

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
INSTITUTO DE ARTES

**A PERCEPÇÃO ENERGÉTICA COMO GUIA
PARA A COMPOSIÇÃO DE POÉTICAS
CORPORAIS**

ANDREZZA CAMPOS MORETTI

297.004.092

Campinas/ 2003

**UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE**

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
INSTITUTO DE ARTES
Mestrado em Artes

**A PERCEÇÃO ENERGÉTICA COMO GUIA
PARA A COMPOSIÇÃO DE POÉTICAS
CORPORAIS**

ANDREZZA CAMPOS MORETTI

Este exemplar é a redação final da
Dissertação defendida pela Sra. Andrezza
Campos Moretti e aprovado pela Comissão
Julgadora em 10/09/2003.



Prof. Dr. Eusébio Lobo da Silva
-orientador -

Dissertação apresentada ao Curso de
Mestrado em Artes do Instituto de Artes da
UNICAMP como requisito parcial para a
obtenção do grau de Mestre em Artes sob a
orientação do *Prof. Dr. Eusébio Lobo da Silva*.

Campinas/ 2003.

UNIDADE	BC
Nº CHAMADA	T/UNICAMP M817p
V	EX
TOMBO BC/	50883
PROC.	26/27/04
C	<input type="checkbox"/>
D	<input checked="" type="checkbox"/>
PREÇO	11,00
DATA	20/01/2004
Nº CPD	

CM00193915-5

bib id 308412

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA
BIBLIOTECA CENTRAL DA UNICAMP

M817p

Moretti, Andrezza Campos.

A percepção energética como guia para a composição de poéticas corporais / Andrezza Campos Moretti. – Campinas, SP : [s.n.], 2003.

Orientador : Eusébio Lobo da Silva.

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Artes.

1. Energia vital. 2. Poética. 3. Dança. 4. Criação (Literária, artística, etc.). 5. Composição (Arte).

I. Silva, Eusébio Lobo da. II. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Artes. III. Título.

DEDICATÓRIA

“Para meus pais que me incentivaram a cada dia a seguir adiante e a lutar pelos meus sonhos...”

AGRADECIMENTOS

A meus pais sem os quais não veria meu futuro com tanta amplitude se não tivesse recebido seus ensinamentos.

Aos meus irmãos: Alexandre e André.

Ao meu marido que com sua calma e dedicação me auxilia a cada dia, me ensinando a amar.

Aos mestres que me transmitiram com eficácia e generosidade suas experiências profissionais de vida e confiaram em meu potencial de realização.

Especialmente:

- ❖ Prof. Dr. Eusébio Lobo da Silva, amigo e orientador de muitos anos.
- ❖ À Prof^a Maria Lucia Lee, que me abriu portas para a compreensão das artes corporais chinesas, para discussões e questionamentos.
- ❖ À Prof^a Joana Lopes, que ampliou meus horizontes nas artes cênicas e me acompanhou em muitas horas difíceis.

Às alunas do PED que me auxiliaram a desvendar procedimentos para a execução desta dissertação.

Aos amigos e colegas que acompanharam este percurso, sobretudo Dani Borgo e Cleiva F. Diniz e a minha madrinha Tia Lu.

A todos abraçamos ao final desta dissertação, com profundo sentimento de gratidão, dedicando-lhes nossos eventuais méritos.“

RESUMO

Esta dissertação objetiva discutir as relações entre a utilização consciente do *Qi* (conceito chinês de energia) e o desenvolvimento de processos criativos que sejam capazes de dialogar com a sociedade atual, contribuindo para a formação técnica e criativa de atores-bailarinos através da verificação da influência da percepção energética na composição de poéticas corporais.

Parte do pressuposto que a energia é um elemento essencial para o desenvolvimento da percepção, pois ao mesmo tempo em que podemos percebê-la movendo nosso corpo, podemos conduzi-la para fins específicos, o que nos conduz ao seguinte problema: Será que ao estudarmos o desenvolvimento da percepção energética como guia para a construção de poéticas corporais estaremos contribuindo para o desenvolvimento técnico e criativo do artista – pesquisador, ator bailarino, desvendando uma poética que possa ser transcrita a favor de uma qualidade mais sutil de movimento e “dizer” artístico?

Sendo esta uma pesquisa experimental e qualitativa, na qual concepção e realização são concomitantes, abordamos seu conteúdo através de dois procedimentos: a) observacional – descritivo e b) experimental – analítico, buscando compor um corpo discursivo sobre a relação entre energia e expressividade.

Ao analisarmos os laboratórios práticos (compostos por alguns exercícios que desenvolvem a percepção da energia concomitantemente com trabalhos de improvisação e composição coreográfica) e as nossas experiências como *performer* constatamos que a percepção energética age sobre a presença cênica, sobre a qualidade e refinamento dos movimentos, sobre a clareza da intenção e no que diz respeito à integridade do bailarino, o que conseqüentemente refletirá em trabalhos mais elaborados e consistentes.

Palavras chaves: Energia, Processos Criativos, Poéticas corporais.

ABSTRACT

This dissertation intends to discuss the relationship between the conscious utilization of Chinese Energy Conception (“Qi”) and the creative processes development that could be able to dialogue with the present society; thus contributing to the technical and creative formation of actors-dancers, through the verification of the influence of energetic perception on the poetic corporal compositions.

On the assumption that energy is an essential element to the development of the perception; as we can at the same time feel the energy moving our body or it could be directed for a specific finality, we ask: Could the study of energetic perception as a guide to the construction of the poetic-corporal composition contribute to the technical and creative development of the artist-researcher, actor dancer? and at the same time unveil a poetic that could be converted in behalf of a better quality of the tenuous movement and artistic “saying.

This is an experimental and qualitative research, with concomitant conception and realization. Therefore we approach its contents in two procedures: a) observational – descriptive and b) experimental – analytic, searching a discourse composition about the relationship of energy and expressiveness.

Upon analyzing the practical works (composed by several exercises that develop the energy perception concomitant with works of improvisation and choreography composition) and our experiences as a performer, we could verify that the energetic perception perform on scenic presence, on the quality and refinement of the movements, on explicitness of intention and in respect to the integrity of the dancer what consequently will reflect more elaborated and consistent works.

Keywords: Energy, Creative Process, Corporal Poetics

ÍNDICE

DEDICATÓRIA	ii
AGRADECIMENTOS	iv
RESUMO	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE	vii
I. INTRODUÇÃO	8
II. CORPO TEÓRICO/ PRÁTICO	11
1ª PARTE — CONCEITOS CHAVES	11
Cap. 1 – Sobre a percepção na atualidade	12
Cap. 2 – Sobre Percepção Energética	17
Cap. 3 – Sobre Poéticas Corporais e seus Percursos	28
2ª PARTE – CONCEITOS EM AÇÃO	34
Cap. 4 – Materiais e Métodos	35
4.1 Laboratórios Práticos	36
3ª PARTE – INTERANDO CONCEITOS	44
Sobre o Corpo e a Cena Contemporânea	45
III. CONCLUSÃO	56
IV. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	58
V. ANEXOS	63
1. GTI – Organização e Desenvolvimento	64
2. Laboratórios Práticos (Descrição)	68
3. Guernica de Siron Franco	72
4. Corpo – Matéria Poética	73

I. INTRODUÇÃO

Objetivos:

- Apresentar a situação — problema motivadora da pesquisa científica/artística realizada, a justificativa, o objeto e os objetivos da pesquisa.
- Apresentar hipótese, tese, métodos de abordagem e de análise de resultados.

A presente dissertação busca contribuir para a formação técnica e criativa de atores-bailarinos através da verificação da influência da percepção energética na composição de poéticas corporais.

Objetiva mais especificamente, discutir as relações entre a utilização consciente do *Qi* e o desenvolvimento de processos criativos que sejam capazes de dialogar com a sociedade atual, conectando corpo/ mente/ emoção ao momento presente.

Parte do pressuposto que a energia é um elemento essencial para o desenvolvimento da percepção, pois ao mesmo tempo em que podemos percebê-la movendo nosso corpo, podemos conduzi-la para fins específicos. A energia existe independente de nossa vontade, mas é possível de ser controlada, ampliada e direcionada por nossa intenção, exigindo de seus estudiosos uma qualidade sutil e refinada de movimentos.

O *Qi* (conceito chinês de energia), cujo ideograma revela uma natureza aérea e volátil, é invisível e definido pelo efeito de sua atuação. Para que possamos estudá-lo e compreendê-lo na prática da composição cênica utilizamos alguns exercícios que desenvolvem a percepção desta energia concomitantemente com trabalhos de improvisação e composição coreográfica, voltados para a criação de frases de movimento e/ou partituras cênicas capazes de serem reorganizadas a favor de uma qualidade mais sutil e precisa de “dizer” artístico.

Na dança ou no teatro, a compreensão teórica e prática deste conceito retrata as questões de presença cênica, economia de esforço no movimento, precisão, fluência, contração e relaxamento, queda e recuperação, a procura do equilíbrio entre o corpo e a mente, o intelecto e o sentimento, a razão e a intuição, pois é a energia que confere ao corpo a unidade e ao mesmo tempo nos mantém vivos.

Partindo destas premissas nos perguntamos: Será que ao estudarmos o desenvolvimento da percepção energética como guia para a construção de poéticas corporais estaremos contribuindo para o desenvolvimento técnico e criativo do artista – pesquisador, ator bailarino, desvendando uma poética que possa ser transcrita a favor de uma qualidade mais sutil de movimento e “dizer” artístico?

Ao nos propormos a verificar as relações destes conhecimentos com o desenvolvimento simbólico/artístico do *performer*, buscamos esclarecer nossas inquietações pessoais, artísticas e acadêmicas, ampliar nossas possibilidades de ver, vivenciar e interpretar uma poética corporal e contribuir para a formação de novos profissionais, pois percebemos que muitos performers atores e/ou bailarinos não conseguem ampliar e direcionar o seu campo energético de modo que sua intenção chegue claramente ao espectador. Acreditamos que na medida em que conseguirmos analisar e recriar as imagens (percurso, significado, aspirações, inspirações) executadas no universo de energia em que vivemos conseguiremos clarear nossas intenções e dizê-las com maior simplicidade, clareza e conseqüente qualidade.

Estes questionamentos começaram a brotar no decorrer de nossa graduação enraizando nos anos seguintes nos quais vivenciei diversos processos criativos tanto em Dança quanto no Teatro e trabalhei como bailarina, coreógrafa, diretora, atriz, iluminadora, cenógrafa. Dentre estas vivências posso citar algumas disciplinas de Mestrado tanto na USP quanto na Unicamp, um Estágio em Dança Contemporânea denominado *En Danse “Corps – Matière Poétique”* e alguns congressos como *L’Ombra dei Maestri* – realizado pela Universidade de Bolonha, entre outras experiências que hoje estão prontas para serem revistas em um trabalho de Mestrado. Também, não podemos esquecer de citar nossas experiências com a aprendizagem e da instrução de algumas artes corporais chinesas como

Lian Gong em 18 Terapias, Qi Gong dos Símbolos, Xian Gong e Tai Chi Chuan (estilo Yang) que, em andamento, auxiliam constantemente o desenvolvimento deste trabalho.

Sendo esta uma pesquisa experimental e qualitativa, na qual concepção e realização são concomitantes, abordamos seu conteúdo através de dois procedimentos: a) observacional – descritivo e b) experimental – analítico, buscando compor um corpo discursivo sobre a relação entre energia e expressividade.

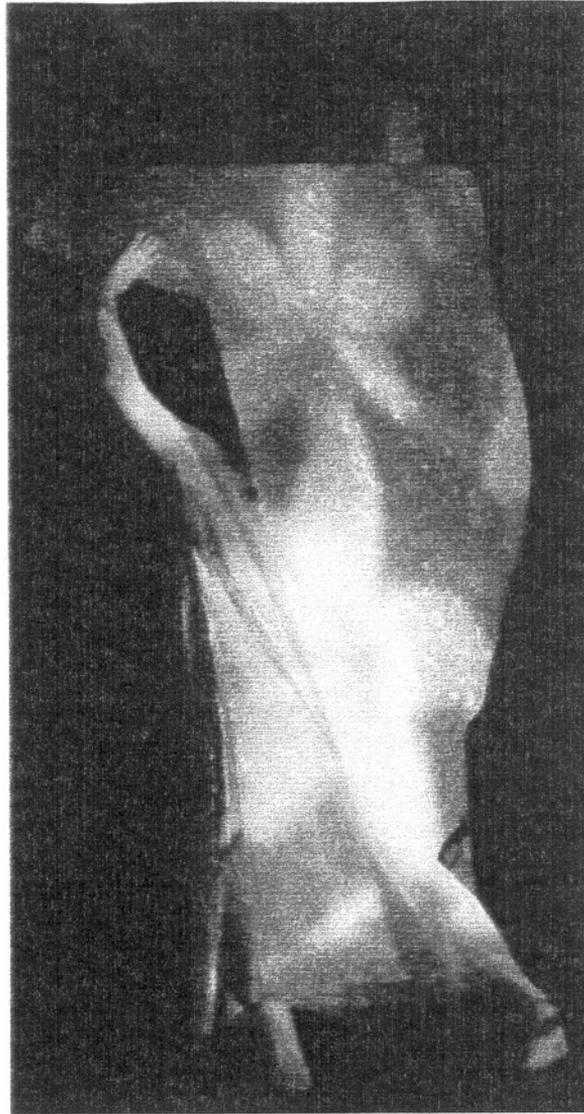
Desta forma, esta dissertação é composta por uma introdução, por três partes, conclusão, referências bibliográficas e anexos.

A primeira parte, referente ao corpo teórico, ou seja, a nossa revisão bibliográfica, objetiva elucidar os conceitos chaves inerentes à pesquisa em desenvolvimento, citar autores e compreender abordagens que fundamentarão o desenvolvimento prático e as discussões a serem apresentadas.

A segunda parte expõe os nossos materiais e métodos, ou seja, coloca os nossos conceitos em ação através da apresentação do conteúdo de nossos laboratórios e da forma de análise dos nossos resultados.

A terceira parte referente à relação entre o corpo e a cena se propõe a discutir os argumentos teóricos sobre os quais nos embasamos, relacionando-os com nossas vivências práticas compondo uma espécie de integração bibliográfica e biográfica que clareia e justifica nossas concepções sobre a arte da cena.

II. CORPO TEÓRICO PRÁTICO



1ª PARTE: CONCEITOS CHAVES

Objetivos:

- Fornecer os fundamentos teóricos sobre os quais nos embasamos.
- Elucidar os conceitos chaves inerentes à pesquisa em desenvolvimento.

Capítulo 1 — SOBRE A PERCEPÇÃO NA ATUALIDADE

Objetivos:

- ❑ Explicitar nosso ponto de vista sobre o contexto em que estamos inseridos.
- ❑ Detectar certos problemas que os pesquisadores/ artistas possam enfrentar e/ou estejam enfrentando.

Referências citadas:

Adorno, Antunes Filho, Bachelard, Barba & Savarese, Baudrillard, De Masi, Fontanella, Jencks, Lopes, Lyottard, Moles, Pedrosa, Quasar Cia de Dança, Rosenfield in Pieron, Santos in Robatto, Schenberg, Searle, Siron Franco, Uakiti.

Uma grande parte das pesquisas científicas desenvolvidas no mundo vêm de necessidades e olhares pessoais, as quais possuem um íntimo elo de ligação com a história de vida de cada escritor/ pesquisador/ artista - cientista, pois “a atitude destes ante a complexidade dos fenômenos é uma atitude de escolha: não constrói apenas o que lhe apraz, mas escolhe aquilo que lhe apraz construir”¹. Suas alternativas advêm do modo como observam, sentem e atuam neste mundo conectando-se à percepção que desenvolvem no decorrer de suas existências, ou seja, dos referenciais e concepções dos quais se servem para compreender o espaço e as relações que vivenciam. Uma percepção sobre a natureza, sobre a sociedade que nos cerca, sobre nós mesmos, sobre o outro, sobre as sensações produzidas pelos nossos sentidos (visão, audição, olfato, gustação e sinestesia), sobre as novas tecnologias e, principalmente, sobre aquilo que nos move, ou seja, é o que nos leva a agir.

Como exemplo destas percepções podemos apontar nossas ações como frutos de nossas necessidades básicas e essenciais para a sobrevivência como comer, ir ao banheiro, fazer amor; podemos assinalá-las como vontades adquiridas, advindas de nossas curiosidades e desejos mais íntimos como ampliar o conhecimento sobre um determinado conteúdo ou encontrar-se com alguém ou podemos pontuá-las como “reais”, por mais

virtual que hoje, a realidade que nos é imposta e da qual não podemos emergir possa parecer.

“É como se a aparência pudesse afetar a realidade. Mas é porque a aparência não é só aparência, ela faz parte da realidade. Esta aparência compõe também a realidade, embora secundariamente, mas essencialmente”.²

Para explicitarmos esta relação entre essência e aparência podemos citar BACHELARD (1996), quando nos fala sobre “a substância e a necessidade de superarmos o obstáculo substancialista”; ou seja, quando argumenta sobre “a necessidade de compreendermos que nossas percepções estão sujeitas ao fluxo e refluxo do racionalismo”.

Este autor³ também nos diz que “é imensa a distância entre um livro impresso e o livro lido, entre o livro lido e o livro compreendido, assimilado, sabido! Mesmo na mente lúcida, há zonas obscuras, cavernas onde ainda vivem sombras. Mesmo no novo homem, permanecem vestígios do homem velho”.

Nestes últimos anos, o mundo em que vivemos tem nos apresentado um processo caótico, desgovernado, não conseguindo, em suas infinitas imagens e definições, dar uma explicação satisfatória para os acontecimentos, o que faz com que as pessoas se distanciem de suas sensações e percepções, muitas vezes perdendo a consciência sobre sua existência. Isto vem modificando o papel da ciência⁴ pois rupturas e restauração dos valores, crenças e técnicas compartilhadas pelos membros de uma comunidade específica tornaram-se freqüentes.

