

★ TEATRO-DANÇA, DEFICIÊNCIA E A IMPORTÂNCIA DA SOMÁTICA EM PROCESSOS COLETIVOS

Ana Maria da Silva Balata

Mestra em Artes da Cena (2022) pela Escola Superior de Artes Célia Helena, formada em Artes Cênicas (2018) e Interpretação Teatral (2021) pela Universidade de Brasília. Atua desde 2016 como dançante, palestrante e gerente das mídias sociais do Grupo PÉS – Teatro-dança com pessoas com e sem deficiências. Por sua contribuição no desenvolvimento artístico e cultural do DF, recebeu a Moção de Louvor, pela Câmara Legislativa e Moção Honrosa, pela Comissão de Direitos Humanos/CLDF em 2022. E-mail: anabalataaa@gmail.com

Resumo: O presente artigo busca apresentar a importância do autoconhecimento corporal, a partir de estudos somáticos em composições de teatro-dança com pessoas com deficiências, a partir dos estudos e experiências pessoais da autora, junto ao Grupo PÉS – teatro-dança para pessoas com deficiências, relacionados s pesquisas de Ana Terra¹, Débora Bolsanello², Klauss Vianna³ e Thomas Hanna⁴.

Palavras-chave: teatro-dança; somático; deficiência; inclusão.

DANZA TEATRO, DISCAPACIDAD Y LA IMPORTANCIA DE LA SOMÁTICA EN LOS PROCESOS COLECTIVOS

Resumen: Este artículo busca presentar la importancia del autoconocimiento corporal, a partir de estudios somáticos en composiciones de teatro-danza con personas con discapacidad, a partir de los estudios de la autora y sus experiencias personales, con el Grupo PÉS – teatro y danza para personas con discapacidades, relacionados con la investigación de Ana Terra, Débora Bolsanello, Klauss Vianna y Thomas Hanna.

Palabras clave: danza-teatro; somático; discapacidad; inclusión.

A educação somática engloba uma diversidade de conhecimentos onde os domínios sensoriais, cognitivos, motores, afetivos e espirituais se misturam com ênfases diferentes. (Sylvie Fortin, 1999)

Durante o século XX, em meio a revoluções políticas e científicas, diversos pesquisadores, médicos, fisioterapeutas e educadores físicos se debruçaram no estudo do próprio corpo. Muitos pesquisadores resgataram conhecimentos ancestrais como a yoga e as artes marciais, para desenvolver práticas de percepção e conexão do movimento corporal com a atenção sobre si mesmo e o espaço presente. A nomenclatura *somática* surge em 1986, com Thomas Hanna, que segundo Diego Pizarro, doutor em artes cênicas e pesquisador somático (PIZARRO, 2021, p.36), “*acabou agrupando diversas práticas que considerou comungarem de fundamentos similares*”. Na nomenclatura a palavra “soma” envolve a percepção do corpo vivo, de um entendimento sensorial interno perceptivo. A palavra “somestesia” parte do latim *Summa*, que significa essência, ou segundo as importantes considerações de Robert Lent a palavra também pode significar “corpo” enquanto “*aesthesia*” significa sensibilidade (COSTAS, 2010, p.8).

Os princípios da educação somática atravessam a percepção corporal e identificação dos padrões de movimentos. Isso pode ser observado mesmo nas ações consideradas mais simples e cotidianas (como, por exemplo, sentar e levantar), buscando encontrar novas formas conscientes de se mover que auxiliem no uso do menor esforço do corpo. Acerca dos princípios da educação somática, a educadora e pesquisadora somática Débora Bolsanello, aponta que “o corpo enquanto experiência” pode ser analisado a partir de três eixos fundamentais: “VIVÊNCIA: atenção direcionada, hábitos posturais, reações, compensações musculares, automatismos, consciência dos limites e do potencial do corpo”; “SENSAÇÃO: relaxamento, disponibilidade, concentração, estimulação tátil, auto-observação, presença aqui-agora” e “PERCEPÇÃO: exploração de sensações novas e maneiras diferentes de movimentar-se, descoberta”. (BOLSANELLO, 2005, p. 104).

As percepções dos músculos, dos ossos e das sensações internas, previnem ou até podem tratar lesões corporais. A educação somática compreende o corpo como um sistema indissociável em suas relações sensitivas, afetivas, cognitivas, expressivas, do sujeito com o meio. Esse processo favorece a pesquisa na criação dos movimentos, uma vez que quanto mais conhecemos e entendemos o próprio corpo maiores são as possibilidades de criar movimentações. Esta percepção causada pelo estado de presença corporal é essencial para a vivência no teatro-dança, como investigamos no PÉS, que lida com a comunicação dos corpos, dos olhares, do tato e das respirações.

PÉS

O PÉS é um grupo de teatro-dança fundado pelo diretor Rafael Tursi em 2011 e vem desenvolvendo, ao longo de mais de uma década, espetáculos artísticos, como consequência da criação coletiva, com pessoas com e sem deficiências, tendo elas ou não uma experiência prévia na dança e nas artes cênicas. O grupo atua profissionalmente em Brasília, realizando palestras, eventos e espetáculos, no atual momento com o apoio do Fundo de Apoio à Cultura (FAC). Experimentamos juntos as possibilidades de movimentos, a partir de proposições não impostas, onde cada pessoa pode mover-se de acordo com suas potencialidades corporais, criando de forma colaborativa.

