UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA

Encontro entre corpos: um estudo sobre o corpo por meio do diálogo entre a dança Contato Improvisação e a Psicanálise winnicottiana

Pedro Rodrigo Peñuela Sanches

São Paulo
2012

Pedro Rodrigo Peñuela Sanches

Encontro entre corpos: um estudo sobre o corpo por meio do diálogo entre a dança Contato Improvisação e a Psicanálise winnicottiana

Dissertação apresentada ao
Instituto de Psicologia
da Universidade de São Paulo
como requisito para obtenção do título de
Mestre em Psicologia

Área de concentração: Psicologia Clínica
Orientador: Prof. Dr. Gilberto Safra

São Paulo
2012

AUTORIZO A REPRODUÇÃO E DIVULGAÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE TRABALHO, POR QUALQUER MEIO CONVENCIONAL OU ELETRÔNICO, PARA FINS DE ESTUDO E PESQUISA, DESDE QUE CITADA A FONTE.

FOLHA DE APROVAÇÃO

Pedro Rodrigo Peñuela Sanches

Encontro entre corpos: um estudo sobre o corpo por meio do diálogo entre a dança Contato Improvisação e a Psicanálise winnicottiana

Dissertação apresentada ao
Instituto de Psicologia
da Universidade de São Paulo
para obtenção do título de Mestre
Área de Concentração: Psicologia Clínica

Aprovado em:

Banca Examinadora

Prof. Dr.....

Instituição..... Assinatura.....

Prof. Dr.....

Instituição..... Assinatura.....

Prof. Dr.....

Instituição..... Assinatura.....

AGRADECIMENTOS

A Gilberto Safra, pela precisão de suas colocações, pelo encorajamento em momentos críticos, pela compreensão e sabedoria, e pela beleza e força de sua obra, tão presente neste trabalho e de tantas maneiras em minha formação...

Ao mestre Helder Fouto, por ter sugerido a dança (com sua sabedoria genial), por ter aberto e apresentado tantos caminhos valiosos.

A Dulce Coppedê, Julia Santos e Isabela Valent, que compartilharam comigo com tanta generosidade o amor pela dança e me encorajaram a seguir adiante.

A Érika Inforsato, Olívia Resende, Marcela Nardo – à equipe do PACTO de um modo geral – pelo apoio fundamental, pela presença cuidadosa e tão importante.

A Fátima D'Auria pelo apoio imprescindível para que eu pudesse realizar esse trabalho.

A Denise Vieira Ieno por seu cuidado e sua presença em um processo tão profundo de mudança.

Aos queridos companheiros de dança Ricardo Neves, Otília Françoso, Evandro Nascimento e Eduardo Canella. A Milena, Gian e Julia pelas danças, risadas, e amizade preciosa...

Aos professores-artistas que me permitiram encontrar tantas coisas incríveis, em especial Eliana Bonard, Nita Little, Hary Salgado, Gisele Calazans, Patrícia Noronha, Emilie Sugai...

Aos professores José Moura G. Filho, Eclea Bosi, Nelson Coelho Jr., Maria Helena Patto, Christian Dunker e Daniel Kupermann – cada um com uma importância fundamental no caminho até aqui.

A Dulce, Tânia e Kelly, obrigado por me ajudarem a ser uma pessoa melhor. Obrigado pela amizade linda, e por estarem por perto.

À equipe do Tendal da Lapa, que abrigou generosamente as oficinas.

Ao meu avô, pela inspiração, pela doçura do seu cuidado silencioso, por sua força em minha vida...

A minha mãe pelo apoio gigantesco, pela pessoa linda que é, pela sensibilidade e humanidade, por ser a referência e o pilar sempre, em todos os momentos – devo a você o que tenho de melhor...

A minha irmã, minha avó, ao Kaduzinho e ao meu pai, cada um de vocês, pelo apoio, pelo carinho, por terem estado por perto de tantas formas...

Ao Conrado, pelo presente maravilhoso que é sua presença em minha vida. Nada disso existiria sem esse encontro. Com todo amor, a você dedico este trabalho...

RESUMO

SANCHES, Pedro Rodrigo Peñuela. **Encontro entre corpos: um estudo sobre o corpo por meio do diálogo entre a dança Contato Improvisação e a Psicanálise winnicottiana.** 159 p. Dissertação (Mestrado). Instituto de Psicologia – Universidade de São Paulo. São Paulo, 2012.

Este trabalho pretende discutir alguns aspectos fundamentais a respeito das relações entre sujeito e corpo. Para isso, enfocaremos experiências propiciadas por uma proposta de dança contemporânea denominada Contato Improvisação, em um diálogo com os conceitos elaborados pelo psicanalista Donald Winnicott.

O Contato Improvisação é uma forma de dança surgida nos anos 1970, nos EUA, baseada em uma proposta de improvisação a partir do contato físico. Essa proposta propicia regimes de relação e comunicação com o outro com matizes e sentidos complexos – passando por experiências de indiferenciação e comunicação imediata até experiências de confrontação com a diferença e radical alteridade não somente do outro corpo, mas a alteridade constitutiva do sujeito e da própria corporeidade.

O exame destas diferentes experiências nos levará a discutir dimensões da presença da alteridade no processo nunca acabado de constituição do corpo – fundamentalmente alimentado pelas experiências ligadas ao universo do brincar, tal como conceituado por Winnicott.

Palavras-chave: Corpo, Dança, Contato Improvisação, Psicanálise, Winnicott.

ABSTRACT

SANCHES, Pedro Rodrigo Peñuela. **Embodied meeting: a study about body through a dialogue between Contact Improvisation dance and Winnicott's Psychoanalysis.** 159 p. Dissertation (Master's degree). Instituto de Psicologia – Universidade de São Paulo. São Paulo, 2012.

This work aims to discuss some fundamental aspects about the relationship between subject and body. In order to do that, it will focus on experiences opened by Contact Improvisation dance, in a dialogue with the concepts developed by psychoanalyst Donald Winnicott.

Contact Improvisation is a dance form created in the 1970's, in the U.S., based on a proposal of improvisation through physical contact. It creates schemes of interpersonal relationship and communication with complex meanings and nuances – ranging from experiences of undifferentiation and immediate communication to confrontations with difference and radical otherness not only of the other person, but also of oneself.

The review of these different experiences will lead us to discuss dimensions of otherness in the never-ending process of body constitution – which is largely nurtured by experiences of playing, as defined by Winnicott.

Keywords: Body, Dance, Contact Improvisation, Psychoanalysis, Winnicott.

Sumário

Introdução..... 10

I. Apontamentos sobre o corpo contemporâneo..... 14

II. Corporeidade no pensamento de Winnicott..... 20

1. **Integração..... 22**
2. **Personalização..... 23**
3. **Relação com a realidade e o brincar..... 27**

III. Uma dança indisciplinar: o Contato Improvisação..... 30

IV. Oficinas de experimentação corporal: descrição de uma maneira de abordar a experiência..... 40

1. **Experiência..... 40**
2. **Oficinas de experimentação corporal..... 41**
   - **2.1 Participantes..... 44**
   - **2.2 Espaço..... 46**
3. **Propostas feitas nas oficinas..... 47**
4. **Dificuldades..... 48**

V. "Ser o outro que se é": discussão e análise das experiências encontradas..... 51

1. **Improvisação e possibilidade de brincar..... 51**
   - **1.1 A atenção..... 61**
2. **Toque e contato..... 66**
   - **2.1 Corpo-outro..... 75**
3. **A imagem e a memória..... 78**
4. **Vinheta de um encontro..... 83**

Considerações finais..... 88

1. **O corpo e o eu..... 88**
2. **"O corpo é fundamentalmente encontro entre corpos"..... 94**

Referências bibliográficas..... 96
Anexos..... 103

INTRODUÇÃO

> A vida e o corpo são no fundo a mesma coisa, mas para que eles efetivamente sejam a mesma coisa é preciso descobrir o corpo em sua força de gênese.
>
> (Kuniichi Uno, 2010, p.44)

Este é um trabalho sobre o corpo, e mais especificamente, sobre o corpo que dança, ou, sobre aquilo que a dança "põe em jogo" em relação ao corpo, não só do bailarino, mas de um modo geral.

Dentro deste tema, escolhemos como foco de nossa atenção uma forma de dança surgida nos EUA dos anos 1970, denominada Contato Improvisação (*Contact Improvisation*). Trata-se de uma proposta de improvisação, baseada, como o nome sugere, no contato entre corpos (podendo envolver diferentes graus de transferência de peso, intercâmbio de apoios, estabelecimento de um eixo de movimento comum, etc.).

Com efeito, esta é uma forma de dança que se furta a definições categóricas, pelo próprio fato de ter surgido em um contexto de questionamento dos limites da dança e de ter encontrado uma singularidade reconhecível em um processo paulatino, ainda inacabado, permeável a muitos níveis de transformações, influências e atravessamentos vindos de campos diversos.

O interesse pelo Contato Improvisação e sua escolha como tema desta pesquisa se justificam, primeiramente porque, como veremos, esta proposta se constituiu em um momento-chave da história da dança contemporânea, revelando-se um campo fértil de investigação sobre o corpo e contribuindo para um questionamento da noção de corpo como uma totalidade fechada, que seria abordável a partir de uma estética calcada na produção de imagens ideais e no disciplinamento técnico.

Junto a isso, o Contato Improvisação, dentro do campo da dança, produz experiências que nos permitem compreender o corpo e a maneira de ele acontecer na relação com o outro de uma maneira distinta do pensamento identitário e objetificante, que ainda orienta a abordagem hegemônica do corpo em vários âmbitos.

Sendo assim, nosso objetivo será, em primeiro lugar, reconhecer, nomear e construir uma compreensão de algumas dessas experiências produzidas por essa forma de dança, por meio de um diálogo com o pensamento do psicanalista Donald Winnicott.

Para isso, as perguntas básicas que nos orientam são:

1. Como a teoria winnicottiana nos permite reconhecer, nomear e compreender as experiências propostas pelo Contato Improvisação? E, de outro lado,

2. Como essas experiências nos permitem desenvolver uma leitura singular das noções winnicottianas, de modo a recolocar a discussão sobre *o que é o corpo*.

Além de produzir uma discussão com base nestas questões fundamentais, outro objetivo deste trabalho é investigar possibilidades de uma construção de conhecimento por meio do diálogo (com as diferentes implicações complexas que essa palavra pressupõe) entre dois campos diversos, que, de modo geral, se desenvolveram em relativo isolamento: a dança (enfocando o Contato Improvisação, como um de seus desdobramentos contemporâneos) e a psicanálise (especificamente a psicanálise desenvolvida por Winnicott).

No campo psicanalítico, há, desde Freud, uma fecunda tradição de reflexão sobre a arte e de referência a suas produções como um campo nutridor da construção teórica e de renovações na prática clínica[1].

Porém, apesar da inequívoca importância da discussão sobre o corpo, e apesar, também, do diálogo já constituído entre psicanálise e arte, a dança, como arte que faz do corpo seu fundamento básico, tem recebido pouca atenção na literatura psicanalítica.

Ainda que faça algumas raras menções breves a esta arte, a psicanálise, de um modo geral, tem um conhecimento sobre ela bastante incipiente, excepcional e geralmente restrito. Como coloca Ginette Lebourg:

> A dança, em sua linguagem evanescente, não se deixa apreender com facilidade, e o psicanalista, dedicado à fala em seus tratamentos, talvez tenha dificuldade em identificar por quais caminhos a psicanálise pode se introduzir na dança. (Lebourg, 1996, p. 614-615).

Se há dificuldade por parte do psicanalista em identificar como a psicanálise pode "se introduzir na dança", mais ainda haverá em vislumbrar como a dança pode nutrir a psicanálise.

[1] Faço referência, para uma discussão mais ampla sobre o diálogo entre arte e psicanálise a autores como Frayze-Pereira (2005), Safatle e Rivera (2006).

De um modo geral, a característica principal das abordagens psicanalíticas da arte é (ou, ao menos, classicamente foi) o esforço hermenêutico, isto é, a tentativa de traduzir, em termos psicanalíticos, o que certa obra *quer dizer*, ou, nas palavras de Vladimir Safatle, "uma *procura arqueológica de sentido* que visa desvelar a racionalidade causal do fenômeno estético ao reconstruir uma espécie de texto latente que estaria obliterado pelo trabalho do artista." (Safatle, 2006, p. 165).

Como veremos adiante, todo o esforço da dança pós-moderna, dentro da qual se insere o Contato Improvisação, será o de romper com a idéia de que haveria sentidos exteriores à própria obra e ao processo de criação artística, e que estariam velados, ocultos, cabendo a certo leitor-intérprete seu desvelamento, num trabalho similar à decifração de um código secreto.

Nesse sentido, nos afastando de uma pretensão interpretativa ou mesmo explicativa das produções e experiências do campo da arte, o que pretendemos fazer é *construir um diálogo*.

O caminho – e, nesse sentido, o método – para a construção do pensamento, nesta pesquisa, será *colocar em diálogo* o campo da psicanálise winnicottiana e o campo da dança, tendo em vista as diferenças nos métodos e pretensões de cada um deles, para então, a partir das possibilidades abertas por esse contato, retomar, reposicionar, formular e reformular certas idéias sobre *o que é o corpo* e *como ele se constitui nos encontros e relações com outros corpos*.

Por *diálogo*, aqui, não estamos nos referindo a um método de confronto ou comparação, como seria possível e viável se estivéssemos, por exemplo, pondo em diálogo a obra de dois autores de um mesmo campo de conhecimento, ou que se dedicaram a determinado tema ou questão comum (o que seria como confrontar as descrições que duas pessoas dão de uma mesma paisagem). O Contato Improvisação (nesse caso, como a dança, ou a arte em geral) e a psicanálise não se dedicam precisamente aos mesmos problemas, nem possuem um lugar similar na cultura. São campos diferentes entre si em vários níveis.

Por outro lado, são campos que produziram um espaço de investigação, experimentação e compreensão de um "objeto" em comum, qual seja: as relações entre os sujeitos humanos e seus corpos. Ambos, cada um do seu modo, têm o que dizer sobre isso e afetam (ou podem afetar) nossas maneiras de constituir essas relações. Nesse sentido, o diálogo que se propõe tem mais a ver com colocá-los em contato do que com

comparar, ou tentar imaginar que um deles possa preencher lacunas ou insuficiências do outro, etc.

Pôr em contato, como tanto a dança como a clínica psicanalítica nos ensinam, já é uma escolha metodológica. A atitude que esta escolha nos demanda é uma atitude de suspensão da pressa por respostas imediatas. Estamos pondo dois campos distintos em relação e verificando paulatinamente o que encontraremos a partir do momento em que esse contato realmente se faz: pode haver pontos que demandem um confronto, pode haver espaços de encaixe, de preenchimento de lacunas, pode haver pontos de convergência ou divergência, pode haver caminhos paralelos que não se cruzam...

Nesse sentido, e segundo essa forma de pensar o trabalho, esta dissertação se estruturará da seguinte maneira:

Começaremos com um capítulo que complementa e estende esta introdução, dedicado a uma reflexão sobre o lugar do corpo na cultura e na sociedade contemporâneas. Trata-se de um capítulo cuja pretensão principal é, primeiramente, justificar e apontar a importância e relevância do tema do corpo como um tema de pesquisa e como um campo de investigação para as ciências humanas e as artes. Ou seja, não se trata de um capítulo integrante da discussão principal que faremos, mas de uma reflexão preliminar, cujo papel é também o de situar o horizonte ético e político desta pesquisa – o que me parece sempre fundamental, se não quisermos construir um conhecimento ingênuo política e eticamente.

Em seguida, o leitor encontrará igualmente dois outros capítulos, cujo sentido é igualmente ainda introdutório. Um deles enfocará o pensamento winnicottiano sobre o corpo, e o outro apresentará o Contato Improvisação, caracterizando sua abordagem específica do corpo e da dança. Ambos os capítulos visam a *apresentar* ao leitor os campos que, em seguida, poremos em diálogo.

Feito isso, descreveremos um procedimento de pesquisa encontrado e escolhido como modo de acessar e abordar experiências de diferentes sujeitos com a dança Contato Improvisação. E, por fim, discutiremos essas experiências, construindo uma análise baseada no referido diálogo que estamos nos propondo fazer, e estruturada fundamentalmente sobre as experiências fundamentais que nomeiam a dança pesquisada: o contato e a improvisação.

I. Apontamentos sobre o corpo contemporâneo

> (...) Uma geração que ainda fora à escola num bonde puxado por cavalos se encontrou ao ar livre numa paisagem em que nada permanecera inalterado, exceto as nuvens, e debaixo delas, num campo de forças de torrentes e explosões, o frágil e minúsculo corpo humano. (Benjamin, 1936/1994, p. 198)

O fragmento de Walter Benjamin permanece muito atual em sua capacidade de condensar o lugar que o corpo ocupa no momento histórico em que vivemos, desde o advento da modernidade. Numa época em que as transformações nos modos de viver foram de tal magnitude a ponto de parecerem não ter deixado nada intocado, o corpo passa a ser compreendido sob muitos pontos de vista, como veremos, como um anacronismo estranho.

Com efeito, grande parte do cotidiano urbano atual parece construído em oposição a uma materialidade corporal, agora vivida como um fardo, que nos impede de viajar na velocidade com que já viajam as informações, de produzir continuamente como as máquinas, ou de funcionar segundo uma lógica previsível e linear, como a dos relógios[2].

Nesse sentido, nossas sociedades inventaram e propagaram uma infinidade de dispositivos técnicos para atenuar ou sobrepujar tais limites, em direção a uma adequação constante do corpo ao tempo do relógio e ao modo de trabalho das máquinas. Tais dispositivos funcionam, nas palavras de David Le Breton, como "próteses técnicas [que visam a] reduzir ainda mais o uso do corpo, transformado em vestígio" (2003, p. 20).

Para um número cada vez maior de pessoas atualmente é absolutamente corriqueiro despertar pela manhã com a ajuda de algum tipo de despertador, funcionando de acordo com uma referência de tempo artificialmente regular e linear, e iniciar, em seguida, um contato com o mundo por meio das imagens da televisão, para, depois, transportar-se do ambiente fechado da casa a outro ambiente fechado de trabalho, por meio de uma máquina automotiva, depois permanecendo em posição sentada por várias horas, em frente a uma tela de computador, em alguns momentos

[2] Para uma discussão mais extensa do corpo no cotidiano, cf. Le Breton, 1995, p. 91-120.

deslocando-se em pisos retos e imaculados, respirando ar condicionado, em um ambiente artificialmente iluminado.

Tanto as nuvens como "o frágil e minúsculo corpo humano", aos quais Benjamin faz referência, parecem cada vez mais distantes, sucumbindo a uma infinidade de procedimentos de homogeneização dos ambientes – retificação dos caminhos, controle da temperatura e da luminosidade, etc. – e de minimização dos deslocamentos e movimentos corporais. Todo um mundo ascético precisamente construído e calculado passa a nos rodear, de fato como uma grande prótese, cujos corolários são os automóveis e os ambientes uniformizados e controlados.

> Certamente nunca como hoje em nossas sociedades ocidentais os homens utilizaram tão pouco seu corpo, sua mobilidade, sua resistência. O consumo nervoso (estresse) substituiu o consumo físico. (...) Até as técnicas corporais mais elementares – como caminhar, correr, etc. – recuam consideravelmente e só são solicitadas raramente na vida cotidiana como atividades de compensação ou de manutenção da saúde. (...). (Le Breton, 2003, p. 20-21)

Esse afastamento do corpo das ações mais corriqueiras, não deixa de depender de uma capacidade interiorizada e altamente exercitada de inibição, uniformização e controle dos impulsos e movimentos corporais, conseguida graças a todo um conjunto de técnicas que parecem o tempo todo querer prever ou impedir fluxos, instabilidades, contaminações, proximidades.

Michel Foucault, em "Vigiar e Punir" (1975/2009), analisa o surgimento de tais dispositivos a partir das transformações das punições, desde castigos corporais, no início da modernidade, em direção a um sistema punitivo mais sutil e sofisticado, diluído em diferentes instituições, racionalizado e em grande parte internalizado pelos próprios sujeitos.

Um traço fundamental desse processo, como discute Foucault, é a "docilização dos corpos", a criação e o desenvolvimento de instituições e estratégias para tornar os corpos maleáveis e submissos por si mesmos. Em suas palavras:

> (...) O corpo humano entra numa maquinaria de poder que o esquadrinha, o desarticula e o recompõe. Uma "anatomia política", que é também igualmente uma "mecânica do poder", está nascendo; (...). A disciplina fabrica assim corpos submissos e exercitados, corpos 'dóceis'. (Foucault, 1975/2009, p. 132-133)

Como analisará este autor, muitos dos dispositivos disciplinares que caracterizam as instituições modernas de educação e de socialização tomam para si a tarefa de docilizar os corpos, agindo não sobre os resultados das ações corporais, como antes, mas sobre os *modos* de agir, nas minúcias dos gestos, transformando ciclos corporais, impulsos, irrupções, dentro de um processo de ascetismo e retificação bastante similar às transformações retificadoras do ambiente, às quais nos referimos anteriormente.

Essa mesma docilização adquire contornos especialmente intensos no mundo do trabalho, sobretudo com a industrialização. Como a experiência de Simone Weil (1941/1979) testemunhará, o processo de "racionalização" da produção industrial se baseia basicamente na separação entre pensamento e ação, entre trabalho intelectual e trabalho braçal – que é evidentemente um tipo de separação bastante articulada a um dualismo entre sujeito (como sede do pensamento) e corpo (como fonte da força de trabalho).

Esta autora, tendo vivido como operária da Renault entre 1934 e 1935, registra o cotidiano vivido pelo trabalhador industrial, a partir das "inovações" nos processos de produção trazidas pelo taylorismo. Na descrição que faz de sua experiência como operária, Simone começa por apontar a violência dos processos de submissão dos ritmos do corpo a um tempo linear e monótono, ordenado pelos relógios de ponto e pela cadência regular das máquinas: o operário tem de adequar forçosamente seu cotidiano, com todos os imprevistos e acasos que caracterizam qualquer processo vivo, de modo a chegar à fábrica sempre em um segundo pré-determinado. Em seguida, deve trabalhar numa cadência constante de alguns poucos gestos a serem repetidos por períodos longos de tempo, interrompidos apenas por imprevistos não reconhecidos oficialmente pelos sistemas de remuneração e de organização do trabalho (tais como os acidentes de trabalho, os limites e dores do corpo, as falhas das máquinas, etc.).

Independentemente da possível controvérsia em relação à pertinência da descrição de Weil à realidade atual, evidentemente persistem hoje com toda a força: a ditadura dos relógios e do tempo milimetricamente controlado; a valoração e remuneração do trabalho pela quantidade de horas; a obsessão por resultados que possam ser quantitativamente verificados; a interdição de apropriações pessoais do trabalho e de seu ambiente; a impessoalidade como norma das relações profissionais (contrária ao tipo de amizade fundamental que Weil considerava poder ser propiciada

pelo compartilhamento do trabalho); a especialização e a divisão do trabalho em micro-etapas e micro-especialidades que têm enorme dificuldade em dialogar, entre outras tendências que desdobram e atualizam muito do que Simone Weil procurou discutir em sua obra.

No que se refere especificamente ao corpo, o mundo do trabalho atualmente (dentro e fora da indústria) é evidentemente marcado por um esforço de superação e domesticação, na medida em que o corpo humano passa a ser um obstáculo a certos ideais de eficiência, pois tem limites em sua capacidade de esforço, em sua capacidade de memorização, em sua capacidade de manter-se fazendo uma mesma tarefa, assim como, dói, adoece, se afeta, quer se mover na hora errada, ou com movimentos diferentes dos esperados, precisa comer e repousar, tem ciclos, se transforma por si mesmo, tem comportamentos por vezes inexplicáveis, e morre.

Das colocações dos autores que citamos até aqui (tão distintos em tantos sentidos), o que nos interessa agora reter é a característica fundamental da abordagem de nossa época em relação ao corpo como marcada por um regime disciplinar que procura intervir diretamente sobre este, a fim de torná-lo mais adequado a certos processos de produção e consumo.

Todas as sociedades – conforme afirmam diferentes correntes da antropologia[3] – produzem concepções próprias sobre o que é o corpo, que constituem em grande medida as possibilidades, a forma, os órgãos e tecidos mais ou menos desenvolvidos, as habilidades e movimentações mais ou menos demandadas, etc.

Com base na leitura do pensamento de Weil e de Foucault, pensamos que, em nossa sociedade, os processos preponderantes de constituição do corpo tendem a atuar no sentido de torná-lo *instrumento eficaz de produção*, ou *objeto de consumo*, mercadoria, dotada de uma imagem bidimensional idealizada e sem maiores complexidades.

Em um contexto histórico como esse, nos parece claro que as questões e produções oriundos do campo da dança (como da arte de um modo geral), ganham uma importância ainda maior, na medida em que a dança como arte surgiu justamente com o advento do pensamento moderno sobre o corpo, e em grande parte de sua história procurou (como ainda procura) produzir corpos e discursos sobre o corpo que

[3] Cf. Mauss, 1950/2003; Castro, 2010; Mead, 1935/2000.

realizassem de maneira mais completa possível determinados ideais que o pensamento moderno construiu.

Uma marca importante desse papel social, que a dança acabou por assumir, de produzir corpos que corresponderiam "realmente" a certos ideais de desempenho, de "perfeição" anatômica e de domínio técnico análogo ao de uma máquina eficaz, é evidenciada pelo tecnicismo que caracteriza grande parte do treinamento do bailarino em muitas das propostas de dança cênica.

Isabelle Launay (2003), por exemplo, em um trabalho de coleta de depoimentos de bailarinos, aponta vários testemunhos referidos ao modo como o prazer de dançar se vê colonizado, na experiência de grande parte dos bailarinos entrevistados, pelo peso do imperativo de produção de um corpo extraordinário, mais próximo de um imaginário imposto da concretude dos corpos reais.

Analisando os depoimentos, a autora articula o tecnicismo à primazia de uma compreensão anatômica do corpo, e ao esforço de manutenção de velhas estruturas sociais hierarquizadas, ligadas à criação da dança como um dos principais e mais eficientes dispositivos de produção de corpos dóceis (cf. Foucault, 1975/2009):

> (...) Tudo concorre massivamente na aula de dança, na instituição de uma organicidade disciplinada. (...) A meticulosidade do treinamento tornado um ritual não interrogado, aliado à rigorosa programação da cerimônia, fabricam um tecnicismo cruel do prazer de dançar. (...) O corpo disciplinar da utopia invadiu o sonho do dançarino. Anorexia do corpo, anorexia da relação, dança tornada anoréxica, não são senão os reversos de uma bulimia de controle e dominação. (Launay, 2003, p. 109-111)

Por outro lado, a dança atualmente (como outras formas de arte) tem dado especial lugar e testemunho a uma dimensão do corpo que resiste a esse tipo de esforço de objetificação, docilização e manipulação – oferecendo a possibilidade de perceber e conceber o corpo sob outra lógica, em direção a caminhos distintos.

O filósofo Kuniichi Uno (2010), por exemplo, ao debruçar-se sobre a dança de Min Tanaka e Tatsumi Hijikata, faz referência a um corpo muito distinto do ente produzido pelo imaginário anatômico ou pela disciplina tecnicista. Em suas palavras:

> Quando vi pela primeira vez a performance de Tanaka Min, há vinte anos, encontrei-me diante de um corpo que vivia em um outro tempo (...). Eu estava diante de uma figura desconhecida do corpo, tomada em um estranho escoamento do tempo. (Uno, 2010, p. 37)

A experiência de Uno ao encontrar a dança de Tanaka, lhe deu acesso a uma percepção do corpo em tal medida diferente da percepção usual, que lhe permitiu interrogar, em muitos níveis, o que é o corpo, de modo a re-situá-lo fora da concepção do imaginário anatômico: "um corpo é sempre estranho e estrangeiro, em sua opacidade inapreensível, inesgotável, irredutível. (...) O corpo é esse estranho começo e recomeço que pode colocar tudo em questão" (Uno, 2010, p. 37).

A arte – e em especial as artes que investigam e dilatam possibilidades de aparição, ação e posicionamento no tempo e no espaço de corpos vivos, tal como o faz a dança hoje – carrega uma potência fundamental de operar sobre nossa maneira de perceber e conceber o mundo. Os experimentos que ela produz, como coloca Peter Pelbart, "arriscam menos nossas convicções do que nossos modos de existência" (Pelbart, 2003, p. 67), o que é evidentemente relevante, se pensarmos no corpo como a forma mais concreta de existirmos, ou, ainda nas palavras de K. Uno, "esse lugar único existencial e mesmo político, sobre o qual se acumulam, se agrupam, se dobram todas as determinações da vida." (Uno, op. cit., p. 44).

Ambos os campos que enfocaremos daqui em diante igualmente dão testemunho e abrem espaço para dimensões do corpo que furam os protocolos de constituição deste como instrumento de produção ou objeto de consumo, e abrem espaços para concepções de corpo distintas daquelas que embasam estes protocolos. Consideramos que podem ser campos férteis para os processos de crise e reinvenção do corpo (de nossos modos de abordá-lo, de tê-lo, sê-lo ou estar nele), que a arte – junto a outros campos de reflexão também baseados na investigação a partir da sensibilidade ao mundo – tem perpetrado contemporaneamente.

II. Corporeidade no pensamento de Winnicott

Desde o início da Psicanálise, o corpo tem sido um tema central, que atravessa as construções teóricas e a prática clínica, tendo a obra freudiana se estruturado em grande medida sobre construções teóricas ligadas ao problema das relações entre sujeito e corpo[4].

Como herdeiro e renovador dessa tradição, um dos autores que mais enfatizou esse tema e que procurou articulá-lo aos conceitos que produziu e à sua prática clínica cotidiana foi D. W. Winnicott[5].

Winnicott chegou à psicanálise a partir da pediatria, e desde suas primeiras obras construiu uma compreensão dos fenômenos clínicos muito articulada a uma atenção notável ao corpo.

Sua própria pessoalidade, conforme o relato de M. Masud Khan, deixa transparecer a importância deste em sua vida e obra:

> Quando olho para trás, para os quase 20 anos de meu trabalho com Winnicott, o que me surge vividamente é a sua postura corporal relaxada e a sua suave concentração. Winnicott prestava atenção com o corpo todo (...). Comecei propositalmente por defini-lo em sua presença física, porque não seria possível compreender o seu talento clínico sem primeiro entender que, nele, a psique e o soma encontravam-se em perpétuo diálogo e suas teorias são simplesmente a abstração daquela constante pessoa que era Winnicott. (Khan, 2000, p. 11)

Para apresentar as principais concepções winnicottianas a respeito do corpo, comecemos por retomar sua abordagem da constituição das relações entre corpo e psiquismo, desde as experiências primeiras do bebê.

Descrevendo a experiência vivida pela criança em seus primeiros encontros com o mundo (que neste momento coincide com a própria mãe, ou pessoa cuidadora),

---

[4] Sobre o tema do corpo na obra de Freud, remeto ao trabalho de Fernandes (2003), que retoma os principais textos e discussões freudianos a esse respeito.

[5] Sobre as relações entre as obras de Winnicott e Freud, há uma rica discussão no campo psicanalítico, na qual não pretendemos nos aprofundar aqui, para não nos desviar de nosso escopo, mas que cabe assinalar, fazendo referência aos trabalhos de Plastino (2007), Martins (2000), Lins e Luz (1998).

Winnicott formula a idéia de uma primeira mamada teórica, que resumiria o que acontece nas experiências concretas das primeiras mamadas, da seguinte maneira:

> Nesta primeira mamada (teórica), o bebê está pronto para criar, e a mãe torna possível para o bebê ter a ilusão de que o seio, e aquilo que o seio significa, foram criados pelo impulso originado na necessidade. (...) No princípio existe uma quase perfeita adaptação à necessidade, permitindo ao bebê a ilusão de ter criado os objetos externos. (...) É enganoso pensar no estabelecimento do senso de realidade do bebê como um produto da insistência da mãe quanto à natureza externa das coisas do mundo externo. (...) A ilusão deve surgir em primeiro lugar, após o que o bebê passa a ter inúmeras possibilidades de aceitar e até mesmo utilizar a desilusão. (Winnicott, 1990, p. 121)

São elementos fundamentais dessa teorização as afirmações de que o bebê já carrega uma capacidade criativa que lhe é inerente (o primeiro encontro com o mundo deve ser, se o ambiente, isto é, a mãe permitir, uma experiência de criação), e de que a mãe lhe oferece (ou deve oferecer), de início, as condições de uma total adaptação às suas necessidades, o que significa uma total adaptação a seus ritmos corporais, à sua maneira singular de explorar e buscar o seio, etc., para que ele possa ter a experiência da *ilusão* de ter criado o mundo (o seio) que encontrou, até que paulatinamente, a não-adaptação materna comece a acontecer, funcionando como uma forma de introduzir pouco a pouco a experiência da "externalidade" da realidade.

Sendo assim, a realidade, neste momento inaugural, é ao mesmo tempo criada (porque é vivida como tal), e, ao mesmo tempo, independente da criação, já que existia também antes do bebê. A ênfase é dada justamente na qualidade desse encontro, em como ele pode ocorrer de modo que o bebê fundamente a experiência da realidade em sua criatividade primária, ao invés de desenvolver uma precoce capacidade de adaptar-se e de reconhecer a realidade como algo externo a si – reconhecimento que, se desenvolvido cedo demais, poria em risco a possibilidade do viver criativo (cf. Winnicott, 1970/2005; e Winnicott, 1990, p. 31).

Partindo desse momento de encontro e criação do mundo, Winnicott descreve o desenvolvimento do bebê como um percurso por três etapas fundamentais e inter-relacionadas, a saber: 1. a *integração*, 2. a *personalização* (que se refere ao "assentamento da psique no corpo") e, 3. a relação com a realidade (cf. Winnicott, 1990, p. 119).

1. Integração

A noção de *integração* alude ao estabelecimento gradual de certa unidade entre experiências de início isoladas, ou seja, ao estabelecimento de um "*self*", que articula as experiências iniciais do bebê numa *continuidade de ser*. Nas palavras de Winnicott:

> O eu individual [*self*] tem como início um somatório de experiências tranqüilas, *motilidade espontânea* e *sensações*, retornos da atividade à quietude, e o estabelecimento da capacidade de esperar que haja recuperação depois das aniquilações; aniquilações resultantes das reações contra as intrusões do ambiente. (Winnicott, 1956/2000, p. 498)

A continuidade de determinadas experiências corporais (quietude, motilidade espontânea e sensação) permite a constituição de um senso corporalmente enraizado de integração, de relativa unidade e articulação entre tais experiências no tempo.

Winnicott salienta, no entanto, que este processo (como os demais que caracterizam o chamado "desenvolvimento emocional primitivo") se dá lenta e gradualmente, tendo como base um estado inicial de *não-integração*, que ele toma o cuidado de diferenciar do estado de *desintegração*, que pode se estabelecer posteriormente:

> É necessário postular (...) um estado de não-integração a partir do qual a integração se produz. (...) No começo teórico existe o estado de não-integração, uma ausência de globalidade tanto no espaço como no tempo. (...) A partir do estado de não-integração se produz a integração por breves momentos ou períodos, e só gradualmente o estado geral de integração se transforma em fato. Fatores internos podem contribuir para promover a integração; como exemplo, temos a exigência instintiva ou a expressão agressiva, cada uma delas sendo precedida por uma convergência aglutinadora do self como um todo (...). A integração também é estimulada pelo cuidado ambiental. Em psicologia, é preciso dizer que o bebê se desmancha em pedaços a não ser que alguém o mantenha inteiro. (Winnicott, 1990, p. 136-137).

Como coloca Winnicott, tanto o cuidado ambiental, quanto a emergência de impulsos endógenos (próprios dos chamados estados excitados), paulatinamente organizam corporalmente o self como uma unidade integrada no tempo, a partir de um

estado não-integrado de base, com o qual se tem, na saúde, cada vez menos contato (op. cit, p. 138-139), ainda que este nunca se perca completamente.

Quanto à *desintegração*, Winnicott a compreende como:

> (...) Defesa organizada contra a tremenda dor das várias ansiedades associadas ao estado plenamente integrado. A desintegração desse tipo de pode ser utilizado mais parte como base para um estado patológico caótico, que na verdade representa um fenômeno secundário e que não está diretamente relacionado ao caos primário do indivíduo humano. (Winnicott, op. cit., p. 137).

O que nos parece importante salientar com relação ao processo de integração é, em primeiro lugar, a centralidade de determinadas experiências corporais como condição de integração e, portanto, de constituição do *self* e, mais ainda, o fato de que a integração pode ser estabelecida primordialmente com base em fatores distintos: ou no cuidado ambiental (com predominância de estados não-excitados), ou com base na experiência dos impulsos. Sendo que, a predominância de uma dessas fontes de integração terá implicações fundamentais na constituição do sujeito (cf. op. cit., p. 140).

2. Personalização

O segundo processo básico do desenvolvimento abordado por Winnicott, o "assentamento da psique no corpo", ou *personalização*, se refere à constituição de um psiquismo *vivido como localizado* no corpo. Como Winnicott discute em diferentes momentos, a experiência de estar fora do corpo, de não habitar realmente o corpo, ou de que apenas uma ou algumas partes do corpo são vividas como reais e *subjetivadas* (quer dizer, animadas de fato pela *presença* de si mesmo) é uma experiência que aparece com bastante freqüência na clínica, e na cultura de um modo geral. Laurentiis (2007) reúne algumas vinhetas da clínica de Winnicott a esse respeito:

> Winnicott relatou, por exemplo, o caso (...) de uma mulher que, num ato de entrega ao analista "perdeu a cabeça", ou o usual controle mental sobre as coisas, e após variados comportamentos regredidos pôde pela primeira vez apropriar-se da respiração e do sentimento de estar viva na presença de alguém (...). Winnicott assinalou também que determinados pacientes, incapazes de reagir à perda com sentimentos, como o de pesar, perdiam pedaços de si mesmos, por exemplo, o apetite e junto com ele o próprio sentimento

> de ter uma boca; ou o fato de que alguns pacientes olhavam o mundo *através* de seus olhos, como se fossem janelas, ou andavam tropeçando por não sentirem seus pés. (Laurentiis, 2007).

Como a clínica deixa claro, a experiência de habitar o próprio corpo não está presente desde o início da vida, mas é uma aquisição complexa, dependente de uma série de acontecimentos ao longo do desenvolvimento. Para a compreendermos melhor, é necessário em primeiro lugar esclarecer o que Winnicott entende por psique, ou seja, que psiquismo é esse que pode, ou não, habitar o corpo? Em suas palavras:

> (...) A palavra psique, aqui, significa *elaboração imaginária* (imaginative) *dos elementos, sentimentos e funções somáticos*, ou seja, da vitalidade física.
> (...) Gradualmente, os aspectos psíquico e somático do indivíduo em crescimento tornam-se envolvidos num processo de mútuo inter-relacionamento. Essa interação da psique com o soma constitui uma fase precoce do desenvolvimento individual. Num estágio posterior, o corpo vivo, com seus limites e com um interior e um exterior, *é sentido pelo indivíduo* como formando o cerne do eu imaginário.
> (...) O desenvolvimento inicial do indivíduo implica num *continuar a ser*. O psicossoma inicial prossegue ao longo de uma certa linha de desenvolvimento, desde que esse *continuar a ser não seja perturbado*. (Winnicott, 1949/2000, p. 333 e 334).

O fragmento acima esclarece que o conceito central para a compreensão da psique e do processo de personalização é o conceito de *elaboração imaginativa* dos acontecimentos corporais (partes e funções do corpo, sensações). Conforme Elsa Oliveira Dias (2007):

> O funcionamento psíquico inicial é (...) relativo ao soma, pois seja o que for que esteja sendo experienciado pelo bebê, tudo é experienciado no corpo ou através dele e está sendo personalizado pela elaboração imaginativa. Esta, diz o autor, "é uma forma rudimentar do que mais tarde chamaremos de imaginação" (1993/1993, p. 21). Não se trata, ainda, da fantasia do corpo que virá depois, pois esta é eminentemente representacional e depende de um funcionamento mental que ainda não foi ativado nesse momento inicial. A elaboração imaginativa é, bem mais, o que provê de sentido ao que seria, de uma perspectiva puramente organicista, uma mera sensação; do ponto de vista da experiência humana, contudo, há sempre um sentido, mesmo que altamente incipiente, tal como estar protegido ou não, sentir-se ou não seguro, deixar-se ir ou ser interrompido, sentir urgência, sentir-se solto no vazio, ter algo entrando, ter contato ou não, etc. (Dias, 2007)

Portanto, a elaboração imaginativa não é elaboração de uma imagem do corpo (nos termos, por exemplo, de Paul Schilder), mas é uma forma de *imaginação que cria um corpo*, no sentido muito particular winnicottiano de criar aquilo que já está lá. Quer dizer, em nossa leitura, trata-se de um primeiro processo psíquico de registro de experiências corporais que *em si* possuem certo sentido subjetivo, ligado à própria qualidade de cada experiência e ao papel de cada uma nos processos de desenvolvimento.

Com o conceito de elaboração imaginativa, Winnicott está assinalando que toda a dinâmica psíquica se baseia e se constitui no e pelo corpo. Essa compreensão de um corpo-psique (psicossoma, nas palavras do autor) será base da noção winnicottiana de *self*: "psicossoma é continuidade do ser humano individual que constitui o eu (*self*)" (Winnicott, 1949/2000, p. 338).

