderia fazer parte desta dança, porém nada poderia ser resolvido por ela. A experiência era, de fato, pessoal,

mas o momento da pesquisa estava destinado ao fazer artístico, pois não estava conectada apenas com meus pensamentos e emoções particulares, mas com o público, com o ambiente à minha volta.

3.1.4. Primeira Apresentação

Em outubro de 2002, após cinco meses de trabalho, decidimos apresentar a pesquisa pela primeira vez, pois naquela época acontecia a segunda edição do Conexão Sul, mesmo evento em que conheci Infante, agora na versão Paraná. Como se tratava de um evento voltado para a discussão e não apenas para mostra de dança, seria o lugar ideal para esta recém nascida pesquisa. Foram dez minutos de trabalho, apresentado em palco italiano, no teatro José Maria Santos, em Curitiba.

Considero este momento o marco da primeira fase, uma transição para a seguinte, pois apenas após a experiência de estar em cena e compartilhar o trabalho com o público é que consegui enxergá-lo como obra. Não apenas pelas dúvidas entre dança e terapia, mas por um outro velho conceito meu – a dança teria que ser resultado final e não processo. Estava acostumada a ensaiar para alcançar um resultado específico. Eventualmente, este resultado teria também um figurino, um cenário e muitas coisas diferentes aconteceriam na coreografia... Estava no processo de algo que ainda não compreendia com clareza, que quase não apresentava mudanças, não havia cenário nem figurino. Processo, para mim, era apenas o caminho, não poderia ser também o produto. Após a apresentação, contudo, percebi que aquele processo já havia se configurado num trabalho artístico.

Como se tratava de uma dança que acontecia no trânsito entre corpo e ambiente, na percepção das trocas que ocorrem entre o interno e o externo, Infante convidou o músico Gilson Fukushima (sobre o qual voltarei a falar mais adiante), para participar dessa primeira apresentação. Fukushima criaria outros estímulos, além daqueles presentes no ambiente. Isso se deu por meio de sons/ruídos esporádicos que produzia com sua guitarra elétrica, fora de cena, nas coxias. Outro estímulo presente era o foco de luz que incidia sobre meu corpo, operado por Infante, a qual, muito lenta e sensivelmente, aumentava e diminuía sua intensidade.

3.2. FASE II

Esta fase se inicia logo após a primeira apresentação, em outubro de 2002, com o estabelecimento da pesquisa enquanto obra artística e não apenas como processo, e vai até março de 2004. Este reconhecimento propiciou um novo momento para o trabalho, que foi ganhando outros suportes teóricos. Comecei a pensar sobre minha posição enquanto artista, minha função na arte, a função da arte, que tipo de artista queria ser, etc.

Nesta fase, começamos a refletir sobre alguns conceitos trazidos pela fenomenologia de Merleau-Ponty, que muito contribuiu com a pesquisa pela maneira com que o filósofo coloca o corpo no mundo. Merleau-Ponty estabelece que “ser um corpo é estar atado a um certo mundo” (2001, *apud* LECHTE, 2003, p. 44), pois o corpo em-si-mesmo não existe, apenas na sua relação com o mundo. Assim, para Merleau-Ponty (DETONI, 2001) a realidade é o vivido, uma vez que o corpo se faz à medida que as coisas se manifestam a ele. Esta abordagem fortaleceu um dos princípios que norteou todo o processo criativo, que implica na relação *CorpoAmbiente* (estudada no item 1.3.2.), a qual é vista como troca recíproca e não como oposição, conforme o olhar dualista. Da mesma forma, Merleau-Ponty (1964, *apud* LECHTE, 2003) reintegra a mente no corpo ao estabelecer a primazia da experiência vivida, o que reafirma outro princípio de *Corpo Desconhecido*, a relação *CorpoMente* (estudado no item 1.3.1.).

Paralelamente aos estudos sobre Merleau-Ponty, demos continuidade com os estudos sobre o Butô, o qual foi fortalecido pela minha participação e a de Infante na oficina de dança ministrada por Kô Murobushi, na Casa Hoffmann - Centro de Estudos do Movimento, em Curitiba. Este artista japonês, que pertencera ao movimento Butô, deu-nos a oportunidade de estar corpo a corpo com informações que, embora fossem tão próximas do trabalho, vinham de tão longe.

Nesta fase, os encontros de trabalho deixaram de acontecer apenas no estúdio, deslocando-se para ambientes externos. Fiz experimentações com os pés na terra ao lado de muita vegetação e, também, muita sujeira. A questão da relação do corpo com o ambiente foi se intensificando. Corporalmente surgiram algumas alterações significativas, não apenas pelo contato com outros ambientes, mas por algumas sutis observações de Infante. Uma vez que a proposta era Inibir todo movimento que não fosse “micro”, assim como qualquer resposta já padronizada,

quando Infante me indagou “o que acontece se você não piscar?” ou “o que acontece se você não engolir a saliva?”, os fluidos corporais começaram a surgir. Pelos olhos, boca e narinas começaram a verter os líquidos que normalmente retemos em nosso corpo e quase nunca deixamos que os outros vejam. Este foi um momento fundamental para o trabalho, por ter tido que lidar com a vergonha, a necessidade de ser bela, o ego. O ego foi, aos poucos, dando espaço à dança.

Também nesta fase escolhemos o nome do trabalho. *Corpo Desconhecido* foi a expressão que usei para designar a percepção que tinha de mim mesma naquele período de tanta crise e mudança. Infante, como meu “espelho”, registrou esta fala durante um de nossos encontros e trouxe-a como proposta de nome, algum tempo depois.

Em maio de 2003, o trabalho foi apresentado pela segunda vez no Conexão Sul – versão Santa Catarina, até que, por ocasião do prêmio recebido pelo Rumos Itaú Cultural, no final do ano, pôde ser alavancado pela possibilidade de aumento da equipe de trabalho. A convite de Infante, dois artistas se integraram à pesquisa, Laura Miranda e Gilson Fukushima.

Durante os dois primeiros meses de 2004 meu trabalho com Infante se intensificou, representando a transição desta fase para a próxima.

Os encontros passaram a ser diários, com aproximadamente quatro a cinco horas de duração. Trabalhamos grande parte deste tempo na chácara de Miranda, ao lado do Lago Passaúna, em Curitiba. Este ambiente proporcionou novas e importantes experiências que foram alterando minha percepção em relação ao corpo na interação com o ambiente e em relação ao trabalho em si.

Miranda foi a artista responsável pela concepção do figurino e do espaço cênico. Miranda é artista visual, especialista em História da Arte do Século XX. Atua como artista visual e *performer* e dedica-se às práticas corporais que incluem a Técnica de Alexander e *Aikidô*. Miranda e Infante trabalharam juntas na Tempo Companhia de Dança e, desde 1998 desenvolvem uma pesquisa colaborativa que associa as artes plásticas com a dança²⁴.

²⁴ Informações recolhidas por meio de questionário (em apêndices), aplicado especificamente para fundamentação desta pesquisa.