Minha experiência com o grupo começou em 2016, quando os conheci na Universidade de Brasília, onde o grupo funciona como um Projeto de Extensão e Ação Contínua (PEAC)⁵. Assim que entrei na sala de ensaios do PÉS, me deparei com uma moça com o cabelo de cor vermelho amora, Fernanda Amorim, dançante com paralisia cerebral e integrante do grupo de 2012 a 2019. Sentada na sua cadeira de rodas, ela apontou para os seus sapatos e eu, desesperada para ajudar, sem antes perceber o que ela dizia, pensei logo que ela queria ou precisava de ajuda para tirar os sapatos. Abaixei

e comecei a tirá-los. Ela sinalizou através de sons e gestos a sua desaprovação com a minha atitude, tirou os próprios sapatos e apontou para os meus pés, então eu entendi que ela estava dizendo que eu deveria tirar os meus sapatos para ensaiar e não os dela.

Assim foi minha desastrosa entrada no PÉS, cheguei na sala pensando que as pessoas com deficiência precisavam de ajuda ou caridade no cotidiano e percebi que quem precisava de ajuda, naquele espaço, era eu. Apesar dessa situação com a Fernanda, fui carinhosamente acolhida por ela e pelo grupo, e, desde então, venho me desenvolvendo como pessoa e dançante em meio ao afeto neste coletivo e tenho evitado o assistencialismo desnecessário, o qual entendo como fator culturalmente herdado, pelo modo como nossa sociedade ainda vê as pessoas com deficiência, e do qual eu venho buscando me desvencilhar.

Ao longo dos meus sete anos no PÉS pude dançar em diferentes espaços e palestrar sobre o grupo, o teatro-dança e as diversidades. Me encantei por essas temáticas e percebi o quanto são urgentes na cena contemporânea. A partir da minha vivência no PÉS pude compreender como a relação e troca de movimentos com pessoas com deficiências e com corpos diversos possibilitam a riqueza das criações cênicas.

Utilizamos dentro do grupo PÉS o termo teatro-dança, acreditamos que contempla mais o nosso fazer do que o termo usualmente difundido como dança-teatro, que foi desenvolvido pelo coreógrafo e pesquisador do movimento Rudolf von Laban (OLIVEIRA, 2020, p.12). O termo teatro-dança no PÉS, surge como uma proposição de Tursi, que possui formação como ator, com estudos do movimento, na época, voltados para a área do teatro. No início, a nomenclatura foi definida por uma ordem de proximidade nas áreas de conhecimento do diretor, mas foi sendo apropriada e ainda é debatida pelo grupo. Segundo Tursi, “somos o híbrido, o hífen entre as palavras, não nos encontramos nem lá, nem cá. Apesar de nos

vermos como teatro, ocupamos hoje muitos espaços da dança” (informação verbal).⁶ Tursi também apresenta a importância da dança contemporânea e somática em sua fala, quando afirma que:

A gente dança poesia, estesia e não técnica (...)
Fugimos do ritmado e da dança codificada (...)
Corpos diversos necessitam de diversas formas e estímulo para sua criação e para o seu fazer. É importante criar em cena o que todos podem executar da sua forma. (informação verbal)⁷

Tursi ainda ressalta que o foco do grupo é no fazer estético-artístico, o que pode ser compreendido pela origem da palavra estética, que vem do grego *aisthesis*, que significa o ato de compreensão através dos sentidos. “A palavra *aisthesis* tem a mesma origem da palavra *aisthethicon* que significa ‘o que sensibiliza’, ou seja, que afeta os sentidos”⁸.

As criações do grupo se desenvolvem através da percepção dos dançantes em relação ao espaço, ao coletivo, aos objetos e de seus próprios corpos e movimentos, relacionando assim a pesquisa da dança com a noção de educação somática. Em alguns momentos o diretor sugere que foquemos em partes específicas do corpo para compormos movimentos com o estímulo de músicas, em determinado momento só movemos braços, ou a cabeça, ou os pés. Esse tipo de movimentação não significa deixar o restante do corpo abandonado, mas perceber que os movimentos estão ligados e que certas áreas do corpo impulsionam outras a se moverem. Observamos ao longo do tempo que a comparação é inútil, porque cada pessoa vai ter uma forma de se movimentar única, ligada à sua vivência pessoal, à sua estrutura corporal, à sua história e emoção. Segundo Klauss Vianna:

Isso pode ser mais claramente entendido com um simples exemplo: quando trabalhamos os pés, usando exercícios de sensibilização e toque, começamos realmente a saber que temos pés. Eles ganham vida e amplitude por meio da percepção dos movimentos.

Da mesma forma, quando trabalhamos uma determinada articulação, ampliamos sua mobilidade, e o esforço realizado repercute sobre todo o corpo, uma vez que essa articulação é parte de um todo. Ao trabalhar isoladamente uma articulação, ao dissociar as partes do corpo, pouco a pouco recupero a percepção da totalidade – a dissociação torna-se útil à associação.” (VIANNA, 2005, p.99).