Partindo dessa noção, Winnicott compreenderá as situações em que corpo e psiquismo funcionam como entidades separadas, articulando-as a uma teoria sobre o *falso self*:

> (...) A coesão dos vários elementos sensório-motores resulta do fato de que a mãe envolve o lactente, às vezes fisicamente, e de modo contínuo simbolicamente. Periodicamente um gesto do lactente expressa um impulso espontâneo; a fonte do gesto é o *self* verdadeiro, e esse gesto indica a existência de um *self* verdadeiro em potencial. (...) Ligo aqui a idéia de um *self* verdadeiro com a do gesto espontâneo. (...)
>
> A mãe que não é suficientemente boa não é capaz de complementar a onipotência do lactente, e assim falha repetidamente em satisfazer o gesto do lactente; ao invés, ela o substitui por seu próprio gesto, que deve ser validado pela submissão do lactente. Essa submissão por parte do lactente é o estágio inicial do falso *self*, e resulta da inabilidade da mãe de sentir as necessidades do lactente (Winnicott, 1960/1983, p. 132-133)

Diante de uma experiência inicial de intrusão, quando a mãe, ao invés de funcionar como um ambiente no qual o gesto criativo do bebê pode acontecer, funciona impondo-lhe seus próprios gestos (e impondo, portanto, a realidade externa como uma exterioridade que não se comunica com a criatividade do bebê), o que ele tende a fazer é submeter-se e criar defesas para proteger seu "*self* verdadeiro" da intrusão e do perigo de ser explorado pelo outro, que resultaria em sua aniquilação (Winnicott, idem, p. 134). A organização destas defesas constitui o chamado "falso self", que é também uma

forma grave de separação entre corpo e sujeito, afinal o “sef verdadeiro” provém do corpo:

> O *self* verdadeiro provém da vitalidade dos tecidos corporais e da atuação das funções do corpo, incluindo a ação do coração e a respiração. Está intimamente ligado à idéia [freudiana] de processo primário e é, de início, essencialmente não-reativo aos estímulos externos, mas primário. Não há sentido na formulação da idéia do *self* verdadeiro, exceto com o propósito de tentar compreender o falso *self*, porque ele não faz mais que reunir os pormenores da experiência de viver. (Winnicott, op. cit., p. 136)

Nesse sentido, toda a vida psíquica é também a vida do corpo e se refere a seus acontecimentos concretos, tais como os ritmos da respiração, os batimentos do coração, as sensações da pele, etc., tal como continuaremos discutindo nos próximos capítulos.

Além disso, cabe dizer ainda que a palavra “mente”, em Winnicott se refere mais propriamente à cognição baseada no intelecto (cf. Winnicott, 1990, p. 29-32 e 1949/2000, p. 334-338 e 341) e não se confunde com a psique, que se refere à elaboração imaginativa do corpo.

> A psique, portanto, está fundamentalmente unida ao corpo através de sua relação tanto com os tecidos e órgãos quanto com o cérebro, bem como através do entrelaçamento que se estabelece entre ela e o corpo graças a novos relacionamentos produzidos pela fantasia e pela mente do indivíduo, consciente ou inconscientemente. (Winnicott, 1990, p. 70).

A mente, nesse sentido, pode ser, como acontece na saúde, um elemento, entre outros, que contribui para a contínua integração psicossomática (produzindo “relacionamentos” com o corpo, como dito no trecho acima), ou, por outro lado, quando desenvolvida precocemente, pode ser associada ao falso self, gerando processos precoces de intelectualização, que distanciam sujeito e corpo (ou o sujeito e o psicossoma), operacionalizando o funcionamento defensivo constitutivo do falso self.

Por fim, os dois primeiros processos do desenvolvimento, a integração e a personalização, nos levam à compreensão singular winicottiana a respeito do terceiro processo, que trata da relação com a realidade.

3. Relação com a realidade e o brincar

Sobre este tema, o que interessa a Winnicott é pensar como o bebê desenvolve, desde o mais remoto início da vida, uma relação com o mundo que lhe permita exercer sua criatividade fundamental, aquela que lhe faz receber elementos "externos", como o seio e o alimento, como sendo criações dele próprio, que aparecem apenas depois que ele os concebe subjetivamente, podendo então integrá-los a seu continuar a ser não como intrusos externos, mas como sua criação espontânea (cf. Winnicott, 1990, p. 121).

A relação com a realidade, para Winnicott, quando não está baseada na constituição do falso self, se assenta no "viver criativo", o que implica pensar que o *self* verdadeiro acontece na e pela criação, sendo que a criação, para Winnicott é o campo do brincar.

> É no brincar, e somente no brincar, que o indivíduo, criança ou adulto, pode ser criativo e utilizar sua personalidade integral: e é somente sendo criativo que o indivíduo descobre o eu (*self*). (...) O eu (*self*) realmente não pode ser encontrado no que é construído com produtos do corpo ou da mente, por valiosas que essas construções possam ser em termos de beleza, perícia e impacto. (Winnicott, 1975, p. 80-81)

O brincar estabelece uma relação com a realidade baseada na experiência paradoxal de sentir a realidade como tendo sido criada por si, e ao mesmo tempo poder reconhecê-la como precedente a si mesmo – experiência que Winnicott pôde abordar com clareza a partir de sua atenção ao que ele chamou de fenômenos transicionais, que aparecem, por exemplo, quando a criança escolhe determinados objetos da realidade externa como *objetos transicionais*, que lhe permitem fazer o trânsito entre realidade interna e externa, na medida em que são vividos como sendo parte, paradoxalmente, de ambos os mundos.

É essa experiência transicional, que caracteriza o brincar, que permitirá ao sujeito partilhar do campo da cultura. Sobre isso, a questão colocada por Winnicott não é tanto a questão freudiana de como o sujeito humano pode garantir a satisfação das pulsões apesar das proibições culturais, mas como o sujeito pode apropriar-se da cultura de uma forma que lhe é de fato sua, única e singular, e, portanto, criativa.

> O lugar em que a experiência cultural se localiza está no *espaço potencial* existente entre o indivíduo e o meio ambiente (originalmente, o objeto). O mesmo se pode dizer do brincar. A experiência criativa começa com o viver criativo, manifestado primeiramente na brincadeira. (Winnicott, 1975, p. 139)

A localização da experiência cultural no campo do brincar implica pensar que, como discute Rogério Luz, "o futuro da ilusão criadora é a cultura do mundo adulto" (Luz, 1998, p. 160).

> O que Winnicott pretende tematizar é o vazio virtual que une, ou separa, o mundo da cultura e o sujeito, para descrever a singular atividade psíquica que ali se inaugura. (...) O jogo[6] é, ao mesmo tempo, gestualidade inscrita na materialidade do que o mundo pode apresentar ou oferecer e simbolização do que nele se ausenta. (...) O jogo, (...) permite a comunicação e a circulação da experiência sob a forma primeira do paradoxo vivido. Espaço de contínua passagem entre não-ser e ser, o mesmo e o outro, repouso e movimento. (Luz, op. cit., p. 166-167).

Como fica claro até aqui, a abordagem winnicottiana do desenvolvimento se centra em grande medida em uma teoria de como se constitui uma corporeidade vivida de maneira relativamente integrada, e como se constitui um psiquismo enraizado vivamente nesta corporeidade.

Toda a descrição que este autor faz do desenvolvimento, acentua grandemente a sensorialidade, a concretude e a materialidade da experiência. Nesse sentido, Winnicott constrói uma compreensão fundamentalmente *estética* do corpo e da subjetividade, tal como coloca Luz (1998):

> A originalidade do pensamento de Winnicott vem do fato de ele ter tomado por parâmetro da constituição da subjetividade um modelo estético (...). A atualidade de Winnicott está em refletir sobre a prevalência da dimensão poética – o gesto formativo sobre a matéria sensível –, na gênese e na estruturação do sujeito em sua diferença e singularidade frente aos protocolos já estabelecidos da experiência cultural. (Luz, op. cit., p. 214)

[6] O autor utiliza a palavra jogo como sinônimo de "brincar", termo que estamos utilizando aqui. Ambas são traduções possíveis para a palavra *playing*, utilizada por Winnicott.

Pensando igualmente a obra de Winnicott como baseada em uma compreensão estética da constituição da subjetividade, Gilberto Safra desenvolve esta discussão, em "A face estética do *Self*" (2005), descrevendo como o *self* se constitui pela experiência sensorial:

> O bebê vive mergulhado em sinestesias, sons, temperaturas, cores e cheiros. Tenho observado que cada pessoa constitui seu *self* e sua maneira de ser, por meio de determinada forma sensorial que ganhou predominância no mundo do bebê que ele foi. (...) É pela forma sensorial privilegiada para um determinado indivíduo que se abre a constituição do objeto subjetivo e seu estilo de ser. (Safra, 2005, p. 39)

A emergência do "estilo de ser" pessoal, que se refere ao viver criativo discutido por Winnicott (por exemplo, em Winnicott, 1989/2005, p. 23-39), acontece corporalmente, desde o começo:

> As formas estéticas têm sua origem nas configurações do corpo da criança em contato com o corpo da mãe. Este se organiza segundo o que a mãe percebe em seu bebê. Este processo permite que a criança habite um corpo, que foi significado pela presença afetiva do outro. (Safra, 2005, p. 48)

Seguindo esse caminho, Safra analisará as possibilidades de uma apropriação subjetiva (de uma criação, do ponto de vista do *self*) das experiências do tempo, do espaço, da linguagem e com os objetos do mundo, para então sustentar que "o *self* se dá no corpo, o *self* é corpo. (...) O *self* é gesto, é ação, é acontecimento no mundo" (Safra, op. cit., p. 144). Ou seja, o *self* é corpo, mas esse corpo não se confunde com o objeto fechado e delimitado pela anatomia, pois se imbrica no mundo: o *self* é corpo-mundo, atravessa o tempo, o espaço e a materialidade dos outros corpos.

O corpo, portanto, não é abordado aqui como um ente, uma coisa a ser conhecida pela lógica da identidade, mas como um corpo-acontecimento, tal como a dança nos permitirá continuar a descrever e discutir.

III. Uma dança indisciplinar: o Contato Improvisação

> Dois homens jovens, vestindo camisetas e calças leves e soltas no corpo, rolam e deslizam sobre o chão, movendo-se muito próximos um do outro, mas sem se olharem diretamente. (...) Eles circulam juntos. O ombro de um desliza pelas costas do outro, cabeça toca cabeça, os quadris descansam momentaneamente sobre uma perna, e de repente (parece), o maior deles é carregado nas costas do outro, seu peso suspenso tranquilamente, seus braços pendendo no ar. A figura que carrega muda levemente de posição, e seu parceiro cai suavemente ao chão; os dois, enredados, mas não emaranhados, rolam e deslizam um sobre o outro agora, trocando apoios como dois lutadores amigáveis cujo desejo é manter-se em movimento, ao invés de atingir o oponente (...). (Novack 1990, p. 3)

O trecho acima é parte da descrição de um dueto de Contato Improvisação, com a qual a dançarina e antropóloga Cynthia Novack inicia seu importante trabalho sobre esta forma de dança.

A compreensão desse tipo de ação como dança não é inequívoca ou livre de debate[7], até porque seu surgimento se deu em um contexto de radical questionamento dos limites da própria dança e em especial da dança de espetáculo.

Esse questionamento e toda a experimentação que o acompanhou são desdobramentos de importantes movimentos de crítica e renovação com relação primordialmente à dança clássica – na medida em que esta passara, em certo momento histórico, a definir exclusivamente o que seria ou deveria ser a dança reconhecida como arte no ocidente.

Um primeiro movimento fundamental de ruptura com a hegemonia da dança clássica se daria com o trabalho de Isadora Duncan[8], e da geração subseqüente de

---

[7] Daniel Lepkoff, um dos dançarinos da primeira geração de praticantes de Contato Improvisação chega a afirmar que: "O domínio do Contato Improvisação, eu percebi, não é a dança, mas a vida, as forças que jogam entre duas pessoas dançando são aquelas forças que existem diariamente (...)." (Lepkoff, 1976/1997, p. 10).

[8] Evidentemente há outros atores fundamentais na revolução que Duncan costuma representar, tanto aqueles vindos mais diretamente de uma formação na dança clássica, como Vaslav Nijinski, quanto propositores de pesquisas em dança que de início sequer eram reconhecidas como pertencentes a esse campo, como é o caso da dançarina Louie Fuller (cf. Suquet, 2008).

dançarinos (em especial Martha Graham, nos EUA e Mary Wigman e Rudolf Laban, na Alemanha), que constituirão o que mais tarde se denominaria como dança moderna[9].

Algumas das características estéticas fundamentais da "dança moderna" (em que pese a generalização e, portanto, empobrecimento que uma enumeração breve assim acarreta) são: investigação sobre as fontes do movimento; criação de uma técnica distinta da técnica clássica, em grande medida voltada a encontrar uma movimentação que integre todo o corpo; um projeto de dança como arte que veicularia grandes questões do destino humano.

O bailarino Merce Cunningham, vindo da companhia de Graham, na geração seguinte, produz um segundo movimento de ruptura, ainda mais radical do que aquele trazido pela dança moderna, questionando primeiramente o projeto de contar grandes narrativas e de veicular o mundo emocional e os conflitos psicológicos por meio da dança, e também a própria maneira como são concebidas e compostas as obras dançadas.

A proposta central de seu trabalho foi retomar a atenção à materialidade do corpo, propondo que cada movimento tinha uma significação em si mesmo, sem precisar ser pensado como veículo ou código para um sentido exterior a ele (como acontecia nas danças que contavam grandes narrativas, feitas, por exemplo, por Graham).

Trabalhando junto com o músico John Cage, Cunningham começa a desconstruir a noção de composição baseada na deliberação de um indivíduo, ao introduzir procedimentos de sorteio de movimentos ao acaso, que seriam depois justapostos para formar coreografias.

Do ponto de vista técnico e estético, o projeto de Cunningham pode ser resumido da seguinte maneira:

> 1. Qualquer movimento pode ser material para uma dança; 2. Qualquer procedimento pode ser um método composicional válido; 3. Qualquer parte ou partes do corpo pode ser usada (...); 4. A música, o figurino, a decoração, a iluminação e dança têm suas próprias lógicas e identidades separadas; 5. Qualquer dançarino na companhia pode ser um solista; 6. A dança

[9] Para uma análise mais detalhada do trabalho de Duncan, remeto o leitor à sua autobiografia *My life* (1927) e aos trabalhos de Garaudy (1980), Suquet (2008) e Kurth (2004). Sobre Graham e Wigman, conferir Garaudy (1980), Suquet (2008) e também Bourcier (2006), Manning (2006), Horosko (2002) e a autobiografia de Graham, *Blood memory* (1992).

> pode acontecer em qualquer espaço; 7. a dança pode ser sobre qualquer coisa, mas é fundamentalmente e primariamente sobre o corpo humano e seus movimentos, começando com o caminhar. (Banes, 1987, p. 6)

Como discute José Gil (2004), este programa, e especialmente a introdução do acaso como método de composição, teve como principais conseqüências, 1. o questionamento da noção de um sujeito por trás da coreografia, pois, "deixando de ser finalizado, o movimento já não parte de um centro intencional, quer dizer, de um sujeito que tem sentimentos pessoais e quer exprimi-los de uma certa maneira" (Gil, 2004, p. 29); 2. a ruptura da relação de dependência da coreografia para com a música, já que, a partir de Cunningham a música não precisaria ser dançada, não governa mais o movimento, mas poderia funcionar como contraponto, pano-de-fundo, elemento com o qual dialogar, etc.; 3. a ruptura dos "'modelos' de coordenação dos movimentos [que] supunham sempre (...) uma imagem orgânica do corpo como uma totalidade finalizada" (idem).

A novidade das propostas de Cunningham acabou por abrir um campo de experimentações que levaram a dança para caminhos muito diversos dos explorados até então, dando início ao que passaria a ser chamado de dança "pós-moderna"[10].

Os criadores da "dança pós-moderna", pertencentes à geração que se seguiu a Cunningham, desenvolveram suas investigações e criações a partir da década de 1960. Nesse período, entre os tantos questionamentos que se intensificam no campo artístico e político, formula-se fortemente uma crítica à idéia de que a arte deve veicular mensagens, deve ter algum tipo de significado oculto, a ser decifrado por um espectador-hermeneuta.

Um marco deste discurso crítico, no contexto norte-americano, é o ensaio de Susan Sontag, "*Against interpretation*" (1965). Ali "Sontag clama por uma arte – e

[10] Há, na crítica de dança, uma discussão importante a respeito da adequação e do sentido preciso do termo "dança pós-moderna". Sobre isso, remeto o leitor ao trabalho de Sally Banes (1987, p. 14 e 15), que discute em que sentido certas características do *modernismo* na arte só aparecerão no universo da dança a partir da dança pós-moderna, o que implicaria na necessidade de uma distinção entre "dança pós-moderna" e dança "pós-modernista". Faço referência também ao trabalho de Luiz Nazario (2008, p. 24), que questionará criticamente a noção de pós-modernismo, afirmando que em grande parte o que caracterizaria a arte pós-modernista, na verdade, "passeia por castelos modernos". Por fim, como um mapeamento dessa discussão com relação à dança produzida fora dos EUA, incluindo o Brasil, cf. Silva (2008).

crítica – transparente que não 'signifique' nada, mas ilumine e abra caminho à experiência. "'O que é importante agora', Sontag escreveu, 'é recuperar nossos sentidos'" (Sontag, 1965, citada por Banes, 1987, p. 16).

Esse tipo de proposta ecoa o esforço feito por Cunningham de despojar a dança da intenção de *representar* algo (uma cena, o gesto de um personagem, uma história, sentimento, etc.). A geração que se segue a Cunningham, nos anos 1960, fará desta proposta uma tendência ampla e um ponto de partida para um questionamento não só do conteúdo trazido pelos espetáculos da dança moderna (os "heróis, mitos e metáforas psicológicas", nas palavras de Banes), como também da maneira como eram produzidos, das convenções teatrais de que dependiam e de seu papel social.

"O corpo em si mesmo tornou-se o assunto da dança, mais do que um instrumento de metáforas expressivas" (Banes, 1987, p. 18, intro.). A pesquisa sobre o corpo e suas possibilidades, e a tentativa de encontrá-lo fora do espaço delimitado pelas técnicas e concepções da dança moderna, levou a explorações ligadas à perda de controle, colisões, ou ainda, ao relaxamento e liberação de fluxos de energia, bem como a criações com não-dançarinos (em busca de um corpo não treinado, em certo sentido, mais "natural"), ou à inclusão, nas performances, de ações corporais cotidianas como caminhar, comer, dormir, etc.[11]

Um desdobramento desse movimento foi o questionamento da necessidade de um repertório de movimentos específicos, que delimitariam o que é um gesto dançado e o que não é. Outro desdobramento subseqüente, coerente com essa tendência, é a consciência das implicações políticas da dança e a experimentação nessa direção[12].

---

[11] Um coletivo que condensou grande parte das experimentações dessa época foi o *Judson Dance Theater*, surgido em 1962, a partir de uma aula de composição dada pelo músico Robert Dunn, que trabalhava com Merce Cunningham, em grande parte com experimentações ligadas às propostas do músico John Cage, especialmente os procedimentos de composição a partir do acaso (cf. Novack, 1990, p. 43 e 53). O espaço utilizado pelo coletivo era cedido por uma igreja de Nova York, e diferentemente das companhias de dança tradicionais, o Judson tinha uma estrutura de criação horizontal e flexível. Todas as decisões eram tomadas por discussões e pela busca de consenso, e o grupo era aberto à participação de quaisquer interessados, não apenas dançarinos. Dele participaram alguns dos principais criadores da dança pós-moderna, como Steve Paxton, criador do Contato Improvisação, e também Trisha Brown, Yvonne Rainer, Deborah Hay, entre outros. Mais informações em Banes (1983).

[12] Danielle Goldman (2010, p.94-111) faz uma discussão interessante a esse respeito, apontando relações de mútua influência entre os movimentos pacifistas e pelos direitos civis nos EUA dos anos 1960, que demandaram o desenvolvimento de certas técnicas e posicionamentos corporais, e o desenvolvimento da dança deste período, em especial o próprio Contato Improvisação. Sally Banes

Assim, começa-se também a dar maior atenção à maneira como se constituem os corpos contemporâneos, às restrições e automatismos que a sociedade capitalista lhes impõe, etc.

O Contato Improvisação surge nesse contexto, a partir de experimentações ligadas à performance *Magnesium* (em 1972), que Steve Paxton[13] criou junto com bailarinos estudantes do *Oberlin College*. Nesta performance, inspirado pelo movimento de colisão das moléculas de Magnésio e por suas experiências com quedas e rolamentos no *Aikido*[14], Paxton propõe que os dançarinos improvisem buscando colisões de um corpo contra o outro. No final da performance, também era apresentada a "Pequena Dança" – que consiste em pôr-se de pé e manter-se sentindo os micro-ajustes feitos automaticamente pelo corpo para manter o equilíbrio, gerando uma dança que *acontece*, independente da deliberação consciente[15].

Depois de *Magnesium*, Paxton e outros dançarinos criariam outras performances em que o contato se tornaria cada vez mais central, partindo das colisões para um contato mais contínuo, que envolve a troca fluida e constante de pontos de contato entre dois corpos – característica que seria a base de um conjunto de performances chamadas *Contact Improvisation*[16], expressão que passaria a nomear a nova forma de dança que surgia.

---

também discute extensivamente as relações entre a ação política (em diferentes sentidos) e a dança, tanto em seu livro sobre a dança pós-moderna (1987), como na obra *Democracy's Body: Judson Dance Theater 1962-64* (1983).

[13] Steve Paxton recebeu um treinamento como ginasta antes de entrar para o campo da dança. Foi membro da companhia de Merce Cunningham, e participou ativamente do *Judson Dance Theater*, como também do *Grand Union*[13], os dois coletivos mais importantes da geração de dançarinos dos anos 1960 nos EUA (para mais informações especificamente sobre Paxton, cf. Banes, 1987, p. 56-74).

[14] Arte marcial japonesa, sistematizada no início do século XX no Japão, por Morihei Ueshiba. Seu nome pode ser traduzido como "caminho (*dô*) de harmonia (*ai*) da energia (*ki*). Tecnicamente o Aikido tem como principal característica o uso de rolamentos e quedas, como maneira de dispersar a energia do golpe de um oponente, sem que ela atinja o praticante.

[15] Tal prática permite, nas palavras de Paxton, "remover o mascaramento habitual das forças-tal-como-são relaxando o escutador em estados da mente onde o tempo, a gravidade, a massa e a inércia são aparentes, onde o equilíbrio é visto como um movimento sutil, e as expectativas sociais na parceria podem ser deixadas de lado (...)" (Paxton, 1977/1997, p. 4). Mais sobre este ponto na seção de Anexos.

[16] Expressão que correntemente é traduzida em português por Contato Improvisação, tal como usamos nesta pesquisa, mas que talvez pudéssemos melhor traduzir por "Improvisação de Contato", como uma tradução mais gramaticalmente fiel à denominação em Inglês.

Nancy Stark Smith, dançarina que participou do desenvolvimento desta forma desde o início, a caracteriza da seguinte maneira:

> O *Contact* pode ser visto como um meio de comunicar-se através do contato físico. O diálogo acontece pelo uso da troca de peso entre os parceiros para sintonizá-los com as forças físicas que efetuam seu movimento e para sintonizá-los um com o outro. No começo do Contato Improvisação, uma escolha foi feita por minimizar o conteúdo social do contato e por trabalhar, inicialmente, com os elementos físicos envolvidos na troca. Declarada ou implicada pelo exemplo, essa escolha, junto a outras, trouxe profundidade à prática do *Contact* por limitar seu escopo. Estreitando o foco da atividade, a informação sutil tornou-se visível: a experiência da gravidade; a "pequena dança" do esqueleto balançando ereto; o fluxo do peso através do corpo enquanto ele rola pelo chão; a troca de peso entre parceiros durante levantamentos, carregamentos, e lançamentos; a sensação de compartilhar um centro de equilíbrio dinâmico com outro movente. (Smith, 1979/1997, p. 49)

Essa investigação sobre a comunicação pela improvisação em duos, que de início parecia uma investigação pontual, entre outras tantas experimentações surgidas no mesmo contexto, desenvolveu-se, de maneira um tanto inesperada, como uma modalidade de dança com características suficientemente consistentes para ser reconhecida como uma forma singular, dotada de uma história própria[17].

Além da evidente herança das experimentações dos anos 1960, Cynthia Novack (1990, p. 22-42) também aponta como importantes influências para o CI: o desenvolvimento, nos anos 1950 e 1960 da música popular norte-americana e das "danças sociais"[18], assim como as investigações do teatro físico (de grupos como o *Living Theatre*) e os movimentos de trabalho corporal surgidos na mesma época (como a Ideokinesis, a Gestalt-terapia, entre outros). Em suas palavras:

---

[17] Uma revisão histórica mais detalhada das performances que deram origem à forma Contato Improvisação, com a devida citação dos criadores envolvidos em cada uma pode ser encontrada em Leite (2005).

[18] Com esta expressão, a autora se refere a danças que não ocorrem primordialmente no espetáculo, mas em outras situações sociais (festividades, por exemplo), sem que haja uma divisão entre dançarinos e público, podendo todos os presentes improvisar uma movimentação, de maneira mais ou menos dependente de certos códigos e ideais estéticos, de acordo com o contexto cultural em questão. O foco da dança social é muito mais o intercâmbio entre os participantes e o prazer de dançar (ou de *brincar*, como nomeiam os dançarinos populares brasileiros) do que o domínio técnico ou o aplauso do público.

> O Contato Improvisação, de maneira notável, conseguiria conectar estas diferentes atividades da dança social e da dança cênica, da performance e do trabalho corporal, combinando-as em uma única forma. (...) A estrutura social de sua prática e performance não dividia inicialmente as pessoas entre performers e estudantes, dançarinos profissionais e dançarinos sociais. (...) Também, o Contato Improvisação combinava a sensualidade da dança social com uma perspectiva objetiva em direção às capacidades físicas do corpo, uma idéia desenvolvida pela dança cênica experimental, e com uma crença na verdade e dramaticidade inerentes ao corpo, uma idéia proeminente no teatro físico. As qualidades de livre fluxo do movimento e foco na experiência interna do movimento, tão características da dança social, foram unidas com o interesse no treinamento pelo movimento 'natural', central aos estudos de terapias corporais e de artes marciais. Estas qualidades tornaram-se características essenciais da experiência de movimento do Contato Improvisação. (Novack, 1990, p. 52)

Essa forte influência de tendências culturais diversas, vindas não apenas do campo da dança (trazendo, portanto, concepções e abordagens do corpo heterogêneas e, muitas vezes, distintas da abordagem hegemônica em nossa cultura), faz do Contato Improvisação um tipo de dança *sui generis*, com um posicionamento crítico com relação ao tema da técnica, e um posicionamento igualmente crítico com relação à hegemonia do espetáculo como único ou principal lugar de acontecimento da dança.

Primeiramente, com relação ao tema do espetáculo como *o* lugar por excelência da dança, o Contato Improvisação desenvolveu (ora como alternativa, ora como possibilidade complementar ao espetáculo e de todo modo, como uma forma de ampliar possibilidades de exploração e fruição da dança) o dispositivo das Jams[19], que são encontros abertos, não-dirigidos, onde cada participante pode dançar ou observar livremente, a exemplo do que acontece com danças sociais, porém sem a dependência de um código pré-determinado de movimentos, ritmo, papéis de gênero, etc.

A esse respeito, Keriac, uma dançarina que se destacou a partir do final dos anos 1970, escreve um texto retomando a diferença entre Arte de Estado e Arte Popular[20], posicionando-se da seguinte maneira:

---

[19] JAM é uma palavra formada a partir da expressão *Jazz After Midnight*, usada originalmente por músicos de Jazz, que se reuniam madrugada adentro, para improvisações.

[20] Como explica a autora, A Arte de Estado, se caracteriza pela ênfase no domínio técnico e na diferenciação entre artistas e público, pois surgiu em dependência de patronos aristocráticos que sustentavam o desenvolvimento técnico de uma classe de artistas, usando em grande medida a arte como signo de status e poder ou instrumento de proselitismo político. Nesse sentido, a Arte de Estado

> Eu vejo o *Contact* como arte popular, com valores da arte popular inerentes ao trabalho. Sua base é cinestésica, mais do que visual. A dança se destaca por dar a atenção principalmente às sensações corporais do dançarino mais do que pela preocupação sobre como ela vai parecer ao espectador. (...)" (Idem, p. 81)

Já com relação ao tema da técnica, ainda que este tenha sido um campo de controvérsia e de posicionamentos divergentes, o caminho que parece ter se consolidado se resume na seguinte colocação de Steve Paxton:

> Muita gente que se dirige ao Contato Improvisação para explorar sua fisicalidade, começará a prática intencionalmente, tentando 'entender' e mover-se intelectualmente (como é habitual) ao invés de explorar com abertura. Para alguns desses estudantes, as técnicas sugeridas pelo professor tornam-se uma doutrina. Eles 'sabem' o que é o Contato Improvisação porque eles se lembram das palavras e sabem executar técnicas. Eu acredito que não há forma de dança para a qual esta abordagem possa liberar o dançarino. Certamente não para o Contato Improvisação, que não é uma forma de frases de movimento estabelecidas, mas uma abordagem do movimento em que o estudante se move desde as motivações do reflexo e da intuição. Há uma contradição entre uma abordagem técnica e a improvisação. Enquanto uma busca pela liberdade do movimento racionalizado, a outra está estudando o movimento pelo exemplo e as palavras de um professor. (Paxton, 1980/1997, p. 68)

Portanto, ainda que não proponha uma negação do aprendizado técnico, Paxton o coloca como subordinado à investigação do movimento na improvisação. Afinal, foi contra justamente o tecnicismo que passou a marcar a dança moderna, que Paxton e os dançarinos de sua geração se insurgiram, buscando enfatizar outros aspectos da dança, menos obviamente acessíveis e menos estereotipados na cultura ocidental.

Nesse sentido, mais do que uma técnica ou um vocabulário de gestos, o Contato Improvisação propõe certa abordagem do corpo e do movimento, a qual Cynthia Novack (1990, p. 115-124) sumariza da seguinte maneira:

---

se caracteriza pelo elitismo (é criada para se comunicar com uma elite que a sustenta) e pela competição entre artistas e entre patronos. A *Folk art*, por outro lado, seria acessível a todos, não-profissional, e motivada mais pela experiência, do que pela tarefa de entreter ou justificar o apoio de um patrono: "não há aplausos, a recompensa está na dança em si" (Keriac, ibid.).

1. Gerar movimento por meio dos pontos de contato entre os corpos: o movimento não surge de uma escolha formal-visual, como na composição de coreografias em geral, mas "é guiado pelo senso dos dançarinos de como manter o contato corporal e continuar a troca de apoios" (Novack, 1990, p.116);
2. Sentir por meio da pele;
3. Rolar através do corpo, segmentando-o e podendo mover-se em várias regiões simultaneamente: "o fluxo de transições contínuas através dos segmentos do corpo permite mais opções na improvisação com um parceiro e aterrissagens mais suaves nas quedas e rolamentos" (idem, p. 118);
4. Experimentar o movimento "desde dentro", isto é, com foco nas sensações do próprio corpo, no espaço do corpo, na propriocepção;
5. Uso do espaço em 360º: a dança acontece em todas as direções, e não frontalmente, como, por exemplo, na dança clássica;
6. Ir com o *momentum*, isto é, ênfase no fluxo e no peso: "continuidade do movimento sem necessariamente saber aonde ele levará" (idem, p. 121);

Discutiremos mais algumas dessas características e suas implicações nos próximos capítulos. Por hora, cabe salientar que essa abordagem específica do corpo e do movimento faz do CI uma proposta de especial significação para a dança contemporânea, tal como avalia Annie Suquet (2008):

> A *contact improvisation* (...) sintetiza muitos dos desafios da dança contemporânea. E ao mesmo tempo constitui para ela um ponto limite. A forma, a estrutura aí são radicalmente subordinadas ao processo. A *contact improvisation* permite que se veja a emergência do movimento: é a experiência que cria um espetáculo, aquém e além de toda representação mental. (...)
> Através da exploração do corpo como matéria sensível e pensante, a dança do século XX não cessou de deslocar e confundir as fronteiras entre o consciente e o inconsciente, o 'eu' e o outro, o interior e o exterior. (...) Ao longo do século, a dança contribuiu para desafiar a noção de 'corpo', a tal ponto se tornou difícil ver no corpo dançante essa entidade fechada em que a identidade encontraria seus contornos. (Suquet, 2008, p. 537-538)

Afinal, o Contato Improvisação (com sua abordagem singular do movimento e com seus dispositivos de "dança social", como as jams, e de circulação de

conhecimento e reflexão como a *Contact Quarterly*[21]) é uma conseqüência concreta do projeto de uma geração de criadores que pretendeu dar à dança um lugar amplo na cultura, reconhecendo-a como um campo vital de investigação do corpo, de exploração e descoberta de suas possibilidades e, com isso, de reafirmação deste em um contexto histórico em que ele tem tido pouco lugar (fora das docilizações, da lógica da produção ou do consumo).

[21] A *Contact Quarterly* é uma revista que surgiu da troca de cartas (uma *newsletter*) entre praticantes de Contato Improvisação, fundada e organizada por Lisa Nelson e Nancy Stark Smith. Trata-se de um instrumento bastante interessante e novo no campo da dança (e ainda único em suas características), por permitir a circulação de textos escritos pelos próprios artistas, e condensar grande parte das discussões, inicialmente ligadas à prática do Contato Improvisação, e em seguida à dança e ao trabalho corporal de um modo mais geral. Como explicam suas fundadoras, a *Quarterly* foi uma maneira de organizar as idéias e o escopo do Contato Improvisação, alternativa à estratégia adotada por outras formas de dança e trabalho corporal, de fundar instituições que delimitam quem pode ou não praticar a técnica, ensiná-la, falar em nome dela, etc.

IV. OFICINAS DE EXPERIMENTAÇÃO CORPORAL: DESCRIÇÃO DE UMA MANEIRA DE ABORDAR A EXPERIÊNCIA

Diante da necessidade de definir o que é o Contato Improvisação, muitos dançarinos se posicionam da mesma maneira como Nancy Stark Smith e Lisa Nelson, ao dizerem que: "Para todo o interesse em definir o Contato Improvisação, a resposta (...) está em assistir a um dueto entre dois dançarinos que acabaram de se encontrar. A definição está no fazer" (Smith e Nelson, 1977/1997, p. 17).

A idéia de que o Contato Improvisação não pode ser propriamente definido, mas somente *apresentado e/ou vivido* não é fortuita. De nosso ponto de vista, o que os dançarinos estão afirmando com esse posicionamento é a primazia que dão à experiência concreta, e o fato de que, em certo nível, ela é irreprodutível e indefinível. Portanto, a dança é feita e *se define* pelas experiências concretas que pode produzir. Ou seja, seu *sentido* se atualiza a cada dança, a cada encontro que ela propicia.

Reconhecer isso implica reconhecer que mais do que um conteúdo para a dança (ou para a cultura de um modo geral), o Contato Improvisação oferece uma proposta, que funciona como um enquadre para que diferentes tipos de experiências possam acontecer. Tal proposta pode ser enunciada brevemente da seguinte maneira: que dois corpos (primordialmente dois corpos humanos – mas às vezes pode-se considerar esses dois corpos, como o de uma pessoa e o chão, ou o espaço físico da sala) estejam em contato físico direto, de tal modo que a movimentação (a dança) aconteça a partir do que o contato faz acontecer.

Sendo assim, enfocar uma dança cuja definição se atualiza no fazer demandou de nossa pesquisa, que ela também buscasse não se limitar aos discursos já produzidos pelos dançarinos, mas procurasse estar em contato o mais diretamente possível com *experiências vividas concretamente* com esta forma de dança, por sujeitos diversos.

1. Experiência

Estamos compreendendo a palavra "experiência", aqui, como o encontro com algum tipo de alteridade, que modifica o sujeito, de maneira em geral imprevisível. A própria etimologia da palavra, como retomada por Jorge Larrosa (2004), aponta alguns aspectos-chave da leitura que queremos ter dessa palavra:

> A palavra *experiência* vem do latim *experiri*, provar. A experiência é, em primeiro lugar, um encontro ou uma relação com algo que se experimenta, que se prova. O radical é *periri*, que se encontra também em *periculum*, perigo. A raiz indo-européia é *per*, com a qual se relaciona antes de tudo a idéia de travessia (...). (Larrosa, 2004, p. 162)

Como discute Larrosa (idem, p. 161), a palavra "experiência" evoca a presença de um sujeito que se expõe ao risco, ao perigo e à travessia de um processo de encontro. Com relação a este aspecto, Heidegger coloca o seguinte:

> Fazer uma experiência com algo significa que algo nos acontece, nos alcança, que se apodera de nós, que nos tomba e nos transforma. (...) Fazer uma experiência quer dizer, portanto, deixar-nos abordar em nós próprios pelo que nos interpela, entrando e submetendo-nos a isso. Podemos ser assim transformados por tais experiências, de um dia para o outro ou no transcurso do tempo. (Heidegger, 1987, citado por Larrosa, idem)

A experiência, portanto, é ao mesmo tempo o acontecimento de um encontro e os desdobramentos desse encontro, a maneira como "deixamo-nos abordar em nós próprios" por ele. Pensar a experiência de um sujeito com algo ou alguém significa então, em nosso caso, pensar as maneiras como tal encontro ocorre, que sentidos ele desperta, que sons, cheiros, gostos, texturas o compõem, o que ele acarreta e transforma e como ele é narrado e descrito por aquele que o viveu.

Encontramos no dispositivo das "oficinas de experimentação corporal", o meio que nos pareceu mais capaz de propiciar um contato direto com a experiência de diferentes sujeitos com o CI, tal como discutiremos a seguir.

2. Oficinas de experimentação corporal

Com a expressão "encontros de experimentação corporal" estamos nos referido a um tipo de situação que também se encaixaria no que se convencionou chamar por "oficinas de criatividade" ou "oficinas de recursos expressivos". Tais oficinas consistem em encontros coletivos, promovidos por um coordenador/facilitador, que podem ser pontuais (acontecer uma única vez) ou periódicos, e em que o coordenador proporá aos participantes algum tipo de experimentação, fazendo uso de materiais, recursos,

exercícios, jogos, etc. geralmente oriundos do campo da arte. Nas palavras de Christina Cupertino:

> A especificidade da Oficina de Criatividade (...) está no uso de recursos expressivos de natureza artística como deflagradores de experiências particulares, vividas pelos participantes como facilitadoras da expansão dos horizontes pessoais de circulação, através de pontos de vista múltiplos (...). Diferente da Arte-Terapia, essa experiência de sensibilização visa promover, por um lado, a exploração de variadas formas de expressão e compreensão de si e do outro, bem como o exercício da contextualização e o contato com a alteridade. (Cupertino, 2008, p.7)

Sendo assim, o espaço da oficina não se confunde com o espaço da arte-terapia, na medida em que não pretende fazer uso de recursos artísticos como instrumento de tratamento psicoterapêutico, mas sim propor experimentações artísticas coletivas, cujos desdobramentos na vida subjetiva estão em aberto, podendo ser de muitas ordens e em muitos níveis, e não necessariamente serão acompanhados pelo coordenador da oficina.

Além disso, esse tipo de oficina também se diferencia dos espaços tradicionais de ensino de arte, já que não objetiva a transmissão ou treinamento de técnicas específicas visando à formação do profissional de arte, mas sim a apropriação e *apresentação* experiencial da arte para um público que não necessariamente vinculará a ela sua atuação profissional. Também por isso, o trabalho com oficinas tem sido desenvolvido de maneiras muito diversas (cf. Cupertino, 2008, p. 13-37), e por profissionais e pesquisadores que transitam entre disciplinas distintas.

Tal diversidade implica evidentemente em, no mínimo, um diálogo interdisciplinar, que em muitos casos se aprofunda ao ponto de transbordar radicalmente as fronteiras usuais entre as disciplinas, criando novas configurações tanto para o trabalho clínico, ou educacional, como para o trabalho artístico.

Evidentemente que a palavra “oficina”, pela própria diversidade que abrange, pode incluir trabalhos que se contradizem do ponto de vista ético, teórico, técnico, etc. Como discute Cristina Rauter (2000, p. 274), em referência ao uso de oficinas em saúde mental, a falta de questionamento crítico sobre as práticas feitas em oficinas leva amiúde muitos profissionais a reproduzirem a lógica e o discurso da velha psiquiatria, ainda que sob uma roupagem diferente. Por essa razão, nos parece importante deter-nos

nessa explicitação da ética e da epistemologia que embasa o uso das oficinas nesta pesquisa e dos objetivos que temos com isso.

No caso específico desta pesquisa, pensamos que o espaço da oficina se coaduna com a escolha de implicar a experiência concreta do pesquisador com o que está sendo pesquisado e de abrir espaço para a emergência de possibilidades de manifestação dos fenômenos pesquisados não previstas e não conhecidas até então.