Hoje, nos apresentam como referenciais históricos, o pós – moderno, o neomoderno, o pós – industrial, o contemporâneo discutido por vários autores como Jencks (1987), Lyottard (1973), Pedrosa (1975), Schenberg (1988), De Mais (2000) entre outros,

¹ Apud. MOLES Abraham Antoine. *A Criação Científica*. Tradução de Gita K. Guinsburg. São Paulo: perspectiva, 1971:34.

² Apud. FONTANELLA, Francisco Cock. *O corpo no limiar da subjetividade*. Piracicaba: Editora Unimep, 1995:47.

³ Apud. BACHELARD, Gaston. *A formação do espírito científico*. Rio de Janeiro: Contraponto, 1996:19.

cujas proposições se diferenciam, ao mesmo tempo em que se complementam. Dentre estas proposições podemos, resumidamente, citar Pedrosa, dizendo que “o pós-moderno significa um retorno à realidade”; Adorno, proferindo que “não existe mais nada novo, tudo é relido”; Benjamin, afirmando que “sofremos de uma redenção e que devemos reviver o passado”; Lyottard, que assegura que “o pós-moderno vem acompanhado de uma espécie de amnésia”; Baudrillard, pronunciando que “vivemos simulacros, realidades artificiais semelhantes a uma vitrine de um shopping”; Jencks, que relata a “existência de um programa, um projeto a ser seguido, sendo a fonte deste, o classicismo” entre outros autores como De Masi, que defende a “sociedade pós-industrial e o advento do tempo livre”.

Todavia, este mundo, também dito contemporâneo, pois se refere ao atual, possui algumas características: liga-se ao passado, mas também é um movimento voltado para frente; acontece na cidade, visto que independente do local – tudo reflete o que é urbano; apresenta uma valorização da figura humana, um pluralismo e um ecletismo, um *revival* vindo da saudade e uma posição individual diante da razão. Expõe uma série de rupturas as quais se ligam a uma nova consciência em busca de novo conteúdo, compostos por releituras de diferentes áreas e não apenas citações. Aparenta uma desconfiança em relação ao *continuum* e favorece mais o irracionalismo do que o racionalismo, sugerindo infinitas formas de pensamento sobre o mundo, a sociedade e as artes.

A arte, em geral, é um modo específico de manifestação da atividade criativa dos seres humanos, ao interagirem com o mundo em que vivem, ao se conhecerem e ao conhecê-lo. Está presente nas mais variadas culturas humanas e em todos os períodos históricos sem nunca ser a descrição do real. Ao permitir ao homem expressar e concomitantemente apreender os significados atribuídos à sua vida manifesta, uma profunda relação do homem com o mundo, de conhecimento e transformação, ora com um propósito mágico de aproximação do desconhecido, do oculto, ora racionalmente exercendo uma crítica sobre o político e o ideológico. O criar e o viver se interligam e se elaboram num contexto cultural.

⁴MOLES (1971: 47) relata que o papel da ciência se acha modificado, não é mais o de prever a marcha do universo em sua minúcia, mas o de construir um modelo inteligível que sirva à apreensão da ciência pelo

Podemos e devemos refletir sobre o contexto em que vivemos: a cultura pós-moderna⁵, pois “nosso uso social do corpo é necessariamente um produto de uma cultura. Nosso corpo foi aculturado e colonizado. Ele conhece somente seus usos e as perspectivas para as quais foi educado. A fim de encontrar outros, ele deve distanciar-se de seus modelos. Deve inevitavelmente passar por uma nova colonização”.⁶

Os conteúdos da cultura pós-moderna não podem ser detectados em sua totalidade, mas determinados em sua generalidade. Esta é marcada por um mercado altamente flexível e competitivo, por uma confusão de fronteiras em relação aos diferentes domínios do conhecimento e por um novo modo de se adquirir “identidade” que não é mais dada pelo pertencimento a uma classe social ou casta, mas é construída pela vivência do indivíduo. “A identidade, hoje, é menos ligada ao que possuo e mais ligada ao que sei (...). Nossa identidade depende cada vez menos da natureza e cada vez mais daquilo que aprendemos, da nossa formação, da nossa capacidade de produzir idéias, do nosso modo de viver o tempo livre”.⁷

Ao refletirmos sobre esta situação, concordamos com LOPES (1996), quando diz que “as profundas mudanças ocorridas neste século, e as desorganizações criadoras de novos conceitos nas artes cênicas levam a um contínuo repensar sobre as relações existentes entre teatro e dança, arte, sociedade e ciência, interdisciplinaridades de linguagens artísticas, reflexões que transparecem eclodir da obra chave, aquela que sintetiza ou preconiza o tempo, território fértil para as transformações necessárias na pedagogia do ator – bailarino”.⁸

homem.

⁵DE MASI, Domenico. **O ócio criativo** / Entrevista a Maria Serena Palieri – Tradução de Lea Manzi. Rio de Janeiro: Ed. Sextante, 2000:74-75 diz que o pós – moderno é a dimensão cultural da sociedade pós – industrial, na qual podemos identificar os elementos de base (população, território e modificação destes) elementos estruturais (distribuição do trabalho e a distribuição da riqueza), superestruturais (divisão do poder tanto das elites formais quanto informais) e culturais (cultura ideal, cultura material e cultura social).

⁶ Apud. BARBA, Eugenio. & SAVARESE, Nicola. **A arte secreta do ator – Dicionário de Antropologia Teatral**. Campinas: Huciter, 1994: 206.

⁷ Apud DE MASI (2000: 240).

⁸ Joana Lopes é professora plena do Departamento de Artes Corporais da Unicamp e coordenadora do Grupo Interdisciplinar em Teatro e Dança, o qual integrei por quatro anos.

As artes no Brasil discutem estes conteúdos e apresentam resultados conseqüentes de todo o pensamento anterior, interligando os contextos regionais aos acontecimentos mundiais, a Arte às novas tecnologias, refletindo inúmeros olhares sobre esta questão “Atual” em busca de uma identidade nacional. Como exemplo podemos citar as obras de Siron Franco nas artes plásticas, Antunes Filho no teatro, Quasar Cia de Dança nas artes corporais e Uakiti na música, uma vez que um “senso de consciência surge precisamente do fluxo de percepções, das relações entre elas (tanto espacial quanto temporal), da relação dinâmica, mas constante a elas, tal como é governada por uma perspectiva pessoal singular sustentada por toda a vida consciente”⁹, vivenciada por todos nós.

⁹Apud. ROSENFELD in SEARLE, John R. **O mistério da consciência**. São Paulo: Paz e Terra, 1998: 106.

Capítulo 2 — SOBRE PERCEPÇÃO ENERGÉTICA

Objetivos:

- Explicitar resumidamente algumas das teorias que trazem à luz o conceito percepção.
- Apresentar os estudos já realizados no campo da energia.
- Fornecer instrumentais para a compreensão do conceito de Qi e dos conteúdos que o circundam.
- Expor a importância destes estudos para o desenvolvimento desta pesquisa.

Referências Principais:

Auden, Barba & Savarese, Brennan, Brickman, Bruyne, Chia, Despeux, Duncan in Robatto, Dychtwald, Epstein, Grof, Kaptchuk, Lee, Lobo, Serra, Penna, Viana,

A pesquisa científica implica um discurso composto pelo pensamento sobre a experiência de nosso corpo como ponto de referência central para todas as formas de consciência e conhecimento. Para isto, podemos nos projetar sobre o mundo em que vivemos e/ou interpretá-lo, mas certamente temos que experienciá-lo, senti-lo e percebê-lo¹⁰ em suas diversidades e possíveis combinações.

O conhecimento pode ser concebido por escalas, por níveis de relações perceptivas que são dadas pelos argumentos, procedimentos dedutivos, nivelados e graduais que fornecem aos nossos locutores referências que podem ser utilizadas para o entendimento de um conteúdo. Para que possamos compreender, mesmo que superficialmente, os fundamentos biológicos que determinam este processo, selecionamos alguns autores que discorrem sobre “percepção” à luz da neurociência.

Para a moderna neurociência, “o real conceito de percepção começou a brotar quando se descobriu que o sistema sensorial extrai quatro atributos básicos de um

¹⁰ Perceber vem do latim *percipere* e significa conceber pelos sentidos, aprender, formar idéia de, notar, compreender bem, atinar com, ver ao longe, enxergar. Apud. Dicionário Larousse Cultural/2000.

estímulo: modalidade, intensidade, tempo e localização, começando a operar quando um estímulo, via de regra ambiental, é detectado por um neurônio sensitivo, que converte a expressão física do estímulo (luz, som, calor, pressão, paladar, odor) em potenciais de ação, que o transformam em sinais elétricos. Daí ele é conduzido a uma área de processamento primário do cérebro, onde se elaboram as características iniciais da informação: cor, forma, distância, tonalidade etc, de acordo com a natureza do estímulo inicial”.¹¹

Em seguida, a informação, já elaborada, é transmitida aos centros de processamento dos tálamos, onde à informação se incorporam outras, de origem límbica ou cortical, relacionadas com experiências passadas similares e, finalmente, alterada é enviada ao seu centro cortical específico, gerando um processo de identificação consciente a que denominamos percepção.

Mas o que percebemos?

Percebemos o mundo ao redor por meio de receptores proprioceptivos que indicam a posição do corpo e de suas partes através dos estímulos sinestésicos e dos nossos sistemas sensoriais, que captam pela audição, visão, tato, paladar, olfato e gravidade, diversas sensações como as de equilíbrio, temperatura, excitação sexual, volume sanguíneo, vibração sobre uma determinada região do corpo, cor, brilho, sabor e duração.

Desta forma, podemos identificar o objeto percebido como sendo “aquele que se dá aos sentidos, sob forma de imagens e aparece espontaneamente como “real”, garantia da transparência das coisas para a linguagem, enraizamento da significação, significante e significado no referente”.¹²

Já que nossas experiências perceptíveis conscientes são precisamente experiências de impacto do mundo sobre nossos corpos e de nossos corpos sobre o mundo concordamos que a experiência do artista precisa apreender as novas relações sociais de maneira a fazer com que os outros também venham a tomar consciência delas, pois quando

¹¹ Apud. OLIVEIRA (2001) in www.epub.org.br/cm/n05/opinioao/concien1.htm.

¹² Apud. BRYNE Paul de; HERMAN, Jackes; SCHOUTHEETE, Marc de. **Dinâmica da Pesquisa em Ciências Sociais – Os pólos da prática metodológica**. Tradução de Ruth Joffily. Rio de Janeiro: F. Alves, 1977:51.

estes entram em cena buscam, através de seus movimentos, desvendar e reconhecer uma percepção diferenciada da vida, certamente em diferentes intensidades, mas que possa revelar e apreender os diferentes sentidos da arte por eles criada.

Atores – bailarinos (sujeitos de nosso estudo) são pessoas que se deixam levar pelas imagens reveladas por suas percepções, que tentam submergir da mecanicidade imposta pelo mundo, elaborando signos, símbolos, isto é, um arquivo possível de ser organizado, capaz de auxiliar no desenvolvimento de sua expressão e comunicação. AUDEN (1993) diz que “o artista de palco tem que exibir movimentos que caracterizem a conduta e o crescimento de uma personalidade humana, numa variedade de situações em mudança. Trata-se da tarefa do artista, ao criar uma caracterização lúcida e sutil, não apenas fazer aflorar os hábitos típicos de movimentos, como também as capacidades e possibilidades latentes”.

Parece que estas possibilidades estão atreladas à busca de um autoconhecimento que pode ser desenvolvido através do direcionamento da energia, do conhecimento e análise das qualidades de movimento, do estudo da percepção das sensações e do uso de si mesmo. A percepção das sensações constrói um corpo decidido. Pode-se, portanto, buscar desenvolver uma percepção que forme uma consciência (com ciência) dinâmica, composta por constantes elaborações mentais de nossas sensações que nos levem a aprender a apreender constantemente.

Contudo, não podemos esquecer que vivemos imersos numa crise perceptiva, causada pelo advento das novas tecnologias, que propõem um mundo virtual, um corpo virtual compostos por amplas redes de informações capazes de rever o passado, interagir com o presente e prever o futuro. O entendimento desta realidade nos auxilia a desenvolver estratégias de criação artística condizentes com o que vivenciamos.

Para o desenvolvimento desta pesquisa partimos do pressuposto que a energia é um elemento essencial para o desenvolvimento da percepção, pois ao mesmo tempo em que podemos percebê-la movendo nosso corpo, podemos conduzi-la pelo nosso corpo. A energia existe independente de nossa vontade, mas é possível de ser controlada,

ampliada e direcionada pela intenção¹³, exigindo de seus estudiosos uma qualidade sutil e refinada de movimentos. “Observa-se que a percepção e utilização consciente da energia que é colocada em cada movimento, torna-o mais expressivo¹⁴ para o espectador”.

Mas o que é energia? “Energia é tudo aquilo que está em você e em seu redor. Você nasceu na energia e irá morrer nela. A energia envolve sua vida, você querendo ou não”¹⁵.

Procurando definições, encontramos BRICKMAN (1989) que numa abordagem sintética nos diz que “**energia** é a potência ativa de um organismo; que **energia física** é a capacidade que tem um corpo ou um sistema de corpos para produzir trabalho; **energia cinética** é o trabalho produzido por um corpo em movimento; **energia potencial** é aquela que está latente nas moléculas do corpo que ao contrário da energia cinética — não se manifesta pelo movimento ou repouso do sistema; na **Dança** energia é a capacidade que tem o corpo de produzir movimento através de seu sistema muscular em funcionamento ideal, o que lhe permite atingir um máximo de rendimento com um mínimo de desgaste; e **energia profunda ou aurícula** são as forças geradoras do movimento”.

Existem muitos estudiosos como BRENNAN (1987), CHIA (1983), DYCHTOWALD (1984) entre outros que defendem a idéia de uma energia universal, vital. Energia que impregna toda a natureza e que foi “registrada pela primeira vez na literatura ocidental pelos pitagóricos, por volta de 500 a.C.”, e na “literatura oriental por volta do século VI a.C.”¹⁶.

¹³EPSTEIN (1995: 25-26) diz que a intenção é a ação mental que direciona nossa atenção e nossas ações. É a expressão ativa de nossos desejos canalizados pelos nossos sistemas fisiológicos. Depende de nossa vontade, que é simplesmente o impulso de força vital que nos permite fazer escolhas.

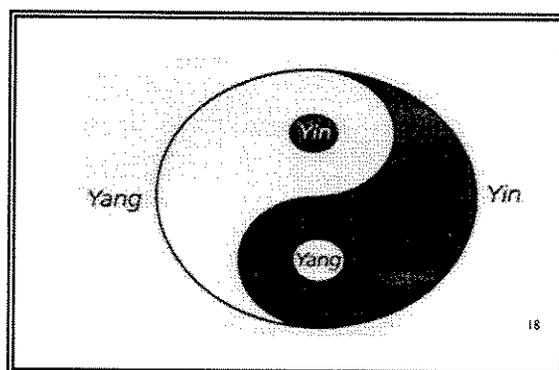
¹⁴ Apud. DUNCAN in ROBATTO, Lia. **Dança em processo – a linguagem do indizível**. Salvador: Centro Editorial e Didático da UFBA, 1994:122 - nenhuma pose, nenhum movimento, nenhum gesto é belo em si. Todo movimento só é belo quando é expresso com verdade e sinceridade. A frase a “beleza das linhas” é, por si, absurda. Uma linha só é bela quando dirigida para um belo fim (...) Minhas imitadoras fazem caricaturas da minha dança: dançam com pernas e braços, e não com suas almas... Imitam a minha dança, mas não a entendem. Prego a liberdade da mente através da liberdade do corpo.

¹⁵ Definição extraída de uma charge produzida por Justin M. Meenhan. Universidade de Illinois, USA.

¹⁶ Apud. CHIA, Mantak. **A energia curativa através do Tao – O segredo da circulação de nossa força interior**. São Paulo: Pensamento, 1983: 21.

Toda a matéria animada ou inanimada se compõe dessa energia universal e dela se impregna. Ela une psico – físico, contendo duas forças polares (Yin/ Yang – Anima/ Animus – Ida/Pingala). Quando estas forças estão equilibradas, o sistema vivo apresenta saúde física, quando, porém, estão desequilibradas, resulta um estado mórbido.

Yin e Yang mostram as duas partes contraditórias e complementares dos fenômenos da natureza. Podem representar tanto dois fatores opostos quanto duas forças complementares que compõem a essência de um mesmo aspecto. Dentro da parte Yin está o Yang e dentro da natureza Yang está a Yin. A humanidade vive entre estas duas forças¹⁷ que sintetizam o equilíbrio dinâmico, e são as essências da mutação, pois o que é imutável é a própria mutação. Os princípios não mudam, mas todas as coisas mudam.



De acordo com a ciência materialista, “organismos individuais são fundamentalmente sistemas separados que podem comunicar-se com o mundo exterior e entre si através de órgãos sensoriais, sendo que estas comunicações são mediadas por formas conhecidas de energia”¹⁹, pois todos os átomos possuem um núcleo composto de prótons e nêutrons. Circundando este núcleo, está a eletrosfera, composta de elétrons que circundam o mesmo com velocidades próximas à velocidade da luz. Os elétrons, além de possuírem carga elétrica negativa, ao girarem em torno de seus eixos, geram energia

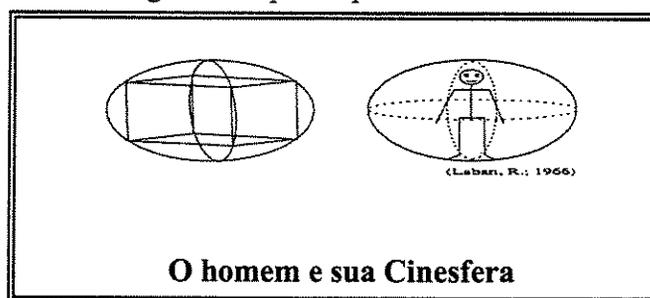
¹⁷Como exemplo destas forças em nosso corpo, podemos citar o fluxo de nossa respiração. O final de uma inspiração é plenamente Yin no lado de fora do corpo. Neste momento, os pulmões estão plenamente Yang por dentro, e completamente expandidos. À medida que o ar quente Yang é expelido, o lado de fora do corpo fica mais Yang, enquanto o lado de dentro é esvaziado tornando mais Yin. Ibidem: 133.

