

# A FORMAÇÃO DO CORPO DO ARTISTA CÊNICO EM UMA PERSPECTIVA INDISCIPLINAR

## THE BODY IN UNDERGRADUATE PERFORMING ARTIST EDUCATION FROM AN INDISCIPLINARY PERSPECTIVE

*Eloisa Domenici*

Universidade Federal do Sul da Bahia – UFSB

*Isabelle Rocha*

Universidade Federal de Alagoas – UFAL

**Resumo:** Este artigo reafirma a importância da formação do corpo nos cursos de graduação em artes da cena numa perspectiva indisciplinar. Tomando o corpo cênico como categoria comum no teatro e na dança, evoca-se o interesse por um processo investigativo, tendo este vetor de conhecimento empírico alimentado pelos diversos saberes. O artigo apresenta duas experiências realizadas no ensino superior, em que as técnicas e abordagens somáticas fomentam processos investigativos do corpo cênico. Ao defender a contribuição das técnicas e práticas somáticas, porém de maneira crítica, a intenção não é apresentar uma fórmula fechada, mas abrir uma discussão.

**Palavras-chave:** Formação Superior do Artista Cênico. Somática. Corpo.

**Abstract:** This article reaffirms the importance of body as content and methodology in undergraduate courses in performing arts from an undisciplinary perspective. Taking the performing body as a common category in theater and dance programs, it evokes interest in an investigative process, with this vector of empirical knowledge being fed by diverse knowledge. The article presents two experiments carried out in higher education, in which somatic techniques and approaches foster investigative processes of the performing body. By defending the contribution of somatic techniques and practices, albeit in a critical manner, the intention is not to present a closed formula, but to open a discussion.

**Keywords:** Higher Education in Dance and Performing Arts. Somatics. Body.

*Recebido em: 17/04/2024*

*Aceito em: 09/06/2024*

Revista Moringa Artes do Espetáculo, João Pessoa, UFPB, v. 15 n. 2, jul-dez 2024

Este artigo problematiza a formação do corpo nos cursos de graduação em artes da cena e reafirma a importância dessa formação numa perspectiva indisciplinar. O assunto não é novo, mas talvez pouco debatido no caso da formação brasileira. Em artigo intitulado “Conhecimento somático: o corpo como conteúdo e metodologia na formação em dança”, Jill Green (2002) destaca a ampla inserção de práticas somáticas nos cursos de dança nos Estados Unidos, além de outras estratégias para enriquecer a maneira como os dançarinos vivenciam a experiência do corpo, estratégias que incluem aprendizagem de princípios anatômicos e cinesiológicos significativos e de consciência corporal, que levam os estudantes a compreender suas experiências corporais vividas e a promover o crescimento artístico. A autora recupera o sentido do termo *somatics*, cunhado Thomas Hanna, e o entendimento de soma não como o corpo objeto, mas como processo corporificado de consciência e comunicação.

Neste artigo discutimos a questão dos conhecimentos sobre o corpo nos cursos de dança e de teatro, buscando um entendimento situado no caso do Brasil e não restrito apenas aos cursos de dança. Como esses conhecimentos estão presentes nos cursos das artes do corpo em cena, nas nossas universidades?

Se, por um lado, cada uma das áreas da cena aborda a formação do corpo de forma específica, nas técnicas e práticas de dança e de atuação, por outro lado, existe um campo experiencial comum a esses fazeres: o corpo cênico. A ênfase, portanto, dá-se na compreensão do corpo cênico. Eleonora Fabião (2010) destaca que o corpo cênico se caracteriza por um estado diferenciado de presença e consciência, marcado por uma sensorialidade aberta e conectiva, uma “conexão atenta consigo mesmo, com o outro e com o meio” (FABIÃO, 2010, p. 322). Não se trata de uma atenção ensimesmada, pois ao contrário da rigidez e do controle, está em permanente fluxo:

Contra a ideia de corpos autônomos, rígidos e acabados, o corpo cênico se (in)define como campo e cambiante. Contra a noção de identidades definidas e definitivas, o corpo-campo é performativo, dialógico, provisório. Contra a certeza das formas inteiras e fechadas, o corpo cênico dá a ver “corpo” como sistema relacional em estado de geração permanente. (FABIÃO, 2010, p. 322)

Esta concepção pressupõe um conhecimento do corpo que promova a atenção viva em fluxo permanente, deste estado diferenciado de presença e consciência.