Dentro do PÉS também julgamos necessário alongamentos e aquecimentos por articulações, que fazemos de forma coletiva para despertarmos nossos corpos e compreendermos nossas necessidades corporais.

Dança somática

Como trato especificamente da dança e do teatro neste artigo, utilizo o termo dança somática para especificar a percepção do corpo na criação artística e para elucidar a importância da sensibilização nas experimentações dos movimentos, entendendo a importância da desautomatização do corpo. Segundo Pizarro, a dança somática refere-se:

(...) a uma dança cênica e suas composições, partindo de processos criativos forjados no seio da Somática; experimentada desde o princípio em sistemas, métodos e técnicas somáticas específicas, numa improvisação que explora movimentos compositivos a partir de novos estados qualitativos suscitados. Estados estes que se influenciam pelo movimento da atenção em modulação por diferentes tecidos corporais. Nesse caminho, ao mesmo tempo em que as danças cênicas se compõem, os modos de operar dos corpos dançantes se decompõem em repadronização de seus próprios padrões, corporizando diferentes possibilidades. (PIZARRO, 2021, p.98).

A dança somática, como proponho nesta pesquisa, surge com a necessidade de experimentação de novos movimentos e de formas de redescobrir o corpo através dos seus sentidos. A dança somáti-

ca parte da criação de movimentos provindos das sensações. Essa construção, muitas vezes, coloca o corpo no estado de estranhamento e deslocamento, uma vez que pode experimentar o movimento de diversas formas antes inexploradas.

A somestesia não é uma modalidade sensorial uniforme, mas, sim, constituída por várias submodalidades, dentre as quais as mais importantes são as seguintes: o tato, que corresponde à percepção das características dos objetos que tocam a pele; a propriocepção, que consiste na capacidade de distinguir a posição estática e dinâmica do corpo e suas partes; a termos sensibilidade, que nos permite perceber a temperatura dos objetos e do ar que nos envolve; e a dor, que é a capacidade de identificar estímulos muito fortes, potenciais ou reais causadores de lesões nos nossos tecidos. (LENT *apud* COSTAS, 2010, p.8).

A dança somática por compreender a individualidade e as particularidades do ser, tende a ser uma excelente metodologia de trabalho para pessoas com deficiência e corpos diversos. O entendimento de que todos possuem múltiplas habilidades e limitações implica no reconhecimento de que algumas formas são mais exaltadas nas mídias do que outras. Reforço que a diversidade e individualidade dos dançantes caracterizam diferentes potências para a composição coreográfica. Segundo considerações da dançante Ana Alonso, professora da *DanceAbility*:

A dança fala sobre como nos expressamos com os outros de formas poéticas. É importante ter a noção de que as pessoas são diversas e os grupos também devem ser diversos. As habilidades mistas criam a linguagem viva do grupo, a diversidade é importante para a dança, mas não é sobre pessoas com deficiência dançando, é sobre as pessoas em suas diversidades criando. (Informação verbal)⁹

A *DanceAbility*, fundado em 1987 nos Estados Unidos, por Alito Alessi e Karen Nelson, trabalha



Figura 1: – *Workshop DanceAbility* na AACD, USP, 1997. Disponível em: <<https://nucleodancaaberta.com/danceability/>>. Acesso em maio de 2023. Legenda descritiva: a foto preta e branca revela uma mulher e uma criança dançando. A mulher está de frente para a criança, e de costas para a foto, seu corpo se inclina para baixo e suas mãos vão em direção ao chão. A criança está em uma cadeira de rodas e imita os movimentos da mulher.

através de experimentações corporais partindo do que é comum a todos os participantes, como por exemplo, através de proposições que envolvem apenas mexer uma parte do corpo, como a cabeça, ou os olhos, sendo possível, neste exemplo, estudar os níveis dos olhos como pesquisa do movimento (olhar baixo, alto, para os lados, para frente, relaxar as pálpebras ou piscar com firmeza). Esta forma de trabalho busca ativar o aspecto expressivo e artístico do corpo e não apenas o viés capacitista e produtivista de execução de movimentos.

Capacitismo

É importante salientar que vivemos ainda em uma sociedade predominantemente capacitista, isto é, que vê certas pessoas como menos capazes devido a suas estruturas corporais. Segundo Anahi Guedes de Mello o capacitismo seria materializado

“através de atitudes preconceituosas que hierarquizam sujeitos em função da adequação de seus corpos a um ideal de beleza e capacidade funcional” (MELLO, 2016, p.3266). Esse pensamento seria gerado através de uma *corponormatividade compulsiva*¹⁰, isto é, por uma necessidade de normalizar as pessoas e colocá-las em um padrão. Segundo a artista-docente-pesquisadora, Carla Vendramin:

O embate capacitista não está na possibilidade criativa da dança ou na possibilidade de recriação de modos de ensino de seus variados gêneros. O embate parece estar em dois fatores principais: a) quando existe um comprometimento em manter uma estética padronizada da dança e normatizada de corpo, e um determinado status, poder e modelo de beleza que são alimentados para investir em uma acomodação da repetição desses parâmetros; b) pela falta de familiaridade e de conhecimento so-

bre o universo das pessoas com deficiência, e a falta de reflexões e prática da dança relacionadas a elas. (VENDRAMIN, 2019, p. 21).