¹⁸ Representação corrente do Taiji, que para alguns estudiosos chineses é considerado a unidade suprema, o primeiro princípio que rege o universo e preside à união do Yin e do Yang. Apud DESPEUX, Catherine. **Tai Chi Chuan, Arte Marcial, Técnica da Longa Vida**. São Paulo: Pensamento, 1997:37, 48.

magnética. Sendo o nosso corpo composto de átomos, estamos circundados por um corpo eletromagnético gerado pelos átomos que o compõem. A essa energia magnética ou halo energético os místicos orientais deram o nome de aura, corpo sutil ou corpo energético.

Os ocidentais têm estudado e mensurado a nossa aura em laboratório. Eles relatam que ela é formada por componentes eletrostáticos, magnéticos, eletromagnéticos, sônicos, térmicos e visuais e que todas essas mensurações visam relacionar a energia com a harmonização dos processos fisiológicos normais do corpo.

“Nossa aura pode ser comparada com nossa cinesfera ou espaço pessoal, que seria a esfera em torno do corpo na qual a periferia pode ser atingida pela simples extensão de nossos membros, sem deslocamento de seu ponto de suporte. Comprimento, amplitude e profundidade são as dimensões experienciadas quando tentamos ocupar a cinesfera. Ela ganha importância quando lhe atribuímos elasticidade, expandindo e recolhendo em todos os planos como se fosse um organismo que respira”²⁰



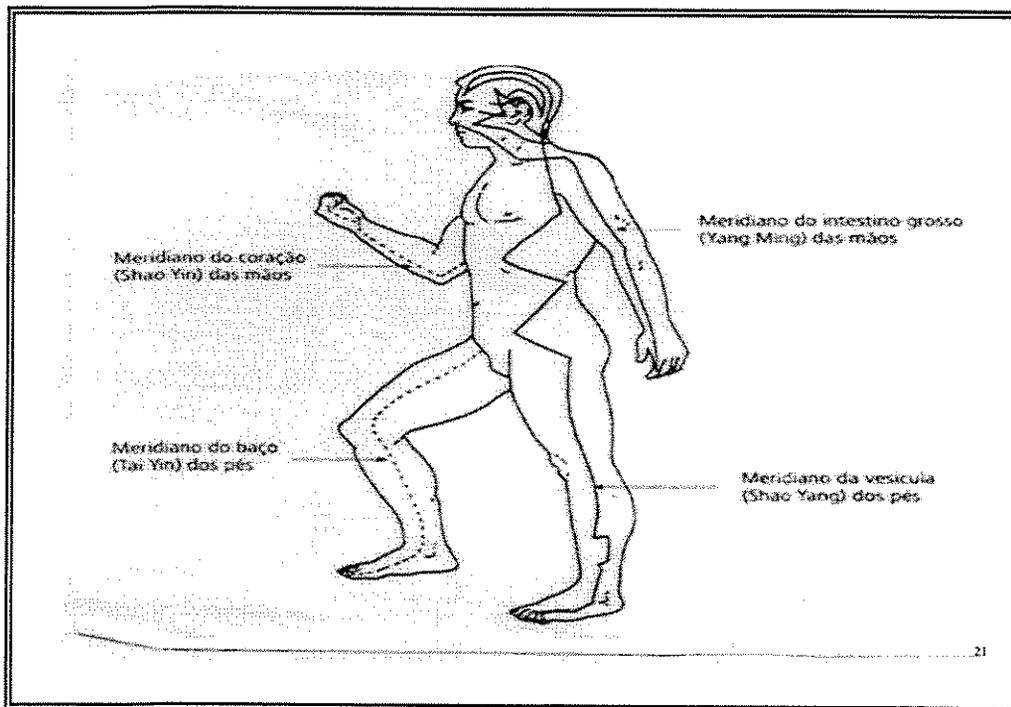
Os místicos orientais chegaram a elaborar uma espécie de mapeamento da aura humana, declarando haver vários tipos de aura, quer pelo aspecto externo, suas dimensões e até mesma por sua coloração detectando pontos importantes (chacras) por onde circularia a energia que constituiria “centros de consciência” voltados para aspectos muitos específicos do comportamento e desenvolvimento humano.

Da mesma forma, os alquimistas chineses chegaram a elaborar uma espécie de mapeamento dos percursos internos por onde circularia a energia de nosso corpo denominando-os meridianos.

¹⁹ Apud. GROF, Stanislav. **Além do Cérebro: nascimento, morte e transcendência em psicoterapia.** Tradução de Wanda de Oliveira Roselli. São Paulo: Macgraw-Hill, 1988:15.

²⁰ Apud. SERRA, Mônica. **Apostila de Estudo – Psicologia do Desenvolvimento Aplicada à Dança.** Campinas: Unicamp, 1995: 03.

Os meridianos são os caminhos pelos quais circulam o qi e através dos quais, vísceras e órgãos são conectados aos membros permitindo que todo o corpo se comunique. Existem oito meridianos extraordinários, que regulam os doze meridianos principais, que se ramificam em meridianos menores e mais finos denominados colaterais. Seus nomes foram estabelecidos segundo um código internacional criado pelos países que adotam a técnica da acupuntura. Os meridianos são invisíveis a olho nu e só se concretizam quando o Qi flui por eles.



Alguns estudiosos como LEE (1997), MING (2000) entre outros nos dizem que o qi provém de três fontes:

1. De nossos Pais - qi pré-natal — é o potencial energético hereditário, a energia ancestral transportada pelos gametas femininos e masculinos que nos deram origem e encontra-se nos rins.
2. Da respiração — qi celeste — extraída pelo pulmão, do ar que respiramos.
3. Da alimentação — qi terrestre — derivada da digestão dos alimentos pelo baço e pelo estômago.

²¹ Apud. LEE, Maria Lucia. **Lian Gong em 18 Terapias – Forjando um corpo saudável – Ginástica Chinesa do Dr. Zhuang Yuen Ming.** São Paulo: Pensamento, 1997:120. Imagem que demonstra a

Entretanto, ressaltamos que o “Qi não é meramente energia vital, embora a palavra seja muitas vezes assim traduzida, pois os chineses não distinguem energia de matéria. Podemos pensar em qi como matéria a ponto de se transformar em energia, ou energia a ponto de materializar-se. O qi é percebido funcionalmente pelo que se faz”.²².

O Qi pode ser ativado e experienciado através de exercícios, automassagens e visualizações. Assim, visando obter a percepção sensorial deste, mobilizar e direcionar a força interna ²³, estudar e compreender na prática a importância destes conhecimentos empregamos em nossos laboratórios práticos alguns exercícios ²⁴, que além de possuírem uma base terapêutica, são um dos pilares da Medicina Tradicional Chinesa ²⁵, pois “garantem a manutenção de um padrão de saúde”²⁶. Estes exercícios implicam uma distensão e um relaxamento total de todas as partes do corpo. “Um de seus efeitos imediatos é o aparecimento de um forte calor em todo o corpo que chega à transpiração, manifestando-se primeiro nos pés e nas mãos” ²⁷. Possuem um princípio em comum: o dao

distribuição dos meridianos Yin (região medial do corpo) em contraposição à localização dos meridianos Yang (região lateral do corpo).

²² Apud. KAPTCHUK (2002) in www.5via5.com.br

²³ A força interna pode ser percebida através das sensações de calor, ardume, cansaço, intumescimento ácido; através da utilização do corpo como um todo e da presença de espaço entre as articulações. É o oposto da força muscular, pois não nasce do músculo e sim, da intenção. Para que possamos experienciá-la, precisamos organizar o nosso corpo de forma harmoniosa e natural, livre de tensões desnecessárias, manter a mente concentrada e o coração tranquilo. Quando atingimos este estado, a experiência nos mostra que a qualidade de nosso movimento se modifica. O corpo se expande para todas as direções e o movimento torna-se mais preciso, expressando nossas intenções mais claramente.

²⁴ Os exercícios chineses podem ser divididos em gêneros de treinamento. Dentre estes podemos citar o Lian Gong, o Qi Gong, as Artes Marciais como o Tai Chi Chuan, a Meditação, as Automassagens e as Artes Finas onde podemos incluir a dança.

²⁵ Dentre os principais precursores dos exercícios chineses podemos citar: **Zi Song Su** (aprox. 2600 a.C.), precursor das práticas corporais taoístas; **Nin Fong Zhi**, contemporâneo de Huang Di, imperador amarelo (aprox. 2500 a.C.), foi um mestre da ginástica; **Peng Zu** – (2400 a 1600 a.C.), primava na ginástica a arte de conduzir o sopro (dao-in); **Confúcio**, filósofo e sábio (551-479 a.C.), era adepto dos exercícios físicos para a formação do caráter, aumento do vigor, eliminação das más tendências e noção de lealdade; **Hua Tuo**, médico famoso (141-208), elaborou o jogo dos 5 animais para estimular e melhorar o bem estar e a saúde; **Sun Si Miao** (618-990) elaborou práticas fáceis, acessíveis e eficazes na cura de doenças como a prática dos seis sons terapêuticos; **Ko Hung** (séc. IV) criou práticas alquímicas para obter longevidade; **Bodhidharma** (550), patriarca do Zen Budismo na China, criou a prática do Yi Jin Jing (transformação dos tendões) e do Xi Swei Jing (lavagem da medula espinhal, para o fortalecimento do corpo); **Marechal Yue Fei**, criou o Xin Yi Quan e o Ba Duan Jin – exercícios para a saúde; **Chan San Feng** (1127-1279), criou o Tai Ji Quan; **Chen Wang Ting** (1644) foi o criador da 1ª escola de Tai Ji Quan. Apud. Gilliard, *Massages – Gymnastique – Rééducation ou réflexion sur les méthodes de médecine physique traditionnelle en Chine Populaire* – Paris, Nouvelle Revue Internationale D’acupuncture, abril de 1967, p.25.

²⁶ Apud. LEE (1997:11).

²⁷ Apud. DESPEUX (1981:70).

– in (indução da circulação do qi e do sangue), que consiste de uma ginástica terapêutica muito antiga, sendo instrumento eficaz de consciência corporal e percepção em diversos níveis (físico, psíquico, emocional), além de trabalhar de um modo simples importantes princípios²⁸ que podem ser relacionados com a prática da dança.

Abaixo, os apresentamos resumidamente:

- ❖ **Lian Gong em 18 Terapias** - Prática dividida em três partes que trabalha o sistema músculo-esquelético enfatizando cada região do corpo. Previne e trata de dores, fortalecendo as funções do coração e dos pulmões, restaurando a movimentação natural e harmoniosa do corpo. Foi desenvolvida em Shangai (China) pelo Dr. Zuan Yen Ming com o objetivo de integrar prevenção e terapia.
- ❖ **Qi Gong dos Símbolos** - Prática elaborada por Maria Lucia Lee e Mariana Muniz que trabalha o corpo anímico utilizando-se de movimentos suaves, sutis e contínuos. Visa harmonizar a energia, abrir a consciência, regular o corpo, a mente e a respiração, para atingir um estado de relaxamento que deixa a energia fluir pelos meridianos. Foca imagens arquetípicas e fortalece a vitalidade. Advém do Tai Chi Qi Gong.
- ❖ **Práticas de Xian Gong (Zhu Yen Su)** - Consiste de 15 movimentos executados pela parte superior do corpo, objetivando remover as obstruções dos 06 meridianos que correm pelos braços, regular o fluxo do qi e permitir o fortalecimento das funções orgânicas.
- ❖ **Automassagens** – Como o Do In, visam melhorar o tônus muscular e eliminam as tensões desnecessárias do corpo, induzindo a percepção de si mesmo.

A importância dos conhecimentos advindos das técnicas citadas centra-se nas interpretações dos termos fluxo, concentração e direcionamento energético, sendo que na dança estes aspectos retratam questões como: economia de esforço no movimento, precisão, fluência, contração e relaxamento, queda e recuperação, a procura do equilíbrio

²⁸ Dentre os princípios trabalhados na dança e nestes exercícios podemos expor a respiração. Cada forma realizada contém uma inspiração ou expiração pré-determinada.

entre o corpo e a mente, intelecto e sentimento, a razão e a intuição, pois é a energia que confere ao corpo a unidade e ao mesmo tempo anima todos os órgãos.

LOBO (1993:45) relata que “o termo energia não trata apenas da capacidade de uso da força muscular do dançarino, mas da especificidade de controle, concentração e direcionamento de sua energia vital, em função da aquisição motora específica (técnica) para a sua dança, pois muitas vezes escutamos em sala de aula o professor expor vários conceitos como o de energia e observamos que nem ele tem uma exposição clara do termo, como este é interpretado das mais variadas formas pelo aluno, como o caso de o aluno fazer mais esforço no movimento, em vez de direcionar ou concentrar sua energia.”

“O movimento transmite, através de suas formas simbólicas, as mensagens propostas pela cena. É a expressão particular de cada pessoa e demonstra, mesmo que involuntariamente, as mais internas características do criador, tomando-se inevitavelmente o conteúdo da cena. Cada movimento corporal exige uma demanda de esforço físico específica, conforme a intensidade de seu impulso e fluxo. É esta demanda que determina a qualidade da dinâmica utilizada na Dança.”²⁹

A forma como apresentamos estas dinâmicas em Cena pode demonstrar o modo como utilizamos nossa energia, pois a energia (fluxo e/ou impulso) pode ser associada à força, ímpeto, alta velocidade, excesso de atividade, mas também está relacionado a uma força interna que atua na aparente imobilidade, provocando uma presença cênica que flui de dentro para fora sem a necessidade de se projetar no espaço, mas através de uma intenção precisa.

Em Laban, o desenvolvimento dessa aquisição motora encontra-se nos princípios da euknética e do sistema Effort-Shape, podendo ser estudados a partir das oito ações básicas que são combinações dos fatores **Força** (fraco/forte), **Tempo** (rápido/lento) e **Espaço** (direto/flexível).

²⁹ Apud. ROBATTO (1994:97).

Deslizar — (lento, fraco, direto)	X	Chicotear — (rápido, forte, flexível).
Flutuar — (lento, fraco, flexível)	X	Bater — (rápido, forte, direto).
Pressionar — (lento, forte, direto)	X	Sacudir — (rápido, fraco, flexível).
Torcer — (lento, forte, flexível)	X	Esvoaçar — (rápido, fraco, direto).

Estas ações traduzem com objetividade algumas possibilidades de utilizarmos nossa energia com intenções precisas e nos apresentam um caminho para uma auto-educação corporal.

Quando desenvolvemos trabalhos cênicos com atores e/ou bailarinos, temos de encontrar formas claras e objetivas de comunicação para que estes possam desenvolver sua expressividade. Ao invés de simplesmente propormos que um performer execute um movimento deslizado que, segundo os estudos labanianos, se traduz nos fatores tempo-lento; peso –leve; espaço – direto, podemos sugerir que estes percebam a qualidade de impulso que é utilizado para esta ação e qual a amplitude e direção que este impulso deve atingir.

Atores e bailarinos são artistas cuja energia deve ser modelada, refinada e trabalhada e para isto é necessário conhecer suas variadas formas de manifestação. Estudar a energia do ator –bailarino significa, entre outras possibilidades, “examinar os princípios pelos quais ele pode modelar e educar sua potência muscular e nervosa de acordo com situações não cotidianas”³⁰, sendo que se reconhece que este princípio é a base da técnica de várias tradições como Kabuqui, o teatro Nô, a mímica de Decroux, a técnica de Marta Graham etc.

³⁰ Apud. BARBA, Eugenio. & SAVARESE, Nicola. *A arte secreta do ator – Dicionário de Antropologia Teatral*. Campinas: Huciter, 1995:74.

Capítulo 3 — SOBRE POÉTICAS CORPORAIS E SEUS PERCURSOS

Objetivos:

- Dar uma idéia panorâmica do significado da palavra poética em nosso discurso.

Referências Principais:

Bergue, Brickman, Brook, Dantas, De Masi, Laban, Langer, Moles, Ostrower, Plaza, Robato, Subirats.

A etimologia da palavra poética indica sua origem grega: *poietikos*, que produz, que cria, que forma. *Poeio* — verbo — do grego significa criar, fabricar, executar, compor, construir, produzir, fazer; agir com eficácia produzindo um resultado.

PLAZA (1997) diz que “o artista não pode fazer arte (imagem) sem uma poética, e quando faz arte, a sua poética age, viva e operosa, na sua atividade. Assim, pretendemos revelar uma poética compreendida no sentido da *poiesis*, aquele movimento que seria interno ao procedimento técnico de modo que cada biografia (individual e/ ou coletiva) possa se expressar”.

As poéticas são os referenciais de que se servem os artistas, conscientes ou inconscientemente, para realizarem suas obras. Poética é também o olhar do artista, é o seu diferencial gravado na obra, é o uso particular que ele faz das técnicas vivenciadas. “É dos paradigmas, dos modelos trazidos por uma poética, que surge a possibilidade de criação de poéticas próprias”.³¹ DE MASI (2000) diz que “a criatividade é, ao mesmo tempo, heteropoiese e autopoiese: isso significa que adquirimos materiais dos outros, mas os reelaboramos dentro da mente até chegar a uma visão própria”.

³¹ Apud. DANTAS, Mônica. *Dança/ O enigma do movimento*. Porto Alegre: Ed. Universidade/ UFRGS, 1999:43.

