



*Somos Todos Anjos...
Caidos ou Não*

Dança Vocal: A Pura Poesia da Imagem do Movimento

Tereza Margarida Morini Vine

Tese de Doutorado Campinas 2009

TEREZA MARGARIDA MORINI VINE

***Somos Todos Anjos... Caídos ou Não.
Dança Vocal: A Pura Poesia da Imagem do Movimento***

Tese apresentada ao Curso de
Doutorado em Multimeios do Instituto de Artes da
UNICAMP como requisito para a
Obtenção do grau de Doutora em Multimeios sob a
Orientação da Profa. Dra. Elisabeth Bauch Zimmermann

CAMPINAS – 2009

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA
BIBLIOTECA DO INSTITUTO DE ARTES DA UNICAMP**

V75s Vine, Tereza Margarida Morini.
"Somos Todos Anjos Caídos... ou Não: Dança Vocal: A Pura Poesia da Imagem do Movimento. / Tereza Margarida Morini Vine. – Campinas, SP: [s.n.], 2009.

Orientador: Prof^a. Dr^a. Elisabeth Bauch Zimmermann.
Tese(doutorado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Artes.

1. Movimento. 2. Imagem. 3. Dança vocal. 4. processos de criação. I. Zimmermann, Elisabeth Bauch. II. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Artes. III. Título.

(em/ia)

Título em inglês: "We are all angels, Fallen or Not. Vocal Dance: The Pure Poesy of the Image of Movement."

Palavras-chave em inglês
(Keywords): Movement ; Image ; Vocal Dance ; Creative processes.
Titulação: Doutor em Multimeios.

Banca examinadora:
Prof^a. Dr^a. Elisabeth Bauch Zimmermann.

Prof. Dr. Antonio Fernando da Conceição Passos.

Prof. Dr. Aguinaldo Moreira de Souza.

Prof^a. Dra. Heloísa Helena Bauab.

Prof^a. Dra. Verônica Fabrini M. de

Almeida.

Prof. Dr. José Fernando Amaral Strático.

Prof. Dr. Roberto Breton de Ângelo.

Prof. Dr. Eusébio Lobo da Silva.

Data da defesa: 31-08-2009

Programa de Pós-Graduação:
Multimeios.

-2
R-336

Instituto de Artes
Comissão de Pós-Graduação

Defesa de Tese de Doutorado em Multimeios, apresentada pela Doutoranda Tereza Margarida Morini Vine - RA 875305 como parte dos requisitos para a obtenção do título de Doutor, perante a Banca Examinadora:

Elisabeth Bauch Zimmermann
Profa. Dra. Elisabeth Bauch Zimmermann
Presidente

Antonio Fernando da Conceição Passos
Prof. Dr. Antonio Fernando da Conceição Passos
Titular

Aguinaldo Moreira de Souza
Prof. Dr. Aguinaldo Moreira de Souza
Titular

Heloisa Helena Bauab
Profa. Dra. Heloisa Helena Bauab
Titular

Roberto Berton de Angelo
Prof. Dr. Roberto Berton de Angelo
Titular

*Dedico este trabalho em memória de meus pais Irineu e Nadyr, que foram figuras importantíssimas na minha vida
para eu estar onde estou.*

*Também em memória da minha querida amiga Doty, pelos 30 anos de amizade, confidências e boas risadas.
E em memória dos meus anjos Garn, Preta, Mimi e Frajola(a quem a vida foi brutalmente tirada pela ignorância
humana.*

*E ao meu mestre espiritual Sua Santidade Dalai Lama que emana aquela imensa energia de amor incondicional e
me estimula a seguir meu caminho.*

Também a minha outra mestra espiritual Susan Andrews que é puro amor e determinação

E ao meu marido Chris, que está do meu lado em todas as minhas jornadas.

E ainda a todos meus colaboradores destes últimos nove anos de pesquisa.

AGRADECIMENTOS

Chego ao fim de mais uma jornada na minha vida. E Neste momento obviamente, não poderia ter acontecido sem a ajuda de inumeráveis pessoas que de alguma forma ou outra me incentivaram, me apoiaram e me estimularam quando tantas vezes fraquejei.

De antemão peço desculpas a qualquer dos amigos que porventura esqueça de mencionar.

Quero agradecer a minha orientadora Elisabeth, pelo carinho paciência e confiança. Este trabalho, sem dúvida, não teria acontecido sem a sua ajuda.

Ao meu querido professor Fernando Passos, pelas aulas inspiradoras e pelo incentivo.

A minha querida Patricia Bardi, grande fonte de inspiração no caminho da Dança Vocal.

Ao Instituto de Artes e o Departamento de Multimeios por terem me aceito no programa de pós-graduação.

Aos meus queridíssimos companheiros Aguinaldo, Fernando e Heloisa por aceitarem participar da banca e por me encorajarem a ir em frente.

Ao professor Roberto, pela honra que me deu em participar da banca.

A Verônica que me orientou no mestrado e com quem aprendi muito.

A todos meus colegas e alunos da Universidade Estadual de Londrina, por acreditarem em mim.

A Thaís D´Bronzo pela constante colaboração nos projetos de iluminação.

Ao Chris Vine pelas composições musicais maravilhosas.

Ao Mateus pelas filmagens e fotos.

A todos meus colaboradores de pesquisa que durante os últimos nove anos têm contribuído para meu crescimento e aprendizagem: Manuel, Regiane, Anderson, Margareth, Leila, Michele, Camila, Rosa, Marcos, Vanessa, Eduardo, Lilian, Bethania, Marcos Vinícius, Juliana Matta, Vaninha, Bia, Luana, Nuno, Camila Fontes, Flavia, Francine, Gabriella, Gustavo,

Janaína, Jussara, Laura, Liege, Maíra, Michele Florêncio, Milene, Odete, Rodrigo, Heitor, Leticia, Luana Munhae, Juliana a médica, Thaís, Louianne, Mayra, Rosana, Bruno, Mônica, Stephanie, Léo e Jodair.

A minha irmã Lizete, pelas palavras sábias e pela eternidade da nossa relação de amor.

Ao meu afilhado Vinícius, pelo afeto e alegria.

A querida comadre Marilza e afilhada Natália, pela nossa história.

A minha mais amada Júlia e seu companheiro Rodrigo pelo grande presente que a vida nos concedeu: Alice.

Ao meu irmão Carlinhos, que cuida de mim.

A todos aqueles que pela dor me ensinaram que ainda tenho um longo caminho a percorrer para desenvolver a capacidade de compaixão.

A todos os meus amigos, pela troca de afeto que torna possível seguir o caminho.

Ao meu marido e amante Chris pelo nosso amor.

A Maria José pelo carinho de manter a casa em ordem enquanto eu escrevia este trabalho.

Aos meus pais Nadyr e Irineu, pela transcendência do nosso amor.

A todos os anjos de todas as espécies que comigo coexistem e co-evoluem.

I like to walk alone on country paths, rice plants and wild grasses on both sides, putting each foot down on the earth in mindfulness, knowing that I walk on the wondrous earth. In such moments, existence is a miraculous and mysterious reality.

People usually consider walking on water or in thin air a miracle. But I think the real miracle is not to walk either on water or in thin air, but to walk on earth. Every day we are engaged in a miracle which we don't even recognize: a blue sky, white clouds, green leaves, the black, curious eyes of a child--our own two eyes. All is a miracle.

-Thich Nhat Hanh, "Miracle of Mindfulness"

Eu gosto de caminhar sozinha pelos campos, plantações de arroz e grama selvagem em ambos os lados, colocando cada pé na terra atentamente, sabendo que eu caminho nesta maravilhosa terra. Nestes momentos, a existência é uma milagrosa realidade misteriosa. As pessoas geralmente consideram que andar sobre a água ou no ar é um milagre. Mas eu acredito que o verdadeiro milagre não andar sobre as águas ou o ar, mas caminhar sobre a terra. Todos os dias estamos engajados num milagre que nem sequer reconhecemos: um céu azul, nuvens brancas, folhas verdes, os olhos negros e curiosos de uma criança – nossos próprios olhos. Tudo é um milagre.

(Tradução livre da autora)

-Thich Nhat Hanh, "Miracle of Mindfulness"

RESUMO

Este trabalho faz uma reflexão sobre o movimento cênico em processos de criação no contexto da contemporaneidade. Nasce do aprofundamento das pesquisas sobre a Dança Vocal, que tem por princípio o entendimento do ser em sua totalidade.

Aborda os processos de criação fundamentada na Dança Vocal e as possibilidades de encontro com as diferentes linguagens artísticas.

Este estudo ainda pesquisa as práticas meditativas como um dos modos de lidar com o processo de criação em Dança Vocal.

É dirigido a profissionais, professores e alunos, bem como àqueles que se interessam pela arte do movimento.

ABSTRACT

The focus of this work is the analysis of the creative processes within Vocal Dance in its relationship with contemporary art. It is a further development of research that began many years ago.

Vocal Dance is a study of movement based on the principle of seeing the human being as a total entity.

The work examines the creative process via Vocal Dance and its relationship with a wide range of artistic genre.

Meditation techniques are also evaluated as a method utilized within Vocal Dance.

Professionals, teachers, students and members of the public interested in body-mind processes will hopefully benefit from the subjects covered.

SUMÁRIO

DEDICATÓRIA	v
AGRADECIMENTOS	vii
EPIGRAFE	ix
RESUMO	x
SUMÁRIO	xiii
LISTA DE FIGURAS	xv
ENTRADA	01
INTRODUÇÃO	02
1. REFLEXÕES I	05
1.1 INQUIETAÇÕES	06
1.2 CONCEITOS	12
1.3 PASSAGES	25
1.4 ETERNOS VIAJANTES	51
1.5 UM CANTO PARA SAPATOS	109
2. REFLEXÕES II	135
2.1 MERGULHOS	136
2.2 SENSIBILIDADE EM COMA	143

2.3 CRIAÇÃO	173
2.4 SOMOS TODOS ANJOS, CAÍDOS OU NÃO	178
2.5 QUANDO O AMOR ACORDA	231
3. CONCLUSÃO	257
4. MATERIAL VIDEOGRÁFICO	265
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	266
6. BIBLIOGRAFIA	268

LISTA DE FIGURAS

1. ENSAIOS 01	33
2. ENSAIOS 02	35
3. ENSAIOS 03	37
4. ENSAIOS 04	39
5. ENSAIOS 05	41
6. ENSAIOS 06	43
7. ENSAIOS 07	45
8. ENSAIOS 08	47
9. ENSAIOS 09	49
10. ETERNOS VIAJANTES 01	97
11. ETERNOS VIAJANTES 02	99
12. ETERNOS VIAJANTES 03	101
13. ETERNOS VIAJANTES 04	103
14. ETERNOS VIAJANTES 05	105
15. ETERNOS VIAJANTES 06	107
16. UM CANTO PARA SAPATOS 01	121

17. UM CANTO PARA SAPATOS 02	123
18. UM CANTO PARA SAPATOS 03	125
19. UM CANTO PARA SAPATOS 04	127
20. UM CANTO PARA SAPATOS 05	129
21. UM CANTO PARA SAPATOS 06	131
22. UM CANTO PARA SAPATOS 07	133
23. SENSIBILIDADE EM COMA 01	149
24. SENSIBILIDADE EM COMA 02	151
25. SENSIBILIDADE EM COMA 03	153
26. SENSIBILIDADE EM COMA 04	155
27. SENSIBILIDADE EM COMA 05	157
28. SENSIBILIDADE EM COMA 06	159
29. SENSIBILIDADE EM COMA 07	161
30. SENSIBILIDADE EM COMA 08	163
31. SENSIBILIDADE EM COMA 09	165
32. SENSIBILIDADE EM COMA 10	167
33. SENSIBILIDADE EM COMA 11	169
34. SENSIBILIDADE EM COMA 12	171
35. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 01	197
36. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 02	199
37. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 03	201

38. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 04	203
39. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 05	205
40. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 06	207
41. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 07	209
42. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 08	211
43. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 09	213
44. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 10	215
45. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 11	217
46. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 12	219
47. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 13	221
48. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 14	223
49. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 15	225
50. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 16	227
51. SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 17	229
52. QUANDO O AMOR ACORDA 01	239
53. QUANDO O AMOR ACORDA 02	241
54. QUANDO O AMOR ACORDA 03	243
55. QUANDO O AMOR ACORDA 04	245
56. QUANDO O AMOR ACORDA 05	247
57. QUANDO O AMOR ACORDA 06	249
58. QUANDO O AMOR ACORDA 07	251

59. QUANDO O AMOR ACORDA 08	253
60. QUANDO O AMOR ACORDA 09	255

Quão confortável ou desconfortável é para anjos descerem a terra?

Introdução

“Em cada átomo dos domínios do universo existem vastos oceanos de sistemas de mundo”.¹

Este trabalho é um momento de reflexão de uma pesquisa de vida em andamento, na qual certas idéias sobre o desenvolvimento da consciência humana em movimento se constroem. Seu coração está no encontro com a sabedoria existente em cada um de nós, na tomada de consciência (percepção) de quem somos neste planeta a partir da expressão de ser em Dança Vocal.

Enquanto vivo, expresso minha força vital em movimento. Enquanto me movo, sinto a minha vida pulsante. Para continuar a viver, estou em constante movimento e mudança. O que escrevo aqui apresenta algumas perspectivas para o processo de criação. Minha pesquisa tem se respaldado, ao longo dos anos, no desenvolvimento natural e potencial criativo de cada indivíduo por meio da Dança Vocal, seguindo o fluxo da organicidade do movimento. A busca é baseada no entendimento de unicidade de ser no mundo se expressando em dança.

A Dança Vocal é um processo de estudos que se propõe a trabalhar os sistemas do organismo como iniciadores para movimento/som. Os estudos práticos preparatórios constituem-se em práticas de atividades respiratórias, movimentos vocalizados, práticas pré-meditativas e meditação. O desenvolvimento de processos criativos se dá com o transpor dos estados de atenção e intenção alcançados nos estudos preparatórios em

¹ *O grande ornamento floral, uma antiga escritura budista. Apud Sua Santidade, o Dalai Lama O Universo em um Átomo..* Ediouro, 2005, RJ.

improvisações e conseqüente processo de composição coreográfica. Os estudos teóricos abarcam a pesquisa do ser vivo, em sua complexidade de ser um sistema anatômico-fisiológico-psíquico-emocional-cultural-espiritual, entendendo o ser humano como energia condensada, conectado a todos os elementos do Universo, compartilhando da mesma fonte.

Durante o mestrado, desenvolvi o conceito de corpespiriente para significar a existência de ser humano que acumula no organismo vivente, através do processo histórico e cultural, as experiências da vida que se expressa, comunica-se e relaciona-se no ser em constante movimento, trazendo, como princípio básico para ser vivo na sua estrutura e manifestação, o amor, no sentido de ser o fundamento primeiro da própria vida.

Os questionamentos acerca da gênese e do fim da obra de arte moveram-me nas experimentações de tal modo que encontrei na multiplicidade da existência um caminho singular e poético para a realização do todo do trabalho. Como a arte faz parte do universo da singularidade, acredito que posso me expor de maneira pessoal neste escrito, deixando brotar recordações e aprendizagens que se mesclam com os conteúdos profundamente guardados no fundo do meu coração. Penso que esse é o caminho, pois é sincero, é pessoal, é único.

Em Reflexões I, faço uma revisão ampliada dos conceitos desenvolvidos durante o mestrado, retomando o conteúdo da dissertação e aprofundando os estudos anteriormente abordados. Aproveito também para relatar a construção de algumas obras realizadas no processo primeiro da pesquisa. Em Reflexões II, exponho o conteúdo mais específico deste momento de pesquisa, abordando a questão da criação e a meditação neste processo. Descrevo os três trabalhos práticos realizados durante o percurso deste trabalho. Todas as imagens são entendidas

como parte do processo de dançar e o próprio performer é *expressão do pensamento do movimento imagético* em cena.

Em tempo: quero esclarecer que utilizo o termo imagem enquanto imagens visuais, auditivas, sinestésicas, olfativas, do paladar, imagens do imaginário, do mundo do inconsciente. Na composição das obras, as imagens provieram dos vários sentidos e de várias dimensões. A intenção é criar um trabalho em rede, no qual vários níveis de pensamento ocorrem ao mesmo tempo sem nenhuma linearidade, sendo que as imagens poéticas dão vazão a uma experiência singular, reverberando na própria experiência de vida.

Amo o nascer do sol. Vagarosamente os pássaros despertam inundando-nos com seus cantos matinais.

A luz do sol surge lenta, continua e esplendorosa anunciando o início de um novo e único dia na vida.

1. Reflexões I

Quão confortável ou desconfortável é para anjos descerem a terra?

Descem nas mais diversas formas, em variados lugares.

Vêm como flores de árvores, seres que latem, miam, piam.

Ou simplesmente, em silêncio se mostram, para aqueles que sabem olhá-los.

Quão confortável ou desconfortável é para anjos descerem a terra?

Chegam à plena luz do dia, ou na calada da noite.

Adaptam-se na tridimensionalidade de ser,

Neste mundo de ilusões.

Cantam, riem, choram, pulam, gritam.

E olham, somente olham, o mundo se desdobrando.

Quão confortável ou desconfortável é para anjos descerem a terra?

Não sei.

Eles seguem seu caminho, às vezes revoltados, às vezes resignados,

Mas acima de tudo, serenos e tranqüilos, pegando em nossas mãos,

Para conduzir a nós, pobres ignorantes,

A um lugar a salvo da nossa própria destruição.

1.1. Inquietações

“Existe um grande e universal desejo do gênero humano, expresso em todas as religiões, em toda arte e filosofia e em toda vida humana; a vontade de ir além daquilo que se é agora”.²

Nunca entendi o princípio da separatividade. O Todo sempre esteve presente na minha compreensão de mundo e já na infância me sentia apenas um desdobramento da própria energia da natureza. Chamavam-me de sonhadora. Mas o que seria da vida sem a capacidade de sonhar? Os sonhos promovem inquietações, as quais mobilizam ações. São mensageiros do eu interior e, quando associados à intuição, podem proporcionar movimentos de mudança. No meu sonho de unidade, tracei um caminho de estudos em várias áreas do conhecimento. Mergulhei na dança, na psicologia, no estudo do movimento somático, nas terapias complementares e em estudos de espiritualidade. Descobri que meu sentimento de inteireza tem sido o fio condutor que me dá forças para sustentar meu entendimento de mundo em contrapartida à educação mecanicista que recebi. Caminho longo este de transpor o condicionamento que vem sendo estabelecido em pelo menos quinhentos anos de história. Apesar disso, é um caminho possível, libertador e apaixonante.

“Penso, logo existo”. Eis a idéia gerativa formal vigente na sociedade em que cresci. A razão sendo entendida como mais real do que o percebido pelos sentidos. Se por um lado esse conceito trouxe avanços tecnológicos incríveis, por outro, trouxe a fragmentação total do pensamento ocidental, no que se refere à visão de homem e de mundo. Assim, todo organismo vivo passou a ser entendido como uma máquina, chegando-se ao

² *Beatrice Hinkle*. <http://olharesnoser.blogspot.com/2008/08/o-que-estamos-buscando.html> 4 de agosto de 2008.

extremo absurdo de se considerar que os seres de espécie não humana não eram capazes de sentir dor. Isso tem justificado crueldades atrozés com as diferentes espécies com que coexistimos no planeta, tanto em nome da ciência moderna, quanto para justificar os maus tratos por aqueles que se dizem proprietários de seres de espécies não humanas.

O ser humano foi sendo visto cada vez mais como ser em partes; deixou de ser entendido em sua unicidade. Na concepção mecanicista, o homem-máquina habita o Universo-máquina, regido por leis matemáticas perfeitas. O conceito de massa é tridimensional; tudo o que ocupa um lugar no espaço é percebido em três dimensões físicas e num tempo linear, passado, presente e futuro. Tudo o que ocorre é pensado co base na relação causa e efeito. A visão orgânica de mundo foi renegada para dar lugar ao império da causalidade.

Entre muralhas, a civilização moderna floresceu. Muralhas externas e muralhas internas. “Dividir para reinar”, foi o lema da sociedade então emergente. Com isso, o ser humano separou-se de si e do mundo. Em nome da máxima objetividade, dos postulados lógicos, da obsessão por medições e quantificações, construiu-se um paradigma de negação e repressão da existência palpável com o objetivo de garantir total poder do ser humano sobre a natureza e sobre aqueles que não compartilhavam desses princípios. Não tenho dúvidas que a ciência moderna contribuiu assaz para o avanço do mundo material, mas e o coração? E o ser enquanto um todo? O culto ao intelecto gerou o exílio do coração, causando patologias dissociativas em todos os âmbitos.

“O grande benefício da ciência é contribuir significativamente para o alívio do sofrimento no nível físico, mas será apenas por meio do cultivo das qualidades do coração humano e da transformação de nossas atitudes que começaremos a enfrentar e superar nosso sofrimento psicológico. Em outras palavras, o aperfeiçoamento dos valores humanos fundamentais é

*indispensável à nossa busca básica pela felicidade. Portanto, da perspectiva do bem-estar humano, não podemos dizer que a ciência e a espiritualidade não estão relacionadas. Precisamos de ambas, já que o alívio do sofrimento deve acontecer tanto no nível físico quanto no psicológico”.*³

Com a perda da integridade dos sentidos e da intuição, foram-se também a sensibilidade estética e ética, os valores, os sentimentos, os motivos, as intenções, a consciência, a alma. A experiência de totalidade foi expulsa do domínio da vida. A informação a respeito do organismo humano se confinou ao jargão científico e aos anais da elite médica, o que provocou uma grande ignorância do homem comum em relação às suas próprias estruturas. Quando delegou à autoridade médica a responsabilidade total sobre seus músculos, ossos, vísceras e mente, o indivíduo se desapropriou de si mesmo. Ao mesmo tempo, aceitou a divisão cartesiana no que se refere ao onde encontrar respostas para as ansiedades que permeiam a sociedade vigente: o padre sabe do problema espiritual, o psicólogo conhece o problema mental, o médico resolve o problema visceral e o artista satisfaz a necessidade de simbolização. Já o “doente”, que somos todos nós, desdobra-se para perceber as conexões entre receitas e conselhos geralmente conflitantes e passa a sentir mais angústia, ansiedade e sofrimento. Não conseguindo discutir com os especialistas as bases de suas possibilidades, o alcance de suas estruturas e suas reais inquietações, o indivíduo termina por acatar receitas tão inexplicáveis quanto criptogramas, desapropriando-se totalmente da própria voz interior, da voz do coração.

*“Ao concentrar-se em partes cada vez menores do corpo, a medicina moderna perde freqüentemente de vista o paciente como ser humano, e, ao reduzir a saúde a um funcionamento mecânico, não pode mais se ocupar com o fenômeno da cura”.*⁴

³ Dalai Lama, Sua Santidade: *O Universo em um Átomo*. Ediouro, RJ, 2005, p. 11-12

⁴ Capra, Frijot: *O Ponto de Mutação*. Editora Cultrix, São Paulo 1983, p. 104

Como não poderia deixar de ser, também os artistas incorporaram as teorias e filosofias do paradigma mecanicista de entendimento de mundo em sua maneira de expressar, representar e criar. Nessa perspectiva, ainda há muita gente que trata o corpo como instrumento mecânico de seu trabalho. Penso que, quando alguém se refere ao corpo como um instrumento, está, conseqüentemente, afirmando que este corpo é animado por algo fora dele, porque como pode uma pessoa dizer que está ativando seu instrumento de trabalho, o corpo, sem se divorciar deste mesmo corpo? Por acaso um *performer* não é o seu próprio corpo? Falar do corpo como instrumento é o mesmo que negar a existência humana, ou ainda, afirmar que *performers* são uma espécie única de gente: espíritos puros capazes de entrar e manipular corpos sem vida.⁵

Essa atitude dicotômica generalizada tem servido bem aos poderes vigentes, como forma de manipulação e alienação da sociedade. A alienação do humano tem ocorrido de diversas formas, mas é pela alienação da existência neuromotora do movimento que o indivíduo perde sua identidade; aliena-se de si mesmo e também do que acontece a sua volta, tornando-se alvo fácil de sistemas que primam pelo desrespeito à vida, entendida aqui no sentido da ocorrência dinâmica de participação de todos os seres numa rede de produções e transformações constantes.⁶

Olhando em redor, percebo que, na sociedade moderna ocidental globalizada, nunca se esteve tão perto e, ao mesmo tempo, tão longe das questões da própria existência. Há um afastamento cada vez maior do indivíduo em relação a si mesmo e de suas origens. O ser humano tem se fragmentado, deixando para trás a unidade de ser

⁵ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.9.

⁶ *Ibid.*, p.9.

em movimento no mundo; tem se esquecido de que faz parte de uma dinâmica universal, de que há características próprias da humanidade e de que estas vão muito além da competitividade estimulada e do desejo de poder.

Na medida em que se avança tecnologicamente, a massificação predomina, perdendo-se a qualidade humana. A sociedade na qual vivo hoje desconectou as pessoas de suas fontes internas e bloqueou qualquer ação espontânea perante a vida. Permitiu-se o bloqueio dos sonhos, a perda dos ideais, a inversão de valores preciosos, fazendo-se necessário, a cada um, reencontrar a si mesmo, se reconhecer enquanto ser e enquanto ser na sociedade. Como dizia Jung: “A sociedade, acentuando automaticamente as qualidades coletivas de seus indivíduos representativos, premia a mediocridade e tudo que se dispõe a vegetar num caminho fácil e irresponsável”.⁷

Entre o conflito de ser objeto dividido e o anseio por uma existência concreta, integrada e única, o mundo humano contemporâneo depara-se com a necessidade de rever essa visão dicotômica para estabelecer novos princípios de ser e garantir mais uma vez a transformação do humano. Os cientistas cognitivos George Lakoff e Mark Johnson, em oposição à visão cartesiana, afirmam que “a mente é inerentemente incorporada, a razão é moldada pelo corpo, e uma vez que a maior parte do processo do pensamento é inconsciente, a mente não pode ser simplesmente conhecida como auto-reflexão”.⁸

⁷ JUNG *apud* MARKONDES, Eliane de. *O Movimento que se especializa e dança*. São Paulo, 1999. 139p. Dissertação de Mestrado - setor de Comunicação e Semiótica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 1999, p.78.

⁸ LAKOFF, George; JOHNSON, Mark. *Philosophy in the Flesh*. New York, Basic Books, 1995, p.5. (Todas as traduções neste trabalho foram feitas por sua autora).

As exigências de cada época moldam a existência do ser, ao mesmo tempo em que são moldadas pelas inovações artísticas e filosóficas e descobertas científicas do mundo humano. Se, por um lado, a visão mecanicista serviu a uma época em que a idéia de racionalidade precisava se firmar para expandir as fronteiras da ciência e aos poderes que encontraram um modo de reprimir a expressão da vida humana, por outro, suas contradições acumularam-se de tal forma que suas falhas e anomalias foram denunciadas por pensadores. Inquietas, as pessoas se comovem e, comovidas, movem-se em busca de horizontes os quais possibilitem a reorganização e a transformação do mundo humano.

Nesse contexto, o século XX foi marcado por descobertas e contradições nas mais diversas áreas do conhecimento, dando respaldo para o alvorecer de novos e abrangentes paradigmas que serviram para reorientar, reorganizar e recriar a consciência da Idade pós-Moderna. Em vista de a consciência individual passar pelos mesmos estágios de desenvolvimento que marcam a história da consciência da humanidade, observo que uma nova realidade começa a florescer em concomitância com a realidade mecanicista de vida.

*“Sem uma boa motivação, a ciência e a tecnologia, ao invés de ajudarem, podem desencadear mais medo na população, resultando em ameaças que contribuem para a destruição do mundo. Pensamento compassivo é de extrema importância para o bem estar da humanidade”.*⁹

⁹ *Sua Santidade o Dalai Lama* from "The Pocket Dalai Lama," edited by Mary Craig, 2002. Reprinted by arrangement with Shambhala Publications, Boston, www.shambhala.com.

1.2. Conceitos

No começo dos tempos, foi somente olhando os passos dos grous que o ser humano primeiro aprendeu a dançar.

Das pesquisas sobre a linguagem do movimento realizadas por Laban no início do século XX aos estudos mais recentes sobre movimento somático; das descobertas sobre a mente humana realizadas por Freud, Jung e Reich à psicologia transpessoal e somática da atualidade e da teoria da relatividade ao entendimento do universo como holograma e conceitos sobre os campos morfogenéticos que permeiam as inquietações humanas, vejo claramente um elo entre todas essas buscas: o desejo intenso de se entender no mundo enquanto totalidade, de romper as barreiras da compartimentalização e estar por inteiro na vida.

As idéias e propostas práticas de Laban são uma das bases para o desenvolvimento dos princípios que enfatizariam a unicidade humana, possibilitando o desenvolvimento de linguagens que proporcionariam nova luz sobre a questão do movimento humano. Ele foi um dos grandes e talvez um dos primeiros a se preocupar tanto com a parte fisiológica quanto com a psíquica da arte do movimento. Insatisfeito com o vazio que a dança e o teatro da época traziam, buscou em suas paixões e lutas internas, representadas por seres simbólicos, a união corpo-espírito por intermédio do movimento expressivo.

De acordo com Laban:

“A fonte da qual devem brotar a perfeição e o domínio final do movimento é a compreensão daquela parte da vida interior do homem de onde se originam o movimento e a ação. Tal compreensão aprofunda o fluir espontâneo do movimento, garantindo uma eficaz agilidade. A

premência interior do ser humano para o movimento tem que ser assimilada na aquisição da habilidade externa para o movimento”.¹⁰

Para ele, o homem movimenta-se a fim de satisfazer uma necessidade, com o objetivo de atingir algo que lhe é valioso, seja tangível ou intangível. Suas pesquisas o levaram a trabalhar com pessoas portadoras de alguma debilidade provocada por traumas ou acidentes e a encorajar artistas a perceberem o movimento como uma fonte de expressão da própria vida. Laban considerava o movimento um processo de comunicação de duas vias, através do qual o corpo humano poderia enviar e receber mensagens, e acreditava que compreender essa linguagem poderia levar a um melhor entendimento das pessoas em relação a elas mesmas e aos outros.

Entendendo o movimento como a própria vida, o autor defendia a idéia de que, por meio da observação e análise dele, seja consciente ou inconsciente, é possível reconhecer a necessidade do indivíduo que se move e perceber nitidamente a atitude interna que precede sua ação. Essa atitude, humor momentâneo ou característica de personalidade, é revelada pelo ritmo e forma e pelos padrões das direções espaciais escolhidas numa situação específica.

Segundo Rudolf Laban, o corpo-mente humano produz muitas qualidades diferentes: pode pular como um veado, imitar o andar do macaco ou vocalizar como um gato, bastando, para isso, estar atento, observar, buscar uma atitude interna, para, então, expressar-se externamente em movimento.

¹⁰ LABAN, Rudolf. *O Domínio do Movimento*. São Paulo, Summus Editorial, 1978, p.11.

“O movimento é o instrumento de manifestação da expressão do ator. Para poder imitar com precisão um dado movimento, o ator deve ser muito experiente em observar. É esta atenção ao detalhe que torna o artista bem sucedido e provoca uma reação de reconhecimento por parte do público. Mas a cópia servil de um movimento não é suficiente para expressar significado. O ator tem que ir além do estereótipo do movimento externo e buscar atitudes internas que o liguem ao movimento observado. Os seres humanos podem escolher modificar suas tendências naturais, se assim o desejarem, e essa habilidade em selecionar movimentos comportamentais é um chão muito fértil para atores e dançarinos, pois que os habilitam a explorar muitas possibilidades quando estão pesquisando um personagem”.¹¹

Laban foi um pesquisador à frente de seu tempo. Seu método rendeu muitos frutos e teve muitos seguidores, que propagaram, desenvolveram e transformaram seus princípios em estudos valiosíssimos, tanto na busca de uma melhor qualidade de vida quanto do ponto de vista artístico. Influenciados pelos seus princípios, bem como por vários estudos desenvolvidos no campo da anatomia, cinesiologia, fisiologia e neurologia, há cada vez mais pessoas preocupadas em encontrar maneiras de estimular o desenvolvimento da percepção do movimento em indivíduos, na sua vida diária e mesmo no processo do fazer artístico. Isso é o reconhecimento de que o corpo é mais do que um mero instrumento.

“Vivendo, o corpo como um todo carrega seu significado e conta sua própria história seja nas atividades de levantar, sentar, andar, acordar ou dormir. Isto traz toda a vida no rosto de um filósofo, e envia-a para as pernas de uma bailarina. O mundo enfatiza excessivamente o rosto. A memória gosta de brotar no corpo todo. Não é o rosto dos nossos pais que vem a nós, mas seus corpos como um todo em ação, sentados nas suas cadeiras favoritas, comendo, costurando, fumando, fazendo todas as coisas familiares. Nós os lembramos como um corpo em ação”.¹²

¹¹ LABAN, Rudolf *apud* NEWLOVE, Jean. *Laban for actors and dancers*, Londres, Nick Hern Books, 1993, p.12.

¹² TODD, Mabel Elsworth. *The Thinking Body*. 7ª edição. Nova York: Dance Horizons, 1979, p.1.

Foi-se percebendo que o ser humano não está separado de seu contexto social, cultural e biológico; difunde-se o reconhecimento de que o corpo de hoje não é o mesmo corpo de quatrocentos anos atrás e que a expressão do movimento se transforma e evolui na medida da evolução do próprio homem. A arte do movimento cênico existe na história humana, é feita pela própria humanidade, e o *performer* contemporâneo carrega, em si, a experiência do movimento de toda a sua ancestralidade. Roger Garaudy afirma que “dançar é antes de tudo, estabelecer uma relação ativa entre o homem e a natureza, é participar do movimento cósmico e do domínio sobre ele”.¹³ A anatomia, a fisiologia e a cinesiologia têm-se tornado imprescindível para qualquer um que queira estudar a linguagem corporal e o corpo em movimento expressivo.

A partir da década de cinquenta do século XX, os estudos dos processos corporais começam a se fazer mais presentes na formação dos *performers*, contribuindo de maneira muito concreta na busca de novas maneiras de atuação. Atualmente, muitos desses princípios encontram-se sob o grande campo nomeado “Educação Somática”. Thomas Hanna criou o termo “somático” em 1976, quando fundou e nomeou “The Somatics Magazine – Journal of the Bodily Arts and Sciences”. Passou-se, a partir daí, a designar o termo Educação Somática para se fazer referência ao conjunto de disciplinas que estudam o corpo pela perspectiva da experiência pessoal. Bonnie Bainbridge Cohen diz que, “quando se vivencia o corpo de dentro para fora, não há separação entre corpo e mente, mas a compreensão da inteireza humana”.¹⁴

¹³ GARAUDY, Roger. *Dançar a vida*. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1980, p.23.