Isso pode ser identificado atualmente pela representatividade de corpos padrões na mídia ao invés da representação de corpos diversos, ocupando espaços de protagonismo, e não sendo colocados como coitados ou heróis, tirando destes o caráter humano. Apesar da representatividade ser essencial em todos os espaços artísticos, é importante salientar a necessidade da desconstrução do paradigma das pessoas com deficiências, ou de qualquer pessoa que fuja do padrão hegemônico, sendo vistas como um exemplo de superação ou como um exemplo de inspiração por ações cotidianas. Vendramin afirma que: “o estereótipo trágico-herói atua fixando o imaginário sobre a identidade de pessoas com deficiência nos estigmas do herói (discurso da superação) ou do coitado-trágico (discurso da caridade e/ou emocionalidade).” (VENDRAMIN, 2019, p. 19-20), sendo assim, nunca ocupando um lugar de equidade com outros corpos, estando em uma posição de supervalorização ou da depreciação.

A forma como a sociedade observa, inviabiliza ou julga as pessoas com deficiência, acaba por influenciar diretamente a forma como essas se veem e se colocam diante do mundo. Algumas pessoas acreditam que todos podem dançar, independente de suas corporeidades, eu concordo, mas é importante salientar que esse não é um processo tão simples, já que todos podem dançar, mas muitos lugares ainda recusam pessoas com deficiências, com a desculpa de não serem espaços inclusivos! Mas os espaços inclusivos não existiriam apenas porque existem espaços excludentes?

Desde pequena, me encontrava permeada por um estado que passava entre a vontade de dançar e a incompreensão sobre as possibilidades do movimento. Sendo a pior aluna da turma de balé das crianças, minhas mãos estavam sempre apontando para o lugar errado, mas eu gostava de poder me

mover, vestida com um maiô e um tutu cor-de-rosa, por aquele espaço. Assim como nas festas juninas, na qual eu me empenhava muito para estar junto acompanhando os passos ritmados. Demorei muitos anos para encontrar o meu espaço dentro da dança. Por muito tempo, acreditei que não seria possível dançar, pensando que haveria no mundo um único critério para avaliar as possibilidades de dança, sempre me considerando a pessoa com menos ritmo em todas as turmas e minando-me da possibilidade de uma dança que me trouxesse a sensação de liberdade. Ainda assim, nunca tive portas fechadas em relação à dança, e tive a oportunidade, inclusive de poder errar nas aulas de balé. Quantas pessoas com deficiência experimentam aulas de dança quando pequenos? Quantas pessoas com deficiência dançam em festas juninas de nossas escolas? Quantas pessoas com deficiência são estimuladas a quererem dançar? Como dança quem não sabe que pode dançar?

Objetos mediadores

A percepção corporal e expressiva é o fator primordial das abordagens somáticas, o que possibilita a compreensão das múltiplas possibilidades de movimentação de cada corpo, em sua individualidade. Para isso, Angel¹¹ e Klaus Vianna através de suas pesquisas sobre as possibilidades de movimentos e percepção corporal, passaram a trabalhar com acessórios, tais como bolinhas de tênis, papel e outros objetos mediadores, que auxiliam na percepção do corpo, através da relação com o tato e percepção de aspectos expressivos do movimento, como o peso dos objetos e a forma como se relacionam com o corpo. Segundo as contribuições de Bolsanello, acerca da importância dos objetos mediadores na educação somática:

Ambi, em latim quer dizer «duplicidade-», de «ambos os lados». O *ambitatio* se refere ao papel do objeto nas aulas de Educação Somática. Costumamos dizer que não usamos o objeto. *Ambitatio* é o encontro

entre corpo e objeto. O objeto nos toca ao mesmo tempo em que nós tocamos o objeto. Entramos em contato com a forma, densidade, temperatura, textura, peso de nosso próprio corpo e executamos nossos movimentos a partir da sensação da forma, densidade, temperatura, textura e peso do objeto. O objeto é a porta de entrada de uma distinção sensorial entre pele, fásia, tendão, aponeurose, músculo, osso, órgão, líquidos orgânicos. Ele é um « pretexto » para que o aluno possa sentir que seu corpo é igual ou diferente da textura de uma bola, por exemplo. De outro lado, pelo *ambitato* podemos trazer para uma região do corpo qualidades que estão presentes no objeto, mas ausentes no corpo. Por exemplo, para costelas rígidas, o contato com uma bexiga pode despertar a sensação de resiliência do osso, de flexibilidade e tridimensionalidade de minha caixa torácica. Podemos imprimir nas costelas as qualidades de elasticidade da bexiga, imprimir no osso a qualidade de leveza do ar que está dentro da bexiga. Nossa intenção não é a de que o aluno integre qualidades simbólicas dos objetos, mas sim que ative a relação entre o sensorial e o cognitivo, ou seja, que ele encurte o caminho entre o estímulo, a sensação e a ação. (BOLSANELLO, 2018, p.5).