Estabelecer uma poética da Cena Contemporânea seria discernir forma e qualidade; forma em qualidade; forma da qualidade, discutir as relações de dependência entre ilusão/ performer/ performance e espectadores visando compreender os processos criativos presentes na criação artística, os contextos em que vivemos hoje e a qualidade de expressão que se conquista através da busca do indivíduo.

Vários autores discursam sobre as poéticas contemporâneas, entretanto visamos discursar sobre o desenvolvimento do processo criativo, sobre os princípios que regem o percurso da construção poética tendo como guia a percepção energética, pois o processo criativo de cada artista contém elementos de natureza contrastante, porém imprescindíveis uns aos outros. “O que varia de artista para artista é a dosagem e o grau em que esses elementos atuam entre si, numa proporção e equilíbrio próprio de cada um. O fato é que tanto o processo de inspiração quanto à elaboração formal das idéias são fascinantes, ou seja, todo o processo criativo enseja uma sensação de prazer e de realização ao artista”.³²

Os processos criativos são os percursos estabelecidos para a concretização do ato de criação, visando produzir e manter a ilusão essencial da obra de arte. São investigações preciosas de que se servem os artistas para elaborar suas obras e estão alicerçados na existência de corpos disponíveis para a criação, conscientes de seus dizeres e de seus sentimentos, apresentando princípios que devem ser seguidos para obter-se um trabalho qualitativo, de modo que se possa destacá-lo claramente do mundo circunvizinho da realidade e articular sua forma a ponto dele coincidir inequivocamente com formas de sentimento e de vida.

Discutir sobre processos criativos, estímulos sensoriais, percepções, formas, entre outras temáticas, é essencial ao criador/ pesquisador, pois a experiência estética é uma atitude altamente especial, cuja resposta característica é uma emoção inteiramente à parte, perturbada pelos prazeres e desprazeres da realidade, mas integrada ao cenário contemporâneo. Podemos buscar, em nossos trabalhos, somente o Individual (minha história, meu eu), mas também podemos e devemos aprender a trabalhar em grupo e

³² Apud. ROBATTO (1994: 193).

ampliar nosso autoconhecimento. Na busca de ordenações e significados reside a profunda motivação humana de criar.

Atores e bailarinos, isto é, *performers*, são artistas que se deixam levar pela motivação³³, por um registro de coisas e sensações que despertam um estado de apreciação e sensibilidade especiais, e que atuam em seu modo de expressão, “determinando um espaço diferenciado construído por formas significantes e vivas”³⁴, imagens reveladas a partir de suas percepções, conteúdos que abrangem uma simbologia³⁵ e que desencadeiam no espectador uma reação qualquer e/ou específica.

Essas formas imagéticas, quando surgem verdadeiramente e integralmente nas Artes Cênicas, são poderosas pelo fato de serem uma abstração, um símbolo, portadoras de idéias amplamente significativas, e apresentam um modo de ver, uma plena efetivação do mundo experienciado e sonhado sob o qual navega todo o conhecimento humano.

A possibilidade de dirigir a mente e as percepções de quem assiste a poéticas corporais, depende do tamanho, intensidade e variedade da Ilusão criada pelo conjunto de imagens, e estas dependem da qualidade do significado destas formas sendo estas dependentes do *performer* (artista — pesquisador), da *performance* (poética estabelecida na composição final) e do espectador (indivíduos dispostos a observarem atentamente um conteúdo definido), isto é, de todos os procedimentos contidos no processo de criação artística.

³³ A palavra “motivo” relaciona-se à função de composição e incentivam a criação artística. Motivos são recursos de organização que dão à imaginação do artista um impulso e, assim, “motivam” a obra, num sentido perfeitamente ingênuo. Eles a impulsionam para frente, e guiam seu progresso. Apud LANGER, Susanne. **Sentimento e Forma: Uma Teoria da Arte desenvolvida a partir da Filosofia em Nova Chave**. São Paulo: Perspectiva, 1976:73.

³⁴ Forma significante é uma expressão articulada do sentimento, refletindo desconhecidas formas de sensibilidade. São aquelas em que o fator de significação não é discriminado logicamente, mas é sentido como uma qualidade, mais do que reconhecido como uma função. Forma viva é o produto mais indubitável de toda boa arte pois ela expressa vida – sentimento, crescimento, movimento, emoção, e tudo que caracteriza a existência vital. É o simbolismo que veicula a idéia de realidade vital; e o importe emocional pertence à própria forma, não a alguma coisa que ele representa ou sugere. Ibidem: 41.

³⁵ Um símbolo é usado para articular idéias de algo sobre o qual desejamos pensar e, até termos um simbolismo razoavelmente adequado, não pode pensar nele. Portanto, o interesse sempre desempenha um papel importante ao tornar uma coisa, ou esfera de coisas, o significado de alguma outra coisa, o símbolo ou sistema de símbolos. Idem: 29.

LANGER (1976) relata que “a ilusão primária sempre determina a “substância”, o caráter real de uma obra de arte, mas a possibilidade de ilusões secundárias dota-a da riqueza, elasticidade e ampla liberdade de criação que fazem com que a verdadeira arte seja tão difícil de se conter dentro das malhas da teoria”.

A ilusão primária da cena seria sem sombra de dúvidas a criação de uma forma significativa, integrante de uma totalidade compreensível e desvelada por um contexto. Na cena contemporânea, este desvelar seria composto por questões norteadas por esta sociedade. Isto nos leva a acreditar que cada movimento deve ter uma intenção precisa, pois a forma incorpora o conteúdo de tal modo que se tornam uma só identidade – quando se dá outra forma ao conteúdo, modifica-se esta identidade.

“Uma imagem pode ser particular ou universal, carregada ou não de tons emocionais, visuais, metafóricos ou idealistas. Embora possa ser muito específica, ela freqüentemente tem amplas implicações e traz à tona um “todo” ou imagens relacionadas. Habitualmente, a imagem por si só não é um movimento expresso, mas pode ser traduzida em movimento expresso.”³⁶

A pesquisa cênica e a experimentação na dança contemporânea devem estar centradas na observação e análise dos movimentos corporais, mas também devem se apoiar numa matriz ideológica em que estão presentes as contestações ao modo de vida atual, as lutas pelos direitos das minorias e a nova forma de compreensão do corpo como lugar em que tudo acontece — a repressão, mas também o desregramento; a inspiração, mas também estudos sobre criação.

O desenvolvimento criativo pode ser considerado um estudo dialético entre as posturas dos *performers* e dos outros fatores do fato cênico, do aluno e do professor, existente em cada ser humano, que procura na arte um veículo de comunicação. E a

³⁶ An image may be private or universal, charged with emotional, visual, metaphorical, or ideational overtones or not. While being quite specific, it often has broad implication and calls forth a whole family or related images. Usually the image itself is not in movement terms but may be translated into movement terms – tradução minha. Apud. BLOM, Lynne Anne & CHAPLIN L. Tarin. **The intimate act of choreography**. Pittsburgh: University of Pittsburgh Press, 1982: 127.

comunicação é um processo de interação entre corpos, mentes e energias. Mas, o que seria a criação?

O ato de criação é um ato solitário, composto por idéias em potencial, vítimas da urgência, cujos caracteres fundamentais são comuns à área científica e à área artística, empenhados na expressão pessoal ou comunitária e por criadores dotados de absoluta necessidade. É um ato que resiste às forças contrárias, ao espaço, ao tempo, ao mundo. É uma construção em movimento, um processo dinâmico ligado à decisão, à escolha ante alternativas.

Envolve dois processos cognitivos³⁷ concomitantemente, indicados a seguir:

- a. Intuição: realiza funções relacionadas às habilidades espaciais e visuais, opera de modo holístico e sintético. É própria do pensamento não verbal e corresponde ao lado direito do cérebro.
- b. Intelecto: responsável pela organização de esquemas lógicos, funcionando de modo analítico e seqüencial. É próprio do pensamento verbal e corresponde ao lado esquerdo do cérebro.

Estes processos cognitivos são responsáveis por associações mentais de dois tipos, dependentes de repertório de cada artista, isto é, de um conjunto de elementos que serão combinados na elaboração do objeto artístico. São elas:

- a. Associações por similaridade, analogias e síntese.
- b. Associações por contigüidade, lógica e análise.

“Criar é uma forma de expressão que nasce das necessidades essenciais do homem, da sua faculdade de receptividade sensorial, do seu espírito. Reconhece-se a criatividade quando instinto, sensibilidade, pensamento, espírito — faculdades

³⁷ Apud. PLAZA, Julio. *Arte, Ciência, Pesquisa – Relações*. Revista Trilhas. Campinas: IA, UNICAMP, 1997.

fundamentalmente humanas — são perceptíveis. Também é necessário que essas qualidades coexistam.“³⁸

Certamente “a criatividade e a criação são valores que gozam do mais alto prestígio no mundo moderno. E não só como categorias que definem a atividade específica do artista. Seu significado se impõe precisamente nos marcos institucionais e nas esferas de ação social mais distante do estético, nas tarefas administrativas e na produção, na educação e na atividade científico – técnica.”³⁹

Percebi, assim, que o processo de criação, sendo inter-relacionado ao desenvolvimento técnico, social e emocional do *performer*, pode ser dividido didaticamente e caracterizado nos seguintes momentos: (1) O processo de neutralidade ou centralização; (2) Improvisação; (3) Composição; (4) O processo do jogo que demanda discussão, análise e reconstrução do estudo.

O processo de neutralidade ou centralização (1) pode ser definido como um momento de preparação, onde esvaziamos nossos pensamentos e nos conectamos ao nosso corpo, as nossas sensações e movimentos, deixando a energia fluir livremente.

A improvisação (2) visa desenvolver um trabalho de pesquisa acerca das possibilidades de movimentos, frutos de combinações e escolhas que gerem uma possível poética, possível de ser repetida e recomposta.

A composição (3) visa estruturar a poética, para que os performers possam clarear suas intenções e seus dizeres num determinado tempo e espaço.

Enfim, o jogo (4) visa desenvolver a competência de estar presente e comunicar. Um exercício composto a partir da totalidade da cena, isto é, da relação da poética com as intenções dos performers, a execução dos movimentos e a resposta dos espectadores.

³⁸ Apud. BERGUE, Yvonne. **Viver o seu corpo: por uma pedagogia do movimento**. Tradução de Estela dos Santos Abreu e Maria Eugénia de F. Costa. São Paulo: Martins Fontes, 1988:116.

³⁹ Apud. SUBIRATS, Eduardo. **Da vanguarda ao pós-moderno**. São Paulo: Nobel, 1991: 14.



2ª PARTE: CONCEITOS EM AÇÃO

Objetivos:

- Fornecer os argumentos práticos sobre os quais nos embasamos para o desenvolvimento da presente pesquisa.

Capítulo 4 — MATERIAIS E MÉTODOS

A palavra método deriva do grego *méthodos* que significa caminho pelo qual se chega a um determinado resultado, mesmo que este não seja pré – fixado.

Entretanto, “um método não é uma série de operações pré – determinadas, como seria um algoritmo de computador e sim um processo mental que permite fabricar algo novo. É uma maneira de dirigir a inteligência; de determinar a forma do trajeto percorrido”.⁴⁰

Visto que este material refere-se a estudos teóricos - práticos sobre o Qi e sobre poéticas corporais optamos por nos guiar pela pesquisa qualitativa, pois esta nos dá a possibilidade de levarmos em consideração algumas especificidades envolvidas no ato de criação, e conta com referenciais teóricos menos restritos e com uma maior oportunidade de manifestação da subjetividade do pesquisador.

Para cumprirmos com os objetivos desta pesquisa estabelecemos os seguintes procedimentos:

1. Observacional – Descritivo (Período em que cumprimos os créditos do programa de pós-graduação, selecionamos dados através da observação, descrição e análise de técnicas e processos criativos, e leituras direcionadas visando uma compreensão mais aprofundada das relações entre o nosso objeto {percepção energética} e a composição de poéticas corporais. Objetivamos também a ampliação do referencial bibliográfico).
2. Experimental Analítico (Período em que criamos e aplicamos laboratórios práticos sobre o objeto estudado buscando verificar - na prática - as relações estabelecidas na primeira etapa e a composição de uma análise discursiva sobre os resultados obtidos).

⁴⁰ Apud. MOLES (1971:28-29)

4.1 LABORATÓRIOS PRÁTICOS

Nossos laboratórios práticos foram desenvolvidos com alunas do curso de dança durante o PED (Programa de Estágio Docente) da Unicamp e objetivaram desenvolver procedimentos didáticos para a compreensão do Qi, verificando, através de relatórios, a importância da percepção energética na composição de poéticas corporais.

Neste programa desenvolvemos atividades de apoio à docência na disciplina Artes Corporais do Oriente I (AD 724), embasadas na ementa desta que diz que esta disciplina visa apresentar e familiarizar o aluno com as técnicas corporais do Oriente, que abordam os princípios que regem as artes corporais orientais e aplicando⁴¹ os seus aspectos práticos e teóricos.

Destarte, compusemos um plano de trabalho⁴² e, inicialmente, fornecemos instrumentos para a compreensão do conceito Intenção⁴³ (que para os chineses significa “Som do Coração”), pois sem clareza deste conceito não é possível trabalhar o direcionamento da energia vital.

Visto que na literatura ocidental intenção⁴⁴ “significa propósito, intento, pensamento, vontade, desejo, o próprio fim a que se visa”, apresentamos o curso, seus conteúdos e discutimos sobre os critérios de avaliação, o que em dança é uma tarefa um pouco complicada, pois o corpo necessita de um tempo diferenciado para a maturação e apreensão dos conhecimentos.

⁴¹ Na ementa do curso a palavra “aplicando” encontra-se como “esforçando”. Conforme a docente responsável pelo curso está errado devendo ser substituído por “aplicando”.

⁴² Vf. Anexo 01.

⁴³ A filosofia chinesa nos diz que o coração é o órgão que controla o pensamento, é aquele que tem a capacidade de apontar, reconhecer os objetos e ao mesmo tempo analisá-los. Revela também que, quando dentro do coração, a lembrança adquire um sentido é denominada intenção e que quando essa intenção permanece por algum tempo forma um desejo que, ao se adaptar às mudanças materiais dos objetos, adquire ambições, aspirações e retorna como uma ponderação de um pensar profundo que é então chamado de pensamento. Tendo o pensar profundo e a ponderação como base, surge a capacidade de estimativas, de avaliações que podem ser mutáveis e que denominamos reflexão. O pensar profundo associado a um planejamento cuidadoso, quando é capaz de lidar inteligentemente com os objetivos, é denominada sabedoria. Este percurso – coração > intenção > desejo > pensamento > reflexão > sabedoria nos mostra que a elaboração do conhecimento passa pela elaboração e percepção do próprio corpo, pois é nele que sentimos o mundo ao redor. Apud. Ling Shue.

⁴⁴ Apud. Dicionário Michaelis – UOL/ 2000.

Os critérios de avaliação apresentados foram os seguintes: frequência, participação em sala de aula e produção de dois textos. O primeiro, no início do curso, que fornecesse informações sobre o motivo pelo qual prestaram dança e sobre quais suas expectativas sobre o futuro e o segundo, no final do curso, que relacionasse os conteúdos apreendidos na disciplina com a sua prática na dança.

Estes textos objetivaram verificar a compreensão dos conteúdos apresentados em aula, bem como analisar a interação deste conteúdo com as outras disciplinas. Os seguintes quesitos foram selecionados para avaliar estes textos: apresentação, objetividade, clareza e abrangência.

Ao compilar ⁴⁵ os dados do primeiro texto verificamos que nossas (os) alunas (os) escolheram fazer dança porque: fazem dança desde criança (13); não se imaginam fazendo outra coisa (5); não sabe (1); gostam de dançar (6); busca conhecer as relações humanas (1); não escolheu (1); porque é um meio de profissionalizar-se (1); tem necessidade de expressar sentimentos (1); tem influência artística (1); se sente completa (1) e esperam no futuro: atuar com dança (1); atuar em diferentes áreas na Dança (4); dar aulas de dança (4); dançar em companhias profissionais (4); ser bailarina e/ou coreógrafa (4); abrir academia de dança (1); ampliar suas expectativas (3); seguir carreira acadêmica (1); não costumam criar expectativas (3); ser feliz (2); equilibrar corpo e mente (2); fazer arte como instrumento de conscientização e veículo de conhecimento, agente modificador social (6).

Dentre os conteúdos trabalhados, posteriormente a esta introdução podemos citar, além de algumas práticas corporais como o Lian Gong em 18 terapias e o Qi Gong, noções básicas sobre o desenvolvimento da civilização chinesa, filosofia e medicina tradicional chinesa que abordam conceitos como Yin/Yang, Qi, meridianos e força interna, elementos essenciais para a utilização da percepção energética na criação em dança.

Como não podemos falar sobre energia sem uma referência, deixamos claro nossas bases ao expormos e/ou argumentarmos que toda expressão sobre energia tem seu

valor e que esta é apresentada em diferentes culturas. Querendo ou não, nos encontramos em um “mar de energia” que nos envolve e nos circunda em todas as direções. Por isto, escolhemos o conceito de qi e o que o envolve como base para a exploração e direcionamento à atuação do *performer*.

O qi, energia ou fluxo vital, segundo o recorte teórico que fizemos, advém de três fontes: (a) energia hereditária, ou seja, aquela advinda de nossos pais; (b) a energia que adquirimos da absorção dos alimentos e;(c) energia absorvida na respiração; é invisível, mas possível de ser experimentada a partir da sinestesia. A partir desse conceito realizamos vários exercícios que puderam oferecer uma experiência tácita do mesmo.