¹⁴ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.1.

A disciplina que uma pessoa se propõe a desenvolver para construir um corpo cênico deve passar por um profundo conhecimento da própria existência: o corpo. Corpo que abrange uma dimensão maior do que ser somente organismo biológico, pois, sem a existência do ser-corpo, não há manifestação do humano no mundo. Corpo que se revela em *corpespiriente*, que atua na vida cotidiana e se propõe a preparar-se para atuar cenicamente.

Para que o *corpespiriente* chegue ao ato da representação, é necessário que experimente processos que levem em conta suas necessidades biomecânicas e anatômicas, bem como sua qualidade de comunicação e habilidade expressiva, possibilitando a integração consigo, com sua existência, criatividade, suas relações e sua expressão artística. Para tal, é necessário compreender a unicidade de cada um no processo de composição de novas formas de expressão. Em termos de aprendizagem motora, a construção de um movimento origina-se das representações mentais, que se formam pelos estímulos externos e pelas imagens do movimento realizado. O ser humano, gerador de experimentos apoiados pelos fenômenos biomecânicos e estéticos, constrói conhecimentos pertinentes à expressão de sua própria época.¹⁵

Enquanto *corpespiriente*, o ser humano tem características bio-anato-fisiológicas que lhe são próprias, as quais, quando compreendidas, promovem discussões bastante específicas em relação à arte do movimento na atuação cênica. Como parte do processo do *performer*, buscar a concretude da percepção e a compreensão do movimento, a partir da experiência concreta da vida, possibilita a abstração do mesmo. Com isso, quero dizer que o processo de explorar os sistemas do *corpespiriente* (muscular, esquelético, fluido, orgânico, endócrino),

¹⁵ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.18, 19.

entendendo-os profundamente e desenvolvendo a percepção dos mesmos pela prática da atenção consciente, promove descobertas que facilitam a busca do *performer* no que se refere ao comportamento expressivo do movimento.

Entender a própria existência, isto é, o que move um indivíduo e como um indivíduo se move, é de fundamental importância para ampliar a capacidade de expressão. Os condicionamentos, hábitos e defesas que o *corpespiciente* desenvolve para sobreviver na cultura, não só limitam como determinam as atitudes e as ações das pessoas. Ao entender como se dá o funcionamento do organismo humano, e compreender que o ser humano cria imagens distorcidas de si mesmo, abre-se a possibilidade de elaborar processos que ampliem a capacidade de conceber idéias. Nesse sentido, as diversas pesquisas feitas na área da educação somática trouxeram grande contribuição para o desenvolvimento da prática do *performer*.

O método de *Vocal Dance & Voice Movement Integration* começou a ser desenvolvido por Patrícia Bardi há aproximadamente vinte e cinco anos. Originou-se da sua experiência como *performer* e como psicóloga, de seus estudos de crânio-sacro-terapia¹⁶ e, principalmente, do sistema chamado *Body-Mind Centering*, desenvolvido por Bonnie Bainbridge Cohen cerca de trinta e sete anos atrás, cuja matéria básica de estudo é o movimento. A escola do *Body-Mind Centering* foi fundada em 1973, para formalizar e articular as pesquisas em andamento e servir de centro de troca de informações e descobertas entre os pesquisadores. Essa escola funde o conceitual e o empírico, alternando o processo da descoberta individual entre a observação e a expressão do movimento, buscando, a partir

¹⁶ Método terapêutico de realinhamento postural que utiliza as extremidades do crânio e do sacro como pontos principais para a reorganização corporal.

do movimento, entender o processo do pensamento. Conforme Cohen:

“As qualidades de qualquer movimento são as manifestações de como a mente está se expressando naquele exato momento. Mudanças nas qualidades de movimento indicam mudança de foco, da mente no corpo. Inversamente, quando dirigimos a mente, ou a atenção, para diferentes partes do corpo e iniciamos o movimento a partir daquela parte, nós mudamos a qualidade de nosso movimento. Desta forma, constatamos que o movimento pode ser um caminho para observar a expressão da mente no corpo, bem como uma maneira de provocar mudanças na relação corpo-mente”.¹⁷

O *Body-Mind Centering* enfoca a análise e a reeducação do movimento e de maneira mais prática, e um dos aspectos mais preciosos desse estudo é sua crença de que a consciência está presente em todo o *corpespiriente*, para promover a reintegração do indivíduo com sua existência. Tal reintegração leva o indivíduo a uma experiência muito íntima, quase microscópica consigo. Nesse nível, todos os tecidos, fluidos, células, são claramente inteligentes, podendo perceber e agir. Há uma relação entre a menor atividade da parte interna do *corpespiriente* e o maior movimento executado, ou seja, existe um alinhamento do movimento ao nível celular, com a expressão manifesta do movimento no espaço. Isso implica em identificar, articular, diferenciar e integrar os vários tecidos existentes no organismo, descobrindo como cada um deles contribui para a qualidade de movimento do indivíduo, como eles se estabeleceram no processo de desenvolvimento da pessoa e qual o papel que eles têm na expressão do pensamento.

A busca do alinhamento entre todos os sistemas do *corpespiriente* se dá pelo diálogo entre consciência e ação: o indivíduo atenta-se para a interdependência existente entre eles e age a partir desta percepção. Encontrar

¹⁷ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.1.

esse alinhamento cria um estado de conhecimento que integra o individual e o coletivo, o específico e o universal, as relações pessoais, culturais e mundiais.

O *Body-Mind Centering* utiliza-se dos conhecimentos científicos ocidentais (anatomia, fisiologia, cinesiologia, etc.) como recursos para suas pesquisas, mas está filosoficamente embasado nos princípios de complementaridade e integração vindos do Oriente, acrescentando significado aos termos científicos pela experiência e experimentação dos processos do *corpespiciente*. Assim, quando se fala a respeito das substâncias físicas, como, por exemplo, do sangue e da linfa, não se discute apenas essas substâncias em si, mas os processos e estados de consciência inerentes às mesmas. O estudo inclui processos de aprendizagem, cognitivos e experimentais dos sistemas do organismo – esqueleto, ligamentos, músculos, tecidos, gordura, pele, órgãos, glândulas endócrinas, nervos, fluidos; respiração e vocalização; os sentidos e as dinâmicas de percepção; o desenvolvimento do movimento (o desenvolvimento do movimento infantil e a progressão evolucionária através do reino animal) e a arte do toque e da repadronização.

Sendo um conjunto de princípios e uma abordagem para movimento e aprendizagem, o *Body-Mind Centering* é hoje empregado por pessoas envolvidas em muitas áreas de interesse, tais como dança, esportes, terapia ocupacional, medicina, educação infantil, voz, música, artes visuais, meditação, yoga, artes marciais, fisioterapia, entre outras. Enquanto o material básico do estudo do *Body-Mind Centering* foi muito bem estabelecido em 1982, seus princípios continuam a ser aperfeiçoados e refinados, garantindo o surgimento de novos pontos de vista.

Como em qualquer jornada, o que é percebido pelo indivíduo é influenciado pela experiência. Conseqüentemente, os conceitos apresentados pelo *Body-Mind Centering* são o resultado das histórias pessoais, educação e experiência de um grande número de pessoas que se engajaram na exploração e pesquisa para construir esse sistema. Enquanto as experiências são analisadas, o desafio é não se confinar na aprendizagem ocorrida, mas continuamente permitir que as descobertas passem para o inconsciente, abordando cada momento com confiança e inocência.

Nessa perspectiva, Patrícia Bardi dedicou-se a focar sua pesquisa na relação da voz/movimento. Continuando a trabalhar com o processo de conscientização dos sistemas do *corpespiciente*, ela enfatiza o estudo dos órgãos como sendo os principais conectores dessa relação. Bardi acredita que entender a dinâmica dos órgãos e suas funções no *corpespiciente* causa uma percepção bastante diferenciada do indivíduo em relação ao fluxo de energia liberado para a realização do movimento vocal ou de deslocamento no espaço. Trabalhar com os conteúdos mais internos do organismo vivo ajudaram-na a criar um impulso muito pessoal para o movimento. O entendimento de ser um organismo tridimensional em movimento no espaço ampliava sua percepção, provocando impulsos que a levaram a vocalizar enquanto se expressava em dança.¹⁸

Numa entrevista para o *Theatre Papers* em 1979 (reeditada no *Contact Quarterly* em 1981), ao ser indagada sobre como alguém pode usar os órgãos como material para a dança e a *performance*, e como ela, Patrícia Bardi, era capaz de ajudar as pessoas a se moverem ativamente, primeiramente através do contato com os

¹⁸ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.26.

órgãos, respondeu:

“Isto é um processo mental (imagem visual e imaginação) que se inicia e permite este tipo de contato. Para a maioria das pessoas, mover um órgão como um conceito, não tem premissa prioritária ou crença anexada a isto. Mas eventualmente, o processo mental conecta-se com a sensação cinestésica de movimento gravada pelos proprioceptores no ‘músculo macio’ do órgão ativado”.¹⁹

O currículo do programa do *Vocal Dance & Voice Movement Integration* abrange, como base para a exploração e a descoberta da expressividade do movimento/voz, os seguintes temas e princípios: compreensão dos sistemas anatômicos a partir do toque, da percepção e do movimento; pesquisa dos sistemas anatômicos, como fonte de identificação e qualificação das sensações no movimento; exploração dos padrões de desenvolvimento ontogenético e filogenético, para o reconhecimento dos padrões neurológicos básicos e os reflexos subjacentes que coordenam o movimento; observação e experimentação do equilíbrio estrutural do indivíduo em relação aos apoios internos proporcionados pelos órgãos; práticas em pares, com o objetivo de estabelecer mudanças na qualidade de movimento e de toque ao entrar em contato com os diferentes níveis de tecidos (músculo, osso, órgão, nervos) de outra pessoa; explorações sonoras combinadas com movimento no espaço, para aprofundar a experiência da integração movimento/voz e utilização da improvisação, com o objetivo de ampliar a compreensão dos materiais estudados para a aplicação no movimento individual e/ou grupal.

Em suas aulas, Bardi descreve muito vividamente o que acontece no indivíduo quando ele se expõe ao movimento/voz. Ao fazer isso, ela consegue modelar imaginariamente um órgão no ar, ou demonstrar, com seu

¹⁹ BARDI, Patricia. *Contact Quarterly*, Northampton, Winter 81, Vol. VI n°. 2, 1981, p.34.

pequeno esqueleto-manequim, o volume e o processo de expansão e contração das costelas; pode ainda, treinar o quanto de peso os joelhos agüentam sem a ajuda dos músculos, até com a ajuda de livros de anatomia e, então, fazer o grupo vivenciar vários processos de movimento, proporcionando descobertas muito pessoais no processo de expressão individual e coletiva. Seu trabalho tem sido procurado por pessoas de diferentes áreas do conhecimento, tanto pelo seu potencial de desenvolvimento artístico, quanto em função do seu aspecto terapêutico. Bardi comenta:

“Arte e criatividade podem inspirar uma experiência essencial em um processo de cura. Auto-expressão num nível fundamental cria um espaço de cura. Cria a habilidade de nós nos conhecermos e de comunicar-nos conosco e com os outros. Isto é fundamental e eu gasto bastante tempo nas relações básicas de como estamos vivendo em nossa concretude. Como começamos a integrar nossas maneiras de viver e respirar no nosso dia-a-dia. Movimento e voz são essenciais na nossa comunicação...Há toda uma história, uma história pessoal, com a qual temos que nos confrontar. Partes de nós mesmos que estavam escondidas vêm à tona, novas sensações surgem e tornam-se material para o processo de aprendizagem. Então trabalhamos muito profundamente conosco mesmos”.²⁰

Em contato com os estudos de *Vocal Dance & Voice Movement Integration*, redimensionei minha forma de expressar-me em cena. Também os estudos sobre esta prática me forneceram respostas muito claras sobre a maneira como muitos artistas, diretores, encenadores e criadores desrespeitam a existência do indivíduo em nome da arte, esquecendo que, sem *corpespiciente* devidamente preparado para a ação, não há arte de fato, pois seres alienados se tornam mutilados em sua vivência poética. Com os exercícios que Patrícia Bardi chama “Atividade Respiratória”, observei que eles abrem o sistema dos sentidos e acordam todas as estruturas da pele, conduzindo

²⁰ BARDI, Patrícia em entrevista a HEINZELMANN, Mauretta. *Tuned Body with Moving Voice*. Hamburgo, 1990, p.23.

essas experiências para dentro do organismo, possibilitando a receptividade do mesmo para as explorações com os vários sistemas e a conseqüente expressão criativa destes em movimento no espaço.

A “Atividade Respiratória” é composta por seqüência rítmicas de movimentos, iniciadas pelo impulso da respiração, e por vocalizações que estimulam os padrões de coordenação neuromotora, Os exercícios de atividade respiratória trabalham os níveis, os planos e as direções no espaço, além de explorar a linearidade e as espirais do movimento; também é trabalhada a percepção da origem do movimento executado, que vai tanto do centro para a periferia, como da periferia para o centro do organismo.

A exploração do sistema esquelético, como iniciador de movimento e do alinhamento postural interna e externamente, possibilitou-me descobertas de novas maneiras de realizar movimentos. Movimentos infinitamente pequenos se fizeram presentes e, ao visualizar os ossos, percebi o funcionamento de musculaturas mais profundas, proporcionando a reestruturação do tônus muscular como um todo. Organizei-me em novas dimensões, liberando as articulações, expandindo minha amplitude de movimento.

Entendi a coluna enquanto tridimensionalidade e, ao iniciar o movimento pelos seus diferentes lados, constatei diferenças no processo de comunicação. Ao dispersar o peso do *corpespiciente* nos pontos periféricos, através da coluna vertebral, foi-me despertada uma sensação de leveza e estabeleci um novo caminho e consciência para liberar o movimento no espaço, de uma maneira alerta, leve, livre e centrada. Ao trabalhar o sistema respiratório, percebi que o peso do organismo não pode ser transferido adequadamente se não houver livre fluxo da respiração.

Ao experimentar movimentos a partir dos órgãos, constatei o volume, o peso e a tridimensionalidade dos mesmos. Conscientizar-me desses conteúdos me levou a um entendimento mais profundo de ser *corpespiciente* em movimento no espaço, o que despertou as energias emocionais presentes. Experimentando a relação de interdependência entre órgãos, músculos e esqueleto, verifiquei que o pensamento e a sensação do movimento são mantidos através da concentração na estrutura dos órgãos, da sua forma e da colocação dos mesmos embaixo da estrutura dos ossos.

A sensação de peso caindo através dos órgãos integrou uma coordenação natural entre os órgãos, ossos, articulações e músculos. Isso é qualitativamente diferente do que se mover de qualquer outra maneira. A sensação qualitativa de um órgão apoiando o movimento dá um sentimento de massa, uma massa tridimensional, que ativa o movimento de todas as superfícies (frente, lado, atrás) do tronco, em vez de uma iniciação linear de uma só superfície do tronco. Por exemplo, mover o braço com o coração e pulmões ativados, ao invés de sobrecarregar as articulações dos ombros, movi-me com os músculos anteriores e posteriores, equilibradamente.

A articulação de um órgão origina-se da concentração de sua forma, tornando-o ativo. A sensação causada naquela área do organismo é o tipo de esforço utilizado para iniciar o movimento e esta iniciação cria uma força que, carregada através do tronco, continua através dos membros e cabeça e muda a posição do *corpespiciente* no espaço; a conexão interna com os órgãos ativados produz o movimento. Nesse sentido, estabelecer contato com os padrões de desenvolvimento ontogenético e filogenético para o reconhecimento dos padrões neurológicos básicos e para a ocorrência do movimento faz vir à tona os hábitos adquiridos no decorrer da própria vida e a possibilidade de transformá-los, expandindo o vocabulário de movimentos.

O trabalho de redescoberta do potencial vocal, pela inteireza de perceber-se *corpespiciente*, modificou meu modo de expressão, transformando a sonoridade. Ao ativar atentamente o sistema respiratório, obtive uma sensação de peso, o que causou vibração (sonoridade interna), provocando movimentos internos e despertando os fluidos para a articulação de sons. Essa projeção da voz tinha intenções, vindas do engajamento dos sistemas enquanto um todo.

Improvisar com a consciência de que, em conjunto com os padrões básicos de desenvolvimento, o apoio e a articulação dos sistemas do organismo como um todo são os fundamentos para o movimento me trouxe uma sensação de preenchimento, atividade, presença e plenitude. Pesquisar os sistemas a partir das imagens sonoras, táteis, visuais, gustativas e cinestéticas, me levou a uma ligação mais verdadeira comigo mesma. Explorar movimentos através dos diferentes tipos de imagens deu-me a percepção do surgimento de vários sentimentos, que fluíam pelo ser e iam embora, abrindo portas para o trabalho com as diferentes dimensões destes sentimentos, rompendo bloqueios e trazendo maior liberdade e consciência para expressar novas experiências.

1.3. Passages

Altamente influenciada pelas descobertas feitas com o método acima descrito, desenvolvi meu próprio processo de trabalho, levando em conta também minhas experiências pessoais como *performer* e pesquisadora do movimento especializado em dança. Estudos experimentais e teóricos de anatomia, imaginação, sensação, locomoção e o uso de imagens, tornaram-se meus guias para a construção de uma linguagem de movimento que, buscando elaborar processos internos, despertasse a intuição e abrisse espaço para a criação.

Desse primeiro passo dado em direção a minha identidade artística, concretizou-se a peça *Passages*. Para mim, ao colocar a atenção e a intenção em cada um dos movimentos realizados, engajando-os com todos os processos internos, e depois projetá-los no espaço cênico, criei um atributo de expressão bastante específico. Fernando Stráttico faz o seguinte comentário a respeito de *Passages*:

“A peça, transformadora em seu contexto, articula autoridade sobre a ação da *performance*. Morini controla todos os tipos de sinais e processo de significação presentes na peça ou adjacentes a ela. A peça é um sinal de sua autoridade em fazer presente algumas perspectivas e práticas. Apesar da sua evidente autoridade em abordar um assunto ecológico, entre outros que aborda, seu controle mais forte é sobre os movimentos que cria. Ela não tem somente a autoridade de deixar a mensagem bem articulada; ela controla o corpo como um signo de interpretação. Pela criação de ritmos e movimentos com seu corpo ela enfatiza sua fisicalidade e sua capacidade de gerar expressão. O que é expresso em sua dança e gestos é principalmente novidade, ritmo, tensão, relaxamento e prazer visual. Por outro lado, o que é revelado e expresso na continuidade de suas ações é a ‘presença física’ – a fisicalidade que existe no encontro com o espectador. Neste encontro, Morini se mostra para o público como corporeidade – um corpo feminino em movimento que existe somente ao ser observado num processo de evocação da paisagem poética: o jardim. De fato, ela cria uma paisagem bidimensional: o jardim metafórico construído como símbolo das relações humanas e da natureza, e o jardim da interpretação, a ação interpretativa que ela cria pelo significado de sua atuação, dança e canto”.²¹

Passages nasceu de grandes inquietações internas. Entre o tempo de gestação e parto passaram-se aproximadamente sete anos. A partir da minha crença sobre o expressar artístico, da minha visão de mundo predominantemente mística e do meu profundo incômodo em relação ao preconceito, às injustiças e a qualquer tipo de discriminação, a obra se construiu no universo do imaginário, do simbólico, da metáfora, da poesia do

²¹ STRÁTTICO, José Fernando. *The Articulation of Concepts of Identity in Discourses of Contemporary Performance Arts*, Birmingham, Inglaterra, Tese (Doutorado), UCE, 2000, p.160.

movimento, da sonoridade e da música composta especialmente para a obra tocada ao vivo, criando um círculo mágico de expressão. A sociedade, o planeta, a humanidade e todos os seres vivos são flores de um grande jardim. Se só houver uma cor e uma espécie, na maior parte do tempo esse jardim estará adormecido, quase estéril. A riqueza das diferenças dá o colorido necessário à vida. Sem as diferenças, não poderia haver humanidade, não poderia haver o planeta, não haveria manifestação da vida.

O processo de composição é sempre em equipe. As diferentes especialidades se reúnem para dar forma e expressão à ideia original. A obra cria imagens de transformações constantes: uma velha, uma jovem, memórias, jardim, imagens que se justapõem continuamente, possibilitando tocar o coração do público, pela evocação de símbolos que o trabalho permite. A elaboração do trabalho passou por muitas etapas, que foram amadurecendo, adormecendo, amadurecendo... Foram brotando conteúdos, num vai e vem de mergulhos, encontros e explorações, até a obra se concretizar.

Caos interno, confusão, um momento de vida, sem saber que rumo seguir. Quero ir, mas me prendo às expectativas alheias. Nesse cenário interno, vejo pela primeira vez a imagem de uma senhora sentada num banquinho, envolvida em suas memórias de passado ou de futuro. Olho para ela um pouco assustada. Ainda não sei quem é. Ela me fascina. Quero sorrir e falar. Ela me olha calmamente e bebe um pouco de chá. Percebo como o início de uma nova jornada. A semente do que um dia virá a ser uma obra. Não sei quanto tempo levará para se tornar manifesta.

Debato-me com meus fantasmas, que aparecem com frequência cada vez maior. Imobilizo-me, prendo-

me, mato-me, deparo-me diante da opção entre a aceitação e a insurreição. Uma centelha ainda resta, um livro é encontrado: “O Pássaro de Prata”. Uma viagem mística, arquetípica, ritual... O fogo como poder da transformação. Um convite, um brilho no olhar. Nesse momento, a senhora se revela novamente... Vem caminhando lentamente num espaço em que vejo apenas um banquinho e um pequeno fogareiro com uma chaleira de água fervendo... O som de um apito.

Passou-se um ano. O filme “Muito Além do Jardim” começa a bater freqüentemente à porta da minha consciência. Ou será meu inconsciente berrando? Cenas e diálogos me rondam. O jardim, a sabedoria e a inocência do jardineiro que nunca havia pisado fora daquele quintal até o dia em que a morte de seu pai patrão o obriga a sair para um mundo somente conhecido através dos canais de televisão. Começo a fazer conexões com minha senhora e suas memórias. A lembrança da cena final me traz uma imagem muito forte. Um ser leve e modificado atravessando um pequeno riacho. Seus movimentos leves como pluma, seus braços como asas de pássaros, seus pés andando sobre as águas. Sua transcendência sobre o viver e o morrer...

A imagem da senhora se reapresenta a mim. Ela começa a se mover como imagens saídas de quadros, que se mesclam entre motivos de quadros indianos e pinturas medievais. Seus movimentos vão de pequenos gestos e batidas de mãos e pés, até giros que terminam em sons, gritos, choro e lamento. Um momento forte. Regando a semente.

Encontro Herman Hesse e o “Lobo da Estepe”. Nele, sou apresentada a Henry e à história do jardineiro que só reconhecia uma espécie de planta. Fascino-me. Um jardineiro que inocentemente falava do mundo através

do único conhecimento que tinha: a criação e o cuidar das flores de seu jardim. Outro jardineiro que só reconhecia uma espécie de planta. E para mim, o que é um jardim? Que significado tem?

Num sonho sou um pássaro, sobrevoando paisagens, flores, árvores, cidades, muros caídos, águas invadindo tudo. Vejo a inocência corrompida e perdida, vejo o reacender de velhos ódios, alguém sendo queimado... Uma senhora observa cabisbaixa, enquanto jovens robustos e charmosos correm e riem diante da cena brutal que eles mesmos cometeram... Acordo e anoto a frase: “o mundo e a humanidade são como um jardim”. Sinto-me forte ao mesmo tempo muito frágil, andando na corda bamba, bebadamente me equilibrando. A sensação é de atravessar de um lado ao outro da montanha por uma corda de fio invisível. Não olho para baixo. Só caminho... O tempo voa.

Estou num lindo lugarejo da região da Toscana. Vejo as montanhas, os habitantes do lugar. Saio no sol nascente e me fundo com a névoa da manhã, que lentamente sobe para deixar o dia entrar, e trabalho. À noite, as festividades completam a magia desse lugar. Música medieval, os habitantes vestidos a caráter... Minha senhora começa a falar. A imagem de um eremita se mescla com a da senhora e surge uma caminhada carregando um cajado e um lampião. As coreografias vão se desvelando. Movimentos da evolução da minha própria espécie conectados aos dos meus conviventes do reino animal. Mexo-me pelo chão e a imagem da senhora rolando do banquinho, mudando de perspectiva, surge. Vem à memória um querido professor que um dia apareceu na sala de aula com uma penca de livros e pedras. Ele é incorporado a Henry, com uma flor em cada lado da orelha. Danço uma senhora que se torna jovem, que se torna anciã e um arquétipo vivo de uma importante parte de minhas raízes culturais. Ela fertiliza a terra, semeia o jardim e planta seu instrumento musical junto ao altar do fogo. Uma imagem

se concretiza: um ser de roupas claras andando lentamente numa diagonal do espaço. Parece uma imagem final.

Recebo a notícia da transição de meu pai. Meu coração se aperta, caio num vazio. O sentimento daquela saudade que jamais poderá ser abrandada. Continuo meu trabalho. A imagem de uma estrangeira chega e se intercala com a da jovem, da senhora, do arquétipo. Transforma-se em poesia de movimento sonoro. Canções de ninar e cura ligam as diferentes culturas. Cantadas em diferentes línguas, trazem o conforto e o aconchego que todos buscam quando precisam de afeto. A morte e o renascimento, simbolizados pelo tirar um vestido escuro enterrado na mãe terra e o ficar vestida com um azul claro representando a leveza e a profundidade do firmamento. Uma coreografia leve e lenta, o eterno fluxo do movimento de ser. Isso é *Passages*. Um momento, um fluxo, um movimento.

O sol do meio dia está em sua maior expressão de força vital. Gosto de sentir essa energia, de compartilhar o silêncio que envolve este momento da natureza. Meu pai sempre saía para caminhar nesse horário. Minha mãe dizia que ele era maluco. Eu por minha vez achava que ele tinha seus motivos para fazê-lo. Hoje eu sei que o que ele gostava era de sentir essa força, integrar-se com o todo, para continuar a batalha da vida humana.

PASSAGES

Concepção e Interpretação: Margha Vine

Direção: Deborah Procter

Texto: Caitlin O'Reilly e Margha Vine

Música: Chris Vine

Figurino: Edwina Jones

Iluminação: Trevor Turton

Cenário: Graham

Prossigas, não a nada que tu tens a dizer por ti mesma



Ensaio: 01

Somos um só sob as estrelas



Ensaio: 02

*There is nothing you can give to a desert
Not a drop of water or a drop of blood*

*Não há nada que você possa dar a um deserto
Nem uma gota de água, nem uma gota de sangue.
(Tradução livre da autora)*



Ensaio: 03

*The flow of fabrics, the textures of colours, the pores, the grains, the cells, the gestures
All that is within a ticking of a clock.*

*O fluir dos tecidos, a textura das cores, os poros, os grãos, as células, os gestos
Tudo está no tique-taque de um relógio.
(Tradução livre da autora)*



Ensaio: 04

O passado surge, o passado renasce, ardente, impressionante.



Ensaio: 05

Lembro-me de Henry e o seu jardim. Ele dizia: “imagine um jardim, com 100 espécies de árvores, com mil variedades de flores, com 100 tipos de frutas e um número infinito de ervas. Imagine o jardineiro que cuida deste jardim. Ele só sabe apreciar uma espécie de planta e só se preocupa em separar o joio do trigo...

Se você tivesse que dar um nome a uma flor, que história ela lhe contaria?



Ensaio: 06

Eu nunca vou me esquecer a primeira vez em que Henry apareceu com duas flores: uma em cada lado da orelha”.



Ensaio: 07

*I need a compass. I need a map. It is always comforting to have an atlas to hand.
The displaced needs time to orientate themselves. To reinvent or re remember. I know this as an immigrant.
I also know as one caught in the slipstream, it is better to be cut free than thrown a line.
The heart dos not beat alone. It beats in unison.*

*(Eu preciso de um compasso. Eu preciso de um mapa. É sempre confortante ter um atlas na mão.
Os deslocados precisam de tempo para se orientarem. Para se reinventarem ou relembrares.
Eu sei disso como emigrante.
Eu também sei como alguém pega pela correnteza, é melhor ser jogada livre, do que amarrada a uma corda.
O coração não bate sozinho. Ele bate em unísono.
(Tradução livre pela autora)*



Ensaio: 08

*What good is a garden with one species of flower?
When the season passes, the earth lies fallow. It is empty.
No water lilies, stone crops, fire thorn,
No shooting star
No winter aconite, windflower, Bloodroot, No glory of the snow
If there was only one species...
No African Lily, Mexican Orange, a Japanese Quince, New Zeland Flex, No Indian Bean tree, or Star of Bethlehem,
no Russian Sage
And the stories would go...
No love lies bleeding, forget me not, no honesty, nor hearts ease. No love in the mist, no babies breath, no honesty,
no babies breath...*

*O que vale um jardim com apenas uma espécie de flor?
Quando a estação passa a terra adormece. Se esvazia.
Não lírio da água, cabelo de pedra, espinho de fogo, estrela cadente
Não aconita do inverno, flor do vento, raiz de sangue, Não glória da neve
Se houvesse apenas uma espécie...
Não lírio africano, laranja mexicana, marmelo japonês, flex neo zelandês, não árvore de feijão indiano,
ou estrela de Belém, Não alecrim russo
E as histórias continuariam...
Não amor sangrando, nme esqueça não, não honestidade, não coração aliviado. Não amor no nevoeiro, não respiração de bêbe., não
honestidade, não respiração de bêbe...
(tradução livre da autora)*



Ensaio: 09

Love lies bleeding...

O amor escorre sangrando...

(tradução livre da autora)

1.4. Eternos Viajantes

Dando continuidade a minha pesquisa, aprofundei-me nos estudos de *Vocal Dance & Voice Movement Integration*, bem como nos de sua fonte, o *Body-Mind Centering*. Comecei a fazer uma síntese, levando em conta todas as experiências que eu tinha vivenciado na área da Educação Somática, da Psicologia e da minha própria experiência enquanto artista. Iniciei um estudo prático com um grupo em 2001 e alguns pontos começaram a se estabelecer, enquanto princípios do meu próprio trabalho. A partir de então, passei a utilizar o termo “Dança Vocal” para designar um processo de estudo e pesquisa do movimento especializado em dança que lida com as energias internas, contando as histórias do *corpespiciente* como uma história do movimento.

Em razão de todos os sistemas do organismo estarem ativos o tempo todo, na função de apoiar e / ou expressar o movimento, o estudo prático pode ser iniciado a partir de qualquer ponto, desencadeando a ativação dos outros sistemas. A opção por começar a partir de um determinado aspecto de um sistema cria certa atenção e desencadeia uma intenção específica, conduzindo a um determinado foco e expressão do movimento. Por exemplo, ao trabalhar o sistema músculo-esquelético, pode-se ativá-lo tanto a partir da camada mais superficial de um músculo, quanto de um osso ou articulação específica. Isso gera sensações diferentes para o movimento no espaço e proporciona diferentes modos de expressão. A pele estabelece a fronteira com o meio externo e os órgãos internos dão o apoio mais profundo da sua própria estrutura bem como do processo de comunicação do ser consigo e com o mundo.

A vida humana, como é conhecida, dá-se pela existência concreta de ser *corpespiciente* que respira,

anda, corre, fala e se expressa. Os sentimentos, as sensações e as ações permeiam o indivíduo, materializando-se de diferentes pontos do organismo. Tomar posse da própria existência é permitir-se conhecer a força de sua concretude. A vida é um grande arco estabelecido entre a primeira inspiração e a última expiração e, entre cada inalação e exalação, carrega-se o princípio da vida e da morte. No processo da respiração, encontra-se o impulso do movimento sonoro, de simples deslocamento no espaço e, também, daquele mais interno, mais sutil, que mantém a vida. O ar impalpável penetra no organismo, enviando oxigênio para cada célula; os movimentos internos expõem dióxido de carbono e resíduos, enviando ar para o espaço, permitindo que o ciclo do sopro vital se renove a cada instante da existência.²²

Os pulmões são os principais canais para a respiração e não só são essenciais para o processo vital de inspirar e expirar, mas servem ainda para promover uma massagem interna dos órgãos. O pulmão esquerdo, coração, baço e estômago massageiam um ao outro, e o pulmão direito, coração e fígado massageiam um ao outro, de sorte que a restrição de movimento na área de um órgão afetará, eventualmente, órgãos e tecidos vizinhos, afetando a saúde do organismo como um todo. O respirar ajuda os pulmões a se moverem também pelo movimento que provoca em outros órgãos; através da respiração, os pulmões conectam o mundo interno com o externo, promovendo distribuição de energia ao longo do *corpespiriente*.

Um desequilíbrio dos pulmões aparece no organismo como pesar, vazio e lamento. Atributos positivos de pulmões em harmonia incluem inspiração, reconhecimento e respeito. Através da respiração, os pulmões conectam

²² Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.38.

o mundo interno com o mundo externo e distribuem energia ao longo do organismo inteiro. A respiração superficial impede uma troca eficiente de ar, ocasionando tensões. Respiração livre e engajada permite um movimento ativo e equilibrado dos pulmões, permitindo-me ser exatamente como sou e estar onde estou no momento, além de deixar ir embora tudo o que não preciso mais carregar, tornando-me um movimento com o movimento do mundo. A respiração é a chave para a auto-exploração. A respiração proporciona ao ser o requerimento mais básico, isto é, o oxigênio, permitindo que aquele entre num estado de relaxamento dinâmico, ampliando a atividade interna e externa do ser *corpespiriente* em movimento. Os pensamentos se manifestam no *corpespiriente* que os expressa. Movimento consciente, junto com a respiração, traz vida ao *corpespiriente* e desperta cada célula do ser.

Por sua vez, o ser humano inicia sua existência como uma única célula com sua específica e individual consciência de ser célula. Esta consciência talvez seja tão diferente quanto à consciência de um ser humano comum para um ser iluminado. Mas todos esses estados de consciência existem simultaneamente dentro de cada um, sendo que muitas vezes eles estão muito além da capacidade de percepção do indivíduo. A célula é a unidade fundamental de todos os seres vivos e suas atividades constituem o que se chama processo de vida. A vida elementar na terra começou com organismos unicelulares habitando as águas do mundo, da mesma maneira que o ovo fertilizado habita as águas do útero. Cada célula pulsa com o movimento de sua própria atividade respiratória, cada uma com seu próprio ritmo, e mesmo na camada mais profunda e lenta do organismo, essa atividade continua incessantemente. O ser humano é formado inteiramente de células organizadas em tecidos e órgãos, fibras de tecido conjuntivo e fluido cujas funções individuais são ampliadas no funcionamento total do organismo.