Dentre os ensaios, com a busca de investigação para criação dos espetáculos, e para a descoberta das potencialidades corporais, são usados diversas vezes os objetos mediadores, que são, como o nome explica, objetos utilizados para mediar as possibilidades individuais e coletivas, e de identificar aspectos de cada corpo. Estes objetos servem como nossa via metodológica somática para proporcionar uma prática investigativa e criativa em dança onde pessoas com e sem deficiências possam desfrutar juntas de um caminho respeitoso e acolhedor à diversidade.¹² Segundo Débora Bolsanello:

Dentro do contexto pedagógico da educação somática, os acessórios (bolas de borracha e de espuma, bastões e tijolos de madeira, saquinhos de areia,

etc.) tornam-se referências de contato com a pele e instrumentos de automassagem, levando o aluno a (re)definir as fronteiras de seu corpo e a renovar sua relação com o mundo exterior. Montagu (1979, p. 215) afirma que: “O despertar da consciência de si é em grande parte uma questão de experiência tátil” (BOLSANELLO, 2005, p. 103).

Para a coordenação motora fina, por exemplo, dentro dos ensaios do grupo PÉS utilizamos massa de modelar atóxica, para identificar as possibilidades de movimentação dos dedos e das mãos de cada dançante, sendo solicitado inicialmente que os dançantes dedilhem a massa de modelar com apenas uma mão. Outro fator trabalhado através dos objetos mediadores é a relação de pressão e do volume, tal como a relação sensorial, e de peso, entre corpos e objetos. Para se experienciar essas características, utilizamos exercícios com balões de ar, que começam a partir de uma familiarização com objeto, onde os dançantes o manuseiam livremente, percebendo suas dimensões, seu peso e seu volume. Em um segundo momento, busca-se identificar a força necessária de cada um para estourar o balão. Durante esses exercícios é importante observar as diferentes formas individuais de exploração e ressignificação do objeto.

A Pulsar Cia de Dança, companhia carioca de dança contemporânea criada nos anos 2000 e com elenco de pessoas com e sem deficiências, explora a relação com balões, a partir desse trabalho de sensibilização, no espetáculo *Indefinidamente indivisível* (2010), remetendo o processo de transformação dos corpos e a imprevisibilidade do movimento. Segundo a diretora do espetáculo, Maria Teresa Taquechel:

Esse espetáculo tem espaço para novas soluções, ele tem roteiro e é marcado, mas sempre tem imprevistos. Tanto que a bola é imprevisível, ela pode cair e estourar e eles (os dançantes) tem que dar conta disso em cena, de criar soluções para quando acontecem essas milhões de possibilidades. Esse espetáculo



Figura 2 – Espetáculo *Indefinidamente indivisível*, 2013 – Pulsar Cia. de Dança. Fotografia: Renato Mangolin. Legenda descritiva: a foto revela dançantes vestidos de branco, em pé e em cadeiras de rodas. Eles estão sob um foco de luz, em uma fila lateral, e se apoiam um no outro utilizando-se de balões brancos.

foi elaborado a partir de que a única coisa certa que temos na vida é que tudo muda, que nada é constante e que dentro de cena também é assim (informação verbal).¹³

Teresa ainda afirma que “o risco permanece, pois o erro é a parte viva do acerto: abre para o que pode vir a ser” e resume que “a mudança é indivisível, o tempo – duração – é indefinidamente indivisível” (informação verbal).¹⁴ O espetáculo foi contemplado em 2008 com o Prêmio de Dança Klauss Vianna.

Nos laboratórios de criação do PÉS, utilizando balões como objetos mediadores, após a pesquisa individual, são feitos exercícios em dupla, em que através da investigação do objeto em contato com os corpos, observamos não apenas a nossa força individual, mas também a força do outro em contato com o objeto, trazendo uma necessidade maior de concentração na experimentação e de percepção de equilíbrio do objeto, pensando na conexão dos dançantes. O balão também pode ser usado

como mediador do reflexo e coordenação motora: através de diferentes cores, pode-se sinalizar para alguns dançantes, como, por exemplo, dançantes com deficiências intelectuais, as percepções de lateralidade (como direita e esquerda), e também podem ser feitos os exercícios de espelhamento, onde os dançantes seguem ou imitam os movimentos dos companheiros de exercícios, como se este outro ser fosse o seu reflexo em um espelho.

Também utilizamos como proposta de objetos mediadores bolas de tênis, borrachas ou de plásticos e com diferentes tamanhos. Esses objetos mediam a percepção da transferência de peso, podendo estar relacionados com a força imposta no objeto, também podendo ser trabalhado em exercícios em dupla. O que mostra a importância dessa escolha metodológica como um bom caminho para investigação criativa e coletiva.

Explor(ar): O toque no outro através de um objeto traz novas possibilidades. No último ensaio, experimentamos bolas de vários tamanhos, formas e tipos.



Figura 3 – Desenho de Yuri Costa. Legenda descritiva: o desenho revela dois pés de pessoas distintas, em um fundo azul e lilás, aquarelado. Os pés apoiam uma bola de tênis.