O primeiro exercício realizado foi o Lian Gong em 18 terapias (1ª parte), composto por movimentos lentos e contínuos que buscam equilibrar as estruturas ósteomusculares. Neste primeiro contato, solicitamos que as (os) alunas(os) não se preocupassem demasiadamente com a forma dos movimentos, mas com o acompanhamento da música e condução do fluxo respiratório, embora tenhamos anteriormente apresentado os padrões ⁴⁶ de separação dos pés e a postura das mãos.

Ao término dos doze minutos, que compõem esta série de movimentos, pedimos para que os participantes fechassem os olhos e percebessem as sensações que as (os) rodeavam, conduzindo a atenção para as sensações que rodeavam o seu corpo e para a respiração, sem conduzi-la e deixando-a acontecer livremente.

As sensações relatadas referiram calor, bem estar, leve cansaço, formigamento das mãos, o que demonstra a existência e percepção do fluxo de energia pelo corpo.

A fim de refinar os movimentos, potencializando o efeito da série de movimentos sobre o corpo e a manifestação do qi, expomos em outro laboratório o conceito

⁴⁵ O n° apresentado ao lado dos dados refere-se ao número exato de motivos apresentados por nossos alunos(as).

⁴⁶ Para a eficácia terapêutica dos movimentos e condução e obtenção do Qi, o Dr. Zhuan Y. Ming, criador deste exercício, determinou uma série de padrões que devem ser seguidos como a postura das mãos e dos pés, direcionamento do olhar e sensação na execução.

Yin/ Yang de forma que conduzíssemos a intenção e a atenção de nosso corpo às direções espaciais em que nos expandimos ao realizar os movimentos.

A condução deste tema se deu através da análise do símbolo comumente utilizado como representação deste conceito que segundo DESPEUX (1981:48) pode ser considerado “a representação corrente do Taiji, ou seja, a unidade suprema, o primeiro princípio que rege o universo”.⁴⁷

Como já relatamos anteriormente, o pensamento chinês está altamente ligado à natureza e os fundamentos dele repousam no Yin e no Yang, que tanto pode representar dois aspectos opostos, assim como duas partes que compõem a essência de um mesmo aspecto. Abarcar a essência deste conceito significou compreender o equilíbrio não estático, a relatividade que o aparecimento, a transição e o desaparecimento de um movimento possuem, sendo este resultado contínuo de destas duas essências.

A importância deste conceito para a prática da dança pode ser identificada no seguinte *feedback*: “...Os exercícios trabalham conceitos importantes, como o da oposição dos pontos que geram movimento. Podemos enxergar isso, por exemplo, no “arquear os braços”, enquanto a musculatura das costas fecha a do peito abre e vice –versa (...) Isso também tem que estar visível no corpo do bailarino para que ele consiga realizar o movimento de forma precisa atingindo a máxima intenção do movimento. O estar sempre refinando os movimentos é muito importante nas artes corporais porque buscando isso sinto que a dança se torna mais clara e mais completa (...) e exercita a compreensão e disciplina que são tão importantes no desenvolvimento de qualquer arte, principalmente no processo criativo...”

Após este momento fez-se necessário a exposição de um breve panorama histórico sobre o desenvolvimento da civilização chinesa ⁴⁸, de sua filosofia ⁴⁹, cultura e medicina ⁵⁰. Desta forma, pedimos para que nossos alunos lesem a introdução do livro “O

⁴⁷ Apud. DESPEUX (1981:37)

⁴⁸ Desenvolvimento do conhecimento e dos ideogramas pelos imperadores chineses.

⁴⁹ Apresentação dos três tesouros do homem (Shen; Qi e Jing).

⁵⁰ Fundamentos relacionados à diferença entre tecidos moles (ligamentos, tendões e cartilagens) e tecidos duros (ossos).

segredo da flor de ouro”, escrito por Jung, visto que o mesmo discursa sobre a dificuldade do ocidental compreender o oriente estabelecendo uma ponte e compreensão íntima e anímica entre oriente e ocidente.

Este autor diz que “a consciência ocidental não é a única forma existente de consciência; ela é condicionada histórica e geograficamente, e só representa uma parcela da humanidade. A ampliação de nossa consciência não deve se processar à custa de outras formas de consciência, mas deve proceder do desenvolvimento daqueles elementos de nossa psique, análogos aos da psique estrangeira. Do mesmo modo, o oriente não pode abster-se de nossa técnica, ciência e indústria. A invasão européia do oriente foi um ato de violência em grande escala e nos legou a obrigação de compreender o espírito do oriente.”

51

A leitura e a discussão deste texto objetivou conscientizar nossos alunos sobre a importância da compreensão do conteúdo dos treinamentos chineses que estavam vivenciando, ao invés de propormos a simples reprodução da técnica. Compreender princípios nos dá a liberdade de termos contato com o nosso corpo e nos leva a descobrir novas maneiras de pensá-lo.

Ao ressaltarmos a necessidade da compreensão dos princípios que envolvem o Lian Gong em 18 terapias, apresentamos um vídeo desenvolvido pela TV Cultura que discursa sobre as onze frases que sintetizam os aspectos mais importantes para a prática do Lian Gong em 18 terapias.

São elas: “(1) Movimento global, foco específico; (2) Treinar com alegria; (3) Realizar o movimento de forma lenta, homogênea e contínua; (4) Coordenar movimento e respiração; (5) Movimento com o corpo ordenado, estruturado e alinhado; (6) O movimento deve ser amplo; (7) Mobilizar a força interna; (8) A finalidade principal é obter

⁵¹ Apud. JUNG, Carl Gustav. **O segredo da flor de ouro: um livro de vida chinês**. Tradução de Dora Ferreira da Silva e Maria Luiza Appy. Petrópolis: Vozes, 1984:68-69.

o Qi; (9) Prática com dosagem adequada; (10) Aperfeiçoar a prática gradativamente; (11) Prevenir e tratar de doenças está na persistência e regularidade das práticas.”⁵²

Em seguida, propomos uma dinâmica associativa visando comparar os conteúdos expostos nestas frases com a prática da dança.

Dentre as associações realizadas e discutidas, podemos citar a compreensão da existência de dois tipos de movimentos, no que se refere à intenção: o externo, realizado pelos músculos isoladamente; e o interno, onde todo o corpo trabalha chegando a um resultado mais orgânico, forte e bonito desprovido de tensões desnecessárias e não restrito à forma como o primeiro. Ainda se referindo à qualidade de movimento e à prática da dança, alguns participantes dos laboratórios argumentaram que ela pode ser melhorada quando se harmoniza o fluxo do Qi, pois é importante relaxar o corpo de quaisquer tensões excessivas e desvencilhá-lo de estímulos externos que não lhe são necessários para que o qi flua corretamente.

Outro conceito trabalhado se refere à teoria dos meridianos, ou seja, dos canais pelos quais circulam o qi, conectando exterior e interior do corpo. A importância deste conhecimento é exposta na manutenção da saúde física e na questão da liberação, expansão e direcionamento do qi para um fim intencional.

Sobre este assunto, apresentamos outro importante *feedback* exposto a seguir: “...Uma análise mais apurada do que significa aquele braço colocado sem angulações, ou as mãos alongadas ao máximo de sua extensão, mostra que tudo no corpo está ligado, sob forma de oposições que se completam, mantendo o equilíbrio do ser no espaço e permitindo a passagem do sopro vital, da “linfa” energética pelos meridianos, cuja obstrução pode causar lesões e doenças de um indivíduo. (...) e os primeiros exercícios de Lian Gong, que foram explicados e investigados na essência, proporcionaram a percepção da circulação do qi e sua atuação na expansão da energia além da ilusão do corpo físico (...) Em síntese, a própria concepção de um corpo delineado por meridianos já direciona a um pensamento de ligação dos extremos, o que é refletido num simples movimento de oposição

⁵² Apud. MING, Zhuang Yuan. *Lian Gong Shi Ba Fa – Ginástica Terapêutica e Preventiva*. São Paulo:

da cabeça em relação a mão ou na completa noção de que uma pirueta é forjada também pela oposição e, conseqüentemente, pela espiral...”

Antes de iniciarmos os exercícios práticos, sejam eles Lian Gong (Trabalho sobre o corpo físico) ou Qi Gong (Trabalho sobre o corpo psicofísico/ energético) ministramos uma série de exercícios de automassagens visando sensibilizar o corpo, prepará-lo e informá-lo sobre os movimentos que irá executar. Também foi realizado um exercício de direcionamento energético através da condução da intenção. Requisitamos ao início de todas as práticas que os participantes fechassem os olhos e expandissem o topo de sua cabeça para o céu, os pés em direção a terra – como que criando raízes, o lado direito, o lado esquerdo, à frente do corpo em direção ao horizonte e a parte de trás também em direção ao horizonte.

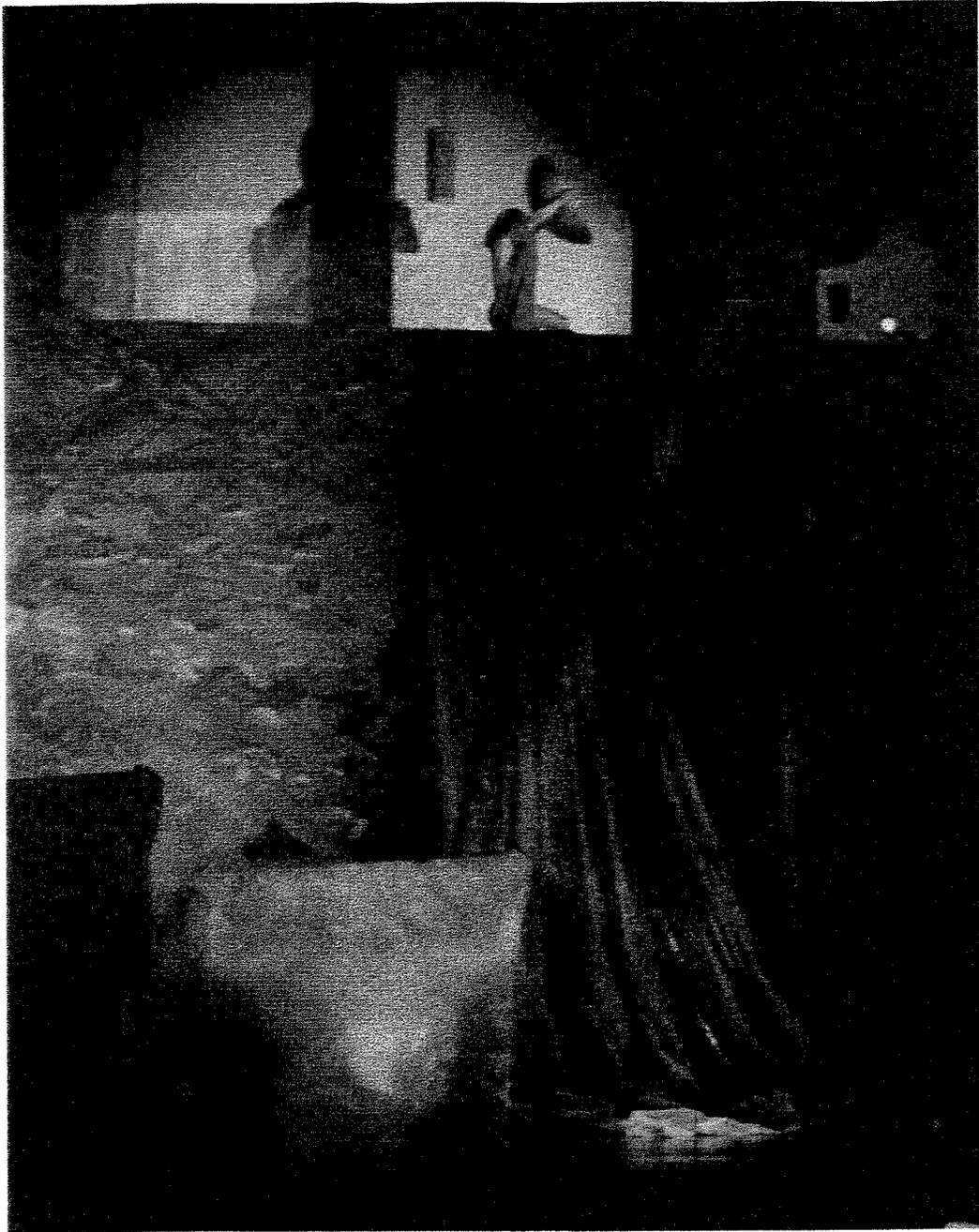
A influência desta etapa pode ser verificada no seguinte discurso: “... Apesar do curto tempo que tive contato com o Lian Gong, essa prática ajudou-me ao que diz respeito à presença cênica, quando no começo da prática, é proposto ao bailarino expandir” para todas as direções. Passei a pensar nesta parte antes de entrar em cena e isso refletiu também na concentração, além da tentativa de atingir o público com o Qi, aumentando e facilitando o diálogo entre público e bailarino (...) A respiração é outro ponto importante. Cada movimento exige que façamos a respiração no tempo certo, que deve ser constante e refletir no melhor proveito de energia, evitando o cansaço em aulas e espetáculos e melhorando a qualidade do movimento...”

Para finalizarmos expomos o conceito de força interna em contraposição ao conceito de força muscular. A força interna provém de um corpo livre de tensões desnecessárias, articulações livres e de um impulso direcionado para uma intenção precisa. É refletida na qualidade do movimento executado e na economia de esforço durante a execução de uma série de movimentos, visto que “para os chineses, o movimento é a representação da vida e através das práticas corporais busca-se o equilíbrio dinâmico do corpo”. “O trabalho de alongamento desenvolvido no Lian Gong propicia uma maior consciência do corpo e isto reflete na fluência e beleza das movimentações, visto que

atinge-se a amplitude, a finalização dos gestos. Além disso, o uso da energia aumenta a intenção que é colocada em cada célula (chamo de célula os fragmentos do movimento inteiro), o que a torna mais expressiva ao público ou espectador (...) pois a mobilização da energia interna, a harmonização com o universo, a serenidade são fatores que vigoram o desempenho do intérprete dando-lhe mais presença e luz”.

Ao analisarmos os laboratórios executados e as conseqüentes narrações e vivências dos participantes, constatamos que a percepção energética atuou neste caso específico, mais na execução qualitativa de poéticas corporais do que na questão da composição das mesmas. Verificou-se também influência deste estudo sobre a presença cênica, sobre a consciência corporal que reflete na amplitude e qualidade do movimento, sobre a intenção que é imposta a cada gesto, sobre as oposições existentes em cada movimento e acerca da importância do refinamento dos movimentos.

Em relação à composição de poéticas corporais, verificamos atuação no que diz respeito à integridade do bailarino, como exposto neste relato: “...Outra contribuição das aulas é a possibilidade de um melhor equilíbrio, não somente físico, mas emocional. Nesse sentido, as práticas dos exercícios propostos ajudaram-me no controle da ansiedade, dando uma sensação de bem estar que se manifesta nas minhas ações dentro e fora da dança (...).”



3ª PARTE: INTERANDO CONCEITOS

Objetivos:

- Discutir os resultados da presente pesquisa.

SOBRE O CORPO E A CENA CONTEMPORÂNEA

Com esta dissertação, composta a partir de estudos teórico-práticos sobre o conceito energia e sua aplicação na composição cênica busquei contribuir para a formação técnica e criativa de atores-bailarinos, desvendando percursos para a compreensão deste conteúdo, visto que supúnhamos que o mesmo pudesse influenciar qualitativamente na relação entre o corpo e a expressividade nas artes cênicas.

Corpo e expressão! Duas palavras que nos fazem lembrar de nossa existência na terra. Mas como este corpo é visto pelas pessoas que o circundam? Como nós nos relacionamos com ele? Quais expressões ele pode revelar e quais nós queremos revelar através de nossa arte?

Sabemos que estas são questões filosóficas, intrínsecas a inúmeras variáveis e contextos, entretanto, podemos dizer que o corpo é o local onde habitamos e que “nosso uso social do corpo é necessariamente um produto de uma cultura. O corpo foi aculturado e colonizado. Ele conhece somente os usos e as perspectivas para as quais foi educado. A fim de encontrar outros, ele deve distanciar-se de seus modelos. Deve inevitavelmente ser dirigido para uma nova forma de “cultura” e passar por uma nova “colonização.”⁵³”.

Mas em que mundo nós vivemos? Em que ambiente estamos sendo colonizados? Que tipo de “colonização” nós devemos vivenciar para ampliarmos nossas possibilidades expressivas e,conseqüentemente, eloqüência física?

Destarte, o primeiro capítulo de nosso corpo teórico apresenta informações sobre o contexto em que estamos inseridos, determina inúmeros “modos de ver” este espaço, relata certos problemas que os pesquisadores/ artistas podem enfrentar e/ou estejam enfrentando, além de visar a construção de um cenário contemporâneo. Afirma que não há mais modelos prontos de respostas (parece que todos os modelos e finalidades da vida foram apagados do horizonte pessoal; que todos os mecanismos que apontavam para o

⁵³ Apud. BARBA E. & SAVARESE, N.(1995: 245).

norte das pessoas estão desaparecendo), visto que uma gama de informações é exposta velozmente e integrada às transformações e instrumentações tecnológicas que impõem que estejamos em permanente estado de aprendizagem e adaptação.

Contudo, como aprendemos a lidar com nosso corpo, com nossa expressividade? Em que será que a percepção energética poderá contribuir para a construção poética?