As células se reproduzem, metabolizam, adaptam-se às mudanças no ambiente, têm sua respiração afetada pelo estresse e são receptivas ao amor e à alimentação. Possuem um sentido incrível de boa vontade sobre elas mesmas e sempre farão tudo o que puderem para manter o organismo saudável. Elas têm os melhores interesses de um indivíduo, porque isso se iguala aos melhores interesses delas mesmas. Um toque calmante amigável no dedão do pé traz benefícios para todo o organismo, graças à incrível cadeia de fásia (composta de células) que conecta o *corpespiciente*. Essas células passam a informação daquele toque agradável para o sistema nervoso e isso alimenta o sistema, resultando em sentimento de bem-estar.

É isso o que as células fazem de melhor: Ser. Elas não vão a lugar algum e simplesmente são. Não estão preocupadas com o que fizeram há pouco ou com o que farão daqui a alguns instantes. O fluido celular no qual as estruturas dentro das células flutuam é o centro de sua presença, sem ir nem vir. Cada célula tem sua própria inteligência. Ela é capaz de se conhecer, de iniciar ação e de se comunicar com todas as outras células. A célula individual e a comunidade de células existem como entidades separadas e como um todo ao mesmo tempo.²³

A experiência a nível celular é um estado no qual as células têm oportunidades iguais de expressão, receptividade e cooperação, e, ao contatar a consciência celular, a pessoa entra num estado em que consegue achar o “chão”, do qual fluem manifestações intrínsecas de ser *corpespiciente*. Sob essa totalidade, ou unidade, há sentimentos gerais de continuidade entre ansiedade celular e calma, repouso e atividade, foco interno e externo e receptividade e expressão.

²³ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.44.

Ao me deparar com a experimentação do sistema celular, passei a ter outro tipo de contato com a minha própria experiência. Foi como chegar ao núcleo de mim e me expandir de volta para o mundo com outra percepção. Nas articulações que mobilizam, através dos ossos que estabilizam, nos músculos que sustentam, toco com as emoções dos órgãos, encontrando caminhos pelos fluidos. A pele que exterioriza, o espaço que se preenche, imprimem a experiência das células que se manifestam.

Os órgãos, formados por milhões de células, são as estruturas mais profundas do organismo, sendo considerados como os conteúdos do mesmo. Eles estão envolvidos numa trama de relações que possibilitam o funcionamento complexo de suas funções. Enquanto sistema, eles se equilibram dinamicamente com o sistema músculo esquelético, apoiando, sistematicamente, um ao outro. Este apoio, eficiente ou não, enquanto poder de motivação interna, coloca o esqueleto em ação para projetar a motivação.

“O corpo deveria guardar suas conexões integralmente consigo mesmo, estando sentado, em pé ou deitado. Então, como unidade total, estaria ligado à gravidade. Os órgãos deveriam apoiar a eles mesmos, independentemente da posição em que você se encontre em relação ao espaço. Seu ser e vivacidade estão nos órgãos. Deveria acontecer uma sensação de preenchimento corporal se os órgãos estiverem equilibrados e fortes. Seus ossos e músculos são o recipiente e seus órgãos são o conteúdo”.²⁴

Cada órgão pode ser analisado separadamente para que os movimentos e a inteligência que carregam em si sejam reconhecidas, mas há uma relação intrínseca entre todos os órgãos do organismo. Pelos seus ritmos, fluxos de energia e movimentos, criam a harmonia de seu funcionamento. O tônus dos órgãos estabelece o tônus postural básico dos músculos esqueléticos. Segundo Bonnie Bainbridge Cohen, “o tônus dos órgãos e o modo

²⁴ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Contact Quarterly*, winter 81, Vol. VI n°. 2 – Northampton, Massachusetts. 1981, p.35.

como o mesmo inicia e segue o movimento através do espaço interno do organismo, provê uma organização interna que contribui para a padronização da coordenação muscular”.²⁵

Os órgãos dão a sensação de volume, preenchimento e autenticidade orgânica e sua vitalidade interna e apoio possibilitam o alinhamento esquelético. Cada órgão evoca uma atitude mental e cada atitude mental estimula ou inibe diferentes órgãos. Sendo o *habitat* natural das emoções, aspirações e memórias das experiências passadas, os órgãos imbuem os movimentos com envolvimento pessoal e com significado. As atividades dos órgãos refletem as emoções e estas refletem, diretamente, as atividades daqueles. Dentro de qualquer órgão, existem polaridades, tais como coragem/medo, amor/ódio, alcançar/recolher. Vivenciar o movimento, a partir dos órgãos, possibilita o encontro com mitos e símbolos universais. *Vivenciar* os órgãos permite ao indivíduo estabelecer suas empatias e reconhecer os sentimentos dentro do contexto de sua própria vida.²⁶

O sistema esquelético é composto pelos ossos e articulações. É sabido que os ossos dão a estrutura de densidade do *corpespiciente*, contribuindo para definir a forma dos vertebrados e de modo a proporcionar-lhes suporte. Eles se localizam dentro dos músculos e outros tecidos moles. O mais duro entre todos os tecidos vivos, o osso, é um tecido conjuntivo constituído por uma mistura de fibras e células impregnada de sais de cálcio. São eles que permeiam os milhões de anos de história do planeta e permitem descobertas sobre o passado dos seres vivos da terra. Proporcionam locais de conexão para os músculos esqueléticos, suportam o peso, absorvem os

²⁵ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions 1993, p.30.

²⁶ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.47.

choques que o organismo pode sofrer, constituem uma fonte de íons e cálcio para o sangue, formam células sanguíneas e servem de proteção para os órgãos. Eles contêm os órgãos e são apoiados por eles. Existe uma sutil, mas constante pressão dos órgãos nos ossos que os contêm. Qualquer inadequação de postura provoca um desalinhamento no indivíduo, causando desequilíbrio e prejudicando funções referentes ao movimento, tanto sonoro quanto de deslocamento no espaço.

Há aproximadamente 206 ossos no organismo humano, divididos, para fins de estudos, em axiais e apendiculares. Os ossos do crânio, coluna vertebral, tórax e o osso hióide do pescoço estão situados no esqueleto axial. O esqueleto apendicular é formado pelos ossos dos membros superiores (ombros, cingulo do membro superior, braços, antebraços, punhos e mãos) e dos membros inferiores (quadril, cingulo do membro inferior, coxas, pernas, tornozelos e pés). Os ossos podem ser longos, curtos, chatos ou de formato irregular e todos eles, com exceção do osso hióide do pescoço, ao qual está fixada a língua, estão associados uns aos outros pelas articulações, que possibilitam a realização do movimento em si. Suas diferentes estruturas dão características determinantes para o tipo de movimento que é possível de ser realizado por uma determinada junta. Algumas articulações possibilitam pequenos movimentos, outras possibilitam grandes movimentos e, em seu conjunto, fornecem a possibilidade de diferentes desenhos do *corpespiciente* em deslocamento no espaço.²⁷

O esqueleto está relacionado ao movimento voluntário do organismo, ligado ao sistema nervoso central. A maneira como os ossos estão desenhados dá a dimensionalidade específica de cada ser. Quanto mais se permite

²⁷ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.50.

ao desenho ósseo movimentar-se de maneira clara, mais se possibilita definição e objetividade dos músculos esqueléticos, criando equilíbrio nas forças propulsoras do movimento. Sua estrutura interna distribui e equaciona vários tipos de esforço e tensão, resistindo às fraturas e lesões articulares. Aproximadamente 107 ossos atuam como alavancas para o movimento e, se o indivíduo trabalhar com essas alavancas de maneira eficiente, requererá menos força muscular para a realização do movimento, proporcionando mais liberdade para o mesmo. O sistema esquelético permite a tração de ossos por intermédio de articulações móveis, para que os músculos esqueléticos produzam movimentos.

Ao descrever o sistema esquelético, Bonnie Bainbridge Cohen afirma que ele dá o feitiço no qual se torna possível esculpir formas de energia no espaço, denominadas de movimento, possibilitando o agir no ambiente e a criação de relações com outras formas coexistentes no mesmo espaço.²⁸ Despertar a mente do sistema esquelético, então, é um modo de entender-se, enquanto estrutura organizada, com força e clareza. *Introjetar* esse sistema provê o chão para os pensamentos, a alavanca para as idéias e o espaço entre as diferentes idéias para a articulação e compreensão dos relacionamentos existentes entre as mesmas, num fluxo contínuo de movimento.

Os ligamentos, por sua vez, têm a função de unir os ossos e mantê-los estáveis. Praticamente todo o sistema esquelético tem ligamentos que permitem o controle do movimento e guiam as respostas musculares, por direcionarem o caminho do movimento entre os ossos e suspenderem os órgãos dentro das cavidades torácica e abdominal, contribuindo na relação de apoio entre ossos e órgãos. São feitos de tecidos conectivos resistentes e flexíveis, os quais auxiliam as articulações e ossos na amplitude de movimento que determinada parte do organismo

²⁸ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.2.

pode realizar. Em conjunto com a estrutura articular, eles limitam o movimento, contribuindo para um alinhamento adequado do *corpespiriente* em deslocamento no espaço. Ao analisar os ligamentos como sistema, Bonnie Bainbridge Cohen afirma que “este sistema provê especificamente, clareza e eficiência para o alinhamento e movimento dos ossos e órgãos”.²⁹

Despertar a mente dos ligamentos é uma maneira de perceber e articular com clareza o foco de percepção do *corpespiriente* em relação a si, ao outro e ao ambiente em que se encontra, reforçando o potencial de concentração para detalhes e encorajando descobertas sutis nas relações do movimento. Assim, *assumir* esse sistema possibilita abrir-se para a sutileza, a clareza e o foco.

O sistema muscular é formado pelos músculos esqueléticos, músculo cardíaco e músculo liso. O músculo cardíaco é o tecido muscular especializado no coração; o músculo liso, ou involuntário, é encontrado nas paredes dos vasos sanguíneos, em outras estruturas tubulares e no revestimento de órgãos como o estômago e o intestino delgado; os músculos esqueléticos são compostos por células musculares estriadas e tecidos conectivos que, organizados em diferentes grupos, percorrem todo o organismo em conjunto com o sistema esquelético. Estes são também chamados voluntários, porque suas contrações estão sob controle consciente, sendo suas principais funções o movimento, a postura e produção de calor.

²⁹ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.3.

Aqui, o foco é analisar o músculo esquelético por causa da sua função em relação ao movimento (o tecido voluntário contráctil que move o esqueleto). Ele requer grandes quantidades de oxigênio e nutrientes para se sustentar. À medida que um músculo esquelético aproxima-se do seu local de inserção, a massa de elementos contrácteis termina abruptamente, ao passo que as fibras de tecido conjuntivo continuam como tendão de inserção. Este tendão, composto de tecido não contráctil, une o músculo ao osso e oferece extraordinária resistência à tensão de tração. Os músculos funcionam em conjunto com os ossos, articulações e ligamentos. Quase todos os músculos esqueléticos produzem movimentos mediante tração de ossos, por meio de articulações móveis e de ligamentos.

O sistema nervoso é de grande importância para o funcionamento dos músculos, visto que, pelos impulsos nervosos, as células musculares são estimuladas para a produção dos movimentos. Sem adequada oxigenação vinda do sistema respiratório, o movimento é ineficiente, de modo que se pode dizer que os sistemas respiratório, circulatório, nervoso, muscular e esquelético desempenham funções essenciais na produção dos movimentos e a ineficiência num dos sistemas afeta todos os outros.

Por ser o *corpespiriente* uma estrutura instável, está constantemente em movimento, vibrando como um eixo em volta de um ponto mecânico, mas sem se estabelecer fixamente. Assim, seu equilíbrio se dá pelo seu movimento constante. Os eixos dos ossos funcionam como braços de alavancas que se fixam em uma das extremidades e, na outra extremidade, imprimem um movimento rotatório em torno de fulcros, representados pelas articulações. Quanto mais perto o *corpespiriente* chega deste ponto de equilíbrio, maior é a estabilização da ação dos músculos em volta das articulações, minimizando a fadiga nas articulações, nos ligamentos, e diminuindo a possibilidade de lesão e/ou dor crônica.

Se os músculos em volta das articulações estão trabalhando de maneira equilibrada, nenhum deles está permanentemente contraído e nenhum em permanente repouso. Sua atividade rítmica alternada serve à importante função de bombear o sangue pelo sistema e de manter a flexibilidade articular, alongamento e força muscular. Quando este equilíbrio é pobre, de maneira que o peso não é transferido através do centro das articulações, alguns grupos musculares ficam em constante contração para reagir contra a força da gravidade. Isso limita a amplitude de movimento em função da fadiga e da falta de elasticidade causadas pela contração constante de alguns grupos musculares, enquanto outros podem estar em permanente repouso, resultando em articulações com instabilidade excessiva e fadiga rápida na execução do movimento.

O *corpespiciente* é presente para o conhecimento global. Ele se senta, levanta, sobe e desce escadas, corre, salta, tenciona-se, deita, relaxa, dorme, acorda, sente, se expressa, etc. É muito disponível e receptivo a fatores internos do inconsciente e a fatores de ordem cultural; é a própria realização enquanto ser vivo.³⁰

As musculaturas profundas do sistema são tão importantes quanto as superficiais no processo de movimento e o desenvolvimento adequado de todas elas permite a tonicidade, a energia, o alongamento e o vigor necessários para a execução sadia e segura de movimentos. *Engajar-se* nessa compreensão permite equilíbrio do *corpespiciente*, proporcionando ocupação mais adequada no espaço/tempo, para a qualidade de movimento. Através deste sistema, o indivíduo vivencia sua vitalidade, expressa seu poder e engaja-se num diálogo de resistência e resolução consigo, com o outro e com o mundo.

³⁰ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.56.

O sistema endócrino é constituído por glândulas especializadas que secretam agentes químicos diretamente no sangue, conhecidos como hormônios. Ele tem a mesma função geral que o sistema nervoso, ou seja, comunicação, integração e controle. Por intermédio da secreção dos hormônios, que atuam de forma lenta, mas duradoura, assume o domínio do organismo, controlando e regulando as várias atividades químicas dos seres vivos, tais como o crescimento, a reprodução, o equilíbrio de líquidos e eletrólitos, o equilíbrio ácido-básico e o metabolismo de energia.

Pesquisas no campo do sistema endócrino demonstram que praticamente todos os órgãos e sistemas possuem essa função e que todas as células são influenciadas pelo seu equilíbrio ou desequilíbrio. As glândulas endócrinas estão distribuídas em localidades amplamente distintas – nas cavidades craniana, torácica, abdominal e pélvica, no pescoço e em outros lugares do *corpespiriente*. Os hormônios secretados nas glândulas endócrinas, difundidos diretamente para o sangue e transportados por todo organismo, são fundamentais não só para a sobrevivência de cada indivíduo, mas também para a sobrevivência da espécie.

A escola do *Body-Mind Centering* tem estudado o sistema endócrino em conjunto com o sistema nervoso, redefinindo-o como neuroendócrino. Suas pesquisas têm mostrado que este sistema é a força por meio da qual funciona toda a estrutura do *corpespiriente*. Quando introduziu o estudo das glândulas em seu trabalho, Bonnie Bainbridge Cohen disse “ter entrado no centro da própria loucura”.³¹ Quando foi indagada sobre como ela tornava o indivíduo receptivo para o trabalho das glândulas, respondeu:

³¹ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing Feeling and Action* Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.57.

“Pela respiração, pela voz, pelo movimento. Uma vez que a glândula é localizada pela visualização somática, é fácil começar a se movimentar a partir daquele ponto. Então observamos qual a mente que surge daquele lugar específico; quais ações aparecem; que esforços; quais as dinâmicas daquele movimento; quais são os sons, atentos a todas as informações que nos vêm daquele lugar. Nós experimentamos renascimento e reencarnações, enquanto trabalhamos com as glândulas. Com as glândulas nós encontramos o movimento automático e observamos o que dele emerge”.³²

Essas pesquisas me possibilitaram entender a relação entre o movimento automático e as glândulas, bem como o fluxo contínuo de interdependência no organismo e de como o controle está contido no todo. As glândulas trabalham equilibradamente com o sistema nervoso, apoiando-o e sendo apoiadas por ele e têm componentes correspondentes no esqueleto e nos órgãos, nos centros de energia ao longo da coluna, nos padrões neurológicos básicos, nos sons. Nelas estão presentes o caos e a harmonia.

Ancorar-se neste sistema possibilita a percepção do silêncio interior, das ondas, ou explosão, do caos e equilíbrio e a canalização das energias em experiências arquetípicas. As glândulas endócrinas são subjacentes à intuição e à percepção e compreensão da mente universal.

Os fluidos, entendidos como um grande e único sistema, por causa do inter-relacionamento dinâmico existente entre eles, formam o sistema de transporte do *corpespiciente* e apóiam o funcionamento das células. Os principais fluidos que atuam no ser humano são os fluidos celulares e intersticiais, o sanguíneo, linfático, sinovial e o cerebrospinal. Todos eles são, essencialmente, um fluido – principalmente composto de água – que troca de

³² *Ibid*, 1993, p. 57.

propriedades e características ao passar por diferentes membranas ou quando flui em diferentes canais e interagem com diferentes substâncias. Os fluidos começam e terminam na célula; é dentro da célula que a vida existe.

“As propriedades dos fluidos mudam, mas o elemento fluídico básico permanece o mesmo. Então não é que existe sangue, fluido intersticial, fluido celular, linfa; há um sistema circulatório fluídico básico que, ao passar através destas membranas, transforma-se de acordo com as influências destas mesmas membranas”.³³

O fluido dentro da célula é denominado fluido celular. Seu ritmo é próprio de sua fisiologia. Manifesta-se como um preencher e esvaziar contínuo de todas as células por todo organismo, sendo denominado de respiração celular. Através de membranas, a célula absorve nutrientes para seu crescimento e manutenção e retorna os detritos para os fluidos intersticiais circundantes. Esse fluido, em estado de gel, é o componente básico dos tecidos conectivos, distribuídos por todo organismo, os quais suportam e unem toda a estrutura do ser.

Os nutrientes atingem o fluido intersticial através do sangue e este, por sua vez, é um tecido vivo em estado líquido, que circula num sistema de circuito fechado, com o coração numa ponta do circuito e os leitos capilares, onde ocorre a troca de fluxo arterial e venoso, na outra. Noventa e dois por cento do sangue é um líquido claro; os outros oito por cento é material celular – principalmente células sanguíneas vermelhas – que dá a coloração avermelhada ao sangue. O coração bombeia nutrientes e sangue rico em oxigênio pelas artérias, passando pelos vasos arteriais até chegar às artérias capilares. Pelo processo de difusão, os nutrientes atravessam as membranas capilares, entram no fluido intersticial, passam pelas membranas celulares e chegam ao fluido celular. Depois de a célula nutrir-se, as sobras e detritos passam pela membrana celular, de volta ao tecido

³³ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, MA, Contact Editions 1993, p.80.

intersticial e, dali, noventa por cento retornam ao sistema sanguíneo pelas veias capilares, sendo carregados por veias cada vez maiores de volta ao coração. Os dez por cento restantes passam pelo fluido intersticial e vão para o sistema linfático, onde são filtrados.

O sistema linfático é considerado o sistema de defesa do organismo e seu movimento é da periferia para o centro. Os vasos linfáticos originam-se nos fluidos intersticiais e servem, principalmente, para pegar moléculas de proteínas grandes demais para atravessarem paredes capilares venosas. Esse sistema serve também para capturar substâncias invasoras dentro do tecido fluídico e transportá-los para estratégicos nodos linfáticos e tecidos linfáticos (baço, amígdalas, etc.), onde são processados. O fluido da linfa, recentemente limpo, é levado pelos vasos linfáticos de volta para a corrente sanguínea, entrando em veia próxima à veia cava, a grande veia que adentra o coração. Como um todo, o sistema imunológico é feito para curar a si próprio. Doenças não sobrevivem em um organismo que está emocionalmente saudável. O meu sistema elimina milhões de células a cada segundo e cria milhões de células novas; minha atitude em relação à vida contribui assaz para eu estar saudável ou doente, ser feliz ou infeliz. O médico, o padre, o terapeuta, o artista, só podem me mostrar possibilidades de percurso. Quem tem que percorrer o caminho é eu. Pensamentos mais felizes levam a uma bioquímica mais feliz, um ser mais feliz e mais saudável. Pensamentos negativos e estresse degeneram o sistema como um todo seriamente. Isso porque são meus pensamentos-emoção-atitude-ação que, continuamente, re-montam, re-organizam, re-criam o organismo como um todo.

O fluido cerebrospinal faz parte do sistema nervoso e flui do centro do *corpespiciente* (Sistema Nervoso Central) para a periferia (todas as células). Como não há linfa no sistema nervoso central, ele faz a função de

limpeza dessa região e também tem um papel importante na função de absorção de choque. É produzido nos ventrículos do cérebro, movendo-se em direção à medula espinhal e saindo pelos nervos craniais e espinhais, nos pequenos tubos da fáscia, dentro dos fluidos intersticiais dos tecidos conectivos, onde é esvaziado, para penetrar em todas as células do organismo. Das células, o fluido cerebrospinal é dirigido para o coração através das veias e vasos linfáticos. Ele também flui para fora do cérebro pelos seios *durae matris*, sendo drenado para as veias cerebrais, retornando depois para o coração. Sua coloração é clara e seu movimento muito lento. Tem seu próprio ciclo rítmico, sendo diferente do cardíaco e respiratório. O ritmo do fluido cerebrospinal é marcado por um movimento cíclico sutil, mas perceptível, entre a fase de sua produção e absorção, e pode ser sentido em toda parte do *corpespiciente*.

O fluido sinovial é parte do sistema esquelético, sendo produzido nas membranas sinoviais das articulações. Sua função é manter a superfície das articulações lubrificadas, separadas e nutridas. Esse fluido é contido nas membranas e faz a troca de nutrientes e detritos com o sangue e a linfa pelos fluidos intersticiais. Como ele não tem vasos, é dependente dos vasos linfáticos para sua circulação e para a remoção de excesso de proteínas, de maneira que estagnação e inchaço não ocorram. De acordo com Bonnie Bainbridge Cohen, oitenta por cento do organismo humano é fluido, sendo que cada processo fluídico do sistema tem uma mente muito própria.

“O fluido celular é aquele da vida presente. Ser neste fluido é participar de um estado de descanso absoluto em presença do aqui e agora. Aqui é o lar – nada para fazer e nenhum lugar para ir. Tudo é agora. As características do fluido celular são: presença, existência, repouso absoluto. O fluido intersticial é base da vitalidade e circulação do poder através dos órgãos e músculos. Aqui é o oceano no qual as células moram. A ativação do movimento deste fluido fornece um bombeamento periférico nos músculos que propule fluidos da periferia de volta para o coração. As características do

fluido intersticial são: vitalidade, força, sensualidade, maciez, atividade orientada e envolvimento ativo com o ambiente externo. O sistema circulatório sanguíneo como um todo tem função de comunicação, nutrição, suavidade, assertividade, fluindo tanto em direção a nós mesmos e outros, como para fora de nós mesmos e dos outros. Ele estabelece a circulação básica do movimento e o fluxo entre repouso e ação. As qualidades características do sangue como, um todo, são: enraizamento, sentimento, substância e vida, contato com a terra, energia e comunicação. Ao conectar-se com a circulação arterial e venosa ou ainda com os capilares observam-se qualidades específicas desses circuitos sanguíneos. O fluxo arterial transporta-se a partir do coração, numa batida cardíaca baseada em precisão de pulso, alternando ação e descanso. Suas características são pulsação, ritmo, atividade, assertividade. O fluxo capilar ajusta o tônus tanto da circulação arterial quanto venosa - que por sua vez tem papel fundamental na manifestação do tônus postural esquelético. As qualidades características do fluxo sanguíneo capilar são prontidão engajada, intenção atenta ou atenção intencional. A circulação venosa se desloca em direção ao coração, num círculo eterno, como um movimento de onda, alternando-se entre queda e recuperação. São características únicas deste fluido: continuidade, eternidade, movimento de queda e recuperação, fluxo e refluxo, nutrição. O fluido linfático ocupa-se da defesa, sobrevivência, o estabelecimento dos limites e cristalização da ação; e em combinação com o fluido cerebrospinal estabelece a medida espacial e a tensão. As qualidades singulares deste fluido são: clareza, especificidade, direção, um fluxo contínuo e constante de delimitação, fronteiras/limites, defesa, clareza de foco e detalhamento. O fluido cerebrospinal está relacionado ao descanso meditativo e ao âmago ilimitado do *self*. As características da mente do fluido cerebrospinal são: facilidade, leveza, pausa em atividade, consciência, sustentação, eternidade, espacialidade infinita, suspensão entre a terra e o céu. O fluido sinovial é a força lubrificadora das articulações, provendo fluxo livre de energia pelo corpo. Suas características únicas são: soltura, elasticidade, despreocupação, fluxo livre, desobstrução, ressaltar, relaxado".³⁴

Nos processos da vida, os fluidos são vivenciados em combinações e seqüências infinitas. Cada indivíduo desenvolve frases características próprias do movimento fluídico, com alguns desses fluidos projetando-se externamente para o ambiente e outros apoiando internamente a fonte da expressão. Ao expressar livremente sua própria característica, cada um dos fluidos do sistema contribui para o apoio e sustentação das características dos

³⁴ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, pp.70, 71, 74, 75, 76, 77, 79, 81.

outros, numa relação de apoio e troca mútuos e contínuos. De outra parte, o represamento de qualquer fluido do sistema provoca um desequilíbrio que pode ser experimentado como colapso e passividade, ansiedade tensa, enrijecimento do fluxo interno, agressividade baseada no medo, entre outras coisas.

Absorver esse sistema é abrir-se para o processo de transformação das múltiplas expressões de um fluir. Os fluídos são o processo líquido do pensamento do movimento. Fundamentam presença e transformação e mediam as dinâmicas de fluxo entre descanso e atividade.

A escola do *Body-Mind Centering*, em suas experimentações com movimento tendo como foco o estudo da fáscia como sistema, concluiu que os tecidos conectivos da fáscia estabelecem-se como um recipiente macio para todas as estruturas sólidas do organismo. Eles dividem outros tecidos, ao mesmo tempo em que os integram e provêem superfícies lubrificantes semiviscosas, a fim de que tenham independência de movimento dentro das fronteiras dos sistemas orgânicos.

De um modo geral, a fáscia é referida como sendo uma estrutura delgada, em forma de folheto, revestindo várias estruturas do organismo. Imediatamente abaixo da pele há uma camada de tecido conectivo solto, denominado fáscia superficial, que contém uma trama de veias e vasos linfáticos superficiais e é atravessado por nervos cutâneos e artérias. Dependendo da região do organismo, também contém gordura – que varia bastante em espessura.

Imediatamente abaixo da fáscia superficial, encontra-se a fáscia profunda, uma camada de tecido conectivo denso. Embora haja uma camada fina de fáscia profunda na região do tórax e abdômen, ela é consideravelmente densa na região dos membros e pescoço. Perto dos pulsos e da região das articulações do tornozelo, a fáscia profunda é mais grossa, formando uma bolsa para auxiliar a manutenção dos tendões em posição quando estes atravessam as articulações. A fáscia profunda também se anexa aos músculos e dá ancoragem para a divisória intermuscular que separa os músculos em compartimentos.

Experimentar a percepção do movimento a partir da fáscia implica em despertar para a relação de interdependência existente entre fáscia, órgãos, ossos, articulações e músculos. É através da fáscia que o movimento dos órgãos dá apoio interno para o movimento do esqueleto pelo espaço e este expressa, para o mundo externo, o movimento interno dos órgãos. *Abranger* a fáscia como sistema possibilita ao indivíduo conectar-se com seus sentimentos internos e expressá-los externamente com sinceridade, densidade e integridade.

As gorduras, por sua vez, são o “potencial energético” ³⁵ guardado no *corpespiriente*. Oferecem um sistema de calefação para o mesmo e são o isolante elétrico para os nervos. A síntese, quebra, armazenamento e mobilização das gorduras são, em grande parte, controlados pelo sistema endócrino.

Para Bonnie Bainbridge Cohen, a gordura estática é armazenada e represada, gerando um potencial de poder desconhecido e criando a sensação de peso e letargia. Já a gordura que é mobilizada expressa um forte poder primal e a sensação de fluido gracioso. A gordura que é abraçada oferece nutrição confortante.³⁶

³⁵ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.4.

³⁶ *Ibid.*, p.4.

A pele é a camada mais externa do *corpespiriente*, cobrindo-o totalmente e definindo a pessoa como indivíduo, por separar o que é de um e de outro. Através da pele, o indivíduo toca e é tocado pelo mundo externo. Patrícia Bardi enfatiza que a pele é a fronteira externa e a primeira linha de defesa e vínculo, determinando o tom geral de abertura e fechamento para o ser no mundo. Pela pele, o indivíduo é abertura e fechamento, é invadido e protegido e recebe e faz contato com os outros.

O sistema nervoso é, provavelmente, mais mencionado como sendo o responsável pela atividade humana. Recebe estímulos do ambiente continuamente, processa, considera e dirige respostas de volta ao ambiente. É um constante fazer. Em seu aspecto mais geral, ele é responsável pela ligação e comunicação dos diversos órgãos e sistemas para que eles funcionem de maneira harmoniosa, bem como por receber informações que chegam do meio externo através dos sentidos, interpretá-las e elaborar as respostas necessárias. É o Sistema Nervoso, em conjunto com o Sistema de Fluidos, que garante a organização do organismo para seu funcionamento como um todo individual. Por eles, os outros sistemas são controlados, regulados, nutridos, estimulados, dialogados, expressos e transformados.

O centro do Sistema Nervoso, formado pelo encéfalo e pela medula espinhal, é conectado com todo o *corpespiriente* pelos nervos. Os neurônios são as células desse sistema, que conduzem os impulsos nervosos e podem ser sensoriais, motores ou de associação. Qualquer modificação que ocorra, seja a nível celular, seja na reorganização de ossos, músculos ou órgãos, será mediada pelos nervos e cérebro. O registro de uma nova sensação de movimento pelo Sistema Nervoso significa que a atividade que cria aquela experiência se torna disponível para o indivíduo como uma nova escolha de ação, um meio de expressão. Repadronizar o sistema

neuromotor e buscar as qualidades do movimento a partir da compreensão dos vários sistemas biomecânicos e fisiológicos são preceitos básicos para se desenvolver o potencial criativo e de expressão.

De acordo com Bonnie Bainbridge Cohen, o sistema nervoso é o sistema de gravação do *corpespiriente*. É ele que grava percepções e experiências e as armazena, podendo, assim, chamar novamente o padrão de uma experiência e modificá-la pela integração a padrões de experiências anteriores. É um processo contínuo de atividade, percepção, resposta e regulação de atividades está sempre acontecendo. É um sistema altamente complexo, com milhões de células nervosas envolvidas em qualquer atividade, por mais simples que seja.

Todo movimento é dirigido e coordenado por uma atividade do sistema nervoso, em outras palavras, o *pensamento*. Crio hábitos de movimento que muitas vezes interferem na minha capacidade de comunicação e expressão. Muito mais do que uma simples atividade muscular, é um encadeamento neuronal que se manifesta na concretude tridimensional, voluntária e involuntariamente, para dar vazão à ação da vida. É importante saber que o esqueleto tem movimentos voluntários relacionados com o sistema nervoso e é fundamental compreender que os órgãos têm movimentos involuntários relacionados com o sistema nervoso autônomo. Há de se entender ainda que a respiração se dá pelo movimento e a interação da respiração e do som cria uma energia que integra e complementa o próprio movimento.

O sistema nervoso é o último a se conhecer, porém, entendido, torna-se o maior centro de controle dos processos psicofisiológicos, podendo iniciar o aprendizado de novas experiências pela intuição, criatividade e jogo; fundamenta o estar alerta, a precisão de coordenação e estabelece a base para a percepção da qual o

corpespiciente vê e interage entre o mundo interno e externo. E não é a compreensão intelectual desse processo que me faz entender sua existência, mas sim a experiência que eu vivo em ser com o todo, o Todo. Quanto mais mergulho para dentro de mim, mais eu vivencio esse campo de pura consciência, mais o presentifico, mais o desvelo, revelo e cresço. Meus sentidos se alertam, sinto as mudanças em meu ambiente interno e externo e adquiero o poder de escolher ser, ou não, receptiva, para aceitar e absorver e estímulo recebido, ou rejeitá-lo e bloqueá-lo. Nessa perspectiva, entender os sentidos enquanto sistema e conscientizar-se da importância dos mesmos no processo de desenvolvimento e aprendizagem possibilitam uma ampliação no potencial de escolhas que se tem em relação a si mesmo e aos outros.

Todos os órgãos dos sentidos devem ser capazes de detectar uma mudança na intensidade de determinado estímulo em seu ambiente. Luz, som, mudança de temperatura, pressão mecânica, paladar ou odor, o estímulo deve ser transformado num impulso nervoso, que, via sistema nervoso, vai até o encéfalo, onde a sensação é percebida de fato. Eles se classificam em órgãos gerais e especiais dos sentidos. Os órgãos gerais possuem receptores localizados em praticamente todo *corpespiciente* e os órgãos especiais, possuem receptores localizados em pontos específicos do organismo.

Segundo a escola do *Body-Mind Centering*, o sistema dos sentidos e suas funções podem ser descritos da seguinte maneira: a pele concentra receptores espalhados por todo o organismo e a estimulação dos diferentes receptores leva à sensação de vibração, pressão, toque, dor ou temperatura. Também são responsáveis pelo contato social e comunicação. A pele é o primeiro órgão do sentido a se desenvolver e a primeira linha de sensação de defesa ou prazer e o tato desenvolve-se em concomitância com o movimento.

O mecanismo vestibular, localizado no ouvido interno, tem proprioceptores nos ossos, articulações, ligamentos e músculos e mecanorreceptores nos órgãos, glândulas, vasos e nervos. Está relacionado com a posição no espaço, com o movimento através do espaço, o relacionamento das diferentes partes do organismo, o tônus postural, o relacionamento com a gravidade e a pressão dos fluidos, com as mudanças em velocidade, os padrões de movimentos seqüenciais, o movimento do ambiente, o contato social e com a comunicação. O mecanismo vestibular do ouvido interno é o primeiro dos órgãos dos sentidos especiais a se desenvolver e se desenvolve em associação ao toque.