A perspectiva indisciplinar do corpo cênico precisa abarcar o trabalho sobre a percepção e o fluxo de estados de consciência e atenção, para promover a noção de corpo como um sistema relacional e como campo de afetação cambiante, este “corpo fluido e fluidificante (que) é a matriz espaço-temporal da cena” (idem).

O corpo cênico, portanto, é uma categoria que sobrepassa as especialidades das disciplinas da formação nas artes da cena, ao tempo que é comum a todas elas. Este vetor de conhecimento empírico alimentado pelos diversos saberes pode ser tomado como um processo investigativo indisciplinar, a fim de dar suporte para a prática profissional, para atores, dançarinos, criadores-intérpretes, *performers* e professores.

Ao analisar as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs), percebemos que o corpo tem maior ênfase nos cursos de Dança e menor nos cursos de Teatro. As DCNs para os cursos de Dança<sup>56</sup> mencionam explicitamente, no rol de competências e habilidades, “(o) domínio dos princípios cinesiológicos relativos à *performance* corporal; domínio da linguagem corporal relativo à interpretação coreográfica nos aspectos técnicos e criativos”, e portanto, a cinesiologia ou anatomia funcional é requerida. Enquanto isso, nas DCNs para os cursos de Teatro<sup>57</sup>, é mencionado apenas o “domínio técnico e expressivo do corpo”, ou seja, a formação do corpo é tratada com imprecisão, deixando a cargo dos cursos fazerem suas escolhas.

As práticas somáticas estão presentes nos cursos superiores há algumas décadas, modificando concepções estéticas e pedagógicas (FORTIN, 1999). Jill Green afirma que a somática caminha para ser uma subdisciplina da dança (GREEN, 2011, p. 113).

Vimos trabalhando ao longo de décadas com práticas e abordagens somáticas nos cursos de graduação em artes da cena, recolhendo resultados e também fazendo críticas, inclusive ao campo da somática, algumas das quais iremos explicitar. O que consideramos mais valioso das abordagens somáticas nos cursos de formação é o fato de que a sua presença costuma proporcionar um espaço de pergunta sobre o corpo e o movimento, que não existe no âmbito das técnicas e práticas, de dança ou de atuação, as quais, via de regra, são espaços de afirmação, de se afirmar determinados comportamentos, e não de se perguntar sobre eles. O caráter investigativo das abordagens somáticas depende, é

---

<sup>56</sup> Disponível em: < <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/ces0304danca.pdf> > acesso em 8 fev. 2024.

<sup>57</sup> Disponível em: < <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/ces0404teatro.pdf> > acesso em 8 fev. 2024.

claro, de que elas mesmas não se tornem uma afirmação dogmática sobre o corpo e o movimento.

A presente análise leva em conta as experiências que vimos desenvolvendo em dois cursos: o Bacharelado Artes do Corpo em Cena, na UFSB, e a Licenciatura em Dança, na Ufal. Ao trazer essas experiências, pretendemos reafirmar a crença de que existe um conhecimento a ser expandido continuamente, para além da estética e da linguagem, no qual o estudante aprende com o seu movimento e com o fluxo de atenção/consciência, observando e se auto-observando, num exercício constante de investigação. O território epistêmico do corpo cênico.

### **As disciplinas e o indisciplinar na formação do corpo do artista cênico**

Evocamos a perspectiva dos estudos do corpo como exercício indisciplinar (GREINER, 2005) para pensar o corpo cênico e lançar as seguintes perguntas: como construir uma perspectiva de investigação do corpo transversalmente às disciplinas da formação do artista cênico? Quais conhecimentos e práticas são importantes? As considerações que iremos apresentar aqui não têm a pretensão de fechar um modelo, mas sim de abrir a discussão.

A perspectiva que gostaríamos de propor consiste num território híbrido e experimental, que compreende, para além das disciplinas de técnicas e práticas de dança e de atuação, as bases anátomo-fisiológicas do corpo e do movimento e a perspectiva do *soma*, porém com a primazia do corpo cênico e dos processos investigativos da arte.

Consideramos a perspectiva do *soma* especialmente válida para o artista cênico, em diversos aspectos, sendo que tal perspectiva vai muito além das próprias técnicas somáticas em si; ela é um modo de entender o corpo como um “processo corporificado de consciência interna e comunicação”, como propôs Thomas Hanna (*apud* GREEN, 2002, p. 114).

Acreditamos que o conhecimento anatômico é fundamental, uma vez que existe uma realidade biológica do corpo, da sua constituição de tecidos e formas, que confere limites e possibilidades, e que é preciso conhecer. De nossa experiência com os estudantes, há muita fantasia e desinformação sobre o corpo, muitos entendimentos

enviesados. De que forma o conhecimento anatômico pode ser aplicado ao estudo do corpo cênico?