“Na dança, tradicionalmente, o dançarino só é trabalhado no seu aspecto técnico-corporal, o que, pela sua natureza complexa, exige uma dedicação de muitas horas diárias de treino e aperfeiçoamento, ficando geralmente relegada a um segundo plano, quando não totalmente esquecida, a sua formação técnica no que se refere à expressividade do movimento e à interpretação coreográfica. Isso acontece porque os exercícios técnicos de condicionamento físico por vezes são tão massacrantes que não levam em consideração a expressividade. O condicionamento físico implica, também, num condicionamento psíquico. É preciso saber lidar com a indispensável disciplina técnica, sem bloquear a sensibilidade e a imaginação do dançarino, sem as quais ele nunca será um artista completo.”⁵⁴

Falar sobre energia é discorrer sobre algo aparentemente subjetivo, é discursar sobre uma força “invisível”; sobre um “invisível” possível de ser experimentado; é aguçar a percepção das sensações, é clarear a intenção do movimento, é direcionar e expandir o interior de nosso corpo. Para os bailarinos, compreender na prática o funcionamento da energia de seu corpo pode significar perceber mais sutilmente o que os move, o que está por trás de seus movimentos e quais são os referenciais que eles se servem para dançar, pois “é a sensação lembrada e prevista, temida ou procurada, ou mesmo imaginada e esquivada, que é importante na vida humana. É a percepção moldada pela imaginação que nos dá o mundo externo que conhecemos. É a continuidade do pensamento que sistematiza nossas reações emocionais em atitudes com distintas tonalidades de sentimento e estabelece uma certa amplitude para as paixões criativas de um indivíduo.”⁵⁵

⁵⁴ Apud. ROBATTO (1994:245).

Minha paixão pelo estudo da energia se deu através de dois anos de pesquisa de Iniciação Científica patrocinada pela FAPESP, sob a orientação do Prof. Dr. Eusébio Lobo da Silva.

Neste período desenvolvemos um trabalho denominado “Um estudo sobre as possibilidades de interação entre o Método Laban e a Técnica de Klauss Viana em função da Criação Artística na Dança” onde encontramos o conceito energia como ponte de ligação entre estas duas técnicas, tendo estudado o mesmo tanto em nível prático como teórico de forma aprofundada, enfatizando a criatividade a partir do conhecimento de si e do autodomínio; um aspecto de totalidade e integração entre o corpo – mente – sensação do ser humano.

Ao buscarmos a ampliação e harmonização da linguagem corporal, a utilização dos centros energéticos no desenvolvimento criativo-expressivo do movimento e o relacionamento existente entre os centros energéticos e as qualidades de movimento, verificamos a influência da interação destes conhecimentos no desenvolvimento da criação artística na dança e determinamos algumas premissas que auxiliaram a composição da hipótese e do corpo teórico apresentado nesta dissertação.

Dentre as importantes premissas que nos auxiliaram em nossas escolhas, ou seja, no recorte teórico apresentado neste estudo podemos citar:

- ❖ Existem inúmeras formas de expor e estudar o conceito energia.
- ❖ Podemos ativar a energia do nosso corpo através da condução do movimento de nossa mente (visualizações), através do toque (massagens e/ou automassagens) e através do cinestesia (movimentos corporais qualitativos).
- ❖ A energia pode ser ampliada, armazenada e direcionada através do corpo se houver intenção precisa.

⁵⁵Apud. LANGER (1976: 386)

Apresentamos em anexo ⁵⁶ alguns relatórios estruturados a partir dos laboratórios práticos executados durante a iniciação científica que visaram encontrar o impulso correspondente a um centro energético e analisar a qualidade de movimento gerada por este impulso.

Ao explicitarmos resumidamente algumas das teorias que trazem à luz o conceito percepção e apresentarmos os estudos já realizados no campo da energia, fornecemos instrumentais para a compreensão do conceito de Qi e dos conteúdos que o circundam, expondo a importância destes estudos para o desenvolvimento desta pesquisa, da mesma forma que ao falarmos sobre a construção de poéticas corporais nos reconectamos à possibilidade de tornar o processo criativo mais dinâmico e evolutivo, aos princípios que regem a composição coreográfica e às leis que regulam o corpo e o movimento no espaço e no tempo.

Para refletirmos sobre a forma como utilizamos as leis que regulam o corpo e movimento no espaço e no tempo descrevemos os procedimentos criativos vivenciados em “Ilusões”, composto a partir de um convite da Prof^a Elza Maria Ajzenberg para apresentarmos um trabalho prático no XI Seminário Arte e Ciência/ Pensar Criativo – Natureza e Universo realizado em novembro de 2000, promovido pelo Centro Mario Schenberg de Documentação da pesquisa em Artes da Escola de Comunicação e Artes (ECA) da USP.

Este trabalho foi realizado em conjunto com Anna Rita Ribeiro, uma artista plástica, mestranda da ECA/ USP, que me apresentou o contexto de seu trabalho prático (proposta, motivo, espaço, elementos) e as relações estabelecidas com a Fenomenologia proposta por Merleau – Ponty (1971) – base de seu corpo teórico. Ela apresentou algumas esculturas de sua autoria, uma instalação, a temperatura do ambiente e o contexto da obra e da vida de Siron Franco ⁵⁷ elucidando o processo criativo utilizado por este artista para a

⁵⁶ Vf. Anexo 02.

⁵⁷ Siron Franco é um dos grandes artistas plásticos brasileiros da atualidade, pois reinventa a linguagem pictórica utilizando-se de um imaginário único, uma temática e um olhar específico, mas profundo.

composição de sua *Guernica*⁵⁸ em contraposição à *Guernica* de Picasso⁵⁹, o que me fez refletir sobre uma experiência estética corporal que abarcasse os sentidos da visão, audição e tato, pois as imagens sugeridas revelavam a dramaticidade do tema, bem como outras possibilidades do imaginário.

Neste sentido, percebi que esta instalação se construiu livre e aberta aos diferentes movimentos perceptivos do corpo. A iluminação vinda do interior das abóbadas de cerâmica criou uma redução física da apreensão do espaço pelo olho, o que abriu as possibilidades perceptivas do olhar e criou uma outra visibilidade. As projeções da luz e das sombras emanavam os dramas, as dúvidas e as tensões do tema. A matéria cerâmica continha a essência da terra e do ser... era a destruição, a construção e a transformação e estava impregnada do gesto, da intenção e dos embates desta relação. Os desenhos surgiam na superfície das abóbadas como registros do olhar da artista. Um exercício fenomenológico de entrelaçamento do ser – mundo – obra. As perfurações cortavam a matéria, enquanto ferimentos permitiam à luz surgir, criavam o vazio e o inundavam com a luz.

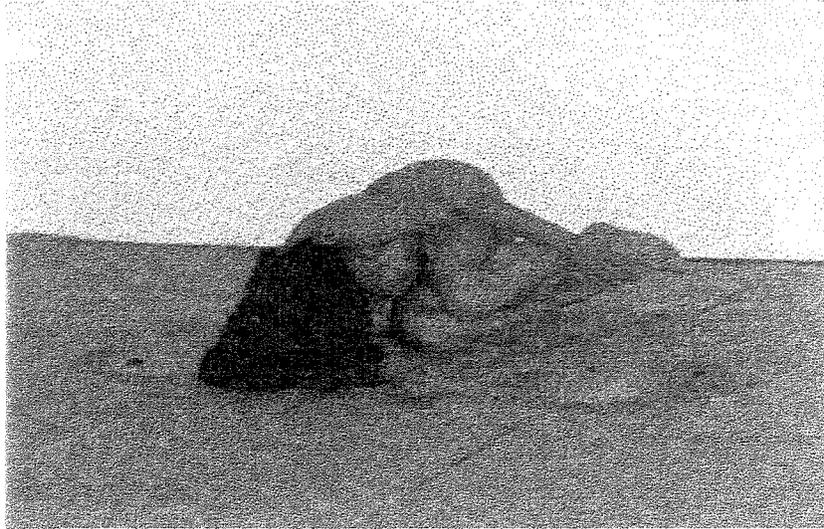
Como poderia criar movimentos baseados numa técnica específica acerca destas sensações? Sendo um trabalho que propunha um olhar fenomenológico, o primeiro olhar, optei por realizar um trabalho de improvisação dirigida e não um estudo coreográfico, estabelecendo uma série de referências que me auxiliaram na execução prática deste trabalho.

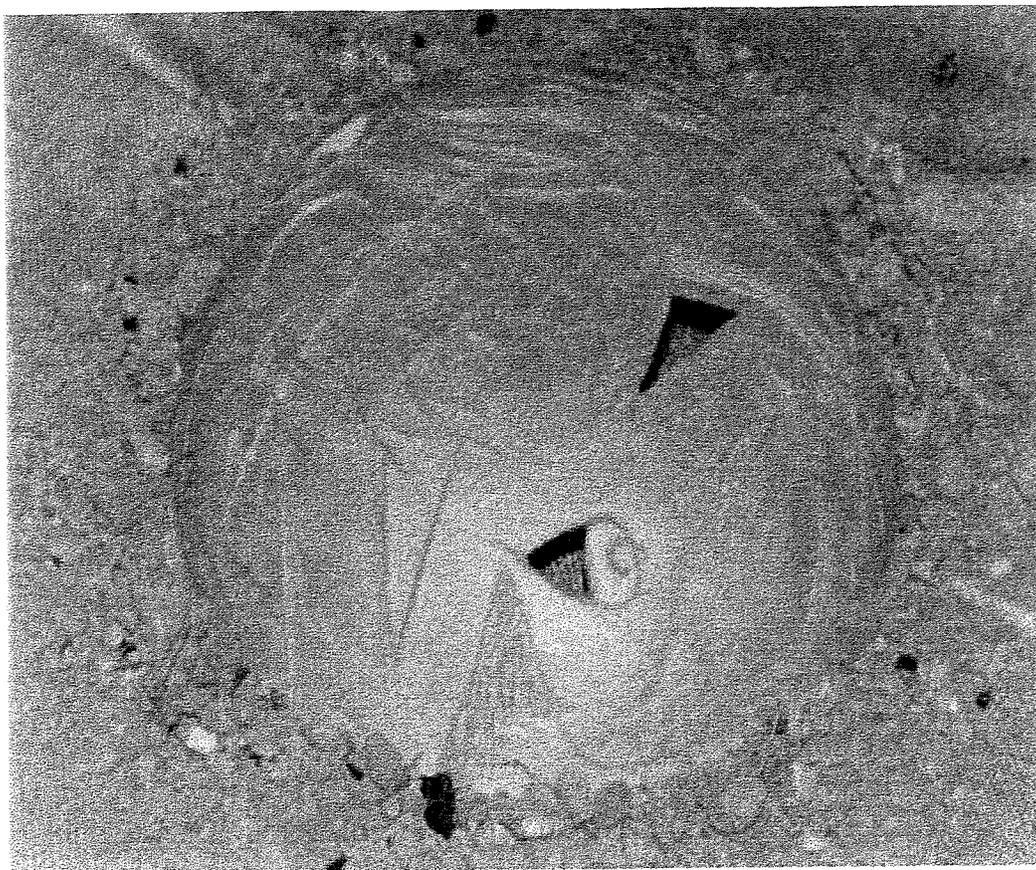
Para a seleção destas referências, observei durante horas o quadro e as sensações que o mesmo despertava em mim. Pude perceber que não havia braços – os braços estão atados e separados em um canto da tela; os corpos, assexuados, estão ao centro sempre de lado; cabeças e olhos aparecem em todos os cantos da tela e algumas vezes são maiores que o corpo; os animais rodeiam as figuras como guardiões do ser humano; uma perna – um presunto jogado ao chão composto por linhas retas e as cores amarelas,

⁵⁸ Obra realizada para a exposição comemorativa do centenário de Pablo Picasso denominada *Pablo, Pablo*, realizada na Funarte do Rio de Janeiro em 1981.

⁵⁹ Painel pintado pelo artista em 1937 e que apresenta uma imagem de dor e brutalidade acontecida após a bomba fascista na cidade de Guernica na Espanha. Vf. anexo 03.

vermelhas e verdes contornam a palavra, a imagem e a palavra. Em seguida, analisei estas percepções e compus um quadro acerca dos princípios que regem o movimento expressivo que gostaria de utilizar para facilitar o processo de improvisação, encontrar um vazio e deixar que a energia movesse meu corpo e que meu campo energético se ampliasse para todas as direções, compondo formas significantes.





No quadro abaixo, apresentamos análises que provêm parte de estudos labanianos, parte de uma vivência na França onde participamos de um estágio em dança contemporânea, denominado Corpo — Matéria Poética ⁶⁰ e parte de minhas próprias idéias.

ILUSÕES		
CORPO – MATÉRIA POÉTICA		
Vida	Alma	Espírito
Sensação	Emoção	Pensamento
Voz	Gesto	Palavra

⁶⁰ Para maiores informações sobre este estágio em dança contemporânea verificar anexo 04.

COMPOSIÇÃO / IMPROVISAÇÃO		
PESO	<ul style="list-style-type: none"> ⌘ Tensão ⌘ Resistência ⌘ Impulso 	<ul style="list-style-type: none"> ⌘ <i>Constante</i> ⌘ <i>Grande</i> ⌘ <i>Controlado</i>
TEMPO	<ul style="list-style-type: none"> ⌘ Momento ⌘ Duração ⌘ Tempo do Relógio ⌘ Pulsações ⌘ Acentos ⌘ Metro ⌘ Ritmos Naturais ⌘ Silêncio ou Pausa 	<ul style="list-style-type: none"> ⌘ <i>Presente</i> ⌘ <i>Indeterminada, mas percebida.</i> ⌘ <i>Rítmicas.</i> ⌘ <i>Não lineares.</i> ⌘ <i>Indefinido.</i> ⌘ <i>Respiração.</i> ⌘ <i>Sempre que necessário.</i>
ESPAÇO	<ul style="list-style-type: none"> ⌘ Níveis ⌘ Direções ⌘ Dimensões ⌘ Planos ⌘ Foco ⌘ Giros ⌘ Espirais ⌘ Torções ⌘ Caminhos no Chão 	<ul style="list-style-type: none"> ⌘ <i>Médio e Baixo.</i> ⌘ <i>Baixo/Cima//Lado/Lado// Frente/Trás.</i> ⌘ <i>Octaedro.</i> ⌘ <i>Roda, Mesa e Porta.</i> ⌘ <i>Indireto.</i> ⌘ <i>Ilinx (Vertiginosos).</i> ⌘ <i>Presentes</i> ⌘ <i>Não.</i> ⌘ <i>Curvos e Retos.</i>
<ul style="list-style-type: none"> ⌘ Espaço Ativo ⌘ Espaço como Símbolo. ⌘ Kinesfera ⌘ Espaço Cênico 		<ul style="list-style-type: none"> ⌘ <i>Espaço dinâmico</i> ⌘ <i>Espaço Individual</i> ⌘ <i>Espaço Vital.</i> ⌘ <i>Instalação.</i>

<p>FLUÊNCIA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dinâmica • Qualidades de Movimento 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Controlada ao máximo.</i> • <i>Pontuado e Pressionado.</i>
<p>FORMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • As Linhas e sua Forma • A Forma Total. • Relação da Forma com o Espaço. • Formas Gratuitas • Formas Orgânicas • Transições 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Curva e Angular.</i> • <i>Assimétrica.</i> • <i>Positiva e Negativa.</i> • <i>Inexistentes.</i> • <i>Contraposições.</i> • <i>Claras e precisas.</i>

Ao relatarmos este processo de composição, buscamos clarear nosso entendimento sobre o movimento e expor um processo criativo pessoal que expusesse a criação de uma poética corporal de uma cena contemporânea.

O que queremos ao observar e vivenciar uma poética corporal é ampliar nossas possibilidades de ver, vivenciar e interpretar. Dilatar nossa consciência sobre os processos (físicos, psíquicos e emocionais) estabelecidos para a existência de uma composição simbólica e poética desvendada pelo e através do movimento da Cena. Encontrar uma performance e uma cena cujo movimento seja de conteúdo significativo e não virtuosismo, composta por percursos criativos iluminados e conscientes, já que na arte as formas compostas pela imaginação são abstraídas apenas para tornarem-se claramente manifestas e são libertadas de seus usos comuns apenas para serem colocadas em novos usos: agir como símbolos, tornar-se expressivas do sentimento humano.

Sobre a ação do movimento como símbolo apresentamos Ariadn's⁶¹, uma performance composta entre 2001 e 2002 por fragmentos desenvolvidos num espetáculo cuja temática principal foi a passagem mítica do labirinto de Creta, estudado a partir

⁶¹ Este espetáculo foi dirigido por Maria Mommenshon e criado pelo grupo Minik Momdò.

da interpretação do filósofo francês Deleuze sobre um poema do filósofo alemão Nietzsche sobre Ariadne e Dioniso. O labirinto mítico se desdobra no labirinto poético nietzschiano, que se desdobra no labirinto filosófico deleuziano, que se desdobra no labirinto da dança do espetáculo.

Este texto reflete sobre a passagem mítica do Labirinto (de Creta), que foi construído para abrigar o Minotauro estabelecendo dois destinos no que se refere à personagem Ariadne. Em uma delas, Teseu está no navio que é levado para longe por um forte vento. Quando retorna, encontra-a morta. Muito provavelmente, Ariadne, pensando-se abandonada por seu amor, decide matar-se, enquanto na outra versão, Teseu simplesmente parte, abandonando Ariadne que está adormecida. Mas ela então é encontrada pelo deus Dioniso, por quem é amada.

Estas versões que relatam o destino da personagem Ariadne retratam um embate travado entre, por um lado, o pessimismo, o niilismo, a ascese, a má consciência, o ressentimento - em suma, a negação da vida e, por outro, a afirmação e potencialização suprema da vida.

Assim, o roteiro de ações e trajetória espacial foram criados num percurso individual e solitário, com o conflito dramático se evidenciando na simultaneidade das ações no espaço que era ocupado por movimentos sutilmente trabalhados e exacerbados até a exaustão, através do encontro de movimentos internos, ou seja, movimentos relacionados ao conteúdo, sensações e percepções corporais e do relacionamento destes movimentos com progressões espaciais, ou seja, com a forma total criada no desenrolar da cena, desvendada pela utilização energética.

Também para este fim foram definidos quatro momentos que compuseram a performance. São eles: (1) Ariadne e o fio; (2) Teseu e Ariadne; (3) Ariadne e suas escolhas; (4) Ariadne e Dionísio.