3.2.1. A Concepção do Figurino, do Espaço Cênico e do Som²⁵

Na época em que convidamos a artista visual Laura Miranda para participar de *Corpo Desconhecido* ela estava trabalhando em outro projeto, no qual havia produzido uma coleção de objetos moldados com látex pigmentado, intitulada *As Vestes*.

Conta Miranda que, quando viu *Corpo Desconhecido* pela primeira vez, teve um grande impacto devido a minha concentração e visceralidade, o que a desafiava a pensar no tecido como pele marcada pela experiência e a roupa como continuidade do próprio corpo. Concluiu que o látex, por sua aparência orgânica, macia e delicada poderia adequar-se com mais eficiência ao propósito do trabalho.

Miranda articulou as impressões que teve da performance *Corpo Desconhecido* e seus conceitos fundamentais com o contexto no qual foram desenvolvidas *As Vestes*. Explica que não desejava, simplesmente, utilizar o látex por suas qualidades materiais, mas indagar se faria sentido criar uma ponte entre estes dois processos de criação. Os tecidos das *Vestes* foram moldados sobre superfícies de casas polonesas centenárias na região rural de Campo Largo, Paraná, município próximo a Curitiba. Estas casas foram encontradas após longas caminhadas pela região, que propiciaram a criação de vínculos com os moradores e a imersão na paisagem. Estes “passeios sem destino” como exercício lúdico e dinâmico proporcionaram uma perspectiva de trabalho rica de possibilidades plásticas e poéticas, e que resultou na criação de uma “cartografia sentimental” cujos mapas eram os próprios tecidos moldados, relata Miranda.

“Comecei a pensar em *Corpo Desconhecido* e na dimensão cosmológica que o corpo havia adquirido neste trabalho por ter uma comunicação tão contundente com o espaço, jorrando de si seus próprios líquidos e sopros e expandindo-se em todas as direções”, diz Miranda.

Precisávamos, então, escolher a superfície sobre a qual o tecido da roupa seria moldado. Pela crueza do trabalho, decidimos que seria sobre uma rocha. Assim, escolhemos uma pedreira no município de Quatro Barras, vizinho à Curitiba, para a qual fomos duas vezes, Miranda, Infante e eu, no mês de fevereiro de 2004.

O látex, pigmentado por um tom de vermelho, foi aplicado sobre a rocha

²⁵ Informações recolhidas por meio de questionário (em apêndices), aplicado especificamente para fundamentação desta pesquisa.

minutos após uma das explosões que possibilitou a sua ruptura. A superfície quente ainda guardava resíduos de pólvora que, juntamente com as marcas da própria superfície, gravaram o tecido, e a umidade do dia chuvoso contribuiu para a fragilidade de certas partes da roupa.

Foram confeccionados três vestidos para serem usados alternadamente nas apresentações do trabalho, mas apenas dois foram escolhidos por se moldarem melhor ao meu corpo. Embora a concepção do figurino tenha sido de Miranda, sua execução contou com a colaboração de Infante e minha.

Quando começamos a refletir sobre uma possibilidade de figurino, na tentativa de não interferência, pensamos no corpo nu. O nu, contudo, não significa ausência; ao contrário, é um figurino carregado de significados. Concluímos, portanto, que a obra pedia um corpo exposto, não um corpo explícito.

O espaço cênico, também concebido por Miranda, deveria ser vazio, para que somente o corpo pulsasse e se perdesse nele. Neste contexto, vazio significa, paradoxalmente, cheio daquilo que já existe, uma vez que esta pesquisa se propõe a olhar para o que acontece antes da interferência da nossa vontade.

Da mesma forma que o espaço, resultou a concepção do som – uma não produção de som para que o som do ambiente pudesse entrar no trabalho. Este olhar atento e sutil foi despertado pela presença de Gilson Fukushima, músico que havia participado da primeira apresentação de *Corpo Desconhecido*, em outubro de 2002, mas que apenas neste momento se integrou à pesquisa.

Gilson Fukushima é guitarrista, violonista, compositor, arranjador, produtor musical e regente. Há mais de dez anos trabalha com a criação de música e concepção sonora para espetáculos de dança e teatro, cd's de música e espetáculos musicais. Na primeira vez em que viu o trabalho, em um dos meus encontros com Infante, Fukushima se perguntou: “como falar de música e som em uma *performance* onde os diferentes ambientes e os diferentes estados físicos e emocionais do artista interferem direta e exclusivamente no corpo que se movimenta?”.

Fukushima propôs exercícios para que ficássemos mais atentos aos sons existentes nos ambiente onde nos encontrávamos. Assim, fizemos esses exercícios próximos à natureza, ao lado do Lago Passaúna e em um estúdio de gravação. Com a percepção mais aguçada, notei, no ambiente aberto, a infinidade de estímulos que a natureza proporcionava. O estúdio de som serviu como tentativa de vivenciarmos a ausência de som; contudo, a ausência total não é possível para o ser humano, pois

onde há movimento, há som. Uma vez que todos os nossos sentidos interagem, fornecendo informações uns para os outros, quando a percepção do som fica mais apurada isto afeta todo o corpo.

Segundo Fukushima, a manipulação sonora e a criação musical tornar-se-iam artifícios desnecessários a até mesmo inconvenientes nesta *performance*. Partiu, portanto, do princípio da não interferência, deixando que as alterações naturais de cada espaço/tempo fossem suficientes para que o corpo se deixasse alterar, traduzindo-as em movimentos. Devido à delicadeza de cada movimento, qualquer artifício adicionado à obra poderia tomar uma proporção tão grande que deixaria o grande “protagonista” (o corpo) em segundo plano. Em *Corpo Desconhecido*, o som é o próprio ambiente onde está inserido. Assim, a concepção do som penetra na concepção do espaço, pois o som também é considerado ambiente, na relação com a roupa, a luz, o ar e etc.

Junto à concepção do som, espaço cênico e figurino, o trabalho de preparação do corpo, que já acontecia nas aulas de respiração (citadas no capítulo II), foi intensificado. Nesses dois últimos meses, Sagae direcionou seu trabalho mais especificamente para a pesquisa, trabalhando, também, com toda a equipe.

3.3. FASE III

A terceira fase aconteceu de março de 2004 até meados de 2005, após a intensificação dos trabalhos na fase anterior. Considero esta fase como um momento de amadurecimento da obra. Com figurino, concepção sonora e de espaço, a pesquisa pôde ser aprofundada e um novo teórico começou a fazer parte do trabalho.

O que estudávamos, por meio das artes e da filosofia, passou a ser orientado, também, pela ciência, mais precisamente pela neurociência de António Damásio. Em seu livro, “O Erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano”, o autor fornece explicações de caráter científico sobre a relação corpo-mente e corpo-ambiente, vistas como relações de integração, as quais satisfizeram minha necessidade por um entendimento mais “racional”, tornando minha prática corporal uma experiência ainda mais concreta.