A nossa opção é por uma visão evolutiva e sistêmica da anatomia funcional, com a compreensão de que o movimento corporal é resultado da evolução da espécie, mais a história do grupo social, a história particular de cada indivíduo, como conceitua José Antonio Lima<sup>58</sup>:

O movimento de um indivíduo num determinado momento depende, de um lado, da linha evolutiva de sua espécie, de seu próprio desenvolvimento como embrião, feto, etc. e de outro lado, de como esse indivíduo se insere no universo de normas legais, morais, éticas que o cercam e aos seus antecedentes. E da maneira como se relaciona com elas: em passividade, submissão, em rebeldia, em aceitação ativa ou passiva, inaceitação ativa ou passiva. Se fosse possível rastrear estes processos, o produto final da somatória desta busca seria o levantamento de sua genealogia somática e social, no que concerne ao movimento singularizado em suas ações. (LIMA, 1996, p. 60-61)

Essa concepção leva em conta a história cultural do corpo e as suas interações, resultando numa consciência que é emancipatória, no sentido de questionar modelos socialmente (im)postos.

Acreditamos que a anatomia funcional é um conhecimento pivô nessa formação, para o artista cênico de forma geral, que precisa fazer a preparação corporal de si mesmo e de outros, lidar com acionamentos poéticos, e/ou criar práticas pedagógicas.

As bases anatomofisiológicas permitem compreender princípios da dinâmica do corpomente (DOMENICI, 2004) que estão nos processos de movimento e das ações corporais. Por exemplo, o fato de que cada movimento/ação resulta de um processo de exibição momentânea de possibilidades e a escolha do comportamento mais adequado, tudo em milésimos de segundo: as emoções participam ativamente desse processo, e, na maior parte das vezes, a consciência superior não o acompanha em tempo real.

Tomando um movimento qualquer, por exemplo, ajustar a trajetória do braço para agarrar uma bolinha no jogo de malabares, ou ajustar a velocidade do seu movimento para coincidir com o parceiro de cena naquele momento certo para provocar o *Ahhh!!* da plateia,

---

<sup>58</sup> José Antonio Lima é médico e pesquisador do movimento corporal, criador da Reorganização Postural Dinâmica, que vamos apresentar adiante. Esta concepção sobre o movimento corporal humano está em sua dissertação de mestrado, denominada “Movimento corporal: a práxis da corporalidade” (LIMA, 1996).

os processos de decisão estão no cerne da criação de sentido e de tudo aquilo que se compõe ou recompõe em cena, mesmo que previamente marcado, e um dos desafios é desenvolver maneiras para lidar com a precisão das marcas sem ficar preso ou “engessado”.

A dinâmica dos estados de consciência durante o movimento pressupõe a relação entre níveis de consciência conhecidos como *consciousness* e *awareness*<sup>59</sup> (DAMÁSIO, 2012). Por exemplo, quando Eleonora Fabião (2010, p. 322) comenta sobre a presença cênica como “uma espécie de estado de alerta distensionado ou tensão relaxada que se experimenta quando os pés estão firmes no chão, enraizados de tal modo que o corpo pode expandir-se ao extremo sem se esvair”, sobressai aqui a descrição do estado de *awareness*.

A experiência do corpo cênico abrange certas situações quando acontece um movimento surpreendente, por exemplo, quando, de repente, fazemos um movimento excepcionalmente adequado àquela situação, sem treino anterior nem planejamento consciente<sup>60</sup>. Situações assim acontecem com frequência em cena, até porque se convive com o risco o tempo todo e existem muitas coisas que dependem de precisão: a manipulação de objetos, os gestos, as intenções, a criação de sentido, a troca de roupa em tempo da próxima cena, o jogo com a plateia, etc. Para isto, os estados de *consciousness* e *awareness* colaboram o tempo todo.

Nesse sentido, podemos dizer que o corpo cênico se adapta a lidar com uma grande quantidade de variáveis, buscando certo grau de estabilidade em um quadro potencialmente cheio de riscos e imprevisibilidade, e assim a atenção se mantém viva no presente do presente. Os problemas do corpo cênico passam, por exemplo, por descobrir como manter a surpresa, o jogo vivo para si mesmo e para o espectador, mesmo tendo repetido tantas vezes uma cena. Um dos caminhos é aprender a vivenciar a consciência como um fluxo de estados ancorados nas percepções de si mesmo e do outro. Esta é a perspectiva do *soma*.