Além disso, o trabalho de oferecer as oficinas a fim de apresentar o Contato Improvisação nos permitiu acompanhar de perto embates, dificuldades, mudanças de rota, etc. que caracterizam não só o dispositivo das oficinas de um modo geral, mas principalmente, o contato de diversos sujeitos com as propostas desta forma de dança. A vivência e o acompanhamento "em tempo real" desse encontro entre os participantes e a dança pesquisada nos fornecem uma perspectiva que dificilmente teríamos tido, se houvéssemos utilizado outros métodos também pensados como possíveis (como, por exemplo, entrevistas com praticantes da dança, etc.).

O objetivo principal destas oficinas foi constituir um instrumento de contato próximo e, portanto, um modo de conhecer a experiência de diferentes sujeitos com a dança Contato Improvisação, enfocando (na construção das propostas das oficinas) especialmente determinados aspectos do CI que nos interessam, tais como, a experiência do fluxo de movimento; as possibilidades e limites da improvisação (de mover-se de acordo com uma gestualidade que acontece, e não procura reproduzir uma sequência gestual aprendida previamente) em solo e no contato com o outro; os lugares ocupados pelo outro nessa experiência; alguns sentidos e as nuances da experiência do toque; as possibilidades de um "diálogo não-verbal", por meio do contato pele a pele (ou pele e chão), tal como preconizado por esta forma de dança.

Não era nossa pretensão ensinar Contato Improvisação, no sentido usual da palavra "ensinar" (entendida como transmissão de um saber que se tem a pessoas que não o tem). Os dançarinos de CI, inclusive, têm produzido muitos textos e espaços de discussão problematizando a pretensão de ensinar e propondo outras formas de compreender o processo de "transmissão" dessa forma de dança[22]. Por essa razão, denominamos as oficinas como "oficinas de corpo e movimento com base no Contato

[22] A esse respeito cf. Lepkoff, 1976/1997; Ptashek, 1977/1997, entre outros textos que discutem o tema do ensino de CI, organizados por Smith e Nelson, 1997.

Improvisação", como forma de distingui-las de aulas voltadas ao ensino, à transmissão técnica, à formação de dançarinos profissionais ou ao aprofundamento da prática de praticantes experientes.

Todas as oficinas se estruturaram em dois momentos: uma primeira etapa (que ocupa quase toda a duração da oficina) de apresentação de certas propostas básicas oriundas do CI (e de métodos de dança e educação somática que dialogam diretamente com ele), de modo a que os participantes pudessem fazer uma experimentação pessoal das propostas, e uma segunda etapa em que os participantes deveriam escrever ou registrar graficamente a experiência, estando livres com relação à forma e ao conteúdo deste registro.

Não havia uma instrução específica com diretrizes sobre como fazer este relato ou qual conteúdo ele deveria ter. Apenas era dito aos participantes que procurassem registrar sua experiência, podendo abrangê-la de maneira geral ou deter-se em algum aspecto específico, como quisessem.

O material escrito e desenhado resultante deste segundo momento é a fonte dos trechos de falas dos participantes, que utilizamos em nossa análise e reflexão.

2.1 Participantes

Na medida em que nossa pesquisa procura mapear a experiência com o CI de sujeitos diversos, pensamos desde o início em oferecer as oficinas ao público em geral, convidando ativamente usuários de serviços de saúde mental, a fim de "engendrar com os participantes a potência de uma composição heterogênea que evita anular ou achatar as diferenças, direcionando-as para que elas sejam motores de encontro e pertença social." (Lima et. al., 2009).

Para poder estabelecer o contato e a parceria com os serviços de saúde mental e com outros projetos que atuam na interface entre arte e saúde, bem como para ter uma necessária interlocuação e apoio na execução das oficinas, contamos com o apoio do Programa Permanente Composições Artísticas e Terapia Ocupacional (PACTO), ligado ao Laboratório de Estudos e Pesquisa Arte e Corpo em Terapia Ocupacional da FM-USP. Este apoio consistiu em uma interlocução periódica com Érika Inforsato, coordenadora do PACTO, enfocando desde a formulação das oficinas, passando pelas estratégias de divulgação e de execução destas, bem como a presença, nas oficinas, de

duas estagiárias estudantes do curso de Terapia Ocupacional da FM-USP, Olívia Resende e Marcela Nardo.

Como relatam Lima et. al. (2009), criadoras do PACTO:

> O PACTO se propõe a acompanhar grupos no desenvolvimento de projetos em artes plásticas e artes do corpo e inclui em sua metodologia de trabalho: o fazer artístico, através da instrumentalização técnica em ateliês de experimentação plástica e corporal; a atualização cultural, por meio de passeios e visitas a eventos da cidade; e a divulgação das produções realizadas, através de exposições e feiras, abrindo assim, mais uma forma de engendrar a participação destas pessoas e seus trabalhos no circuito sociocultural (...). A relação com o universo das produções culturais possibilita o contato com novas formas de sensibilidade disponíveis ao coletivo, que podem orientar cada um em sua própria experimentação no enfrentamento dos desafios que o mundo contemporâneo coloca. (Lima, et. al., 2009)

Nossa interlocução com o PACTO, portanto, se deu em primeiro lugar por uma afinidade entre a proposta da oficina e o trabalho já desenvolvido por este serviço desde seu surgimento.

O espaço das oficinas, inspirado em práticas como as que habitaram a rede de ações do PACTO (ainda que tenha sido bastante aquém delas, em seu tamanho, intensidade, extensão e duração), partilhava com elas um objetivo que transcendia o caráter específico de ser um procedimento de pesquisa, buscando também criar (notadamente com relação aos participantes que eram usuários de serviços de saúde mental):

> Possibilidades de enfrentamento dos processos de homogeneização das diferenças, agindo sobre as tendências históricas e culturais de institucionalização e desvalorização que acompanham e produzem marcas, enfraquecendo as vidas dos sujeitos. (Lima et. al., 2009)

Com relação às possíveis controvérsias em relação à diversidade de participantes e à questão de quem poderia ou não, a priori, participar, nossa posição foi tentar partir de um olhar “de principiante” – um olhar que deixasse em suspenso, ao menos por certo tempo, a afirmação teórica perpetrada pelos diversos discursos médicos, psicológicos e psicanalíticos sobre o que podem ou não determinados sujeitos – para oferecer a possibilidade de uma experimentação corporal, confiando nas construções que adviriam

da interlocução com outros envolvidos nessa tarefa e com os próprios sujeitos participantes, para, só então, estabelecer limites, com base nos acontecimentos concretos, e não no conhecimento teórico tomado a priori.

2.2 Espaço

Evidentemente não pudemos encontrar um espaço público e gratuito com todas as características adequadas a nossa proposta de oficina (tais como chão de madeira ou linóleo, algum isolamento acústico, ventilação adequada, etc.). De fato, essa dificuldade já é um dado significativo em relação à falta de lugar, nas concepções culturais hegemônicas, e nas políticas públicas (tanto de saúde como de cultura) para o trabalho corporal e para o próprio corpo, quando pensado fora da lógica da produção-consumo, tal como apontamos anteriormente.

Diante das dificuldades em encontrar um espaço, fizemos nosso primeiro encontro em uma sala da Estação Ciência da USP e, em seguida, fizemos os demais encontros em uma sala no Tendal da Lapa, espaço cultural municipal próximo a este primeiro local.

O espaço que conseguimos marcou bastante a experiência de oferecer e de participar das oficinas, já que, ao início de cada uma, tínhamos de tentar sempre renovadamente adaptá-lo a nossas necessidades. O chão, por exemplo, geralmente se encontrava sujo, demandando um tempo de limpeza, ao início de cada oficina (já que a proposta envolvia bastante contato corporal também com o chão), e o espaço não era delimitado por paredes, mas por divisórias de tecido, deixando entrar os sons de outras atividades concomitantes e da passagem do trem.

Ou seja, o lugar em que realizamos o trabalho nos demandou, quase que ironicamente, ampla capacidade de improvisação, de levar em conta o inesperado e de buscar dialogar com as dificuldades oriundas não só dos processos de exploração propostos pela própria oficina, como também dos atravessamentos trazidos pelas limitações e características do espaço (por exemplo, sua comunicação com os ruídos, poeiras, fluxos, movimentos, estranhamentos, etc. do mundo ao redor).

3. Propostas feitas nas oficinas

Na seção de Anexos, ao final do trabalho, há uma descrição detalhada do que propusemos em cada oficina, incluindo um relato de alguns dos acontecimentos principais de cada uma e também, a transcrição do registro escrito feito por todos os participantes.

Nossa intenção foi propor uma experimentação, a partir do material técnico básico do Contato Improvisação, enfocando os seguintes temas:

1. As relações entre o corpo e o peso: o uso do chão; a distribuição do peso no corpo; carregamentos e trocas de peso.
2. A pele e o sentido do tato: as sensações da pele; comunicação com o chão, com o espaço e com o outro através da pele.
3. A improvisação: o que é improvisar; de onde vem o movimento durante uma improvisação; diferenças entre um movimento originado no fluxo e um movimento premeditado; possibilidades de escolha; a improvisação com um parceiro; a escuta e a atenção ao outro; o fluxo do movimento.
4. O contato: dançar percebendo o espaço ao redor; usar o espaço; deixar-se influenciar pelo movimento do outro; conduzir e ser conduzido; nem conduzir nem ser conduzido; a experiência do toque e da comunicação pela pele.

De maneira geral, as oficinas começavam com a proposta de um estado de repouso (que se traduzia concretamente em propor aos participantes que começassem deitando no chão), e de atenção ao corpo, ao estado em que ele se encontrava no momento, à sensação do peso, do contato com o chão, da respiração, etc.

A partir desse início, podiam ser propostos exercícios de aquecimento, de alongamento, ou determinados tipos de jogos focados em estabelecer um estado de maior prontidão e presença, ou em introduzir uma proposta de contato, ou certo aspecto técnico, etc.. Em seguida, era geralmente enfocado algum material específico do CI, como os rolamentos do corpo no chão, a pequena dança, possibilidades e qualidades do toque, alguns carregamentos simples, etc.

De início, as oficinas foram planejadas tendo em vista um trabalho seqüencial, em que as experiências feitas em uma oficina também poderiam ser uma preparação para as próximas. No entanto, devido à instabilidade do grupo e à sazonalidade da

presença dos participantes, começamos, ao final, a pensar cada oficina isoladamente, focando, em cada uma, algum tema específico trabalhado pelo CI.

Muitos exercícios e propostas se basearam quase literalmente em exercícios e propostas vividos pelo próprio pesquisador em aulas e workshops de CI. Vários deles também foram construídos em um diálogo entre a experiência concreta do pesquisador (e suas observações dos participantes), com as sugestões de técnicas sistematizadas por Kaltenbrunner (2004) e Pallant (2006), autores de trabalhos dedicados ao Contato Improvisação e ao seu "ensino".

4. Dificuldades

Vivemos um tempo que nos ajuda enormemente a fugir do espaço vazio, preenchendo-nos com projetos e afazeres e programas e distrações infindáveis, "irresistíveis".

Essa corrente quase incessante de tarefas e preenchimentos do tempo e do espaço diminui enormemente as possibilidades de acontecerem *experiências*, no sentido que demos a esta palavra inicialmente, articulando-a à noção de risco, de encontro com a alteridade, e de não-saber sobre os acontecimentos seguintes.

Um autor que em muitos momentos procura apontar a dificuldade que nossa época impõe às experiências é Walter Benjamin. Em seu ensaio "Experiência e pobreza" (1933a), Benjamin descreve a impossibilidade de experiência da seguinte maneira:

> (...) aos olhos das pessoas, fatigadas com as complicações infinitas da vida diária e que vêem o objetivo da vida apenas como o mais remoto ponto de fuga numa interminável perspectiva de meios, surge uma existência que se basta a si mesma, em cada episódio, do modo mais simples e mais cômodo, e na qual um automóvel não pesa mais que um chapéu de palha, e uma fruta na árvore se arredonda como a gôndola de um balão. (Benjamin, 1933a/1994, p. 119)

O declínio da questão sobre as finalidades da vida, ou, sobre o que versa a vida, como coloca Winnicott – questão fundamentalmente ética – tende, de acordo com Benjamin, a diluir a existência numa infinidade de "meios sem fim". Sob essa perspectiva, não há experiência possível, já que as coisas e acontecimentos tendem à

homogeneidade, qualquer coisa é equivalente a qualquer outra e nada, ou quase nada, é encontrado de fato (ou criativamente encontrado, acompanhando Winnicott).

Em outro belo ensaio, "O Narrador: considerações sobre a obra de Nicolai Leskov" (1936), o mesmo autor aponta como alguns dos impeditivos atuais para a experiência (e para a narrativa, que depende dela): 1. a hegemonia do pensamento baseado na informação – como uma maneira linear e fechada de veicular "fatos", não aberta a outras interpretações e sentidos; 2. o excesso de trabalho, ligado a um momento histórico de profundo declínio dos fazeres artesanais, e do tempo lento que os acompanhava; 3. a emergência do romance, como uma forma de narrar que privilegia a rememoração da vida de um herói, separando-a da memória difusa cultivada na narrativa.

Em um contexto como esse, a proposta de algo como uma oficina de "experimentação" com o corpo, pode facilmente ser um convite a tudo menos à experiência, e menos ainda à experiência de improvisar/brincar. Afinal, em geral, em uma sociedade que trata o tempo como mercadoria (cada vez mais rara e preciosa), e cujo imperativo é o consumo e a aquisição de bens (incluindo nesta categoria os conhecimentos, competências, saberes, habilidades, técnicas, etc.), dificilmente alguém se disporia a ir a uma oficina (ou aula, ou espetáculo, ou tantos outros acontecimentos) sem buscar algum tipo de ganho pré-concebido: aprender uma técnica nova, adquirir certo repertório de habilidades, conhecer determinado tipo de pessoa, etc.

Sem querer idealizar um sujeito que iria à oficina aberto e disponível "ao que der e vier", sem buscar ganhar algo, ou consumir algo, ou obter determinado tipo de sensação ou de encontro esperado, cabe dizer que uma oficina como a que oferecemos de fato oferecia pouco a essa lógica do ganho, já que ficava claro aos participantes que o aprendizado técnico-instrumental em dança não era uma prioridade, e que os encontros que poderiam acontecer ali não seguiam uma lógica do encontro com o semelhante ou o já conhecido (pela própria diversidade de participantes).

Talvez esta falta de uma oferta ligada a um ensino de técnicas ou de repertórios coreográficos (aliada à precariedade do espaço) tenha sido um dos principais obstáculos à criação de um grupo estável.

Junto a isso, podemos apontar como outra dificuldade a heterogeneidade dos participantes, o que torna ainda mais desafiador continuar (já que o reconhecimento mútuo não era imediato e a experiência de estranhamento era muito freqüente).

De outro lado, a própria gratuidade das oficinas, que em certo sentido facilitaria sua difusão e a adesão dos participantes, pode ser mais uma dificuldade. Num mundo tão fortemente mediado pelas trocas monetárias, o gratuito tende a ser desvalorizado (ainda que nem sempre), ou pode retirar um tipo de motivação ligada à "obrigação" de continuar (se certa proposta se revela desafiadora, é mais provável que as pessoas continuem a ir a seu encontro se pagaram por ela, e que fujam dela mais facilmente caso não tenham pagado nada). Um fato significativo é que nenhum dos participantes que explicitamente mencionaram a gratuidade como um forte motivador voltou a participar depois de uma primeira vez.

Outra dificuldade ainda foi a ausência de um produto final, que tenderia a funcionar como um aglutinador do grupo e como uma motivação para superar o cansaço, a vontade de ficar na cama, a vontade de não ter de se expor ao desafio e ao desconhecido, etc.

De meu ponto de vista, e com base em minhas próprias experiências com o Contato Improvisação, propor uma oficina ao mesmo tempo processual (que não se encerra em um ou poucos encontros pontuais), mas que não resultaria em um produto final de nenhum tipo, me pareceu uma escolha importante e coerente com a característica do Contato Improvisação de valorizar muito mais o processo do que o produto e tentar fazer coincidir arte e vida cotidiana.

No entanto, essa mesma escolha tão claramente fundamentada para mim como uma proposta estética e ética própria, parece ter sido vivida e compreendida pelos participantes de outra maneira – talvez, em algum grau, como um convite à fugacidade.

Ainda caberia apontar a inexperiência do pesquisador no oferecimento de oficinas e a pouca capacidade que tive, naquele momento, de distinguir e enfocar propostas que poderiam ser mais potentes como brincadeira (no sentido Winnicottiano), tal como discutiremos mais a seguir.

Tudo isso certamente contribuiu muito para que não tenhamos formado um grupo fixo e duradouro, e para que a maioria dos que participaram das oficinas tenham vindo uma única vez ou algumas poucas vezes. Isso, no entanto, talvez nem seja propriamente um problema, já que, como discutiremos, afinal, os relatos dos participantes parecem indicar que, apesar das dificuldades já colocadas, aconteceram encontros e experiências de fato.

V. "SER O OUTRO QUE SE É"[23]: DISCUSSÃO E ANÁLISE DAS EXPERIÊNCIAS ENCONTRADAS

Eu sabia que nós somos aquilo que tem de acontecer.
(Clarice Lispector, *A legião estrangeira*)

Nos relatos que coletamos nas oficinas, aparecem diversas maneiras de a corporeidade se fazer presente. Podemos dizer que diversos corpos *acontecem*, para uma mesma pessoa, num mesmo dia ou ao mesmo tempo, por vezes paradoxalmente.

A partir das facetas da experiência que mais nos chamaram a atenção nos relatos – por terem aparecido em vários deles, ou então por se referirem a aspectos que nos interessam desde o princípio discutir –, organizamos nossa análise nas seções a seguir, como forma de estruturar a discussão que anunciamos no princípio do trabalho. Começaremos caracterizando a improvisação no Contato Improvisação, por meio de um diálogo com a noção winnicottiana de "brincar". Em seguida, discutiremos algumas implicações fundamentais das experiências ligadas ao contato, para uma compreensão do corpo e de seus processos de constituição.

1. Improvisação e possibilidade de brincar

A palavra "improvisação", segundo o dicionário etimológico de Harper (2010), se origina da palavra latina *improvviso*, formada pela junção do prefixo *in*, de negação, e *provviso*, que significa "algo já visto anteriormente". Sendo assim, *improvviso* se refere a algo ainda não visto, e *improvvisare* à produção de algo assim. Ou seja, a noção de improvisação se liga, tanto pela etimologia quanto pelo uso corrente, à idéia de algo inesperado, novo e que surge, acontece, brota.

Na dança, como no teatro e na música, a improvisação é uma noção bastante usada, porém com diferentes acepções e lugares. Pode ser pensada e praticada como um método possível de composição de obras acabadas (isto é, uma etapa anterior à obra pronta), ou como o acontecimento que constitui a obra em si (como nas improvisações do Jazz, de dança moderna, de algumas danças tradicionais, etc.).

[23] Expressão tirada, como a epígrafe, do conto "A legião estrangeira", de Clarice Lispector.

Além disso, o próprio fazer implicado na improvisação também varia muito de acordo com a proposta estética em jogo: em alguns casos a improvisação se refere a uma combinação inédita de possibilidades pré-determinadas por um vocabulário delimitado (como é o caso, por exemplo, da improvisação nas danças clássicas indianas). Em outros casos, a improvisação é vivida e pensada a partir de outras fontes, por exemplo, o transe e a possessão, ou então, um estado específico de concentração e prontidão, ou ainda, a atenção a determinado aspecto formal, a certas sensações, a uma imagem poética[24], etc.

No Contato Improvisação, a improvisação evidentemente ocupa um papel constitutivo e é pensada de uma maneira bastante específica. Nancy Stark Smith, uma das criadoras da primeira geração de dançarinos de CI, coloca a improvisação nos seguintes termos:

> A improvisação é uma prática em desorientação – treinar os reflexos para ler a confusão como um desafio e não uma ameaça; que um momento de perda da ancoragem tem a vantagem de permitir o movimento em qualquer direção, e além, que uma ausência temporária de referências pode clarear o caminho para impulsos de lugares inesperados (Smith, 1985/1997, p. 97)
>
> Onde você está quando você não sabe onde está é uma das situações mais preciosas oferecidas pela improvisação. É um lugar no qual mais direções são possíveis do que em qualquer outro. Eu chamo este lugar de o Vão. Quanto mais eu improviso, mais eu estou convencida de que é por meio destes vãos – essa suspensão momentânea de pontos de referência – que vem o inesperado e tão buscado material 'original'. Ele é original porque sua origem está no momento presente e porque ele vem de fora de nosso leque de referências usuais. (Smith, 1987/1997, p. 113)

Como se pode ver, na prática de CI, a improvisação implica, em primeiro lugar, em uma suspensão de referências habituais, de automatismos corporais aprendidos, como meio de abrir espaço para "impulsos de lugares inesperados", ou seja, para o gesto que surpreende o próprio sujeito, introduzindo possibilidades ainda não conhecidas e não vividas, que furam os caminhos habituais e consolidados de movimento e de doação de sentido à experiência.

[24] Para uma discussão ampla a respeito da improvisação, especialmente a partir do campo da música, remeto o leitor a Nachmanovitch (1993). E para uma discussão mais específica a respeito da improvisação em dança, faço referência a Albright & Gere (2003).

Essa "suspensão de referências" de que fala Smith cria uma experiência espaço-temporal bastante distinta da que tende a ocorrer na movimentação cotidiana[25]. O espaço criado com o abandono das referências usuais (por exemplo, com a possibilidade, sempre presente, de as referências de "cima" e "baixo" se inverterem) passa a ser radicalmente transformado pela própria movimentação, ao mesmo tempo em que a transforma, se imbricando no corpo. Como coloca José Gil:

> O corpo tem de se abrir ao espaço, tem de se tornar de certo modo espaço, e o espaço exterior tem de adquirir uma textura semelhante à do corpo a fim de que os gestos fluam tão facilmente como o movimento se propaga através dos músculos. O espaço do corpo, como espaço exterior, satisfaz essa exigência. O corpo move-se nele sem enfrentar os obstáculos do espaço objetivo estranho, com seus objetos, a sua densidade, as suas orientações já fixadas, os seus pontos de referência próprios. No espaço do corpo, este cria os referentes aos quais as direções exteriores devem submeter-se (Gil, 2005, p. 50)

Com isso, também de acordo com a descrição de José Gil, "a consciência do bailarino dissemina-se no corpo, dispersa-se, multiplica-se em inúmeros pontos de contemplação internos e externos; e, ao mesmo tempo, desvanece-se parcialmente enquanto consciência clara de um objeto, deixando-se arrastar pela corrente do movimento" (Gil, 2005, p. 129). Pois, a cada momento os estímulos sensoriais espaciais e temporais que antes eram tomados como óbvios e constantes, podem se modificar (já que, se em um momento, o corpo está em pé, no instante seguinte, pode estar sustentado sobre os ombros de outro corpo, ou com a cabeça para baixo, ou em uma cambalhota, etc.).

Trata-se de um estado de presença e de movimentação bastante singular, cujo acesso muitos dançarinos (assim como os participantes de nossas oficinas, como veremos) apontam ser, por vezes, difícil. O dançarino Randy Warshaw, por exemplo,

[25] Os movimentos de rolamentos, que constituem um dos fundamentos do CI desde o princípio são um exemplo bastante concreto dessa experiência de suspensão de referências, já que promovem uma situação em que a posição do corpo está mudando muito rapidamente, de modo que se modificam a cada instante os pontos no espaço que estariam na horizontal ou vertical, em cima ou embaixo, do lado direito ou esquerdo, etc. Significativamente, os relatos dos participantes que se referem a esse movimento (cf. descrição da oficina de 20/08 nos Anexos) convergem em afirmá-lo como um movimento prazeroso, que evoca experiências infantis, o que reforça a idéia que discutiremos daqui em diante de que a suspensão de referências própria da improvisação se articula com a experiência do brincar.

relata o seguinte, com relação aos estudantes que chegavam às suas aulas de Contato Improvisação:

> Mentalmente, os estudantes pareciam tão propensos a encontrar coisas para fazer que eles tinham dificuldade em deixar suas mentes receber impressões. Os momentos na dança não tinham tempo ou espaço para prolongar-se com a imaginação. A dança podia ser habilidosa, mas não era imaginativa[26]. (Warshaw, 1981/1997, p. 90)

Como resposta possível a esse tipo de dificuldade, Warshaw (assim como Smith, 1985/1997, p. 97 e Keogh, 2005) propõe o demorar-se, a atitude de *espera*, como forma de não ser tomado imediatamente pelo hábito, ou convocado pela vontade ou necessidade de controlar o fluxo dos acontecimentos[27].

Além do estado de espera, o estabelecimento de uma situação de *confiança* é reconhecido pelos dançarinos como fundamental para que a improvisação aconteça. Cabe salientar, porém, que "confiança" não significa aqui (como em certa compreensão de senso comum) a fixação de protocolos previsíveis de ação e reação, mas sim, pelo contrário, poder abandonar a necessidade de controle e previsão, ou, em termos winnicottianos, ter uma capacidade incorporada[28] de repousar.

Ou seja, entre outras coisas, a improvisação é fundamentalmente ligada a um estado de segurança e confiança, que permite a suspensão de determinações fechadas para a ação (ou não-ação), como forma de abrir espaços para experiências vividas como experiências de criação. Em outras palavras, é um "estado de ser ou de mente que permite a liberdade mútua, com confiança mútua." (Paxton, 1985/1997, p. 103).

---

[26] Ele usa aqui a palavra "imaginative". Winnicott coloca que a psique é a elaboração "imaginativa" (imaginative) das funções corporais. É interessante a coincidência nas palavras: uma dança oriunda da preocupação mental com a destreza e com controlar o movimento (sem deixar o desconhecido poder surgir), é uma dança pobre psiquicamente, quer dizer, é mental, mas não animada pela psique.

[27] "O acontecimento, na dança, quer se trate de uma narrativa ou de uma dança abstrata, refere-se às transformações de regime de escoamento da energia, porque esta transformação de energia marca a passagem para um outro nível de sentido. (...) Um salto, uma figura podem não constituir um acontecimento, se vierem na continuidade de um mesmo regime de energia; em contrapartida, um gesto tão simples como virar a cabeça ou levantar um cotovelo pode testemunhar a irrupção de acontecimentos decisivos na marcha da coreografia" (Gil, 2005, p. 54).

[28] Sobre a noção de "incorporação", ver discussão no último item deste capítulo.

Em repouso, no movimento, o dançante pode "deixar ir embora a tendência a determinar os movimentos e a tendência a criar segurança por estar a par dos acontecimentos através de explicações intelectuais" (Siddall, 1976/1997, p. 12). Aqui, o movimento não é agitação, nem busca mental de soluções para os problemas que surgem na relação com o outro ou com o espaço, nem é tampouco produção de gestos que satisfaçam a certas imagens ideais.

O reconhecimento de que a improvisação se liga a um estado de confiança e repouso e também de que ela estabelece um espaço paradoxal nos leva a Winnicott, que igualmente afirma o estado de repouso, ligado a uma espacialidade muito específica como solo para o gesto criativo e "espontâneo" – o gesto próprio, que acontece, e não é determinado por nenhum dispositivo de controle ou reprodução.

O "lugar" onde o repouso é possível, na teorização de Winnicott é conceituado como *espaço potencial* – conceito criado a partir da observação da relação mãe-bebê, numa fase anterior à aquisição, por parte do bebê, da diferenciação entre eu e não-eu, realidade interna e externa, que acontece a partir da experiência de confiabilidade (Winnicott, 1975, p. 63 e p. 149). Como colocamos no primeiro capítulo, a particularidade fundamental deste espaço é ser uma área de trânsito entre "realidade externa e interna", onde o mundo é encontrado a partir da experiência da criatividade originária – da ilusão de ter criado o mundo, exatamente no momento em que ele é apresentado (cf. Winnicott, 1975, p. 26-27).

> A terceira parte da vida de um ser humano, parte que não podemos ignorar, constitui uma área intermediária de *experimentação*, para a qual contribuem tanto a realidade interna quanto a vida externa. Trata-se de uma área que não é disputada, porque nenhuma reivindicação é feita em seu nome, exceto que ela exista como *lugar de repouso* para o indivíduo empenhado na perpétua tarefa humana de manter as realidades interna e externa separadas, ainda que inter-relacionadas. (Winnicott, 1975, p. 15).

Como já dissemos no primeiro capítulo, é nessa área que Winnicott localiza o brincar e também "a experimentação intensa que diz respeito às artes, à religião, ao viver imaginativo e ao trabalho científico criador" (Winnicott, 1975, p 30).

De nosso ponto de vista, a experiência de improvisação, tal como proposta e conceituada pelos dançarinos de CI, pode ser igualmente pensada a partir da conceituação winnicottiana para o "brincar" e para o espaço potencial.

Para Winnicott, "é no brincar, e talvez apenas no brincar que a criança ou adulto fruem sua liberdade de criação" (Idem, p. 79). É também somente no brincar, para ele, que é possível alguma *comunicação*, na medida em que é o brincar que estabelece esse espaço potencial de encontro entre realidades interna e externa, entre eu e outro.

Além disso, o brincar também depende e ao mesmo tempo propicia um estado não-intencional: "a experiência é a de um estado não-intencional, uma espécie de tiquetaquear, digamos assim, da personalidade não-integrada" (Winnicott, op. cit., p. 81). A confiança e o repouso permitem e se alimentam desse estado não-intencional, que se opõe à "atividade intencional", que Winnicott associa à ansiedade e à necessidade de encontrar fios de coerência e defender-se do caos.

A improvisação, como vimos, é igualmente dependente e criadora de uma não-intencionalidade, da possibilidade de simplesmente *continuar sendo*, sem ter de premeditar qual a próxima ação mais adequada. Tanto na experiência de improvisação (ao menos como relatada e preconizada pelos dançarinos de CI), quanto no *espaço potencial* winnicottiano, a ação não é uma *reação* ao gesto do outro, vivido como intrusão, mas sim um *gesto espontâneo*, que acontece pelo próprio fluxo de acontecimentos, transcendendo de certo modo a volição ativa, ainda que tampouco advenha de uma posição de passividade.

Curt Siddall, dançarino da primeira geração de criadores do CI, descreve a improvisação com palavras muito similares às usadas por Winnicott para conceituar o brincar:

> Enquanto os participantes circulam pelo espaço, um *ambiente dinâmico* é criado; em resposta a este ambiente, os dançarinos permitem que certas coisas aconteçam. *Intencionalidade e acontecimentos forçados não têm nada a ver com tudo isso*. A dança está sempre mudando, nunca é a mesma. Uma série de eventos tem lugar como *um trânsito puro*, ininterrupto (...). (Siddall, 1976/1997, p. 12; grifo nosso)

Uma diferença importante, contudo, é que, no Contato Improvisação, não se trata de um brincar que acontece na relação com um objeto absolutamente adaptável, como a mãe e o seio das primeiras mamadas teóricas winnicottianas, e nem mesmo com um objeto maleável, passivo e controlável, como os tecidos, travesseiros, etc. que se prestam geralmente ao lugar de *objeto transicional* nas primeiras experiências infantis (cf. discussão no primeiro capítulo).

Na dança de contato, o brincar se estabelece entre dois sujeitos com uma adaptabilidade variável, e uma imprevisibilidade acentuada pela própria suspensão de referências habituais para a relação. A fala é evitada (ainda que não necessariamente banida), os protocolos usuais ligados ao toque são postos de lado.

O que acontece então? Nessas condições, em que a alteridade é tão premente, é ainda possível uma experiência de improvisação, vivida como uma experiência de "brincar"?

Nos relatos decorrentes de nossas oficinas, a improvisação não é tematizada nominalmente com freqüência. Porém, algumas das experiências básicas que estamos salientando como fundamentos da improvisação (o repouso, a confiança, a suspensão de referências fixas – como traços da experiência de brincar) aparecem claramente neles, bem como aparecem dificuldades específicas que as tornam menos acessíveis. Começando com as dificuldades, temos relatos como os dois seguintes:

> (...) O último exercício foi mais difícil porque você fica pensando em certas coisas, tentando encontrar, são muitos "será". Então às vezes falta o equilíbrio, aí o movimento se perde, não tem mais continuidade, é preciso recomeçar. (relato de D. C., em 30/07)

> A necessidade de controle, que deve vir do hábito, do jeito que estamos acostumados a buscar domínios, deixa difícil a tarefa de ouvir outras coisas que não o pensamento prescrito/aprendido. (...). (E. I., 13/08[29])

O primeiro relato se refere à proposta final de determinada oficina, que foi justamente uma proposta de improvisação em duos, com foco na sensação do *momentum*[30]. O segundo se refere a uma improvisação em solo, baseada na atenção às articulações. Em ambos os casos, portanto, a dificuldade colocada acontece especificamente diante de uma proposta clara de "improvisação".

Nos dois relatos, coincide a identificação da dificuldade para improvisar como ligada a um descompasso entre o sujeito, centrado em alguma operação de *pensamento* (ou mente, acompanhando o conceito winnicottiano) e o *corpo*. O descompasso aparece na experiência dos participantes quando é proposto que se atenham a determinados

[29] Identificaremos, daqui em diante, os relatos de participantes, com as iniciais de seus nomes, e a data do relato, tal como aparecem aqui. Todas as datas são do ano de 2010.

[30] Há um detalhamento maior deste conceito na descrição da oficina em questão, na seção de Anexos.

aspectos (no caso, bastante concretos, sensoriais) do corpo e que procurem *permitir* que o movimento *aconteça* a partir da sensação. O corpo é colocado, nessa proposta, como *fonte* de algo que acontecerá. Tal proposição pode ter sido vivida pelos participantes como uma experiência de estar diante de um corpo a ser contemplado como um objeto, que dirá ao sujeito qual será o próximo movimento. A reação inicial a isso, no caso dos participantes dos relatos acima, foi ou uma *busca ativa* em relação a esse dizer do corpo ("você fica pensando em certas coisas, *tentando encontrar*"), ou a tentativa de controlar e de prever. Essas reações são muito similares às que Randy Warshaw reporta no fragmento citado anteriormente ("mentalmente, os estudantes pareciam tão propensos a *encontrar coisas para fazer* que eles tinham dificuldade em deixar suas mentes receber impressões"). Em ambos os casos, o brincar/improvisar se torna muito difícil, já que, como vimos, ele acontece como um estado não-intencional, num espaço potencial de trânsito (o corpo e o self são e não são o mesmo, assim como o corpo/self e o ambiente; não há uma fronteira absoluta, mas um trânsito criativo). Desse estado e desse espaço potencial pode surgir o gesto espontâneo. A tentativa de controlar ou de antecipar esse gesto gera um tipo de divisão entre sujeito e corpo que acaba por impedi-lo, como observaram os próprios participantes.

Sob uma ótica winnicottiana, a necessidade de controle ou de "busca ativa" de respostas, a que nos referimos, poderia ser pensada como uma forma de "defesa". Afinal, o estado de repouso, de suspensão do controle, de não-saber o que acontecerá, ainda que esteja ligado a uma experiência essencialmente de "saúde" (cf, Winnicott, 1975, p. 51), por ser constitutivo do brincar, também é um estado que engendra angústias específicas. Pois, nem sempre os "gestos espontâneos" ou os acontecimentos surpreendentes que nos encontram quando brincamos são imediatamente integráveis, e em muitos casos podem ser perturbadores, estranhos ou assustadores. Como coloca Winnicott:

> Conseguir que as crianças possam brincar é em si mesmo uma psicoterapia que possui aplicação imediata e universal, e inclui o estabelecimento de uma atitude social positiva com relação ao brincar. Essa atitude deve incluir o reconhecimento de que o brincar é sempre passível de tornar-se assustador. (Winnicott, op. cit., p. 75)

No entanto, diante das angústias próprias do brincar, nem sempre a resposta é a estruturação de alguma forma de defesa (assim como diante das angústias do estado

integrado, nem sempre a resposta é a defesa da desintegração). Na experiência de outro participante, por exemplo, o que lhe abriu caminhos diferentes da defesa foi a presença e o contato de uma outra pessoa:

> O contato com o outro vai nos ajudando a nos perceber e a perceber o outro; a princípio traz uma certa dificuldade de ir onde se deseja no outro e em si. Porém, aos poucos liberamos a mente dos limites e o corpo se mexe com o toque, com a vontade do outro. Ao longo do "exercício" não se "pensa", se mexe, natural como respirar, mas atento ao que o corpo sente e o que o outro desperta. Por momentos, os dois corpos parecem um, o movimento que começa em um e se estende para o outro... (C. R., 23/07)

Já para um outro, a necessidade de controle e premeditação pôde ser suspensa, quando foi feita uma proposta que introduziu a improvisação de maneira menos direta, a partir de algo mais familiar, como um jogo:

> Aliás, esse jogo de corpos (essa foi a expressão que encontrei para descrever as experiências vividas desde a aula passada) convoca a escuta, o olhar... o desejo de entrar em relação de uma forma mais viva, dinâmica, amenizando um tanto o desconforto que às vezes se faz presente, no contato entre corpos. A movimentação pelo espaço e a implicação de todos numa mesma dinâmica faz nascer, brotar uma ambiência acolhedora, aproxima as pessoas, potencializa o espaço, fazendo do contato o jogo e não a sua regra. (M., 5/11)

Em outro relato, ainda, o que permitiu o estabelecimento do estado de repouso, foi uma temporalidade específica das propostas, que ao invés de demandar esse estado de brincar como algo imediatamente acessível, convidou os participantes a acessarem-no de modo bem mais gradual:

> Com certeza a melhor parte da aula foi a última, que contou com mais improvisação. No entanto, se não fosse pelo início, com certeza não estaríamos preparados para o final.
> Os primeiros exercícios prepararam, pouco a pouco, meu corpo, meu humor, minha concentração, minha intencionalidade etc. Nesse sentido, fui ficando cada vez mais solta. (...). (F., 12/11)

Nestes três relatos a improvisação acontece por um *processo* gradual, facilitado ou permitido: pela presença do outro ou; pela qualidade lúdica da proposta ou; pelo

estabelecimento paulatino de um estado de atenção, relaxamento e confiança (suspensão da necessidade de controle).

Com relação ao contato e à presença do outro, discutiremos mais sobre esse tema adiante, fazendo referência a outros relatos. Já com relação à qualidade lúdica da proposta, queremos salientar, primeiramente, que o brincar/improvisar, tal como o estamos compreendendo, com base em Winnicott, não é necessariamente sinônimo de "jogo". O brincar, como já conceituamos, se refere a uma experiência muito ampla, que pode acontecer de muitas formas, e que gera uma situação paradoxal de trânsito entre externo/interno, forma/não-forma. A palavra "jogo", por outro lado, usualmente se refere a uma proposta específica de ação, em que determinadas regras simples introduzem algum grau de desafio e organização, como *meio* para estabelecer possibilidades de comunicação e de interação. Nessa acepção, "os jogos e sua organização devem ser encarados como parte de uma tentativa de prever o aspecto assustador do brincar" (Winnicott, op. cit., p. 75). Ou seja, o jogo pode funcionar como convite, como *instrumento assegurador* para o brincar, tal como um objeto transicional com o qual uma criança brinca, provendo uma referência confiável a partir da qual o estado de repouso, de não-intencionalidade e de confiança pode se estabelecer.

Sob certo ponto de vista, toda a proposta do CI pode ser entendida como um jogo, um instrumento eficiente para se chegar à improvisação em dança, vivida como um brincar (nesse sentido amplo que Winnicott conceitua). Numa outra leitura, o CI não é exatamente um jogo, mas em si uma manifestação (entre tantas outras possíveis) do estado de brincar (assim como, a situação analítica é entendida por Winnicott como outra manifestação, ou desdobramento, da experiência primária do brincar).

De todo modo, é importante notar que para alguns dos participantes o dispositivo da improvisação pelo contato foi suficiente, em si, como uma experiência de brincar, enquanto que para outros, os jogos com uma estrutura mais próxima dos jogos da cultura infantil, ou os exercícios mais dirigidos (de alongamento, de evocação da atenção, etc.) foram uma introdução fundamental, necessária para que uma proposta como a do CI pudesse ser vivida como uma experiência de brincar.

1.1. A atenção

Como parte dessa caracterização da improvisação que estamos fazendo, cabe detalharmos e discutirmos melhor o tema da atenção. Trata-se de um tema que aparece com certa freqüência nos relatos dos participantes das oficinas, até porque em grande parte, muitas das propostas feitas, não por acaso, envolviam buscar um estado de atenção.

Nesse sentido, alguns dos relatos se referem à dificuldade de mantê-la:

> Uma das minhas dificuldades é atenção, de modo que às vezes necessite de um certo excesso de algumas atividades, como se aquilo me acordasse. (...) (23/07, D. C.)

Enquanto outros apontam a atenção justamente como uma atitude que auxilia o estabelecimento do repouso (do "relaxamento"), diante de algum tipo de dificuldade:

> No início percebi também a rapidez com que meu corpo se movimentava, e isso me fez mal, então fui "obrigada" pela mente a relaxar e prestar mais atenção no movimento, ficando então mais leve, flexível. (03/09, M. V. S.)

Outros ainda salientam a surpresa diante da raridade da experiência de atentar-se a detalhes do corpo: "Eu saí da sala e entrei de verdade, no corpo, passando por líquidos, órgãos, esponjas, sentindo coisas duras" (24/09, C. F.); "Pude me concentrar em algumas regiões sobre as quais eu raramente me detenho e senti meu corpo muito pesado enquanto eu andava, o que também é relaxante" (08/10, F.).