O interessante deste trabalho com relação à atuação do movimento como símbolo é o processo estabelecido em sua criação e na ação flexível de sua poética, visto que havia um percurso externo determinado, uma seqüência de movimentos precisa a ser

cumprida e nem um quadro apresentado anteriormente, mas um objetivo a ser desvendado, um percurso espacial pré-determinado e relacionamentos indiretos. A todo instante sabia para onde ir, o que iria vivenciar, mas como seria cumprido o percurso dependia do direcionamento do fluxo de minha energia e de minha intenção.

Este trabalho se deu como um exercício cênico aprimorado e confirmou novamente, através dos *feedbacks* recebidos após apresentações, a eficiência da percepção energética sobre o processo criativo e sobre a expressividade.

Interagindo conteúdos, busquei compreender a Arte do Movimento, a Cena, a composição de atores – bailarinos, a natureza, a sociedade em que vivemos e, principalmente, a mim mesma, educando para o movimento e com o movimento⁶², através de refinamento, aprofundamento, aquisição de qualidade, elaboração de engramas sensório-motores cada vez mais aprimorados, descoberta simbólica, visto que acredito que o papel do profissional em dança se volta para este enfoque, pois é a partir do processo criativo e só através dele que o indivíduo poderá se emancipar, pois a criatividade possibilita a independência e liberdade do ser pela sua autonomia e discernimento e que a percepção energética quando desenvolvida, entre outros meios, contribuirá para a composição de poéticas corporais compostas por movimentos qualitativos e dizeres claros.

⁶² Sobre este assunto, gostaria de ressaltar que este estudo "A percepção energética como guia para a construção de poéticas corporais" vem sendo aplicado em outras áreas do conhecimento como em espaços empresariais (bancos e indústrias) através de atividades como ginástica laboral e em espaços terapêuticos (clínicas ortopédicas). Nestes espaços estamos constatando a eficácia da percepção energética e a necessidade da composição de poéticas corporais, pois quando sensibilizamos uma pessoa e a auxiliamos a perceber sua energia, a conduzimos a ter um pouco mais de consciência e domínio sobre si mesma. Notamos nestas experiências que não são só artistas que têm necessidade de criação, de movimento, de ter contato com seu corpo e com as intenções que geram os movimentos. Existem inúmeras pessoas que nunca tiveram a oportunidade de vivenciar, de sentir e de se perceber em movimento. É triste notar um número cada vez maior de pessoas doentes e afastadas de seus trabalhos por falta de movimento qualitativo, falta de percepção sobre o modo como sentam, como caminham ou sobre seus desejos e emoções.

III. CONCLUSÃO

Durante o período de composição desta dissertação utilizei os estudos expostos neste texto em minha vida profissional enquanto *performer* e docente, buscando um desenvolvimento técnico, criativo e humano que fosse visível em minhas atitudes como ser humano. Imergi e emergi neste conteúdo através de uma incessante atitude de motivação que me fez reformular conceitos, observar mais atentamente e detalhadamente os ângulos de uma questão e desperdiçar menos energia ao ter clareza do objetivo e percurso que estava seguindo.

Ao ser norteadada pela seguinte hipótese (A energia é um elemento essencial para o desenvolvimento da percepção, pois ao mesmo tempo em que podemos percebê-la movendo nosso corpo, podemos conduzi-la pelo nosso corpo. A energia existe independente de nossa vontade, mas é passível de ser controlada, ampliada e direcionada pela intenção, exigindo de seus estudiosos uma qualidade sutil e refinada de movimentos) e pelo seguinte problema (Será que ao estudarmos o desenvolvimento da percepção energética como guia para a construção de poéticas corporais estaremos contribuindo para o desenvolvimento técnico e criativo do artista - pesquisador, ator bailarino, desvendando uma poética que possa ser transcrita a favor de uma qualidade mais sutil de movimento e “dizer” artístico?), revi diversos eventos de minha vida, uma série de experiências que, sem dúvida, fazem parte e justificam nosso pensamento sobre o tema analisando-o cuidadosamente e verificando a importância do estudo destas relações no desenvolvimento do auto-conhecimento e no desempenho qualitativo-expressivo do ator-bailarino.

A utilização prática da energia me fez olhar cada vez mais para o interior das coisas, do homem, de mim mesma. Perguntar, reconhecer, conscientizar, acumular, direcionar e utilizar não só a energia, mas a experiência, o conhecimento desenvolvido.

Ao trabalhar conscientemente com a energia, também nos tornamos conscientes de nossa integridade, das relações entre a nossa mente, o nosso corpo e emoções, das necessidades básicas de sobrevivência e transcendência artística.

Ao analisarmos os laboratórios práticos e as nossas experiências como *performer*, constatei que a percepção energética atua mais na execução qualitativa de poéticas corporais do que na questão da composição das mesmas, visto termos verificado a influência da mesma sobre a presença cênica, sobre a qualidade e refinamento dos movimentos, sobre a clareza da intenção que é imposta a cada gesto. Com relação à composição de poéticas corporais verificamos a atuação no que diz respeito à integridade do bailarino, que conseqüentemente em refletirá em trabalhos mais elaborados e consistentes.

E, finalmente, concluímos com CAMPBELL (1990: 41) que diz “que céu e inferno estão dentro de nós. Este é o grande esforço conscientizador de muitas culturas. Todos os deuses, todos os céus, todos os mundos estão dentro de nós. São sonhos amplificados, e sonhos são manifestações, em forma de imagem, das energias do corpo, em conflito umas com as outras”.

Este estudo não está finalizado e sim engatinhando em direção a outras reflexões.

IV. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ◆ ADLER, Stella. **Técnica da Representação Teatral**. Tradução de Marcelo Mello. Rio de Janeiro: Civ. Brasileira, 1992.
- ◆ ADORNO, Theodor W; KOSTAS, Axelos; BOLLACK, Jean (et all). **El arte em la sociedad industrial**. Tradução de Maria de Teresa La Valle. Buenos Aires: R Alonso, 1973.
- ◆ ARISTÓTELES. **Arte retórica e Arte Poética**. Tradução de Antonio Pinto de Carvalho. Rio de Janeiro: Tecnoprint, 1990.
- ◆ _____ . **Poétique**. Paris: Livre de Poche, 1990.
- ◆ ANDERSON, Jack. **Choreography Observed**. Iowa: University of Iowa Press, 1988.
- ◆ APPIA, Adolphe. **Attore, musica e scena – traduzione di Marco di Marinis**. Milano: Feltrine Editore, 1983.
- ◆ BABIN, Pierre, KOULOUMDJIAN, Marie-France. **Os novos modos de compreender**. São Paulo: Ed. Paulinas, 1989.
- ◆ BACHELARD, Gaston. **A formação do espírito científico**. Rio de Janeiro: Contraponto, 1996.
- ◆ _____ . **A Poética do Devaneio**. São Paulo: Martins Fontes, 1988.
- ◆ BARBA, Eugenio. & SAVARESE, Nicola. **A arte secreta do ator – Dicionário de Antropologia Teatral**. Campinas: Huciter, 1995.
- ◆ BAUDRILLARD, Jean. **O sistema dos objetos**. São Paulo: Perspectiva, 2000.
- ◆ BENJAMIN, Walter. **Sobre el programa de la filosofia futura: y otros ensayos**. Caracas: Monte Avila, 1970.
- ◆ BERGUE, Yvonne. **Viver o seu corpo: por uma pedagogia do movimento**. Tradução de Estela dos Santos Abreu e Maria Eugenia de F. Costa. São Paulo: Martins Fontes, 1981.
- ◆ BERTHERAT Therèse, BERNSTEIN, Carol. **O corpo tem suas razões – Antiginástica e Consciência de Si**. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

- ◆ BLOM, Lynne Anne & CHAPLIN L. Tarin. **The intimate act of choreography.** Pittsburgh: University of Pittsburgh Press, 1989.
- ◆ BOAL, Augusto. **200 exercícios e jogos para o ator e o não – ator com vontade de dizer algo através do teatro.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1988.
- ◆ BRENNAN, Bárbara Ann. **Mãos de Luz – Um guia para a Cura através do campo da energia humana.** Tradução de Octavio Mendes Cajado. São Paulo: Pensamento, 1987.
- ◆ BRICKMAN, Lola. **A linguagem do movimento corporal.** São Paulo: Summus, 1989.
- ◆ BROOK, Peter. **Fios do Tempo.** São Paulo: Bertrand Brasil, 2000.
- ◆ BRYNE, Paul de; HERMAN, Jackes; SCHOUTHEETE, Marc de. **Dinâmica da Pesquisa em Ciências Sociais – Os pólos da prática metodológica.** Tradução de Ruth Joffily. Rio de Janeiro: F. Alves, 1977.
- ◆ BURNIER, Luiz Otavio. **A arte do ator: da técnica à representação – Elaboração, codificação e sistematização de técnicas corpóreas e vocais de representação para o ator.** Tese de doutorado em Comunicação e Semiótica. São Paulo: PUC, 1994.
- ◆ CAMPBELL, Joseph. **O poder do mito.** Tradução de Carlos Felipe Moisés. São Paulo: Palas Athena, 1980.
- ◆ CHAUI, Marilena de Souza. **Introdução à história da filosofia.** São Paulo: Cia das Letras, 2002.
- ◆ CAPRA, Frijot. **O ponto de mutação.** São Paulo: Cultrix, 1993.
- ◆ CHIA, Mantak. **A energia curativa através do Tao – O segredo da circulação de nossa força interior.** São Paulo: Pensamento, 1983.
- ◆ CITELLI, Adolfo. **Comunicação e Educação. A linguagem em movimento.** São Paulo: Senac, 2000.
- ◆ COHEN, Selma. Jeanne. **The modern dance – seven statements of belief.** Middletown: Wesleyan Univ., 1988.
- ◆ DANTAS, Monica. **Dança/ O enigma do movimento.** Porto Alegre: Universidade/ UFRGS, 1999.
- ◆ DE MASI, Domenico. **O ócio criativo / Entrevista a Maria Serena Palieri – Tradução: Lea Manzi.** Rio de Janeiro: Sextante, 2000.

- ◆ DESPEUX, Catherine. **Tai Chi Chuan, Arte Marcial, Técnica da Longa Vida.** São Paulo: Pensamento, 1997.
- ◆ DYCHTWALD, Ken. **Corpomente: Uma síntese dos caminhos do Oriente e do Ocidente para a Auto – Consciência, Saúde e Crescimento Pessoal.** Tradução de Maria Silva Mourão Neto. São Paulo: Summus, 1984.
- ◆ DURKHEIM, Emílie. **Da Divisão do Trabalho Social.** Seleção de textos de Arthur Gianotti. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura (et al). São Paulo: Abril Cultural, 1983.
- ◆ ECO, Umberto. **Como se faz uma tese – Metodologia.** Tradução de Gilson César Cardoso. São Paulo: Perspectiva, 1993.
- ◆ _____ **Seis passeios pelos bosques da ficção.** São Paulo: Cia das Letras, 1994.
- ◆ EHRENZWEIG, Anton. **Psicanálise da percepção artística – uma introdução à teoria da percepção inconsciente.** Rio de Janeiro: Zahar, 1977.
- ◆ FILHO, Marcondes. **Sociedade Tecnológica.** São Paulo: Scipione, 1994.
- ◆ FISCHER, Ernest. **A necessidade da Arte.** Rio de Janeiro: Zahar, 1994.
- ◆ FONTANELLA, Francisco Cock. **O corpo no limiar da subjetividade.** Piracicaba: UNIMEP, 1995.
- ◆ GLEISER, Marcelo. **A Dança do Universo.** São Paulo: Cia das Letras, 1999.
- ◆ GOLDMANN, Lucien. **A Criação Cultural na Sociedade Moderna: por uma sociologia da totalidade.** Tradução de Rolando Roque da Silva, São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1972.
- ◆ GROF, Stanislav. **Além do Cérebro: nascimento, morte e transcendência em psicoterapia.** Tradução de Wanda de Oliveira Roselli. São Paulo: Macgraw-Hill, 1988.
- ◆ GUEST, Ann Hutchinson. **Your move – A new approach to the study of movement and dance.** London: Gordon and Breach, 1983.
- ◆ GUIRAUD, Pierre. **A linguagem do corpo.** Tradução de Lólio Lourenço de Oliveira. São Paulo: Ática, 1991.
- ◆ HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade.** Tradução de Tomaz Tadeu da Silva. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.
- ◆ HUMPHREY, Doris. **The art of making dances.** New York: Grove Press, 1959.
- ◆ JANUZELLI, Antonio Luiz Dias. **A aprendizagem do Ator.** São Paulo: Ática, 1986.

- ◆ JENKS, Charles. **Post Modernism: The new classicism in art and architecture.** London: Academy, 1987.
- ◆ JUNG, Carl Gustav. **O segredo da flor de ouro: um livro de vida chinês.** Tradução de Dora Ferreira da Silva e Maria Luiza Appy. Petrópolis: Vozes, 1984.
- ◆ KARANGULA, KUNZ, S., GELDER, D. V. **Os Chacras e os Campos da Energia Humana.** São Paulo: Pensamento, 1989.
- ◆ KENSKI, Vani Moreira. **Os jovens e a apropriação dos conhecimentos na sociedade atual.** São Paulo: EDUSP, 1997.
- ◆ KNASTER, Mirka. **Descubra a sabedoria do seu corpo.** São Paulo: Cultrix, 1996.
- ◆ LABAN, Rudolf. **O domínio do movimento.** São Paulo: Summus, 1971.
- ◆ _____ **The language of movement: a guidebook to choreutics – Annotated and edited by Lisa Ullmann.** Boston: Plays Inc, 1976.
- ◆ LAKATOS, Eva Maria & MARCONI, Marina de Andrade. **Metodologia científica: ciência e conhecimentos científicos: métodos científicos; teoria, hipóteses e variáveis.** São Paulo: Atlas, 2001.
- ◆ LANGER, Susanne. **Sentimento e Forma: Uma Teoria da Arte desenvolvida a partir da Filosofia em Nova Chave.** São Paulo: Perspectiva, 1980.
- ◆ LEE, Maria Lucia. **Lian Gong em 18 Terapias – Forjando um corpo saudável – Ginástica Chinesa do Dr. Zhuang Yuen Ming.** São Paulo: Pensamento, 1997.
- ◆ LOPES, Joana. **Pega Teatro.** Campinas: Papyrus, 1989.
- ◆ _____ **Coreodramaturgia: A Dramaturgia do Movimento.** Campinas: UNICAMP, 1998.
- ◆ LYOTTARD, Jean François. **O pós-moderno.** Tradução de Ricardo Correa Barbosa. Rio de Janeiro: J. Olympio, 1973.
- ◆ MERLEAU – PONTY, Maurice. **Fenomenologia da Percepção.** Tradução de Reginaldo de Piero. Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 1971.
- ◆ MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** São Paulo – Rio de Janeiro: Hucitec – Abrasco, 1996.
- ◆ MING, Zhuang Yuan. **Lian Gong Shi Ba Fa – Ginástica Terapêutica e Preventiva.** São Paulo: Pensamento, 2000.

- ◆ MOLES, Abraham Antoine. **A Criação Científica**. Tradução de Gita K. Guinsburg. São Paulo: Perspectiva, 1971.
- ◆ OLIVEIRA, J. M. **Percepção e Realidade**. Campinas: UNICAMP, 1997.
- ◆ OSTROWER, Fayga. **Criatividade e processos de criação**. Petrópolis: Vozes, 1978.
- ◆ ORTIZ, R. **A moderna tradição brasileira**. São Paulo: Brasiliense, 1988.
- ◆ PATRICK, C. **What's creative thinking?** Nova Iorque: PHILOSOPHICAL LIBRARY, 1955.
- ◆ PEDROSA, Mário. **Mundo, homem, arte e crise**. São Paulo: Perspectiva, 1975.
- ◆ PRESTON – DUNLOP, Valerie. **Looking at Dances – a choreological perspective on choreography**. Lenders: Verve, 1998.
- ◆ PEIXOTO, Fernando. **Teatro em movimento**. São Paulo: Hucitec, 1989.
- ◆ PIERON, Henri. **Psicologia Experimental**. Tradução de Marcello A. Corção. Rio de Janeiro: Zahar, 1969.
- ◆ PLAZA, Julio. **Arte, Ciência, Pesquisa – Relações**. Revista Trilhas. Campinas: IA, UNICAMP, 1997.
- ◆ READ, Herbert. **O sentido da Arte**. São Paulo: Inst. Brasil. De Difusão Cultural S/A, 1968.
- ◆ ROBATTO, Lia. **Dança em processo – a linguagem do indizível**. Salvador: Centro Editorial e Didático da UFBA, 1994.
- ◆ RODRIGUES, Graziela. **Bailarino – Pesquisador – Intérprete: Processo de Formação**. Rio de Janeiro: Funarte, 1997.
- ◆ ROPA, Eugenia Casini. **Alle origini della danza moderna**. Bolonha: Mulino, 1990.
- ◆ SANTOS, Jair Ferreira. **O que e pós – moderno**. Rio de Janeiro: Brasiliense, 1989.
- ◆ SCHENBERG, Mario. **Pensando a Arte**. São Paulo: Nova Stella, 1988.
- ◆ SEARLE, John R. **O mistério da consciência**. São Paulo: Paz e Terra, 1998.
- ◆ SERRA, Mônica. **Apostila de Estudo – Psicologia do Desenvolvimento Aplicada à Dança**. Campinas: UNICAMP, 1995.
- ◆ SILVA, Eusébio Lobo. **A dança e a Pessoa – Algumas considerações sobre o Método Integral de Dança**. Campinas: UNICAMP, 1994.

- ◆ _____ **Comentários e Instruções sobre a Dança.** Belo Horizonte: Ed. do Autor, 1983.
- ◆ SUBIRATS, Eduardo. **Da vanguarda ao pós –moderno.** São Paulo: Nobel, 1991.
- ◆ VASCONCELLOS, Luiz Paulo. **Dicionário de Teatro.** Porto Alegre: LEPM, 1987.
- ◆ WEIL, Pierre. **Holística: Uma nova visão e abordagem do real.** São Paulo: Palas Athena, 1990.