---

<sup>59</sup> O primeiro se refere ao alto nível de consciência, aquele em que “eu sei que eu sei”, enquanto o segundo é um nível mais básico de consciência parecido com o estado de alerta. Ambos interagem entre si nas diversas situações, dinamicamente.

<sup>60</sup> Esses movimentos costumam acontecer conosco em situações de desafio, em que algo muito importante se acha em risco, ou paradoxalmente em situações de completa tranquilidade (LIMA, 2020, p. 210).

As práticas somáticas trouxeram um terreno de ampliação para as artes do corpo na medida em que compreendem o movimento a partir do *continuum* corpomente. A somática, portanto, tem um longo acúmulo de conhecimentos e práticas que podem servir para a investigação sobre os estados de presença e consciência do corpo cênico. Por isso, acreditamos nessa contribuição.

O corpo cênico como campo relacional pressupõe trabalhar o fluxo de atenção/consciência, dos estados do corpo, de atenção a si e/ou ao outro. Como estimular a atitude de investigação, de investigação do corpo cênico nas práticas de dança e de atuação?

Com essas perguntas em tela, a seguir, iremos apresentar e discutir duas experiências: o uso de abordagens somáticas nas aulas de balé e um caso de experimento indisciplinar para a formação em artes cênicas, envolvendo anatomia funcional e práticas da Reorganização Postural Dinâmica, culminando em Processos investigativos do corpo cênico.

### **Processos investigativos do corpo cênico**

No Bacharelado em Artes do Corpo em Cena, na Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), a formação do corpo se inicia com um pivô de dois componentes curriculares: o primeiro é o Estudo do Corpo com ênfase na Anatomia, Fisiologia e Cinesiologia; em seguida, o componente curricular denominado Processos investigativos do corpo cênico<sup>61</sup>. Este curso de graduação abarca estudantes de teatro, dança e *performance*, sem separação.

O Estudo do Corpo consiste em aulas teórico-práticas de anatomia vivencial, nas quais são realizadas atividades de identificação das estruturas ósteo-articulares e musculaturas, através de figuras em pranchas anatômicas concomitantemente com exercícios de percepção e movimento. A organização dos conteúdos visa favorecer a visão do corpo em ação, bem como com enfoque somático do estudo do corpo. Assim, no estudo das musculaturas, privilegiamos a identificação dos grupamentos musculares segundo a sua ação, por exemplo, “flexores do quadril”, “elevadores da escápula” e assim

---

<sup>61</sup> Os componentes curriculares são ministrados por Eloisa Domenici, que tem formação interdisciplinar em Dança e em Biologia.

por diante, com ênfase na vivência do movimento e na experiência proprioceptiva (cf. GREEN, 2002). O enfoque busca compreender a organização do movimento como ação coordenada, dentro da interação com os estados emocionais e mentais, mediados por imagens.

Em Processos investigativos do corpo cênico, a meta é estruturar dinâmicas de investigação por meio de práticas somáticas da Reorganização Postural Dinâmica.

A Reorganização Postural Dinâmica (RPD) é uma técnica corporal criada por José Antonio Lima, pesquisador do movimento corporal humano, médico, artista da cena e professor, sendo uma das técnicas somáticas criadas no Brasil (LIMA, 2010; LIMA, 2020; BOLSANELLO, 2020). Esta técnica trabalha com diretivas muito objetivas e coloca parâmetros de auto-observação bastante claros.

A primeira premissa desta técnica é que todo movimento é antigravitacional antes de tudo, ou seja, implica sustentar o centro de gravidade (LIMA, 1996, p. 73). A segunda premissa é que a postura corporal se organiza pela ação da pressão dos pontos de apoio contra a superfície (LIMA, 2010, p. 102). Portanto, a presença cênica, nesta técnica, tem a ver com como o corpo se organiza em tensões para realizar a sustentação do centro de gravidade a cada momento.

A metodologia de trabalho, de acordo com a RPD, consiste em propor algumas solicitações e, concomitantemente, observar o que se modifica no corpo e no movimento, estimulando a auto-observação e a atitude investigativa. Nesse sentido, uma primeira solicitação se dá sobre o “estar em pé”, que consiste em pressionar contra os pontos de apoio do chão, e em seguida caminhar mantendo essa pressão. A intenção é despertar as ações musculares dos pés para transformá-los em apoio ativo, com a colaboração dos abdominais, e assim aumentar a força de ação contra o chão, recebendo de volta uma maior força de reação no sentido contrário, que atua na sustentação do corpo. A postura resulta da ação da força de reação contra a gravidade, força esta que percorre o trajeto desde o contato dos pés com o chão, passando por todas as partes do corpo até a cabeça e alinhando as estruturas nesse caminho (LIMA, 2010, p. 102).