Eclea Bosi (2003), em um belo artigo sobre a noção de atenção tal como pensada por Simone Weil, nos remete ao entendimento que esta autora tinha da atenção como sendo "uma forma alta de generosidade" (Bosi, 2003). Para Weil, a atenção se refere a um desapego diante do objeto, uma postura de contemplação sem pressa, sem necessidade de corrigir ou apossar-se do que se está contemplando, que nos tira do furor de consumir o mundo, e nos coloca em um lugar de reconhecimento da vivacidade e (de acordo ainda com Bosi) sacralidade de cada coisa pequena.

Desse ponto de vista, fica claro que a atenção se articula ao estado *não-intencional*[31] que estamos enfatizando com relação à improvisação, já que este e aquela se baseiam justamente na atitude de repouso (que é uma forma de desapego diante do objeto; suspensão do furor de consumir) e espera (que é também ausência de pressa), como colocamos até aqui.

Porém, especificamente com relação à atenção, o tipo de dificuldade que aparece nos relatos não parece seguir tanto um funcionamento defensivo. No caso da atenção, a dificuldade aparece ligada mais freqüentemente à própria raridade dessa experiência, o que pensamos indicar uma dificuldade muito mais coletiva – ligada a uma cultura em que a atenção é desencorajada, pela lógica do furor de consumo, que Simonne Weil aponta como oposta à atenção.

Talvez por isso, muitos relatos façam referência ao "desconhecimento" que temos do corpo e à raridade da experiência de prestar atenção à sua fisicalidade, indicando, com isso, certa "dormência" da consciência em relação ao corpo, etc.:

> Acho sempre muito curioso o desconhecimento que temos, que tenho do próprio corpo; os limites, as sensações boas, as ruins. Se mexer, tão cotidiano, mas tão difícil. Sentir a respiração, o mesmo, tão natural que passa desapercebido, e é preciso concentrar para perceber que nos mexemos (C. R., 23/07)

> Os movimentos utilizados em aula de contato e improvisação nos faz [sic] ter percepção de um corpo dormente, ou melhor dizendo, de uma <u>consciência dormente</u> de um corpo presente. (T. S., 30/06; grifo do participante)

Ao mesmo tempo, quando a atenção acontece, redescobre-se uma riqueza sensorial da experiência que parecia muito pouco acessível. Emerge desse olhar atento uma multiplicidade de sensações, o calor, a pulsação, as nuances da respiração, etc.

[31] Para sermos precisos, por "não-intencionalidade" estamos nos referindo ao estado que também denominamos como estado de "espera" ou "repouso". Não estamos pensando na intencionalidade no sentido husserliano, ou mesmo em certo sentido de uso comum, em que "intencionalidade" se refere à ação da consciência de visar objetos. No vocabulário husserliano (e também, no vocabulário de alguns professores de dança), a atenção está diretamente ligada a certa noção de intenção. Aqui, porém, quando falamos em um estado "não-intencional", estamos pensando em uma noção de intenção como sinônimo de um estado de "busca ativa", de tentar rapidamente controlar o que está sendo encontrado e percebido. Nessa acepção específica, a intenção funciona como forma de defesa contra a imprevisibilidade, tamponando o brincar.

vindas do corpo próprio e dos outros corpos – "(...) notei superfícies mais abandonadas ou escondidas e nessas sentir o toque, o vento, o contato" (relato de O. I. R., 17/09). Também aparecem fenômenos sutis e de percepção delicada – "houve um momento, ao final da dança em dupla, em que a minha respiração e a respiração da minha parceira se tornaram uma só" (relato de C. F., 27/08).

Evidentemente, a questão da atenção é multifacetada e pode nos conduzir a diferentes direções. A atenção não é exatamente o mesmo que consciência[32] (palavra mais usada nos relatos e na linguagem de alguns dançarinos), e também não necessariamente se refere ao pensamento, ou ao reconhecimento verbal de uma realidade.

Como nos lembra Merleau-Ponty[33] (1994, p. 195), nossa ação corporal usual segue um fluxo espontâneo, uma "praktognosia" necessária e independente do pensamento e do reconhecimento "consciente" (no sentido clássico de "consciência'). Com efeito, seria impossível mover-nos no mundo e agir no mundo (e ser nele) se estivéssemos conscientes *mentalmente* de cada movimento e de cada ação, se soubéssemos exatamente a cada momento como está nossa respiração, quais são as mínimas sensações táteis de nossa pele, qual pé está pisando primeiro o chão, etc. – em outras palavras, se nos destacássemos do corpo e o fizéssemos *objeto* de uma observação rastreadora constante.

É característica fundamental de nossa experiência, inclusive como uma adaptação funcional às necessidades da sobrevivência do organismo, que a quase totalidade dos estímulos sensoriais seja processada de maneira "autônoma" e não chegue à "consciência".

No entanto, a proposta de uma atenção a pequenas ações e sensações não pretende ser necessariamente uma ruptura desse conhecimento autônomo funcional, ou a quebra da experiência de um corpo com seu mundo próprio, tampouco é uma tentativa

---

[32] Ainda que nos textos de grande parte dos dançarinos de Contato Improvisação, e principalmente nos de Steve Paxton, a palavra usada seja "consciência", estamos propondo a noção de "atenção", nos termos aqui discutidos, como mais precisa e adequada para aquilo a que Paxton está visando com a palavra "consciência".

[33] "A experiência motora de nosso corpo não é um caso particular de conhecimento; ela nos fornece uma maneira de ter acesso ao mundo e ao objeto, uma 'praktognosia' que deve ser reconhecida como original e talvez originária. Meu corpo tem seu mundo sem precisar passar por 'representações', sem subordinar-se a uma 'função simbólica' ou 'objetivante'". (Merleau-Ponty, 1994, p. 195)

de controle mental ou de objetificação do corpo. Até porque, um olhar que toma o corpo desde um ponto de vista exterior, abordando-o como a um objeto, impede a modalidade de atenção que estamos apontando, tal como fica claro no relato a seguir:

> Às vezes também me desconcentro um pouco, me desligo do exercício e tenho momentos fugazes de observar as outras pessoas e até eu mesma como se fosse alguém que acabou de entrar. Pensando assim, tudo parece muito estranho, mas inserido no exercício, mas instruções e na aclimatação, os movimentos fazem sentido. (F., 29/10)

A atenção, no contexto da prática de CI, não significa, portanto, uma mentalização das sensações, mas, sim, uma maneira de romper automatismos e abrir espaços para a percepção das inúmeras facetas do corpo que não se adéquam à imagem que temos dele, aos esquemas funcionais dentro dos quais adestramos certas formas de movimentação.

Atentar-se às sensações que pareciam totalmente conhecidas pode abrir um espaço de redescoberta de outros sentidos para a experiência da presença do corpo. A atenção pode revitalizar os sentidos presentes no próprio corpo, que acabam abafados pela densidade dos sentidos únicos das codificações culturais dos gestos e das imagens do corpo, fazendo da dança uma forma de subversão (e, portanto, de criação) dos sentidos do corpo e do movimento, talvez da mesma maneira como a poesia subverte e revitaliza a linguagem.

Igualmente, a atenção também sutiliza a percepção, quer dizer, pode deslocá-la da lógica totalizante das certezas totalitárias sobre o que é percebido em direção à "delicadeza iniciadora" (nas palavras de Denise Sant'Anna, 2001, p. 125) do gesto e da percepção sutis, ricos em matizes, em passagens inesperadas e desconhecidas.

Por isso, desde o início, a opção pela improvisação conduziu os criadores do CI à proposta de atentar-se a micro-movimentos e sensações muito sutis como uma atitude e uma escolha estética (e ética), e não somente metodológica.

Steve Paxton (1993/1997) discute a importância da atenção em um artigo já clássico entre os praticantes de CI, explicando que nossa consciência[34] retira-se em

[34] Como já dissemos, na terminologia de Paxton, atenção e consciência são usados como sinônimos; já Nita Little, dançarina da mesma geração, opta por um uso mais específico do termo "atenção", ao discutir esse mesmo ponto, o que se coaduno com nossa opção pela noção de atenção em lugar da de consciência.

pequenos instantes do que está acontecendo quando os acontecimentos são rápidos demais para sua capacidade de acompanhá-los (por exemplo, em uma queda). No entanto, sua proposta é que possamos encontrar maneiras de estar mais atentos aos micro-instantes usualmente perdidos, pois neles há oportunidades de aprendizagem que podem ser vitais para uma dança que lida tanto com o inesperado, como o CI (Paxton, op. cit., p. 256). Além disso, esse tipo de proposta procura criar uma atitude de testemunha, mais do que uma postura apressadamente ativa sobre os acontecimentos, muito similar ao que Simone Weil está discutindo em sua obra, na leitura de Bosi.

Esse estado de testemunhar cada acontecimento "em tempo real" como ponto de partida para a ação, foi uma necessidade encontrada por Paxton diante da constatação de que o conhecimento técnico que os bailarinos tinham não os ajudava a improvisar, e por vezes atravancava a improvisação, ao levá-los a reproduzir padrões de movimento já conhecidos.

A improvisação, portanto, para que possa acontecer, demanda uma atenção ampla e ao mesmo tempo sem esforço e sem pressa, ao que acontece no corpo, como também aos pressupostos, expectativas, imagens, etc. que acontecem junto, que constituem também esse corpo.

Com isso, o que o Contato Improvisação faz é ampliar esse jogo constante entre a sedimentação de um "corpo habitual" ligado às ações e necessidades funcionais, com a novidade existencial do "corpo atual". O estado de atenção e de "escuta" com o corpo inteiro (bem como outros aspectos também trabalhados na dança e ligados a esse estado, tais como a ampliação da visão periférica, e a ampliação da capacidade de evitar perigos e de lidar com a queda) desloca para a periferia da atenção ações perceptivas e motoras que seriam centrais antes da prática, ao mesmo tempo em que permite o foco em experiências que ficariam periféricas e possivelmente inacessíveis, como a do fluxo da energia, da transformação do estado de presença, ou da comunicação entre os corpos.

A atenção, nesse sentido, é também criação, na medida em que estabelece regimes de encontro com o mundo como fonte de aparição de facetas novas (criativamente encontradas), dos objetos e de si mesmo, tal como coloca Winnicott, ao diferenciar a percepção da "apercepção":

> Por "viver criativamente" (...) estou me referindo ao fato de alguém ver tudo como se fosse a primeira vez. Uso a palavra 'apercepção' oposto a 'percepção'. (...)

> O fato é que aquilo que criamos já está lá, mas a criatividade reside no modo como conseguimos a percepção, através da concepção e da apercepção. Assim, quando olho o relógio, como preciso fazer agora, por exemplo, crio um relógio, mas tenho o cuidado de não ficar vendo relógios a não ser quando já sei que existe um. (Winnicott, 1970/2005, p. 25 e 37).

Com a noção de apercepção, como uma forma de percepção criativa (já que, por essa via, encontra-se objetivamente um objeto que também é subjetivamente concebido), Winnicott nos permite compreender que a atenção pode ser uma experiência ao mesmo tempo enormemente "objetiva", no sentido de levar muito em conta as características do "objeto" (demorando-se em contemplá-lo, percorrendo-o, reconhecendo-o mais e mais, etc., tal como na descrição de Weil), mas que é ao mesmo tempo, uma experiência de criação, portanto, igualmente muito subjetiva, ou muito subjetivada. Não se trata de inventar o objeto como que saído do nada ("tenho o cuidado de não ficar vendo relógios a não ser quando sei que existe um"), mas tampouco de reconhecê-lo como uma realidade externa imposta à qual se adaptar com uma objetividade neutra. O encontro com esse objeto é vivido como uma experiência de criação, já que a atenção a ele sempre abre facetas ainda não vistas, sempre abre a possibilidade de "vê-lo como da primeira vez", o que, como Winnicott coloca, é uma experiência de criação.

2. Toque e contato

O contato entre os corpos é, junto à improvisação, um elemento constitutivo e fundamental da forma Contato Improvisação, altamente articulado àquela, já que a presença de um outro corpo, de um outro sujeito, com suas próprias decisões, ações, singularidade introduz na dança uma alteridade que sustenta de maneira bastante intensa a imprevisibilidade dos caminhos da movimentação, e nesse sentido, a possibilidade de esta seguir sendo, de fato, uma dança de improvisação.

Alguns dos criadores do CI, com o passar das décadas, mantiveram-se baseando seu trabalho na improvisação, mas abandonaram ou restringiram o contato físico como um aspecto fundamental da dança. Porém, o mesmo Contato Improvisação se disseminou como uma modalidade de dança praticada por um número grande de pessoas ao redor do mundo, justamente centrada na possibilidade do contato físico tátil.

De fato, o toque e o contato são muito mais específicos da forma Contato Improvisação do que a improvisação em si, que, como vimos, é uma noção partilhada com várias outras propostas de dança e de outras artes.

A manutenção do toque como parte integrante dessa dança foi se consolidando com o tempo, conforme a pesquisa sobre as colisões, com a qual tudo começou, foi dando lugar (ao que parece sem um planejamento prévio) a uma pesquisa sobre o que o toque contínuo e a mudança constante de pontos de contato e de troca de peso geravam na dança.

Cabe lembrar que o toque usualmente só acontece entre adultos em nossa cultura sob a forma do cumprimento breve, ou em situações específicas (como as situações de cuidado médico, massagens, etc.), ou nos encontros em algum grau sexuais. Em todos esses casos (sendo a sexualidade o mais flexível), há pré-determinações tácitas bastante claras a respeito das partes do corpo que se tocam, quando, como, etc. No caso do CI, o contato é proposto fora desses esquemas (ainda que, em alguns casos específicos possa incluir a sexualidade, ou o cuidado)[35]. A priori, trata-se simplesmente de contato físico tátil, como forma de estabelecer uma improvisação e de explorar a materialidade do corpo e a maneira como ele interage com leis físicas básicas, como a gravidade, momentum, etc.

Pois, fundamentalmente, o contato é um convite muito potente para a improvisação e facilita enormemente que ela realmente aconteça. Afinal, a presença tátil do outro corpo introduz tantas variáveis na movimentação, que coloca quase que

[35] A discussão sobre a sexualidade é complexa, já que a própria extensão altamente variável que est conceito pode assumir (no sentido de quais formas de experiência devem ou não ser incluídas nele) determina compreensões muito diversas para as experiências humanas. Para nosso propósito presente, vale lembrar, pelas palavras de Winnicott, que "o elemento masturbatório está essencialmente ausente no momento em que uma criança brinca; ou em outras palavras, quando uma criança está brincando, se a excitação física do envolvimento instintual se torna evidente, então o brincar se interrompe, ou pelo menos, se estraga." (Winnicott, 1975, p. 60). Pensando na relação que estamos defendendo entre a experiência do brincar e a da improvisação, fica clara a diferença que deve ser estabelecida entre um contato sexual comum e o Contato Improvisação, mesmo que, por vezes, como em qualquer encontro humano, a sexualidade possa entrar na experiência, por vezes como um elemento instintual que permanece submetido à lógica do brincar, por vezes como algo que causa um deslocamento da experiência do brincar rumo a uma experiência instintual, bastante distinta.

inevitavelmente o dançante em um estado de não-saber, demandando uma escuta aberta às sutilezas de cada instante, e aos fluxos e mudanças que acontecem.

Pela importância do contato, o Contato Improvisação foi se tornando cada vez mais, como dito pelos próprios dançarinos, uma pesquisa sobre possibilidades de comunicação não limitada à linguagem verbal. Quer dizer: quando não temos um código comum de signos de referência para nós comunicar (como acontece com a linguagem verbal), *como* se estabelece a comunicação? Que tipo de experiência de comunicação é essa que acontece entre os dois dançantes, quando parecem dialogar corporalmente, sem palavras?

Uma resposta possível é o reconhecimento de que, no Contato Improvisação, por conta, entre outros fatores, da velocidade e complexidade da movimentação que se produz entre os corpos, acaba por se estabelecer um tipo de interação em que os dois corpos agem como se fossem parte de um único corpo – o que implica em uma comunicação imediata. Como coloca Steve Paxton:

> A experiência é inteiramente pessoal no que se refere ao tato. Comporta as impressões sensoriais, e os sentimentos sobre essas impressões. (...) É a experiência, e depois a experiência dessa experiência. (...) No entanto, se dois espíritos estão centrados no mesmo fenômeno (tato, música, palavras), acontece alguma coisa que se assemelha muito a uma experiência recíproca (*mutuality of experience*). É como ter acesso a outro espírito. Não ler o pensamento de outrem, como imaginamos, porque não sabemos o que esse espírito sente: [sabemos] apenas que é um *sentir*, centrado no tato comum, que tem lugar. (...) Neste tipo de reciprocidade, a velocidade de transmissão e retransmissão é suficientemente rápida para se inscrever na nossa intenção e estimular os nossos reflexos. O que afeta o curso da dança sem uma decisão consciente da nossa parte (Paxton, citado por Gil, 2005, p. 111-112)

Alguns relatos dos participantes das oficinas fazem referência a essa experiência de uma quase "simbiose" momentânea, quer dizer, de estabelecimento de um grau intenso de indiferenciação em relação ao outro:

> (...) Houve um momento, ao final da dança em dupla, em que a minha respiração e a respiração de minha parceira se tornaram uma só. (C. F., 27/08)

> (...) Me chamou bastante atenção o exercício do espelho em que já não sabia mais quais eram os movimentos que eu estava produzindo e quais eram de iniciativa do outro (O. I. R., 12/11)

> (...) Por momentos, os dois corpos parecem um, o movimento que começa em um e se estende para o outro... (C. R., 23/07)

O filósofo José Gil, ao refletir sobre esse tipo de experiência, a compreende como o estabelecimento de um tipo de comunicação inconsciente, em que se estabelece um saber tácito sobre o outro, um saber que não passa pela consciência-pensamento, mas que acontece no fluxo da dança. Em suas palavras:

> É a consciência do corpo que abre o corpo do bailarino ao do seu par; e é a comunicação inconsciente do movimento (por osmose) que permite a criação de um fluxo único que atravessa os dois corpos ligando-os tão estreitamente que agem com a espontaneidade, a fluência, a lógica rigorosa dos gestos de um só corpo (quando cada um deles improvisa). (...) Porque os movimentos de um bailarino vão ao mesmo tempo comandar e obedecer aos movimentos do outro bailarino; cada um antecipa e adivinha os movimentos do outro como se fossem os seus próprios movimentos, como se os movimentos do outro se desenrolassem segundo a carta dos seus movimentos atuais. (Gil, op. cit., p. 116 e 117)

Gil, procura explicar qual seria o *meio* de comunicação que fundamenta esse tipo de relação indiferenciada com o outro, recorrendo à noção de *atmosfera* – que não se confunde com um contexto, com um ambiente, mas que "faz parte dos corpos" de maneira "infra-semiótica", "interior-exterior". A comunicação pelas atmosferas seria uma modalidade de produção de sentido sem recurso a representações (e possivelmente a qualquer outra forma simbólica). Estabelecida a atmosfera, ela pode adquirir textura, viscosidade, densidade. Gil dá o exemplo de um casal que se solidifica num tipo de simbiose em que a atmosfera se torna de tal modo densa que a comunicação entre os dois é praticamente imediata, e os gestos tendem à previsibilidade e à repetição.

Levando em conta essa dimensão, cabe lembrar, como coloca a dançarina de CI Nita Little[36], que o contato começa muito antes do toque da pele, com um "feixe intencional" do corpo para o espaço, que permite a quem dança sentir o corpo do outro, as texturas de uma parede, a entrada da luz, etc. mesmo de longe. O contato começa já na própria transformação do espaço em corpo-espaço (o espaço se densifica, o corpo

[36] Em um *workshop* dado no 3º Encontro Internacional de Contato Improvisação de São Paulo, em 2011.

ganha como que linhas invisíveis que o ligam a tudo ao redor), num processo em que as relações ganham uma permeabilidade *sui generis*.

De fato, em grande medida os duos de CI acontecem assim, com o estabelecimento dessa permeabilidade, desse "corpo único" que articula intimamente os dois dançarinos. De um ponto de vista winnicottiano, essa seria uma experiência similar ao que acontece entre a mãe e o bebê nos encontros iniciais, quando a díade entre eles funciona a partir de uma tal adaptabilidade e receptividade da mãe às necessidades e micro-gestos do bebê, que não haveria propriamente uma experiência de alteridade, mas de fusão, ou quase-fusão (cf. Winnicott, 1956/2000). A diferença, no caso do CI, seria que, aqui, trata-se de dois indivíduos em geral adultos, ambos mantendo-se em uma posição de igual adaptabilidade e receptividade, um ao outro.

Mas, penso que o modelo da "simbiose", isto é, do corpo único que permite a um dançarino "adivinhar" o movimento do outro, ou mesmo essa lógica da relação mãe-bebê primitiva não são modelos suficientes para abranger toda a experiência com o CI, já que, além da adaptabilidade e da comunicação aparentemente imediata e inequívoca, é parte fundamental da proposta, para que ela possa ser afinal uma improvisação, que o outro seja uma fonte de imprevisibilidade, que o outro seja uma alteridade: o outro é sempre outro e seus gestos são sempre em algum grau imprevisíveis (mesmo que isso possa ser minimizado em algumas situações).

Essa imprevisibilidade exige de cada praticante estar presente em cada instante e não se perder em antecipações, projeções, etc. O brincar acontece se os dançantes abandonam o desejo de controle e permanecem em cada momento como ele é, correndo o risco de que ele não seja o que se esperava que fosse (tal como usualmente acontece). Ou seja, mais do que a adivinhação do próximo gesto do outro, o que faz o brincar/improvisação acontecer e a dança ser vivida como um fluxo é a possibilidade de *reconhecer a cada instante qual está sendo o gesto do outro e o seu próprio* e responder a esse reconhecimento – o que não significa necessariamente adaptar-se totalmente, mas, sim, poder *agir a partir da atenção à atualidade dos acontecimentos da relação com o outro*, de modo a continuar brincando a partir desse reconhecimento do gesto atual, e não do gesto que deveria ter acontecido, ou poderia ter acontecido.

A alteridade, tal como nos lembram Nelson Coelho Jr. e Luis Claudio Figueiredo (2003), se manifesta de modos distintos, configurando figuras com

funcionamentos e modos de acontecer próprios. Resumindo algumas das que seriam as principais possibilidades, estes autores chegam a quatro "modelos":

1. A intersubjetividade "trans-subjetiva" (enfatizada nas obras de M. Scheler, M. Merleau-Pony e M. Heidegger), que se remete a uma matriz de indiferenciação entre sujeito e objeto, eu e mundo e, portanto, à figura da alteridade como o *outro indiferenciado* ou *quase indiferenciado* do sujeito;
2. A intersubjetividade interpessoal (enfatizada na obra de George Mead), que faz referência à figura do *outro semelhante*, a outra pessoa, que apresenta ao sujeito um campo simbólico compartilhado sem o qual a experiência subjetiva não se constitui;
3. A intersubjetividade traumática (enfatizada no pensamento de E. Levinas), que aponta a dimensão do *outro na sua alteridade mais radical*, "que sempre ultrapassará, por princípio, a nossa possibilidade de recepção, acolhimento e compreensão" (Figueiredo, 2003, citado por Coelho Jr. e Figueiredo, 2004, p. 20);
4. A intersubjetividade intrapsíquica (tematizada por muitos autores da psicanálise), que nos remete ao âmbito dos *outros internalizados*, campo da "experiência intersubjetiva em que a presença de objetos (no caso, outros sujeitos, ou ao menos parte deles) não precisa se dar efetivamente na realidade externa para que tenha efeito e produza conseqüências em termos psíquicos" (idem, p. 23).

Num duo de Contato Improvisação, essas diferentes possibilidades de sentido da alteridade podem estar em jogo (até mesmo simultaneamente) na relação e na comunicação que se estabelecem entre os dançantes.

A experiência ligada à indiferenciação é, como vimos até aqui, mais tematizada nos escritos tanto dos dançarinos como de autores que refletem sobre a dança, até porque esse tipo de experiência produz efeitos fundamentais de transbordamento das fronteiras que o senso comum estabeleceria para o sujeito e para o corpo, permitindo uma discussão atualmente ainda muito necessária para uma crítica às noções unitárias e identitárias de sujeito.

Mas, outras figuras da alteridade (aquelas não necessariamente ligadas à indiferenciação e ao saber compartilhado) igualmente acontecem na dança de CI e aparecem com bastante freqüência nos relatos dos participantes das oficinas. Muitos relatos, por exemplo, se referem a uma experiência em que o toque do outro presentifica o corpo próprio:

> (...) Gostei de poder encontrar no corpo de outra pessoa, que eu mal conheço, um apoio para receber o meu próprio corpo. Também gosto da comunicação que se pode estabelecer nesse encontro (F., 08/10)
>
> Depois que tocaram meu joelho e meus pés fiquei com a sensação nítida daquela perna, com um certo alívio (A. V. R., 17/09)
>
> Tocar o outro e ser tocada em pontos específicos produziu um interessante efeito de ampliação de consciência naquela região (...). (A. F., 30/06).
>
> Senti muitos toques... toques sutis, toques bruscos, toques amanteigados, toques duros, toques convidativos, toques que empurram, toques que acalentam... Incrível como o toque ajuda a dar o nosso contorno! Por mais que eu estude, pesquise, experimente, ache que já sei, cada toque é um toque. (30/06, G.)

Nesses relatos, é enfatizada claramente a potência do toque de *presentificar* o corpo, quer dizer, de ajudar a atenção a encontrar o corpo, o que, como vimos, significa também ajudar o sujeito a criativamente habitar o corpo, as sensações, o movimento, naquele momento[37].

Essa experiência de reencontro com a *presença* do corpo próprio, propiciada pelo toque de um outro corpo é bastante significativa, se lembrarmos dos exemplos de partes do corpo não personalizadas, que povoavam a clínica de Winnicott (cf. discussão sobre personalização no segundo capítulo).

Além disso, é um tipo de experiência que nos parece mais próxima da figura da "intersubjetividade interpessoal", nos termos de Coelho Jr. e Figueiredo, do que da experiência de indiferenciação. Nesse caso, o toque é o meio de contato com um outro

[37] Essa presentificação dada pelo toque é bastante acentuada quando a atenção ao peso está em jogo. No CI o toque é pensado sempre como algum grau de troca de peso, que pode variar de uma troca muito sutil (um toque muito suave) a um carregamento de um corpo sobre o outro. Alguns relatos falam do prazer de sentir o peso do corpo do outro (como o de O.I.R., em 01/10 e o de C. F. em 03/09). Talvez o prazer ligado a sentir o peso se relacione com uma experiência que evoca a sensação uterina de ser "cuidado por todos os lados" e não apenas de baixo para cima, como acontece fora do útero (cf. Winnicott, 1990, p. 151). Ou então, como preferimos pensar, o peso aqui é a sensação da força da gravidade que, do ponto de vista físico, é realmente a força que aglutina a matéria em corpos (os corpos existem e são dotados de massa de acordo com certa gravidade) – o que implica, nesse sentido, que o peso é, fisicamente, uma fonte de *integração*.

corpo, que, justamente por ser outro, ou seja, por oferecer um toque que é sentido como vindo "de fora", oferece uma ponte de volta para o próprio corpo. Os relatos são bem claros nesse sentido, o outro é "um apoio para receber meu próprio corpo", e o toque torna a sensação, a presença da região tocada, uma sensação nítida, clara, vitalizada. O toque, nesse sentido, não apenas oferece um tipo de experiência (mesmo que momentânea) de personalização de certa parte ou sensação do corpo, como também de realização deste corpo, como se o toque do outro confirmasse que aquela parte do corpo (ou que o corpo como um todo) realmente existe! Essa experiência pode ser bastante prazerosa e vitalizadora:

> (...) Sempre achei que conhecia o corpo humano, mas, só sei que nada sei. Vejo que não conheço nem o meu próprio corpo, depois de hoje tive essa confirmação. Mas, voltando ao nosso exercício, foi uma coisa sublime. Talvez por minha parceira ter se entregado e confiado em mim, nunca tinha tocado e sido também tão tocado assim. Fantástico! Algo como um gozo, um orgasmo, um clímax da alma. (M. A. S., 20/08)

No caso desse relato, é interessante como a intensidade da experiência gera um sentimento de que até então havia um desconhecimento do corpo. Afinal, que corpo é esse que podia ainda acessar uma experiência desse grau e até então nunca vivida? Ou seja, reconhece-se que o corpo não é uma totalidade fechada (e passível de um conhecimento total), já que, pelo contrário, se caracteriza por uma condição de abertura: sempre há a possibilidade de emergência de gestos outros e experiências não-vividas, assim como, conforme coloca Winnicott, sempre há a possibilidade de "aperceção" de sensações e experiências já vividas de uma maneira nova, *como se* elas nunca antes tivessem acontecido – ou seja, é aberta a possibilidade de recriação do próprio corpo e do sentido que tem para cada sujeito o "habitar o corpo", sendo que, o toque, a presença do outro em uma dinâmica com a lógica do brincar, pode abrir muito claramente essa possibilidade.

Por outro lado, esse mesmo caráter de abertura do corpo, que se evidencia no contato com outro, pode implicar dificuldades de vários níveis, que em certo sentido poderiam nos remeter à dimensão traumática da alteridade, igualmente lembrada por Coelho Jr. e Figueiredo.

Alguns depoimentos enfocaram dificuldades ligadas ao contato, um deles apontando a dificuldade de ter de prestar atenção ao outro e ao mesmo tempo a si

mesmo. Outro falava da sensação de invasão gerada por certos tipos de toque (no caso, a partir da oficina de 24/09, em que foi pedido que, nas duplas, o toque criasse uma força contrária à direção do movimento), e outro ainda, apontava a dificuldade de não saber os limites do outro e o medo de estar indo demasiado além de algum limite:

> (...) Durante o exercício com a dupla, onde devíamos "ocupar espaços" no outro, foi mais difícil prestar atenção nessa escuta, pois havia a atenção que deve ser dada ao corpo do outro. (J. C. L., 13/08)

> (...) Ter o outro tocando o centro de gravidade do meu corpo auxiliou-me a executar movimentos não perdendo o centro do foco. Porém, quando fomos segurados ou impulsionados pelo toque do outro a sensação é de invasão e ruptura.
> Uma força externa invadindo seu gesto e uma conseqüente ruptura do mesmo, levando-me a criar formas de responder ao toque e (re)estruturar o corpo no manejo do movimento (M., 24/09)

> Em um primeiro momento você pede licença para tocar o outro, um ser desconhecido, em que não sabemos como irá reagir à aproximação, por mais que esteja aberto à experiência. Depois que se toca e se transpõe uma barreira, agora é hora de encontrar o limite do outro, "até onde posso ir?", "ele irá sentir dor?" (...). (A. M. A., 20/08)

No caso específico destes relatos, não aparece precisamente uma dimensão traumática da alteridade – se pensarmos no sentido de "trauma" que está sendo enfatizado por Coelho Jr. e Figueiredo a partir do pensamento de Lévinas, e tampouco se pensarmos em certo sentido psicanalítico de trauma, como sendo uma experiência excessiva, que fura a possibilidade de produção de sentido e de integração.

No entanto, também não se trata aqui de uma relação com o outro no nível da semelhança, como nos relatos anteriores. Tratam-se de experiências em que a diferença do outro se impõe, aparece claramente, de modo a que se sinta algum grau de estranhamento, descompasso, desconforto, quer seja pela incerteza sobre como se posicionar diante desse outro diferente, quer seja pela experiência, mais radical de que o gesto desse outro é invasivo, exige reação (experiência em que não acontece o brincar).

Os dançarinos de CI discutem o tema do descompasso e do desconforto, apontando as possibilidades de abordá-lo não como algo ao qual submeter-se, mas tampouco como algo do qual fugir ou afastar-se com pressa:

> Eu aprendo do saber que estou desconfortável, e ir adiante; e o ir adiante sendo o deixar-se-ir-adiante. Então o desconforto é para ser apreciado. Ele é um ambiente de onde floresce uma abertura. O Contact inclui esse medo de si mesmo, essa margem seminal (Svane, 1977/1997, p. 36)

> Nós falamos ao corpo do modo como ele experimenta sensações. Dizemos, "você conhece aquele lugar quando você se alonga, o lugar onde o músculo deixou-se ir além do seu limite, aquele lugar no limiar do estresse, no limiar da dor". Dizemos "trabalhe aí, passe algum tempo aí, neste lado da linha divisória". "Esta linha é um lar". (...) Mas, parece que a fronteira é mutável – que sentindo o limite, respeitando-o, você o encoraja a abrir-se. Um empurrar vem. Mas se você for somente tão longe quanto você for bem-vindo, você é convidado a voltar. (Smith, 1976/1997, p. 8)

Num certo nível, aquém do que para cada sujeito seria excessivo e traumático, o desconforto, o descompasso, o estranhamento, enfim, a emergência da dimensão da diferença do outro pode ser justamente uma oportunidade importante de abertura[38].

Os modos de encontro pelas vias da indiferenciação ou da semelhança, ainda que sejam fundamentais, não são suficientes para que a improvisação e o brincar aconteçam. A surpresa, a descoberta, a criação se referem ao estabelecimento de possibilidades de singularidade, e a singularidade não acontece sem a experiência de encontrar diferença – mesmo que partindo de experiências de indiferenciação e semelhança.

2.1 Corpo-outro

Ainda com relação ao tema da diferença, uma faceta da experiência das oficinas (e da experiência com o CI de um modo geral) que nos parece de especial importância, se refere ao encontro com uma alteridade inerente ao próprio corpo, quer dizer, a

[38] Não por acaso, como fica claro no trecho de Smith citado, o alongamento é um tipo de movimento que introduz essa atitude de poder esperar, poder repousar e ficar um pouco mais, mesmo em uma situação de desconforto. Alguns dos relatos (C. F. em 24/09 e O. I. R. em 20/08) falam claramente disso e apontam a descoberta da possibilidade de relaxar, de parar de fazer força, como algo que facilita o alongamento e a travessia do desconforto em direção a outra sensação. Talvez por isso o alongamento tenha se mostrado um exercício "eficaz" de preparação e introdução às propostas de toque e improvisação.

experiência de estranhamento ou de surpresa com o que o corpo ainda pode ser – experiência que está ligada ao caráter aberto do corpo, de que falávamos antes.

Não se trata, nesse caso, da dimensão do outro internalizado, lembrada por Coelho Jr. e Figueiredo (como a quarta figura da alteridade)[39].

Aqui estamos nos referindo ao outro que somos para nós mesmos, na medida em que o que somos fura a lógica fechada da identidade[40]. Essa faceta da experiência, a alteridade do corpo por si mesmo – precisamente formulada pelo filósofo Kuniichi Uno, que citamos na Introdução – aparece de maneiras distintas nos relatos dos participantes das oficinas, sob a forma muitas vezes das sensações de surpresa, encantamento, ou estranhamento:

> Experimentar o inusitado que o encontro com o corpo do outro pode criar. Sensações que deste modo ainda não havia ousado experimentar. (C. A., 23/07)

> Minha experiência de hoje, o contato com o corpo me proporcionou algo muito bom que foi perceber que mesmo tendo o corpo acima do peso ideal, consegui fazer atividades que despertaram o quanto ele pode ser trabalhado e senti como se aquele peso não existisse (...). (V. G., 27/08)

> Foi bem forte ver como o corpo responde ao contato e ao movimento, e como ele vai se transformando com estas experiências. Foi de um corpo duro para um corpo em relação e muito ativo e forte (O. I. R., 03/09)

> (...) Isso me fez pensar em outros aspectos da vida, em que um outro nos faz experimentar algo novo e que este nos abre a possibilidade para muitos outros novos. Como experimentei hoje, em que me levaram a fazer movimentos circulares com a cintura, a exploração e atenção a este novo movimento me levou a muitos outros. (5/11, O. I. R.)

Todos os relatos citados falam de experiências de abertura de possibilidades até então não acessadas, e da surpresa com relação a esse corpo que está para além ou aquém do que se esperava ou se imaginava – quer dizer da identidade ou da imagem

[39] "Figura" da alteridade ligada a processos de internalização do outro em estruturas ou modos de funcionamento psíquico, tal como Freud elucidara na formação, por exemplo, do Supereu ou do Ideal-de-eu (cf. Freud, 1923). A internalização do outro se refere de certo modo ao que discutiremos no penúltimo tópico deste capítulo.

[40] Tal como também Freud já apontava, por exemplo no texto sobre "O estranho-familiar" (1919).

representada que se havia construído sobre ele. Um relato especialmente significativo nesse sentido é o de V. G., apontando a surpresa de ir além de limitações (que ela descobre em grande medida imaginárias) ligadas a ter um corpo "acima do peso ideal".

Esse tipo de experiência é aberto pelo CI justamente por ele ter desenvolvido dispositivos técnicos e estéticos decorrentes de um questionamento dos discursos que estabeleciam a priori o que cada corpo podia ou não fazer. Diferente do que acontecia em outras danças, nesta, mulheres podem carregar homens, ou pessoas com menos massa podem carregar pessoas com mais massa. No entanto, isso não é uma possibilidade aberta por um treinamento exaustivo, que visaria a adquirir uma habilidade extraordinária, como a habilidade do bailarino clássico que consegue carregar a bailarina com braços estendidos, aparentando nenhum esforço. Aqui, pelo contrário, o carregamento se dá explorando um princípio físico básico, ligado à noção de centro de gravidade (noção que nos faz constatar que, por exemplo, é mais fácil carregar um peso quando o aproximamos de nosso corpo, do que com os braços estendidos, com o peso afastado do centro do corpo). Quer dizer, trata-se muito mais de uma "magia" do ordinário, da exploração a fundo de uma fisicalidade comum, do que da aquisição do extraordinário. E é essa exploração do comum que, paradoxalmente, abre "novas" possibilidades para o corpo.

O que é importante enfatizar é que, em todos esses relatos, essa experiência do corpo aberto e da surpresa de encontrar-se com facetas de si antes não acessíveis (isto é, com os outros em si mesmo) é propiciada pelo encontro com o outro corpo. Quer dizer, *a presença do outro nos permite acessar nossa própria alteridade constitutiva*. O confronto, a descoberta, o compartilhamento ou o choque, a experiência harmônica ou desarmônica d*a diferença do outro, permite que reencontremos com nossa própria diferença intrínseca* e também com nossa especificidade.

Sobre esse ponto, há um belo texto de Nancy Stark Smith em que ela conta a experiência de ter se surpreendido fazendo um movimento que ela não reconhecia como seu próprio, e que na verdade era um movimento de Lisa Nelson (dançarina com quem trabalhava) – um movimento com uma qualidade típica da movimentação de Lisa. A partir disso, ela começa a descobrir qual é qualidade, os tons, etc. característicos da sua movimentação:

> ‘Fazendo a Lisa’ [*in doing Lisa*], eu fui em seguida surpreendida pelo fato de que apesar de estes serem movimentos que eu podia fisicamente fazer, eles não eram os que eu comumente escolheria. Eu tinha até então suposto que ao improvisar, eu estava convocando qualquer movimento que eu pudesse fazer, mas agora eu percebi que eu estava de fato fazendo um repertório muito limitado e consistente de movimentos, texturas e tempos. Que eu estava, de fato, sempre, ‘fazendo eu mesma’. Eu achei isso uma descoberta bastante reveladora, e que me tirou de uma posição de arrogância[41]. (Smith, 1986/1997, p. 105)

Como fica claro pela experiência de Smith, e dos participantes autores dos relatos citados, *constitui-se uma corporeidade pelo encontro com o outro* – o acesso e o reconhecimento da singularidade corpóreo-sensorial do outro (às vezes surpreendentemente incorporada em nós), nos oferece de maneira palpável a nossa própria singularidade corporal e subjetiva. A coexistência, no encontro com o outro, das dimensões da semelhança e da diferença gera um trânsito entre a experiência de reconhecer uma singularidade própria (manifesta em certa gestualidade específica, em certa forma do corpo, certa sensorialidade privilegiada, certo “estilo de ser”) e a experiência de surpreender-se aberto, permeável, desconhecido.

3. A imagem e a memória

Por fim, um tema com o qual queremos finalizar nossa discussão se refere às relações entre as imagens e o corpo.

Nos relatos dos participantes das oficinas, aparecem claramente (pelo menos) dois tipos de experiências diretamente ligadas a esse tema, quais sejam: 1. a experiência dos desdobramentos e transformações, no corpo, ocasionados pelo contato com imagens vindas “de fora”, tais como as imagens usadas nas propostas das oficinas (do tipo rolar “como uma bexiga d’água” ou “sentir a água do corpo ir toda para o chão”, etc.) e, 2. a emergência de imagens que os participantes encontraram espontaneamente, quase sempre ligadas a alguma experiência pessoal singular evocada pelo corpo – rememorada por meio de determinada movimentação, ou sensação.

À primeira vista, esses dois tipos de relações entre corpo e imagem parecem ter muito pouco a ver um com o outro. No entanto, pretendemos mostrar, a partir do

[41] Usamos a expressão “que me tirou de uma posição de arrogância” como tradução da palavra *humbling*, já que a tradução usual “humilhante”, não nos parece suficientemente precisa.

diálogo com Winnicott (e com uma idéia de Walter Benjamin), que há uma articulação importante entre eles.