SITES CONSULTADOS

- ◆ www.5via5.com.br
- ◆ www.epub.org.br/cm/02/opiniaio/elson2.htm
- ◆ www.epub.org.br/cm/n04/opiniaio/percepcao.htm
- ◆ www.epub.org.br/cm/n05/opiniaio/concien1.htm
- ◆ [http://members.nbci.com/ XMCM/acarvalhal/sepuaapcxx.html](http://members.nbci.com/XMCM/acarvalhal/sepuaapcxx.html)

V. ANEXOS

ANEXO 01

GT1

ORGANIZAÇÃO E DESENVOLVIMENTO

PLANOS DE AULA

Antes das aulas começarem, nos reunimos para estruturarmos os conteúdos da disciplina e, deste modo compusemos um plano de curso que sistematizasse estes conteúdos em 30 horas de atividades.

Com este plano, propusemos um caminho didático (teórico/prático) que apresentasse os princípios que regem as artes corporais chinesas conectando-as com a prática do Lian Gong em 18 Terapias, do I Qi Gong, do Qi Gong dos Símbolos e do Qi Gong Perfumado, exercícios dos quais nos serviremos para o desenvolvimento da parte prática de nosso projeto. Também buscamos oferecer, mais especificamente, um estudo aprofundado da primeira parte do Lian Gong em 18 Terapias.

No percurso da disciplina este plano foi sendo modificado de acordo com os interesses apresentados pelos alunos de modo que apresentaremos a seguir dois planos (o planejado) e (o executado).

PLANO DE CURSO/ PED		executado
“Artes Corporais do Oriente I”		
Dia	Conteúdo Programático	
1ª aula 06/08	Apresentação; (Tarefa: Por que prestaram dança e qual a sua visão de futuro); Discussão sobre Avaliação; Introdução ao Lian Gong em 18 Terapias; Prática (Lian Gong em 18 Terapias – 1ª e 2ª partes).	

2ª aula 13/08	Noções básicas sobre Filosofia e MTC (Yin/Yang); Apresentação da 1ª parte e dos padrões básicos de separação dos pés e postura das mãos; Prática (Massagens – Drª Ho, 1ª parte e Qi Gong dos Símbolos). Texto: O segredo da flor de ouro (Yung) – Introdução.
3ª aula 20/07	Noções básicas sobre Filosofia e MTC (Qi); Discussão sobre o significado do ideograma (Lian Gong) Prática (Massagens Drª Ho, 1ª, 2ª e 3ª partes do Lian Gong e Xian Gong)
4ª aula 27/08	Noções básicas sobre a civilização chinesa. (Desenvolvimento do conhecimento e dos ideogramas pelos imperadores chineses) Apresentação da primeira e sexta característica do Lian Gong (Movimento Global, Objetivo Específico e Movimento Lento, Contínuo, Equilibrado e Natural). Prática (Massagens Drª Ho, 1ª e 2ª partes do Lian Gong e Massagens). Discussões sobre a postura de preparação, sobre a primeira série e sobre o primeiro movimento (Movimento do Pescoço). Correções em duplas.
5ª aula 03/09	Noções básicas sobre a MTC (Fundamentos relacionados à diferença entre Tecidos Moles (Ligamentos, tendões e cartilagens) e Tecidos Duros (Ossos)). Apresentação dos três tesouros do Homem (Shen – Espírito/ Qi – Ar Vital e Jing – essência sexual), Terra (Fogo/ Vento/ Água) e Céu (Sol, estrelas e lua). Discussão sobre a importância dos treinamentos chineses (Lian Gong – foco: corpo físico e Qi Gong – foco: corpo psicofísico) – (Treinamento da Vida e Treinamento da Consciência) e sobre Intenção. Massagens da Drª Ho/ Prática da 1ª e 2ª séries – Correções do segundo movimento (Arquear as mãos).
6ª aula 10/09	Discussão sobre Liberdade e Valores Universais – Qual a importância de termos contato com nosso corpo e descobrirmos novas maneiras de pensá-lo? Apresentação teórica sobre os Meridianos/ Ligação do exterior com o interior do corpo. Relações dos meridianos, do Qi, com a qualidade do movimento. Prática da 1ª e 2ª séries – Qi Gong dos símbolos.
7ª aula 17/09	Aquecimento Drª Ho. Prática 1ª e 2ª partes. Correções dos exercícios: 1PS1EX3 e 1PS1EX4 – Estender as palmas para cima e Expandir o peito. Massagens em duplas. Apresentação do vídeo sobre Ch'i e Yin Yang.
8ª aula 24/09	FEIA (Festival do Instituto de Artes). Apresentação do Lian Gong e dos princípios básicos da Medicina Tradicional Chinesa. Prática 1ª, 2ª e 3ª partes. Massagens em duplas.
9ª aula 01/10	Discussão sobre as características do Lian Gong em 18 Terapias – Prática 1ª, 2ª e 3ª partes.
10ª aula 08/10	Apresentação dos inícios dos vídeos de Lian Gong organizados pela TV Cultura, os quais mostram as 08 características principais do Lian Gong. Prática Qi Gong Perfumado.

11ª aula 15/10	Prática da 1ª, 2ª e 3ª partes. Prática do Qi Gong dos símbolos. Correção dos exercícios 1PS1EX5 e 1PS1EX6 – Despregar as asas e levantar o braço de ferro. Massagens em duplas.
12ª aula 22/10	Apresentação da relação entre o Lian Gong e o Tuei – Na. Prática da 1ª e 2ª Partes.
13ª aula 29/10	Apresentação do conceito de Força Interna – Nei Jing. Prática do Qi Gong Perfumado.
14ª aula 05/11	Prática da 1ª, 2ª e 3ª partes. Prática do Qi Gong dos símbolos. Correção dos exercícios 1PS2EX3 e 1PS2EX4 – Rodar a cintura com as mãos nos rins e levantar o braço e flexionar o tronco. Massagens em duplas. Requisição de uma reflexão relacionando os conteúdos da disciplina com a Dança.

PLANO DE CURSO/ PED		planejado
“Artes Corporais do Oriente I”		
Dia	Conteúdo Programático	
1ª aula	Apresentação/ (Tarefa: Por que prestaram dança e qual a sua visão de futuro); Introdução ao Lian Gong (LG) em 18 Terapias/ Discussão sobre Avaliação; Prática (Lian Gong em 18 Terapias – 1ª e 2ª partes).	
2ª aula	Noções básicas sobre Filosofia e bases do Lian Gong em 18 Terapias/ Apresentação de um vídeo produzido pela Via 5/ Discussão sobre a primeira característica do LG (Movimento global, Objetivo específico)/ Apresentação das séries do LG e dos padrões básicos de separação dos pés e postura das mãos/ Prática.	
3ª aula	Discussão sobre a segunda característica do LG (Mobilizar o Nei Jing – Força Interna) e obter o senso de percepção do Qi (Sopro Vital). Apresentação da 1ª parte e da 1ª série do LG/ Prática – Correções: 1P1SEX1EX2EX3.	
4ª aula	Discussão sobre a terceira característica do LG (A Terapia e o Exercício se ajudam mutuamente) Prática – Correções: 1P1SEX4EX5EX6.	
5ª aula	Discussão sobre a quarta característica do LG (Terapia para a Doença/ Profilaxia para a Saúde) e sobre a 2ª série do LG/ Prática – Correções: 1P2SEX1EX2EX3	
6ª aula	Discussão sobre a quinta característica do LG (Amplitude e abrangência do movimento dependem das articulações)/ Prática – Correções: 1P2SEX4EX5EX6.	
7ª aula	Discussão sobre a sexta característica do LG (Movimento lento, contínuo, equilibrado e natural) e sobre a 3ª série do LG/ Prática – Correções: 1P3SEX1EX2EX3.	
8ª aula	Discussão sobre a sétima característica do LG (Coordenação espontânea da respiração com o movimento) Prática (com I Qi Gong) – Correções: 1P3SEX4EX5EX6.	

9ª aula	Discussão sobre a oitava característica do LG (Exercícios simples e fáceis de executar. Autoprevenção e terapia)/ Prática/ Verificação e interação de conhecimentos,
10ª aula	Discussão sobre os conceitos básicos da MTC e exercícios tradicionais chineses (Yin/ Yang), sobre a 2ª parte do LG e sobre a 4ª série/ Prática/ Correções: 2P4SEX1EX2EX3.
11ª aula	Discussão sobre os conceitos básicos da MTC e exercícios tradicionais chineses (Qi – Sopro Vital)/ Práticas/ Correções: 2P4SEX4EX5EX6.
12ª aula	Discussão sobre os conceitos básicos da MTC e exercícios tradicionais chineses (Força Interna – Nei Jing) e sobre a 5ª série/ Prática/ Correções: 2P5SEX1EX2EX3.
13ª aula	Discussão sobre os conceitos básicos da MTC e exercícios tradicionais chineses (Meridianos – Jing Luo)/ Práticas/ Correções: 2P5SEX4EX5EX6.
14ª aula	Discussão sobre a relação do LG com o Twei – Na e apresentação da 6ª série./ Prática/ Correções: 2P6SEX1EX2EX3.
15ª aula	Prática/ Correções: 2P6SEX4EX5EX6/ Verificação e Interação de conhecimentos.

ANEXO 02

Laboratório A

Iniciamos este laboratório caminhando, observando tudo que estava ao nosso redor. Os passos aceleravam e desaceleravam rapidamente, até que nos deitamos, após ter observado atentamente três pessoas.

Foi perguntado a três pessoas, como as companheiras que estas observaram estavam vestidas. Nem todas as observações foram corretas. Percebi, como sou desligada, pois não saberia responder à pergunta corretamente.

Fizemos vários exercícios baseados em Tai Chi Chuan, que trabalham essencialmente com o desbloqueio do fluxo energético através da imaginação.

Senti que o cansaço e os pontos de tensão se desfizeram lentamente e que todos os problemas ficaram do lado de fora.

Começamos a criar maneiras de “Empurrar e Puxar” uma outra pessoa, indo e voltando de um canto a outro da sala, centrando a atenção três dedos abaixo do umbigo num ponto que os chineses chamam de Dan Tien e os indianos referem-se ao 3º chacra e tentando encontrar oposições.

Inicialmente, sentia medo em me deixar levar e sentia que a pessoa que levava iria escorregar de minha mão. Resultado: reconhecimento da Insegurança.

Voltamos a caminhar e “tiramos a maquiagem”, ou seja, esfregamos nosso corpo, o que proporcionou uma sensação maravilhosa.

A aula terminou. Conversamos. Cada um expôs sua opinião sobre o laboratório executado. O calor estava forte, mas me sentia inteira.

Laboratório B

Novamente, começamos a aula caminhando, observando. Deitávamos e levantávamos, conforme nos era pedido.

Meu pescoço comprimia-se entre a cabeça e os ombros, minhas costas estavam tensas e tinha vontade de ficar estendida ao chão.

Aquecemos as articulações e realizamos um pouco de alongamento, passando em seguida aos exercícios de Tai Chi Chuan. A energia ia se equilibrando vagarosamente. O “chiclete” e a “bola” dissolviam e esquentavam as partes tensas e doloridas de meu corpo, que aos poucos foi melhorando. A “Bola” tornava-se cada vez maior e o movimento da pelve, às vezes, se perdia na imaginação. Começamos a pintar. Diversas cores iam surgindo e, como finalização, nasceu um coração grande de bordas pretas, vermelho por dentro, contendo um coração branco dentro. Gostei muito desta imagem.

Imaginamos um fio de luz que passava pelo centro do corpo. Era branco e consistente.

Em duplas, nos colocamos à frente de outra pessoa e dizíamos “Sim”, “Não”. Incomodava dizer Sim. A concentração era boa, mas gerava uma ansiedade muito grande.

Voltamos ao exercício realizado na aula anterior: Empurrar, Ser Empurrado. Sentir a outra pessoa, entregar-se. Dar e doar. Movimentações interessantes surgiram a partir da troca energética.

Imaginar um animal e adquirir suas características, como nunca tinha feito, foi uma experiência muito válida. Leopardo, movimentos elegantes, arisco, velocidade rápida, manchas tigradas e um olhar curioso, desconfiado. Relações, amor, ódio, instinto. Rolar, sentar, rolar, cócoras, rolar, estou de pé, inteira.

Nova Atividade. “Peso”, encontro de um eixo em comum. Interessante, minha insegurança desapareceu. Fluído, coerente. Rapidez, riso.

Conversa final: encontro do Mestre Interior que rege nossa vida. O nada é o tudo. O pensamento é aquilo que acreditamos, e se acreditamos realmente, nosso pensamento é nada e nada somos nós.

Laboratório C

Começamos andando pela sala de aula, dissolvendo as tensões, passando aos exercícios de Tai Chi Chuan, no qual encontramos um ritmo. Esfregamos as mãos, e fizemos com que essa concentração de energia gerada se transformasse numa bola, que se

movimentava por onde a levássemos. Da bola, passamos ao pincel, deixando a energia fluir livre por todas as direções.

Depois desse momento inicial, reunimo-nos em pares. O professor explicou o que iríamos fazer. Conduzir o nosso par para tomar contato com o mundo.

Fechei os olhos. Meu par começou a me conduzir; sentia os sentidos se afluírem. O contato com o chão me dava noções de temperatura e textura. Com a mão sentia também a textura, mas tentava produzir barulho em tudo que tocava. O sentimento de ser conduzido sem poder enxergar é especial. Confiava na pessoa que me levava; contudo sabia onde estava a todo o momento, o que me decepcionou um pouco.

Havia uma briga interna, pois havia lugares que não queria ir. O cheiro do banheiro me assustou, o escuro conduzindo o frio, a insegurança naquele momento, o barulho externo (carro, música, insetos...).

Trocamos de papel. Interessante o sentido da responsabilidade. Como já tinha passado pela experiência, levei-a a lugares mais diversos possíveis e observei as reações.

Acabou o tempo, sentamos e conversamos sobre o que cada pessoa sentiu. Definimos as palavras mais importantes, que mais marcaram; para mim foram: escuro, chão e conflito.

Laboratório D

Novamente iniciamos a aula caminhando, indo ao chão e voltando, andando em diversas direções e velocidades, liberando as tensões e executando nossos exercícios básicos (Surfista, Bola, Pincel).

Antes, fizemos um pouco de alongamento e tentamos relembrar as sensações e as palavras chaves da aula anterior.

Entramos em processo de criação, começamos a nos movimentar, a imaginar a situação e a colocá-la no corpo. Depois de um processo de experimentação, fechamos uma célula de movimentos e começamos a repeti-la, deixando ela se transformar. Guardamos esse momento.

Outro exercício em dupla: Espelho, conduzir e ser conduzido. Tinha momentos em que os dois corpos tornavam-se uma coisa só. Sombra, isto é, percepção de sua auto-imagem.

Depois desse momento voltamos à célula. Repetição novamente. Imaginamos que havia alguém ao nosso lado; uma pessoa que nos acompanhava, e aquela célula, aquele conjunto de movimentos transformou-se novamente. O exercício da sombra e do espelho auxiliaram nesse processo de aquisição da imagem do que estávamos fazendo.

Um grupo se sentou e começou a assistir ao outro.

Observava a minha parceira e sentia o que tinha observado na aula anterior aflorar. Os movimentos mais simples explanavam uma beleza excepcional. Quando observava, a minha sombra estava ao meu lado. Comecei a fazer e sentia, tinha consciência do que estava fazendo, das emoções que se encontravam no meu corpo.

Sentamos e conversamos sobre o que tínhamos visto.

ANEXO 03

GUERNICA DE SIRON FRANCO



ANEXO 04

“CORP’S - MATIÈRE POETIQUE”

Corpo – Matéria poética ⁶³ foi o título dado ao estágio em dança contemporânea “En Danse – 97”, organizado pelo Mas de la Danse, em Fontvielle, na região da Provence - França sob a coordenação de Françoise Dupuy, Paola Piccolo e Laurence Louppe, em que participaram artistas e educadores do Brasil, da França, Canadá, Inglaterra, Itália, Espanha e Guiana Francesa.

Através de seminários, colóquios e ateliês de prática artística, foram estudados os princípios e não as técnicas que marcaram a dança do século XX, enfatizada a necessidade da atuação em grupo e discutida a relação da dança com as novas tecnologias, visto que neste momento estamos frente a novos métodos de trabalho e criação.

O curso foi organizado de forma a construir um ambiente de trabalho no qual houvesse liberdade de comunicação e relacionamento para que pudéssemos compreender que a técnica se conquista através da qualidade de movimento e não através da repetição mecânica, tão valorizada em nosso país.

Por cinco dias trabalhamos os seguintes elementos (um por dia): respiração; sucessão de movimentos através da liberação da cintura escapular e da cintura pélvica; espiral e torção; tensão e contração; resistência. Nos cinco dias que se seguiram trabalhamos com espiral, torção, tensão e contração organizando seqüências de movimento e uma conseqüente “coreografia” que foi apresentada no encerramento do estágio.

Uma das coisas mais importantes que Françoise Dupuy disse durante o estágio e que norteia minha prática hoje foi o seguinte: “Não trabalharemos com imagens ou com emoções, pois estes são elementos subjetivos e difíceis de serem explorados metodologicamente. As imagens e as emoções são imprescindíveis, mas surgem do movimento e do esforço físico. Você deve estar presente em você mesmo e atento às diferentes sensações que o movimento exerce sobre você e sobre o grupo”.

⁶³ Para este evento foram selecionados quatro estudantes da UNICAMP, que passaram por testes e tinham alguns pré-requisitos como desenvolverem pesquisas em artes corporais. Uma bolsa do governo da França nos foi oferecida e uma ajuda de custo da Unicamp.