A partir de estudos de caso, Damásio (1996) revela a complexidade das

relações que se processam em nosso organismo, no qual praticamente todas as partes do corpo (músculos, articulações, órgãos internos) podem enviar sinais para o cérebro, influenciando seu funcionamento, assim como o cérebro pode atuar em todas as partes do corpo. No caso do ser humano, a mente é a resultante desta inter-relação, bem como da relação do corpo com o ambiente na produção de imagens. Desta forma, o autor esclarece como se dão as relações *CorpoMente*, *CorpoAmbiente*, escolhidas para fundamentar o processo de criação de *Corpo Desconhecido*.

Desta fase resultaram duas apresentações: uma, que aconteceu em maio de 2004, no Palácio das Artes, em Belo Horizonte, a convite do Rumos Itaú Cultural, e a outra, na Companhia do Abraço (espaço de artes), em Curitiba, em outubro do mesmo ano. Esta apresentação foi seguida de um bate papo com o público sobre o processo de criação da obra. A conversa mostrou que, à medida que somos questionadas, tendo de encontrar uma maneira objetiva para falar sobre o processo criativo (de caráter empírico), temos condições de compreender o trabalho cada vez mais.

3.4. FASE IV

Esta fase, que reconheço como de estabilização do trabalho, se iniciou em meados de 2005, apresentando menos mudanças que naquelas que lhe antecederam.

Em junho de 2006, *Corpo Desconhecido* foi apresentado, mais uma vez, no Conexão Sul – versão Rio Grande do Sul, mesmo local onde conhecera minha colaboradora Mônica Infante e que definiu o início do processo criativo. Neste mesmo mês, ministramos uma oficina sobre o processo de criação de *Corpo Desconhecido*, na Casa Hoffmann - Centro de Estudos do Movimento, em Curitiba, que teve duração de cinco dias. Para compartilhar um pouco do processo com os participantes, convidamos os outros profissionais da equipe (Wilson Sagae, Laura Miranda e Gilson Fukushima) para falar de suas experiências no trabalho. Além das conversas, também propusemos aos participantes que experimentassem, à sua maneira, a possibilidade de se mover por meio de micromovimentos, como acontece na obra. Ao final da oficina, percebemos que o processo de criação de *Corpo*

Desconhecido tinha constituído uma metodologia (empírica), pois tínhamos conseguido, de maneira clara e organizada, compartilhar o processo com o público presente.

Em agosto de 2006 ingressei no Mestrado em Artes Cênicas do Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal da Bahia, com a proposta de falar sobre a pesquisa que vinha acontecendo há tempos. E esse falar, que de alguma maneira começou a se delinear nos momentos em que tivemos de falar da obra, conforme citado anteriormente, e que hoje acontece nesta dissertação, tem se mostrado muito revelador. A re-visitação, a reflexão e a tentativa de sistematização do processo se tornam uma recriação do próprio trabalho. Mesmo *Corpo Desconhecido* sendo resultado de um processo teórico-prático, era ainda bastante empírico. Ao descrevê-lo no papel pude compreender melhor os diversos campos de estudo que o compõem. Como a arte faz parte da vida, percebi que o trabalho pode ser estudado pelo viés tanto da filosofia, como da história ou da ciência. Mesmo nas minhas práticas atuais tenho reconhecido mais claramente como esse trabalho se processa em cena.

3.5 A CENA

Todas as apresentações de *Corpo Desconhecido*, ao longo dos seis anos de pesquisa, aconteceram em locais fechados, com espaço cênico similar ao palco italiano e, portanto, com iluminação artificial. Esta escolha aconteceu por esse formato cênico ser um espaço muito habitual, tanto para Infante quanto para mim, em nossa prática de dança, e também foi o único tipo de espaço disponibilizado para as apresentações. Após essas experiências com o público, e a partir das vivências ao ar livre com a equipe de trabalho, compreendemos que esta obra necessitava de outro tipo de local, o que ainda não tivemos a oportunidade de viabilizar. Temos projetos para apresentar *Corpo Desconhecido* em ambientes abertos com muita terra e vegetação, e também numa pedreira, local onde o figurino foi elaborado.

3.5.1 Um Lugar de Partida – o Ficar em Pé

MoverPausar, relação estudada no capítulo I, se explicita na posição em pé, pois mesmo que o corpo não esteja executando nenhuma ação de intenção consciente, existe uma ativação do corpo de natureza involuntária e indireta.

A pausa, em *Corpo Desconhecido*, pode ser definida como uma Pausa Dinâmica (*Dynamic Stillness*), conforme proposta por Laban na Análise Laban de Movimento, e se relaciona com um dos grandes temas deste sistema de análise criado por Laban - Mobilidade-Estabilidade. Esta relação implica dizer que, mesmo numa aparente pausa, sempre existe movimento. Citando novamente Fernandes (2002, p.250), “a Estabilidade não significa falta de movimento. Mesmo o conceito de ‘ficar parado de pé’ é dinâmico, incluindo uma contínua e sutil alternância entre Mobilidade e Estabilidade para manter o equilíbrio”.

O ficar em pé, em *Corpo Desconhecido*, embora aparente uma ação cotidiana, é exercitado de maneira específica pela prática de *Yiquan*, parte da aula de respiração ministrada por Sagae (estudada no capítulo II) e é momento em que o corpo aprende a ficar em “completo” relaxamento. Este relaxamento constitui um relacionamento ativo com a terra, o que cria estabilidade, permitindo o fluxo do movimento ocorrer.

A estabilização e o relacionamento ativo com a terra estão inseridos no terceiro Princípio dos Fundamentos Corporais Bartenieff (HACKNEY, 2002) – Grounding. Segundo esta autora, este princípio se dá por meio da entrega do peso corporal em direção à terra, a qual provê sua sustentação, devolvendo a força gerada pela gravidade em direção contrária.

Se o ponto de contato com a terra for a sola dos pés, como em *Corpo Desconhecido*, diz Hackney (2002), é como se houvessem raízes dirigindo-se para dentro da terra e retornando até a base da pelve. Em termos de ativação da musculatura, isso significa pés conectados com os músculos adutores, cuja conexão segue através do músculo psoas até a décima segundo vértebra torácica e da sola dos pés para os ísquios (ossos da base da pelve).

Quando estou em pé, em cena, é como se estivesse plantada na terra, o que me permite produzir infinitos micromovimentos sem sair do lugar.

3.5.2. O Ponto de Vista Interno

Neste item, busco descrever a cena a partir das sensações físicas, emoções e pensamentos que vivencio durante a *performance* da obra. Entremeando esta narrativa, traço relações entre estas operações corporais, de ordem mais subjetiva, e as referências teóricas estudadas nesta dissertação.

Em pé, percebo-me por meio das sensações corporais. Corpo preguiçoso, tenso, triste... não quero dançar, pois não estou num estado agradável, prazeroso. Corpo que dança sempre a partir de um modelo de perfeição. No entanto, sei que basta tomar uma decisão. Uma vez consciente da escolha feita, tudo o que faz parte deste momento é parte, também, da minha dança. Redireciono a atenção para o momento presente: o corpo, ambiente e tudo o que faz parte desta relação.