A boca é o local onde se encontram os receptores do paladar e também o de sugar e engolir, que são parte do processo da respiração, contato social e comunicação. A boca é a primeira extremidade a agarrar, soltar, medir, alcançar e recolher. Estabelece a base para as outras extremidades (mãos, pés e cóccix) e se desenvolve em associação com o nariz.

O nariz é responsável pelos receptores do odor e também está relacionado com contato social e comunicação. Desenvolve-se em concomitância com a boca, como a sua contraparte. Em conjunto com os calículos gustatórios, permite a identificação de uma miríade de sabores. As vias percorridas pelos impulsos nervosos olfatórios e as áreas onde esses impulsos são interpretados estão intimamente associadas a áreas encefálicas importantes na memória e emoção.

O ouvido é responsável pela audição. Forças que envolvem vibrações sonoras e movimentos de fluidos são responsáveis pelo início dos impulsos nervosos finalmente percebidos como som e equilíbrio. A audição está

relacionada à vibração, ao tom, silêncio, ritmo, intervalo, às harmônicas, à intensidade, medida, orientação no espaço, ao contato social e à comunicação. A receptividade às vibrações externas e tom (ouvir) está associada com as vibrações internas e tom (movimento). A percepção da audição e do mecanismo vestibular estabelece a base para a discriminação visual.

Os olhos estão relacionados com a visão e a percepção dos objetos, com o espaço, o foco central e periférico, a capacidade de medir distância, tamanho e textura, com a discriminação de cores, o processo vestibular, a orientação no espaço, a regulação glandular, o contato social e a comunicação. Os olhos e ouvidos integram suas funções através do movimento e, em troca, integram o movimento no espaço, formando padrões mais complexos de interação.

O processo de percepção é comum a todos os sentidos, envolvendo o sistema emocional para interpretar as informações sensoriais, que podem ser processadas tanto simultaneamente quanto seqüencialmente. Cada modalidade sensorial influencia e é influenciada por todas as outras, de modo que, se qualquer um dos sentidos não se desenvolve adequadamente, os outros o compensam utilizando o caminho que seria utilizado por ele.

Abrçar os sentidos como sistema permite o desenvolvimento da segurança e confiança para encontrar os componentes necessários para resolver problemas; também estabelece autonomia para haver integração com dinâmica e expande a consciência para processar associações emocionais do passado, presente e futuro possível, em relação a uma situação vivida no aqui--e - agora.

Por sua vez, a voz humana, como é conhecida, somente se manifesta e expressa porque existe um sistema bio-anatômico fisiológico, emocional e cultural que a suporta e sustenta os sons tais como eles ocorrem. É o *corpespiriente* enquanto um todo que permite a sonoridade da voz. Seu desenvolvimento ocorre no próprio processo de maturação da criança e os reflexos primitivos, reações adequadas, respostas de equilíbrio, os padrões neurológicos básicos, os estímulos externos e as explorações do infante constroem o movimento vocal numa complexidade crescente, até chegar a se manifestar enquanto palavra. O indivíduo vocaliza o que ele escuta, baseado nos padrões neuromusculares da respiração e movimento. Para a maioria, falar é uma atividade automática, e as estruturas vocais não são percebidas conscientemente. Quando a integração dos atos de ouvir, respirar, movimentar e falar estão desinibidos, o desenvolvimento da linguagem e a produção da palavra são adequados para o viver cotidiano.

Uma vez que o *corpespiriente* não tem nenhum órgão específico da fala, esta se manifesta no ativar a conexão entre órgãos, músculos, articulação, cérebro e respiração. De fato, a respiração é fundamental no processo de desenvolvimento da voz do movimento e do movimento da voz. Bonnie Bainbridge Cohen diz que “o processo da respiração, vocalização e digestão assumem um papel fundamental no estabelecimento de padrões completos de movimento no organismo e na integração dos sistemas esquelético-muscular e dos órgãos”.³⁷ Os órgãos, de um modo geral, são ressonadores de som. Seu apoio precede o início da respiração, a qual precede movimento e som. A qualidade de ressonância, estando circundada por um órgão com tônus adequado, dá apoios que garantem uma forma ao som, permitindo ao mesmo tornar-se forte e poderoso, com o potencial de manter-se claro, límpido e com tom elástico.

³⁷ *Ibid.*, p.86.

“Eu penso que os órgãos podem tornar-se vitalmente envolvidos na relação da respiração, voz e altura vocal. Você pode usar o diafragma simplesmente como um músculo que está trabalhando, em conjunto com os músculos abdominais, para apoiar o movimento da costela na respiração. Você também pode pensar o diafragma como sendo uma camada de músculo coordenando entre duas regiões de órgãos. Acima dele encontram-se os pulmões, o coração e o esôfago, e abaixo dele encontram-se o estômago, o baço, o fígado e os rins nos quais o diafragma está sendo apoiado sem excesso de tensão, de modo que há um envolvimento com a transferência de peso dos órgãos. O peso dos órgãos está, em alguma extensão, indo para cima e para baixo com o movimento do diafragma. Então se os órgãos estão seguros em seus lugares no tronco com menos rigidez e mais receptivos à ação do diafragma, o diafragma pode trabalhar mais efetivamente. Desta forma a sensação de ressonância do diafragma é mais livre e aberta. O diafragma está coordenado com uma afinidade de ressonância em relação à ressonância e vibração dos órgãos”.³⁸

A ressonância sonora nos órgãos passa, primeiramente, pelo processo diafragmático, sendo que o diafragma pode ser imaginado como um instrumento de percussão que, para ter uma boa ressonância, deve ter uma tensão adequada na sua elasticidade.

“Essencialmente, a voz deve coordenar-se com a ação do diafragma de estender-se para baixo e para fora permitindo a troca de ar do baixo abdômen, liberando a parte superior do corpo para trazer ar para os pulmões. A ação do diafragma trabalha numa coordenação seqüencial com os músculos abdominais e das costelas. Esta coordenação deve se equilibrar com o aparato vocal o qual vagarosamente solta o ar para emitir som. Então a ação do diafragma que é de contração durante a inalação tem de soltar esta contração para a expiração; e esta contração/soltura é coordenada com a força do ar que está sendo liberado pelas pregas vocais e laringe. A intensidade do som depende dessas relações. Para cada altura as pregas vocais vibram numa frequência específica”.³⁹

Qualquer voz, para fazer e projetar sons apropriados, requer o uso completo de todos os sistemas do organismo; qualquer som que o ser humano realiza é o resultado de um esforço. Algumas vezes, o som é suave como o de um sussurro; outras, tenaz como de um grito clamando por ajuda; e qualquer tensão desnecessária, em

³⁸ HEINZELMANN, Mauretta. *Tuned Body with Moving Voice*, Hamburgo, 1990, p.18.

³⁹ *Ibid.*, p.18.

qualquer lugar do *corpespiriente*, pode restringir a liberdade da voz. A maneira como o indivíduo fica em pé ou senta, a maneira como a cabeça, pescoço e coluna estão alinhados, o modo como posiciona os ombros, peito e tronco, a forma da relação entre a boca e o maxilar, tudo isso interfere no equilíbrio e funcionamento da voz. Qualquer um desses elementos pode se tornar uma mina de explosivos pronta para bloquear a passagem livre da voz. Respiração, soltura vocal, amplitude, foco, ressonância e palavra são igualmente relacionadas e, quando se faz referência à voz, o que está em pauta é entendê-la como uma teia, onde tudo está relacionado com tudo e todas as coisas trabalham juntas.

Em virtude de a palavra falada fazer que as experiências, idéias e emoções se tornem concretas e tangíveis, é de se esperar que, desde muito cedo, procure-se controlar o que é verbalizado. Bonnie Bainbridge Cohen afirma que “há um alinhamento natural da linguagem/movimento do indivíduo, de maneira que a atitude corporal (postura e gestos) é diferente quando diferentes línguas são faladas”.⁴⁰

Padrões de movimento, sejam eles vocais, sejam de deslocamento no espaço, são percebidos em grupos específicos, ou seja, classes sociais diversas têm maneiras diferentes de se manifestar. As minorias étnicas e religiosas, assumem padrões gestuais específicos, assim como grupos de determinadas regiões têm um jeito muito peculiar de se locomover e articular as palavras, ou adolescentes, que para serem aceitos, adotam padrões condizentes com o grupo do qual querem fazer parte, etc. Não que os hábitos em si sejam ruins, mas pode se

⁴⁰ *Ibid.*, p.86.

questionar o impedimento que muitos destes hábitos trazem à expressão do indivíduo. O ideal é garantir que os indivíduos percebam seus hábitos e possam escolher, conscientemente, se os utilizam ou não.

Além das limitações à expressão provocadas por grupos, a sociedade globalizada atual, como um todo, influencia certos padrões de conduta, tais como a exigência de resultados imediatos em relação a qualquer atividade realizada, a perfeição e o excesso de crítica, o que pode gerar ansiedade nas pessoas e bloquear suas possibilidades de expressão. No que se refere ao movimento vocal, criam-se mitos de vozes “feias” e “bonitas”, como se *Deus ligasse, o mínimo, para uma nota musical, sequer*. Afinal, inúmeras pessoas ouvem críticas, das mais variadas possíveis, quanto ao seu modo de andar, falar, sentar, mover, correr, cantar, gesticular, berrar, rir, etc., pois certos padrões de beleza são criados e tudo o que neles não se encaixa não merece respeito ou reconhecimento social.

Os hábitos começam e, então, surgem as constrições na existência do *corpespiciente*, no sistema bio-anato-fisiológico que carrega em si toda a experiência da vida, dos mitos, dos sentimentos e das marcas da cultura na qual o sujeito está inserido. Cohen afirma que “nós aprendemos uma língua pela imitação, pela percepção do som, por ouvir outras pessoas vocalizarem”.⁴¹ Os hábitos realizados inconscientemente separam o indivíduo de sua voz potencial e restringem todos os outros modos de comunicação. Muitas vezes, pensa-se que os hábitos dão colorido ao discurso e tornam proeminente a personalidade, mas, geralmente, acontece o contrário e os hábitos acabam por tirar o colorido do som e abafar a expressão da personalidade. É bem sabido que há padrões desenvolvidos pelas pessoas os quais, mais do que um mecanismo de defesa, são ferramentas utilizadas para

⁴¹ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.86.

manipular e controlar os outros. Quem não ouve alguém com fala mansa e baixa, mas carregada com um incrível poder de presença? O certo é que, seja pelo silêncio, seja pelo som alto e extravagante, as vozes traduzem, quase que implicitamente, o jogo de quem a expressa, e de um modo geral, quando o indivíduo não expressa sua experiência verbalmente, ele se sente dissociado da mesma.

Por outro lado, conforme camadas de hábitos vão sendo introjetadas na pessoa, mais complexas vão ficando suas teias de padrões comportamentais e mais esforço tem que ser feito para se redescobrir o potencial natural de expressão e comunicação. Certo modo de falar e de se mover é esperado para os diferentes tipos de profissão e, inconscientemente, o indivíduo assume esses padrões. Como diz Bonnie Bainbridge Cohen: “Falar é uma dança. Suas explorações vocais são definitivamente enriquecidas se você articula as tensões espaciais com seus membros, centro, ou corpo todo, enquanto vocaliza e dá forma a sua faringe”.⁴²

Embora o falar, o ouvir e o mover-se no espaço possam ser atividades que ocorram separadamente, são movimentos profundamente relacionados. Cada um deles se reflete e é refletido na atividade dos outros dois. A expressão vocal (fala e canto) pode ser descoberta, ou aperfeiçoada, a partir de uma prática que desenvolva a percepção auditiva e a percepção do movimento espacial. O movimento de ouvir pode ser ampliado pelo desenvolvimento da sensibilidade cinestética, que leva ao aprimoramento do movimento de deslocamento e de expressão vocal. Ademais, a percepção do movimento espacial pode ser ampliada a partir de práticas do movimento auditivo e vocal. É o padrão integrado destas três atividades – movimento espacial, audição e

⁴² COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.90.

vocalização – que permite, ao indivíduo, estabelecer uma comunicação plena com o outro, através de uma expressão inteira e honesta. Esse entendimento tem ganhado um lugar de destaque no fazer artístico. Atenta a essa visão, a Dança Vocal busca elaborar um processo no qual todas as possibilidades de movimento sejam experimentadas, percebidas e tornadas complexas, para o total engajamento do *performer* consigo, com o outro e com a cena.

No final de 2001, depois de o grupo (citado anteriormente) ter vivenciado esse processo, propus a eles a construção de uma obra. A imagem da estrangeira me rondava constantemente nos últimos quatro anos. Como desdobramento de um aspecto de *Passages*, a figuraurgia em abordar a sensação de solidão, de deslocamento, de saudades, de paralisia emocional, de angústia. Passado, presente e futuro se misturam. Esperanças, sonhos, ilusões. Um tempo de um tempo que não existe, talvez somente na imaginação. Aqui eu estaria no papel de diretora, coletando material dos *performers*, dando forma e desenvolvendo essa idéia, estimulando a pesquisa da interdependência da voz, textos, cenário, poesia, paisagem sonora, texturas, músicas e elementos naturais com o *corpespiciente* em movimento especializado de dança, utilizando seqüências de gestos rítmicos incomuns, mesclado com a exploração da simplicidade do movimento, complementando a idéia original. Aqui, a idéia de trabalhar com projeções surgiu, mas ficou apenas como uma idéia.

A fonte de inspiração veio dos mitos contemporâneos e tradicionais, arquétipos, histórias e estórias que permeavam tanto a vida pessoal dos *performers* quanto de comunidades ou sociedades de um modo geral. A criação pretendida era de um trabalho que evocasse os questionamentos, conflitos, aspirações e esperanças do

viver no mundo contemporâneo, na busca das próprias raízes, nas memórias dos ancestrais. A sobreposição de imagens foi utilizada na criação das metáforas que chamavam a atenção para os fatos da vida.

O processo de criação em si durou um ano. O grupo, aberto para se entregar ao trabalho, expressa a individualidade de cada membro, através de suas próprias histórias, conflitos, desejos, memórias. Eu proporciono vários estímulos e cada um os recebe de acordo com sua própria experiência de vida. Imagem de alguém segurando uma flor em frente a um exército, gente na beira da estrada, vento, lua, sol, o ventre da mãe, o céu e a terra, montanha, um homem e seu cachorro, urbanidade e pobreza, campos de guerra, lavadeiras na beira do rio, êxodo, exílio, políticos em seu discurso vazio, um homem integrado a terra, areia, deserto, solidão... A saudade que brota, o vazio que toma conta, movimentos surgem... Textos são criados, coreografias se desenvolvem. A música ao vivo, feita especialmente para o trabalho.

O *corpespiciente* avança para frente rumo ao passado, que se apresenta no aqui, jorrando expressões. O tempo-espaco contínuo é muito diferente da noção linear da sociedade urbana-industrial. O movimento transposto para o palco se dá pelo olhar interior, intuitivo. As imagens surgidas foram se transformando, tomando forma, até que a obra se concretizou no final de 2002. O palco, uma paisagem de areia. Como em *Passages*, a utilização de elementos naturais permite uma dinâmica de transformação no decorrer do trabalho. Os movimentos pelo som ou pelo deslocamento se interagem com pétalas que se espalham. Uma vasilha com água, velas acesas dentro dela. Transformação, purificação.

O *corpespiriente* poético está em constante processo. Recebe as informações, interpreta-as de acordo com a própria experiência de vida, estruturada pelo saber conquistado, e as expressa, de volta ao seu meio ambiente, transformadas, abstraídas, simbolizadas. Em sua busca, o artista sabe que depende de um *corpespiriente* poético para adquirir e transmitir significados. Sua prática permite, num mesmo movimento, um *corpespiriente* ágil, para responder às solicitações da existência simbólica, e um *corpespiriente* pronto e alerta, para exprimir-se em sua inteligência lúcida, definir os fins da ação e da vida, e abrir seu coração para as paixões que animam a vontade de tornar visível o invisível. O movimento ancora o *corpespiriente* ao concretamente realizável e é o manifesto mais expressivo e contundente do pensamento humano. A condição de adquirir conhecimento e armazená-lo é possibilidade assegurada por um organismo biológico do mais alto requinte.

Em arte, não existe ação sem emoção, aqui entendida como o conjunto de disposições dinâmicas que colocam um indivíduo em domínio de uma ação, ou seja, colocam o indivíduo em movimento. O estudo das emoções traz enormes contribuições para a análise e reflexão do movimento especializado. A emoção se expressa porque é no sistema bio-anato-fisiológico que ela acontece. Fisiologicamente, os sistemas nervoso, límbico e o neocórtex estão atuando para que o *corpespiriente* desencadeie as ações antecipadamente pensadas e estudadas. A consciência da vida, passada pelos poros da pele, pela impressão das mentes a respeito de tudo o que se apreende do meio ambiente, assim como o potencial de estar em constante mudança com a dinâmica da vida, é a consciência imediata de ser humano e o poder de ser *corpespiriente*. É a força das energias sentidas, que muitas vezes não podem ser medidas fisicamente, nem comprovadas cientificamente.

Esse sentimento real da vida, do eu e de todas as sensações, pode-se transformar em movimento especializado, trazendo à tona todo o poder simbólico do ser humano. Nesse processo, é de fundamental importância, para o artista, compreender como ele constrói cada tom, cada movimento, cada som e cada palavra, pois, toda vez que ele muda a maneira de executar um gesto ou exprimir uma palavra, ele muda a impressão que isso causa. E, em suma, é isto que o artista faz: causa impressões. Olhado sob esse prisma, o mundo, como é conhecido, é uma grande ficção criada para a manifestação daquilo que se considera como realidade. Nesse sentido, tudo só existe enquanto possibilidade, e o artista, na sua concretude, amplia e multiplica o universo das possibilidades humanas materializando o efêmero.

É a vivência performática da expressão simbólica das obras que dá o sopro de vida das obras artísticas. O artista expressa algo e o público recebe impressões da obra, havendo uma relação e um processo de comunicação. A maneira como o sujeito cria uma obra de arte tem raízes em sua própria experiência de vida e em tudo o que carrega em seu inconsciente.

“O jogo entre nosso consciente e inconsciente é fluídico e circula em ambas as direções o tempo todo. O consciente e o inconsciente são o contínuo de uma mente. Cada um é a sombra, ou apoio, do movimento e a expressão do outro. Quando estamos mergulhados em nós mesmos, ou, expressivos em um dos aspectos da percepção interna mais do que em outro, nós ainda assim estamos ativamente no outro aspecto. É na troca e alternância entre os papéis de escutar e expressar neste fluxo contínuo dos processos conscientes e inconscientes, que nós conhecemos a nós mesmos e nos sentimos livres e fortes no nosso espírito/emoção/mente. Nossa criatividade flui dos processos inconscientes – um parto desconhecido para saber como nossa percepção interna ouve. Nosso processo consciente pode então descobrir a forma ou padrão que emerge a partir do desvelamento do processo criativo. Este discernimento do padrão dos processos pode abrir-se mais e expandir as avenidas da expressão do inconsciente”.⁴³

⁴³ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.13. (Tradução livre)

Compreender as forças internas, objetivá-las para o mundo externo e, ao mesmo tempo, conhecer o mundo externo para entender o mundo interno é um processo que leva ao entendimento do ser humano como uma totalidade, sendo a ação recíproca de forças o fator integrativo da vida humana.

Orientar o processo de um *performer* quer dizer estar atento a todas as possibilidades que ele tem de expressar-se em movimento. Significa cuidado e afeto, no sentido de apoiar todas as suas descobertas, encorajando o *corpespiriente* a prestar atenção em si e sugerindo modos de ampliar o repertório de movimentos do indivíduo em bases sólidas, garantindo a saúde do organismo e a total expressão do inconsciente.

Com esse entendimento, incorporei a minha pesquisa as emoções como um sistema que permeia todos os outros na expressão da totalidade do ser perante a vida. Estudos na área das emoções têm sido de grande valor para a compreensão das manifestações dos indivíduos; os mais recentes consideram as emoções como processos do organismo como um todo e as relacionam a diferentes sistemas, fixando pontos de ancoragem para emoções específicas.

Daniel Goleman, em 1996, trata de maneira belíssima, e muito coerente, a importância das emoções na vida humana. Para ele, foi do tronco cerebral que surgiram os centros emocionais, e a área pensante, o neocórtex, surgiu muito depois. Com a evolução, o cérebro desenvolveu o sistema límbico, permitindo o acréscimo de emoções propriamente ditas ao seu repertório. Posteriormente, estabeleceu-se uma relação do sistema límbico com o neocórtex, que tornou possível ao ser humano atual experimentar a mais variada e complexa gama de emoções.

A emoção é definida por Goleman como o abalo, o movimento, produzido por sentimentos e seus pensamentos distintos, estados psicológicos e biológicos e, ainda, por uma gama de tendências para agir. Ele afirma que:

“Nossos mais profundos sentimentos, as nossas paixões e anseios são diretrizes essenciais e nossa espécie deve grande parte de sua existência à força que eles emprestam às questões humanas. Essa força é extraordinária: só um amor tão forte - como na urgência de salvar uma filha querida - é capaz de conter o próprio instinto de sobrevivência dos pais. Do ponto de vista do intelecto, não há dúvida de que o auto-sacrifício desses pais é irracional. Sob a ótica do coração, entretanto, essa é a única atitude a ser tomada”.⁴⁴

No estudo da evolução do psiquismo humano, percebeu-se que, em momentos decisivos, para uma rápida tomada de atitude que garantisse a sobrevivência do indivíduo ou espécie, a mente do coração predominava sobre qualquer tipo de raciocínio lógico. Pode-se dizer que o *corpespiriente* garante sua existência ao agir de acordo com a integridade de seus sistemas, os quais se manifestam exprimindo sua totalidade.

“Cada tipo de emoção que vivenciamos nos predispõe para uma ação imediata; cada uma sinaliza para uma direção que, nos recorrentes desafios enfrentados pelo ser humano ao longo da vida, provou ser a mais acertada. À medida que, ao longo da evolução humana, situações do mesmo tipo foram se repetindo, a importância do repertório emocional utilizado para garantir a sobrevivência da nossa espécie foi atestada pelo fato de esse repertório ter ficado gravado no sistema nervoso humano com inclinações inatas e automáticas do coração.”⁴⁵

Segundo Goleman, as emoções têm uma lógica e razão que lhes são próprias; de modo geral, agem mais rápido do que a mente racional e carregam uma forte sensação de certeza. Mas há um tipo de reação

⁴⁴ GOLEMAN, Daniel. *Inteligência Emocional*, São Paulo, Editora Objetiva, 1995, p.15.

⁴⁵ *Ibid.*, p.18.

emocional que não é tão rápida e que agita e ferve no pensamento antes de se representar como sentimento. Essa reação emocional é mais deliberada; comumente, há consciência do raciocínio que leva à emoção. Essa via de acesso ao sistema é muito utilizada no processo de interpretação artística.

“Da mesma forma que há caminhos, rápido e lento, para o desencadeamento de uma emoção - pela percepção imediata e pela reflexão, respectivamente - há emoções que convidamos para estarem conosco. É o caso, por exemplo, de sensações propositalmente provocadas, um recurso que os atores utilizam para, ao evocar coisas tristes, conseguirem chorar. Os atores são seres um pouco mais hábeis do que nós na arte de utilizar esta segunda rota para provocar a emoção - a sensação via pensamento”.⁴⁶

Antônio Damásio sugere que algumas características do processo da emoção e do sentimento são imprescindíveis para a racionalidade. Ele diferencia os termos “razão” e “racionalidade”, entendendo razão como a capacidade de pensar e fazer inferências de um modo ordenado e lógico e racionalidade como a qualidade do pensamento e do comportamento, a qual resulta da adaptação da razão a um contexto pessoal e social. Ele usa o termo “emoção” para indicar um conjunto de reações, projetadas para o ambiente, que ocorrem no *corporeo* e que usualmente é causado por um determinado conteúdo mental, ao passo que o termo “sentimento” é usado para denotar a percepção interna desses conteúdos.

Para Damásio, “a essência de um sentimento (o processo de viver uma emoção) não é uma qualidade mental ilusória associada a um objeto, mas sim a percepção direta de uma paisagem específica: a paisagem do

⁴⁶ GOLEMAN, Daniel. *Inteligência Emocional*, São Paulo, Editora Objetiva, 1995, p.308.

corpo”.⁴⁷ Ele sugere ainda que a razão humana depende de vários sistemas cerebrais que trabalham de maneira harmônica ao longo de vários níveis de organização neuronal.

“Os níveis mais baixos do edifício neurológico da razão são os mesmos que regulam o processamento das emoções e dos sentimentos e ainda as funções do corpo necessárias para a sobrevivência do organismo. Por sua vez, esses níveis mais baixos mantêm relações diretas e mútuas com praticamente todos os órgãos do corpo, colocando-o assim diretamente na cadeia de operações que dá origem aos desempenhos de mais alto nível da razão, da tomada de decisão e, por extensão, do comportamento social e da capacidade criadora”.⁴⁸

O cérebro só existe dentro de um organismo e integrado a ele, conforme Damásio explica. Pode ser considerado um órgão que, em conjunto com todos os sistemas do organismo, tem um papel importante para o processo da memória, consciência, sensações, emoções e movimento voluntário. Já a mente humana refere-se a um processo e não a uma coisa. Ela abrange operações conscientes e inconscientes, sendo um fluxo contínuo de padrões presentes no organismo. Para ele, a mente seria algo muito diferente se não houvesse um processo de interdependência entre todos os sistemas do *corpespiriente* durante o processo evolutivo, o desenvolvimento individual, cultural e no momento atual, e jamais teria existido se não ocupasse cada célula do organismo.

Damásio afirma ainda que cada célula, órgão, tecido, osso, músculo, etc., é uma mente consciente de ser, e, apenas pelas referências de base que o indivíduo, enquanto um todo, incessantemente fornece a si pelos processos de percepção é que a mente pode ocupar-se de tantas coisas reais ou imaginárias. O autor sustenta a tese de que:

⁴⁷ DAMÁSIO, Antônio R. *O Erro de Descartes*. São Paulo, Ed. Companhia das Letras, 2ª Edição, 1996, p.14.

⁴⁸ *Ibid.*, p.13.

“O cérebro humano e o resto do corpo, constituem um organismo indissociável, formando um conjunto integrado por meio de circuitos reguladores bioquímicos e neurológicos mutuamente interativos (incluindo componentes endócrinos, imunológicos e neurais autônomos); o organismo interage com o ambiente como um conjunto: a interação não é nem exclusivamente do corpo nem do cérebro; as operações fisiológicas que denominamos por mente derivam desse conjunto estrutural e funcional e não apenas do cérebro: os fenômenos mentais só podem ser cabalmente compreendidos no contexto de um organismo em interação com o ambiente que o rodeia. O fato de o ambiente ser, em parte, um produto da atividade do próprio organismo apenas coloca ainda mais em destaque a complexidade das interações que devemos ter em conta”.⁴⁹

Essa perspectiva esclarece a unidade de ser humano no mundo. Não se vêem cérebros andando por aí, mas se encontram pessoas que não têm percepção de si e que se movimentam na vida alienadas de si mesmas. O ser humano só é e existe enquanto um todo. Cada minúscula partícula do *corpespiriente*, cada célula, repete a função criadora total do ser humano. O *corpespiriente* em movimento é uma unidade que opera por energia; não há movimento humano sem *corpespiriente* e tampouco sem a energia própria de sua existência. Todos os seres existentes na Terra, animados ou inanimados, são aglomerados químicos vibrando em frequências diferentes, que permitem a forma de manifestação de cada um, e a energia ou sopro que liga a vida de todos os seres é a quintessência dessa manifestação.

O ser humano, enquanto participante do todo desse processo e com a característica que lhe é particular, de ter como parte de sua condição mais primária a necessidade de simbolização, opta por quais caminhos vai seguir na sua expressão de ser no mundo. Estar consciente dessas opções a todo instante lhe dá a capacidade de se relacionar consigo e com o outro de uma maneira mais completa e saudável.

⁴⁹ DAMÁSIO, Antônio R. *O Erro de Descartes*, São Paulo, Ed. Companhia das Letras, 2ª Edição, 1996, p.17.

O movimento do *corpespiciente* fornece condições para que a potencialidade de criar significado ganhe forma. É o *corpespiciente* como um todo o lugar onde as idéias são formadas; elas se realizam e se manifestam com ele. Todo pensamento tem origem num processo complexo do organismo e sua realização pressupõe movimentos mínimos de neurônios. Assim, enquanto cada sistema faz sua própria contribuição para o movimento do *corpespiciente*, todos eles são totalmente indissociáveis, provendo as disposições de apoio e expressão. Alguns sistemas são percebidos como tendo afinidade natural com os outros, contudo essas afinidades variam entre indivíduos, entre grupos e entre culturas, e suas vozes são descobertas por explorá-las consciente e inconscientemente em diferentes combinações. Perceber os sentimentos que movimentam a vida, expressar em emoções os tesouros guardados. Vasculhar os recônditos internos e se entregar na mais pura poesia da manifestação em dança.

Há que se considerar que o ser humano carrega em si a memória evolucionária de todos os seres. No movimento especializado, é importante integrar esses padrões às vivências dos *performers*. Como pesquisadora dos estudos práticos da Dança Vocal, eu assumi os padrões de movimento onto e filogenético, vindos das pesquisas do Body-MInd Centering, como um aspecto importante para o *performer* em cena.

A grande característica da vida humana é o movimento contínuo de sua existência. Depois da última expiração, a vida se esvai, mas, embaixo da terra, o organismo ainda realiza um último movimento de crescimento de cabelos e unhas, como uma estrela cadente que faz um último esforço para não deixar de existir.

O movimento da vida humana, como pulso, começa na fecundação e como embrião, quando a criança já se encontra no útero da mãe, pelas primeiras reações reflexas. No primeiro ano de vida, o processo de percepção (o modo como se vê as coisas) e o processo motor (a maneira como se move ou se age no mundo) são estabelecidos, tornando-se o fundamento sobre o qual a pessoa vai processar as atividades da vida, tanto receptiva, quanto expressivamente. Quanto menos estímulos o indivíduo tem quando criança, no que se refere à atividade percepto-motora, mais limitada a pessoa será em termos de movimento.

Subjacente à organização dos sistemas do *corpespiriente*, está o processo de desenvolvimento pelo movimento ontogenético (desenvolvimento humano a partir da infância) e filogenético (o progresso evolucionário a partir do reino animal). O desenvolvimento não é um processo linear; ocorre em ondas que se sobrepõem umas às outras, e cada estágio anterior fundamenta e apóia o sucessivo, culminando por conter, cada um, elementos de todos os outros. Desse modo, qualquer omissão, interrupção ou fracasso em completar um estágio de desenvolvimento específico podem levar a problemas de alinhamento e movimento, desequilíbrios dentro dos sistemas do *corpespiriente* e problemas de percepção, seqüência, organização, memória e criatividade. As impressões que aparecem no *corpespiriente*, em qualquer um de seus sistemas, como produto da experiência, interferem amplamente nas conexões e inter-relações das redes neurais do sistema nervoso. O desenvolvimento do cérebro, o processo motor e a formação da personalidade estão relacionados progressivamente uns com os outros. Desde o nascimento, o cérebro está pronto para receber estímulos e informações, com relação a todas as coisas, e o processo de desenvolvimento parte da atenção para a intenção. A criança atentamente observa o mundo que a rodeia e o descobre, descobrindo-se a si e ao outro.

Através dos sentidos e das sensações, o indivíduo recebe informações do ambiente interno (de si mesmo) e do ambiente externo (dos outros). Por ter a escolha de ser receptivo, ou não, ele poderá aceitar e absorver a informação recebida, ou rejeitá-la, bloqueando-a. O aprendizado é um processo no qual a resposta para um estímulo igual ou semelhante é variável de acordo com a situação. Aumentando a eficiência e integração do sistema sensorio-motor, o indivíduo amplia suas possibilidades de interagir consigo e com os outros, alargando o seu potencial de aprendizagem.⁵⁰

O material básico do desenvolvimento inclui reflexos primitivos, reações adequadas, respostas de equilíbrio e os padrões neurológicos elementares, que são os movimentos de respostas automáticas que fundamentam o movimento voluntário. Os reflexos, as reações adequadas e as respostas de equilíbrio são o alfabeto do movimento, o qual, em combinação, constrói os padrões neurológicos fundamentais, que, por sua vez, estão baseados em padrões de movimento, quatro pré-vertebrados e quatro padrões gerais vertebrados. Os quatro padrões pré-vertebrados de movimento são:

A) Respiração celular – o processo de expansão e contração em respiração e movimento das células do organismo, que se compara ao movimento dos animais unicelulares. A respiração celular é subjacente a todos os outros padrões de movimento e ao tônus postural;

B) Radiação umbilical – a relação e o movimento de todas as partes do corpo pelo umbigo;

C) Boca – movimento do corpo iniciado pela boca;

⁵⁰ Vine, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, O Movimento da Voz*. Campinas, 2005. 141p. Dissertação de Mestrado – Mestrado em Artes, Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005, p.89.

D) Movimento pré-espinhal – movimentos seqüenciais suaves da coluna vertebral iniciados pela interface entre o cordão espinhal e o trato digestivo.

Já os quatro padrões gerais vertebrados de movimento são:

A) Movimento Espinhal – movimento da cabeça para o cóccix, relacionado ao movimento dos peixes;

B) Movimento Homólogo – movimento simétrico das duas partes superiores e/ou inferiores dos membros simultaneamente, correspondendo aos movimentos dos anfíbios;

C) Movimento Homolateral – movimento assimétrico de uma parte superior do membro e a do membro inferior do mesmo lado, que corresponde ao movimento dos répteis;

D) Movimento Heterolateral – movimento diagonal com uma parte superior do membro com o lado oposto do membro inferior, que corresponde ao movimento dos mamíferos.

Segundo Bonnie Bainbridge Cohen, o desenvolvimento dos padrões neurológicos básicos estabelece os modelos de movimento básico, correspondendo a relacionamentos perceptuais – incluindo orientação espacial e imagem *do corpespiciente* – e aos elementos básicos de aprendizado e comunicação. Iniciar movimentos a partir da cabeça, coluna e cóccix estimula o processo da atenção e iniciar movimentos a partir dos membros superiores e inferiores estimula o processo da intenção. Quando desinibidos, cada padrão desenvolve-se totalmente e a transição para o padrão seguinte ocorre automaticamente, sendo que cada padrão reemerge quando há mudança de nível em relação ao espaço. Isto é, do nível baixo ao alto, os padrões se presentificam, reorganizando e aprofundando a percepção do indivíduo em relação ao seu movimento interno, no espaço pessoal e no espaço global.⁵¹

⁵¹ COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*, Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993, p.17.