Exploramos o corpo do outro dentro de uma plasticidade ora moldável, ora rígida, ora pequena, ora maior e com isso, passamos a conhecer mais o que podemos propor e receber do outro. Foi/tá sendo incrível! (Relato de Yuri Costas. Disponível em: <<https://www.projetopes.com/singlepost/2018/03/18/explorar>>. Acesso em maio de 2023.

Os objetos mediadores tendem a auxiliar na percepção do corpo, tal como a educação somática, como caminhos facilitadores do entendimento das possibilidades físicas do movimento. Segundo Tursi:

Como ponto de partida, ousou dizer que é indiscutível a necessidade de uma pessoa conhecer o próprio corpo e suas possibilidades físicas de movimento para a criação de movimentos conscientes, de movimentos corponectivos¹⁵. Essa consciência nos abre as possibilidades de movimento e domínio das ações físicas, mecânicas do movimento, as quais envolvem o esticar, dobrar e torcer. De acordo com Rengel (2008, p. 19), apesar do quase infinito número de ações que o corpo pode executar, o corpo humano tem apenas essas três bases mecânicas para uso e delas todos os movimentos se originam. (TURSI, 2014, p.30)

Todos os objetos mediadores já citados anteriormente, assim como os que ainda serão citados, tendem a experimentar essas três bases mecânicas: esticar, dobrar e torcer. Para o dobrar podemos usar por exemplo, as massas de modelar, no torcer podemos usar panos e no esticar podemos utilizar, por

exemplo, as cordas, mas esses são apenas exemplos e as bases mecânicas podem se alternar no corpo enquanto o dançante se movimenta com os objetos.

Para a experimentação com cordas¹⁶, os dançantes são distribuídos em duplas. As cordas são colocadas em volta de suas mãos, é estabelecida uma distância entre as duplas, que se mantém para que um possa conduzir o braço do outro (para o exercício funcionar as cordas devem estar bem encaixadas nas mãos de todos, garantindo que elas não caiam). Segundo Tursi, a repetição do exercício ajuda no trabalho das articulações e da exploração de seus eixos. A partir das indicações dos exercícios, os dançantes também podem começar a experimentar a corda como objeto de mediação das possibilidades de equilíbrio, sendo assim, as duplas podem se mover juntas, tentando se sustentar na corda através de outras partes do corpo e buscando a relação de abaixar e levantar juntos. As movimentações podem ser feitas em deslocamento (ou não) pelo espaço, mas elas terão possíveis resultados diferentes no que diz respeito às relações de contrapeso, força e de equilíbrio.

Outra possibilidade de exercício com a corda é o jogo da teia de aranha. Onde cria-se uma teia de corda entre os dançantes (sendo esses dois ou mais) e a partir da relação de desembolar a corda, os dançantes devem buscar tentar resolver a situação, observando não apenas o seu corpo, mas como o coletivo busca solucionar o problema. Esse exercício possibilita uma percepção atenta às necessidades e potencialidades dos outros, agu-



Figura 4 – *Similitudo* – Crédito: Hugo Veiga. Legenda descritiva: em um fundo preto vemos três dançantes sob um foco de luz vermelho, dois deles estão correndo segurando um grande tecido, em lados opostos, e enrolam o dançante que está no centro da foto. Relógios estão pendurados ao fundo, como se flutuassem.

çando nosso foco para solucionarmos de forma ágil possíveis problemas ou casualidades, que também podem aparecer durante alguma cena dentro do espetáculo.

Importante frisar que os objetos mediadores não têm como função atuarem na reabilitação, tampouco como elementos inclusivos, mas como proponentes de um estado de pesquisa e jogo. A construção lúdica criada a partir dessa relação de jogo, possibilita a dilatação dos processos criativos e da união e confiança estabelecida entre os jogadores, através da percepção de seus corpos e investigação de movimentos. Como Tursi afirma “é importante salientar, que o objetivo não é necessariamente resolver a situação e sim, lidar com ela, criando suas próprias relações” (2014, p.50). Com esta relação, Tursi busca enfatizar nos dançantes a importância de lidar com as situações em cena, onde eles devem ter a percepção da movimentação que executam no espaço coletivo, buscando uma compreensão de como lidar com

possíveis imprevistos, sendo este um saber imprescindível para a cena.

Em relação à necessidade de criação estética, também se utilizam no grupo experiências brincantes, que buscam, através de jogos lúdicos, um espaço de descoberta das possibilidades corporais para cenas. Um exemplo são as atividades em que trabalhamos com tecidos, como por exemplo lenços, que possuem movimentos de fluidez e leveza. Um lenço pode facilmente, por sua leveza, ser percebido como uma representação da água, de um barco, do ar, ou qualquer outro elemento. O objeto também tem um caráter expressivo e importante na experimentação com atores e dançantes, podendo também ser pensado como um outro objeto. Nessa relação de brincadeira, por exemplo, podemos utilizar um lenço para representar uma bola de canhão e, é importante observar como os dançantes trabalham com essa nova relação de peso que deve ser empregado a um objeto leve, trabalhando assim com os aspectos de fluência e peso.