Primeiro procedimento – foco pré-motor: perceber é mover (COHEN, 1993). Percebo meu corpo, portanto, movo-me. Este é o primeiro movimento de *Corpo Desconhecido* - a percepção. Para Cohen (1993), a percepção constitui a habilidade motora de direcionar nossos órgãos dos sentidos, isto é, escolher quais aspectos dos estímulos que chegam até nós serão absorvidos ou aos quais prestaremos atenção (focar). O direcionamento da atenção é considerado por Cohen como uma ação motora, o componente motor da percepção e é essencial para a expansão do nosso potencial de escolha. Esta “decisão *ativa*”, que é normalmente inconsciente, se tornada consciente pode alterar nossa maneira de perceber.

Em pé, numa situação de luta contra a gravidade, inicio a prática, como todas as semanas. Conecto-me com as sensações físicas pelos meus sentidos (tato, olfato, paladar, visão, audição e propriocepção/ cinestesia).

Um vai e vem de pensamentos... faço um convite intermitente para ficar no presente. Tento sentir mais e pensar menos. Este pensar racional, responsável pela elaboração das idéias, que está suspenso no tempo, descolado do momento presente, desatualizado. O pensar que se conecta com a memória de um passado próximo ou distante ou com um possível futuro e não com a experiência vivida no instante. Penso sobre o trabalho durante o próprio trabalho, mas ainda me desconecto do presente, pois penso sobre o que acabei de sentir ao invés de

apenas sentir. Sinto e reflito, sinto e reflito, sinto e reflito...

Tanto na cena como nas práticas corporais que me preparam para ela, lido, continuamente, com as diferentes possibilidades de relação entre corpo e mente. O hábito é fazer com que as operações mentais sejam abstraídas do corpo que sente – os pensamentos das sensações físicas. A mente opera a priori ou a posteriori, mas não simultaneamente ao corpo que sente. O corpo que pensa, necessariamente sente, pois, segundo Damásio (1996), o cérebro e o corpo estão indissociavelmente integrados, sendo a mente uma resultante evolutiva desta íntima relação, na relação com o ambiente externo. Assim, os pensamentos são manifestos por meio das sensações físicas, mas a questão que se evidencia na prática é se estou consciente dessa relação, se consigo percebê-la efetivamente.

Em pé, direciono minha atenção para tudo o que meu corpo pode captar. Abro, cada vez mais, meu campo de percepção. Tudo que estou vivendo é material desta dança. Danço essa condição atual e não apesar dela, como anteriormente. Sinto preguiça, e a partir do momento que decidi continuar, a preguiça começa a fazer parte do fluxo de informações que permeia meu corpo e o ambiente ou o CorpoAmbiente. Não preciso negar as emoções e sensações desagradáveis para dançar. Incluo, integro, ao invés de eliminar. Sinto o ar tocando a minha pele, sinto a luz afetando meus olhos, sinto a saliva se acumulando na minha boca, sinto meus olhos se enchendo d' água... sinto a presença de Mônica. Tudo toca o meu corpo. Tudo move, mas tenho uma regra: mover apenas por micromovimentos.

A outra possibilidade de relação entre corpo e mente é percebê-los de maneira integrada, conforme a visão não dualista de mundo. Os autores escolhidos para fundamentar esta dissertação, tanto do Ocidente como do Oriente, compartilham deste olhar.

À medida que percebo meus pensamentos e emoções, assim como as informações que vêm do ambiente, por meio das minhas sensações físicas, começo a reintegrar corpo e mente, tornando-os em uma relação de integração *CorpoMente*. Conforme Damásio (1996), esta relação se dá tão somente na interação com o ambiente; assim, ao mesmo tempo em que a mente se instala no meu corpo, não me separo mais do meu entorno, transformando-o, também, em dança. Esclarece

Greiner (2005, p. 130):

o que importa ressaltar é a implicação do corpo no ambiente, que cancela a possibilidade de entendimento do mundo como um objeto aguardando um observador. Capturadas pelo nosso processo perceptivo, que as reconstrói com as perdas habituais a qualquer processo de transmissão, tais informações passam a fazer parte o corpo de uma maneira bastante singular: são transformadas em corpo. E como o fluxo não estanca, o corpo vive no estado do sempre-presente, o que impede a noção do corpo recipiente.

Aguardo. Não sei como dançar, por isso, não danço. Não sei o que fazer, portanto, não faço e por não fazer nada, percebo tudo o que já está acontecendo – micromovimentos, infinitos e contínuos micromovimentos, movimentos vitais, fluxo de energia. Esta é a dança. A vida no corpo se consumindo à medida que o tempo passa. Tenho uma testemunha, minha colaboradora, que aguarda comigo e observa. Busco não interferir no que percebo, mas à medida que sinto necessidade de mover para além da regra, opto por não mover. Estanco o fluxo? Não. Inibo-o.

Segundo procedimento – Inibição: para Alexander (GELB, 2000) Inibição é um lapso de tempo criado entre o estímulo e a reação; é a capacidade de parar e adiar as reações até que se esteja adequadamente preparado para produzi-la. Assim, quanto percebo um impulso para mover para além da regra, digo “não, não da forma habitual”, o que, para Garlick (1990), implica interromper a ativação do programa de ação muscular, o qual acontece inconscientemente.

Segundo Carrington (1995), quanto se diz “não”, não se trata apenas de não mover, o que poderia levar a uma fixidez, mas de permitir-se ficar consigo mesmo (*leave alone*) e deixar as coisas (simplesmente) acontecerem por si só (aquelas que constituem o nosso viver). Assim, numa atitude de não mover ou de não permitir que se manifestem movimentos maiores que os micromovimentos, os quais constituem o modo do corpo operar em cena nesta obra, potencializo a percepção do que já acontece, os movimentos vitais, fluxo de energia, que o Método de Respiração de Nishino implementa por meio da ativação da Respiração Celular.

Sinto um impulso por respirar profundamente, sinto vontade de me deslocar no espaço, Inibo, redireciono. Dou novas Direções para estes impulsos: distribuo-os por meio de micromovimentos por todo o corpo – movimentos quase invisíveis, desconhecidos. Digo “não” às respostas automáticas, padronizadas, para aumentar

as possibilidades de relação entre corpo e ambiente.

Terceiro procedimento – Direção: após a inibição da ação habitual, dá-se uma outra “direção”, mais adequada, a partir da qual o movimento poderá ocorrer. Segundo Garlick (1990), após a inibição pode-se fazer uma escolha consciente dentre várias opções: não mover, não “fazer” nada externamente, enquanto se continua a fornecer as “direções” mentalmente; fazer algo diferente do que foi planejado ou executar a ação planejada. Esta tomada de decisão de como operar constitui o conceito de Direção, um dos princípios da Técnica de Alexander. Em *Corpo Desconhecido* opto por não “fazer” nada externamente, o que permite outras formas de movimento se expressarem – os micromovimentos orientados pela mente (que está no corpo).