Em primeiro lugar, com relação às imagens rememoradas a partir de movimentos corporais, temos relatos como os seguintes:

> (...) O chão, ficar na horizontal, em contato com o solo é uma sensação boa, de firmeza. Deslizar no chão também. Parece que memórias antigas de bebê vêm à tona. (M. I. M., 20/08)

> (...) No rolar lembranças da infância me vieram a mente, e recordei do cheiro da terra e do mato da pequena cidade em que nasci. Os movimentos do corpo proporcionaram uma deliciosa viagem a minha mente. (M. 20/08).

Em ambos, diferentes tipos de movimentação (em um caso o repouso no chão e o deslizamento, e em outro caso o rolamento) despertam, evocam a memória de certas experiências vividas, nos dois os casos, na infância. Ou seja, temos aqui exemplos do que, em diferentes contextos, se costuma chamar de "memória corporal", isto é, o fato de que as experiências que vivemos estão, de algum modo, "armazenadas" em nosso corpo.

Há muitas maneiras de compreender essa modalidade de memória. Pode-se pensar, por exemplo, (pela via de um associacionismo empirista, bastante em voga no pensamento das neurociências), que a memória corporal é despertada porque certas sensações do corpo se associaram a determinada experiência significativa por terem acontecido concomitantemente, assim como o som da campainha de associava ao alimento, no caso das experiências clássicas de Pavlov.

Um conceito de Winnicott que nos permite traçar uma compreensão diferente dessa é o conceito de "incorporação" (*embodyment*). Trata-se de um conceito que Winnicott desenvolveu a fim de descrever uma experiência fundamental e primária no processo de constituição do psicosoma, distinta do processo de "introjeção", tematizado pela teoria kleiniana. Como explicam Alfredo Naffah Neto e Elsa Dias:

> Winnicott distingue *incorporação* de *introjeção*. *Incorporar* bons objetos sob a forma de cuidados, nessa distinção, é um processo espontâneo que ocorre *desde o início*, como forma natural de crescimento, sem nenhuma conotação defensiva. (...) Já *introjetar* 'bons objetos'

> implica uma idealização mágica dos objetos internalizados, na linha de um mecanismo de defesa contra a angústia, quando o ambiente torna-se ameaçador. (Naffah, 2011, p. 8)

> A distinção entre incorporação e introjeção foi formulada por Winnicott à luz do amadurecimento e em termos da natureza dos processos: a incorporação tem início nos estados mais primitivos, não envolve nenhum trabalho mental e ocorre durante as experiências instintuais excitadas. Mais: o que é incorporado não é um objeto, nem a fantasia do objeto, mas a experiência de cuidado ambiental, com a respectiva conjunção psicossomática envolvida (...). (Dias, 2007)

Ou seja, a incorporação é um conceito que procura apontar a maneira como, num processo bastante gradual e lento, o bebê vai constituindo o corpo, sedimentando a continuidade de experiências muito concretas, ligadas inicialmente ao cuidado materno.

Ainda nas palavras de Elsa Dias:

> Alguns exemplos de incorporação, do início e ao longo da vida, podem esclarecer. 1. O bebê faz o gesto de tentar alcançar algo, um chocalho, por exemplo. A mãe percebe o movimento e implementa o gesto: alavanca o corpo do bebê, faz com que sua mãozinha chegue ao objeto e ele agarra o objeto. A possibilidade de alcançar objetos, juntamente com a força e a direção imprimida ao movimento, juntamente com a possibilidade de comunicar o objetivo, tudo está sendo incorporado de modo a tornar-se uma potência e uma habilidade do próprio bebê, o que leva, naturalmente, com o tempo, a uma crescente organização psicossomática. Além disso, a experiência, que envolve a pessoa total do bebê, teve começo, meio e fim, o que implica incorporação do tempo das coisas, dos acontecimentos e, inclusive, do cansaço psicossomático. (...) 3. Um exemplo mais geral: (...) durante a experiência de amamentação está ocorrendo a incorporação do uso excitado do corpo, num relacionamento humano, que servirá para todas as experiências instintuais futuras. (...) 5. Um exemplo adulto de incorporação: a mãe que acaba de dar à luz nem sempre está pronta para o exercício de potência de seu seio, pois, "nem um seio cheio demais, nem um seio inteiramente inerte serão perfeitamente apropriados. Ela será muito ajudada pela experiência da potência genital de seu homem." (Winnicott,1988/1990, p. 122). (Dias, 2007)

Os exemplos dados por Dias, com a licença da longa citação, esclarecem a amplitude desse conceito e o fato de que, mesmo que ele tenha se construído a partir de um pensamento sobre experiências muito iniciais na vida de um bebê, ele também elucida experiências que acompanham toda a vida de uma pessoa.

De nosso ponto de vista, trata-se de um conceito de grande importância, que condensa em grande medida aquilo que estamos discutindo até aqui, já que nomeia o processo de constituição alteritária do corpo. Ou seja, o que Winnicott, de acordo com Dias, está apontando é que o próprio corpo se torna um corpo vivo e subjetivado (diferente de uma representação mental de corpo), porque vive (criativamente) experiências com outro corpo vivo – sendo que a maneira como este outro corpo se faz presente em cada experiência, isto é, seu estilo singular de fazer cada gesto e toda a sensorialidade específica que este estilo compõe, é veiculadora de sentido.

Portanto, em primeiro lugar, o conceito de incorporação nos ajuda a compreender o que costuma ser chamado de memória corporal, não como um fenômeno apenas de associação entre representações (uma "representação mnêmica" de uma experiência associada cerebralmente à representação de certa sensação ou movimento corporal que lhe foi concomitante), mas como a evidência de que *o corpo se constitui materialmente a partir das experiências vividas com o outro e com o mundo*.

Em outras palavras, pensando a partir das experiências que examinamos até aqui, não há um corpo anterior ao encontro com outros corpos, que colocaria para dentro de si elementos da experiência com estes. O próprio corpo acontece na medida em que "incorpora" a presença continuada do corpo personalizado, vivo, do outro – que se manifesta inicialmente sob a forma do cuidado materno.

Portanto, a incorporação, na leitura que queremos sustentar, não se refere apenas a um processo eminentemente psíquico, de sedimentação de memórias de experiências que de início foram corporais, mas que passam a ocupar a vida ulterior como representações psíquicas, imagens, etc.

Na incorporação inicial, o continuar a ser de toda a sensorialidade dos cuidados recebidos pelo bebê, ou, em outras palavras, a sensorialidade do encontro entre o corpo do bebê e o corpo da mãe (ou cuidador), constiui o corpo material do bebê, na medida em que dá presença e existência a certas partes do corpo, assim como a certos modos de esse corpo acontecer (variações e possibilidades de variação do tônus muscular, possibilidades de crescimento, formação de tecidos, etc.).

Algo que nos parece uma evidência dessa materialidade da incorporação é a maneira como o corpo é permeável – no sentido de modificar-se em seu tônus, na organização do peso, no estado de relaxamento, ou seja, sem sua materialidade – a certas imagens que evocam qualidades sensoriais dos objetos (animados ou não).

Um número significativo de relatos faz referência a essa permeabilidade. Destacamos dois:

> (...) Achei bem interessante, pensar no saquinho d'água, pois quando pensamos em água, pensamos em fluidez, e parece que os movimentos ficam mais contínuos e o corpo fica também mais fluido. (A. C., 30/07)

> (...) A idéia de abraçar, sentir o corpo com o outro sugerindo qualidades faz o movimento tornar-se mais distante do pensamento. O toque da voz daquele que guia é recebido pelo corpo como um norte, um caminho possível. É claro que a imagem vem mas logo ela se dissolve nas mãos, braços, pernas, cabeça, tronco e gera um movimento da representação da qualidade. Não reproduzimos a qualidade me si, mas o que a mesma provoca em nosso corpo. Essa experimentação provoca uma sensação libertária, no sentido de não mais prender gestos, sons. Faz sentir e criar, um criar leve, solto. (M., 12/11)

Ambos os relatos são bastante precisos ao se referir à experiência de que o corpo se modifica materialmente, quando é evocada certa qualidade sensorial. Um dos relatos, por exemplo, fala de uma experiência que ocorreu em uma oficina em que foi pedido que os participantes rolassem no chão buscando no corpo a qualidade de movimento de uma bexiga cheia de água. O outro relato já se refere a uma oficina em que fora proposto que dois participantes fizessem um duo de CI, e um terceiro interviesse eventualmente na dança do duo, sugerindo qualidades (quer dizer, imagens, por exemplo, "água", "cachorro", "azeite nas articulações", "suas costelas são dedos"[42], etc.).

Considero que o fato de que o corpo se transforma quase que imediatamente diante da sensorialidade evocada por esse tipo de imagem é uma evidência de que nossos corpos estão constantemente em processo de incorporação, quer dizer, estão sempre registrando sensorialmente, na sua materialidade, as mais diversas e complexas qualidades sensoriais dos objetos com os quais se relacionam. Por isso que é tão possível produzir certa fluidez de movimentos com a imagem da água, ou certa abertura de espaço nas articulações com a imagem do azeite entre elas, etc.

[42] Essa última é uma imagem sugerida por Martin Keogh (2005), que lista várias outras imagens riquíssimas, usadas em suas aulas de CI.

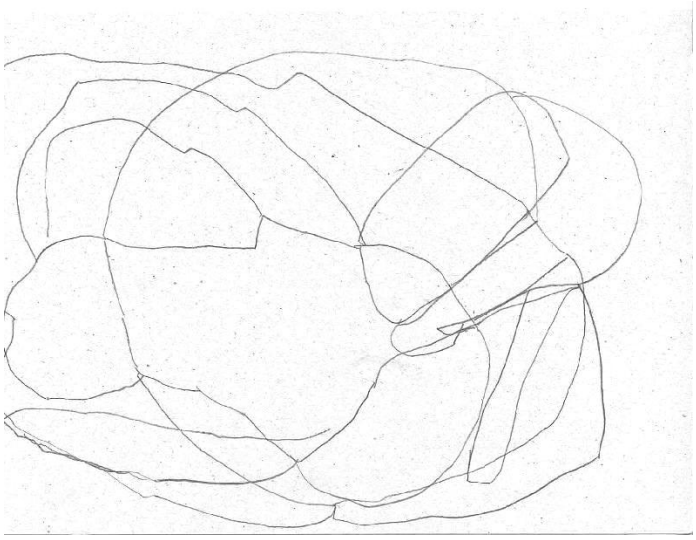
Uma observação que talvez ajude a esclarecer esse campo é a de Walter Benjamin (1933b), que defende a existência de um tipo de uma "faculdade mimética", que seria própria da condição humana e subjacente a toda linguagem, como uma forma de associar imediatamente inúmeros fenômenos, encontrando possibilidades de mútua influência e produção de novos sentidos pelo encontro de semelhanças – capacidade que Benjamin observa ser especialmente presente na brincadeira das crianças, que "imitam" tanto as pessoas ao seu redor, como os objetos.

Quer dizer, a proposta baseada na imagem de transformar o corpo em uma gelatina, por exemplo, pode modificar toda a tonicidade dos músculos, a qualidade da respiração e dos gestos, porque corpo e mundo se comunicam diretamente nesse campo experiencial em que a moleza-firme da gelatina imediatamente evoca outras molezas-firmes independentemente da criação de um conceito abstrato de moleza que unificaria as experiências concretas da moleza.

Nesse sentido, o processo de incorporação – de constituição do corpo na experiência com o outro – não seria apenas um processo atuante na vida inicial do bebê, ou em certas situações específicas (como no exemplo da mulher grávida, dado por Dias), mas está sempre presente em algum grau e ligado a todos os contatos sensíveis que estabelecemos com o mundo.

Reconhecer isso adiciona um elemento a mais para sustentarmos a importância de experiências táteis complexas, como as propiciadas pelo CI, na medida em que estas abrem possibilidades de constituição e re-constituição de si, ou ainda, se quisermos, de criação, de brincadeira com o próprio corpo e com o mundo.

4. Vinheta de um encontro



"Eu desenhei uma pessoa dançando. Você entende?" (M. D., 5/11)

Para terminar, queremos narrar alguns trechos da experiência que vivemos com uma das participantes das oficinas, vinda a partir de indicação dos profissionais do CAPS Lapa[43] – que nos parece condensar em muitos dos temas que discutimos até aqui.

Muito do que compôs nossa experiência com ela (como de fato acontece com todos os participantes) foge ao que os relatos escritos ou gráficos puderam registrar, de modo que nos pareceu importante narrar algumas observações específicas, significativas em relação ao que temos discutido até aqui.

A imagem acima corresponde ao registro feito por ela no último dia de oficina em que ela compareceu (antes da *Jam*, à qual ela veio também, mas quando não foi pedido nenhum registro). O texto que acompanha a imagem não foi escrito, mas reproduz o que ela disse, ao mostrar o desenho.

M. D., ou Marta, como a chamaremos de maneira ficcional, chegou ao espaço das oficinas no início de setembro. Corporalmente, se apoiava enormemente nas estagiárias do PACTO, que lhe ajudavam a ir do CAPS ao Tendal da Lapa (lugar das oficinas) e de volta ao CAPS. O dia de sua vinda pela primeira vez (03/09/2010) foi bastante atribulado, já que ela havia chegado depois do início do trabalho, num mesmo dia em que haviam vindo pela primeira vez pessoas muito diversas, algumas para

[43] Centro de Atenção Psicossocial da Lapa, instituição de Saúde Mental com a qual conseguimos construir uma parceria mais sólida, e cujos profissionais participaram de uma das oficinas, vindo a indicá-las a alguns de seus usuários, encorajando-os a participar

conhecer o espaço e indicar a outras pessoas, outras que já estavam participando antes, etc.

Logo de início, seu rosto parecia ter um aspecto assustado, os cabelos bem curtos, uma camiseta muito longa e larga, a boca meio aberta, os olhos pequenos e fundos. Parecia acuada. Pedi que começasse tirando os sapatos e deitando-se no chão – ambas as ações muito pouco triviais, que lhe causaram estranhamento e desconforto, de início. Logo que deitou, disse que não estava respirando. O corpo parecia muito tenso, várias partes não tocavam o chão. Fiquei ao seu lado, pedi que observasse bem os movimentos da barriga, que verificasse se o ar não estava entrando mesmo. Ela foi se acalmando, o corpo foi tocando mais o chão, algum espaço parecia se abrir.

Desde o início, a presença bem próxima de alguém era uma demanda de Marta e parecia uma condição para poder continuar. Com o tempo, essa demanda foi se desdobrando em uma relação carregada de afetos intensos entre ela e uma das estagiárias. Muitos dos relatos dessa estagiária passaram a se referir a Marta como uma presença persecutória, que a seguia, que a desestruturava.

Mas, por alguma razão, eu não consegui entrar nesse lugar. Não pude acreditar totalmente na fragilidade ou na precariedade que parecia tão evidente e óbvia em Marta. Sentia claramente que ela teatralizava um desamparo, talvez como o poeta pessoano, “fingindo que é dor, a dor que deveras sente”, talvez, por outro lado, porque essa forma de estar e de atuar fosse um modo de ser com o outro que se tornara habitual, que se sedimentara, possivelmente porque foi esse o lugar que alguém atribuiu a Marta num começo remoto, ou porque esse lugar de aparente desamparo e incapacidade lhe pareceu seguro contra algum perigo existencialmente maior... Não posso afirmar as razões, mas ela me parecia existir também além daquele lugar, como numa vida subterrânea, além desse lugar que ela ocupava na lógica transferencial que ela rapidamente estabelecia, ao nos convidar a responder rápido demais a um suposto desamparo.

E, de fato, outras facetas e possibilidades de Marta também apareceram, desde cedo. Em muitas das oficinas, ela chegava dizendo, logo de início, “mas eu não sei dançar” ou “eu não consigo” ou “eu sou muito presa”. Eu nunca respondi a essas frases, nem negando, nem confirmando, nem tentando convencê-la do contrário Apenas sugeria que continuássemos. Às vezes até lhe dizia que “aqui não tem isso de saber dançar, não estamos aprendendo passos”, mas no geral, apenas respondia “vamos continuar...”. E continuávamos, e o movimento de Marta, com seus pedidos de repetir certas coisas, de

fazer de novo, por vezes me surpreendia com possibilidades que pareciam inacessíveis a um corpo em geral bastante sólido, de linhas retas, que abandonava o peso no chão em saltos ruidosos. Por vezes, Marta parecia fluir, de olhos fechados, parecia de fato começar a brincar – em alguns momentos estabelecendo uma dança suave, muito presente, sem se furtar ao toque, com o corpo bem mais móvel do que de início, com mais possibilidades de movimentação.

No último dia, na *Jam*, Marta chegou como das outras vezes dizendo logo de início, "professor, eu não sei dançar", eu disse a ela que aquele era um dia de exploração livre, que não haveria aula, que dançaríamos se quiséssemos, ou não, e que o espaço estava aberto para ela experimentar. Naquele dia, ela foi uma das únicas participantes das oficinas anteriores que dançou com visitantes chegados para a *Jam*. Seu movimento, como das outras vezes, me pareceu surpreendentemente fluir, criando corpos em alguns instantes distintos daquela uma corporeidade endurecida que quase sempre era característica dela. Nesse dia, eu tive uma dança muito interessante com ela. Parecíamos estar de fato brincando juntos e descobrindo caminhos que aconteciam ali, o que diferia bastante de uma qualidade de presença dela que, no geral, parecia nos atravessar como uma linha reta e fechada. Ali, ela parecia ter texturas outras, diferentes da imagem sólida que ela encarnava nos primeiros contatos.

A história curta de Marta nas oficinas – especialmente tendo em vista as transformações que foram se mostrando possíveis em sua corporeidade e em sua forma de estar presente – me parece indicar claramente o perigo de captura e aprisionamento do sujeito que o discurso psicopatológico (ou qualquer outro discurso muito fortemente identitário, que pense o corpo ou o sujeito como totalidades fechadas) pode trazer.

Por um lado, muito provavelmente as explorações de Marta não teriam sido possíveis sem que ela tivesse encontrado na estagiária um aliado em certa loucura, alguém que se apropriava de seu lugar de desamparo e que respondia a ele protegendo-a profundamente no caminho do CAPS à oficina, como se fosse a mãe de uma criança pequena[44].

[44] A esse respeito, um relato da própria estagiária é bastante interessante: depois da última oficina, no caminho de volta ao CAPS, Marta, sabendo que aquele espaço e aqueles encontros haviam terminado, manifesta muita raiva e sai andando pela rua, chegando ao CAPS sozinha. Sua raiva confirma seu desamparo? E, no entanto, nesse mesmo momento Marta revela que conhecia bem o caminho que percorria aparentemente sem saber. Sua aparente alienação em relação ao trajeto se rompe, na mesma medida em que sua agressividade parecia confirmar sua dependência.

Por outro lado, o que me chama atenção e me parece muito importante é que nas relações em que não se respondia a ela a partir desse lugar da criança desamparada, o que acontecia não era uma desestruturação, o surto, o delírio tentando preencher um buraco no simbólico, ou fenômenos que seriam previstos por certo discurso psicanalítico. Marta, pelo contrário, recuava e algum espaço se abria.

Isso não significa que sua patologia está curada, como não significa que o discurso psicopatológico esteja por si equivocado. Também não significa que Marta dançará, se reconhecerá a partir de agora dançando, ou encontrará na dança um lugar como o que Arthur Bispo do Rosário encontrou nas artes plásticas[45]. De todo modo, fica claro que quando o discurso e a imagem não capturam tão fortemente nossas relações, alguns espaços se abrem, e os sentidos da experiência concreta começam a aparecer, sem que precisemos nos antecipar a eles, atribuindo sentidos a partir do que já esperávamos encontrar.

A única resposta que encontrei como possível diante dos riscos que uma experiência como essa parecia implicar, e coerente com uma proposta que não se pretendia terapêutica nem pedagógica, foi assumir o não saber e deixar em suspenso o que poderia ser pensado como provável e abrir espaço. O encontro com Maria me trouxe a sensação de que essa atitude não é ingênua, e pode ser fundamental para que o corpo aconteça e encontre novas formas, mais do que apenas se repita.

De todo modo, o que as oficinas propunham era justamente uma atitude de confiar no não-saber e sustentar um espaço vazio, a fim de que fosse possível uma improvisação (entendida, no diálogo com Winnicott, como uma forma do que ele chama de "brincar"). Ou seja, é fundamental observar que a abertura desse espaço para que Marta fizesse sua travessia foi sustentada por uma dança baseada numa escuta ao que o corpo diz, que não procura adequar os corpos diversos a certo corpo ideal, nem tampouco ensinar movimentos previamente determinados. Os princípios dessa forma de dança – cujo ponto de partida é poder esperar e não saber aonde se chegará, e mais ainda, que não pressupõe que os movimentos ou o corpo são instrumentos de

[45] Sobre possíveis desdobramentos das oficinas na vida de Marta, a única informação que temos nos foi dada recentemente pelo técnico de referência dela no serviço de saúde mental que ela freqüenta. O que ele relata é que depois das oficinas, Marta passou a se colocar muito mais nos espaços da instituição, quer dizer, apresentava mais vezes sua opinião, com mais clareza, e passou a poder fazer também mais escolhas próprias.

codificação de um sentido que lhes é exterior, mas que permite que sua presença já baste como produtora de sentido (o mesmo sentido eloqüente que o desenho de Marta tem, sem precisar de nenhuma tradução) – não são anódinos, nem sem conseqüências. São esses que a tornam um objeto no campo da cultura suficientemente resistente e suficientemente maleável para ter o caráter paradoxal que Winnicott apontaria como condição para o brincar e a criação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Um corpo é primeiramente encontro com outros corpos
(Peter Pal Pelbart, 2003, p. 72)

1. O corpo e o eu

Neste trabalho, buscamos discutir as relações entre sujeito e corpo sem dualizá-los como se fossem dois pólos fundamentalmente distintos. Nesse sentido, sustentamos,

a partir do pensamento winnicottiano, a noção de um *self* corporal e de que toda a constituição do sujeito é um processo fundamentalmente corporal.

Por outro lado, também afirmamos, especialmente ao lidar com a improvisação em dança, a alteridade do corpo: a experiência do corpo como um campo de estranhamento e de ruptura, de abertura e de surgimento do ainda-não-visto, que o coloca sempre como um mais além em relação a um "eu" que se reconheceria como unidade coerente e previsível.

Esse corpo-outro nos levaria a reafirmar o dualismo entre corpo e sujeito do qual pensávamos haver nos apartado? Comecemos essa discussão retomando um trecho contundente de Milan Kundera, citado por Elina Matoso (2008):

> Faz muito tempo, o homem ouvia com estranheza o som de um golpear dentro de seu peito e não tinha nem idéia de sua origem. Não podia identificar-se com algo tão estranho e desconhecido como era o corpo. O corpo era uma jaula e dentro dela havia algo que olhava, escutava, temia, pensava e se estranhava; esse algo, esse resto que ficava ao subtrair-se o corpo, isso era a alma.
>
> Hoje, é claro, o corpo não é desconhecido: sabemos que o que o golpeia dentro do peito é o coração e que o nariz é a terminação de uma mangueira que sobressai do corpo para levar oxigênio aos pulmões. O rosto não é mais que uma espécie de tabuleiro de instrumentos no qual desembocam todos os mecanismos do corpo: a digestão, a visão, a audição, a respiração, o pensamento.
>
> Desde que sabemos denominar todas as suas partes, o corpo desassossega menos ao homem. Agora também sabemos que a alma não é mais que a atividade da matéria cinza do cérebro. A dualidade entre o corpo e a alma ficou velada pelos termos científicos e podemos rir-nos alegremente de ela como um preconceito fora de moda.
>
> Mas basta que o homem se apaixone como um louco e tenha que escutar ao mesmo tempo o som de suas tripas, para que a unidade do corpo e da alma, essa ilusão lírica da era científica, se dissipe repentinamente. (Kundera, citado por Matoso, 2008, p. 55)

Como o trecho de Kundera traz à tona, em grande medida, nossa experiência com o corpo é a experiência de encontro com um estranho. A experiência de uma dor, ou as inúmeras possíveis experiências em que o corpo não corresponde à imagem que temos dele ou ao esquema corporal sendimentado pela ação prática, ou ainda a própria mortalidade do corpo podem ser compreendidas como evidências de uma exterioridade essencial do corpo em relação sujeito.

Essa dualidade aparece na própria história da palavra corpo. Como nos lembra Christine Greiner (2005, p. 17), a partir de F. Dagognet, a palavra "corpo" vem do latim, *corpus* e *corporis*, palavras que designavam o corpo morto, em oposição ao corpo vivo. Porém, tais palavras descendem da palavra indo-ariana *krp*, que designa "forma", sem pressupor a diferença entre corpo morto e corpo vivo, presente na denominação latina ou na diferenciação grega entre *soma* (corpo morto) e *demas* (corpo vivo). "Neste sentido [introduzido pelo termo indo-ariano], a noção de corpo teria a ver também com sólido, tangível, sensível e, sobretudo banhado pela luz, portanto visível e com forma" (idem). Também por ser composto por muitos elementos, o corpo dá origem à noção de "corporação", sendo uma palavra usada para se referir a certos conjuntos (o corpo de baile, o corpo de uma doutrina, um corpo de idéias, etc). A palavra carne, por outro lado, "implicaria em *keiro*, do grego cortar, destacar, 'dividir a carne das bestas, os sacrifícios para a refeição comum'" (idem).

A partir dessa retomada etimológica, Greiner aponta como uma constante no pensamento ocidental a necessidade de nomeação do corpo como sendo uma:

> Necessidade de estabilizar algo em torno de um objeto para que este represente o que resiste ao que poderia ser desfeito – a solidez como uma espécie de solidariedade entre seus componentes, a coerência, a coesão e figurabilidade ou a face própria para cada entendimento de corpo (idem).

Com relação à tentativa de fixação, entificação, ou objetificação do corpo e do sujeito, a psicanálise tem trazido desde Freud posicionamentos bastante revolucionários, na medida em que começa por mostrar que a experiência de estranhamento não é exclusiva das relações entre sujeito e corpo, mas é traço fundamental da relação do sujeito consigo mesmo. A aventura psicanalítica tem sido desde o início – se não totalmente, ao menos em sua tendência mais fecunda – a aventura do descentramento do sujeito, isto é, do reconhecimento do estranho-familiar (Freud, 1919), do estranho que somos para nós mesmos.

Ou seja, desde o início a psicanálise mostrará que a subjetividade não configura uma totalidade fechada e coesa, de modo que não há precisamente um sujeito fixo, único e constante que poderia então contemplar *seu* corpo como um objeto precário no qual apóia sua existência material.

Igualmente, o corpo tampouco pode configurar uma totalidade fechada, exceto mediante um esforço de unificação (subjacente à própria nomeação) que atua sobre a experiência corporal, dando unidade a um complexo de realidades materiais diversas, agregadas e unificadas de maneira relativa e mutável.

Nesse sentido, a radical separação entre corpo e sujeito a que Milan Kundera faz referência não seria a fronteira entre dois entes com realidades e identidades próprias, que por um enigma ontológico coincidem temporariamente em um mundo equívoco que mascara sua diferença fundamental.

O estranhamento que porventura sentimos com o som de nossas vísceras, a radical divisão subjetiva provocada por uma mínima dor de dente, o descompasso entre nosso corpo "real" e nosso desejo sobre o corpo, ou nossas obrigações, ou nossos ideais ou a imagem que internalizamos do corpo, ou o esquema corporal que nos permite todo tipo de ação pragmática, enfim, os inúmeros descompassos entre corpo e sujeito não são menores nem de natureza diversa dos descompassos entre o sujeito e ele mesmo, e entre o corpo e ele mesmo. Nossos sonhos, atos falhos, nossa imagem em um espelho quando produzida inesperadamente, nossos gestos em um vídeo, certas narrativas que contam a nosso respeito, o personagem que somos para distintas pessoas em distintos grupos separados com os quais convivemos são tão estranhos-familiares quanto são para nós as batidas de nosso coração, os movimentos das vísceras, etc. Como são igualmente estranhos e familiares, ao mesmo tempo, as batidas de nosso coração para nossos intestinos, cujos movimentos são igualmente estranhos, relativamente isolados de nosso coração, ao mesmo tempo em que articulados com ele.

Corpo e eu (ou psiquismo, ou subjetividade, etc.) são palavras que ajudam a circundar certas experiências, que perduram por certo tempo. No entanto, a simples atenção mais delicada e demorada a essas realidades evidencia sua natureza fragmentada, fugidia, acêntrica, de "agregados" de outras realidades igualmente fugidias e fragmentáveis (pensamentos, imagens, memórias, células, tecidos, átomos, energias). Como ressoa um antigo texto zen-budista: "a forma é vazio, o vazio é forma".

E, no entanto, no outro lado do problema, também a psicanálise, ainda que tenha testemunhado e reafirmado o descentramento do sujeito, a impossibilidade da identidade e da total auto-coerência, precisou afirmar a experiência de *integração* como um dos fundamentos da constituição subjetiva, assim como também afirma a existência de um "verdadeiro self" e da unidade entre corpo e sujeito, como vimos.

Mas, se corpo e sujeito não são entes ou totalidades fechadas, de que se trata o "verdadeiro self"? E em que sentido ele é corporal?

Primeiramente, o relato de uma experiência talvez possa nos ajudar: o arquiteto Peter Zumthor, em seu discurso de aceitação do prêmio Pritzker de 2009, conta que não se reconheceu nos dois primeiros prédios que fez, tendo visto neles a reprodução de discussões e conceitos com os quais havia entrado em contato, mas que não tinham a ver com o que ele "era" ou com o que ele desejava fazer como arquiteto. Depois de relatar essa experiência, ele diz o seguinte:

> Então, o que é isso de ser eu mesmo? É interessante que nesses prédios, que me deram tanta dor de cabeça, dor no coração, havia coisas de que eu gostava, coisas que não tinham vindo de uma revista ou de uma discussão sobre a qual é possível conversar com alguém. Essas outras coisas, isto sou eu! O que é esse "eu"? É claro que eu não sei exatamente. Mas eu posso tentar explicar um pouco sobre o processo do que eu sinto quando isso acontece, quando eu tenho o sentimento "isto sou eu". Talvez aqueles de vocês que jogam tênis, vocês saibam. Você tem de se concentrar na bola. Se você começa a pensar só por um momento, "ah, meu amigo está olhando como eu jogo", então você está perdido, certo? Você tem de manter essa total concentração no que você quer fazer. Isto é uma coisa. A outra coisa é que você tem de estar solto [*loose*]. Agora, estou falando sobre mim. Devo dizer que eu tenho de estar solto. Eu vou ao lugar. Eu ouço o cliente. Eu ando, vagueio pelo espaço. Não estou indo fazer pesquisa.
>
> Quando eu começo a fazer pesquisa, estou realmente mal. Isto eu sei de estudar. Nenhuma pesquisa. Você está só passeando, escutando, sentindo, deixando o lugar ressoar um pouco. E então, tudo de uma vez, as idéias vêm naturalmente. Eu não sei quando e onde. Eu acho isto um processo muito natural. Todo mundo – todos vocês, todos nós – nós vivemos essa experiência. E o que eu descobri foi que quando eu tenho estes sentimentos, é como ser um menino de novo. Tudo de uma vez, eu penso que este sou eu quando tinha 10 ou 12 anos. Estou sonhando. Estou lá e algo vem até mim, mas não é, é claro, um sonhar ingênuo. Tudo o que é parte da minha biografia está lá. Mas não está lá como um produto de pesquisa ou um material de referências. Veio até mim, como parte de minha vida. Então isso vem de algum lugar – de minhas emoções, ou o que seja, meus sentimentos. Então, eu estou no mesmo lugar como no tempo em que eu experimentei a arquitetura como um menino, sem saber disso. Isto é o que eu amo. Estes começos, estes momentos de começo. (Zumthor, 2009)

O testemunho de Zumthor toca claramente no tipo de experiência que, de nosso ponto de vista, fez Winnicott distinguir entre o falso e o verdadeiro self. No relato do

arquiteto, são precisamente enfocados vários dos aspectos que procuramos destacar como características fundamentais da experiência de improvisação e do brincar – o valor do processo, o estado de repouso, a suspensão do olhar para si mesmo como um olhar de fora, a espera, a emergência do "gesto espontâneo".

Sob esse ponto vista, o "verdadeiro self" aparece, acontece, no brincar e na experiência de criação, não como um ente, mas como uma forma particular de estar no mundo e com os outros, que pode atravessar o tempo na medida em que sustentada por certa modalidade de encontro e por certa constância do ambiente.

Como Zumthor deixa claro, essa experiência de "verdadeiro self", de "isto sou eu!", é uma experiência corporal: acontece quando se está inteiro na ação (como no exemplo do jogo de tênis) – sem interferência do distanciamento da experiência gerado pela autocrítica, como uma operação do pensamento em que nos vemos como um objeto sobre o qual podemos fazer certo juízo – e quando há alguma liberdade, quando o sujeito-corpo está "solto" e pode vaguear.

Algo dessa experiência atravessa o tempo, como os traços de um rosto atravessam os diferentes corpos que constituem uma vida a cada instante, e, no entanto, ao mesmo tempo, essa experiência só pode seguir acontecendo na medida em que não fecha uma identidade à qual se apegar e à qual corresponder ativamente. *É preciso deixar-se acontecer.*

A dança baseada na improvisação e no contato oferece possibilidades valiosas e elementos concretos de sustentação para isso. Não é casual que o Contato Improvisação tenha começado com a experimentação da "pequena dança": quando nos pomos em pé e simplesmente ficamos ali, emerge um corpo vivo de pulsações e de relações cambiantes e sutis com a gravidade; emergem possibilidades de movimento e de gesto inesperadas, independentes da deliberação de um eu. Esse começo de toda improvisação, a "escuta" do que está acontecendo, a atenção ao corpo, à respiração, às pulsações, antes mesmo de que entre em jogo o outro corpo, já é um encontro. Nessa experiência o corpo é de fato uma forma de alteridade, na medida em que surpreende, estranha, tem dimensões, texturas, matizes pouco acessíveis na experiência cotidiana, muito além da imagem narcísica, da estruturação de um eu.

Por outro lado, esse corpo próprio que é um outro, no contato com mais um outro corpo, vai sendo devolvido a si mesmo. Começa a reconhecer seus limites e sua forma persistentes. Percebe o que muda a cada instante e o que persiste, acessa hábitos e

caminhos privilegiados, surpreende-se tomando outros caminhos, o que reafirma os já habituais.

Por meio do contato com o outro, em movimento, podemos reconhecer o que já é dado (ter um corpo com certa estrutura óssea, certo tamanho, certa tonicidade usual, ter duas pernas e dois braços, ter uma cabeça e um tronco, não ter olhos na nuca, etc.), e ao mesmo tempo tocar espaços de escolha e de criação. Como quando uma criança brinca com um objeto (transformando, por exemplo, um sapato em um carro, e uma colher em uma bruxa), na dança o brincar acontece entre as características do objeto e o horizonte de possibilidades que elas abrem (o sapato, por seu formato e solidez, por estar quase sempre no chão, por ter um dentro e um fora, tende a se prestar mais, na brincadeira, a ser um carro do que a ser um castelo, uma boneca ou uma toalha, ainda que essas possibilidades possam acontecer, dependendo do encontro singular do brincante com determinado sapato, de todo modo, é a partir das características dadas e reconhecidas do sapato que o "faz de conta" se desenrolará).

Brincamos com um corpo que não é absolutamente plástico como uma massinha de modelar, mas que se mostra, no movimento com o outro, sempre possível de nos surpreender. Ao mesmo tempo esse corpo brinca conosco, faz uso de um sujeito igualmente quase-plástico e se surpreende com possibilidades de existir e dar sentido outrora não imediatamente vislumbráveis, que se abrem no movimento dançado, na experiência estética, e em seus desdobramentos. Brincamos com nosso corpo, como brincamos com o corpo do outro e o corpo que somos brinca conosco. Transitamos, eu e o corpo, entre os lugares de sujeito e objeto, ao mesmo tempo em que somos irredutíveis a essas categorias, como todo brinquedo e todo brincar.

2. "O corpo é fundamentalmente encontro entre corpos"

Ainda que venhamos a reconhecer que, sim, o corpo é uma noção unificadora em certo grau artificial, para um agregado de experiências e de facetas complexas que na realidade são em muitos sentidos, bastante independentes entre si, ainda assim, a experiência de integração – de reconhecimento de uma unidade que costura nossas distintas experiências subjetivas corporais – é uma experiência fundamental para nosso reconhecimento enquanto existentes.

As experiências que examinamos, trazidas pelo Contato Improvisação nos permitem compreender esse processo de integração como um processo que se dá porque somos seres que se constituem com o outro. Quer dizer, olhando desde fora, ontologicamente, não há, de certa forma, um corpo, mas uma multiplicidade absolutamente aberta, e no entanto, porque essa multiplicidade acontece e se constitui na relação com outros corpos-multiplicidades, que se reconhecem em certo grau como integrados, se produz um efeito de diferença e de singularização que integra a multiplicidade e nos permite falar em um corpo próprio e em um self. Ou seja, é na continuidade do contato entre os corpos que uma integração acontece.

Como nos lembra Gilberto Safra, a respeito do lugar constitutivo do outro:

> A ação humana acontece entre humanos, cria o si mesmo e o que é não-eu. O não-eu dá os limites de si mesmo possibilitando que a pessoa experiencie sua existência entre outros. O Outro, assim posicionado, é o limite do si-mesmo, e, ao mesmo tempo, é o espelho que reflete a existência e o reconhecimento de si. (Safra, 2004, p. 67)

Queremos assinalar que essa integração pela alteridade não engendra um ente fechado, já que se assenta no solo paradoxal do brincar. Nesse sentido, cabe pensarmos mais propriamente em graus de integração e reconhecimento de si, num processo de constituição sempre inacabado e que sempre inclui a possibilidade de alguma não-integração e da incorporação constante, como vimos.

Nesse sentido, esse corpo integrado pode ser ora um outro com quem brincamos, como pode ser o si-mesmo que brinca. Não há porque decidir peremptoriamente por um ou por outro. A lógica do brincar nos permite abordar as experiências de alteridade do próprio corpo sem passar pela submissão a representações hegemônicas totalizantes ou pela defesa intelectualizada. É possível esperar um pouco e deixar que a brincadeira revele que corpo-outro é esse e como nos constituiremos a partir de cada encontro com certa faceta alteritária de nossa própria corporeidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBRIGHT, A. C. & GERE, D. **Taken by surprise: a dance improvisation reader**. Middletown (EUA): Wesleyan Univesity Press, 2003.

BANES, S. **Terpsichore in sneakers: post-modern dance**. Middletown (EUA): Wesleyan Univesity Press, 1987.

BANES, S. **Democracy's body: Judson Dance Theater: 1962-1964.** Durham (EUA): Duke University Press, 1983.

BENJAMIN, W. (1933a). Experiência e pobreza. Em: **Obras escolhidas: Magia e técnica, arte e política.** São Paulo: Brasiliense, 1994.

BENJAMIN, W. (1933b). A doutrina das semelhanças. Em: **Obras escolhidas: Magia e técnica, arte e política.** São Paulo: Brasiliense, 1994.

BENJAMIN, W. (1936). O narrador: considerações sobre a obra de Nicolai Leskov. Em: **Obras escolhidas: Magia e técnica, arte e política.** São Paulo: Brasiliense, 1994

BOSI, E. A atenção em Simone Weil. Em: **Psicologia USP**. Vol. 14, no. 1. S. Paulo: 2003.

BOURCIER, P. **História da dança no Ocidente**. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

CASTRO, E. V. O Anti-narciso: lugar e função da antropologia no mundo contemporâneo. Em: **Revista Brasileira de Psicanálise**. Vol. 44, n. 4. São Paulo, 2010.

COELHO JR., N. E. & FIGUEIREDO, L. C. Figuras da intersubjetividade na constituição subjetiva: dimensões da alteridade. Em: **Interações**. Vol IX, no. 17, p. 9-28. São Paulo: Universidade São Marcos, Jan-Jun 2004.

CUPERTINO, C. M. B. Oficinas de criatividade: uma introdução. Em: CUPERTINO, C. M. B. (org.) **Espaços de criação em psicologia: oficinas na prática.** São Paulo: Annablume, 2008.

DIAS, E. O. Incorporação e introjeção em Winnicott. Em: **Winnicott e-prints**. Vol. 2, no. 2. São Paulo: Sociedade Brasileira de Psicanálise Winnicottiana. 2007.

DUNCAN, I. (1927). **My life**. Nova York: Boni & Liveright, 1988.

FERNANDES, M. H. **Corpo.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003 (Coleção Clínica Psicanalítica).

FOUCAULT, M. (1975). **Vigiar e punir**. Petrópolis: Vozes, 2009.

FRAYZE-PEREIRA, J. A. **Arte-Dor: inquietudes entre estética e psicanálise**. Cotia: Ateliê Editorial, 2005.

FREUD, S. (1919). Lo ominoso. Em: **Obras completas**. Trad. José L. Etcheverry. Buenos Aires: Amorrortu, 1992 (3ª ed.), v. 17.

FREUD, S. (1923). El Yo y el Ello. Em: **Obras completas**. Trad. José L. Etcheverry. Buenos Aires: Amorrortu, 1992 (3ª ed.), v. 19.

GARAUDY, R. **Dançar a vida**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

GIL, J. **Movimento total: o corpo e a dança**. São Paulo: Iluminuras, 2004.

GOLDMAN, D. **I want to be ready: Improvised Dance as a Practice of Freedom.** Ann Arbor (EUA): The University of Michigan Press, 2010.