Além dos trabalhos com tecidos como os lenços, pode-se também trabalhar com tecidos maiores e mais pesados. No grupo PÉS, um exercício com um tecido comprido e pesado, foi realizado para exploração e observação de força e agilidade dos dançantes e, posteriormente, se tornou uma cena. Em uma experimentação do grupo, os dançantes se reuniram em dupla, onde uma pessoa envolveu a outra no tecido, buscando uma relação, seja de prender e deixar o outro preso, seja de libertá-lo.

Esta cena está no espetáculo *Similitudo*, onde um dançante é envolvido por um tecido de mais de 5 metros por 90 centímetros, por outros dois dançantes. O primeiro fica preso e tenta se soltar a qualquer custo e, após uma tentativa muito longa e cansativa, ele consegue se desenrolar. O tecido é de fato pesado e o dançante, por ficar enrolado das pernas até o pescoço, sequer consegue usar as mãos para soltar-se, sendo necessário rolar de um lado para o outro no chão para conseguir se libertar.

Nas aulas e oficinas de teatro-dança do grupo PÉS¹⁷, com a proposta de experimentações de movimentos individuais ou coletivos utilizamos além de objetos mediadores, elementos imaginativos que estão presentes na maioria das culturas (como os quatro elementos da natureza: terra, ar, água e fogo, ou ainda cores ou atmosferas, como da chuva ou do sol), facilitando o seu entendimento e a criação imagética para todos os participantes, mesmo que habitem países com culturas distintas. Embora a referência não seja a mesma para todas as pessoas, os dançantes podem identificar com maior facilidade os elementos e permitir que eles suscitem imagens e formas em seus corpos.

Conclusão

Para construir os movimentos cênicos, devemos ampliar nossa percepção do corpo, mesmo no cotidiano e sair da forma automática na qual nos movemos, assim como propõe a educação somática, percebendo como cada ação pode ser modificada, a partir da nossa prática. Acredito que a dança apresente a possibilidade e o desafio do momento de presentificação do corpo, no sentido de aceitar

que o que importa é a movimentação presente, alinhada a propriocepção (relembrando que esta é a habilidade de perceber sua postura e proposição no movimento), seja quando estamos sozinhos, experimentando as possibilidades do corpo, seja enquanto dançamos pelo lar, ou quando estamos com nossos amigos e companheiros de vida, dançando alegres comemorando os momentos, ou mesmo durante ensaios de dança, rituais culturais, ou em qualquer outra forma de movimento. Essa é a relação entre a dança contemporânea e somática, e essa proposta possui um forte impacto na relação da quebra com os paradigmas do “corpo ideal”, constantemente representado pela mídia, trazendo o foco para o “corpo real” do dançante, como os corpos cotidianos, inclusive com alguma deficiência (física, visual, auditiva, intelectual, psicossocial ou múltipla), que caracterizam mais de 17 milhões de brasileiros¹⁸ (LEAL, 2021). Por isso, é necessário que possamos seguir refletindo o nosso espaço enquanto artistas dentro do cenário cênico e a abertura para intercambiar movimentos com pessoas com corpos diversos. Cada dançante possui movimentos individuais e intransferíveis (TURSI, 2014, p. 58), que são permeados pelas suas emoções, vivências e culturas, mas ao serem unidos ao coletivo representam descobertas de novas possibilidades da criação cênica e de jogos de relação. Podemos analisar dessas experiências artísticas, que o processo somático da dança se dá pela pluralidade dos corpos e das pesquisas individuais que moldam os seres, através da percepção das possibilidades criativas, coletivas e em solos. A investigação sensível e consciente do corpo proporciona uma movimentação cada vez mais livre e porosa às possibilidades oferecidas pelo espaço e pessoas à sua volta. Ao pesquisar e compreender as potências do próprio corpo, o dançarino se abre para as experiências somáticas na dança, o corpo se move utilizando-se da sensibilidade e sensorialidade, facilitando a intercambialidade dos movimentos com pessoas diversas.

Referências

BOLSANELLO, D. P. **A educação somática e o contemporâneo profissional da dança**. DAPesquisa, Florianópolis, v. 7, n. 9, p. 001-