Consciente, à medida que o tempo passa, percebo modificações na Forma, Forma Fluida. Percebo o que o corpo “faz” sem desejar fazê-lo. São os líquidos do meu corpo, as células respirando, o sangue circulando que dão forma ao fluxo. Operações da minha fisiologia. Não comando, não controlo. O corpo não fura o espaço e nem pretende se moldar a ele. O corpo se transforma por si, independe da minha vontade. Após um tempo transcorrido o desenho do corpo mudou. Sua forma, inicialmente ereta, está mais curva. O corpo não buscou curvar-se, curvou-se com o tempo, num espaço interno.

O corpo move sem que tenhamos a intenção consciente de mover, isto é, o corpo se move, constantemente, independentemente da nossa vontade. Hackney (2002) diz que vida é movimento e Cohen (1988) esclarece como esses movimentos se processam no corpo. Segundo esta autora existem funções controladas pelo sistema nervoso autônomo que, normalmente, não são submetidas ao controle consciente, as quais envolvem respostas do coração, intestinos, tracto urogenital, vasos sanguíneos e glândulas endócrinas, assim como também há funções controladas pela outra ramificação do sistema nervoso - o sistema nervoso somático, que está relacionado aos impulsos sensitivos e respostas motoras da musculatura esquelética, sobre a qual podemos ter controle consciente.

As relações *Mover/Pausar, Voluntário/Involuntário /Consciente/Inconsciente*, escolhidas para se falar deste trabalho, pressupõem a constante interação entre os

dois aspectos que as compõem. Desta mesma forma, Laban (FERNANDES, 2002) baseou sua teoria de movimento em um *continuum* entre polaridades, expresso tanto nas categorias que compõem seu sistema como em grandes temas que as envolvem, que são Interno/Externo; Esforço/Recuperação; Função/Expressão e Mobilidade/Estabilidade. Os aspectos que criam estas relações, que normalmente são tidos como opostos, segundo aquela autora, de fato influenciam-se e transformam-se continuamente.

A modificação da Forma do corpo, em *Corpo Desconhecido*, acontece em Forma Fluida. No Sistema Laban,

Forma Fluida implica no relacionamento do corpo consigo mesmo, entre suas partes; movendo-se a partir da respiração, voz, órgãos e líquidos corporais. O corpo está totalmente submerso em si mesmo, em seu volume criado pela inter-relação de seus componentes (FERNANDES, 2002, p. 143).

Assim, o percurso que corpo faz ao curvar-se, partindo da posição ereta, flexionando, gradativamente, a coluna vertebral, não acontece devido a uma intenção de sair de um ponto e chegar a outro como se desenhasse uma linha no ambiente, ou seja, como se cortasse o ambiente bidimensionalmente, como na Forma Direcional, também proposta por Laban. Esse deslocamento se dá tão somente como consequência da percepção dos infinitos micromovimentos que o organismo produz a todo o momento, no seu constante processo de transformação. Vida é movimento e a essência do movimento é a mudança (HACKNEY, 2002).

3.5.3. Fotos de Cena: Cinthia Bruck Kunifas em *Corpo Desconhecido*. Fotos de Sergio Ariel. Atelier de Criação Teatral. Fevereiro de 2004.

As fotos que se seguem foram tiradas nas primeiras apresentações de *Corpo Desconhecido* após a concepção do figurino, do espaço cênico e do som. Aconteceram no Atelier de Criação Teatral (ACT), em Curitiba, em fevereiro de 2004. Conforme aparece, foram usados os dois figurinos. As fotos foram escolhidas com o intuito de mostrar as modificações do corpo ao longo da apresentação, desde o seu início até os momentos finais.



Fonte: Sergio Ariel, 2004.

Figura 2 – Primeiro Minuto



Fonte: Sergio Ariel, 2004.

Figura 3 – Quinto Minuto



Fonte: Sergio Ariel, 2004.

Figura 4 – Décimo Minuto



Fonte: Sergio Ariel, 2004.

Figura 5 – Décimo Quinto Minuto



Fonte: Sergio Ariel, 2004.

Figura 6 – Vigésimo Minuto



Fonte: Sergio Ariel, 2004.

Figura 7 – Vigésimo Quinto Minuto

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A motivação desta dissertação foi a de sistematizar o processo de criação da obra de dança *Corpo Desconhecido*, a qual venho desenvolvendo desde 2002, em colaboração com a artista Mônica Infante. Este processo se constitui em uma pesquisa de um modo particular do corpo operar em cena por meio da dança, que implica na construção do corpo e na maneira com este se relaciona com os conteúdos da obra, e, ainda, que busca responder à pergunta: antes de se fazer alguma coisa, o que já está acontecendo?

Esta sistematização foi, assim, norteada pelas questões que conduziram o próprio processo criativo: qual a construção do corpo? qual o modo do corpo operar em cena? e, qual o conteúdo encarnado?. Contudo, no início da elaboração dessa escrita, percebi que esta sistematização não poderia dar conta do processo como um todo, uma vez que este havia se dado na experiência vivida e, portanto, seria impossível de ser resgatado ou apreendido pelas palavras em sua totalidade. Assim, busquei identificar algumas referências dentro do próprio processo, as quais considere fundamentais neste momento para responder as questões expostas acima. Estas escolhas pertencem, portanto, a um olhar de hoje e são, certamente, transitórias, uma vez que processo e artista alteram-se, continuamente. As referências escolhidas foram transformação e integração, as quais se mostraram presentes em todos os aspectos do trabalho.

A busca pela sistematização deste processo se constituiu em um grande desafio, uma vez que a criação da obra não se deu por meio da distinção entre os aspectos práticos e teóricos das suas questões norteadoras, tal como esta dissertação requereu. Ao contrário, a grande virtude desta experiência criativa foi, justamente, a integração entre todos os seus aspectos. O teor intuitivo desta criação, a qual que surgiu da falta de respostas e não de afirmações, gerou possibilidades que, talvez, nunca tivessem surgido por meio de uma lógica estritamente objetiva. Contudo, o detalhamento deste processo e seu estudo à luz da teoria e por meio de uma sistematização, possibilitou um grande exercício de descoberta e reflexão sobre os conteúdos que constituem as técnicas, métodos e teorias utilizadas na criação de *Corpo Desconhecido*.

A identificação dos aspectos teóricos, estudados no capítulo I, deixou claro que a natureza das relações que constitui o processo e a obra *Corpo Desconhecido*, que é de integração, foi o que tornou esta construção possível. O modo como me relacionava comigo mesma e com o mundo, anteriormente, calcado numa visão dualista, não poderia gerar este modo de operar em cena. Embora meu processo de re-integração tivesse se iniciado dez anos antes da criação de *Corpo Desconhecido*, como todo processo foi necessário tempo para que os padrões fixados pudessem ser alterados. Esta re-integração começou pela percepção das relações do corpo com o próprio corpo, proporcionada pela prática de técnicas e métodos pertencentes à Educação Somática, a qual possui em sua origem a busca do conhecimento do indivíduo a partir de seu próprio corpo por uma nova conceituação acerca da integralidade corpo-mente do ser humano. Conforme Perez (2002, p. 3), no Movimento Corporalista, precursor da Educação Somática, “O corpo humano começou a ser visto não como objeto da pessoa, mas como definição da sua própria existência”. A integração entre meu corpo e seu entorno, entre meu cotidiano e minha arte foi acontecendo ao longo do tempo, tendo se consolidado com o processo de criação de *Corpo Desconhecido*.