GRAHAM, M. **Blood memory**. Washington (EUA): Washington Square Press, 1992.

GREINER, C. **O Corpo: pistas para estudos indisciplinares**. São Paulo: Annablume, 2005.

HARPER, D. **Online Etymology Dictionary**. 2010. Disponível em: www.etymonline.com

HOROSKO, M. **Martha Graham: the evolution of her dance theory and training.** Gainesville (EUA): University Press of Florida, 2002.

KALTENBRUNNER, T. **Contact Improvisation**. Oxford (Reino Unido): Meyer and Meyer, 2004.

KEOGH, M. **The art of waiting**. Mimeo. (distribuído pelo autor). 2005.

KERIAC & PRITCHARD, M. (1980) Politics and Contact. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

KHAN, M. M. Introdução. Em: WINNICOTT, D. W. **Da pediatria à Psicanálise: obras escolhidas.** Rio de Janeiro: Imago, 2000.

LARROSA, J. **Linguagem e educação depois de Babel.** Belo Horizonte: Autêntica, 2004.

LAUNAY, I. O dom do gesto. Em: GREINER, C. & AMORIM, C. (orgs.). **Leituras do corpo**. São Paulo: Annablume, 2003.

LAURENTIIS, V. R. F. A incerta conquista da morada da psique no soma em D. W. Winnicott. Em: **Winnicott e-prints**. Vol. 2, no. 2. São Paulo: 2007.

LE BRETON, D. **Adeus ao corpo: antropologia e sociedade**. Campinas: Papirus, 2003.

LE BRETON, D. **Antropología del cuerpo y modernidad**. Buenos Aires: Nueva Visión, 1995.

LEBOURG, G. Psicanálise e Dança. Em: KAUFFMANN, P. **Dicionário enciclopédico de Psicanálise: o legado de Freud e Lacan**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1996.

LEITE, F. H. C. Contato improvisação (contact improvisation) um diálogo em dança. In: **Movimento.** Porto Alegre, v. 11, n. 2, p.89-110, maio/agosto de 2005. disponível em: http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/2870/1484

LEPKOFF, D. (1976). Teaching Contact Improvisation. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

LIMA, E. M. F.; INFORSATO, E. A.; LIMA, L. J. C. e CASTRO, E. D. Ação e criação na interface das artes e da saúde. Em: **Revista de Terapia Ocupacional da USP**. Vol. 20, no. 3. São Paulo, dez. 2009. Disponível em:

http://www.revistasusp.sibi.usp.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-91042009000300002&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt

LINS, M. I. A. & LUZ, R. **D. W. Winnicott: experiência clínica e experiência estética**. Rio de Janeiro: Revinter, 1998.

LISPECTOR, C. **A legião estrangeira.** Rio de Janeiro: Rocco, 1999.

MANNING, S. **Ecstasy and the demon: the dances of Mary Wigman**. Minneapolis (EUA): University of Minnesota Press, 2006.

MARTINS, A. Criação e Psicose: refazendo a metapsicologia das psicoses. Em: AMARANTE, P. (org.) **Ensaios: subjetividade, saúde mental e sociedade**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2000.

MATOSO, E. **El cuerpo, territorio escénico**. Buenos Aires: Letra Viva, 2008.

MAUSS, M. (1950). As técnicas do corpo. Em: **Sociologia e Antropologia.** São Paulo: Cosac & Naify, 2003.

MEAD. M. (1935). **Sexo e temperamento**. São Paulo: Perspectiva, 2000.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

NACHMANOVITCH, S. **Ser criativo: o poder da improvisação na vida e na arte**. São Paulo: Summus, 1993.

NAFFAH NETO, A. Sobre a *elaboração imaginativa das funções corporais*: corpo e intersubjetividade na constituição do psiquismo. Em: COELHO JR., N. (org.). **Dimensões da intersubjetividade**. São Paulo: Escuta/Fapesp, (No prelo).

NAZARIO, L. Quadro histórico do pós-modernismo. Em: GUINSBURG, J. & BARBOSA, A. M. (orgs.) **O Pós-modernismo.** São Paulo: Perspectiva, 2008.

NOVACK, C. J. **Sharing the Dance: Contact Improvisation and American Culture**. Madison (Wisconsin, EUA): The University of Wisconsin Press, 1990.

PALLANT, C. **Contact Improvisation: an introduction to a vitalizing dance form**. Jefferson (North Carolina, EUA): MacFarland, 2006.

PAXTON, S. (1977). The small dance. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

PAXTON, S. (1980). Q & A. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

PAXTON, S. (1985). Solo dancing. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

PAXTON, S. (1993). Drafting interior techniques. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

PELBART, P. P. O corpo do informe. Em: GREINER, C. & AMORIM, C. (orgs.). **Leituras do corpo**. São Paulo: Annablume, 2003.

PEIXOTO JR., C. A. Sobre a importância do corpo para a continuidade do ser. Em: **Revista Mal-Estar e Subjetividade**. Vol. 8, no. 14. Fortaleza: Universidade de Fortaleza. Dezembro de 2008

PLASTINO, C. A. Winnicott: a fidelidade da heterodoxia. Em: BEZERRA JR., B. & ORTEGA, F. (orgs). **Winnicott e seus interlocutores.** Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2007.

PTASHEK, A. In the course of teaching. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

RAUTER, C. Oficinas para Que? Uma proposta ético-estético-política para oficinas terapêuticas. Em: AMARANTE, P. (org.) **Ensaios: subjetividade, saúde mental e sociedade**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2000.

SAFATLE, V. Destituição subjetiva e dissolução do eu na obra de John Cage. Em: SAFATLE, V. & RIVERA, T. (orgs.) **Sobre arte e psicanálise.** São Paulo: Escuta, 2006.

SAFRA, G. **A face estética do *self***. São Paulo: Unimarco e Aparecida, SP: Idéias e Letras, 2005.

SAFRA, G. **A po-ética na clínica conteporânea**. Aparecida, SP: Idéias e Letras, 2004.

SANT'ANNA, D. B. **Corpos de passagem: ensaios sobre a subjetividade contemporânea**. São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SIDDALL, C. (1976). Bodies in Contact. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

SILVA, S. M. Pós-modernismo na dança. Em: GUINSBURG, J. & BARBOSA, A. M. (orgs.) **O Pós-modernismo.** São Paulo: Perspectiva, 2008.

SMITH, N. S. (1976). Editor's report: High Moon – 11th Hour Reflections. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

SMITH, N. S. (1977). Editor note. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

SMITH, N. S. (1979). Setting our sights. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

SMITH, N. S. (1985). Still in the middle. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

SMITH, N. S. (1986). Back in time. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

SMITH, N. S. (1987). Taking No For an Answer. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

SUAREZ, C. **Una aproximación al sistema Fedora Aberastury.** Buenos Aires: Lumen, 2005.

SUQUET, A. Cenas – O corpo dançante: Um laboratório da percepção. In: COURTINE, J-J. (org.). **História do corpo. Vol 3: As mutações do olhar. O século XX.** Petrópolis: Vozes, 2008.

SVANE, C. In praise of bad dancing. Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

UNO, K. Corpo-gênese ou tempo-catástrofe. Em: **Cadernos de Subjetividade**. PUC-São Paulo, 2010.

WARSHAW, R. (1981). What Are We Teaching? Em: SMITH, N. S. (org.) **Contact Quarterly's Contact Improvisation Sourcebook**. Northampton (MA, EUA): Contact Editions, 1997.

WEIL, S. (1941). Experiência de vida na fábrica. Em: BOSI, E. (org.) **Simone Weil: A condição operária e outros estudos sobre a opressão.** Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.

WINNICOTT, D. W. (1949) A mente e sua relação com o Psicossoma. Em: **Da pediatria à Psicanálise: obras escolhidas.** Rio de Janeiro: Imago, 2000.

WINNICOTT, D. W. (1956) Preocupação materna primária. Em: **Da pediatria à Psicanálise: obras escolhidas.** Rio de Janeiro: Imago, 2000.

WINNICOTT, D. W. **Natureza Humana**. Rio de Janeiro: Imago, 1990.

WINNICOTT, D. W. (1960). Distorção do ego em termos de falso e verdadeiro self. Em: **O ambiente e os processos de maturação**. Porto Alegre: Artmed, 1983.

WINNICOTT, D. W. (1970). Vivendo de modo criativo. Em: **Tudo começa em casa**. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

WINNICOTT, D. W. **O Brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

ZUMTHOR, P. Discurso de entrega na cerimônia de premiação do prêmio Pritzker de 2009. Disponível em: http://www.pritzkerprize.com/laureates/2009/ceremony_speech1.html

ANEXOS

Nesta seção, o leitor encontrará as descrições detalhadas das propostas e de alguns dos principais acontecimentos de cada oficina, como também a transcrição dos relatos dos participantes em cada uma. As transcrições são seguidas das iniciais dos nomes dos participantes (e em alguns casos, apenas do primeiro nome, quando o participante não quis se identificar com o nome completo em seu registro escrito).

1ª oficina: 30/06/2010

Número de participantes: 13 (incluindo uma estagiária do PACTO e duas profissionais do CAPS da Lapa que estavam presentes para conhecer o trabalho, a fim de avaliar a possibilidade de indicá-lo a alguns usuários do serviço)

Resumo da proposta: Apresentação do trabalho; apresentação dos participantes (a partir de uma brincadeira com o contato visual); andar pelo espaço, observar o corpo (respiração, distribuição do peso, etc.) no andar; mudar de velocidade; interagir com os outros de determinadas maneiras; finalização com o toque leve de uma pessoa em certos "centros de energia"[46] do corpo da outra (topo da cabeça, entre as sobrancelhas, mandíbula, costelas e peito, baixo ventre).

Descrição da oficina

A primeira oficina foi realizada em uma sala de aula da Estação Ciência da USP. A proposta que eu havia planejado para esta primeira oficina incluía um momento inicial de relaxamento no chão, e um trabalho seguinte de rolamentos e outros movimentos em nível baixo (isto é, deitado ou em grande proximidade com o chão, apoiando o corpo todo ou muitas partes dele no chão). No entanto, soube um dia antes de oferecer a oficina, que o espaço do teatro da Estação Ciência, que havia sido acordado para abrigá-la, não estaria disponível e que, portanto, eu teria de usar outro espaço, se não quisesse cancelar a oficina. O espaço disponibilizado foi uma sala de aula com piso frio, de modo que a proposta que havia sido pensada inicialmente, que demandava um piso de madeira ou de algum material termicamente confortável, teve de ser reformulada. Por essa razão, pensei em propor práticas que, como as pensadas anteriormente, introduzissem um trabalho de escuta e atenção ao corpo em sua

[46] Há atualmente muitos tipos de trabalhos corporais que se baseiam na noção de um fluxo de energia que constitui o corpo. Esta noção foi bastante pesquisada e desenvolvida pela medicina tradicional chinesa e influenciou de maneira mais ou menos direta o desenvolvimento das técnicas de dança moderna (o trabalho do dançarino Erick Hawkins, que dançou na companhia de Martha Graham, é um exemplo dessa influência direta, ainda na geração da dança moderna). O método, por exemplo, de Mary Fulkerson e sua *release tecnique,* que foi bastante decisivo na formação do Contato Improvisação, recebeu forte influência do *qigong* chinês e do *yoga* indiano. Além disso, o Contato Improvisação também se nutriu enormemente de técnicas e concepções do *Aikido*, arte marcial japonesa cujo nome significa "caminho (*do*) de harmonização (*ai*) da energia (*ki)*". No caso da proposta desta oficina, o exercício de toque nos centros de energia é baseado no método de educação somática da musicista argentina Fedora Aberastury (cf. Suarez, 2005), com o qual eu tive contato por meio de aulas da professora Eliana Bonard.

fisicalidade (isto é, de escuta e atenção a aspectos bastante concretos da experiência corporal como, por exemplo, a amplitude e o ritmo da respiração, a distribuição de peso no corpo em diferentes posições, etc.), criando um espaço de experimentação corporal lúdica e coletiva, sem, contudo, demandar um uso maior do chão.

Sendo assim, iniciamos a oficina conversando com os participantes sobre os objetivos do trabalho, sua relação com a pesquisa de mestrado, o apoio do PACTO-USP, etc. e em seguida, passamos a uma brincadeira de apresentação em que um participante deveria olhar fixamente para outro participante, com todos dispostos em roda, e esse olhar funcionaria como sinal para que a pessoa olhada dissesse seu nome para, em seguida, olhar para outra pessoa, que deveria dizer seu nome, e assim sucessivamente. Expliquei ao grupo que me parecia adequado prescindir de apresentações maiores, em que cada um descrevesse mais sobre si, para que, assim, pudéssemos nos conhecer paulatinamente e de outra forma, mais propriamente a partir do que acontecesse na atualidade daquele encontro e menos influenciados pelos "dados curriculares" que geralmente são expostos em apresentações verbais comuns.

Depois da apresentação, pedi que todos andassem pela sala e observassem seu corpo em alguns aspectos: a respiração (o ritmo, as mudanças de temperatura do nariz quando o ar entra e quando sai, o alcance do ar dentro do corpo), o ritmo da caminhada, a distribuição de peso nos pés (quais partes do pé recebiam mais peso em cada momento do andar, quão abertos estavam os dedos, de que maneira cada um estava pisando o chão), a postura e a distribuição do peso no corpo de um modo geral. Em seguida, pedi que os participantes fizessem algumas ações uns com os outros: seguir alguém com os olhos, seguir as pegadas (imaginárias) de alguém, tocar na ponta da cabeça e quem for tocado deve se "desmilingüir", tocar na coluna cervical de alguém e quem for tocado deve ficar congelado até ser tocado de novo, tocar precisamente no umbigo de alguém, que igualmente deve ficar congelado até o próximo toque, encontrar um parceiro, encostar costas com costas e tentar descer até perto do chão (mantendo-se em pé, mas dobrando as pernas) e depois subir, usando sempre o contrapeso dado pelo peso do corpo do outro.

Em seguida, para descansar fizemos um alongamento dos músculos do quadríceps (para compensar o esforço que o agachamento pode ter gerado) e depois iniciamos o exercício final de toque nos centros de energia (ver nota de rodapé), oriundo do método de Fedora Aberastury: em duplas, uma pessoa deve ficar em pé, de olhos

fechados e com a musculatura relaxada, enquanto a outra deverá tocar levemente alguns pontos de seu corpo (topo da cabeça, ponto entre as sobrancelhas, mandíbula, costelas e peito, baixo ventre). Estes pontos são considerados centros que usualmente concentram tensões musculares (alguns deles coincidem com as couraças trabalhadas por Wilhem Reich) e ao mesmo tempo centros energéticos importantes (a partir de uma noção de energia que remonta à tradição indiana e à tradição chinesa de pensamento sobre o corpo). Meu intuito com este exercício em particular, no entanto, não era explicitamente o trabalho com a energia, mas mais propriamente possibilitar um momento de descanso, silêncio, pausa e também a experiência de atentar para determinadas partes do corpo a partir do toque do outro, introduzindo assim a possibilidade de uma experiência de toque de uma qualidade diferente dos tipos de toque mais usualmente vividos e codificados em nossa cultura: o toque funcional usual (que acontece em uma saudação, por exemplo) ou o toque sexual.

Ao final deste dia, depois do momento em que cada um registrou sua experiência por escrito (ou desenho), nos sentamos em roda em um espaço aberto à conversa sobre o que as pessoas quisessem trazer, perguntar, etc. Esta conversa, como as demais no final das oficinas não foi detalhadamente registrada, mas envolveu explicações mais gerais sobre o Contato Improvisação, a história dessa forma de dança, suas características principais, etc. e também envolveu explicações sobre as oficinas, a proposta, a duração, informações sobre a pesquisa de que elas fazem parte, etc.

Relatos dos participantes

“Deu para perceber que para trabalhar com o corpo você pode de vários jeitos e formas, a expressão na qual o corpo trabalha diz muito, o corpo fala e mais através de um olhar eu percebo a expressão ou seja o outro, o que eu quero ou que não quero.” (E. N.)

“‘Desequilíbrio’

Senti fortes desequilíbrios no exercício proposto na última parte. Não entendo ainda a anatomia desse movimento involuntário, porém, acredito que possa estar ligado ao processo de relaxamento que o corpo se encontra.

Sentir é mais fácil que fazer, porque tenho mais facilidade em sentir.
A energia que o toque tem é muito grande e consigo estar perceptível a ele, mas tenho dificuldade em fazer e dar este toque.
Sem mais." (D. M.)

"O que é o toque?
Senti muitos toques...toques sutis, toques bruscos, toques amanteigados, toques duros, toques convidativos, toques que empurram, toques que acalentam...
Incrível como o toque ajuda a dar o nosso contorno! Por mais que eu estude, pesquise, experimente, ache que já sei, cada toque é um toque.
Muitos corpos diferentes me tocaram...alguns não tocaram...quanto eu me deixo ser tocada?" (G. M.)

"Me senti leve quase que se desprendendo do corpo às vezes flutuando.
No primeiro momento foi meio tenso talvez um estranhamento, não sei direito o quê exatamente.
Mas percebi que aos poucos a Maria Julia foi me tranqüilizando, mas não me desprendi e nem consegui me entregar por inteira fiquei enraizada, pois sentia os pés no chão firmemente, como raízes mesmo." (S. S.)

"Vivência de Contato e Improvisação
A parte da vivência que mais chamou atenção foi a de "desmelinguir" ao toque, pois pensando em corpo, o estímulo dado foi muito interessante, a forma que meu próprio corpo convencionou de sentir o toque e reagir, percebi que ele criou uma forma de "desmelinguir" que se repetiu até que eu pude perceber e assim mudá-la. Nesta mesma atividade o que me chamou a atenção foi o toque ao corpo do outro, principalmente na dinâmica que envolve o toque no umbigo, o comando foi de que o toque deveria acontecer precisamente no umbigo, detalhe ao qual percebi certa dificuldade minha e dos demais participantes, o que me leva a refletir sobre o por que dessa dificuldade." (R. H. S.)

"Análise sobre aula 1:

Inicialmente se faz interessante o pressuposto de pesquisa do professor, que é a questão do "corpo de agora" para a dança. Através de dado pressuposto podemos tecer diversas reflexões acerca do corpo histórico e o estado do corpo na contemporaneidade.
Os movimentos utilizados em aula de contato e improvisação nos faz ter percepção de um corpo dormente, ou melhor dizendo, de uma consciência dormente de um corpo presente.
Força, equilíbrio, confiança no outro, respiração são praticados de forma corrida e se faz sutil.
A consciência corporal sendo praticada." (T. R. S.)

"Acho que hoje não estava completamente aberta, embora tenha conseguido vivenciar, de fato, as atividades propostas; ainda tinha um resquício de desconfiança e medo do novo.
Mas me sinto mais disposta agora.
Observo o meu corpo mais solto agora do que quando cheguei. Tocar o outro e ser tocada em pontos específicos produziu um interessante efeito de ampliação da consciência naquela região. O ponto que mais mobilizou energia foi nas costelas, quando senti muito calor.
Os "jogos" em grupo foram também um interessante exercício de voltar-se para si mesmo e para o outro simultaneamente." (A. F.)

"Já fiz práticas parecidas anteriormente, mas hoje foi diferente. Talvez por estar um tempo sem fazer treinamento corporal, foi como estar redescobrindo certas coisas.
Outro fato que influencia é o fato de ter pessoas novas que eu não conhecia antes, então também descobri e me relacionei com outros corpos o que foi bem interessante, uma coisa que me dá muito prazer é observar como cada um lida com a mesma situação. Algumas pessoas conseguem resolver dificuldades com o corpo, outros sentem necessidade de falar.
Me sinto bem por começar o dia com esta prática, mas penso que de manhã meu corpo ainda está "acordando", talvez por isso tenha sentido enjôo na prática do toque, quando treinava capoeira de manhã também sentia enjôos e minha pressão caia." (M. J. M.)

"Dear Pedro!

Muito bom o aquecimento com uma atividade que vem ao encontro do brincar, para quebrar o “gelo” inicial que toda aula tem (principalmente a “primeira”). Senti as pessoas se soltando, sorrindo, se tornando mais espontâneas (também me incluo nessa condição, é claro!).

Percebo que este é um grande desafio tanto para o professor, quanto para o aluno, e isto é fundamental para uma aula que realmente transforme algo em nós.

Legal, também a opção por não termos apresentado cerebralmente. O pouco, muitas vezes é o suficiente, não é mesmo!

“No exercício da transferência de apoio e peso mútuo, senti um certo descompasso com alguns colegas, talvez porque os corpos ainda estão começando a se identificar, ou pela dificuldade que o corpo apresenta entre codificar o que é pedido e transformar isto em ação. Mas, percebi o quanto tudo funciona tão sinuosamente com uns outros, sendo bem harmonioso o conjunto do movimento.

Na atividade que enfatizou a questão de energia, tive uma experiência prazerosa com meu parceiro. Seu toque foi intencional e com boa pressão, não resistivo.

Quanto a vez quando apliquei, como ele era bem mais alto que eu, tive que me adaptar a seu corpo, o que não me custou porque na minha prática de trabalho, como fisio, já é uma rotina bem adaptada por mim. (E também costumo aplicar exporiadicamente cura práxica).” (C. G. V.)

“Meu corpo é minha bússola
É meu norte
Meu leste, oeste, meu sul
Ele sabe, ele quer
Eu tento seguir” (R.)

“Grata pela experiência. Sensação mágica da qual eu tinha saudades. Medo. Paixão. Longe daqui essa viajem, são outras dimensões que visitamos se o trabalho for profundo. Queria eu vencer esse medo, esse desconforto e nisso mergulhar. Fascinante. Me despertou mais uma vez nessa busca.” (S. N.)

(R.)

(E. B.)

2ª oficina: 23/07/2010

Número de participantes: 7

Resumo da proposta: soltar a articulação da cabeça; massagear os próprios pés e depois os pés de outra pessoa (recebendo e fazendo ao mesmo tempo); mover-se para soltar e alongar a musculatura enquanto outra pessoa dá pequenos toques e transferências de peso para auxiliar o movimento (os toques inicialmente são dados com as mãos e depois com outras partes do corpo); dançar em duo, com trocas de peso.

Descrição da oficina

Devido aos problemas com o espaço da Estação Ciência, esta segunda oficina aconteceu em um novo espaço, no Tendal da Lapa (espaço cultural vizinho à estação ciência), com um intervalo bem grande em relação à primeira e em um horário e dia da

semana diferente do horário da primeira oficina (este novo horário foi decidido depois de uma consulta, por *e-mail*, aos participantes da primeira oficina, perguntando em que outros dia e hora eles poderiam participar das oficinas). Apesar de o novo horário ter sido estabelecido a partir da disponibilidade dos participantes do primeiro encontro, nenhum deles veio a esta segunda oficina, sendo todos os participantes vindos pela primeira vez. Por isso, fizemos novamente uma conversa inicial esclarecendo a proposta das oficinas, contando um pouco sobre o Contato Improvisação, sobre a pesquisa, etc.

O que eu havia planejado para este dia fora pensado como uma continuidade da proposta do primeiro dia, no sentido de aprofundar o uso do toque (no primeiro dia o toque havia acontecido, porém pouco associado ao movimento e à improvisação, mais restrito às mãos e a momentos de imobilidade, ou a toques rápidos), estendê-lo a outras partes do corpo além das mãos e associá-lo ao movimento e à atenção à transferência de peso. Apesar de os participantes não terem estado na primeira oficina, achei que poderia manter a proposta planejada, dando um tempo maior para cada prática e observando as reações dos participantes antes de passar de uma prática a outra. Talvez esta tenha sido uma decisão equivocada e provavelmente fruto de um apego a minha expectativa de que os participantes continuassem a vir às oficinas e que formássemos um grupo com alguma estabilidade e continuidade ao longo das semanas. Pelos relatos de alguns deles (reproduzidos no capítulo seguinte), talvez o uso já bastante extenso e intenso do toque nesta oficina tenha chegado cedo demais, sem uma introdução e contextualização maiores, que teriam tornado essa experiência mais compreensível, digerível e disfrutável. No entanto, alguns outros participantes pareceram de fato ter se nutrido da experiência e não vivido apenas o estranhamento inicial ligado à quebra de um tabu cultural em torno do toque, mas também o prazer de encontrar um fluxo de movimento ajudado pelo contato e a presença do outro.

Começamos soltando a articulação do pescoço (soltando o peso da cabeça para frente, para trás, e para os lados e depois girando a cabeça para um lado e depois para o outro). Depois, cada um massageou os próprios pés, atentando primeiro para o nível da pele, tocando apenas este nível, depois para o nível da musculatura e do tecido conjuntivo (a parte mais "carnosa" dos pés), e, por último, tentando tocar no nível dos ossos. Em seguida, cada um encontrou um parceiro e massageou os pés do parceiro, ao mesmo tempo em que tinha seu pé massageado por ele. Passada esta etapa, ainda em duplas, uma pessoa da dupla deveria deitar-se no chão e, com olhos inicialmente

fechados, começar a mover-se livremente, procurando usar o chão como um "massageador" do corpo, atentando-se para as necessidades de movimento do corpo naquele momento e buscando soltar partes mais tensionadas e alongar a musculatura. A outra pessoa da dupla deveria observar essa movimentação e tocar o corpo do movente por alguns momentos breves, procurando perceber que tipo de toque e em que lugar do corpo o toque poderia ajudar o fluxo do movimento. Depois, os papéis eram trocados.

Passada esta etapa, o exercício seria quase o mesmo, porém, os toques não deveriam mais ser dados usando as mãos, mas usando outras partes do corpo (cabeça, braços, pernas, costas, etc.), com transferências de peso controladas. Em seguida, esse mesmo exercício poderia pouco a pouco transformar-se em um duo de contato improvisação à medida que ambos da dupla pudessem transferir peso com diferentes partes do corpo e mover-se a partir desse contato, sem ter papéis definidos.

Nessa oficina, contamos com uma participante usuária do CAPS da Lapa. Eu formei durante a maior parte da aula a dupla com ela e tentei explicar-lhe mais vezes a proposta se ela tivesse dúvidas. Em um primeiro momento, C. G. O. parecia, como todos, mais apreensiva com a novidade do espaço e o desconhecido em relação ao trabalho que estávamos fazendo, ao grupo, etc. mas ao longo da oficina foi se envolvendo e logo estava movendo o corpo de maneira muito mais solta do que de início. Às vezes, ela parava e me chamava, dizendo que certa parte do corpo geralmente era mais presa, ou que ela precisava de mais explicações, mas logo conseguia seguir com a proposta feita. No momento de tocar o trocar peso com outras partes do corpo além das mãos, fizemos o exercício juntos, e a improvisação final foi feita com outra participante.

Relatos dos participantes

"O contato com o chão, com o próprio corpo e com o outro. Foi muito bom sentir, deixar perceber e aproveitar os movimentos do corpo com o peso, com o espaço com o outro." (V. L.)

"Feliz dia dos namorados

Você parece com o meu 1º namorado

Teatro Corpo e Mente em movimento" (C. G. O.)

“Curiosidade. Resistência. Recuo e Ousadia...

Encontro, estranhamento, proximidade. Abertura para o outro. Dificuldade de se comunicar sem palavras, receio, mas intimidade. Um sentimento de acolhida proporcionado pelo toque. Experimentar o inusitado que o encontro com o corpo do outro pode criar. Sensações que deste modo ainda não havia ousado experimentar. Vontade de partir e de ficar. Perceber formas diferentes de sentir a si e ao outro. Acho que é um pouco desse turbilhão de sentimentos que fica para mim da experiência desta oficina.” (C. A.)

“Ainda que seja óbvio, acho bem difícil escrever sobre tais coisas, mas ainda mais por algumas dificuldades pessoais.

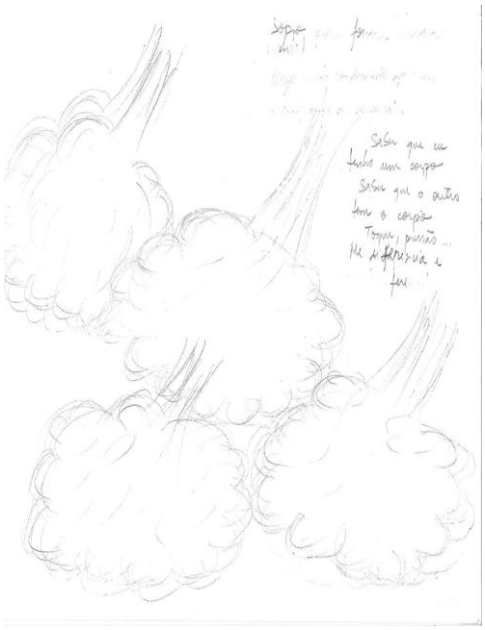
Por isso, acho bem legais as orientações e gostei do modo como conduziu pois já participei de uma atividade, também em forma de oficina, mas o tempo de cada atividade era excessivo, então se tornava chato.

Uma das minhas dificuldades é atenção, de modo que às vezes necessite de um certo excesso de algumas atividades, como se aquilo me acordasse.

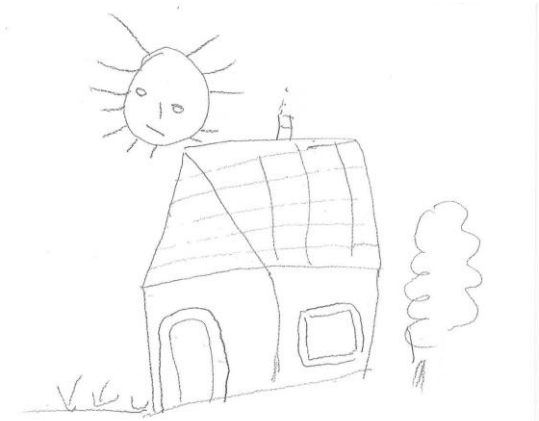
No começo foi legal por você ir dando dicas, então pude me atentar ao corpo, ao peso, e tentar deixa-lo fluir.

Em outros exercícios também foi legal a questão da respiração, de lembrar, ainda que isso seja bem óbvio, mas ela está lá presa.

Ao contrário da outra experiência, acho que me soltei mais nessa, além de ser bem prazeroso. Acho que faltou falar de que percebi na minha parceira, mas fica pra próxima.” (D. C.)



“Sopro que forma nuvem (vento). Algo mais condensado que se dilui, que se expande. Saber que tenho um corpo. Saber que o outro tem o corpo. Toque, pressão... Me diferencia e me indiferencia.” (C. V.; texto com imagem acima)



(M. M. C.)

“Acho sempre muito curioso o desconhecimento que temos, que tenho do próprio corpo; os limites, as sensações boas, as ruins. Se mexer, tão cotidiano, mas tão difícil.

Sentir a respiração, o mesmo, tão natural que passa desapercebido, e é preciso concentrar para perceber que nos mexemos.

O contato com o outro vai nos ajudando a nos perceber e a perceber o outro; a princípio traz uma certa dificuldade de ir onde se deseja no outro e em si. Porém, aos poucos liberamos a mente dos limites e o corpo se mexe com o toque, com a vontade do outro. Ao longo do "exercício" não se "pensa", se mexe, natural como respirar, mas atento ao que o corpo sente e o que o outro desperta. Por momentos, os dois corpos parecem um, o movimento que começa em um se estende para o outro..." (C. R.; texto escrito junto à imagem acima)

3ª oficina: 30/07/2010

Número de participantes: 5

Resumo da proposta: alongamento (da coluna e da musculatura das pernas) em duplas, rolamento no chão usando *momentum*, uso do *momentum* e do peso para descer ao chão e voltar ao alto, duo improvisado tocando diferentes extensões do corpo.

Descrição da oficina

Nessa oficina, estavam presentes duas pessoas que também haviam estado na oficina anterior (incluindo a usuária do CAPS), e outras três que haviam chegado pela primeira vez. Comecei a perceber que possivelmente não teríamos um grupo com uma presença constante e eu não teria condições de planejar a oficina tendo um raciocínio seqüencial, em que uma oficina prepara os participantes para a proposta seguinte. Ao mesmo tempo, não poderia repetir sempre a mesma oficina, já que havia participantes que estavam vindo de novo e o pressuposto é que pudessem vir seqüencialmente. Portanto, continuei planejando as oficinas como se formassem uma seqüência em que uma oficina em algum grau depende ou se enriquece pela anterior, mas ao mesmo tempo, cuidando para que a proposta sempre fosse suficientemente aberta e simples para poder ser feita por alguém que chegasse sem nunca ter estado nas demais oficinas.

Pensando a posteriori, considero que não consegui me desprender de um planejamento cumulativo, seqüencial e linear das propostas e assumir realmente a instabilidade na freqüência dos participantes e a possibilidade de que novas pessoas viessem à oficina sempre. Por um longo tempo, eu mantive a expectativa de formar um

grupo que se manteria freqüente ao longo de um número maior de oficinas e que poderia aprofundar-se mais em alguns aspectos básicos do Contato Improvisação, e considero que isso dificultou ainda mais a formação do grupo, já que muitas pessoas que chegavam às oficinas, apesar de não encontrar um grupo formado e coeso, deparavam-se com propostas que pressupunham as oficinas anteriores e que, talvez por isso, poderiam ser sentidas como pouco inclusivas, ou pouco contextualizadas, ou dependentes de um pré-requisito não explicitado. De todo modo, nada disso estava claro para mim naquele momento, e eu continuava sentindo necessidade (irracionalmente ou pseudo-racionalmente) de planejar as oficinas aproximadamente como uma seqüência, ao invés de pensá-las como propostas pontuais, menos dependentes entre si.

Sendo assim, para esta terceira oficina, iniciamos um trabalho com rolamentos no chão (um aspecto básico do contato improvisação, adequado para uma oficina inicial, mas que provavelmente seria melhor aproveitado por alguém que já tivesse passado por experiências como a das oficinas anteriores).

Começamos com um alongamento em duplas: uma pessoa deveria sentar-se no chão, com as pernas estendidas para a frente e tentar curvar o tronco em direção às pernas e com a intenção de tocar os pés (ou a parte posterior das pernas). A outra pessoa da dupla toca suas costas, dando peso com as mãos (sem fazer força com as mãos, mas procurando transmitir o peso de seu tronco), de modo a ajudar e intensificar o alongamento. Em seguida, a mesma pessoa que estava tocando com as mãos, encosta as costas nas costas da pessoa que está sentada, e descansa ali, dando todo o peso de seu tronco, dentro do limite dado pela pessoa que está sentada. O mesmo deve ser feito com outros alongamentos (com a pessoa sentada com as pernas estendidas e afastadas, e com os joelhos dobrados e os pés se tocando, formando um losango com as pernas abertas e joelhos próximos ao chão). No momento do alongamento, os participantes são instruídos a observarem sua respiração, tentar aprofundá-la e procurarem sentir ou imaginar que o ar e o oxigênio estão sendo levados até o lugar do corpo que está sendo alongado.

Em seguida, cada pessoa individualmente deveria percorrer certo espaço da sala, rolando o corpo no chão tentando fazer esse movimento com a qualidade de uma bexiga cheia de água, estando atento ao peso dos líquidos do interior do corpo e a como esse peso pode ajudar o rolamento, tal como acontece com uma bexiga cheia de água que

impulsionamos para frente e que segue rolando um pouco graças ao *momentum*[47] gerado por este primeiro impulso. Depois de um tempo investigando essa qualidade de movimento no rolamento, as pessoas deveriam se agrupar em duplas novamente, e uma pessoa deveria tentar diferentes formas de subir e descer ao chão, observando a presença do *momentum* na queda, na subida, nos momentos intermediários entre o chão e o nível alto. A outra pessoa da dupla tenta acompanhar o movimento colocando as duas mãos no centro de gravidade[48] (no baixo ventre) da pessoa movente, de modo a ajudá-la a perceber como o peso do corpo se comporta nas quedas e nas subidas.

Em seguida, as duplas poderiam dançar juntas um duo de CI, inicialmente tocando apenas os centros de cada do corpo, depois podendo tocar-se em todo o tronco, e em seguida com o corpo inteiro. Essa última proposta é uma tentativa de ajudar os participantes a perceber as possibilidades de dançar e se movimentar com o corpo inteiro a partir dos movimentos do centro, diferente da movimentação funcional usual, em que partimos da periferia (das mãos, dos membros), ficando o centro em um estado adormecido, recebendo pouca atenção.

---

[47] *Momentum* é um conceito da física clássica, discutido por diferentes autores desde a época bizantina e definido por Isaac Newton pela fórmula **p**=*m*v (onde **p** designa o momentum, *m*, a massa do corpo e v a velocidade), ou seja, trata-se de um vetor de movimento definido pela relação entre massa do corpo em movimento e a velocidade deste corpo. A experiência do *momentum* foi bastante explorada por Steve Paxton no desenvolvimento do Contato Improvisação e segue sendo um aspecto importante da dança, como uma forma de criar movimento diminuindo o uso da força muscular, ou de aproveitar a energia gerada pelo próprio movimento, ao invés de tentar mantê-lo usando a força. O uso do momentum não é um princípio técnico obrigatório, mas se refere a uma atitude de minimização do esforço, bastante valorizada pelos dançarinos de CI, influenciada pelo *Aikido*, e que implica em buscar reconhecer e "pegar carona" em fluxos de movimento já criados, ao invés de tentar controlar a movimentação sempre pela volição e pela força muscular.

[48] "Centro de gravidade" também é um conceito da mecânica clássica ao qual se faz bastante referência no Contato Improvisação. Pode ser definido como o ponto de um corpo ao redor do qual aquele corpo está perfeitamente equilibrado, ou, o ponto exato de suporte do peso daquele corpo. No caso do corpo humano, o centro de gravidade se localiza em geral em algum ponto no interior do abdômen, abaixo do nível do umbigo. Trata-se de um conceito relativamente complexo, mas que se refere a uma experiência bastante concreta: se um corpo está apoiado em alguma coisa que está precisamente abaixo de seu centro de gravidade, ele permanecerá em equilíbrio estável, mas se este corpo estiver apoiado em algo que está um pouco deslocado em relação a seu centro de gravidade, ele tenderá a se mover, a cair. A atenção ao centro de gravidade é bastante importante no contato improvisação, principalmente nos carregamentos e com as quedas no chão, no entanto, ela também está relacionada à herança da forte valorização do centro do corpo como fonte dos movimentos, desenvolvida pelas técnicas da dança moderna, especialmente por Martha Graham.

Relatos dos participantes

“Foi muito bom entrar em contato com o chão e perceber o peso do corpo, as articulações, as tensões.
Achei bem interessante, pensar no saquinho d’água, pois quando pensamos em água, pensamos em fluidez, e parece que os movimentos ficam mais contínuos e o corpo fica também mais fluído.
Percebi que no começo da aula estava com muita dificuldade em me concentrar nos exercícios, mas com o passar do tempo, foi melhorando minha ansiedade, pois tive uma semana bastante agitada.
Agora me sinto, bem mais tranqüila e sinto que alguns pontos que estavam tensos em meu corpo, estão bem mais relaxados. Muito bom!” (A. C.)

“Abertura – expansão – resgate...
Toque – tocando a poeira do chão – poeira de dentro – incômodo? Aspiração!
Tocando o corpo, tocando o outro. Outro chão, outro ser, meu ser. Espaço em mim, espaço fora de mim. Descobrir.
Tocar o incômodo e não olhar – apenas – para ele...além dele.” (R.)

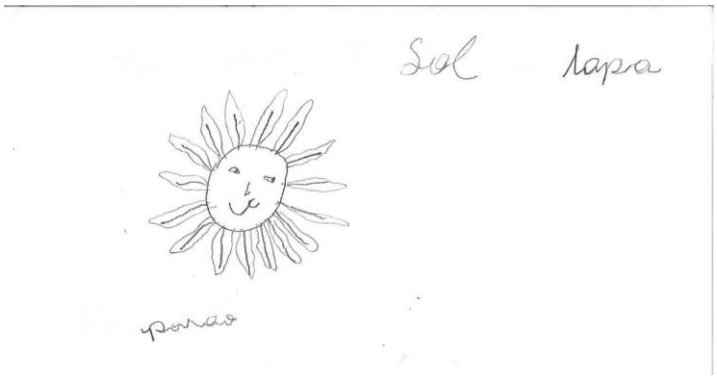
“O que ficou mais presente hoje, foi a importância da sensação/percepção para fluir a partir do centro.
Leve/pesado
Rápido/lento
Dentro/fora
E a necessidade da pausa/do silêncio durante o movimento.” (R. A.)

“Hoje achei o exercício final mais difícil, pois você começa a se atentar a outros detalhes.
Da vez passada havia pensado em várias coisas durante os exercícios, coisas que achei interessante, mas ao final acabei não lembrando delas.
Assim hoje tive uma preocupação, então acho que vou conseguir lembrar.
Comecei a prestar mais atenção, de modo não intencional dos aspectos de peso e equilíbrio, principalmente o primeiro, pois estou com dificuldade quanto ao segundo.

No exercício da bexiga d'água consegui encontrar novos movimentos, e o mais legal foi encontra um que me permitisse sentar pelo próprio peso. É bem legal isso de procurar o jeito.

No exercício de alongamento é legal o outro ajudar, porque você percebe partes mais tensas em você e que pode vir a procurar no outro posteriormente. Você entende melhor como perceber, de que modo elas estarão.