- 017, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.udesc.br/index.php/dapesquisa/article/view/13940>>.
- BOLSANELLO, D. P. **Educação somática: o corpo enquanto experiência.** Université du Québec à Montreal – Canada, Motriz, Rio Claro, v.11 n.2 p.99-106, mai./ago. 2005.
- COSTAS, A. **Saberes sensíveis no trânsito somático-dançante.** In: WOSNIACK, Cristiane; MARINHO, Nirvana. (Org.). O avesso do avesso do corpo-educação somática como práxis. Joinville: Nova Letra, 2010. p. 163-184.
- FORTIN, S. **Educação somática: novo ingrediente da formação prática em dança.** Tradução de Márcia Strazzacappa. In: GREINER, Cristine (Org.). Cadernos do Gipe-CIT. Salvador: Editora da UFBA, 1999. v. 2. p. 40-55.
- LENT, R. **Cem bilhões de neurônios: conceitos fundamentais de neurociências.** São Paulo: Atheneu, 2005.
- MELLO, A. **Deficiência, incapacidade e vulnerabilidade: do capacitismo ou a preeminência capacitista e biomédica do Comitê de Ética em Pesquisa da UFSC.** Revista Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 21, n. 10, p. 3265-3276, 2016.
- OLIVEIRA, M. **Processos composicionais de espetáculos com grupos misto-colaborativos.** 2020. 189 f., il. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Universidade de Brasília, Brasília, 2020.
- PIZARRO, D. **Anatomia corpoética em (de)composições: três corpus de práxis somática em dança.** Repertório UFBA: 2021. Disponível em: <<https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/32962>>.
- TURSI, R. **Meu corpo, teu corpo e este outro: visitando os processos criativos do projeto PÉS.** Brasília, DF: UnB. 2014.
- VENDRAMIN, C. **Repensando mitos contemporâneos: o capacitismo.** São Paulo: Publicação online Universidade de Campinas (Unicamp), 2019. Disponível em: <<https://www.pubonline.iar.unicamp.br/index.php/simpac/article/view/4389/4393>>.
- VIANNA, K.; CARVALHO, M. **A dança.** São Paulo: Summus Editorial, 3ª ed., 2005.
- 5 “As ações de extensão se desenvolvem por meio das unidades acadêmicas e administrativas da UnB, em processos educativos, culturais e científicos, articulados com o ensino e a pesquisa. É por meio da ação extensionista envolvendo professores, estudantes e técnicos que a Universidade interage com a sociedade, em um exercício de contribuição mútua.” (Disponível em: <<https://www.projetopes.com/quem-somos>>. Acesso em maio de 2023).
- 6 Fala apresentada por Rafael Tursi em reunião no dia 21 de abril de 2021.
- 7 Idem.
- 8 Disponível em: <https://www.philosophypro.br/estetica_cognicao_etica.htm>. Acesso em maio de 2023.
- 9 Fala de Ana Alonso, apresentada na oficina *DanceAbility*, organizada pelo festival PROCENA, no dia 07 de outubro de 2021. (Disponível em: <http://procenago.com/procena_2020/>. Acesso em maio de 2023.)
- 10 O termo corponormatividade compulsiva foi pensado por Mello como tradução ao termo *compulsory able-bodiedness*, proposto pelo teórico Robert McRuer onde *able-bodiedness* “faz referência à condição de um corpo apto e fisicamente capaz para o serviço militar, por exemplo.”
- 11 Angel Vianna, é dançante, professora, coreógrafa e pesquisadora, considerada, assim como Klaus, precursora da Consciência/Expressão Corporal para atores e dançantes no Brasil.
- 12 Cito alguns objetos descritos por Rafael Tursi em sua dissertação (TURSI, 2014, p. 34-52), e descrevo a importância deles, tal como aprendi com o diretor neste processo.
- 13 Fala e trechos do espetáculo, disponíveis em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Xjsn9Xkp1ro>> (Acesso em maio de 2023).
- 14 Disponível em: <<http://g1.globo.com/pa/para-noticia/2013/11/dancarinos-em-cadeira-de-rodas-apresentam-espetaculo-premiado.html>> Acesso em maio de 2023.
- 15 Segundo Tursi, a partir de seu estudo em relação a pesquisadora Lenira Rengel, a palavra corponectivo, significa “o processo corporal como um processo de natureza e cultura de um só corpo, onde aspectos físicos, biológicos, emocionais e intelectuais são trazidos juntos”. (TURSI, 2014, p.28).
- 16 Segundo Tursi, devido às diversas experimentações já executadas com o grupo, percebeu-se que a corda de algodão fina (ø 0,5mm) tem um efeito melhor dentro das experimentações, sendo mais confortável, diminuindo o risco de machucados gerados pelo atrito entre a corda e o corpo. (TURSI, 2014).
- 17 Disponível em: <<https://www.projetopes.com/cursos-e-palestras>> Acesso em maio de 2023.
- 18 Disponível em: <<https://oglobo.globo.com/brasil/direitos-humanos/quase-70-das-pessoas-com-deficiencia-no-brasil-nao-concluíram-ensino-fundamental- apenas-5-terminaram-faculdade-25170593>>.

Notas

- 1 A brasileira Ana Maria Rodriguez Costas, também conhecida como Ana Terra (1989), é dançante, pesquisadora somática e professora-doutora do Instituto de Artes da Universidade Estadual de Campinas.
- 2 Débora Bolsanello é escritora, pesquisadora e educadora somática. É diretora do Núcleo Oito Educação Somática e dirige o projeto Pioneiros da Educação Somática no Brasil, videodocumentário e livro de entrevistas com os primeiros profissionais brasileiros a implantarem as metodologias somáticas no Brasil.
- 3 Klaus Vianna (1928 – 1992) foi preparador corporal, professor, coreógrafo e dançante.
- 4 Thomas Hanna (1928 – 1990) foi pesquisador, escritor, terapeuta e filósofo. Observou e agrupou práticas as quais nomeou “Educação Somática” e propôs em seu livro “*Somatics*” que a consciência dos músculos auxilia na prevenção de dores e desconfortos corporais.

Recebido em 30/05/2023.

Aprovado em 07/06/2023.

Publicado em 14 de agosto de 2023.