Assim, a alteração dos padrões que permeavam meu fazer artístico, os quais, inicialmente, eram norteados por relações de dualidade que, aos poucos, foram sendo transformadas em relações de integração, as quais possibilitaram a construção do corpo e o modo do corpo operar em cena de *Corpo Desconhecido*, demonstrou ser fundamental para o processo de criação desta obra.

O estudo dos aspectos teóricos escolhidos para esta sistematização, os quais constituíram as relações *CorpoMente/ EmoçãoRazão*; *CorpoAmbiente/InternoExterno*; *MoverPausar*; *VoluntárioInvoluntário/ ConscienteInconsciente*, permitiu-me desvendar os três procedimentos adotados na performance da obra *Corpo Desconhecido* – foco pré-motor; Inibição e Direção –, os quais sempre fizeram parte do trabalho, mas que nunca haviam sido identificados com clareza. A partir desta identificação, pude compreender as implicações provenientes da pergunta geradora do trabalho artístico – antes de se fazer alguma coisa, o que já está acontecendo? Quando, por meio dos estudos de Cohen (1993) e Alexander (2000), descobri que direcionar a atenção (foco pré-motor) era mover, ou seja, percepção era movimento, compreendi que o fato de não “fazer” não implicava em não mover. Portanto, a resposta a essa pergunta se constitui, tanto dos

movimentos involuntários ou independentes do comando direto da vontade, como da ação voluntária de levar a atenção para os estímulos provenientes do ambiente à minha volta e do meu próprio corpo.

O segundo procedimento, Inibição, “idéia operacional” (Gelb, 2000) proposta por Alexander, ao contrário de um congelamento, conforme esclarece Carrington (1995), é uma decisão consciente de dizer “não”; portanto, dizer “não” também não constitui ausência de movimento, apenas interrupção das respostas automáticas.

O terceiro procedimento - Direção - também proposto por Alexander, mostrou com bastante clareza que, embora não “faça” nada em cena, estou sempre fazendo escolhas. Isso quer dizer que estas escolhas são, de fato, ações (mentais) ou intenções conscientes que redirecionam os impulsos por movimentos que não são “micros”, por meio de micromovimentos, pelo corpo todo. Desta forma, o estudo das relações escolhidas conseguiu responder satisfatoriamente à pergunta geradora do processo criativo e da obra *Corpo Desconhecido*.

A descrição dos trabalhos corporais que constituíram os aspectos práticos das três questões norteadoras do processo de criação de *Corpo Desconhecido*, presentes no capítulo II, possibilitou o aprofundamento/ampliação do meu conhecimento referente a esses temas. O estudo da fundamentação desses trabalhos, seus objetivos e metodologias fortaleceu ainda mais minha prática. Isso reforçou o pressuposto de que teoria e prática não estão separadas, assim como também não o estão corpo e mente.

No terceiro capítulo, ao relatar o dia a dia do processo criativo, percebi que uma metodologia de caráter empírico estava sendo delineada nos seis anos de pesquisa de *Corpo Desconhecido*. Esta começou a se evidenciar nos momentos em que, ao lado de meus colaboradores, tivemos de falar sobre a obra. O uso da palavra levou nosso olhar para esta construção que vinha acontecendo no tempo, a cada nova pergunta, nas trocas com o público, com outros artistas, com o retorno dos críticos, com as necessidades que o próprio processo impunha. Ao buscar a descrição da cena, em si, a única maneira que encontrei de fazê-lo foi por meio da narrativa das minhas sensações, emoções e pensamentos enquanto *performer* da obra. Assim, enquanto escrevia era com se estivesse, também, dançando. Conforme Fernandes (2000), *escrevendançando*. Pois, neste momento, a palavra escrita tornou-se ação e, mais uma vez, teoria e prática se confundiram.

Ao contextualizar *Corpo Desconhecido* a partir da identificação de

tendências estéticas presentes na história da dança cênica ocidental desde o balé clássico, compreendi que as categorias que definem os movimentos ou correntes artísticas e suas estéticas, embora sejam de grande auxílio para o estudo e o entendimento destas, não contemplam a totalidade do acontecimento artístico. Isso porque, ao olhar mais atentamente para cada um desses eventos da história da dança reconheço informações contraditórias pertencentes a uma mesma categoria, assim como imbricações de umas nas outras. A interação e integração, que defendi ao longo de toda esta pesquisa, acontecem, também, na história, e não apenas horizontalmente (num dado momento), mas, sim, no tempo, pois assim como Greiner (2005) fala da história do corpo “... como todas as outras, não é seqüencial. Corre para frente mas desestabiliza, o tempo inteiro, o passado, modificando-o e lançando projeções futuras” (p.15-16). É desta maneira, portanto, que *Corpo Desconhecido* vai sendo construído: não como uma colagem de momentos da história, mas como diálogo constante, atualizado e, portanto, transformador destes.

A sistematização do processo de criação de *Corpo Desconhecido* teve por intuito demonstrar como a criação de um modo do corpo operar em cena, o qual implica na construção do corpo e na maneira como este se relaciona com os conteúdos da obra, não acontece apenas pela criação de seqüências de movimentos ou por diferentes combinações de movimento, som, luz, cenário e figurino, mas por meio da revisão e alteração dos padrões que constituem o corpo e a dança conhecidos. Deste modo, o detalhamento e descrição dos conceitos e práticas envolvidas na obra *Corpo Desconhecido* explicitam o movimento transformador necessário à criação de uma dança. Assim, “Fazer dança como coreografia é relativamente fácil, mas achar uma dança é bastante difícil” (TANAKA, 2002, p. 23, tradução livre). Coreografia, aqui, posta como apenas “uma parte do esforço na tentativa de se mostrar e fazer dança” (DUCK, 2001, p. 12, tradução livre).

O maior desafio desta dissertação foi buscar um modo, ainda que primeiro, de tornar acadêmico um trabalho artístico. Percebi, contudo, que, de fato, não o torno, pois este continuará sendo, sempre, artístico. O que acontece, então, quando um artista procura falar do seu trabalho, de um trabalho que acontece no seu próprio corpo? Conflitos... muitos conflitos. Tornar visível o invisível, empreitada assumida por Merleau-Ponty (2005)? Tornar dito o não dito, aceitável o não comprovado? Talvez isso nem seja possível. Por que, então? Porque neste embate muitas

descobertas relevantes foram feitas, muitas questões foram levantadas, as quais já estão modificando o processo criativo, conforme relatei acima; porque este trabalho ainda produzirá muitos frutos, ao longo do meu processo artístico, uma vez que consigo identificar as inúmeras possibilidades de aprofundamento que a obra *Corpo Desconhecido* proporciona.