Nos movimentos espinhais, por exemplo, desenvolve-se o rolar, estabelece-se o plano horizontal, diferencia-se a parte dianteira e traseira do *corpespiciente* e adquire-se a habilidade para prestar atenção, atender. Nos movimentos homólogos, desenvolvem-se movimentos simétricos, tais como flexão e saltos com dois pés, estabelece-se o plano sagital, diferencia-se a parte superior da inferior do *corpespiciente*, e adquire-se habilidade para agir, atuar. Nos movimentos homolaterais, desenvolvem-se movimentos assimétricos, como arrastar-se pela barriga e pular com um pé só, estabelece-se o plano vertical, diferencia-se o lado direito e esquerdo do *corpespiciente* e adquire-se a habilidade de tencionar (no sentido de ter intenção de fazer algo). Nos movimentos heterolaterais, desenvolvem-se as diagonais de movimento, tais como engatinhar em nossas mãos e pernas, andar, correr, saltar; estabelece-se o movimento tridimensional; diferenciam-se os quatro quadrantes diagonais do *corpespiciente* e adquire-se habilidade de integrar atenção, intenção e ação.

O progresso do desenvolvimento do movimento perceptual estabelece um caminho seguro para o diálogo dos sistemas do *corpespiciente*. São alinhados a consciência celular interna e o movimento com percepção externa a movimentos pelo espaço, no contexto em que o processo de desenvolvimento pode facilitar a evolução da consciência, reorganizando os padrões estabelecidos inadequadamente em sua base. Quando a pessoa torna-se capaz de experienciar a consciência no nível celular e de tecido, ela se torna mais apta a se entender, e quanto mais se aumenta o conhecimento de si próprio, mais se tem compreensão e compaixão pelos outros. Quando se experimenta a unidade das células no contexto da harmonia dos tecidos, aprende-se sobre individualidade dentro da comunidade; quando se adquire percepção dos diversos tecidos e a natureza de sua expressão no mundo externo, expande-se a compreensão sobre outras culturas, no contexto da Terra como um todo e da consciência do planeta na consciência expansiva do Universo.

Levar em conta os padrões pré-vertebrados e vertebrados do movimento como parte da criação de seqüências sugeridas para o grupo contribuiu para ativar as estruturas fundamentais do *corpespiciente*. Dessa forma, foi ampliada a gama de possibilidades nas combinações de movimento e foram ativados todos os padrões neuromotores, de maneira equilibrada, para a garantia da sua expressividade. Beneficiada pela qualidade de desempenho, a expressão conquista o espaço e o aprimora, para sua aparição em movimento especializado.

Abaixo, a transcrição na íntegra de uma carta enviada a mim, por uma das participantes do grupo ao final de dois anos de trabalho.

“Minhas aulas de dança iniciaram bem cedo: aos cinco ou seis anos. Fiz ao longo de minha vida muitas aulas e de vários estilos: clássico, flamenco, tap dance, jazz, dança do ser. Tenho cinquenta anos. Trabalho com dança desde que me formei na faculdade e a partir daí venho aprendendo, ensinando, aprendendo....
Ostento em minha estante um troféu de melhor bailarina do Mapa Cultural Paulista de 1998. Há dois anos participo do grupo de dança da Margarida e faço suas aulas. É com muita satisfação que gostaria de registrar que em tanto tempo foi a primeira vez que realmente dancei. Dancei a vida e não a técnica. Dançaram alma/corpo. Gosto de suas aulas. Sua dança liberta e faz pensar. Trabalha em sentido contrário da alienação e robotização (mecanização). Ela propõe, você adquire, modifica, partilha, caminha. Dançando pude ir fundo em mim mesma, nos recônditos mais secretos. Despertei. Obrigada querida”.⁵²

⁵² Leila Rugai Salle, membro do grupo.

ESTERNOS VIAJANTES

Concepção e direção: Margha Vine

*Elenco: Anderson Paísca, Camila Paes, Leila Rugai,
Manuel Fabrício, Michele Almeida, Regiane Coleraus*

Textos: O grupo

Música: Chris Vine

Figurino: Margha Vine

Cenário: Margha Vine

Iluminação: Camilo Scandolara

Buscar o nada no pulsar da memória...

Na partida,

Na solidão do vento...



ETERNOS VIAJANTES 01

*Sou um grão entre folhas e areia,
Soprando ao vento do nada.
Quero sentir a vida,
Vasculhar os lugares mais obscuros do mundo.
Perceber em cada grão de vida, um pulso.*



ETERNOS VIAJANTES 02

*Encontrei paz muito poucas vezes.
Todas as vezes que a encontrei já não a procurava.
Nos caminhos que percorri, me envolvi em trevas, dancei com a luz.
Nas andanças, nas mudanças, nos fracassos, desisti de mim.
Foram tantos os medos, que ao mundo me submeti.*



ETERNOS VIAJANTES 03

Mãe, meu coração tá apertado. A vida aqui é bem mais difícil do que eu imaginava. Emprego: Tá difícil de achar.

E as pessoas não gostam de se ajudarem não.

Eu me sinto tão sozinha.

Saudades de você, do papai, do Totó,

Que sabia de longe quando eu tava chegando em casa.

Fico me lembrando do nosso jardim, das flores que você cuida tão bem.

Dá uma vontade de chora.

Quero tanto tá pertinho d'ocê.

Tô com uma vontade de ta sentada no muro,

Jogando conversa fora cua vizinha,

Comendo goiaba da árvore,

Saboreando seu arroz com feijão.

Nossa! Podia fica aqui o dia inteiro falando cum ocê.

Mas vou te que ir agora.

Ah, puxa mãe, brigada pelo cachecol viu!

Aqui faz tanto frio, tanto frio.

Mãe, não se preocupa comigo não, tá?

Oh, eu volto. Prometo. Não chora não.

Te amo tanto.

Eu volto sim.



ETERNOS VIAJANTES 04

*Minha mãe escreveu uma carta para meu pai dizendo:
“Nem adianta vir. Não vale a pena. Isso aqui é um horror.
Nada daquilo que a gente pensava”.*
Xiii. Muito tarde! Meu pai já havia partido para vir ao encontro dela.

*Volto prá terra onde nasci, donde guardo muitas lembranças.
Procuro vestígios do passado, está tudo tão mudado.
Rostos que não são estranhos, mas tão estranhos se tornam.
Procuro-os, mas estão mergulhados no novo tempo, na correria, na vida que foi construída sem mim.
A casa onde cresci tornou-se um edifício.
A mercearia do Zé não existe mais.
Assustada e encantada, me dou conta dos elos invisíveis que unem a vida de cada um.*



ETERNOS VIAJANTES 05

Muitas viagens fiz. Muitos lugares conheci.

Mas meus pé não saíram do chão.

Meu próprio corpo percorri, entre minhas veias viajei.

Fora de mim outras galáxias encontrei.

Mas meus pés não saíram do chão.

Foi aí que olhei você e chorei.

Hipocritamente chorei pela sua fome que nada fiz,

pela sua dor que não senti.

Pelo seu medo que só fiz aumentar.

Pela torpe inócua vida que vivi,

estou aqui.

Andei, andei e andei.

Não consegui chegar ao fim do que havia me proposta a fazer:

Perdi minha arma no caminho de volta.



ETERNOS VIAJANTES 06

*Agora já sem vida,
Encontrei a paz esquecida, metida no meio da vida.
Me entrego ou sossego.
Dilacero meu peito, me estouro por dentro.
Enlouqueço na vã transparência ou vidência.
Um novo caminho sigo.
Nem para a direita, nem para a esquerda.
Apenas sigo.*

1.5. Um Canto Para Sapatos

O direito de respirar, de não ter vergonha da própria existência, de vocalizar, de escolher, contatar consigo e com o outro, soltar-se no espaço – o direito de expressar-se plenamente. A arte é um processo de comunicação, expresso pelo ser humano e dirigido para a humanidade, em linguagens que transcendem a vida diária. Mary Wigman costumava dizer que “a arte cresce da causa básica da existência e, de lá, retira suas forças construtivas e criativas e recebe força e poder para renovar, rejuvenescer e transformar a si mesma”.⁵³

A poesia do movimento cênico é construída a partir de princípios definidos e estilos específicos. Contudo, apesar da especialidade, haverão de ser poéticos, porque a aptidão para comunicar as questões humanas não deve vir em prejuízo da capacidade de provocar a manifestação dos sentimentos. Seja qual for o estilo de movimento escolhido, exigem-se do indivíduo, organizações complexas do sistema neuromotor para garantir a eficiência de sua execução. Tornar visível o invisível: eis a “missão” do artista. Os caminhos? Vários.

A minha experiência pessoal tem mostrado que é indispensável explorar o inconsciente e lidar com a energia interna do ser humano, sem perder a dimensão da perfeição do gesto contextualizado; buscar na sombra e na luz, existente em cada um, o caminho para a manifestação artística. A capacidade de criar uma sensação e um sentimento é mais verdadeira quando parte do inconsciente, e o processo de comunicação entre o mundo interno e externo permite que as inquietações transformem-se em conteúdo artístico, pois neste vaivém de rompimento e

⁵³ SORELL, W. Ed. *The Mary Wigman Book: Her Writings*, Middle Town, Connecticut, Wesleyan University Press, 1975, p.18.

transformação se encontra a unidade de ser em expressão. É nesse contexto que a Dança Vocal surge como um dos caminhos possíveis para levar o indivíduo a expressar-se enquanto artista.

O *corpespiciente* que se movimenta cenicamente é regulado por leis elementares que regem os fenômenos e mecanismos de tudo o que há neste mundo. Quando se move poeticamente, o *corpespiciente* depara-se com a mutabilidade do que é efêmero, com o desequilíbrio da forma que se transforma, no exato instante em que sua matéria se desmaterializa na diagonal de sua poesia.

Conforme amplia seus repertórios em movimento expressivo, o *performer* beneficia-se da harmonia simétrica pela solidez estética que introduz e a incorpora em sua própria existência, ao mesmo tempo em que, criando irregularidades e assimetrias como forma de permanecer neste processo de evolução, revela e reconta a história humana. Esse constante desenvolvimento e transformação do movimento expressivo depende das descobertas que a ciência vem fazendo em relação à complexidade do organismo humano e das solicitações que as culturas vêm fazendo às artes. Se, de um lado, o processo de aquisição de uma nova habilidade acontece por uma prática, por outro, a manutenção desta habilidade envolve a formação de engramas através do sistema neuro-músculo-esquelético.

“Quando equaciona a sua morfologia com o desenvolvimento cerebral, o homem inaugura o cenário de suas criações, no qual protagoniza suas idéias e intenções. Um palco que se transforma na própria ação deste conhecimento. Dotado de sistemas biológicos responsáveis pela troca de informações entre o meio e o homem, o sistema nervoso gera, por estimulações diversas, faculdades específicas na espécie humana, como a que lhe confere consciência e níveis de percepção e sensação inusitados. Na hierarquia das suas funções neuropsicomotoras a dança revela-se como

síntese em seu mais íntimo contexto. Sente, percebe e movimenta o pensamento no corpo movimentado”.⁵⁴

À proporção que o *corpespiciente* se expõe para a aprendizagem, o sistema neuromotor entra em ação para incorporar os novos padrões de movimento e ampliar as possibilidades de expressão. Se o aluno receber informações inadequadas no que se refere à preparação para o *corpespiciente* em movimento, seu processo de aprendizagem pode ficar comprometido.

A Dança Vocal emerge como uma especialidade de movimento, cuja compreensão, por parte do *corpespiciente*, depende da existência de disponibilidades internas (vinculadas aos sistemas sensorios-motores do organismo) e externas (relacionado às diferentes maneiras de ensino a que esteja exposto), as quais, juntas, possibilitam o processo de aprendizagem potencialmente disponível em cada um.

O movimento do *corpespiciente* traduz a poesia do *performer* e, enquanto arte que lida com princípios biomecânicos e anatômicos, imprime em seu movimento a cultura a que pertence, possibilitando a descoberta de novas linguagens, bem como a ampliação do repertório cênico. Para tanto, basta a efemeridade do movimento ser potencializada pelo experimento, ao invés de ser massacrada por metodologias de treinamento que privilegiam a formatação dos corpos em detrimento da formação do *corpespiciente* em cena, mediante a compreensão da unicidade de cada um no processo de composição de novas formas de expressão. Cada *corpespiciente* que se movimenta cenicamente o faz de modo único, ainda que a coreografia seja a mesma.

⁵⁴ MARKONDES, Eliane de, *O Movimento que se Especializa e Dança*, São Paulo,. Dissertação de Mestrado, setor de Comunicação e Semiótica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 1999, p.126.

Movimento é som e som é movimento; o som vocal movimenta-se pelo espaço, livre da força da gravidade, e o ser em movimento percorre o espaço de acordo com as forças da gravidade. Movimento é basicamente equilíbrio entre força e peso. A maneira como o indivíduo se move está sempre encontrando o equilíbrio entre esses dois elementos. O esforço para iniciar o movimento tem relação com a gravidade. Aprender a deslocar o centro de gravidade para os diversos pontos do *corpespiriente* permite a ampliação de seu vocabulário. Utilizar a respiração e a visualização da imagem interna do organismo como ponto de partida para a descoberta de processos de movimento consciente auxilia no processo de aprendizagem de deslocamento do centro de gravidade. Nesse sentido, fazer uso do foco interno e externo é fator importante para a descoberta e expressão do movimento, ou seja, colocar a atenção em diferentes sistemas permite descobertas únicas de possibilidades de manifestação. A variedade de reações não se encontra relacionada apenas com a mudança de foco, mas também mudam de pessoa para pessoa. Explorar o movimento a partir de um ponto indicado proporciona uma sensação única e uma reação diferente para cada indivíduo. As reações originadas por cada prática vivenciada estão diretamente relacionadas a duas variantes: o foco, a partir do qual se desenvolve ação, e o próprio *corpespiriente* em movimento. São as particularidades de interpretação que permitem o estabelecimento relacional e comunicativo com o grupo e o público, recriando a diversidade de existência que enriquece a espécie humana.

A prática que realizo se dá pelo desenvolvimento da linguagem de ser *corpespiriente* pensante em movimento cênico e leva em conta tanto as necessidades biomecânicas e anatômicas do *corpespiriente*, quanto a qualidade de comunicação e habilidade expressiva do *performer* para que este esteja pronto para interpretar a vida em movimento. Em termos de aprendizagem motora, a construção de um movimento origina-se das imagens que se formam a partir dos procedimentos os quais sugiro. Em uma etapa inicial, o uso de imagens é uma das chaves para

o desenvolvimento do *corpespiciente* em movimento cênico, porque, numa troca constante entre o seu interior e o meio externo, esta é a primeira atividade que o indivíduo desenvolve para se aprimorar e para agir no mundo.

O processo inicial de aprendizado motor requer preparação minuciosa e participação cortical, a fim de organizar as orientações externas que apresentam o novo domínio. A utilização de imagens que estimulem e orientem o aprendizado de um novo movimento faz que a pessoa descubra a expressão do movimento através de seu próprio universo. Além disso, quando o novo movimento está relacionado ao prazer e à descoberta, a repetição se torna parte do processo de uma maneira natural, permitindo o aumento da habilidade para identificar inadequações ao nível postural, possibilitando um aprendizado mais eficiente e construtivo. Dessa maneira, com o trabalho contínuo, o novo domínio passa a fazer parte do repertório de movimento do *corpespiciente*, e o futuro *performer* pode elaborar os elementos qualitativos da prática para contextualizar a dança e o seu movimento como forma de expressão e comunicação.

De outra parte, estar atento ao meio externo e interno com os sentidos totalmente atentos modifica a percepção do movimento, de modo que os sentidos estão diretamente relacionados com o movimento especializado. Assim, outro aspecto importante para o desenvolvimento e formação do *performer* é fazer que a atenção (aquilo que o está estimulando) e a intenção (aquilo que se quer em relação ao estímulo) se alinhem com o movimento o qual está sendo realizado. Bonnie Bainbridge Cohen, em entrevista a Lisa Nelson para a *Contact Quarterly*, enfatiza que “qualquer animal que não se move com seus sentidos alertas parece apenas meio vivo ou mesmo morto de alguma maneira. Mas os seres humanos fazem isto o tempo todo”.⁵⁵

⁵⁵ COHEN, Bonnie Bainbridge. Em entrevista com Lisa Nelson para *Contact Quarterly*, 1984, p.105.

A formação do *corpespiciente* em movimento cênico se dá no contexto cultural do qual participa, sendo uma segunda cultura de movimento em concomitância com os movimentos diários que realiza. O processo de aquisição de uma nova habilidade acontece através de uma prática, mas, para ser mantida, precisará que engramas sejam formados nos seus sistemas como um todo. Este processo, uma vez *internalizado*, torna-se um saber fazer que pode ser constantemente recriado, apresentando-se, a um só tempo, como criador e criação, tornando-se um formar.

“O fazer torna-se um formar não quando se limita a executar algo já planejado, a aplicar uma técnica já predisposta ou submeter-se a regras já fixadas, mas quando, durante o processo de transformação da matéria, a concepção, o planejamento e a execução são ações concomitantes; quando as regras são definidas durante o ato criador e quando o fazer inventa o próprio modo de fazer. Este processo de invenção do modo de fazer permite uma constante recriação da técnica”.⁵⁶

A técnica só existe quando procedimentos e práticas se sedimentam no indivíduo, junto com sua busca interna, relacionando-se ao saber e permitindo ao artista organizar e estruturar os movimentos representativos, de acordo com as questões que está levantando no momento, interpretando-os pelo seu próprio modo de fazer.

Enquanto voz, o movimento é um processo que nasce dos conteúdos do *corpespiciente*, que apóia o potencial vocal para que se projete no espaço, preenchendo-o com sua ressonância, criando, pelo sistema auditivo, imagens e sensações a quem o recebe. O movimento, seja ele sonoro, seja de deslocamento do *corpespiciente*, interage constantemente com o ambiente ao qual coexiste.

⁵⁶ PAREYSON, *Apud* DANTAS, Mônica. *Dança: O Enigma de Movimento*, Porto Alegre, Ed. da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 1999, p.31.

A arte do movimento exalta a comunhão entre as pessoas. Entender o movimento de deslocamento no espaço e o movimento vocal como atividades de movimento cria um terreno fértil para o encontro da tradição oral com a dança. O trabalho de redescoberta do potencial vocal, pela inteireza de perceber-se *corpespiciente* em movimento no espaço, e o permitir-se expressar em movimento a partir da própria sonoridade geralmente transformam a maneira como alguém se expressa, possibilitando novas maneiras de interpretação.

A voz que se propõe a atingir a quem ouve, no momento da *performance*, é uma das matérias-primas do artista; só existe na hora da publicação e só um *corpespiciente* em sua totalidade pode, pelo movimento sonoro e pela sonoridade do movimento, conseguir comunicar e fazer a diferença. A voz trabalha com construção de seqüências de imagens sonoras, provocando impressões em quem a escuta; a palavra é um jogo de memória e invenções e a dança, um jogo de presentificação da vida interna, trabalhando com seqüências de imagens, causando impressões em quem as vê.

A Dança Vocal cria um contexto no qual tanto os sons quanto os gestos são considerados movimento. Se na linguagem vulgar as palavras e os gestos estão ligados a uma dimensão utilitária, na linguagem poética, estão relacionados à forma como é expresso aquilo que move o artista internamente. Quando a fala/gesto entra na representação, entra no campo da poética. A voz domina a fala e cria um invólucro sonoro que se sobrepõe ao discurso, enquanto o movimento especializado domina o gesto, criando uma esfera de poderes que se sobrepõe às manifestações cotidianas. Expressar-se poeticamente depende do entendimento de como as palavras/movimentos podem ser manifestadas. As vibrações da voz interna provocam movimentos internos do *corpespiciente* e causam emoções que permitem ao *performer* trabalhar a representação pela sua própria história.

Na Dança Vocal, o *corpespiciente* pensante em movimento cênico é a expressão direta do universo interior, e, pela expressão da palavra/movimento, concretiza-se o imaginário, no momento exato de seu encontro e relação com o público. Para que tal manifestação aconteça em toda a sua potencialidade, há uma cadeia fisiológica de emoções deliberadamente ativada para a transmissão do sentimento desejado pelo *performer*. Dessa forma, o sentimento é representado na carne, no sistema nervoso, na pele do *corpespiciente* do *performer*, assumindo a efemeridade de sua existência no momento da publicação. O público, quando se engaja numa peça, ri, chora, sente raiva, ou qualquer outro sentimento, ele o faz de maneira muito verdadeira, vivendo no *corpespiciente* e em suas reações internas. É o jogo que se estabelece entre público e artista e sua relação com o *performer* e com a peça encenada se dá com tal intensidade que as reverberações daquelas sensações vão direto ao seu centro de emoções, abrindo o espaço para o espectador percorrer o seu próprio universo interior.

Nesse processo, acredito ser necessário conhecer e perceber os diferentes ângulos da própria existência, ampliando a possibilidade de expressão e comunicação. Tenho por entendimento que *performers* são seres humanos que se propõem a expressar simbolicamente, com sua maneira de existir em cena, a essência da vida humana.

Com esses princípios, exerço a docência na Universidade Estadual de Londrina, tanto na disciplina de Expressão Corporal, quanto na de Montagem Cênica. A pesquisa em Dança Vocal se integra com as ementas, possibilitando um processo experimental enriquecedor. Nesse contexto, durante o ano de 2003, trabalhei junto com um grupo de alunos do quarto ano do curso de Artes Cênicas. Uma parte do grupo, além das aulas curriculares, havia trabalhado comigo na pesquisa para Eternos Viajantes, e os outros haviam sido meus alunos por três anos

consecutivos na disciplina de Expressão Corporal. Escutando as inquietações que eles apresentavam como desejo de trabalhar para desenvolver uma obra e minhas próprias inquietações sobre a relação da cena ao vivo com vídeo, desenvolvemos o trabalho que levou o nome de “Um Canto para Sapatos”.

Pela primeira vez eu não tinha nenhum tema a priori. Joguei para o grupo a pergunta sobre o que os motivava e os inquietava e como. Quais eram os temas que gostariam de abordar, quais os incômodos, as dores, as esperanças. Pedi para que me trouxessem imagens, textos ou outro recurso que proporcionasse estímulos para a exploração das inquietações de cada um. Os assuntos apresentados envolveram discriminação, egoísmo, solidão, ritual, celebração, amor, religiosidade, preconceito, vida e morte. Cabia a mim traçar o fio que ligasse os diferentes desejos manifestos. Imagens oníricas e cotidianas, um rodo gigante, muitos sapatos, contando muitos fragmentos de vida. Um berimbau, um cego, um santo. Flores e a imagem da cruz. Uma mulher crucificada. Passagens coreográficas verbais, gestuais. Expressões poéticas e musicais. Vasilhas cheias de água, em que os *performers* dançavam mudando de uma para a outra. Composição quase matemática. A água presente como elemento natural na construção de imagens. Chão e paredes brancas, roupas de tom creme, que ganhavam o tom da luz e refletiam as imagens vídeográficas, criadas em animação 3D. Oníricas, reverberavam sensações de lugares, aqueles que só existem nos sonhos. Música ao vivo, em sua maioria composta para o trabalho. Um sorriso, um toque, uma chuva de pétalas. Uma obra aberta com suas infinitas possibilidades de leitura.

Foi minha primeira experiência com o uso de imagens videográficas de animação em composição com a cena ao vivo. Algo reacendia dentro de mim. Lembrei-me da minha infância, quando meu pai resolvia filmar enquanto eu brincava ou fotografava para eternizar os momentos felizes. Essas experiências com as câmeras

filmadora e fotográfica durante minha tenra infância ficaram guardadas em minhas células, esperando um momento apropriado para desencadear inquietações que me levassem a explorar mais profundamente a relação da câmera e movimento. As idéias que me vieram para compor com a cena foram todas de animação. Flores no espaço, uma paisagem com montanhas e lagos, um lugar sob a água, as estrelas. As cores, que iam do magenta ao azul profundo, em conjunto com o movimento dos *performers*, criavam uma sensação de transposição de ambiente, de atemporalidade.

Durante esse percurso, dei adeus a minha querida mãe. A dor da perda. Um sentimento de vazio. Mais uma saudade que não tem jeito. Sem dúvida, esse momento influenciou a maneira como organizei a obra. As seqüências, os tons de cada momento, o encadeamento dos diferentes fragmentos. O expressar do grupo entrelaçado com minhas questões internas. Suas vozes se tornaram a minha. A expressão poética da cena, gerada da vida interna de cada um, que compartilha com o indizível de muitos corações. Para mim, essa é a mais importante forma de compartilhar um processo, porque este se realiza na vida, na busca da harmonia entre o mundo interno, vivido, e o mundo externo, existido e experimentado.

Amo o entardecer! O sol e a lua se manifestando ao mesmo tempo no céu. A natureza se despedindo do dia. O cântico do fim de tarde. As nuvens vermelhas mesclam o dia e a noite. Uma estrela surge. Uma quietude penetra...

UM CANTO PARA SAPATOS

Concepção: O grupo

Direção: Margha Vine

Elenco: Anderson Paíscá, Eduardo Silva, Manuel Fabrício,

Marcos Costa, Rosa das Dores, Vanessa Febrini

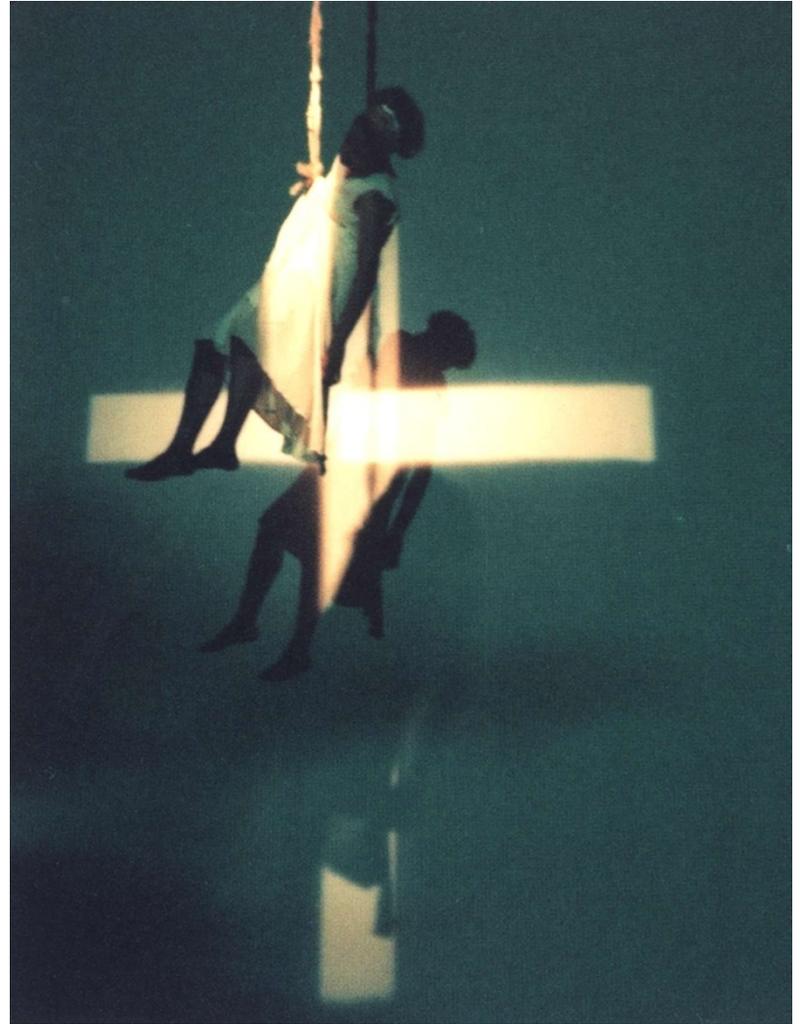
Musicistas: Bethânia Paranzini, Liliam Campesato

Animação 3D: Chris Vine

Iluminação: Thaís D'Abronzo

Cenário e Figurino: O grupo

*Se você puder olhar, veja
E se você puder ver, repara.*



UM CANTO PARA SAPATOS 01

*Ando cego errantemente.
Meu olhar branco como um mar de leite.
Xingamento...
Compaixão...*



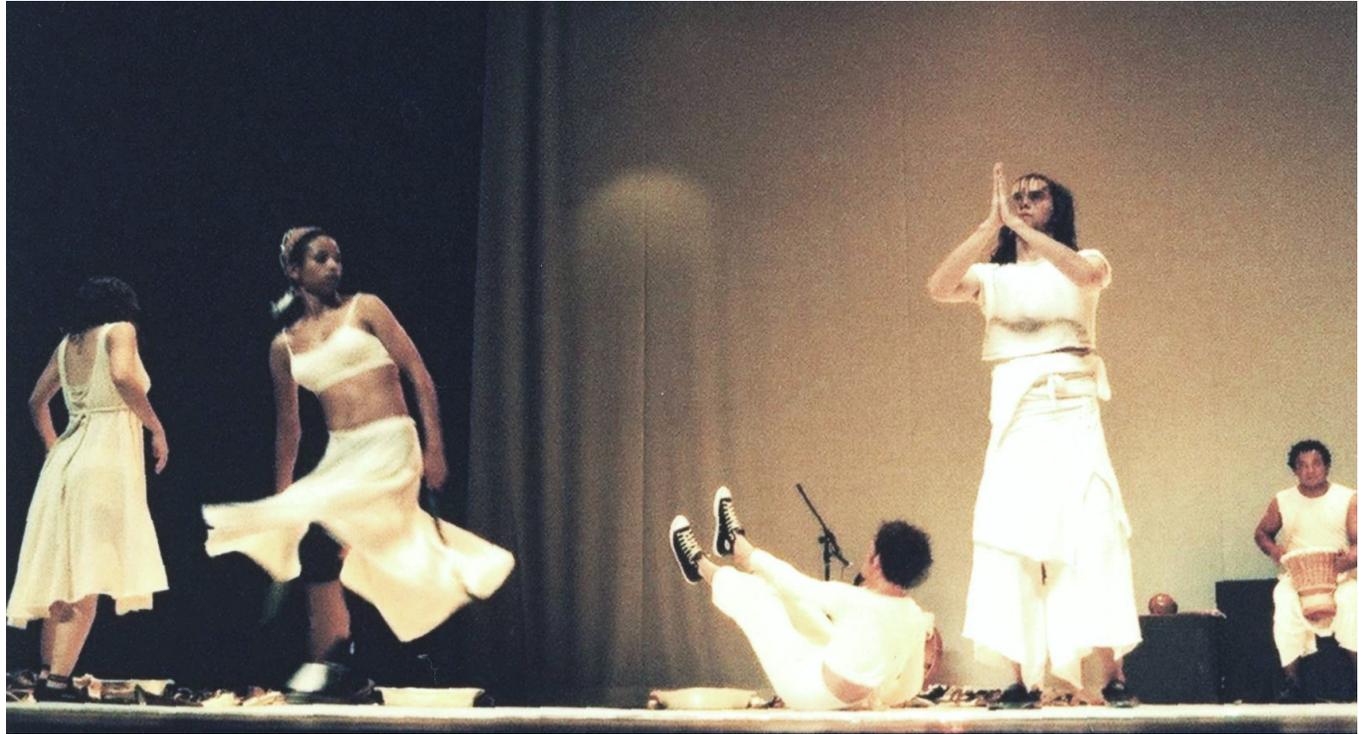
UM CANTO PARA SAPATOS 02

Não sei agir nas necessidades,

Uma incompetência me invade.

Não sei agir nas diferenças,

Uma impotência me assola.



UM CANTO PARA SAPATOS 03

*No meu sentimento de abandono,
Torno-me prepotente, tirano.
Minha crueldade toma conta de mim.*



UM CANTO PARA SAPATOS 04

Minha vergonha me consome...

Meu medo me corrompe...

Corrô-me, rôo...

Corro da minha sombra,

Fujo de mim.



UM CANTO PARA SAPATOS 05

*Quero o carinho de uma vida plena,
Ser como uma flor que recebe a gota do orvalho.
Quero do meu mundo,
Um arco-íris de compaixão!*



UM CANTO PARA SAPATOS 06

*É uma grande responsabilidade ter consciência,
Quando todos em volta ainda estão em estado de plena ignorância.*



UM CANTO PARA SAPATOS 07

*Contemplo um estado de inteireza,
Respiro os raios do sol,
Vejo o perfume das plantas,
Recebo o azul do mundo.
Experimento o som da unidade,
Envolvendo todo meu ser.*

2. Reflexões II

Dizem que o século XX foi o século de maiores conquistas da humanidade.

Pergunto-me: Conquista de quê?

*Foi o século de maior destruição em massa,
de maior destruição da flora e fauna do planeta.*

Do aumento da depressão, do suicídio, da solidão.

Entramos no século XXI,

com conflitos irreparáveis,

guerras infundadas,

ganância sem medida,

com o risco de sucumbirmos o planeta.

Conquista de quê?

Cadê o amor?

2.1. Mergulhos

*“Chegará o dia em que os homens conhecerão a alma dos animais e, nesse dia, um crime contra um animal, será considerado um crime contra a humanidade”.*⁵⁷

O grande desafio é conferir centralidade ao que é mais ancestral em cada um: o afeto e a sensibilidade. Em outras palavras, é se voltar para o coração. Nele está o centro, a capacidade de sentir em profundidade e escutar as profundezas para guiar a própria expressão na vida. A vida é a coexistência de todas as coisas em diferentes frequências vibratórias, criando várias dimensões e inúmeras realidades. A existência se dá pela intrincada rede de conexões nas quais participam todos os seres. O amor é o fundamento do viver humano, e o conhecimento o recurso utilizado para garantir o processo de transformação do mundo humano. O *corpespiciente* é um ser multilíngüe. Fala através da cor e da temperatura, do rubor do reconhecimento, do brilho do amor, da escuridão da dor, do calor da excitação, da frieza da falta de convicção. Fala através de seu bailado ínfimo e constante, às vezes oscilante, às vezes agitado, às vezes trêmulo. Fala com o salto do coração, a queda do ânimo, o vazio no centro e com a esperança que cresce. Ele se lembra, os ossos se lembram, as articulações se lembram. A memória se aloja em imagens e sensações nas próprias células. Como uma esponja cheia da água, em qualquer lugar que a carne seja pressionada, torcida ou mesmo tocada com leveza, pode jorrar dali uma recordação. É um deus por si só, um mestre, um guia autorizado, um detonador de experiência que possibilita a transcender os condicionamentos impostos para encontrar a verdadeira fonte de expressão.