O último exercício foi mais difícil porque você fica pensando em certas coisas, tentando encontrar, são muitos "será". Então às vezes falta o equilíbrio aí o movimento se perde, não tem mais continuidade, é preciso recomeçar." (D. C.)



"Um dia de sol na lapa. É o povão" (C. G. O. texto com imagem acima)

4ª oficina: 13/08/2010

Número de participantes: 6 (incluindo duas estagiárias e uma terapeuta ocupacional do PACTO)

Resumo da proposta: massagem das costas com atenção às articulações e espaços entre os ossos; manipulação dos membros explorando a extensão de movimentos possíveis para cada articulação; mover-se (improvisar) individualmente "escutando" articulações do corpo todo; mover-se com o outro procurando ocupar os espaços deixados por seu movimento (inicialmente sem contato pele a pele e depois com contato).

Descrição da oficina:

Neste dia, iniciamos com uma massagem em duplas, em que uma pessoa tocava as costas da outra, procurando tocar e sentir os espaços entre os ossos (entre as vértebras, costelas, etc.). A atenção a estes espaços é um elemento bastante importante na dança, pois a abertura de espaço entre os ossos implica (segundo constatado por vários métodos de ensino e prática de dança contemporânea) em abertura de possibilidades de movimentação, e em maior lubrificação das articulações, o que pode oferecer uma riqueza enorme de sensações e de caminhos vislumbrados durante a improvisação.

Em seguida, mantendo essa linha de pensamento ligada à abertura de espaço e à exploração das articulações, pedimos que uma pessoa da dupla deitasse no chão, se mantivesse o mais possível relaxada, enquanto a outra manipularia cada um de seus membros, pesquisando as possibilidades de movimento de suas articulações (a ajudando quem está sendo manipulado a atentar para essas possibilidades, ao mesmo tempo em que recebe uma lubrificação maior das articulações, já que o líquido sinovial é produzido pelo próprio movimento da articulação). Esse trabalho pode permitir uma pesquisa e uma atenção à riqueza de matizes de movimento de cada articulação (e suas combinações), e também a experiência de mover-se sem deliberação, de ser movido, de deixar o movimento passar pelo corpo e acontecer, confiando na possibilidade de não controlá-lo, o que costuma ser bastante desafiador, e bastante importante para a improvisação.

Seguindo essa pesquisa, pedimos que cada um buscasse mover-se individualmente, seguindo essa qualidade de as articulações sendo movidas pelo outro, buscando o que já constitui uma improvisação em solo, com o foco nas possibilidades de movimento das articulações e em suas necessidades – buscando escutar o que elas pedem, o que sensorialmente vai parecendo ser mais prazeroso ou mais necessário, para soltar o movimento, ampliá-lo, etc.

Por fim, introduzimos a possibilidade de uma improvisação com o outro, em que a atenção aos movimentos articulares próprios coexiste e se enriquece pela atenção aos movimentos do outro (e às possibilidades que este manifesta), e ao espaço *sui generis criado* pela movimentação de cada corpo.

Relatos dos participantes

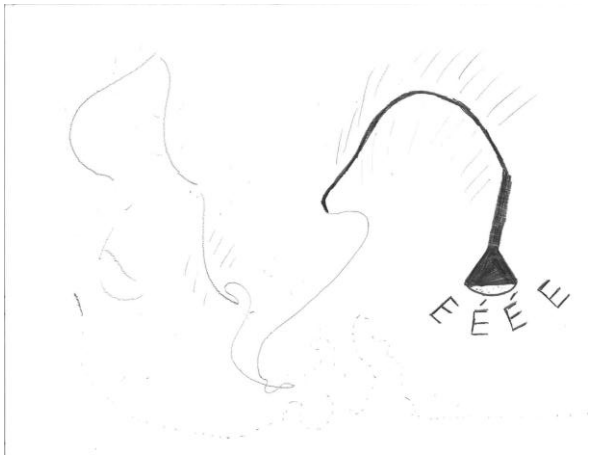
“Este primeiro momento da oficina nos oferece uma melhor compreensão de como podemos estar usando, ouvindo e explorando nosso corpo. Coisa que na maioria das vezes não imaginamos as muitas coisas incríveis que podemos usufluir e até mesmo está conhecendo a nós mesmos, nossos limites.
Percebi bem mais de mim e das minhas possibilidades de expressão corporal.” (R. M.)

“A necessidade de controle, que deve vir do hábito, do jeito que estamos acostumados a buscar domínios, deixa difícil a tarefa de ouvir outras coisas que não o pensamento prescrito/aprendido.
Parece místico e até louco considerar que as “articulações falam”. Não deixa de ser uma metáfora, e poder transformar isto numa experiência corporal, num pensamento sensível exige muita disponibilidade e repetição.
Eu controlei muito mais do que deixei ser levada pelo meu corpo. O contágio do movimento dos outros ajuda.
É bonito estar misturado com outros corpos se mexendo.” (E. I.)

“Senti muito calor no contato com o outro!
A troca de calor foi muito intensa, fazendo com que as partes do corpo tocadas ficassem mais quente que o restante.
O corpo foi levado a se mover e com isso realizou movimentos fora do costume, o que ocasionou estralos e maior percepção da articulação em movimento.
Foi difícil escutar o corpo e perceber qual seria o próximo movimento.” (O. I. R.)

“Tensão, Oxigênio, Relaxamento
Eu gostei porque eu estava tensa
é impressionante a força do pensar
o professor só [falou] para mim imaginar o oxigênio indo até o lado que estava tenso e fiquei logo aliviada.” (C. G. O.)

“O primeiro exercício facilitou a escuta das articulações, mas durante o exercício com a dupla, onde devíamos “ocupar espaços” no outro, foi mais difícil prestar atenção nessa escuta, pois havia a atenção que deve ser dada ao corpo do outro.
Durante essa escuta individual, pude perceber que minha articulação da coluna e quadris pediam mais movimento que as demais. Creio que por falta de movimento no dia a dia.
Ao final do exercício em dupla, senti meu corpo e articulações mais vivos. E calor!” (J. C. L.)



(M.)

5ª oficina: **20/08/2010**

Número de participantes: 7 (incluindo duas estagiárias do PACTO)
Resumo da proposta: alongamento em duplas; exploração individual (no contato com o chão) das diferenças entre rolamentos e deslizamentos; exploração de rolamentos e deslizamentos no contato com outro corpo.

Descrição da oficina:

Neste dia, como também em oficinas anteriores, chegaram algumas pessoas que não haviam vindo antes, duas delas funcionárias de uma UBS da Zona Oeste de São Paulo, que estavam visitando a oficina com o objetivo de conhecê-la a fim de tentar trazer a ela uma equipe de agentes comunitários para participar sempre – o que acabou não acontecendo, segundo as funcionárias, porque nenhum deles se dispôs a se deslocar para “tão longe” todas as sextas-feiras (a UBS ficava em um bairro periférico, um tanto distante do bairro onde aconteciam as oficinas). Pela presença dessas pessoas novas,

começamos conversando sobre o trabalho (de fato, havíamos começado limpando o chão, como sempre fazíamos, o que já foi um motivo de surpresa e talvez algum estranhamento), os objetivos, a estrutura da oficina, etc.

Em seguida, fizemos um alongamento em duplas (um tipo de alongamento da coluna vertebral e da musculatura da perna que repetimos algumas vezes): uma pessoa deveria girar a articulação do pescoço, enquanto a outra começava observando esse movimento e sentido se algum toque poderia ajudar a pessoa sentada a soltar mais sua musculatura do pescoço e ombros; em seguida, a pessoa sentada estendia as pernas e tentava inclinar o tronco em direção das pernas esticadas, e a outra pessoa deveria tocar suas costas, transferindo peso, de modo a ajudar para que o alongamento não fosse feito pela força do tronco em direção às pernas, mas acontecesse devido ao efeito do próprio peso do corpo, que se manteria relaxado; depois, a mesma coisa seria feita, porém com a pessoa sentada com pernas abertas, e depois com as pernas dobradas, os joelhos direcionados para fora e os pés se tocando. O toque da outra pessoa começava como uma transferência de peso pelas mãos, e seguia até chegar a um ponto que essa pessoa poderia se recostar nas costas de quem estava alongando, transferindo todo o peso de seu tronco.

Em seguida, passamos para uma exploração individual, com movimentos feitos rente ao chão, das diferenças entre o rolamento e o deslizamento: num rolamento de um corpo no outro (ou de um corpo no chão, que funciona aqui como outro corpo), um dos corpos precisa estar fixo (oferecendo uma superfície de deslocamento) para que o outro corpo role e se desloque, enquanto que no deslizamento, os corpos se deslocam em vetores opostos, gerando um atrito, que pode ser bem sutil ou bem intenso (quase como uma força de resistência ao movimento).

No momento do rolamento foi pedido que os participantes começassem rolando com os membros estendidos, mas depois dobrassem os membros, usando-os como obstáculos sobre os quais seguir rolando, tentando tornar esse rolamento sobre o obstáculo o mais fluido e relaxado possível. Além disso, pedimos que todos observassem como se inicia um rolamento (geralmente alguma parte do corpo precisa empurrar o chão, para que o movimento comece, ou então alguma parte do corpo precisa projetar-se no espaço, “puxando” o resto do corpo).

Na pesquisa do deslizamento, pedimos que todos tentassem encostar partes da pele que geralmente não encostam no chão (o que também amplia possibilidades de movimento, e abre as articulações).

Em seguida, pedimos que todos continuassem essa mesma pesquisa iniciada no contato com o chão, mas agora no contato com outro corpo, podendo acontecer no nível baixo (perto do chão), ou médio (com corpos quase sentados, agachados, engatinhando), ou alto (com corpos em pé).

Na conversa que fizemos ao final da oficina, foi interessante a diversidade de relatos e de experiências compartilhadas: um participante conta ter sentido "um orgasmo de alma" ("nunca fui tocado assim na minha vida"); outra pessoa já enfatizou bastante as dificuldades de tocar o outro (por pudor, receio, dúvida sobre o que o outro estaria pensando ou sentindo, etc.); outra ainda se lembrou de brincadeiras de infância, evocadas pelos rolamentos; outra, conta se deparou com limites de seu corpo, já que estava disfrutando muito dos rolamentos, mas começou também a sentir náuseas por causa deles e teve de parar um pouco a movimentação.

Uma participante usuária do CAPS vinha trazendo diferentes questões nas conversas desde outras oficinas. Na oficina anterior, ela disse que estava com uma dor perto dos ísquios (não nomeou esta parte do corpo, mas a apontou), e durante o alongamento em duplas ela reclamara desta dor. Eu lhe havia sugerido, ainda nesse momento, que ela prestasse atenção à respiração e imaginasse que estava levando o oxigênio até o lugar que estava doendo, ao que ela reagiu impressionada, dizendo que a dor passou (quase como um típico fenômeno de sugestão).

Neste encontro, ela trouxe o tema das "energias negativas". Disse que estava lendo o livro "Misticismo à luz da ciência" e que sentia que as oficinas trabalhavam muito libertando-a de energias negativas, que ela captava pois circulava por ambientes "muito carregados". Além disso, ela fala que as articulações são lugares do corpo que concentram mais energias negativas e que sente ser bom trabalhar com elas, como forma de descarregar.

Além disso, nas conversas em grupo, ela sempre se colocava bastante atenta, respondendo aos relatos com atravessamentos muito interessantes. Por exemplo, em um momento em que alguém disse que não sabia por que estava fazendo uma determinada coisa na vida, ela disse que tudo o que fazemos na vida de algum modo nos transforma e que sempre se mostra necessário em algum momento inesperado.

Relatos dos participantes:

“Primeiro Encontro
Em um primeiro momento você pede licença para tocar o outro, um ser desconhecido, em que não sabemos como irá reagir à aproximação, por mais que esteja aberto à experiência.
Depois que se toca e se transpõe uma barreira, agora é hora de encontrar o limite do outro, “até onde posso ir?”, “ele irá sentir dor?”. E aí você pergunta, ou melhor, diz “se doer fala, ok!”. Estabelece-se o diálogo que tranqüiliza. Explora o outro no limite do que é possível a você e a ele e abre-se novos caminhos e possibilidades.” (A. M. A.)

“Misticismo a luz da ciência
Misticismo e ciência combinam?
Energias/pontes energéticas no corpo.” (C. G. O.)

“Meu corpo é um espaço desconhecido para mim.
Eu achava que conhecia o meu corpo, mas na verdade não o conheço. Os alongamentos provocaram dores lombares, embora essas dores eu conheça bem. Rolar no chão é muito bom. Gostei tanto que exagerei e o movimento de rolar rapidamente provocou tonturas e enjôo.
Queria rolar mais, mas o enjôo não deixou.
O chão, ficar na horizontal, em contato com o solo é uma sensação boa, de firmeza.
Deslizar no chão também. Parece que memórias antigas de bebê vem à tona. Mas o corpo não aceita ainda alguns movimentos e reage a ele, a esses movimentos, com o enjôo, a náusea.
Deslizar sobre o corpo de outra pessoa é uma sensação boa, gostosa. O corpo da outra pessoa é macio ao toque e acalmou a náusea, o corpo foi ficando quieto e se acostumando aos nossos movimentos.” (M. I. M.)

“O encontro de hoje me fez sentir o ritmo ditado pelo corpo do outro; reconhecer esse ritmo no próprio corpo, desejar outros desenhos de contato tocar o chão, a roupa do outro bem como sua pele me fez perceber as diferentes texturas a que meu corpo se

entendia. A tensão do meu corpo vazou para o chão no momento do alongamento. No rolar lembranças da infância me vieram a mente, e recordei do cheiro da terra e do mato da pequena cidade em que nasci. Os movimentos do corpo proporcionaram uma deliciosa viagem a minha mente.” (M.)

“O contato dessa vez foi mais fluído.
Os exercícios anteriores (de rolar e deslizar) ajudaram no momento de sentir os movimentos com o outro.
Estou percebendo formas de me movimentar nas possibilidades do meu corpo, sem forçá-lo; como ficou claro no alongamento. No momento que deixei meu corpo se alongar foi mais gostoso e senti que alongou mais.
CHÃO - continuação do corpo – outro também” (O. I. R., texto com imagem acima)

“Sensação quase que indescritível. Engraçado como a gente pensa que sabe, se a gente não sabe, inventa. Me chamo M., tenho 23 anos (completei sexta-feira 13, passada), nasci em Arapiraca – AL, sempre achei que conhecia o corpo humano, mas, só sei que nada sei. Vejo que não conheço nem o meu próprio corpo, depois de hoje tive essa confirmação.
Mas, voltando ao nosso exercício, foi uma coisa sublime. Talvez por minha parceira ter se entregado e confiado em mim, nunca tinha tocado e sido também tão tocado assim. Fantástico!
Algo como um gozo, um orgasmo, um clímax da alma.
Só posso agradecê-lo pela experiência.” (M. A. S.)

“Já fazia mais de um mês que eu não dançava contato - improvisação, estava meio ansiosa para dançar novamente. Foi meio que uma redescoberta de como usar o corpo. Me senti muito empolgada quando começamos o exercício de rolar pelo chão, deu uma acordada nos músculos, especialmente os perto do quadril.
Ao final da aula sinto-me mais quente, minhas mãos suam, minha pele está maIs quente. Sinto a respiração mais branda e profunda, como se tudo estivesse em ordem.

Percebi também que no último exercício (rolar e deslizar com o parceiro) eu não escutava muito meu parceiro; queria muito impor certos movimentos, tentar fazer coisas que já havia experienciado em outras danças de contato. Algumas vezes eu percebia essa minha não-escuta e diminuía meu ritmo para poder escutar. Foi um exercício um pouco difícil, havia uma luta entre escuta e não-escuta." (C. F.)

6ª oficina: 27/08/2010

Número de participantes: 8 (incluindo estagiárias)
Resumo da proposta: alongamento em duplas, em pé, usando contrapesos dados pelo corpo do outro; exercícios de preparação para o "surfe", e exercício de "surfe" (mover-se sobre uma pessoa que está rolando no chão, aproveitando seu rolamento)

Descrição da oficina:

Começamos com um exercício em duplas, em que os dois dão-se as mãos, estando em pé, e alongam o corpo usando o contrapeso dado pelo peso do outro (primeiro, os dois se inclinariam para trás, deixando o corpo reto, e sentindo o efeito do peso do outro, jogado na direção oposta, como o a força que lhe impede de cair; depois ambos jogariam os quadris para trás, deixando as cabeças relaxarem, para alongar as pernas, também usando o contrapeso, ao invés da força muscular; em seguida, ambos jogariam as cabeças para trás, curvando o tronco para frente, alongando toda a musculatura frontal (ventral) do corpo). Depois desse alongamento com posturas definidas, as duplas poderiam improvisar outras possibilidades de alongamento usando o contrapeso do outro.

Em seguida, pedimos que todos deitassem no chão, e voltassem a explorar os rolamentos no chão, como na aula anterior. Depois, ficamos lado a lado em uma parede, e duas pessoas de cada vez atravessavam a sala, observando seu rolamento, de que maneira se inicia, o que faz o corpo rolar, etc. (e as outras também poderiam observar esse rolamento). Em seguida, fizemos, em duplas, alguns exercícios de preparação para o chamado "surfe". O primeiro exercício era que uma pessoa role no chão, e a outra pessoa, posicionada transversalmente, mantenha as mãos fixas em seu centro, deixando que este role, deslizando em suas mãos. Depois disso, essa mesma pessoa tenta criar uma força oposta à direção do rolamento, e em seguida, a dupla passa ao "surfe": uma

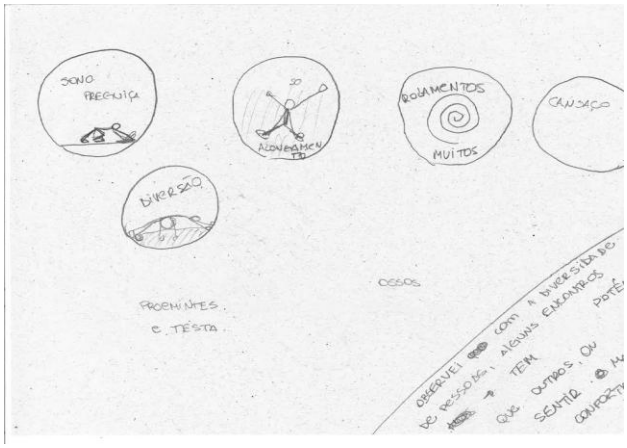
pessoa rola no chão (com o corpo rolando em torno do eixo que o corta da cabeça aos pés), e a outra pessoa, começa pondo seu peso no corpo do rolador, pelo contato das mãos, e deslizando passando a cabeça, tronco e pernas, usando quem está rolando em baixo como uma onda sobre a qual se pode surfar.

Nesse dia, uma das estagiárias ficou enjoada com os rolamentos e foi ao banheiro vomitar. Ela disse que isso foi bom e que sentiu que estava "pondo para fora" toda a raiva e o sentimento de injustiça que ela teve com acontecimentos pessoais que vivera naquela semana.

C. G. O., a participante usuária do CAPS, chegou atrasada, somente no exercício do surfe, que ela parece ter desfrutado muito. Começou a cantar uma música do Lulu Santos ("Garota eu vou pra Califórnia"), e na conversa trouxe brevemente um relato de que tem uma relação difícil com a mãe, mas não aprofundamos muito isso.

Relatos dos participantes

"Nas aulas de trabalho corporais na faculdade já ouvia "quando a gente mexe com o corpo algo sai". E saiu a dor, saiu a tensão, a angústia, a raiva, a indignação, acumuladas em uma semana agitada, tumultuada, louca!!! E um simples rolar desencadeou uma cascata de emoções. Diante de tantas energias ruins, encontros ruins, o corpo sentiu-se confortável para expulsar o que desconforta; foi acolhido nesse espaço quente com seus ruídos, encontrou uma brecha no caos cotidiano para extravasar, transbordar – um pouco de ar, senão eu sufoco!!! – Agora, o corpo respira." (M.)



"Algumas dores nos pontos que os ossos são mais proemintes. Algumas batidas no ísquio, cotovelo e testa.

Observei com a diversidade de pessoas, alguns encontros tem mais potência que outros, onde pude me sentir mais confortável.” (O. I. R.)

“Minha experiência de hoje, o contato com o corpo me proporcionou algo muito bom que foi perceber que mesmo tendo o corpo acima do peso ideal, consegui fazer atividades que despertaram o quanto ele pode ser trabalhado e senti como se aquele peso não existisse, o modo como respiramos o introsamento com o outro tudo isso foi muito bom para que eu venha me empenhar a cada dia mais, a conhecer meu corpo e o que ele pode fazer.” (V. G.)

“Eu percebi uma certa tristesa na minha mãe ou era cansaço
Ela é muito brava e exigente nós brigamos muito mas eu a amo e as vezes tenho uma dó dela.
Como dizia Renato Russo seus pais são uma criança como você.” (C. G. O.)
“Bom como primeira aula, posso dizer que adorei, pois é mais uma forma de conhecer e explorar meu corpo e meus movimentos.
Sempre tive vontade de fazer uma aula desse tipo, mas não tive oportunidade, infelizmente não poderei estar todas as sextas, mas quando estiver vou procurar fazer sempre o melhor, principalmente porque tenho um objetivo, por isso estou aqui.
Para essa aula mesmo sendo a primeira dou nota 10.
Espero que esta aula não tenha fim e que aumente o tempo de aula, pois foi muito curto e passou rápido de mais.” (M. C.)

“Como da última vez, hoje foi ótimo.
Me sinto muito bem com toda essa forma de agir: improvisando, interagindo, tocando, sendo tocado.
Depois da sexta passada, comecei andar sem usar tênis, só uso sandália agora. Me sinto muito menos tenso, menos preocupado. Afinal, pré-ocupação não adianta nada.
Obrigado.” (M. A.)

“Meu corpo todo está mais quente e meio pulsante, especialmente as mãos. Estas estão suadas, o que não é muito comum de acontecer.
Nossa, estou com muito calor. A região sacral está quente, pulsando.

Houve um momento, ao final da dança em dupla, em que a minha respiração e a respiração da minha parceira se tornaram uma só. Foi um breve momento, depois passou.

Fazer o surfe foi muito divertido; ser a onda e a prancha necessitava de uma escuta tanto do meu corpo como do outro. 'Será que eu agüento o peso assim? Mas, e se eu usar o quadril desse jeito?'" (C. F.)

7ª oficina: 03/09/2010

Número de participantes: 11 (incluindo estagiárias)

Resumo da proposta: observar o corpo estando deitado e relaxado; rolamento com a qualidade da "bexiga d'água"; subir e descer ao chão usando movimentos em espiral; exercício da "árvore" (uma pessoa fica em pé, enraizada no chão e a outra se move em contato com esta, como se subisse em uma árvore, mas sem subir realmente); carregamentos com a pessoa de apoio sem se mover, com joelhos, pernas e mãos no chão; duos de CI finais.

Descrição da oficina

Começamos deitando no chão e procurando o corpo nessa posição de repouso (o peso, a respiração, a sensação do corpo no chão, etc.). Em seguida, cada um deveria tentar rolar no chão buscando a qualidade de uma "bexiga cheia d'água" (imagem já usada em dias anteriores, como modo de atenção ao movimento que segue o *momentum*),

Depois, a proposta era tentar subir ao nível alto (em pé) e voltar ao chão, tentando fazer disso um movimento espiralado e não um movimento linear, o que implica tentar seguir os fluxos de energia e o *momentum*, ao invés de se basear principalmente na força muscular para contrabalançar a gravidade.

Em seguida, em duplas, fizemos um exercício em que uma pessoa fica em pé, bem enraizada no chão, e a outra pessoa pode deslizar pelo seu corpo, subindo e descendo até o chão, buscando os apoios que ela encontra nesse corpo em pé (a qualidade desse deslizamento pode variar da sutileza de uma nuvem passando por uma montanha até uma aderência maior, como um animal subindo em uma árvore). Esse

exercício é um desdobramento da pesquisa sobre os deslizamentos e também uma preparação para as possibilidades de carregamento.

Depois, fizemos uma proposta parecida, mas as pessoas que estariam paradas deveriam ficar com os quatro apoios no chão (mãos e pés), numa posição de mesa de quatro pés (ou banquinho), e as outras deveriam explorar possibilidades de se manterem carregadas pelo corpo parado, e de descerem ao chão, deslizando por esse corpo.

Por fim, abrimos espaço para os duos de CI.

Essa foi uma oficina especialmente difícil, em primeiro lugar porque chegaram duas novas participantes do CAPS, pouco familiarizadas com as propostas, e que pediam bastante atenção sempre. Ambas se mostraram muito animadas desde a chegada (chegaram depois de a oficina já ter começado). M. D. começou dizendo que não sabia dançar, ao que eu respondi que nessa dança cada um dançaria de sua maneira e não aprenderíamos passos.

Quando pedi para que todos deitassem no chão, a mesma M. D. ficou com o corpo muito tenso, dizendo que não estava se sentindo bem, não conseguia respirar. Pediu para que eu ficasse perto dela. Eu segurei sua mão e fui dizendo que eu podia ver que ela estava respirando, e ela foi se acalmando. Pedi para ela tentar encostar o corpo o mais possível no chão e só observar como estava a respiração. Ela foi se tranqüilizando até conseguir fechar os olhos. Pedi para a estagiária Olívia ficar mais perto dela e acompanhá-la na aula.

A outra usuária do CAPS que havia chegado também ficou bastante tensa ao deitar no chão, dizendo que estava com falta de ar e que precisava sair um pouco para tomar ar. Pedi também para a Marcela, outra estagiária, acompanhá-la.

Enquanto isso, eu tentei seguir também com a seqüência da aula para as outras pessoas que haviam chegado desde o começo, incluindo C., a outra usuária do CAPS, que já vinha vindo antes. Uma delas relatou achar difícil fazer movimentos em espiral, e eu tentei mostrar-lhe uma maneira, para ela experimentar. Depois, senti que fui bastante precipitado, tentando oferecer uma solução para um problema que eu nem havia identificado precisamente, e que talvez tivesse sido encaminhado pela própria participante, sem nenhuma sugestão de minha parte.

Depois disso ainda, chegaram, já no meio da aula, outras cinco pessoas, uma terapeuta ocupacional coordenadora de um grupo que estava para se desfazer, e que fora conhecer a oficina pensando se ela poderia ser um espaço para indicar aos membros de

seu grupo (a maioria senhoras idosas), duas estagiárias vindas com ela, e mais duas participantes que chegaram espontaneamente, mas não havia até aquele momento encontrado o lugar da oficina dentro do Tendal.

Tentei mostrar a elas quais foram os exercícios iniciais, e em que momento da aula estávamos, para que elas pudessem fazê-los um pouco e então seguir de onde já estávamos.

No momento do exercício em que algumas pessoas estariam de pé (como árvores) e as outras deslizariam em seus corpos, reuni todos os participantes e fizemos juntos esse exercício e o seguinte (os carregamentos com a postura de "mesa"). M. D. me pediu para que eu fizesse com ela esse último exercício, e o fizemos juntos. Fiquei bastante surpreso de ela, que havia começado a aula com muita dificuldade de deitar no chão, tê-lo feito muito bem, com o corpo relaxado, pesquisando realmente possibilidades de subir e descer usando apoios do meu corpo, sem ir ao chão bruscamente, mas usando os deslizamentos. Também conseguiu oferecer um apoio muito estável para que eu subisse e descesse, e pediu para repetirmos o exercício algumas vezes.

Nesse ínterim, soaram várias músicas bem altas, de uma apresentação do grupo de circo que estava treinando ao lado.

Ao final, também participei dos duos de CI, fazendo duplas com uma das estagiárias.

A grande dificuldade deste dia foi dar conta da enorme variedade de demandas das pessoas, e do fato de elas terem chegado depois de a oficina já ter começado. Além disso, a solução de as estagiárias acompanharem as usuárias do CAPS mais de perto e mais exclusivamente, ao passo que garantiu que aula pudesse seguir acontecendo (já que estas demandaram, sem esse acompanhamento, uma atenção exclusiva e constante de minha parte), retirou-as de um lugar de participantes-observadoras (que parecia ser o lugar ocupado por elas até então), para um lugar muito similar ao de um acompanhante terapêutico temporário, o que foi sentido com incômodo e como uma carga de responsabilidade inadequada para elas. Além disso, a abertura dessa possibilidade de um lugar de acompanhante, ao mesmo tempo em que foi rechaçada de início, parece ter oferecido um refúgio, um lugar mais aparentemente profissional, útil, de ajuda, que delimitava um função e as protegia de certo modo das angústias do lugar cheio de indeterminações que elas tinham antes. Isso, ao que parece, teve desdobramentos na

relação que Marcela desenvolveu com M. D., uma relação muito intensa afetivamente, povoada por incômodos, angústias, transferências massivas, etc., como examinaremos adiante.

As dificuldades desse dia também se apresentaram como um quase divisor de águas para mim. Desse dia em diante, já ficou cada vez mais difícil atravessar a sensação de não ter pontos de ancoragem. Sentia que a cada aula sempre chegariam pessoas novas (como de fato aconteceu), assim como sempre algumas pessoas deixariam de vir definitivamente (o que também aconteceu), e não conseguiríamos constituir um grupo com uma continuidade maior, em que ao menos algumas pessoas ficassem até o final do trabalho. Além disso, a sensação de inadequação do espaço (os ruídos, o trabalho de limpar o chão a cada vez, etc.), e de instabilidade da aula (com as pessoas chegando a qualquer momento dela), começaram a se tornar um peso que ofuscava meu desejo de seguir "improvisando", levando em conta o inesperado e sustentando a proposta. Sentia que essa improvisação, como toda improvisação, precisava de pontos de ancoragem, pontos de confiabilidade e de segurança (como é o chão para o dançarino de CI), que me pareciam demasiado cambiantes ou ausentes. Foi um momento bastante angustiante, e dele em diante, até a pausa que fizemos nas oficinas para que eu viajasse a Buenos Aires para um encontro de CI, eu comecei a desvalorizar muito minha capacidade de coordenar as oficinas e o potencial daquele espaço, que já me parecia esterilizado pelas dificuldades.

Relatos dos participantes

"Esse momento revivido foi uma das minhas melhores experiências vividas, saiba que essa experiência vai me ajudar muito no dia a dia.
Agradeço pela atenção que querida Marcela me deu.
Deus abençoe a todos.
Beijos." (F. A.)

"Hoje o meu corpo estava muito estranho, meio sensível ao toque do outro, eu acho. Também estava irritada e com sono, isso mexeu com o meu modo de estar na aula.

O início foi muito difícil, mas aos poucos foi se tornando mais fácil e menos desprazeroso. Foi ficando melhor, ficando mais confortável para me sentir e sentir o outro.
Gostei muito de sentir o peso do corpo do outro sobre o meu; dependendo da pessoa parecia uma espécie de massagem.
Houve um encontro em que senti muito calor. Houve um encontro que não foi gostoso de dançar e que só na hora da despedida com essa pessoa que foi bom.
Hoje foi diferente também porque havia mais pessoas, dancei com pessoas com as quais não estava acostumada.
Foi uma aula bem diversificada." (C. F.)

"E o corpo clama por cuidado. No fluxo de suas alegrias e tristezas, sabores e dissabores, medos e angústias ele pede um pouco de possível! E vem a inconstância, o choro, o riso, a vontade de experimentar todo e qualquer espaço sem, contudo, habitá-lo. Sentir o lugar, apalpar a terra, perceber onde plantar sementes, criar raízes, gerar frutos. Essa é a marca que fica. Acompanhar o outro e gerar encontros (entre copos, entre mundos, entre os mais diferentes modos de vida)." (M.)

"Comecei o trabalho com um ritmo mais acelerado, mas no final consegui manter o movimento mais calmo e mais harmonioso. Outra diferença que percebi, do começo para o final, foi que fiquei mais à vontade com a dupla.
A música que tocava na aula ao lado ajudou muito na minha improvisação.
Meu joelho incomodou muito na hora do exercício que imitava uma mesa (o professor comentou que eu devo ter ficado mal posicionada).
No geral, fui me sentindo cada vez melhor no decorrer do trabalho. Foi muito bom o contato corporal: sentir o corpo no chão (mesmo sujo), o contato com (as) parceiras. E o andamento da aula." (S.)

"A experiência de hoje me colocou em outro lugar (de acompanhamento). Este lugar proporcionou uma vivência em que o meu pensar, agir e estar estavam muito mais voltados à experiência do outro; o que não impediu de perceber o meu corpo em contato com o outro.

Foi bem forte ver como o corpo responde ao contato e ao movimento, e como ele vai se transformando com estas experiências.
Foi de um corpo duro para um corpo em relação e muito ativo e forte.” (O. I. R.)

“Infelizmente não participei ativamente do processo hoje, mas observei...A observação também é importante e creio ser essencial, pois “aguçou” meu olhar. Foi bonito ver! Senti-me envolvida e contagiada a participar, mas não “preparada” e à vontade, mas apenas observar com certeza valeu muito a pena!” (R.)

“Eu estou meio indisposta para levantar. Acho que isso é da gripe ou a depressão. Porque eu li no livro que as pessoas depressivas não são dispostas que nem as outras elas tem dificuldades até para levantar.
Nessa aula de hoje assim que a aula ia passando desenrolava um pouco do meu problema eu estou com medo do bulling aconteceu comigo novamente eu peço ao Senhor Jesus Cristo que não deixe isso acontecer.
Eu vi uns fluidos pretos saindo de mim.” (C. G. O.)

“Eu gostei muito desse grupo
Dança fico marcado no meu penssamento
Eu quero participar com bastante tempo
Obrigado pela atenção foi divertido” (M. D.)

“Massagear-se junto ao chão. O chão dar-te carinho.
Experimentar a si mesmo. Usar o outro. Até a natureza colabora. Havia uma árvore em mim e depois comigo. Da planta fez-se uma mesa. Sustentação. Carregar alguém, assim como a natureza nos carrega.
Por fim, usar tudo que te derão junto a outro alguém. Usar as músicas e sons alheios.
‘Conversar sem palavras’.” (T. I.)

“Pude perceber o quanto meus movimentos corporais são retos, meio robotizados. Com esta atividade percebi que aos poucos estes movimentos ficaram mais delicados, mais leves.

No início percebi também a rapidez com que meu corpo se movimentava, e isso me fez mal, então fui "obrigada" pela mente a relaxar e prestar mais atenção no movimento, ficando então mais leve, flexível.
Ótimos exercícios para consciência corporal." (M. V. S.)

"Inicialmente contato e cautela
Cautela com meu próprio corpo
Cautela com o corpo do outro
Investigação de limites, de possibilidades e trajetos para o corpo
Percorrer o espaço
O contato é a referência
Suporte para o gesto acontecer
Discriminação/Indiscriminação
Fluido" (R.)

8ª oficina: **10/09/2010**

Número de participantes: 7 (incluindo estagiárias)
Resumo da proposta: manipulação em trios (uma pessoa deitada, outra manipula seu braço esquerdo e a terceira manipula sua perna direita, depois vice-versa); duos de CI.

Descrição da oficina

Começamos com uma manipulação feita em trios: uma pessoa fica deitada, outra pessoa manipula seu braço (por exemplo, o direito), e uma terceira manipula sua perna, do lado oposto (por exemplo, o esquerdo). Depois os lados são trocados, até que os quatro membros tenham sido manipulados.

A manipulação começa com um toque apenas no nível da pele, bem suave; depois, passa a um toque no nível da musculatura e do tecido conjuntivo, e ao final devem ser tocados, na medida do possível, os ossos. Por fim, os membros de cada lado do corpo, em oposição, devem ser puxados para fora do corpo, e depois empurrados em direção ao centro de corpo, em vetores que se cruzam imaginariamente no centro do corpo.

O objetivo dessa proposta é criar atenção às diagonais sobre as quais se baseia o movimento. Nosso movimento, de andar, por exemplo, tende a ocorrer com base em diagonais e combinações heterolaterais, isto é, quando caminhamos, ao levar a perna esquerda para frente, levamos também o braço direito para frente (e não o braço esquerdo, homolateral), já que o movimento de ambos os membros depende de uma torção do tronco, que os conecta, e permite o andar. Essa relação entre diagonais, heterolateralidade, e o movimento do tronco nos permite explorar os movimentos em espiral, que tornam possível subir e descer ao chão de maneira mais fluída e menos baseada na força muscular.

Demoramo-nos bastante nessa proposta, até que todos tivessem tido seus membros manipulados, e o tempo da aula foi quase todo ocupado. Depois dela, eu havia planejado seguir com exercícios sobre os movimentos em espiral, mas acabamos fazendo duos livres de CI.

Relatos dos participantes

"Cheguei muito atrasada, então tive a sensação de falta, achei pouco.
Mas quanto ao outro encontro, foi muito favorável pois ao sair daqui percebi que minha tendinite do ombro esquerdo havia cessado.
Hoje também foi bom, estive num ritmo mais calmo e senti meus movimentos mais harmoniosos." (S.)

"Senti partes diferentes do corpo quando estava sendo tocada, no simples toque, músculo ou nos ossos eu prestava mais atenção aos toques do lado direito, sentia mais percebendo essa tendência, passei a dar mais atenção a manipulação do lado esquerdo também.
Conheci mais os ossos e sua forma." (G. D.)

"Eu achei muito bom essa dança
Me sinto muito bem durmo legal
Meu corpo se sente bem
Eu quero ficar até novembro." (M. D.)

“Hoje achei um momento de cuidado com meu corpo e com o próximo, momento de transmissão de coisas boas e principalmente entrega, desprendimento de coisas que nos bloqueiam.” (A. N.)

“Conhecimento do corpo, movimentos
Consciência de espaço
Superação
Passar por cima do ridículo.” (J.)

9ª oficina: 17/09/2010

Número de participantes: 7 (incluindo estagiárias)
Resumo da proposta: deitar no chão e sentir a presença do corpo, primeiro a partir de um pequeno ponto no centro do corpo e ir ampliando essa atenção até chegar à superfície do corpo todo (a pele); mover-se deslizando pelo chão, registrando a sensação do contato com o chão e tentando tocá-lo com toda a extensão da pele; toque do contorno lateral do corpo; toque costas com costas (encostar e depois ficar próximo sem encostar, tentando sentir a proximidade do outro corpo); todos divididos em dois grupos, um grupo fica parado em pé de olhos fechados e o outro grupo circula pelo espaço e dá toques breves de diferentes qualidades, às pessoas que estão em pé; exercícios de conduzir o outro estando este de olhos fechados; duo de CI com foco nas sensações da pele.

Descrição da oficina

Começamos pedindo que todos deitassem no chão, com olhos fechados, e sentissem atentamente o corpo, começando por levar a atenção para um ponto imaginário bem dentro do abdômen, onde seria o centro de gravidade do corpo, e ir ampliando atenção incluindo paulatinamente as sensações de cada uma das vísceras, dos ossos, dos músculos, etc. até chegar à pele, e sentir as sensações em cada região da pele, as trocas com o ambiente, as diferenças de temperatura, as sensações táteis do contato com chão, com as roupas, o ar, etc.

Esse exercício introduziu o tema que iríamos focar nesta oficina, a saber, a pele, e sua comunicação com o interior do corpo e com a movimentação.

Depois dele, pedimos que todos se movessem, começando lentamente, deslizando a pele no chão, tentando tocá-lo com toda a extensão da pele, incluindo lugares que geralmente não tocam facilmente o chão (axilas, nuca, parte de trás dos joelhos, calcanhares, etc.).

Em seguida, pedimos que todos lentamente fossem ficando de pé, e formassem duplas. Nas duplas, ambos começariam tocando os dedos mínimos dos pés, lateralmente, e fazendo o toque subir pela superfície lateral do corpo (tornozelos, pernas, joelhos, coxas, quadris, etc.) até os ombros, para então virar-se e seguir o contato pelo outro lado, até chegar novamente no dedo mínimo, do outro pé.

Depois, pedimos que, nas duplas, as pessoas se colocassem de costas uma para a outra, com uma distância muito pequena (de 4 dedos) entre as costas, e assim sentissem a presença do corpo do outro. Em seguida, deveriam lentamente levar o peso para trás até encostarem as costas, e depois voltar a ficar distantes levemente.

Em seguida, dividimos os participantes em dois grupos, as pessoas de um grupo ficariam em pé, relaxadas, de olhos fechados, e as pessoas do outro grupo deveriam circular pelo espaço, observar os que estão de olhos fechados, e oferecer-lhe estímulos sutis, focando no tato e na pele, incluindo sopros e toques de diferentes qualidades (deslizamentos, toques que contornassem certa parte do corpo, etc.).

Depois disso, voltamos a pedir um agrupamento em duplas, e em cada dupla, uma pessoa ficaria de olhos fechados e seria conduzida pela outra pessoa pelo espaço, procurando sentir o espaço tatilmente. O condutor poderia também sugerir estímulos táteis (por exemplo, colocar as mãos do conduzido sobre alguma superfície, para que está fosse sentida, etc.).

Por fim, abrimos a aula para duos de CI, com foco nas sensações da pele durante a dança.

Relatos dos participantes

“A pele. No chão, a explorar as texturas. O chão áspero, minha pele macia. Vou sentindo e vou pensando, sem conseguir me libertar desse vício. O trem passa as primeiras vezes. Eu gosto do barulho do trem.