A conclusão ou, melhor dizendo, a compreensão a que chego, ao término desta etapa, é que o processo de escrita desta dissertação me permitirá fazer escolhas cada vez mais conscientes de como, quando, onde e por que falar do meu trabalho artístico. Compreendo, com mais clareza, as implicações desse ato – o ato de falar e o ato de escrever. Há alguns anos a palavra tem se mostrado uma forte aliada na minha prática diária como criadora, *performer*, docente e orientadora, e esta experiência de Mestrado, certamente, contribuiu e contribuirá, ainda muito, com o alargamento desta compreensão.

Como possíveis desdobramentos desta pesquisa, pretendo estudar o elemento tempo a partir do ponto de vista da fenomenologia de Merleau-Ponty, o que, acredito, proporcionará uma nova perspectiva para o trabalho. No campo da biologia, tenho interesse em dar continuidade aos estudos das relações corpo-mente ou *CorpoMente*, conforme proposto nesta dissertação. A partir desta relação, desejo, em longo prazo, investigar a relação entre corpo e palavra, ou o que poderia formular como *CorpoPalavra*. Este é um assunto aparentemente distante da pesquisa de *Corpo Desconhecido*, mas que cada vez se faz mais presente no meu processo artístico.

BIBLIOGRAFIA

ALEXANDER, F. Matthias. **A ressurreição do corpo**. Tradução Wilson Roberto Vaccari. São Paulo: Martins Fontes, 1993.

BAIOCCHI, Maura. **Butoh**: dança veredas d'alma. São Paulo: Palas Athena, 1995.

BERGHAUS, Guenter. O expressionismo no teatro: interpretação, cenografia e dança. In: **O Percevejo** – Revista de Teatro, Crítica e Estética. Rio de Janeiro: UNIRIO, ano 5, n.5, 1997. p. 89-97.

CARRINGTON, Walter. **Thinking aloud**: talks on teaching the Alexander Technique. 2nd. Jerry Sontag. Califórnia: Mornum Time Press, 1995.

CHANCE, Jeremy. **The Alexander Technique**. London: Thorsons, 2001.

COHEN, Bonnie B. Sensing, feeling and action: the experimental anatomy of Body-Mind Centering. The collected articles from **Contact Quaterly Dance Journal** 1980-1992. Contact Editions, Northampton, MA.

DAMÁSIO, António R. **O erro de Descartes**: emoção, razão e o cérebro humano. Trad. Dora Vicente e Georgina Segurado. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.

DEMPSTER, Elizabeth. Women writing the body: let's watch a little how she dances. In: **The Routledge Dance Studies Reader**. Routledge. London and New York, 1998, p. 223-229.

DUCK, Katie. Is choreography dance? Statement for a manifesto. **Contact Quaterly**, Northampton, v. 26, n. 2, 2001. p. 12-13.

FEATHERSTONE, Mike. **Cultura de consumo e pós-modernismo**. São Paulo: Nobel, 1995.

FERNANDES, Ciane. Escrevendançando: teoria e prática na pesquisa em Artes Cênicas. In: **Temas em Contemporaneidade, Imaginário e Teatralidade**. São Paulo: Annablume: Salvador: Gipe-Cit. 2000. p. 229-246.

_____. Esculturas líquidas: a pré-expressividade e a forma fluída na dança educativa (pós) moderna. In: **Cadernos CEDES**, Campinas, v.21 n.53. Abr. 2001. p. 7-29.

_____. **O corpo em movimento**: o sistema Laban / Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas. São Paulo: Annablume, 2002.

_____. Transgressões em Harmonia: Contribuições à Dança-Teatro de Laban. In: LOGOS 18: **Comunicações e Artes**, Rio de Janeiro: UERJ, Faculdade de Comunicação Social, ano 10, n. 18, 2003. p. 60-81.

_____. Corpos co-moventes. In: **Lições de Dança**, n. 4. Editores: Roberto Pereira e Silvia Soter. Rio de Janeiro: UniverCidade, 2003, p. 35-80.

_____. Corpo-Imagem-Espaço: Transformando Padrões através de Relações Geométricas Dinâmicas. In: **Cadernos do GIPE-CIT**, Salvador, n. 13, jul. 2005. p. 63-75.

_____. Inter-Ações Intersticiais: O Espaço do Corpo do Espaço do Corpo... In: **MEDEIROS**, Maria Beatriz (org). *Espaço e Performance*. Brasília: Universidade de Brasília, 2007.

FORTIN, Sylvie. Educação Somática: novo ingrediente na formação prática em dança. In: **Cadernos do GIPE-CIT**: UFBA/PPGAC, Salvador, n.2. jan. 1999. p. 40-55.

GARLICK, David. **The lost sixth sense**: a medical scientist looks at the Alexander Technique. Centatime NSW Pty. Kesington (Austrália), 1990.

GELB, Michael. **O aprendizado do corpo**: introdução à técnica de Alexander. Tradução Jefferson Luiz Camargo. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

GREINER, Christine. **Butô**: pensamento em evolução. São Paulo: Escrituras, 1998.

_____. **O Teatro Nô e o Ocidente**. São Paulo: Annablume: Fapesp, 2000.

_____. **O corpo**: pistas para estudos indisciplinados. São Paulo: Annablume, 2005.

GREBLER, Maria Albertina Silva. **Coreografias de Pina Bausch e Maguy Morin**: a teatralidade como fundamento de uma dança contemporânea. Tese de Doutorado. Salvador: PPGAC/UFBA, 2006.

HACKNEY, Peggy. **Making connections**: total body integration through Bartenieff Fundamentals. New York: Routledge, 2002.

JEWELL, Martha J. In: **Fisioterapia neurológica**. 2 ed. Tradução Dr^a. Lilia Bretenitz Ribeiro. [S.l.]: Manole, 1994, p. 27-41.

KATZ, Helena; GREINER, Christine. A natureza cultural do corpo. In: **Lições de dança**, n. 3. Rio de Janeiro: Faculdade da Cidade, 2001, p. 77-102.

LABAN, Rudolf. **The mastery of movement**. 4 ed. United Kingdom: Northcote House Publishers, 1988.

LECHTE, John. **Cinquenta pensadores contemporâneos essenciais**: do estruturalismo à pós-modernidade. 3 ed. Tradução Fábio Fernandes. Rio de Janeiro: DIFEL, 2003.

LEPECKI, André. Desfazendo a fantasia do sujeito (dançante): '*Still acts*' em *The Last Performance* de Jérôme Bel. In: **Lições de dança**, n. 5. Rio de Janeiro: Faculdade da Cidade, 2005, p. 11-26.

MATOS, Lúcia H. A. Corpo, identidade e a dança contemporânea. In: **Cadernos do GIPE-CIT**, Salvador, n. 10. jun. 2000. p. 71-83.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. 2. ed. Tradução Carlos Alberto Ribeiro de Moura. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

_____. **O Visível e o invisível**. 4. ed. Tradução José Artur Gianotti e Armando Mora d'Oliveira. São Paulo: Perspectiva, 2005.

MOMMENSOHN, Maria; PETRELLA, Paulo (Orgs). **Reflexões sobre Laban, o mestre do movimento**. São Paulo: Summus, 2006.

NISHINO, Kozo. **The breath of life**. Japan: Kodansha International, 1997.