⁵⁷ VINCE, Leonardo Da. Atlas Ilustrado. *Leonardo, Arte e Ciência: As Máquinas*. Sintra, Portugal, 2005

O *corpespiriente* é sua pele, fásia e carne mais profunda para registrar tudo o que ocorre com ele. Ele é um registro vivo de vida transmitida, de vida levada, de esperança. Seu valor está na sua capacidade expressiva para registrar reações imediatas, para vivenciar sentimentos profundos, para pressentir. O *corpespiriente* unifica a experiência biológica e cultural. Quando se manifesta em expressão, existe um componente fisiológico, uma série de ações nervosas que acompanham o sentimento expressivo do *performer* e que são muito reais. O *corpespiriente* transformador elabora símbolos no processo de seu movimento; cria formas e as transforma, consciente da importância do gesto mais sutil para o significado de sua obra. A dança surge como forma de arte que integra a manifestação do vivido pela cultura com a habilidade motora que se desenvolve e se torna mais complexa a cada movimento aprendido, codificado e interpretado. Não há divisão entre o movimento e o *corpespiriente* que dança. Quando se movimenta para dançar, o *performer*, ele mesmo, torna-se a dança. Mary Wigman costumava dizer que a arte origina-se da causa básica da existência, retirando daí suas forças criativas e construtivas. Da vida, ela recebe o poder de renovar, rejuvenescer, e transformar a si mesma.

O *performer* expressa o que está invisível. Diz coisas da vida interna, não dele próprio, mas de sentimentos internos pertencentes à humanidade. É extremamente sutil, fluido, impalpável e suas raízes estão plantadas no mundo inconsciente, exigindo uma linguagem para sua expressão. Dançar está ligado aos sentimentos mais profundos do inconsciente. Enquanto caráter simbólico, trata dos aspectos profundos do eu, remete a arquétipos muito antigos e distantes. Em sua origem, ela revela conteúdos simbólicos tanto para o indivíduo que dança, quanto para quem assiste à *performance*. Uma dança, como qualquer outro trabalho artístico, é uma forma perceptível que expressa a natureza dos sentimentos humanos – os ritmos e as conexões, crises e rupturas, a

complexidade e a riqueza do que chamamos da vida interna humana, o fluxo da experiência direta, a vida como se sente quando se vive.

A dança expande-se pelos movimentos do *corpespiciente* de quem dança e expande-se também no *corpespiciente* de quem vê, criando uma relação regulada pelas emoções e sentimentos. Assim, o *performer* transforma-se, valendo-se dos movimentos e gestos coreográficos, em paisagens artísticas que se deixam conhecer por outros *corpespicientes* na expressão de ser. A dança identifica-se com o esforço da vida.

A dança precisa ser edificada e vivida na unidade do *corpespiciente* para fornecer a ele a memória que lhe sustenta, precisa ser formada para aperfeiçoar seu discurso, exercitar-se para garantir sua expressão em movimento, precisa permanecer. A dança, seja ela qual for, exige do indivíduo organizações complexas do sistema neuromotor para garantir a eficiência de sua execução. Ela não é presente dos deuses a alguns privilegiados; não dança aquele que não se revela e não se arrisca à dança. E isso é sagrado. Sagrado no sentido de ser um envolvimento profundo de ser *corpespiciente* no pensamento do movimento. Sagrado na compreensão de que as células dançam e que estão em conexão como uma rede no universo. Sagrado porque materializa o invisível na sua forma que continuamente se transforma. Sagrado porque comunica pelas profundezas do coração. E sagrado porque se expande em expressão de sentimentos. Na consciência de dissolver-se no todo, encontra-se a verdadeira expressão de ser. Na psique instintiva, a dança é uma rede de informações, uma mensageira com uma gama enorme de sistemas de comunicação – cardiovascular, respiratório, ósseo, nervoso, vegetativo, emocional e intuitivo. No imaginário é um poder, uma oração de vida nos seus próprios méritos.

A dança em que acredito comunica simbolicamente a vida humana, aborda os conflitos e questionamentos que acompanham a humanidade através da história, contribuindo para as transformações no espírito de cada época. Simbólica por exprimir e comunicar os conteúdos inerentes à natureza humana. Simbólica por ressignificar os conteúdos vindos do inconsciente e suprir a necessidade intrínseca do ser humano de simbolizar e simbólica, visto que, por natureza, propõe-se a ser aberta para tocar o coração das pessoas.

Simbolicamente sagrada, cria um jogo de forças aliado à ilusão de poder físico, emocional, psíquico e espiritual em espaço-tempo quadridimensional, fazendo surgir imagens de uma realidade própria. Expressa a multidimensionalidade da vida na holografia tridimensional do *corpespiriente*. É imagem se fazendo e desfazendo no mesmo instante, constantemente remanifestando um prisma do todo. Afinal, o que é a arte senão um olhar (um prisma) da própria vida? Na não forma, existe contida a probabilidade de inúmeras formas se manifestarem. E na fluidez sutil da vida, todos os organismos ocupam o mesmo espaço. Não há separação. Minha energia não está separada daquilo que ela é e se manifesta. Interfiro o tempo todo naquilo com que coexisto. Para mim, reconhecer a unicidade é, acima de tudo, uma mudança de paradigma, uma consciência com sentido de crescimento e um crescimento com sentido de evolução. Acreditar profundamente naquilo que faço é o impulso que me faz seguir na vida.

O ser humano opta o tempo todo qual caminho seguir na expressão de ser no mundo. O estar consciente a todo instante dessas opções o faz ser capaz de se relacionar consigo e com o outro de uma maneira mais completa e saudável. O *corpespiriente* em movimento é uma presença total no espaço expressando o mundo simbólico da humanidade.

Todo trabalho de arte é semelhante a uma imagem, independentemente de ser dança, escultura, poesia, música, fotografia ou cinema. Na dança, o movimento coreográfico desenha imagens na tela do espaço. A imagem fotográfica evoca um movimento interno, levando a um tempo imemorial. No filme, o movimento da câmera permite um fluxo imagético de um presente interminável. De um modo geral, a arte é uma demonstração externa da natureza interna, uma objetivação da vida subjetiva. As imagens criadas carregam elementos e padrões da natureza dos sentimentos e manifestam-se em emoções deliberadas, dando vida às obras artísticas. Os sentimentos são gerados pelas idéias que compõem o processo de criação. Quando o artista os expressa, ele manifesta o universo criado que existe enquanto dura aquele evento e somente naquele momento. Esse universo criado é efêmero e eterno. Efêmero porque é um momento único e eterno porque, ao se abrir em comunicação, estabelece uma relação com o público, que o eterniza na sua própria vida interna. Como diz Mary Wigman:

“Todo trabalho de arte é o resultado de um processo único e não repetível de criação – onde o ser humano em sua corporeidade torna-se a veia visível e instrumento de sua mensagem, o trabalho artístico em si permanece unido ao seu intérprete criativo. Isto pode se tornar efetivo somente no momento de sua realização ao vivo. Que o trabalho pode ser repetido, não modifica em nada sua dependência ao momento de sua apresentação”.⁵⁸

Somente a arte é capaz de apresentar a natureza e a forma da vida sensível e emocional. Os trabalhos artísticos são formas expressivas, e o que expressam é a natureza dos sentimentos humanos. Existem para expressar a idéia de seu criador a respeito da vida emotiva, imediata, sentida, para estabelecer diretamente uma conexão com o sentimento. Um trabalho artístico é uma composição de tensões e resoluções, equilíbrio e desequilíbrio, coerência rítmica; uma unidade precária, porém contínua. A vida é um processo natural dessas

⁵⁸ SORELL, W. ed. *The Mary Wigman Book: Her Writings*, Middletown, Connecticut, Wesleyan University Press, 1975, p.48.

tensões, equilíbrio, ritmos; essas coisas são sentidas em quietude ou emoção, como o pulsar da própria vida. Nos trabalhos de arte, a maneira como alguém desenvolve uma idéia e cada aspecto do sentimento desenvolvido são expressos simbolicamente, envolvendo-se um no outro, como uma teia para sua apresentação. Uma dança é uma expressão do conhecimento de seu criador sobre muitos sentimentos.

O artista coloca-se em expressão e o público recebe impressões da obra, criando uma relação e um processo de comunicação. A maneira como o sujeito cria uma obra de arte tem raízes em sua própria experiência de vida e em tudo o que carrega em seu inconsciente. O artista não tira um pedaço do mundo ou rosto de alguém e simplesmente o coloca na tela. Há um sentimento interior do artista na interpretação daquele rosto que vê. Esse sentimento gera uma interpretação e expressão simbólica que é transmitida para a tela, escultura, movimento, ou outro que o valha. Quando alguém vê a obra, o que lhe chega é a significação simbólica da mesma, acrescida dos sentimentos e experiências de quem a vê.

Simbolizando a vida, o ser humano cria um mundo. As artes de um modo geral são expressão máxima deste simbolizar. Geram idéias em movimento. E idéias são como o fundo do mar: quanto mais penetro nas profundezas das águas, mais puras e poderosas elas são. Gerar idéias é se deixar ir de encontro com os sentidos internos, com os tesouros guardados nos recônditos do coração. É não se conformar com as imposições do mundo, é investigar profundamente as inquietudes da alma humana.

A arte só existe com a presença do “observador participante”. Sendo assim, é comunicativa no sentido de unir as pessoas num compartilhar que todos se olham sendo capazes de lançar um olhar sobre si próprio, os

próprios sentimentos, o modo como cada um existe, coexiste e participa da construção ou destruição da vida do planeta. Depois de séculos de ceticismo científico, capitalista e industrial, observo que um número cada vez maior de pessoas busca reorganizar suas vidas dentro de uma proposta mais integrativa de ser no mundo. É desejo de um mundo melhor, refletindo e questionando as patologias da sociedade e propondo novas maneiras de se perceber enquanto ser no mundo. Nesse contexto, uma arte engajada é aquela que antevê e alimenta o movimento de mudança, contribuindo para ampliar o horizonte do conhecimento e da sabedoria humanos.

A arte é do universo do singular que se relaciona com todos os outros singulares, pondo-se em existência “universal”. Toca o invisível, o impalpável, a inconcretude do concreto sentimento que permeia a todos, ligando todos os seres uns aos outros. A arte aproxima as pessoas num encontro de sentimentos por vezes alegres, por vezes tristes... Como a própria vida. Não há quem não seja tocado por uma obra de arte. Ela desperta o coração do mais cético ao mais simples ser humano, porque está ligada ao mundo do inconsciente, ao lugar da intuição, que fervilha, criando as imagens que vivificam o mundo.

É base para as transformações humanas, pois lidando com o mundo do sensível, está à frente dos processos de questionamento que levam a mudanças profundas na sociedade. Porque arte não é mercadoria. Pode ser colocada no mercado, mas é diferente de entretenimento. Ela se contrapõe às estéticas de produção viabilizadas em tempos atuais, que se erigem em padrões do entretenimento e massificam e imobilizam. A arte é um presente do universo do inconsciente ao mundo externo. Não é comodidade. É inquietação que possibilita movimento.

Desse modo, o processo de criação se manifesta. Um movimento emerge, uma imagem surge. Um presente da vida atemporal. E sendo um presente, a arte se torna um modo de vida. A arte ordena, transforma, mobiliza. Questiona o sentido da vida, o significado da existência, escancarando as crueldades humanas. Coloca-se avante das grandes revoluções sociais e enfatiza a beleza de ser. É mais revolucionária ainda, porque toca o coração de todos.

2.2. Sensibilidade em Coma

Estou em 2005. Duas situações se apresentam a mim. O projeto de pesquisa prática do doutorado e a disciplina de Montagem Cênica, na Universidade Estadual de Londrina. Com o grupo de pesquisa, o objetivo neste momento é desenvolver uma linguagem comum a partir dos estudos de Dança Vocal. Com os alunos do quarto ano do curso de Artes Cênicas, a montagem de um trabalho prático. Aproveito a oportunidade para propor alguns experimentos em relação ao audiovisual, cena ao vivo e o uso de diferentes espaços na composição de cenas, criando uma ligação entre o todo do espetáculo. São os recursos que têm me inspirado nos últimos anos como parte de composição de uma obra. Idéias de vídeo-dança, idéias de animação, seqüência de fotografias projetadas na tela estão fervilhando em mim.

A câmera transforma a perspectiva do fazer artístico. A câmera móvel separa a tela do palco. Ela é capaz de assimilar os materiais mais diversos e transformá-los em elementos próprios. Ela incorpora tudo: dança, drama, poesia, música. E o faz como no modo do sonho, no sentido de criar um presente contínuo, uma ordem de aparição direta. No sonho, o sonhador está sempre no seu centro, tudo que lhe acontece tem um caráter imediato; da

mesma maneira, o filme incorpora um eterno presente. A câmera torna-se o olho do criador, captando poeticamente imagens governadas por um sentimento, dando imediatidade ao que está acontecendo na tela e gerando autenticidade. A realidade move-se para frente e para trás, sendo um agora interminável.

Integrar fotografia e vídeo com o movimento coreográfico para conceber obras artísticas amplia a possibilidade de novos processos de criação e de comunicação com o público. É o encontro do movimento em cena com as imagens que se imprimem nos *performers* através do projetor. É o movimento expresso na imagem fotográfica. É a utilização do espaço cênico como o lugar onde se desenvolve a relação de comunicação entre o filme e a performance, o que possibilita um espaço de representação diferenciado, permitindo um novo tipo de contato entre obra, *performer* e público. É a semente do que denomino no momento de “cinema ao vivo”. Sendo o sujeito o enunciador da arte, é possível conectar as diferentes linguagens artísticas para encontrar um novo olhar e expressar modos incomuns do fazer artístico para dizer o indizível da vida humana.

A utilização do teatro como um todo enquanto ambiente cênico teatral, com o público percorrendo as diferentes cenas, também é uma investigação que me move. Quais as sensações que os diferentes lugares provocam em conjunto com as diferentes cenas? A proximidade *performers* – público causa o quê? Que processos se desencadeiam? Vagarosamente, estou mudando meus centros de referências. Agora, cada vez que olho um ambiente, vejo infinitas possibilidades de criar um mundo para as pessoas entrarem e experimentarem outra perspectiva de realidade em suas vidas. Espaços me chamam e comunicam-me situações possíveis que desencadeiam idéias para construção de cenas poéticas que reverberam sensações, numa situação atemporal. O

espaço, um elemento; o tempo, uma ilusão. O *corpespiciente* em movimento se coloca em ambientes, desenhando imagens construídas na imaginação, deslocando-se na efemeridade, abrindo os espaços da percepção.

Enquanto processo de construção, assim como em “Um Canto para Sapatos”, os temas abordados vieram dos desejos e das inquietações dos alunos. Meu papel era o de ajudar a dar forma nos elementos sugeridos. As relações cotidianas, as relações afetivas, a relação com o planeta, a relação com o universo feminino foram os temas que me apresentaram. Os sentimentos de desespero, medo, solidão, ganância de poder, arrogância e crueldade eram o pano de fundo que os colocavam em movimento. Uma forte crítica à sociedade globalizada, massificada, alienante, robotizada. Os humanos cambaleiam a esmo pela terra, cegos, indiferentes e sem consciência de si mesmos. Esqueceram-se de admirar o mundo e de olhar para dentro das coisas. Imagens de mortos, pessoas voando, pessoas em aviões, metrô, pessoas no lixo, caos. Instigar imagens pelos sentidos era algo que o grupo queria experimentar. Drummond, Adélia Prado, Chico Buarque, Madre Tereza de Calcutá, Ghandi e Che Guevara foram os inspiradores das construções poéticas. Que espaço é esse? Quem é você neste espaço? Que cheiro ele tem? Que gosto? Que cor? Que texturas? Que sons? Que tensão ele cria? Que dinâmicas de movimento? Essas foram as perguntas básicas que joguei. Imagens de máscaras de gás no palco, os *performers* pendurados dentro de sacolas de plástico, uma procissão do enterro do mundo. Um piano no meio do lixo. Um alerta. Um grito. Um pedido de um momento de reflexão: o que o ser humano está fazendo com sua própria existência? É querer muito que a morte do egoísmo aconteça?

Nunca entendi porque o ser humano tem o hábito de sentir-se superior. Arrogância, prepotência ou complexo de inferioridade? Ou ainda, por ser incapaz de comunicar-se com a extensão de si mesmo, acaba

menosprezando outros seres, voltando-se contra eles? Não sei. Não sei se um dia terei essa resposta. Só sei que, por essa incompetência, a vida do planeta está se esvaindo. Todas as espécies correm o perigo de extinguir-se, inclusive a humana. Será que dá para acordar?

As cenas encadearam-se entre vídeo, projeção de fotos, música ao vivo e gravada, compostas para a obra, textos, coreografias que provocaram questionamentos, que incomodaram. Enquanto artista, eu dou forma a trabalhos que propõem questionamentos, transformações. Em cada obra, sementes são espalhadas em solos potencialmente férteis. Está na hora de propor um lugar verdadeiramente diferente para se viver. Assumir a arte como uma possibilidade de ordenação que fala de coração para coração, que reanima a *alma do mundo*.

SENSIBILIDADE EM COMA

Concepção: O Grupo

Direção: Margha Vine

Elenco: Bia, Juliana Matta, Luana, Marcos Vinícius, Vaninha

Vídeo: Nuno Theodoro e Margha Vine

Texto: O Grupo

Música: Marcus Vinícius e Chris Vine

Cenário e Figurino: Margha Vine

Animação 3D: Chris Vine

Iluminação: Thaís D´Abronzo

Boa noite, senhoras e senhores!
Hoje vocês irão conhecer uma espécie de animal muito peculiar.
Antes, devo assegurar que a qualidade da carne é nobre.
Uma espécie rara, que há alguns anos vem se proliferando como uma praga.
Junto a essa proliferação desenfreada,
desenvolveu-se um mal a esse grupo de animais denominado Humanidade.
Uma peste, que afeta o órgão vital da espécie...
Cada homem, um desejo,
Cada coração, uma dor
O mundo: um mistério.
O homem encontra-se em degradação do seu próprio eu.
O coração faz eco no vazio humano,
o espetáculo da contemporaneidade.
O espetáculo da Morte.
Homem matando Homem,
matando o erro,
o Homem nascendo Dor.



SENSIBILIDADE EM COMA 01

*Meu coração não é maior que o mundo.
As pessoas estão aqui fora, na rua,
Que é muito maior do que eu esperava.*



SENSIBILIDADE EM COMA 02

*Eu me sinto muito bem quando estou sozinho em minha casa, não me incomodo de estar rodeado por cercas elétricas e guardas particulares.
O que quero é só um pouco de tranqüilidade.*



SENSIBILIDADE EM COMA 03

*Viajei por lugares imaginários,
Fáceis de habitar!
Talvez algum dia,
Alguém chegará neste lugar e decifrará,
Fragmentos das cartas de um mundo só meu!*



SENSIBILIDADE EM COMA 04

O que mais me incomoda é o fato de que, hoje, milhares de pessoas passam fome, morrem por causa disso e ninguém se comove.



SENSIBILIDADE EM COMA 05

Eu sempre assisto ao jornal na TV, lógico.

Preciso me informar.

Hoje em dia, nos negócios, não podemos dar bobeira; um passo em falso e você é passado para trás.



SENSIBILIDADE EM COMA 06

Orkut, Blog, Fotolog, MSN...

Quantas novidades de entretenimento...

Eu, isolado em minha cadeira, me conecto e desconecto,

Vivendo a solidão do mundo.



SENSIBILIDADE EM COMA 07

Meus pensamentos desordenados

Fazem de mim um triste soldado

Uma mera alma

Indo ao encontro da tua...



SENSIBILIDADE EM COMA 08

Uma onda de pessimismo me invade.

Reflico sobre a realidade do mundo.

Quanto tempo ainda levará para a humanidade enxergar o óbvio?



SENSIBILIDADE EM COMA 09

*Sinto que a cobiça envenenou a alma dos homens.
Levantou no mundo as muralhas do ódio.
Tem nos conduzido à morte pelo caminho da miséria.
Deus não exige menos do que a morte do egoísmo!*



SENSIBILIDADE EM COMA 10

Você sabia que:

1/3 da população mundial possui a grande maioria dos recursos, enquanto 2/3 têm que sobreviver com as migalhas que lhe sobram?



SENSIBILIDADE EM COMA 11

Que a Poluição causada por uma indústria no Brasil ou nos EUA cruza todo o planeta e chega a contaminar até mesmo os animais no Pólo Norte e na Antártica?

Poluentes tóxicos, persistentes e bioacumulativos são encontrados atualmente em todo o planeta.

Que a atmosfera da terra é composta por gases que ajudam a manter a temperatura que possibilita a vida no planeta e que o aquecimento global provocado pela ganância está pondo em risco vários ecossistemas do planeta e conseqüentemente a própria espécie humana?

E que a energia nuclear é um dos erros tecnológicos, ecológicos, sociais e econômicos mais graves de nosso tempo?



SENSIBILIDADE EM COMA 12

*E você sabia que acima de tudo,
O universo é parte de um contínuo?
Que apesar da aparente separação, tudo é uma extensão de tudo o mais?
Você, a luz que verte da lâmpada, seu cachorro, não são feitos apenas das mesmas coisas.
Vocês são a mesma coisa.
Uma coisa una,
Enorme que estende seus inúmeros braços e membros para dentro dos aparentes objetos,
Átomos, oceanos agitados e estrelas cintilantes no cosmos.
Então você entende que não é possível ser feliz enquanto houver um ser vivo em sofrimento,
E que seu sorriso e sua alegria vale um bom dia de alguém.*

2.3. Criação

*“O passado, o futuro, o espaço físico e os indivíduos não passam de nomes, formas de pensamento, realidades meramente superficiais”.*⁵⁹

O processo de criação artística é como uma semente que espera o seu tempo e o solo apropriado para poder germinar. É lento e sutil. Gesta por quanto tempo necessário for para poder germinar, crescer e florescer poderoso em seu próprio espaço. Alimenta nutridoramente a formação de idéias. Uma idéia surge como uma centelha; seu movimento interno é gerado atemporalmente, criando imagens sonoras, auditivas, visuais e cinestéticas até que estas se entrelaçam e ganham forma própria. Algo subjetivo, singular, único. Um diário que registra impressões. Sentimentos que afloram, transformados em pensamentos que se movem, cheios de ideais, sonhos e intenções. Vêm de uma fonte sobre a qual não se tem controle e com uma lógica toda própria. É quase uma invocação e, para poder recebê-la, é preciso estar atento às chaves que me são dadas.

Criar para mim está ligado ao sentir e sentir; não tem nada a ver com equações matemáticas. Vem do coração que é o órgão com o maior número de neurônios do organismo. Tem a ver com os lugares do meu recôndito interior que gritam por expressarem-se, com aqueles aspectos que se sentem tocados pelos menores gestos da vida. Com aquelas partes que me arrebatam para um lugar interno e profundo. Criar é deixar-me submergir no mundo do inconsciente, pela experiência vivida e submersa na memória das células, dos órgãos, dos fluidos da existência para dar vida a uma obra.

⁵⁹ *Palavras de Buda. www.shambala.com. Acessado em 2 de maio de 2006*

Quanto mais para dentro de mim eu vou, maiores e mais abstratas são as idéias que surgem. Elas vêm com toda sua força e aquela que mais me atrai é a que abraço para traduzi-la em movimento cênico. Qualquer coisa que se torne algo vem de um lugar muito profundo em mim. Tão profundo e tão vasto quanto o próprio universo. Talvez seja o campo unificado, os universos paralelos, a vida multidimensional, o inconsciente coletivo. Não sei. Só sei que quanto mais intenção, consciência, atenção, expansão, internalização e quietude, mais profundamente eu me dirijo em direção à fonte sendo mais poderosas as idéias que me invadem. Como é bom o silêncio. Submersa nele, mergulho cada vez mais no oceano interior, expandindo os sentidos e sensações de tal modo que ouço a natureza nos seus mais sutis movimentos.

Minha intrínseca natureza interior concebe um entendimento de mundo que consagra a natureza, a vida, a coexistência pacífica entre os seres. Incomoda-me a injustiça, enraivece-me a crueldade, choca-me a ignorância, irrita-me a discriminação, entristece-me o descaso. Minhas obras refletem meus sentimentos e percepções sobre os temas que me inquietam.

Não conto histórias. Eu sugiro temas que se interconectam e relacionam-se. Meu processo de criação passa por uma fase embrionária. Dorme e se desenvolve, dorme novamente. Está lá, no universo das possibilidades do vir a ser. Uma imagem, uma frase, um texto, uma conversa, um som ou mesmo algo extremamente corriqueiro: invadem-me de tal forma que mergulho numa atemporalidade de experiências internas as quais me levam àquele núcleo fértil e pulsante de idéias desdobrando-se em imagens do inconsciente que se expressam em movimento, fazendo aquele embrião crescer mais um pouquinho. Na maioria das vezes, não é um movimento codificado em si, mas uma idéia em movimento, um fragmento, gerando outros tantos, que são desconstruídos, transformados e

nutridos até a obra viva se manifestar. Pode levar anos de trabalho e pesquisa para que o embrião tome corpo e forma própria.

De certa forma, posso dizer que meu modo de criar sempre foi “sem pé nem cabeça”. Sem linearidade e muito orgânico, como uma teia de significados interligados, que se manifestam por uma variedade de símbolos e se expressam por analogias as quais podem ser ressignificadas ao serem apresentadas publicamente. Abstração e concretude se complementam na criação. Imbuída de certeza interna, confio que meus sentimentos particulares têm força o suficiente para alcançar os sentimentos dos outros. Confio que o que crio reverbera no coração das pessoas. Confio na própria criação.

O desejo por uma idéia é o movimento inicial de todo o processo. A paciência a acompanhante do desejo e a intuição é o guia condutor. Ela pode levar a transcender os limites do condicionamento, abrindo possibilidades de reconhecer diferentes perspectivas do próprio ser, explorá-las e colocá-las em cena. Um infinito mar de possibilidades de idéias se desvela quando me deixo levar pela intuição. Ela me invade e, através dela, encontro-me com um fluxo atemporal de imagens que se convertem em idéias. Há outros três aspectos que precisam estar presentes neste processo: a intenção, a atenção e a alerteza. A intenção está diretamente relacionada com o desejo, pois, onde coloco minha intenção, é ali que meu coração está. E o desejo vem das coisas que inquietam o coração. A atenção diz respeito a me colocar em um estado de escuta para que eu possa seguir o caminho da intuição. O estar atento ao meio externo e interno com os sentidos totalmente alertas amplia e transforma a percepção. A alerteza é aquele estado de prontidão que dá o discernimento necessário para que eu reconheça a voz da intuição. Aliada a tudo isso, encontra-se a espontaneidade, que garante a abertura para que o processo de

imersão no inconsciente aconteça. Penetrar no inconsciente para fazer emergir poderosos, puros e belos fragmentos de idéias requer um espaço-tempo próprio, que não condiz com nenhum tipo de prazo ou hora marcada do mundo tridimensional. Cada fragmento que surge me leva a encontrar outro fragmento e outro, em um caminho que me desemboca no todo. Idéias vêm. Às vezes, eu as vejo, escuto-as, sinto-as, toco-as, cheiro-as. Apaixonono-me por elas.

No universo do imaginário, não há divisão tempo e espaço, não há começo, meio e fim. No mundo do inconsciente, as dimensões expandem-se e não há passado, presente ou futuro. O inconsciente revela-se em todo seu esplendor. Na não localidade, na não forma, encontro o espaço da criação. O tempo é circular, eterno. Só o que existe é o agora. Todos os eventos estão interligados e suas conexões, acausais, funcionam em termos de probabilidades, unindo o objetivo e o subjetivo. Observo-os de diferentes ângulos e encontro novas perspectivas de manifestação. O mundo torna-se uma realidade possível entre tantas outras realidades possíveis, fazendo parte uma mesma realidade. Cada partícula do Universo é um microcosmo que contém toda a informação de tudo o que é, e tudo o que percebo são conhecimentos ao meu alcance, possíveis de serem acessados quando foco e mergulho no meu interior multidimensional. Assim, matéria e energia são manifestações diversas da mesma substância universal. O que as diferencia é a frequência com que cada uma vibra. Os átomos que constituem minhas células estão ligados aos átomos que formam a mais distante nebulosas. Não há separação. Minhas células são o núcleo da minha própria consciência, sendo que cada uma vibra de acordo com as escolhas que faço. E cada escolha determina um caminho que sigo.

No processo de criação, utilizo a experiência pessoal dos *performers* como estímulo para a construção do trabalho. Faço perguntas que geram respostas verbais e não verbais. Isso faz que conteúdos profundamente guardados no organismo sejam tocados. O que move as pessoas, seus conteúdos, suas memórias, suas inquietações, é o que me fascina quando estou desenvolvendo um projeto. Experimentar em grupo é uma das palavras-chave. Algumas vezes, a idéia inicial parte de mim, outras me sugerem temas, mas a composição do todo está sob o meu olhar, e *performers*, músicos, cenógrafo, figurinista, poeta, iluminador exploram e experimentam as idéias, baseados em suas experiências pessoais, colaborando para o desenvolvimento da idéia original. Meu trabalho se ancora na memória temporal e atemporal do ser humano e na vida pessoal de cada um como elementos da história universal. Como diz Kazuo Ono: “Dentro de cada pessoa existe uma energia mais potente e feroz que qualquer bomba atômica”.⁶⁰ Como uma árvore soltando suas flores no outono para entrar profundamente em si mesma no inverno e poder renascer o verão, assim é o processo de criação. Num dado momento, começo a ligar as coisas de dentro para fora até a obra se formar como um todo.

No meio da noite impera o silêncio. Momento de recolhimento, de percorrer os recônditos da alma sob o olhar zeloso e prateado da lua que inunda meu ser com seus mistérios. As sombras surgem fazendo-me ver as mais profundas dimensões de mim...

⁶⁰ OHNO, Kazuo apud BAIOCCHI, Maura. *Butoh: dança Veredas D'Alma*. São Paulo, Ed. Palas Athenas, 1995, p.20.

2.4. Somos Todos Anjos... Caídos ou Não

Estava sentada na beira da estrada. Um senhor aproximou-se e perguntou: Para onde vai? Não sei bem, respondi. Ele me olhou profundamente e voltou a me perguntar: Como você quer seguir um caminho se não sabe para onde vai? Não sei (respondi com a voz baixa). Escuta (ele voltou a se manifestar), há muitos anos trilho por essa estrada. Há inúmeras saídas. Para você encontrar a que lhe pertence, você tem que definir um caminho. Qual é o seu mais profundo anseio? Olhei para ele dentro dos olhos. Vi em seus olhos os meus próprios. O que me acorrentava? Porque nunca consegui optar pela própria vida? Meus olhos encheram-se de lágrimas. Ele continuou a me olhar com a mais profunda compaixão. Estendeu-me suas mãos e me disse: Venha, acredito que posso trilhar essa estrada com você, até você se sentir pronta para escolher a saída que mais lhe aprouver. Uma luz intensa brilhou. Com um sorriso nos lábios, aceitei seu convite, que com certeza me daria o apoio necessário para iniciar esta jornada sem volta. Uma jornada de transformação, de desnudamento, de liberdade. Levantei-me, dei-lhe a mão e começamos nossa caminhada.

Desde que me reconheço como ser vivente, minha vida é rodeada por anjos de todas as espécies. Há aqueles que sussurram em meus ouvidos, aqueles que me levam para um mundo a salvo ou ainda aqueles que me acompanham no dia-a-dia, manifestos nas mais diferentes formas.

A semente dessa obra surgiu em 1996. Estava vivendo o luto da transição de meu pai e o livro “*Where Angels Walk*”⁶¹ chegou as minhas mãos. Entre todas as histórias contadas com base em fatos reais, uma me tocou de um modo muito especial. A história de Corrie ten Boom envolveu meu coração, como as histórias de bravas mulheres que, com sua capacidade incondicional de amar, arriscam-se para salvar vidas. Uma história de fé, esperança e amor no período da II Guerra Mundial. Uma vida de coragem e doação. Uma mulher capaz de sobreviver às atrocidades por causa de sua crença num poder acima da vida e da morte. Uma sobrevivente do holocausto por um “erro burocrático”. Uma voz sussurrou em meus ouvidos: “milagres”.

“Por quase toda minha vida na terra, vivi como uma personagem de história em quadrinhos, sem uma consciência de mim mesma, adaptada ao turbilhão da experiência em sociedade. Apenas uma rara vez, a consciência da própria existência me percorreria o corpo como um calafrio, e pela primeira vez me senti viva. Percebi ser apenas um dia na eternidade, um piscar de olhos no tempo. Um breve ato entre uma inspiração e uma expiração. Uma impermanência. O mundo está preenchido por sofrimento. Mas também existem muitas coisas boas. Muitas às quais me afeiçoô. Mas nada daquilo que amo e a que me apego perdura”.

No mesmo período, vi num jornal uma imagem que me deixou estarecida. Uma pilha de mortos foi descoberta num país africano com um sistema de governo repressivo. Isso me remeteu a tantas outras vezes que este tipo de atrocidade foi cometida pela humanidade, em sua patologia social. Fez-me lembrar as histórias de meu próprio país. Jamais vou me conformar com isso. Meu senso de justiça faz que tais questões doam profundamente em meu ser. Tocou naquilo que é o ponto mais profundo de mim. Três palavras me vieram: “crueldade, perdão,

⁶¹ ANDERSON, Joan Western. *Where Angels Walk*. New York, Ballantine Books, 1992.

compaixão”. Assim, deixei essa história e essa imagem crescerem em seu próprio espaço-tempo, para que um dia eu estivesse pronta para mergulhar nelas e transformá-las numa obra viva. Dez anos se passaram. Nesse período, fui recolhendo imagens, palavras, textos, texturas, nutrindo a semente que lentamente se desenvolvia. O tema “Milagres” foi ficando cada vez mais forte, ao mesmo tempo em que ia ficando claro que a forma mais comum de anjos são os seres que coexistem comigo nesta concretude.

“Quando eu olho dentro dos olhos de um ser de espécie não humana, eu tenho a nítida sensação e um profundo sentimento que ele sabe alguma coisa que há muito tempo eu me esqueci. Pois não importa o que está escrito nos livros. O importante é o que está escrito no coração”.