Vamos ao exercício do sopro e toque. Gostei muito quando alguém tocou o meu joelho e os meus pés, só segurando, sem deslizar as mãos. Hoje gostei mais do toque que

pressiona, firme, do que o toque que desliza. Depois que tocaram meu joelho e meus pés fiquei com a sensação nítida daquela perna, com um certo alívio.
Também, depois do exercício em que a dupla guia pelo toque da mão no sacro fiquei com uma sensação de alívio nesta região, como se estivesse aberto um espaço ali.
Hoje, no contato com o outro, estava com um pouco de aflição do toque que desliza. Mas no chão não." (A. V. R.)

"A experiência de hoje, num geral, foi boa, porém no último momento meu corpo ficou fraco (senti enjôo) e tive que parar:
Com os exercícios iniciais, de perceber o corpo, os órgãos e etc, as partes do meu corpo ficaram mais presentes mais perceptíveis, e assim fui percebendo o enjôo se instalando em todo meu corpo – primeiro o estomago se movimenta, depois a sensação de fraqueza se espalha.
Quanto à pele, notei superfícies mais abandonadas ou escondidas e nessas sentir o toque, o vento, o contato.
No momento de ser conduzido pela mão do outro, me surpreendi com minha percepção para o toque do outro.
Foi um bom encontro!" (O. I. R.)

"Não consegui encostar todas as partes do corpo no chão, senti falta, quando encontrei uma dupla tentei encostar essas partes mas nem todas consegui também.
No exercício de costas com costas eu preferia estar mais próximo que afastada os 3 cm
No exercício de conduzir achei incrível como ela se deixou ser conduzida e parecia uma bonequinha e tive total liberdade com os movimentos.
Quando eu fui conduzida não sentia muito a mão pois estava com muitas roupas, quando levantei uma blusa ficou mais fácil perceber os toques e me deixar conduzir facilmente.
Achei engraçado imaginar os órgãos humanos, não tenho noção de como sou por dentro." (G. D.)

"Tocar o chão, despertar a pele, senti-la, presentificá-la
Evocar o possível e costurar novos limites. O encontro chão – pele – outro desidealiza o entorno, o ambiente, faz sentir o que nos toca: o ar, a poeira, as vibrações dos trilhos do

trem, a fala externa, o barulho que assusta, enfim, hoje nada ficou alheio. Tudo se fez presente na pele, desencadeando reações novas, sensações novas, como a irritação, por exemplo, advinda do som do teatro. Ou mesmo o desconforto com as pregas da madeira no chão." (M.)

"Alegria dia maravilhoso
Contente amadureci
Vivo com a minha vida ultimamente
Eu estou contente com essa oficina para continuar preciso de apoio do grupo e do professor e das estagiária bem vindo.
Fim" (M. D.)

"Foi possibilitado diversas sensações.
Sentimento de levava, encontro.
No exercício de sentir a água e os órgãos foi possível entrar em outra atmosfera, entrar em grande concentração a ponto de quase não ouvir mais a voz do professor, e com isso surgiu pensamento e lembranças, que ao voltar não as lembrava mais." (J.)

"Foi beeem interessante! Da outra vez que estive presente, não pude participar, fiquei apenas observando. Hoje, que participei, vi que é bem diferente! Sentir o chão, o toque do outro e o próprio corpo são coisa que acabamos por banalizar, infelizmente.
Como diria Augusto Boal, "tocar" é diferente de "sentir" e nos exercícios de hoje, pudemos realmente "sentir". O que deveria ser "normal", esse contato com o outro, acaba sendo uma experiência muito diferente. Enfim...Legal! Valeu a pena!" (R.)

10ª oficina: 24/09/2010

Número de participantes: 5 (incluindo estagiárias)
Resumo da proposta: deitar no chão e buscar sentir e visualizar o interior do abdômen; alongamentos em dupla; posições que ativam a musculatura do abdômen; em duplas, uma pessoa se move improvisando e a outra toca com as duas mãos o seu centro, primeiramente acompanhando o movimento, e depois oferecendo resistência e depois

impulsionando o movimento; improvisação solo com a atenção sobre o centro do corpo; rolamentos com apoio no centro.

Descrição da oficina

O tema enfocado nesta oficina foi o centro do corpo e sua relação com a movimentação em geral.

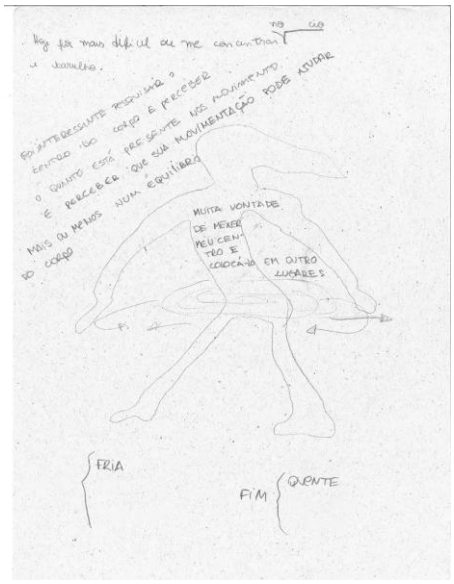
Começamos pedindo para que todos se deitassem, relaxados, atentos à respiração, procurando torná-la mais lenta e mais profunda (enchendo de ar lentamente o tronco todo, sentindo a expansão do tronco tanto nas costelas, costas e ombros, como também no baixo abdômen, e esvaziando de ar também lentamente), e que tentassem sentir a presença e as sensações do interior do abdômen, imaginando os tamanhos de cada órgão, sua textura e disposição, os fluxos de líquidos, de sangue, água, oxigênio, etc. nessa região.

Depois disso, fizemos individualmente um aquecimento de ativação da musculatura abdominal: começamos nos colocando em um *asana*, postura de hatha-yoga, chamado *paripurna navasana*, ou, postura do barco, em que, com o corpo sentado, o tronco é levantado, os braços são esticados em direção aos pés, e as pernas também ficam estiradas, levantadas acima do chão, de modo que a sustentação do corpo fica bastante dependente do tônus do abdômen. Em seguida, pedi que todos se movessem tentando manter braços e pernas acima do chão, mas com o tronco sempre em contato com o chão, de modo que sua musculatura teria de manter-se com tônus mais contraído, para manter os membros acima do chão.

Em seguida, todos deveriam formar duplas. Nas duplas, uma pessoa deveria improvisar livremente, e a deveria apenas manter sempre suas mãos dispostas ao redor do abdômen, acompanhando a improvisadora aonde quer que ela fosse. Em seguida, além de acompanhar, esta pessoa deveria gerar alguma resistência ao movimento, e depois, impulsionar o movimento em alguma direção.

Depois disso, todos deveriam improvisar individualmente, mantendo a atenção ao centro do corpo. Em seguida, deveriam fazer duplas e entrar em contato, primeiro apenas com o abdômen como lugar de contato e depois expandindo a superfície de contato até ocupar toda a pele.

Relatos dos participantes



“Hoje foi mais difícil de me concentrar no início. Talvez fosse o sono e barulho.

Foi interessante pesquisar o centro do corpo e perceber o quanto está presente nos movimentos.

E perceber que sua movimentação pode ajudar mais ou menos num equilíbrio do corpo.” (O. I. R., texto com imagem acima)

“Senti o corpo mais leve

Gostei da dança de hoje foi divertido e bastante complicado

Agei a aula gostosa e surpe bacana.” (M. D.)

“Acho legal esse tipo de interatividade, pois nos subtrai o famoso tabu: homem não pode tocar em homem.

As vezes a gente se deixa levar pelo o que as outras pessoas falam e pensam, mas temos que lembrar que homem ou mulher, somos todos iguais; somos todos filhos de deus, só não falamos a mesma língua, *everybody* filhos de *god*, só não falamos a mesma língua.

Tudo vem de nossa cabeça, se achamos e temos certeza que podemos fazer algo que outras pessoas ignorariam, e sabemos que está certo, e não é nada do que elas pensam, então estamos fazendo O Certo.” (M. A.)

“Gostei muito do exercício (do início da oficina) em que, deitados no chão, tínhamos de sentir a pele, explorar os órgãos, sentir a pulsação do corpo, sentir o peso do corpo no chão. Eu saí da sala e entrei de verdade, no corpo, passando por líquidos, órgãos, esponjas, sentindo coisas duras. Foi um pouco difícil na hora de voltar porque eu queria ficar mais um tempinho olhando por dentro.

O alongamento da coluna também foi fantástico. Doeu bastante no início, porém a medida que eu ia respirando e relaxando, foi ficando melhor. Foi bem relaxante, gostoso e macio.

Os exercícios que envolviam diretamente o centro do corpo foram um pouco difíceis, exigiam bastante do meu abdômen, mas para o final comecei a forçar menos.

E a dança de duplas também foi muito interessante. É engraçado perceber que o menor movimento que se faz com o corpo, aquele que coloca as mãos em nosso centro precisa se mexer bem mais que a gente.” (C. F.)

“Transpor a força, o equilíbrio e a sustentação do corpo em determinado ponto deixou-me atenta ao fluxo de energia que percorria meu interior. Deixou-me atenta às composições do movimento, a como cada membro se arranja no espaço para sustentar uma posição. Luta contra a dureza e a tensão dispensadas a determinadas partes do corpo, principalmente na região da nuca, não foi tarefa fácil. Já é um dispêndio de energia habitual e, romper com o hábito e experimentar as sensações desse gesto fez-se importante para o (re)arranjo do corpo no espaço. Ter o outro tocando o centro de gravidade do meu corpo auxiliou-me a executar movimentos não perdendo o centro do foco.

Porém, quando fomos segurados ou impulsionados pelo toque do outro a sensação é de invasão e ruptura.

Uma força externa invadindo seu gesto e uma conseqüente ruptura do mesmo, levando-me a criar formas de responder ao toque e (re)estruturar o corpo no manejo do movimento.” (M.)

11ª oficina: 01/10/2010

Número de participantes: 2 (incluindo uma estagiária)

Resumo da proposta: massagear o corpo do outro usando o peso de diferentes partes do corpo; exercício do "surfe"; carregamentos com a pessoa que carrega apoiada nos joelhos e nas mãos; duo de CI usando surfe e carregamentos, procurando integrá-los em um único fluxo.

Descrição da oficina

Nesta oficina, procuramos introduzir algumas possibilidades de carregamentos, que podem ser elementos interessantes para serem explorados nas improvisações, e que auxiliam a manter o fluxo da dança e da movimentação em muitas situações no CI.

Os dois participantes que vieram já haviam estado em oficinas anteriores, de modo que já tinham alguma familiaridade com a proposta. Começamos com uma improvisação em dupla, em que os dois deveriam se mover com bastante peso entregue ao chão, procurando inicialmente manter-se nesse nível e massagear o corpo do outro ao entregar o peso (todas as partes do corpo servem como ponto de contato, por onde o peso pode ser transmitido, ajudando a "amolecer", soltar a musculatura e o fluxo de energia). Depois de um tempo com a dupla desenvolvendo esta proposta, passamos a um exercício de rolamento também no nível do chão, usualmente chamado de "surfe" pelos praticantes de CI, que já havíamos introduzido no encontro de 27/08/2010. Trata-se de um exercício em que uma pessoa rola pelo chão, e a outra pessoa "pega carona" em seu movimento, como em uma onda, apoiando-se em seu corpo transversalmente, e acompanhando o rolamento.

Em seguida, passamos a um momento mais técnico, em que uma pessoa ficaria na posição de mesa (com mãos e joelhos apoiados no chão), e a outra pessoa encontraria formas de deslizar pelos apoios do corpo desta pessoa, até ser carregada, com os centros do corpo em contato, em um pequeno vôo (os centros como ponto de apoio para o carregamento, e o resto do corpo livre).

Por fim, os participantes poderiam dançar um duo de CI, sem maiores instruções exceto a idéia de estar atentos às possibilidades de carregamentos, como haviam sido experimentados, caso estas acontecessem.

Neste dia, o número pequeno de participantes parece ter sido um incômodo para todos nós. Por um lado, a pequena quantidade de pessoas nos ajudou a aprofundar mais cada exercício, que parecem ter sido prazerosos e ricos para os participantes (tendo em vista em vista os relatos escritos e a qualidade das improvisações). Mas, ao mesmo tempo, o incômodo existiu e foi trazido na conversa final por um dos participantes, que, aliás, depois disso não voltou mais.

Relatos dos participantes

"Foi bem agradável sentir o peso do outro massageando o corpo, me senti bem relaxada. No momento de colocar o peso no outro deu aflição, por não saber quanto o corpo suporta; isso principalmente ao tocar a barriga. Mas quando eu estava embaixo notei que suporto mais peso do que imaginava.
Interessante que estou levando o que aprendo aqui para outros lugares da minha vida." (O. I. R.)

"Que dia "lindio"! rsrs
É bom ir descobrindo os limites de nosso corpo aos poucos. Foi muito legal esse exercício da mesa, e todos os outros.
Pena não terem vindo o restante do pessoal.
Semana que vem hão de vir." (M. A.)

12ª oficina: **08/10/2010**

Número de participantes: 6 (incluindo estagiárias)
Resumo da proposta: andar pela sala prestando atenção na pulsação de cada dedo das mãos; "pequena dança" (ficar em pé e relaxar o corpo, sentindo as pequenas quedas e recuperações que o corpo faz de maneira autônoma estando nesta posição); trabalho em duos de passar gradualmente de um toque bem leve a uma transferência de peso; carregamentos em pé, usando o centro do corpo como apoio; duos de CI buscando carregamentos.

Descrição da oficina

Começamos a oficina andando pela sala e buscando prestar atenção na pulsação de cada dedo das mãos. Em seguida, após atentar para cada dedo, procurávamos soltar os braços no espaço, igualmente atentando para a pulsação dos dedos (exercícios baseados no método de Fedora Aberastury).

Depois, pedi para que cada um ficasse em pé e relaxasse, observando o limite entre o máximo relaxamento e o momento em que um relaxamento maior implicaria em queda, e observando os micro-ajustes do corpo para manter o equilíbrio na postura ereta. Este exercício foi chamado por Steve Paxton de "pequena dança" e é um dos pontos de partida para o desenvolvimento do CI. Em suas palavras:

> Agora no próprio fato de você pedir a si mesmo para relaxar mas continuar ainda em pé – encontrando esse limite além do qual não se poderia relaxar sem cair, você é posto em contato com um esforço básico de sustentação que acontece constantemente no corpo, e do qual você não precisa ter consciência. É essa estática de movimento de fundo – você sabe – que você obscurece com suas atividades mais interessantes, mas ela está sempre lá sustentando você. Estamos tentando entrar em contato com estes tipos de forças primais (*primal forces*) no corpo e fazê-las prontamente aparentes. (Paxton, 1977/1997, p. 23)

Em seguida, passamos a um exercício em duplas, em que uma pessoa deveria começar tocando muito levemente o corpo de outra pessoa, e ir colocando paulatinamente mais peso neste toque (não se trata de fazer força, mas de abandonar mais o peso, com o corpo do outro como apoio) até que ele se torne uma total transferência de peso. A proposta seria explorar esse *continuum* entre um toque muito leve e a transferência de peso.

Depois disso, exercitamos algumas possibilidades de carregamento, em que o carregador está em pé, e oferece a coluna sacral (parte próxima a seu centro de gravidade) como ponto de apoio para carregar o centro de gravidade da outra pessoa.

Por fim, fizemos duos de CI, buscando possibilidades de carregamentos que acontecessem espontaneamente durante a improvisação.

Na conversa final, eu relembrei aos participantes que nas duas próximas semanas estaria ausente, porque iria a Buenos Aires participar do festival de CI que aconteceria lá. Nessas semanas, Olívia e Marcela ofereceram oficinas, com base em um trabalho corporal que estavam investigando em uma disciplina da graduação, e que

enfocava os movimentos em espiral do corpo. Estas oficinas foram oferecidos de modo a manter o espaço vivo e o vínculo dos participantes com aquele momento da semana. Porém, em uma delas não compareceu ninguém, e em outras delas uma participante chegou, mas houve problemas com espaço do Tendal da Lapa, pois um outro grupo reivindicou o uso daquele espaço, dizendo que haviam feito um acordo com o coordenador do Tendal para usá-lo. Ao final, a oficina não foi feita, mas as estagiárias conseguiram reforçar nosso acordo de uso do espaço e garantir a continuidade das oficinas.

Relatos dos participantes

"Sobre a Oficina de Contato e Improvisação

A experiência de hoje deixa uma pergunta e várias indicações de resposta:

- Até quando/onde a consciência corporal nos permite/impede de nos integrarmos?

As diversas consciências corporais possíveis dão diversos caminhos de integração e assim promove experiência de uma colisão suave.

E dessa colisão nasce tanto a consciência do corpo como a percepção da ausência de consciência. E está aí o que interessa: o que surge dentro da relação e não na reflexão feita a posteriori. O que interassaria seria, para mim, não o nível de consciência, mas sim a multiplicidade de repercussões vindas do contato, da experiência." (M.)

"Os acontecimentos com a Dolores ficaram bem presente durante o trabalho, me deixando mais atenta às ações dela.

Fiquei também procurando distribuir mais as relações dela com os outros, que não a Marcela. Hoje além da dança me preocupei com o manejo da situação.

Hoje senti mais conforto em trabalhar com pessoas que conheço (a Carol) por ter já certa intimidade e assim não ter receio ou vergonha de colocar/falar coisas ou fazer coisas.

O toque já não é mais uma barreira, me parece que as relações ficam mais importantes." (O. I. R.)

“Hoje eu senti muito calor durante a oficina, mais quando o exercício de carregamento começou. Quando era para carregar alguém era um pouco difícil de encontrar seu centro e encaixar com o meu sacro, dá um pouco de ansiedade para que dê certo.
Acho que é um exercício que não depende somente de quem carrega, mas daquele que é carregado também. Os dois precisam fazer ajustes um no corpo do outro para que dê certo, é uma escuta meio desafiadora que não envolve as palavras da boca.
Cheguei atrasada e só peguei uma parte do exercício da “pequena dança”. As mínimas alterações que eu fazia provocavam alterações no “movimento” do meu corpo. Fiquei tenso, foi difícil relaxar, especialmente o joelho e os ombros. As vezes esquecia de respirar, depois lembrava de novo; esquecia de relaxar algumas partes, depois lembrava de novo.
Voltando ao exercício do carregamento...é incrível como carregar com o centro é bem mais fácil e não exige tanto dos joelhos e costas.” (C. F.)

“Difícil escrever...Que coisa maluca estar nessa oficina! Estar aqui nesse espaço não só com o corpo, seus membros e órgãos, mas com todo o atravessamento das forças, acontecimentos e energias cotidianas. Ainda mais nesse lugar de fronteira estagiário/participante. Como poder o corpo tanto se afetar num curto trajeto do CAPS ao Tendal? A sensação é a de que nesse percurso meu corpo foi se desintegrando a cada palavra trocada com Dolores; fui me perdendo, virando poeira no ar. Por que eu me desestruturo diante de sua fala? Por que me sinto perseguida na execução dos exercícios em que tínhamos que sentir a pulsação dos dedos? A única coisa que eu conseguia escutar eram seus passos pela sala. Mesmo sem vê-la eu sabia onde estava. E a sensação era a de que ela me caçava. Como essa relação minha e de Olívia interfere em nosso modo de estar e copar nessa oficina?
Outra sensação, agora de alívio me vem na escolha das duplas. Mas meu corpo ainda não estava inteiro. Foi nesse exercício que comecei a poder escutá-lo. Re-integrá-lo. E digo que não consegui por completo.” (M.)

“Eu gostei muito dessa aula de hoje
Mas eu acho que vou pra frente
Com essa oficina de dança até novembro.” (M. D.)

“Achei muito bom o aquecimento em que lidamos com o peso gradualmente em diferentes partes do corpo; pude me concentrar em algumas regiões sobre as quais eu raramente me detenho e senti meu corpo muito pesado enquanto eu andava, o que também é relaxante.

Nas partes em dupla, gostei de poder encontrar no corpo de outra pessoa, que eu mal conheço, um apoio para receber o meu próprio corpo. Também gosto da comunicação que se pode estabelecer nesse encontro.” (F.)

13ª oficina: 29/10/2010

Número de participantes: 5 (incluindo estagiárias)

Resumo da proposta: estando deitado, sentir a respiração, peso, etc.; começar a espreguiçar-se e deste movimento, ir rolando lentamente no chão, procurando massageá-lo com o contato com o chão; empurrar o chão levando algumas partes ao espaço; levantar devagar e andar lentamente pela sala; escolher um ponto no espaço e ir até ele sem hesitar e sem parar, e assim que chegar até ele, escolher logo outro ponto e ir até ele (evitando chocar-se com as pessoas); buscar atravessar o espaço criado entre duas pessoas (depois, fazer isso dando ao movimento algumas qualidades: cobra, bala de revolver, borboleta, uma qualidade escolhida livremente); andar pelo espaço e fazer contatos breves com os outros movendo-se com as mesmas qualidades; dançar olhando fixamente os movimentos das mãos, depois dos pés e depois de alguma outra parte (focar em alguma parte que os olhos não podem ver, como a nuca); fazer contatos breves dançando com um único ponto de contato; duos de CI breves; jogo de, em roda, piscar para uma pessoa e trocar de lugar com ela, enquanto ela deve sair e já piscar para outra pessoa.

Descrição da oficina

Começamos pedindo que todos se deitassem no chão e sentissem a respiração, a entrada e saída do ar, a extensão da respiração no tronco, etc. e também abandonassem o peso do corpo ao chão, sentindo quais partes tocavam mais o chão, etc. Em seguida, pedimos que as pessoas fossem se movendo em contato com o chão procurando massagear o corpo com esse contato, usando o chão como o massageador.

Depois disso, a proposta era empurrar o chão para poder mover o corpo pelo espaço, explorando essas oposições entre a força que empurra o chão e o movimento que surge da força de reação do chão no corpo. Dessa exploração, as pessoas deveriam chegar ao nível alto, pôr-se em pé e observar o corpo ao caminhar (observando peso, postura, respiração, maneira de empurrar o chão com os pés, etc.). Em seguida, deveriam focar em algum ponto no espaço e ir diretamente até ele, decididamente, sem hesitar, mas evitando chocar-se com os outros. Esse é um exercício geralmente bastante lúdico e que ao mesmo tempo demanda bastante concentração e um refinamento da intenção e da atenção às relações entre o corpo e o espaço.

Depois disso, a proposta era andar pelo espaço e buscar atravessar os espaços existentes entre os corpos de duas pessoas, o que também costuma ser vivido como uma brincadeira prazerosa. Em seguida, todos deveriam fazer o mesmo, mas procurando dar ao movimento diferentes qualidades (de borboleta, de bala de revolver, de cobra, e uma qualidade escolhida livremente). A idéia não era dramatizar essas imagens, mas procurar levar ao caminhar a qualidade de movimento que elas evocam em cada um (por exemplo, a borboleta pode evocar uma movimentação rápida, em saltos, muito leve, ou, para outra pessoa, uma movimentação mais lenta, espalhada no espaço, com braços expandidos como asas, etc.).

Em seguida, todos deveriam seguir caminhando pelo espaço e fazer contatos breves com alguém (usando o toque), mantendo em diferentes momentos essas mesmas qualidades de movimento.

Depois disso, esses contatos deveriam se prolongar por mais tempo, e a consigna já não era mais usar as qualidades de movimento designadas, mas tentar mover-se, com o outro, olhando para suas próprias mãos, depois para os pés, e depois olhando para uma parte invisível (como a nuca ou as costas), ou seja, procurando dançar com a atenção voltada para a presença desta parte do corpo, como se ela fosse visível. Desse exercício, partimos para duos de CI não muito longos, sem nenhuma instrução específica.

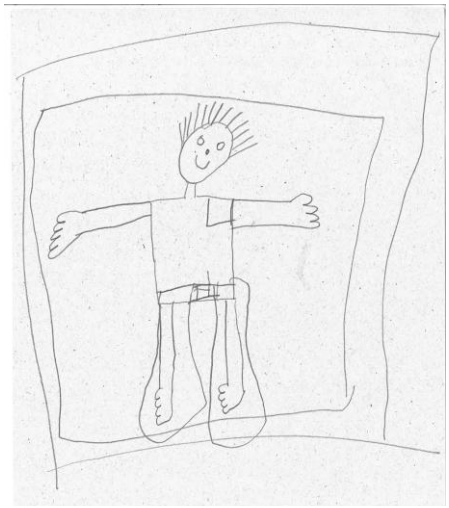
Por fim, fizemos um jogo em que todos ficam dispostos em roda e uma pessoa deve piscar os olhos para outra. Essa piscadela é um sinal para que elas troquem de lugar. A pessoa que recebeu a piscadela deve então rapidamente piscar para outra pessoa antes que a primeira que piscou chegue a seu lugar. Trata-se de um jogo que

envolve uma atenção constante a uma situação rapidamente mutável, mas bem simples. Costuma ser vivido com muito humor e costuma envolver bastante os participantes.

As diferentes propostas desta oficina apontaram diferentes formas de focalizar a atenção e de modificar continuamente seu foco, e ao mesmo tempo, convidaram os participantes a observar aspectos da movimentação (partes do corpo que usualmente ficam adormecidas, ou as qualidades do movimento evocadas por certas imagens) que permitem uma ampliação das possibilidades de improvisação e de exploração dos movimentos, da energia, e das possibilidades no contato.

Relatos dos participantes

"Eu tinha bastante curiosidade sobre a aula, mas não criei nenhuma expectativa.
Sempre achei muito belas as apresentações de contato, porém nunca tinha feito nenhum curso ou oficina.
Achei a metodologia muito boa para desenvolver a consciência corporal e espacial e para promover a movimentação e a expressão de cada um.
Interessante como as propostas de qualidades "traziam" movimentos tão diferentes e variados.
A interação com outras pessoas também criavam combinações inusitadas.
Fiquei surpresa com minha reação de sair de uma interação quando a outra parceira parou o movimento. Foi uma fuga por não saber como reagir.
Gostei muito da aula e da técnica utilizada pelo professor." (M. T. K.)



"Eu fiz uma pessoa deficiente

Porque eu sinto relação com uma pessoa deficiente. Eu sinto respeito pelos deficientes." (M. D. texto com imagem acima)

"No começo me senti bastante relaxada e, como da outra vez pesada. Em alguns exercícios, parece que eu me esqueço de "dançar"; de fazer algum movimento que tenha um ritmo ou um sentido, mas ao mesmo tempo, tenho a sensação de que estou explorando meus movimentos de um jeito inusitado e por isso eles são também inusitados, ou seja, eu não estou simplesmente andando como eu sempre faço.
Às Vezes também me desconcentro um pouco, me desligo do exercício e tenho momentos fugazes de observar as outras pessoas e até eu mesma como se fosse alguém que acabou de entrar. Pensando assim, tudo parece muito estranho, mas inserido no exercício, mnas instruções e na aclimatação, os movimentos fazem sentido.
Também muda muito o jeito de se relacionar com os outros durante a aula, quando a comunicação é de uma ordem muito diferente e depois da aula, quando saímos do clima da aula.
Minhas expectativas eram de explorar movimentos meus, principalmente, e com isso explorar também modos de me comunicar." (F.)

"Há tempos tenho vontade de fazer contato/improvisação, mas todos os grupos que conhecia eram pagos.
Achei muito legal a idéia de fazer uma oficina no Tendal. Vou voltar mais vezes.
Acho muito importante essa pesquisa e atenção corporal. Estou nessa busca. Gostei muito. Valeu!
Tenho como expectativa para essa oficina investigar e descobrir possibilidades do meu corpo e do contato com os outros corpos.
Entendo que seja uma abertura para quebrar hábitos e para novas maneiras de perceber." (P. P. S.)

"Ainda não tinha tido a experiência com o contato improvisação, mas o que era esperado eu encontrei.
Entender como o estímulo do outro reflete no nosso corpo, e em contrapartida, como o meu corpo também muda o movimento do outro. A partir do exercício pode-se ver como a experiência de vida e o repertório corporal de cada um pode formar milhares de

combinações, cada uma com sua peculiaridade. A química pode ser imediata ou não, mas sempre pode-se criar alguma coisa do nada.
Gosto de trabalhar com o corpo e tenho como expectativa sempre descobrir novas formas de me conscientizar sobre meu corpo." (T. D.)

14ª oficina: **5/11/2010**

Número de participantes: 4 (incluindo estagiárias)
Resumo da proposta: ouvir a música e sentir quais movimentos ela gera no corpo (de olhos fechados); deitado, em posição fetal, mover-se em certos padrões de movimento até chegar a ficar em pé; *walk stop*; aproximar os corpos, na caminhada, até formar duplas que andam com as laterais do corpo encostadas, e tentar dar saltos (sincronizando o movimento, sem falar); fazer o mesmo com grupos maiores, até que todos andem juntos, lado a lado; individualmente, pesquisar três formas diferentes de subir e descer até o chão, e depois ensiná-las a alguém; brincar de marionete (mover o outro); improvisação solo livre.

Descrição da oficina

Começamos deitados, com os olhos fechados. A proposta era escutar atentamente uma música e observar as sensações e impulsos que emergem no corpo a partir dessa escuta. Em seguida, cada um individualmente deveria improvisar, dialogando à sua maneira com a música e suas sensações, sempre de olhos fechados. A improvisação segue por um tempo, até que a música para e cada um busca um final para sua movimentação, já no silêncio.

Em seguida, cada um deveria mover-se a partir de alguns padrões (que exploram algumas possibilidades de movimento): partindo da posição fetal (deitado de lado, com o corpo encolhido para dentro, cabeça, pernas e braços flexionados e próximos do tronco), mover-se até ficar deitado com os membros e as costas em contato com o chão, como uma estrela do mar, depois virar-se deitado em posição ventral e buscar aos poucos deslocar o corpo no chão com a ajuda dos membros, como um réptil (curvando pernas e braços do mesmo lado, e esticando as pernas e braços do outro lado), desse padrão, tentar engatinhar com mãos e joelhos apoiados no chão, e em seguida erguer os

joelhos e deslocar-se com o quadril levantado, mas as mãos ainda no chão, para então, sair dessa posição e ficar em pé.

Já em pé, todos deveriam circular pelo espaço caminhando, e fazer um *walk stop*, um jogo em que quando uma pessoa para de mover-se, todas devem imediatamente parar e quando uma pessoa volta a mover-se todas devem voltar também ao movimento.

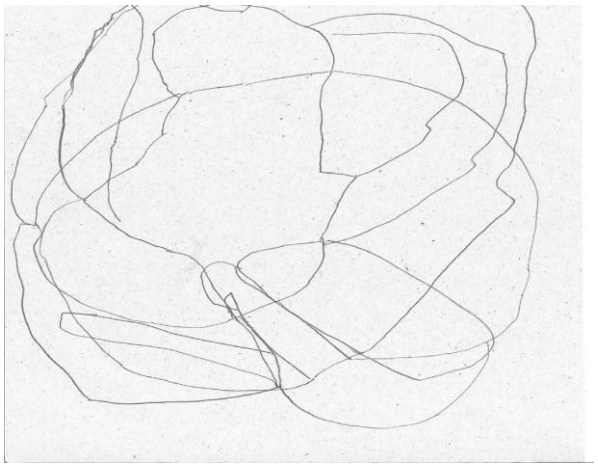
Em seguida, todos deveriam aproximar o próprio corpo do corpo de outra pessoa, até formar duplas que andam com as laterais do corpo encostadas. Essas duplas, sem falar, deveriam tentar mover-se juntas, parar de andar, dar saltos, etc., sincronizando o movimento. Depois, as duplas deveriam se juntar a outras duplas e fazer o mesmo, e assim sucessivamente até que o grupo todo estivesse andando lado a lado e tentando mover-se junto.

Depois disso, cada um buscaria um lugar no espaço e tentaria encontrar três maneiras diferentes de sair da posição deitada até a posição em pé. Em seguida deveriam ensinar as três maneiras encontradas para outra pessoa. Depois disso, nessa mesma dupla, deveriam brincar de marionete (uma pessoa conduzindo o movimento da outra), com o apoio da música.

Por fim, cada um voltaria a um lugar no espaço e faria uma última improvisação livre, em solo.

Nessa oficina, a idéia subjacente a essa variedade de propostas era a exploração de diferentes fontes para o movimento improvisado, como as sensações, sentimentos, imagens, etc. despertadas pela audição de uma música, ou então um repertório mais pré-determinado de padrões de movimento, ou ainda uma investigação pessoal para responder a uma instrução ampla, e o contato com os resultados dessa mesma investigação feita pelo outro, ou também, o próprio contato com o outro nas situações em que o movimento precisava ser sincronizado, ou em que o outro aponta possibilidades de nosso corpo que talvez nós não exploraríamos.

Relatos dos participantes



D: “Eu desenhei uma pessoa dançando. Você entende?”

Eu: “É o movimento?”

D: “É” (M. D., explicação oral do desenho feito, acima)

“A inserção de música na aula fez uma diferença grande. Além do próprio corpo e do espaço surge mais um aspecto que influencia a exploração dos movimentos. A música traz não só um ritmo mas também uma sensação.

Hoje também pensei bastante na questão do repertório de movimentos, da possibilidade de explorar caminhos novos. Ligado a isso, também senti a oposição entre movimentos com e sem esforço, como eu os sinto, como eles se parecem.” (F.)

“No relaxamento inicial foi difícil a concentração em meu corpo. O sono, o barulho externo, algumas preocupações outras faziam força impedindo a entrada do corpo nesse espaço oficina.

Somente no momento em que tínhamos que parar e andar de acordo com o movimento do outro é que fui apurando meu olhar, minha concentração. Aliás, esse jogo de corpos (essa foi a expressão que encontrei para descrever as experiências vividas desde a aula passada) convoca a escuta, o olhar...o desejo de entrar em relação de uma forma mais viva, dinâmica, amenizando um tanto o desconforto que às vezes se faz presente, no contato entre corpos. A movimentação pelo espaço e a implicação de todos numa mesma dinâmica faz nascer, brotar uma ambiência acolhedora, aproxima as pessoas, potencializa o espaço, fazendo do contato o jogo e não a sua regra.” (M.)

“Ser manipulada amplia as possibilidades do meu corpo, mesmo que eu não quisesse. Isso me fez pensar em outros aspectos da vida, em que um outro nos faz experimentar algo novo e que este nos abre a possibilidade para muitos outros novos. Como experimentei hoje, em que me levaram a fazer movimentos circulares com a cintura, a exploração e atenção a este novo movimento me levou a muitos outros.
Reflexões sobre a vida!” (O. I. R.)

15ª oficina: 12/11/2010

Número de participantes: 4 (incluindo estagiárias)
Resumo da proposta: alongamentos e massagem em duplas; brincar de ser o espelho do outro (primeiramente, havendo papéis definidos e depois sem distinção de papéis); em duplas, uma pessoa improvisa, de olhos fechados, e a outra pessoa procura influir em sua dança, dizendo-lhe algumas qualidades de movimento, depois fazendo alguns sons e depois com toques breves.

Descrição da oficina

Nesta última oficina, continuamos pensando em trabalhar as possibilidades e fontes da improvisação.

Começamos com massagens e alongamentos em dupla dentro da mesma proposta já feita em oficinas anteriores (massagem nas costas procurando sentir os níveis da pele, da musculatura e tecido conjuntivo e dos ossos) e alongamento em duplas (estirando a coluna e a musculatura da perna, com a ajuda do peso da outra pessoa). Em seguida, brincamos de espelho, primeiramente tendo papéis definidos e depois sem papéis. Nesse segundo caso, a idéia era que ambos fossem o espelho um do outro, de modo que, uma pequena movimentação involuntária seria captada pelo outro, que a imitaria, fazendo com o primeiro que fez aquela movimentação também a imitasse, o que geraria alguma variação no movimento, que por sua reflexividade, geraria outros movimentos. Assim aconteceu comigo em uma experiência anterior, No entanto, nesta oficina, com exceção de uma dupla, as demais ficaram longo tempo frente a frente sem movimentação, sem tentar imitar os movimentos sutis ou involuntários que o outro fazia, talvez apegadas à idéia de que, sem a alternância de papéis, e a deliberação de uma pessoa em mover-se para a outra imitar, nenhum movimento

aconteceria. No entanto, como aconteceu com uma dupla, esse tipo de proposta pode permitir uma experiência de movimentação que surge involuntariamente e que cresce em direções imprevistas, pela própria idéia de um tentar refletir o outro.

Em seguida, partimos a outro exercício em duplas, em que uma pessoa deveria improvisar um solo e a outra pessoa assistiria essa improvisação e poderia influir nessa dança, primeiramente dizendo qualidades para o movimento, depois fazendo sons (palmas, sons com a voz, cantos, etc.), e depois com toques breves.

Na conversa final, retomamos o fato de que esta seria a última oficina e convidamos os participantes para um *Jam* de CI na semana seguinte, naquele mesmo horário, explicando que não seria mais um espaço de oficina, mas sim um encontro de improvisação livre, sem nenhuma instrução, coordenação, etc.

Na semana seguinte, a *Jam* aconteceu de fato. Alguns participantes deste último dia vieram, como também duas pessoas praticantes de CI que não haviam participado das oficinas. Cada pessoa, como é óbvio, vivenciou este momento à sua maneira, alguns dançando mais, outros assistindo mais. E não pedimos nenhum registro até para respeitar a idéia de que aquele já não era mais um espaço de oficina como os outros, mas o espaço aberto da *jam.*

Relatos dos participantes

"Nos alongamentos, percebi como meu corpo formigava em determinadas partes "esquecidas" (raramente trabalhadas) por mim.

O alongamento em duplas que focou mais na região da coluna, evidenciou como minha região lombar é retificada. Sempre me surpreendo por não conseguir nem ficar sentada em 90º com as pernas esticadas.

Comecei a pensar se poderia ter herdado esse atrofiamento de meu pai, que é bem mais travado do que eu, ou se seria somatização de algum bloqueio psicológico.

Lembrei-me das couraças musculares de Reich e de algumas vivências de somaterapia, procurando lembrar de alguma que tenha trabalhado esse anel, mas não consegui.

Nos exercícios de espelhamento, era mais fácil ser a ativa a ser imitada do que a passiva a imitar e tentei comparar com a realidade. Percebi que não tenho muito interesse em observar ou outros, talvez por não querer ser inoportuna, mas também perdendo a possibilidade de aprendizado.

Nos movimentos em duplas de olhos fechados, me senti responsável (babá) pela segurança da minha dupla que estava de olhos fechados.
Quis evitar que ela se machucasse, proporcionar interações diversas, mas sem "podar" sua espontaneidade.
Ao ficar de olhos fechados, tive medo de explorar além dos limites espaciais e tive curiosidade em visualizar como estavam meus movimentos.
Em ambos papéis, me diverti com as propostas de qualidades e da interação da minha parceira de atividade.
Algumas músicas me lembraram de momentos do passado que já me alteraram emocionalmente, mas fiquei feliz por não me tocarem mais." (M. T. K.)

"O alongamento foi essencial para aproximar o corpo desse espaço. Ao mesmo tempo que sugere o circular da energia por entre órgãos, articulações, músculos, rearranja o corpo de uma forma que ele se una, se centre, para que essa energia boa não escape, não se perca. O exercício do espelho me foi mais interessante no momento de notar os movimentos involuntários e sutis do outro.
É incrível a dança que o corpo rege involuntariamente. Também traz ao nosso corpo, corpo de quem olha, atenção, e assim nos damos conta de que também não estamos totalmente imóveis.
A idéia de abraçar, sentir o corpo com o outro sugerindo, qualidades faz o movimento tornar-se mais distante do pensamento. O toque da voz daquele que guia é recebido pelo corpo como um norte, um caminho possível. É claro que a imagem vem mas logo ela se dissolve nas mãos, braços, pernas, cabeça, tronco e gera um movimento da representação da qualidade. Não reproduzimos a qualidade em si, mas o que a mesma provoca em nosso corpo. Essa experimentação provoca uma sensação libertária, no sentido de não mais prender gestos, sons. Faz sentir e criar, um criar leve, solto." (M.)

"Com certeza a melhor parte da aula foi a última, que contou com mais improvisação. No entanto, se não fosse pelo início, com certeza não estaríamos preparados para o final.

Os primeiros exercícios prepararam, pouco a pouco, meu corpo, meu humor, minha concentração, minha intencionalidade etc. Nesse sentido, fui ficando cada vez mais solta.

"No último exercício, comecei guiando, o que para mim exigiu mais intenção, tentar criar toques, sons, intervenções que gerassem algo na outra pessoa. Na sugestão de qualidades também fiquei pensando em algo que fosse interessante e percebi as diferenças entre sugerir ações, lugares, animais etc.

O movimento de ser guiada já foi mais agradável, mais intuitivo e corporal. De olhos fechados, ouvindo melhor a música e sentindo as intervenções, fica muito mais fácil e natural criar os movimentos." (F.)

"Me chamou bastante atenção o exercício do espelho em que já não sabia mais quais eram os movimentos que eu estava produzindo e quais eram de iniciativa do outro. A sensação era de um espelho mesmo, mas sem saber se eu era o espelho ou a pessoa em frente a ele.

No último exercício me deixei levar pelos comandos do outro fazendo minhas interpretações e neste movimento entrei mesmo no contato com minha dupla – virando folha, pedra... – até que tive que abrir os olhos e me dar conta que estava aqui, no Tendal. Percebi quando eu fazia as intervenções como a imaginação e interpretação do outro é bem diferente da nossa, no sentido de dizer para a pessoa que está dentro da água como algo que acalme a ela ficar desesperada – são as diferenças nas experiências de cada um." (O. I. R.)