PAVIANI, Jayme. O Corpo Humano: objeto e sujeito. In: NORA, Sigrid (Org.) **Húmus**. Caxias do Sul: Lorigraf, 2007. p. 13-19.

PARK, Glen. **The art of changing**. Trowbridge, Wiltshire: Redwood Books, 1989.

PEREZ, Gabriela. **Os padrões de movimento no treinamento do ator**: análise crítica descritiva da padronização do movimento e sua incidência no desenvolvimento cinestésico expressivo do ator. Dissertação de Mestrado. PPGAC/UFBA, agosto de 2002.

RASCH, Philip J. **Cinesiologia e anatomia aplicada**. 7 ed. Tradução Marcio Moacyr de Vasconcelos. [S.I.]: Guanabara Koogan, 1991.

REIS, Andréia Maria Ferreira. **O corpo rompendo fronteiras**: uma experimentação a partir do movimento genuíno e do Sistema Laban/Bartenieff. Dissertação de Mestrado PPGAC/UFBA, 2007.

RODRIGUES, Eliana. Corpo em transformação: entre o grotesco e o Mimético. In: **Cadernos do GIPE-CIT**, Salvador, n. 7, nov. 1999. p. 41-54.

_____. **Dança e pós-modernidade**. Salvador: EDUFBA, 2005.

SALLES, Cecília Almeida. **Crítica genética** – uma introdução, fundamentos dos estudos genéticos sobre os manuscritos literários. São Paulo: EDUC, 1992.

TANAKA, Min. About Butoh: in research for its origin and actual meaning. **Contact Quaterly**. Northampton, v. 27, n.1, 2002. p. 22-33. (Entrevista concedida a Pétra Vermeersch).

UESHIBA, Morihei. **Budô**: ensinamentos do fundador do aikidô. São Paulo: Pensamento-Cultrix, 1991.

WOSNIAK, Cristiane do Rocio. **Dança, cine-dança, vídeo-dança, ciber-dança**: dança, tecnologia e comunicação. Curitiba: UTP, 2006.

INFANTE, Mônica. Um contínuo processo de criação. In: **Tubo de Ensaio – experiências em dança e arte contemporânea**. Florianópolis: do Autor, 2006, p. 93-100.

Referências Eletrônicas:

AUTHENTIC MOVEMENT INSTITUTE. **What is authentic movement?** Disponível em: <<http://www.authenticmovement-usa.com/>>. Acesso em: 02 fev 2008.

CHAUÍ, Marilena. **Merleau-Ponty**: a obra fecunda. Disponível em:<<http://revistacult.uol.com.br/website/dossie.asp?edtCode=EF641083-3D32-4F8C-9C5D-30564DAA F6B4&nwsCode=94DC1935-FEEE-42BB-A74FEB0 FD15DED>>Acesso em: 19 mai. 2008.

DETONI, Adlai Ralph. **Expressão gráfica e conhecimento** – sobre a percepção espacial. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0370-44672001000100014&script=sci_arttext. Acesso em: 19 mai. 2008.

GREINER, Christine. **O colapso do corpo a partir do ankoku butô de Hijikata Tatsumi**. Disponível em: <<http://www.japonartescenicas.org>> Acesso em: 07 abr. 2008.

JOHNSON, Don Hanlon. **The primacy of experimental practices in body-psychotherapy**. Disponível em: <http://www.donhanlonjohnson.com/newsite/pages/articles_primacy.html>. Acesso em: 20 mai. 2008.

JORNAL NIPPO-BRASIL. **Era Edo**. Disponível em: http://www.japaobrasil.com.br/historia_japao/314.php. Acesso em: 12 abr 2008.

KOSKUBA, Karel. **Yiquan** – power of the mind. Disponível em: <http://www.yiquan.org.uk/art-pom2.html>. Acesso em: 10 nov 2005.

MICHI ON LINE. Journal of Japanese Cultural Arts. **Shin-shin-toitsu**. Disponível em: <http://www.michionline.org/resources/Glossary/S/shih-shin-toitsu.html>. Acesso em: 10 abr. 2008.

NEFF, Robert. **They fly through the air with the greatest of...Ki?** Disponível em: <<http://www.pranichealingoc.com/International%20Business%20Article.htm>>. Acesso em: 10 nov. 2005.

NIPPO – Jornal Nipo-Brasil. **Cronologia**: as eras no Japão. Disponível em <http://www.japaobrasil.com.br/historia_japao/250.php>. Acesso em 24 mai 2008.

NISHINO BREATHING METHOD. **Sokushin breathing**. Disponível em: http://www.nishinoyuku.com/english/e_keyword/e_key_top.html. Acesso em: 11 jan 2008.

SELLERS-YOUNG, Bárbara. **Breath, perception, and action: the body and critical thinking**. Disponível em: <<http://www.aber.ac.uk/cla/archive/sellers.html>>. Acesso em: 20 mai. 2008.

SENSEI KOZO NISHINO. Disponível em: http://s4.invisionfree.com/yamato_damashii/ar/t12.htm Acesso em: 21 abr 2008.

APÊNDICES

APÊNDICE 1 - QUESTIONÁRIO PARA WILSON SAGAE

1. Breve currículo com relação a trabalhos corporais.
2. Quando e onde iniciou o Método de Respiração de Nishino?
3. Quais as técnicas (ou influências) que constituem sua aula de respiração além do Método Nishino? Explique sinteticamente o por quê dessas escolhas.
4. Em linhas gerais, como você vem construindo sua metodologia ao longo desses anos?
5. Qual seu principal objetivo com suas aulas?
6. Como você aplicou o seu trabalho na construção do corpo de/em *Corpo Desconhecido*?

APÊNDICE 2 - QUESTIONÁRIO PARA LAURA MIRANDA

1. Breve currículo com relação às artes plásticas e a trabalhos corporais/dança/performance.
2. Qual sua função na pesquisa *Corpo Desconhecido*?
3. Como pensou a concepção do figurino e do espaço cênico? Quais os (outros) trabalhos que estava desenvolvendo naquela época?
4. Quais suas impressões sobre a obra *Corpo Desconhecido*?

APÊNDICE 3 - QUESTIONÁRIO PARA GILSON FUKUSHIMA

1. Breve currículo, relevante para este trabalho.
2. Como concebeu o som de *Corpo Desconhecido*?
3. Quais suas impressões sobre a obra *Corpo Desconhecido*?

APÊNDICE 4 - QUESTIONÁRIO PARA MÔNICA INFANTE

Sobre as aulas de consciência corporal:

1. Breve currículo com relação a trabalhos corporais.
2. Quando e onde iniciou o trabalho de consciência corporal? Qual o nome dessas aulas?
3. Quais as técnicas (ou influências) que constituem suas aulas? Explique sinteticamente o por quê dessas escolhas.
4. Quais os objetivos deste trabalho?

Sobre a pesquisa com Laura Miranda:

1. Quando iniciaram esta pesquisa?
2. Qual sua função neste trabalho?
3. Fale sinteticamente do que se trata a pesquisa.

Sobre *Corpo Desconhecido*:

1. Qual sua função neste trabalho?