Nunca entendi o preconceito. Convivi com crianças das mais diversas ascendências e sempre tive como princípio o respeito pelas diferenças. Nunca entendi a crueldade. Ficava louca ao ver alguém maltratando um ser, fosse da espécie que fosse. Sempre tive seres de espécies não humanas como verdadeiros companheiros, que me ajudaram a atravessar momentos de dor, de tristeza, de alegria. Sempre os tive como anjos. Ensinaram-me sobre cuidar, sobre amar sem querer nada em troca. Eles ensinaram-me o contato profundo com a rede que conecta a todos. Muitas vezes, eu andava pelas ruas de madrugada. Nunca estive sozinha. Um cachorro (às vezes havia mais do que um) aparecia e me acompanhava até a porta de casa. Eu o agradava e pedia para esperar um pouco para lhe dar algo como agradecimento. Na maioria das vezes, quando eu voltava ao portão, ele já não estava mais lá. Ele não queria nada, só havia me acompanhado. Eu então pensava: “Vai com Deus meu querido anjo. Muito obrigada pela sua companhia”. Como chegaríamos à espécie humana se não fossem todas as outras que, no processo de formação da terra, existiram para que pudéssemos aqui estar? A minha experiência me levou a entender que a vida

é um milagre que se desenvolve permeada de inúmeros pequenos milagres, que, na maioria das vezes, passam despercebidos. Gestos simples de amor, que fazem grande diferença no processo de crescimento de um indivíduo. Óbvio para mim, mas nebuloso para aqueles que têm se escondido e se acomodado por milênios atrás dos dogmas criados pelas instituições que manipulam e cegam o coração dos seres humanos.

Olho o reflexo de um universo que um dia foi. Olho para mim e percebo que já não sou aquilo que era a um milionésimo de segundos atrás. Olho a minha volta e vejo transeuntes que, dormindo acordados, passam pela vida sem vivê-la.

Em 2005, iniciei com o grupo de pesquisa os estudos práticos de Dança Vocal. Dois encontros semanais, explorando os sistemas. A grande maioria do grupo já havia vivenciado alguns dos princípios da Dança Vocal. Também trouxe a imagem da pilha e o texto sobre a história de Corrie ten Boom, durante a Segunda Guerra Mundial, para falar sobre a idéia. Neste período comecei a estudar mais profundamente o budismo tibetano. A idéia dos bardos trouxe para mim uma idéia de percurso possível: Viver, morrer, renascer.

Porém, naquele primeiro ano de pesquisa, o objetivo principal era estabelecer uma linguagem comum entre os membros do grupo. Exploramos cada sistema especificamente, tanto através de seqüência sugeridas, quanto por improvisações dirigidas por mim. O grupo foi adquirindo uma coesão e, embora nem todos que começaram tenham permanecido, os que ficaram estavam dispostos a seguir até o fim do trabalho.

Eu sou o mundo...

Sou mais do que um hóspede na realidade: sou a realidade...

Eu sou o solo...

Eu sou as estrelas...

Nas duas últimas semanas de fevereiro de 2006, fizemos um trabalho intensivo, no qual, além dos estudos de dança vocal, comecei a trabalhar com improvisações para recolher material referente ao tema “Milagres”. Comecei a coletar suas histórias, seus desejos, suas inquietações que tivessem relações com as idéias que borbulhavam em mim. Várias improvisações surgiram e transformaram-se em núcleos de criação. Quando comecei a explorar as células, uma nova porta abriu-se. Cada célula pulsa com o movimento de seu próprio processo respiratório, de seu próprio ritmo. Mesmo nas profundezas do organismo, essa atividade continua incessantemente. Contudo, é possível experimentar momentos de profunda paz quando as células são vivenciadas no repouso que se encontra por trás dessa atividade sutil. Esses são momentos de integração nos quais toda a célula simultaneamente sabe e sente a si própria e todas as outras células. Respiração celular é o padrão de movimento que integra o *corpespiriente*. Esse estado de ser é relativo àqueles experimentados em práticas meditativas. Quando cada célula é presente, alerta e com potencial de comunicação com todas as outras células do organismo, é possível perceber informações normalmente inacessíveis no cotidiano. Antes de se especializar em uma área específica, a célula está num estado aparente de repouso, simplesmente respirando, vivendo, sendo ela mesma. Esse é um momento de simplicidade, de estar presente para si própria, de preparação para a atividade.⁶² Qualquer ato de criação requer esse período de descanso embrionário, quando os fragmentos começam a se

⁶² HARTLEY, Linda. *Wisdom of the Body Moving*. North Atlantic Books, Berkeley, California, 1995, p.11.

encaixar quase como num estado de “alerta pré-consciente”. Dá-se na vida em todas suas dimensões. Encontrar as células trouxe a necessidade de uma estabilidade interna, uma quietude que permitisse mergulhar fundo dentro de mim ao mesmo tempo em que provocasse uma ampliação de foco para que conteúdos inconscientes pudessem emergir, ampliando a capacidade de conceber idéias. Essa questão me levou a introduzir meditação e visualização como parte do desenvolvimento dos estudos, gerando uma nova percepção para mim e para os colaboradores, dinamizando o organismo individual e coletivo com um tipo específico de foco, presença e disponibilidade para criação.

Sempre existi. Sempre existirei. Não nasci, nem deixei de nascer. Simplesmente sou aqui de diferentes formas, em diferentes momentos. Quando parto, dissolvo-me no todo e me reorganizo sob outra forma.

Comecei a meditar com aproximadamente 18 anos. Não sou uma praticante consistente, porque muitas vezes perco a conexão com a luz interna do meu coração. Mas quando estou em período de praticar todos os dias, a relação que estabeleço com o mundo muda totalmente de perspectiva. Em 2006, eu estava num processo de meditar diariamente, já havia três anos. Trabalhando com o grupo na experiência das células, veio-me o *insight* de propor meditação como parte dos estudos práticos da Dança Vocal e verificar se haveria alguma modificação em relação ao processo de criação para construção do trabalho. Pela minha afinidade com o Budismo Tibetano, adotei os seus princípios como base para conduzir a meditação com o grupo.

O universo é o corpo do mundo.

Na minha experiência, a meditação auxilia o entendimento do eu profundo, ou “natureza da mente”. No início, pode se constituir numa batalha interior, mas a prática modifica esse estado de conflito inicial, proporcionando um foco interior para o intelecto, vontade e emoções. A meditação tem muitos benefícios, tais como suprimir a ansiedade e o estresse, restabelecer o sono, aumentar a memória, a capacidade de concentração e a inteligência, ajudar a superar desequilíbrios psicológicos e crises emocionais, restabelecer a harmonia nas relações humanas. O objetivo último é, todavia, libertar a mente das emoções perturbadoras, manifestando a natureza profunda do indivíduo numa visão pura dos fenômenos e num amor e compaixão imparcial por todos os seres. Compaixão leva à ação.

Lembro-me do bambuzal na beira da estrada...

Eles eram como um portal de passagem, que me levava para outro lugar...

A começar por aquele restaurante bom que existia um pouco além...

Ainda hoje, quando pego esta estrada, tenho a esperança de ver aqueles bambuzais, que há muito os homens cortaram, chocando o olhar de uma garotinha que, quando passou novamente por lá, viu seu portal arrasado, deixando um deserto a sua frente. Hoje, nem o restaurante existe mais... Mas como dizem meus anjos: olhe atentamente para o deserto e encontrará uma infinidade de possibilidades de novas vidas se manifestando em constante movimento, fazendo parte da dança cósmica.

A meditação não é simplesmente uma questão de se sentar numa postura específica ou de respirar de um modo específico; é um estado do *corpespiciente*. Apesar dos melhores resultados geralmente virem quando a meditação é feita em um lugar tranqüilo, pode-se meditar no trabalho, caminhando, dançando, andando de ônibus

ou cozinhando um jantar. A experiência da meditação é individual, exclusiva, e só pode ser vivenciada na prática. Geralmente passa-se por uma fase de relaxamento, visualização e meditação propriamente dita. Na fase de relaxamento, podemos prestar atenção na respiração, fazendo práticas de movimento que ajudem a estarmos presente no momento. Na fase da visualização, focamos em algo para mantermo-nos direcionados. Pode ser um mantra, uma flor, uma vela, uma imagem interna. E a fase da meditação em si pode ser que aconteça ou não. Muitas vezes, experimentaremos a maravilhosa experiência que é acessar a diluição de nossos limites e fronteiras. É um estado indescritível e não necessariamente irá durar todo o tempo da meditação. Muitas vezes essa dissolução ou o estado de meditação é experimentado durante frações de segundos, numa sensação de atemporalidade, mas trazendo experiências que valem para toda a vida.

“Meu coração é como uma casa velha, cujas janelas estiveram fechadas por muitos anos. Desde que ela queimou-se eu posso ver a lua mais claramente. Eu me lembro dos meus sonhos. Agora todas as janelas estão abertas. Eu me lembro de todas as coisas, de todos os tempos, de todas as vidas. Eu me lembro desde o começo dos tempos. E eu dormi com um olho aberto e sonhei sobre todas as coisas através dos olhos das estrelas. Mas eu não consigo me lembrar de ter sido amada”.

Quando me projeto pelo movimento em estado meditativo em relação à luz, modifico minha percepção da dimensão espaço-tempo. Vejo-me em átomos organizados em moléculas, comportando-me hora como matéria, hora como energia. Percebo-me um grande vazio preenchido de moléculas, compostos de grandes vazios, preenchidos de núcleos de vida. Entendo que não existe o vazio. Somente grandes concentrações de energia congelada, constituindo o holograma universal. Sou apenas uma centelha do Todo desdobrada, querendo participar

dessa dança cósmica que permeia todo o planeta, preenchendo todo o espaço. Tudo o que existe no universo é holográfico, formado da mesma coisa. Mas existo! Na tridimensionalidade dessa densidade existo. Enquanto um ser que se reconhece, que se conecta, que se expressa e se comunica. Sou um movimento com o movimento do mundo. Minha característica intrínseca é ser dual-complementar, um feixe de luz cósmica se transformando em matéria. Luz desacelerada forma matéria, transforma-se em átomo. Sou onda-partícula que cria da dança da vida a dança na arte. E minha velocidade se adapta a essa densidade e, nesse estado de consciência concreta, expando meu ser em pensamento movente.

Tendo ao infinito,

a plenitude.

Desacelero e me torno matéria,

Ao acelerar novamente retorno ao estado de plenitude.

Sou co-criadora pelos atos-pensamentos que emano,

compreendendo a vida verdadeiramente pela percepção, pela sensação, pelo sentimento.

Para mim, a meditação é transformadora. É chegar à origem de tudo. Traz uma paz profunda, é energizante, é fonte de idéias. Fica mais fácil conviver com as pessoas, mais fácil compreender as coisas. Nas poucas vezes em que atingi um estado verdadeiro de meditação, senti-me dissolvendo no todo, indo a um lugar iluminado, infinito e eterno. Meditar é ação, é estar presente no momento na prática da vida. A essência de qualquer mudança é o reconhecimento do momento presente! O momento presente é o único caminho possível para tornar algo manifesto em realidade. O atributo mais importante da meditação é a atitude na qual me coloco. É quebrar o

modo como opero no condicionamento diário, é me deixar derreter, tirando máscara por máscara, deixar os pensamentos passarem sem me fixar em nenhum. Eu inspiro e eu expiro e deixo meus pensamentos se acalmarem. Deixo-me levar aos lugares mais profundos em mim. Desnudo-me. É uma profunda sensação de paz, contentamento, autoconfiança. Então, fico totalmente presente, alerta, cheia de vida, cheia de energia. Em paz, sou universalmente sou. Idéias brotam, vindas dos lugares mais inesperados.

“Eu vi todas as coisas que foram oferecidas a mim, e não pude aceitar. Vi as cartas que desejei receber, mas nunca recebi. Eu vi tudo que poderia ter sido, mas nunca será. Todos os livros, todas as imagens, todos os quilômetros, todos os anos... E ainda nunca encontrei nada mais verdadeiro do que as palavras que você me ensinou há muito tempo atrás: Dançar com um elefante é lembrar o paraíso”.

O processo de meditar não foi particularmente fácil para o grupo. Experimentei a meditação em diferentes momentos da prática e eles me relatavam que em cada momento era uma sensação única. Alguns preferiam meditar no começo, outros no meio e outros ainda no final. Explorando com eles, cheguei à conclusão que o momento mais adequado para a prática seria depois do aquecimento e antes da improvisação. Estabeleci, então, uma rotina de movimento que denominei “pré-meditativos”, que induziam a uma concentração e calma interior. Observei que as improvisações tornaram-se mais dinâmicas e surgiram materiais belíssimos para composição. Nesse período, o engajamento do grupo com o trabalho estava muito forte e o trabalho foi tomando forma, porque na não localidade, na não forma, encontrei o espaço da criação. Eu estava ativa, alerta, orientada pela voz do coração e, assim, tomava as decisões do que era pertinente ou não ao trabalho.

“Que os elefantes guardiões escutem meu desejo de colaborar com todos os músicos da orquestra da natureza. Eu quero ver através dos olhos de um elefante. Eu quero me juntar à dança sem passos. Eu quero me tornar a dança”.

Meu ser agita e inquieto-me. Na calada da noite, um segredo surge. Procuro desvelar-me. Pego um papel, caneta e anoto. As águas sobem, o vento sopra, covas abertas. Barracões cheios de gente esqueléticos, famintos. Em algum outro lugar, um grupo ri, se anestesia, festejam sua própria incapacidade de olhar. Então me pergunto se tem alma as figuras que andam pelo mundo de lá para cá, mecanicamente, com o olhar perdido, com o rosto vazio. Não, elas não têm alma. Elas são alma, desconectadas de si e de seu eu interior. Adaptadas, inventadas, sufocadas. Ao olhar as pessoas, a primeira tendência é ver suas máscaras. Mas quando olho atentamente por trás de cada uma delas, há um ser indivisível, único, íntegro, desejoso de se mostrar. Todos nós somos representantes de uma única e mesma alma, uma alma que, em nosso afã míope, não conseguimos ver.

Muitas vezes, sinto que as pessoas são algo de cuja existência elas parecem não ter a menor idéia. Quando observo todas as pessoas com os olhos atentamente desfocados, e olho-as uma a uma, vejo a mesma em todas. São todas da mesma estirpe. Uma mostrando a sombra da outra. A minha própria sombra está manifesta em tantas coisas que abomino. O quão sincero cada um consegue ser? Quanto de mim me assusta e então esconde? Quanto consigo ser íntegra na vida? Quem sou eu para julgar os outros em seus esforços para sobreviver? É mais cômodo esquecer a incessante busca de ser. Às vezes, parece que seria bem mais fácil ficar dormindo mesmo acordada. Talvez doesse menos.

Então, acontece a transformação. A compaixão brota por todas aquelas pessoas que estão dançando num único e denso giro de fome de viver. Dói ver como se esforçam, como se agarram as suas próprias máscaras. Dói ver o medo que têm de se soltarem para encontrarem a verdadeira vida. Quando se solta, tudo se ganha. É preciso um coração disposto a morrer, renascer, morrer... A semente cai no solo e morre, para verdadeiramente nascer. E isso às vezes dói, dói... Talvez meus pensamentos sejam lágrimas que invadem o mundo. Talvez o mundo torne-se manifestação dos meus pensamentos.

Hoje, dia 09/12/06, participei de uma vivência e meu pai me enviou um recado: “Calma para a execução dos planos. Firmeza de ideais, pois eles são claros para você, mas inovadores, principalmente para aqueles que se acham donos do conhecimento”. Não entendi bem o que isso queria dizer. Na época, tudo corria tranqüilo, a pesquisa se desenvolvendo bem, a composição da obra se formando. Não percebi a tempestade que estaria por vir. Não acredito no conceito de que, muitas vezes, não estamos preparados para uma situação. Tudo o que nos acontece é feito de uma série de conexões que construímos, permitindo que uma situação se desencadeie, dando-nos a oportunidade de crescer.

Final de ano.

Sentimento de tristeza.

Angústia no coração.

A saudade aperta,

a memória revela,

o ser expressa

a ausência...

O grupo fez um intervalo de um mês de trabalho e, quando voltamos, algo havia mudado. Eu não sabia dizer com precisão o que era, mas percebi que a coesão não era a mesma. Algumas pessoas se isolando, outras plantando discórdia. Quão sinceros somos nós com nós mesmos? Quanto é máscara? Quanto é inventado? Quanto é medo? Com a aproximação da apresentação e com muitas coisas para organizar e editar, eu também perdi meu centro. Mudei a rotina do grupo e isso não ajudou em nada. Que turbilhão é esse que me acomete? Invade-me como uma avalanche. Um cheiro ocre, um fogo que arde, um sabor amargo, com vontade de fluir. Uma raiva que desestabiliza meus fluidos e se abriga no meu fígado. Raiva de quê? Será que projeto? O que me impedi de ver e que agora vem à tona com uma força incalculável, como o mar invadindo a terra? Meu choro está contido. Preciso de um saco de areia para socar. Transcender esta raiva... Como fazê-la? Dá-me um nó no estômago, dispara-me o coração, prende-me a respiração. Onde está o meu criar? Cadê minha alegria? Que tumulto é esse que me assola? Há uma tristeza, há uma raiva. Como estou? Quem sou? Onde estou? É preciso um mergulho maior. Quem estou nutrindo com minha raiva? Qual o jogo de poder que está acontecendo? Como está acontecendo? O que devo cortar? Como cortar? Gosto do que sinto raiva?

Nessa tempestade, o trabalho tomou forma. Precisei endurecer. E o fiz com plena consciência e muito amor. Amor pelo grupo, pelo trabalho, pela arte. Sei que nunca estamos sozinhos. Cada caminho é único, mas não solitário. O sentimento de solidão é algo criado por nós mesmos, que nos deixamos levar pela manipulação do sistema para nos sentirmos fracos. Há sempre uma leva de seres, visíveis e invisíveis, que nos acompanham. Quando estamos fraquejando, os seres se organizam para nos carregar, para nos dar forças para continuar a viagem em busca da luz interior. Só que muitas vezes, não nos damos conta disso. Nunca me esqueço do que alguém me disse: “Nem uma ilha é sozinha. Ela é rodeada de água por todos os lados. E só se reconhece enquanto ilha por

causa da água que a rodeia”. Sou um grão de areia que junto com outros grãos constroem a base do mar. Eu respiro o mundo!

A natureza parece se dissolver. Nada se liga mais a nada. Eu também não. É doloroso deixar-se morrer, mas é preciso. No pensamento, não acontece nada de importante. O que acontece então? O que são pensamentos se não a repetição de impressões sensoriais? No pensamento, existe apenas o que os sentidos percebem. Parece que nada muda. É o véu de Maia. O importante se passa *atrás* das minhas costas. Eu não estou sozinha. Esta não é uma cela solitária. Aqui estamos todos reunidos. Toda a humanidade. Todos nós estamos aqui sentados nessa ilha. Mas a mim parece que ninguém *compreende* que se encontra com os olhos vendados. Todos acreditam estar vendo tudo. Eles se sentem acomodados e não querem romper a venda que os cegam. A mim, faltam-me olhos na nuca. Mas sei que, além do véu que cobre a todos, alguma coisa está acontecendo. Há uma realidade inerente, que só posso ver se abrir o sentido do coração. Eu sinto isso como um formigamento no estômago, um arrepio na espinha. A vida pulsa em meus olhos, em minhas veias. Lágrimas de sangue rolam, chorando a dor do mundo. Quero ver a vida além do véu que me encobre e me dissolve.

Na roda da vida, quebrei minha ligação com o mais profundo de mim e preciso retornar. Viver no aqui e agora, no fluxo de ser intensa e uma com a dança da vida. Mergulhar no inconsciente, reencontrar com meu coração. Porque a vida é sagrada. A terra e a natureza têm seus limites de equilíbrio e nenhum ser senciente está disponível ao sofrimento. Todos os seres, todas as formas de vida são sempre Unas na consciência cósmica universal. E a maior contribuição que posso dar ao Universo é ser em manifestação quem eu verdadeiramente sou. Como a natureza: um ciclo para fora e um ciclo para dentro. Pois a grandiosidade está nas pequenas coisas. Minha

vida é a minha prática. Minha arte, minha expressão. Então, que eu torne minhas ações possibilidades de transformações.

O trabalho se completa. Seis espaços, doze cenas, quatro vídeos, quatorze *performers*, um músico, um iluminador, vários técnicos, um jantar. Fragmentos de vida que se entrelaçam. Um alerta para a própria alienação.

Os anjos do mundo estão morrendo. Os seres humanos separaram-se daqueles que sempre os protegiam e garantiram a sobrevivência do planeta. É hora de assumir responsabilidades. Salvar os anjos que ainda restam e garantir o retorno a salvo de todos os seres que daqui foram obrigados a se retirar, quando o tempo dos humanos estabeleceu-se. Nuno encontra-se no tanque. Um menino solitário e perdido. O que o amedronta? Liege encontra-se na sala de jantar. Ela começa com raiva, quebrando pratos. Ela lida com várias coisas ao mesmo tempo. O que a enraivece? Manu encontra-se na cozinha. Algo ferve no fogão, espalhando cheiros. Sua morbidez, seu sarcasmo, sua indiferença. Absorve tudo, de todos. Seu sentimento de revolta. O que o impede de se manifestar? Odete encontra-se na lavanderia, próxima ao varal. Sente-se presa, está presa a uma angústia interna. Está desesperadamente em busca de algo. A morte a amedronta. A doença a segura. O que a impede de se deixar arrebatado? Flávia encontra-se no quarto de passar roupa. Pessoa simples, ela sente não ter podido estudar. Não acusa ninguém, mas algo a deprime. Sente uma saudade profunda... Inconscientemente, há um sentimento de que a vida não foi justa com ela. Sente falta daqueles que nunca mais viu. Sente culpa por aqueles que desapareceram de sua vida. Quer entregar-se a sua santa favorita, mas algo a segura. Às vezes tem a visão da santa, mas isso a assusta. Aparentemente ela é alegre e jovial, mas há um turbilhão interno que ela mascara. Está no passar a roupas, porque tem a sensação que deixou algo incompleto. Afinal, tudo na sua vida é difícil. Michele encontra-se na

sala de TV. Paralisada. O que a angustia tanto? Não consegue tomar decisões. Quer sair e não consegue. Passou a vida sendo cética. Quer gritar e não consegue. Seu desejo é de morte, mas tem medo de abandonar a vida. Suas forças há muito se esgotaram. O que lhe resta é esperar. Gustavo e Janaína encontram-se na sala de jantar. Fogem da própria sombra. Camila no escritório em seu conflito de amor. Maíra no quarto, com dúvidas inesgotáveis. Jussara no armário, sem saber para onde ir.

Olhar para as estrelas significa retroceder nos séculos. Não vejo o universo como ele é, mas como foi há muito tempo... Passado, presente e futuro se confundem. Tudo o que um astrólogo faz é interpretar o passado. Mas que passado é esse? Quando levanto meu olhar da terra para a imensidão do céu noturno, estou observando retrospectivamente a história do universo, acontecendo bem diante dos meus olhos. Numa noite clara, vejo bilhões de anos atrás no passado. De certa forma, vejo o caminho de volta para casa, de volta para minha origem cósmica. O segredo da vida está no dia. Na realidade ilusória. Na noite, minha origem: o universo. Houve um tempo em que a matéria do mundo era um só corpo. Então, foram lançadas fibras desse corpo em todos os cantos das galáxias. Eu sou uma totalidade fragmentada, uma deusa dilacerada. Fui quem explodiu há trinta e cinco bilhões de anos. Naquele tempo, eu me parti em muitos pedaços. E, esta noite, encontrei o caminho de volta para mim mesma.

Estar atenta. Viver no presente, olhar para dentro, obedecer à voz interior para seguir o eterno fluxo da vida. O que a gente nega vira sombra e nos atormenta para o resto dos tempos. A dança pode ser uma grande agente de transformação. Dar centrimento para caminharmos na vida e evoluirmos. Tudo muda. Nada nunca está no mesmo lugar. O processo evolutivo é uma troca constante, pois somos uma coisa só. A troca com o todo nos leva a viver. Precisamos interagir com todas as coisas para podermos caminhar em direção a um mundo melhor.

Fazemos parte de um complexo de vida, de uma vida na interação com o outro. “A única finalidade verdadeira da vida é aprender a amar as outras pessoas e adquirir conhecimento”.⁶³ O verdadeiro milagre está em meu coração.

⁶³ O Livro Tibetano dos Mortos, *apud* RINPOCHE, Sogyal. *O Livro Tibetano do Viver e do Morrer*. São Paulo, Editora Talento, 8ª Edição, 2004

SOMOS TODOS ANJOS... CAÍDOS OU NÃO

Concepção e Direção: Margha Vine

Elenco: Camila Fontes, Flavia Campos, Gustavo Torres,
Janaína Brizolla, Juliana Matta, Jussara Mello, Laura Lopes, Liege Serafim,
Maíra Silvestre, Michele Florêncio, Milene Duenha, Manuel Fabrício,
Nuno Theodoro, Odete Perdomo

Texto: Janaína Brizolla e Margha Vine

Música: Chris Vine

Iluminação: Thaís D´Abronzo

Cenário: Margha Vine

Figurino: André Luis e Margha Vine

Vídeo: Chris Vine, Margha Vine, Mateus Mosqueta, Nuno Theodoro

Nada muda.

Tudo continua breve e sereno.

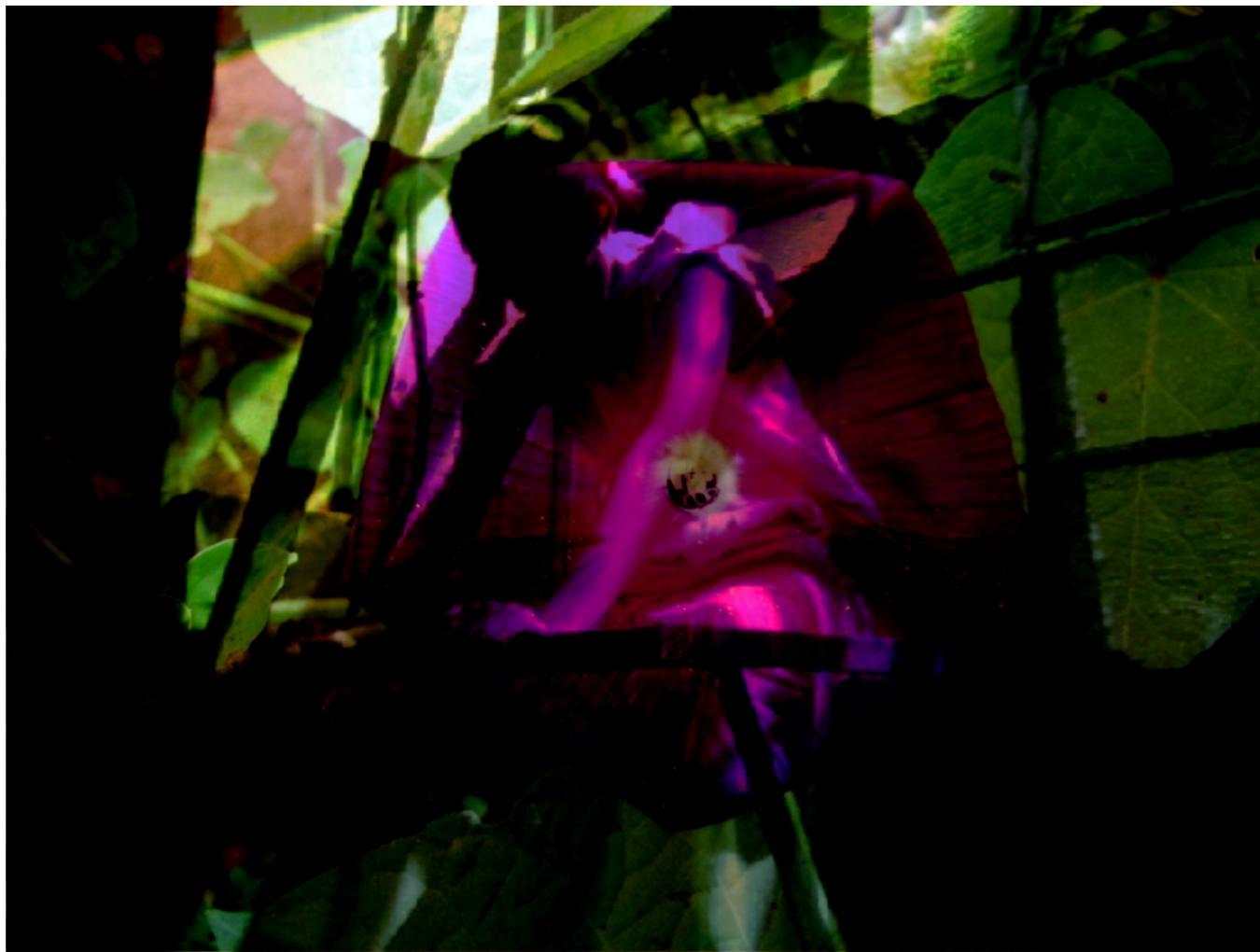
Faz tempo, o calor não muda, o barulho não muda

E o meu coração continua no mesmo lugar.



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 01

*Dói sentir minha sombra,
Porque quando me reconheço,
Pareço única no mundo.
E isso às vezes dói.*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 02

*Corte uma tartaruga grande,
Ela esperneará o dia inteiro.
Corte a carne em pedaços...*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 03

*É doloroso deixar-se morrer, mas é preciso.
Está nas horas, nos minutos, nos segundos.*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 04

*A vida pulsa nos meus olhos.
Quero ver a vida com olhos limpos.*

*A vida não tem regras.
A vida tem somente ela mesma.
A vida é meus soluços, meus impulsos.*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 05

*Somos um o silêncio do outro.
Somos um o movimento do outro.*

*Quanto mais se corre, mais vida se cria.
É preciso um coração disposto a morrer, renascer, morrer...*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 06

Eu sou um saco cheio de perguntas.

Às vezes parece que o sol nunca se põe e a vida fica quente demais.

O que deveria viver em mim hoje para que eu possa amar?

O que eu deveria dizer?



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 07

A vida deve ser vivida a partir dos ossos.

Amar significa ficar, quando minhas células me mandam fugir.



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 08

O que precisa morrer em mim?

O que precisa viver?



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 09

*Procurei minha lágrima doce,
Ela caiu dos meus olhos e se foi.
Rolou calma e quente da minha face e se foi.*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 10

Sou bem mais do que um breve momento.

Sou um momento, um movimento.



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 11

Quem eu vou ter que salvar hoje?

E por quê?



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 12

*O que precisa viver hoje?
E amanhã, e depois e depois?*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 13

*Às vezes o coração vai endurecendo,
E amanhecendo,
E endurecendo...
E isso às vezes dói...*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 14

*Quem eu vou levar?
Quem eu vou deixar para trás?
Às vezes fica difícil escolher.*

Quantas vidas ainda passarão por mim?

*Quais foram os meus erros?
Quais foram as minhas dívidas?*

*O que deveria morrer hoje?
O que deveria viver?*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 15

*Qual é a sua sombra?
O que te aprisiona?
Quais são seus medos?
Quais são as suas dúvidas?
A que seu coração está disposto?
O que é o silêncio para você?
O que precisa morrer em você para que você possa amar?
O que é o amor para você?
O que precisa viver em você?
A qual a vida você tem medo de dar a luz?
O que você sente que você deveria dizer?
Como você sente que você deveria ser?
Como você sente que você deve caminhar?
Onde está seu choro?
Onde está seu sangue? O que é você?
Quais são as suas escolhas?
Quais são os seus erros?
Quais são as suas dívidas?
Quem você vai salvar e por quê?
Quem (o que) vai te salvar e por quê?
Quantas vidas já passaram por você?
Quantas vidas ainda passarão por você?
Quem ou o que você deixa para trás?
Quem você leva com você?
O quanto seu coração está endurecido?
O que precisa morrer hoje?
O que precisa viver hoje?
Qual é a sua dor?
O que é felicidade?*



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 16

A sombra do mundo é minha própria sombra. Eu sinto muito. Eu te amo.

As doenças do mundo são as doenças que afligem meu interior. Eu sinto muito. Eu te amo.

A ignorância do mundo é minha própria ignorância interior. Eu sinto muito. Eu te amo.

A violência do mundo é a violência que vive dentro de mim. Eu sinto muito. Eu te amo.

O egoísmo do mundo é manifestação do meu egoísmo interno. Eu sinto muito. Eu te amo.

Os medos do mundo são aqueles que me afligem internamente. Eu sinto muito. Eu te amo.

A indiferença do mundo é manifestação da minha própria indiferença interior. Eu sinto muito. Eu te amo.

As guerras do mundo são manifestações das minhas guerras internas. Eu sinto muito. Eu te amo.

As culpas do mundo são aquelas que eu carrego dentro de mim. Eu sinto muito, eu te amo.

O ódio expresso no mundo é manifestação do ódio que sinto dentro de mim. Eu sinto muito. Eu te amo.

A crueldade do mundo é aquela que está contida em meu interior. Eu sinto muito. Eu te amo.

A ganância do mundo é expressão da minha própria ganância interna. Eu sinto muito. Eu te amo.

A prepotência do mundo é o reflexo da minha prepotência interior. Eu sinto muito. Eu te amo.

O sofrimento do mundo é manifestação do meu próprio sofrimento interno. Eu sinto muito. Eu te amo.



SOMOS TODOS ANJOS CAÍDOS OU NÃO 17

Eu sou o som. Eu sou o vento. Eu sou a lua. Eu sou o sol. Eu sou a chuva. Eu sou a terra. Eu sou a água. Eu sou o espaço. Eu sou o tempo. Eu sou o fogo. Eu sou o ar. Eu sou o amor. Eu sou a vida. Eu sou o todo.

Eu sou a luz que nunca se apaga.

Eu sou a cura do mundo.

2.5. Quando o Amor Acorda

Minhas mãos talvez nunca mais sentirão seu toque, seus pelos. Talvez eu nunca mais possa lhe contar uma história, ou mesmo ouvir as suas. Dormir aos seus pés, sentir-te em meus braços. Dar-te minha coberta, sentir a textura das águas com você. Seu nariz ao me acordar, seu colo a me carregar no cansaço. Seu olhar profundo...

Ano de 2008. Estou esgotada, vazia, sem idéias. Chego para os alunos de montagem e pergunto sobre o tema que querem abordar. Eles são unânimes: “o Amor”. Sorrio e quero saber se eles têm algum texto ou imagem como estímulo. Dizem-me: o mito de Eros e Psique e o poema do Fernando Pessoa sobre o mito. Inicialmente um grupo pequeno: quatro pessoas, sendo três garotas e um rapaz. Entusiasmados, querem trabalhar com a Dança Vocal. Sigo o fluxo e observo atentamente as improvisações. *Corpespirientes* íntegros, completos, abertos.

*Conta a lenda que dormia
uma princesa encantada,
a quem só despertaria
um infante apaixonado.
Mas conta a lenda que, de fato,
era o infante quem dormia,
ao qual só despertaria
uma princesa encantada.*

Eu medito todos os dias com o objetivo de me abrir para idéias e expandir-me para me nutrir da fonte e receber mais idéias. Foi o processo mais tranqüilo que realizei. Centrada, serena, observo e anoto. A simplicidade toma conta. Amadureci, cresci. Vejo-os em processo e resolvo pela total organicidade. As vozes serão a música, o *corpespiciente* em movimento, a própria *mídia* de atuação. Entram mais cinco pessoas para fazer o coro musical: quatro garotas e um rapaz. Exploramos, compartilhamos, compomos. Arremato as formas, proponho encadeamentos e, com leveza, a obra vai se descortinando. Um sonho da poesia do movimento sonoro. Um pulso, um vislumbre, um salto, um ser, mais seres, sangue, sensibilidade, inteligência e vida. Um presente. Um verdadeiro presente do mundo interior. Vozes que ecoam e preenchem. Não foram poucas as vezes que suas improvisações eram tão íntegras que tocavam de imediato. Criamos música em movimento, movimento em música. A paisagem de areia retorna. As estruturas de texto e movimento se mantêm abertas para a manutenção do jogo. Um sopro de alento, uma esperança de transformação, um só coração que toca profundamente a quem se deixar levar pelo sonho de ser em amor.

*Sonha, sonha,
dorme, vai,
sonha acorda, vem para mim.
Vem, meu amor,
Vem, meu amor.*

Existe, nesse trabalho muito de cada um dos intérpretes, de suas verdades e de tudo o que está em volta. Juntam-se a intuição, técnica, desejo, lenda e movimento vocal. Imagens vão surgindo, acontecendo e se

fixando. Outras desvanecem... Mas, ao final de tudo, passado o tempo e o vento, que ainda escorre e leva, descobrimos que o amor acorda e entendemos que nós mesmos somos a princesa adormecida, ansiosos por despertar para compartilhar verdadeiramente a vida.

*Uma Serpente Marinha,
uma grinalda de hera,
a noite chega e a desperta,
e o amor se vai.*

Cada vez mais trabalho com a energia interna que provoca o movimento de dançar. Está nas células, na memória da própria existência. Ênfase a realidade impalpável, que se encontra absorvida nos sistemas, vivida na experiência, tocada na pele, trocada no encontro com o outro em todos seus aspectos e sutilezas, pois tudo que eu posso viver e realizar são o agora.

*Dona, cadê você?
Dona, cadê você?
Dona, vem me conduzir,
vem me resgatar.
Dona, cadê você?*

A inteligência sem amor perverte. A justiça sem amor é implacável. A diplomacia sem amor é hipócrita. O êxito sem amor cria arrogância. A riqueza sem amor cria avaros. A docilidade sem amor é servil. A pobreza sem amor faz orgulhosos. A beleza sem amor é ridícula. A autoridade sem amor cria tiranos. O trabalho sem amor humilha. A simplicidade sem amor deprecia. A oração sem amor introverte. A lei sem amor escraviza. A fé sem amor fanatiza. A vida sem amor não tem sentido.

Deus mãe e pai do universo. Agradeço a colocação de vosso reino para nós, desta dimensão. Agradeço ao vento, à chuva, ao sol, à terra, às plantas e a todos os seres sencientes, que tão incondicionalmente se prontificaram a estar presentes aqui, para, como anjos terrestres, ajudarem a nós, simples mortais, a trilhar o caminho da iluminação. Deus, mãe e pai do universo, santificado é o todo, manifestação de todas as coisas. Que saibamos escolher nosso caminho, pois assim como é na terra, é no céu. Ajude-nos a viver sempre no momento presente. E que aprendamos a perdoar a nós mesmos, para assim podermos aos outros perdoar, respeitando as diferenças e a diversidade. Ajuda-nos a transmutar qualquer mau sentimento, pensamento, atitude e ação em energia de amor, para que possamos trilhar o caminho do coração. Assim seja.

*Conta a lenda que dormia
Uma Princesa encantada
A quem só despertaria
Um Infante, que viria
De além do muro da estrada.*

*Ele tinha que, tentado,
Vencer o mal e o bem,
Antes que, já libertado,
Deixasse o caminho errado
Por o que à Princesa vem.
A Princesa Adormecida,
Se espera, dormindo espera,
Sonha em morte a sua vida,
E orna-lhe a fronte esquecida,
Verde, uma grinalda de hera.
Longe o Infante, esforçado,
Sem saber que intuito tem,
Rompe o caminho fadado,
Ele dela é ignorado,
Ela para ele é ninguém.
Mas cada um cumpre o Destino
Ela dormindo encantada,
Ele buscando-a sem tino
Pelo processo divino
Que faz existir a estrada.*

*E, se bem que seja obscuro
Tudo pela estrada fora,
E falso, ele vem seguro,
E vencendo estrada e muro,
Chega onde em sono ela mora,
E, inda tonto do que houvera,
À cabeça, em maresia,
Ergue a mão, e encontra hera,
E vê que ele mesmo era
A Princesa que dormia.⁶⁴*

⁶⁴ Pessoa, Fernando. *Eros e Psique*.apud GRINBERG, Paulo. *Jung, O Homem Criativo*. São Paulo, FTD, 1999.

QUANDO O AMOR ACORDA

Concepção: O Grupo

Direção: Margha Vine

Elenco: Heitor Soares, Jussara Mello, Letícia de Souza, Luana Munhae

Coro: Bruno M, Louianne Ribeiro, Mayra Ferrari, Rosana Preta, Thaís Batista

Iluminação: Leonardo Alves, Margha Vine, Mônica Cristina

Cenografia e Figurino: O Grupo

Texto: O Grupo

Música: Margha Vine e Coro

O amor e a alma são inseparáveis.

A vida acontece a partir dos dois.

O amor,

Mente e coração,

Não se separam,

O amor e a alma,

Mente e coração.



QUANDO O AMOR ACORDA 01

*Já haviam me advertido de tão terrível sorte.
Mas o que é a sorte?*



QUANDO O AMOR ACORDA 02

Alguém viu a minha mãe?



QUANDO O AMOR ACORDA 03

Sabe de uma coisa?
Nesta noite eu tive um sonho.
Eu sonhei com um deus.
Ele vestia uma roupa alaranjada.
Ele me repreendeu porque eu não sei me integrar.



QUANDO O AMOR ACORDA 04

*E como sempre eu voava.
Eu abaixava e num impulso,
Eu estava lá em cima.
Porque eu sei voar.
Toda noite eu vôo.*



QUANDO O AMOR ACORDA 05

Eu sonho que sei voar.

Sonhei hoje,

Ontem,

Amanhã,

Depois,

E depois...



QUANDO O AMOR ACORDA 06

*O meu amor,
Ele sabe voar.*



QUANDO O AMOR ACORDA 07

Vem,

Eu não posso voar sozinho.

Você me acompanha?

Está pronta?

Vamos voar,

Para qualquer lugar

Onde só exista amor.



QUANDO O AMOR ACORDA 08

*O amor e a desgraça,
Estão nos olhos de quem vê.*



QUANDO O AMOR ACORDA 09

O amor e a alma não existem?

Ei, presta atenção.

Isso é só um pesadelo.

Um sonho ruim.

Amor é alma,

Alma é amor.

Vou contar uma história:

Um príncipe apaixonado,

Em busca da princesa adormecida,

Descobre,

Depois de tanto cavalgar,

E ao encontrá-la,

Que ele mesmo,

Era a princesa que dormia.

Conclusão

*Já fazia três anos que não se via a luz do sol...
Ela olhava aquelas escuras nuvens que pairavam sobre o planeta
Perguntava-se por quanto tempo elas perdurariam por ali.
As pessoas andavam cinzas,
A terra num coma profundo.
Uma tristeza cada vez maior lhe enchia o coração.
Não se ouvia os sons dos pássaros,
Não havia noite ou dia,
Não se via sol ou lua.
E ela se perguntava por quanto tempo veria as pessoas se desintegrando,
Até quando, um mundo sem cor.
Caminhando sem rumo, entrou numa trilha que atravessava a floresta adormecida.
Passou por seres que compartilhavam da mesma tristeza que ela.
Olhando uns nos olhos dos outros, em silêncio, resolveram acompanhá-la.
Atravessaram a floresta, subiram a encosta desértica.
No topo, olhando ao longo, a negritude do mundo, ela se ajoelhou e chorou.
E todos os seres, que com ela ali estavam, compartilharam do seu pranto,
E tantas lágrimas caíram, que um lago dourado se formou, emanando um brilho intenso vindo de seu centro.
As nuvens, compadecidas e admiradas, afastaram-se para olhar a beleza e o brilho daquelas águas.*

*O sol, em seu imenso ardor, brilhou forte para se unir ao lago de lágrimas dourado.
Dessa união, um brilho intenso resplandeceu, a terra despertou, iluminando todas as almas que ali se encontravam.
Ela levantou sua cabeça, olhou profundamente a si e todos que ali estavam,
E chorou ainda mais,
Por ver o verdadeiro compartilhar da alma do mundo.
E abraçou todos os seres ao seu redor.
Seus choros transformaram-se em um só riso,
Ecoando-se nos quatro cantos do mundo.
O resplendor de seus brilhos
Iluminou o coração de todos.
Os pássaros voltaram a cantar,
As árvores verdejaram,
As cores espalharam-se,
E a vida pulsou no planeta novamente.*

A chuva cai incessantemente. O céu cinza, as águas invadem. Ouço o passado de oceano presente. Ouço o silêncio. A imponderabilidade, o salto fora do tempo e do espaço, o movimento da imortalidade. Dança: imagem da pura poesia do movimento. Tudo é e gera movimento.

O sol se abre e, no límpido céu azul, as pitangueiras do meu quintal florescem exalando o mais doce perfume. Para mim, que leio sinais nas coisas porque sempre há o complemento e o invisível é parte do visível, vejo

uma revelação. A terra generosamente presenteia seus habitantes com tudo o que lhe está disponível. O processo de criação é um presente do mundo interior ao artista. Crio quando estou fazendo jardim, cozinhando, brincando com os seres que comigo coexistem e co-evoluem. Crio dançando. E como o processo de criação é em fluxo contínuo, constantemente o que crio se transforma em possibilidades de novas criações. Desdobram-se em novas obras, transformam-se em fotografias, em vídeos. Neste momento, entrego mais um pedacinho de processo. Um DVD com as obras aqui citadas, mas já transformadas pela edição, reorganização e recolocação do pensamento do movimento.

Minhas criações são presentes para o espectador. Um gesto de amor e cuidado, provocando inquietações que possibilitam transformações. Expressam coisas que estão arraigadas no ser humano, evocando sentimentos além da nossa história comum.

O ser humano só é e existe enquanto um todo. Cada minúscula partícula do organismo, cada célula, repete a função criadora total do ser humano. O *corpespiriente* em movimento é energia expressa na densidade da tridimensionalidade. Todos os seres existentes na terra são aglomerados químicos vibrando em frequências diferentes, que permitem a forma de manifestação de cada um. A energia ou sopro que liga a vida de todos os seres é a quintessência da manifestação, a qual eu denomino amor. Amor enquanto fundamento da própria vida. A vida que pulsa em todo o universo. Tudo é feito da mesma matéria prima, quer seja minha mão, o mar, ou uma estrela. Tudo é energia. Há o universo, onde há nossa galáxia, onde há nosso planeta, onde há indivíduos. Dentro de cada um de nós, há um sistema de órgãos, onde há células, moléculas, átomos, energia.

Amo a madrugada que me acalanta com seu manto. No leito, em sono profundo, sonho. Morro para a vida externa e minhas diferentes realidades toma formas. Na calada da noite, minhas mais variadas vidas se manifestam e se esvanecem nos primeiros raios de sol. Amo o nascer do sol...

*Abençoado seja o Filho da Luz que conhece sua Mãe Terra
Pois é ela a doadora da vida
Saibas que a sua Mãe Terra está em ti e tu estás Nela
Foi Ela quem te gerou e que te deu a vida
E te deu este corpo que um dia tu lhe devolverás
Saibas que o sangue que corre nas tuas veias
Nasceu do sangue da tua Mãe Terra
O sangue Dela cai das nuvens, jorra do ventre Dela
Borbulha nos riachos das montanhas
Flui abundantemente nos rios das planícies
Saibas que o ar que respiras nasce da respiração da tua Mãe Terra
O alento Dela é o azul celeste das alturas do céu
E os sussurros das folhas da floresta
Saibas que a dureza dos teus ossos foi criada dos ossos de tua Mãe Terra
Saibas que a maciez da tua carne nasceu da carne de tua Mãe Terra
A luz dos teus olhos, o alcance dos teus ouvidos
Nasceram das cores e dos sons da tua Mãe Terra
Que te rodeiam feito às ondas do mar cercando o peixinho
Como o ar tremelicante sustenta o pássaro
Em verdade te digo, tu és um com tua Mãe Terra
Ela está em ti e tu estás Nela*

Dela tu nasceste, Nela tu vives e para Ela voltará novamente
Segue portanto as suas leis
Pois teu alento é o alento Dela
Teu sangue o sangue Dela
Teus ossos os ossos Dela
Tua carne a carne Dela
Teus olhos e teus ouvidos são Dela também
Aquele que encontra a paz na sua Mãe Terra
Não morrerá jamais
Conhece esta paz na tua mente
Deseja esta paz ao teu coração
*Realiza esta paz com o teu corpo.*⁶⁵

⁶⁵ *Evangelho dos Essênios.*

WHERE ANGELS WALK

*There is a place where **Angels** walk,
Where the street lamps burn and the dogs bark;
Not where you'd expect an **Angel** to be found,
Right by your side here on the ground.*

*There is a place where **Angels** walk,
Where the buses run late and the lonely talk;
With long white gowns and flowing hair,
Call an **Angel's** name and they'll be there.*

*There is a place where **Angels** walk,
Where drugs are sold and demons stalk,
Angels protect with unconditional love,
Here on earth and up above.*

*There is a place where **Angels** walk,
Where people are slain while others gawk,
And people just do not understand,
To be an **Angel**, one must first be human.⁶⁶*

⁶⁶ S. Grace. Printed with permission by Earth Angel Publishing. Copyright 1990-2007. All Rights Reserved.

POR ONDE OS ANJOS CAMINHAM

*Há um lugar por onde anjos caminham,
Aonde as luzes da ruam queimas e cachorros latem;
Não aonde você esperaria um anjo ser encontrado,
Aqui no chão ao seu lado,*

*Há um lugar por onde os anjos caminham,
Na madrugada dos ônibus e no falante solitário,
De vestido branco e cabelos esvoaçantes,
Chame pelo nome de um anjo e ele estará lá.*

*Há um lugar por onde anjos caminham,
Onde drogas são vendidas e os demônios
silenciosamente atacam,
Anjos protegem com amor incondicional,*

*Tanto na terra quanto no céu.
Há um lugar por onde os anjos caminham,
Aonde pessoas são assassinadas enquanto outras
ficam estarecidas.*

*E as pessoas simplesmente não entendem,
Que para ser um anjo, primeiro deve-se ser humano.⁶⁷*

⁶⁷ Tradução livre da autora do trabalho

Om purn´a madah purn´amidam Isto é o Todo, aquilo é o Todo

Om purn´ad purn´amudacyate Do Todo, o Todo emana

Purn´asaya purn´namadáyá Quando nós removemos o Todo do Todo

Purnameva vashishyate. O que permanece é o Todo

MATERIAL VIDEOGRÁFICO

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. LIVROS

- ANDERSON, Joan Western. *Where Angels Walk*. New York, Ballantine Books, 1992.
- BAIOCCHI, Maura. *Butoh: Dança Veredas D'Alma*. São Paulo, Ed. Palas Athenas, 1995.
- CAPRA, Frijot. *O Ponto de Mutação*, São Paulo, Editora Cultrix, 2001
- COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*. Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993.
- DAMÁSIO, Antônio R. *O Erro de Descartes*. São Paulo, Ed. Companhia das Letras, 2ª Edição, 1996.
- DAMÁSIO, Antônio R. *O Mistério da Consciência*. São Paulo, Ed. Companhia das Letras, 4ª Edição, 2002.
- DANTAS, Mônica. *Dança: O Enigma do Movimento*. Porto Alegre, Ed. da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 1999.
- GAURADY, Roger. *Dançar a Vida*. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 3ª Edição, 1980.
- GOLEMAN, Daniel. *Inteligência Emocional*. São Paulo, Editora Objetiva, 1995.
- GRINBERG, Paulo. *Jung, O Homem Criativo*. São Paulo, FTD, 1999.
- HARTLEY, Linda. *The Wisdom of the Body Moving: Introduction to Body-Mind Centering*. Berkeley - California, North Atlantic Books, 2ª Edição, 1995.
- LABAN, Rudolf. *O Domínio do Movimento*. São Paulo, Summus Editorial, 1978
- LAKOFF, George e JOHNSON, Mark. *Philosophy in the Flesh*. Nova York, Basic Books, 1995.
- LAMA, Sua Santidade Dalai. *O Universo em um Átomo* Rio de Janeiro, Ediouro, 2005.
- NEWLOVE, Jean. *Laban for Actors and Dancers*, Londres, Nick Hern Books, 1993.
- RINPOCHE, Sogyal. *O Livro Tibetano do Viver e do Morrer*. São Paulo, Editora Talento, 8ª Edição, 2004
- SORELL, W. ed. *The Mary Wigman Book: Her Writings*, Middletown, Connecticut, Wesleyan University Press, 1975
- TODD, Mabel Elsworth. *The Thinking Body*. 7ª Edição. Nova York, Dance Horizons, 1979.
- VINCE, Leonardo – Atlas Ilustrado. *Leonardo, Arte e Ciência: As Máquinas*. Sintra, Portugal, 2005

2. TESES

- MARKONDES, Elaine de. *O Movimento que se especializa e dança*. São Paulo, Dissertação (Mestrado) - setor de Comunicação e Semiótica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 1999.
- STRÁTICO, José Fernando A. *The Articulation of Concepts of Identity in Discourses of Contemporary Performance Arts*. Birmingham, Inglaterra, Tese (Doutorado) - setor de Artes Cênicas, University of Central England, 2000.
- VINE, Tereza Margarida Morini. *Dança Vocal: A Voz do Movimento, o Movimento da Voz*. Campinas, Dissertação de Mestrado – Departamento de Artes – Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2005.

3. ARTIGOS

- BARDI, Patrícia. “The Organs in Movement Experience”. *Theatre Papers, Third Series*, Department of Theatre, Dartington College of Arts, Dartington, Devon, Inglaterra, 1979.
- BARDI, Patricia. “The Presence of the Organs in Dancing”, *Contact Quarterly*, Vol. VI n°. 2, Northampton, Massachusetts, 1981.
- BARDI, Patrícia & Mauretta Heinzelmann. “Tuned Body with Moving Voice”. *SNDDO* - Hamburgo, 1990.
- BARDI, Patrícia e TURNER, Gail. “Basic Principles of the Organs”. Originalmente escritos em 1977, no *Manual dos Órgãos para a Escola de Body-Mind Centering*. Resumo editado no *Contact Quarterly*, Vol. VI n°. 2, Northampton, Massachusetts, 1981.
- COHEN, Bonnie Bainbridge. “Sensing, Feeling and Action”. *Contact Quarterly*, Vol. VI n°. 2 - Northampton, Massachusetts. 1981.
- COHEN, Bonnie Bainbridge. “Perceiving in Action”. *Contact Quarterly*, Vol. IX n° 2 - Northampton, Massachusetts 1984.
- COHEN, Bonnie Bainbridge. “Perception and Development”. *The School for Body-Mind Centering* - Amherst, 1988.

4. ARTIGOS ELETRÔNICOS

- HINKLE, Beatrice. <http://olharesnoser.blogspot.com/2008/08/o-que-estamos-buscando.html>. Acessado em 4 de setembro de 2008.
- LAMA, Dalai. *The Pocket Dalai Lama*. www.shambala.com

4. ILUSTRAÇÕES

Imagens de 01 a 09 – Chris Vine.

Imagens de 10 a 22 – Fernando Strático.

Imagens de 23 a 34 – Camila Fontes.

Imagens de 35 a 51 – Mateus Mosqueta e Margha Vine. Edição: Margha Vine

Imagens de 52 a 60 – Fábio Alcover

BIBLIOGRAFIA

ALEXANDER, F. M.. *O Uso de Si Mesmo*. São Paulo, Ed. Martins Fontes, 1992.

ANDERSON, Joan Western. *Where Angels Walk*. New York, Ballantine Books, 1992.

ARRUDA, Solange. *Arte do Movimento*. São Paulo, Editora Parma Ltd, 1983.

AU, Susan. *Ballet & Modern Dance*. Londres, Thames and Hudson, 1988.

AUTY, John e HARRISON, Kate. *Dance Ideas*. Londres, Hodder & Stoughton, 1991.

BAIOCCHI, Maura. *Butoh: Dança Veredas D'Alma*. São Paulo, Ed. Palas Athenas, 1995.

BARBA, Eugenio. *The Paper Canoe*. Londres, Routledge, 1995.

BARTENIEFF, Irmgard e Lewis, Dori. *Body Movement. Coping with the Environment*. Amsterdã, Gordon and Breach Publishers, 8ª Edição, 1997.

BARTENIEFF, Irmgard, Davis Martha e Paulay Forrestine. *Four Adaptations of Effort Theory in Research and Teaching*. Nova York, Dance Notation Bureau, 2ª Edição, 1973.

BERNSTEIN Carol e BERTHERAT, Thérèse. *O Corpo Tem Suas razões*. São Paulo, Editora Martins Fontes, 7ª Edição, 1983.

BERRY, Cicely. *Voice and the Actor*. Londres, Virgin Books, 7ª Edição, 2000.

BERTAZZO, Ivaldo. *Cidadão Corpo*. São Paulo, Summus Editorial, 1998.

BEUTTENMÜLLER, Glorinha. *O Despertar da Comunicação Vocal*. Rio de Janeiro, Enelivros, 1995.

BONFITTO, Matteo. *O Ator Compositor*. São Paulo, Editora Perspectiva, 2002.

BONHEIM, Jalaja. *The Serpent and the Wave. A Guide to Movement Meditation*. Berkeley, Celestial Arts, 1992.

BLOM, Lynne Anne and L Tarin Chaplin. *The Moment of Movement: Dance Improvisation*. Pittsburgh, University of Pittsburgh Press, 1989.

BOURCIER, Paul. *A História da Dança no Ocidente*. Rio de Janeiro, Martins Fontes, 1987.

BRIKMAN, Lola. *A Linguagem do Movimento Corporal*. São Paulo, Summus Editorial, 1975.
 CAPRA, Frijot. *O Ponto de Mutação*, São Paulo, Editora Cultrix, 2001
 CASSIRER, Ernest. *Antropologia Filosófica*, São Paulo, Editora Mestre Jou, 1977.
 CASSIRER, Ernest. *La Philosophie des Formes Symboliques*. Paris, Ed. Minuit, 1972, vol. I e II.
 COHEN, Bonnie Bainbridge. *Sensing, Feeling and Action*. Northampton, Massachusetts, Contact Editions, 1993.
 COHEN, Bonnie Bainbridge. *Neuroperception and Developmental Patterns*. NOVA YORK, 1980.
 CUNHA, Morgada. *Dance Aprendendo – Aprenda Dançando*. Porto Alegre, Ed. Sagra, 1988.
 DAMÁSIO, Antônio R. *O Erro de Descartes*. São Paulo, Ed. Companhia das Letras, 2ª Edição, 1996.
 DAMÁSIO, Antônio R. *O Mistério da Consciência*. São Paulo, Ed. Companhia das Letras, 4ª Edição, 2002.
 DANTAS, Mônica. *Dança: O Enigma do Movimento*. Porto Alegre, Ed. da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 1999.
 DONAGH, Don Mc. *The Rise and Fall and Rise of Modern Dance*. Nova York, A Mentor Book, 1970.
 DOWD, Irene. *Taking Root to Fly*. Nova York, Ideokinetics, 1990.
 FAHLBUSCH, Hannelare. *Dança Moderna e Contemporânea*. Rio de Janeiro, Sprint, 1990.
 FELDENKRAIS, M. *Consciência pelo Movimento*. São Paulo, Summus Ed., 1977.
 FELDENKRAIS, M. *Vida e Movimento*. São Paulo, Summus Ed., 1988.
 FERNANDES, Ciane. *Pina Bausch e o Wuppertal Dança-Teatro: Repetição e Transformação*. São Paulo, Ed. Hucitec - Fapesp, 1999.
 FIT, Sally Severy. *Dance Kinesiology*. Nova York, Ideokinetics, 1988.
 FRAILEGH, Sondra Horton and Sandra Fraleigh. *Dancing into Darkness: Butoh, Zen and Japan*. Pittsburgh, University of Pittsburgh Press, 1999.
 FRANKLIN, Eric N. *Dance Imagery for Technique and Performance*. Leeds, Human Kinetics Pub., 1997.
 FRANKLIN, Eric N. *Dynamic Alignment Through Imagery*. Leeds, Human Kinetics Pub., 1997
 HOWARD, Gardner. *Inteligências Múltiplas - A Teoria na Prática*. Porto Alegre, Artes médicas, 1993.
 GARCÍA, Francisco J. Varela e ROMESÍN, Humberto Maturana. *De Máquinas e Seres Vivos Autopoiese – a Organização do Vivo*. São Paulo, Editora Artes Médicas, 1997.
 GAURADY, Roger. *Dançar a Vida*. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 3ª Edição, 1980.
 GAYOTTO, Lucia Helena. *Voz Partitura da Ação*. São Paulo, Ed. Plexus, 2ª edição, 2002.
 GOLEMAN, Daniel. *Inteligência Emocional*. São Paulo, Editora Objetiva, 1995.
 HAY, James G. e Reid J. Gavin. *As Bases Anatômicas e Mecânicas do Movimento Humano*. Rio de Janeiro, Editora Prentice-Hall do Brasil, 1985.
 GOSLING, J.A. et al., *Human Anatomy*. Londres, Mosby-Wolfe, 1996.

GRINBERG, Paulo. *Jung, O Homem Criativo*. São Paulo, FTD, 1999

HANDY, Charles. *The Search for Meaning*. Londres, Lemos & Crane, 1996.

HARTLEY, Linda. *The Wisdom of the Body Moving: Introduction to Body-Mind Centering*. Berkeley - California, North Atlantic Books, 2ª Edição, 1995.

HARTLEY, Linda. *Somatic Psychology: Body, Mind and Meaning*. London, Whurr Publishers, 2004.

HINZMANN, Jens & Michael Merschmeier. *Tanztheater Today*. Hannover, Kallmeyersche Publisher, 1999.

HOFFMAN, Ethan, Mark Holborn, Yukio Mishima, Tatsumi Hijikata and Haven O'More. *Butoh: Dance of the Dark Soul*. Nova York,, 1987.

HORST, Louis, Carrol Russel. *Modern Dance Forms in Relation to the other Modern Arts*. Princeton, Dance Horizons Book, 1987.

HUMPHREY, Doris. *The Art of Making Dances*. Nova York, Grove Press, 1959.

HYDE, Lewis. *The Gift*. Edinburgh, Canongate Books Ltd., 2006.

JUNG, Carl Gustav. *A Vida Simbólica, Vol. I*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 2ª edição, 1999.

JUNG, Carl Gustav. *A Vida Simbólica, Vol. II*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 2ª edição, 2007.

JUNG, Carl Gustav. *Estudos Alquímicos*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 2003.

JUNG, Carl Gustav. *Eu e o Inconsciente*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 20ª edição, 2007.

JUNG, Carl Gustav. *Memórias, Sonhos e Reflexões*. Rio de Janeiro, Editora Nova Fronteira, 26ª edição, 2006.

JUNG, Carl Gustav. *Os Arquétipos e o Inconsciente Coletivo*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 2ª edição, 2002.

JUNG, Carl Gustav. *O Espírito na Arte e na Ciência*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 3ª edição, 1991.

JUNG, Carl Gustav e WILHELM, Richard. *O Segredo da Flor de Ouro*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 2ª edição, 1999.

JUNG, Carl Gustav. *Psicologia e Alquimia*. Rio de Janeiro, Editora Vozes, 4ª edição, 1994.

KAN, Asbestos ed. *Body on the Edge of Crises*, Tokyo, Parco Co Ltd, 1987.

KAPIT, Wynn, Lawrence M. Elson. *Anatomia: Manual para Colorir*. São Paulo, Ed. Harper & Row do Brasil, 1981.

KELEMAN, Stanley. *Anatomia Emocional*. São Paulo, Summus Editorial, 1992.

LABAN, Rudolf. *Dança Moderna Educativa*. São Paulo, Ícone, 1990.

LABAN, Rudolf. *O Domínio do Movimento*. São Paulo, Summus Editorial, 1978

LAKOFF, George e JOHNSON, Mark. *Philosophy in the Flesh*. Nova York, Basic Books, 1995.

LAMA, Sua SantidadeDalai. *O Universo em um Átomo* Rio de Janeiro, Ediouro, 2005.

LANGER, Susanne K. *Filosofia em Nova Chave*. São Paulo, Editora Perspectiva, 1951

LANGER, Susanne K. *Sentimento e Forma*. São Paulo, Editora Perspectiva, 1953.

LANGER, Susanne K. *Problems of Arts*. Nova York, Grove Press, 1968.

- LAPIERRE, A. e AUCOUTURIER B. *A Simbologia do Movimento*, Porto Alegre, Artes Médicas, 1975.
- LINKLATER, Kristin. *Freeing the Natural Voice*. Nova York, Drama Book Publishers, 1976.
- LYNCH, David. *Catching the Big Fish: Meditation, Consciousness, and Creativity*. London, Penguin Books, 2006.
- MACHLIN, Evangeline. *Speech for the Stage*. London, Routledge, Londres, 1980.
- MARQUES, Isabel A. *Ensino da Dança Hoje*. São Paulo, Cortez Ed., 1999.
- MATURANA, Humberto. *Emoções e Linguagem na Educação e na Política*. Humanitas, 1998.
- MINTON, Sandra Curry. *Body and Self: Partners in Movement*. Leeds, Human Kinetics Publishers, Inc, 1990.
- MINTON, Sandra Curry. *Choreography: A basic approach using Improvisation*. Leeds, Human Kinetics Publishers, Inc., 1986.
- MIRANDA, Evaristo Eduardo. *Corpo Território do Sagrado*. São Paulo, Edições Loyola, 3ª Edição 2002.
- MIRANDA, Regina. *O movimento expressivo*. Rio de Janeiro, FUNARTE, 1980.
- MORRIS, Gay. Edited by, *Moving words*. Londres, Routledge, 1996.
- NAGRIN, Daniel. *Dance and Specific Image: Improvisation*. Pittsburgh, University of Pittsburgh Press, 1996.
- NAVAS, Cássia. *Dança e Mundialização: Políticas de Cultura no Eixo Brasil-França*. São Paulo, Ed. Hucitec - FAPESP, 1999.
- NEWLOVE, Jean. *Laban for Actors and Dancers*, Londres, Nick Hern Books, 1993.
- PATTON, Kevin T. e THIBODEAU, Gary A., *Estruturas e Funções do Corpo Humano*, Barueri, Editora Manole, 11ª Edição, 2003.
- POINTY, Merlau. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo, Martins Fontes, 1996.
- PRÓCHNO, Caio César Souza Camargo. *Corpo do Ator*. Annablume Editora, 1999.
- RINPOCHE, Sogyal. *O Livro Tibetano do Viver e do Morrer*. São Paulo, Editora Talento, 8ª Edição, 2004
- RASCH, Philip J. *Cinesiologia e Anatomia Aplicada*. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 7ª Edição, 1991.
- RIST, Rachel-Anne e THOMASEN, Ervind. *Anatomy and Kinesiology for Ballet Teachers*. Londres, Dance Books Ltd., 1996.
- ROBATTO, Lia. *Dança em Processo: A linguagem do indizível*. Salvador, Centro Ed. e Didático da UFBA
- ROBINSON, Jacqueline. *Éléments de Langage Choreographique*. Paris, Editions Vigot, 1981.
- RODENBURG, Patsy. *The Need for Words*. Cambridge, Methuen Drama, 1994.
- RODENBURG, Patsy. *The Right to Speak*. Cambridge, Methuen Drama, 14ª Edição, 1996.
- RODENBURG, Patsy. *The Actor Speaks*. Cambridge, Methuen Drama, 1997.
- SERVOS, Norbert. *Pina Bausch Wuppertal Dance Theater or The Art of Training a Goldfish*. Ballett-Bühnen – Verlag Köln, Cologne, 1987.
- SILVA, Eusébio Lobo. *Comentários e Instruções sobre a Dança*. Belo Horizonte, edição do autor, 1983.

- SILVEIRA, Nise. *Jung Vida e Obra*. Rio de Janeiro, José Alvaro Editor/Paz e Terra, 4ª edição, 1975.
- SORELL, W. ed. *The Mary Wigman Book: Her Writings*, Middletown, Connecticut, Wesleyan University Press, 1975.
- SOUZENELLE, Annick. *O simbolismo do Corpo Humano*. São Paulo, Editora Pensamento, 1984.
- SPOLIN, Viola. *Improvisação para o Teatro*. São Paulo, Ed. Perspectiva, 1992.
- STEINMAN, Louise. *The Knowing Body: Elements of Contemporary Performance & Dance*. Londres e Boston, Shambala, 1986.
- TODD, Mabel Elsworth. *The Thinking Body*. 7ª Edição. Nova York, Dance Horizons, 1979.
- TURNER, Margery J. *New Dance: Approaches to Nonliteral Choreography*. Pittsburgh, University of Pittsburgh Press, 1979.
- YOUNG, Linda Rickett. *Essential Guide to Dance*. Londres, Hodder & Stoughton, 10ª Edição, 2000.
- VARLEY, Julia. *Wind in the West*. Dinamarca, Odin Teatres Forlag, 1997.
- VILLELA, Eliphaz Chinellato. *Fisiologia da Voz*. São Paulo, Campinas, 2ª Edição, 1986.
- VINCE, Leonardo – Atlas Ilustrado. *Leonardo, Arte e Ciência: As Máquinas*. Sintra, Portugal, 2005