As primeiras diretivas são solicitadas aos estudantes a partir de movimentos do cotidiano, tais como caminhar, sentar-se, deitar-se em várias posições no chão, etc. A seguir, solicitamos pequenos encadeamentos de posturas e movimentos, esboçando leituras poéticas. Além disso, cada estudante é convidado a apresentar um fragmento de

movimentos de sua pesquisa de cena ou de qualquer pesquisa que esteja realizando em outras disciplinas ou processos artísticos.

As próximas diretivas da RPD visam o trabalho sobre o tônus muscular, desenvolvendo suas gradações. Ao aumentar a pressão ativa nas diversas partes do corpo, isto provoca o aumento do tônus em musculaturas que, de forma generalizada, respondem à solicitação. Em seguida, solicita-se ralentar a ação, buscando um movimento tenso e lento. A partir daí, o movimento de “tensão lenta” torna-se uma referência de dinâmica para diversas propostas, sempre utilizando os movimentos próprios de cada indivíduo.

A atenção e o estado de presença podem ser muito favorecidos pelo trabalho de refinamento sensorial, que é uma tônica nas técnicas e métodos da educação somática. No âmbito da RPD, o refinamento consiste em conectar a percepção à ação, gerando um processo de consciência mais ampla e fluida, uma vez que a dinâmica dos estados de atenção vai ganhando um fluxo mais contínuo. A princípio, a pressão é um esforço voluntário, mas, com a prática constante, ela se torna um hábito, modificando os padrões de movimento, gerando maior sustentação e precisão nas diversas situações e posições corporais.

O trabalho sobre o tônus produz resultados importantes no conhecimento do corpo cênico, suas texturas e densidades, até porque, como ressalta Fabião (2010, p. 322): “o corpo é sólido, pastoso, gelatinoso, fibroso, gasoso, elétrico, líquido. O corpo acontece em densidades cambiantes”. Nesse sentido, temos visto que essa técnica produz efetivamente transformações corporais que podem ser aplicadas às técnicas de dança e de atuação.

O interessante deste trabalho é que a Reorganização Postural Dinâmica não adota modelos ou sequências de movimentos preconcebidos<sup>62</sup>; ao contrário, o trabalho acontece inteiramente sobre o repertório de movimentos de cada indivíduo, resultando em ganhos para o estado de atenção e a percepção sobre si mesmo e ao outro. As aulas de Processos investigativos tornam-se um caderno prático de estudo do movimento dos demais componentes curriculares, seja as técnicas de dança ou de atuação, ou dos processos criativos.

---

<sup>62</sup> A maioria das técnicas somáticas utiliza movimentos preconcebidos como proposta de trabalho corporal, como acontece no B.M.C., Feldenkrais, Ideokinesis, Eutonia, Gyrokinesis e Bartenieff Fundamentals, por exemplo.

## Abordagens somáticas nas aulas de balé no ensino superior

Apresentamos a prática docente no curso de Licenciatura em Dança, da Universidade Federal de Alagoas, com as aulas de balé<sup>63</sup>. O trabalho é desenvolvido nas disciplinas optativas Técnica Clássica 1, onde o foco é a organização postural a partir do conhecimento das estruturas óssea e muscular e sua aplicação prática; e Técnica Clássica 2, onde o foco é a construção metodológica de uma aula de balé. As aulas apresentam aos/às estudantes novas perspectivas de pensar/fazer balé a partir de uma abordagem somática, e tem como principais referências os trabalhos de Flávio Sampaio<sup>64</sup>, Klauss Vianna<sup>65</sup>, Angel Vianna<sup>66</sup> e Zélia Monteiro<sup>67</sup>.

Quando pensamos o ensino do balé a partir de abordagens somáticas, consideramos três questões primordiais: as singularidades corporais, a consciência do

---

<sup>63</sup> As disciplinas são ministradas pela professora Isabelle Rocha, que aqui comenta sobre sua prática docente.

<sup>64</sup> Nascido no Ceará, Flávio Sampaio foi bailarino e professor do Teatro Municipal do Rio de Janeiro. Também ministrou aulas na Escola de Dança Tatiana Leskova e na escola do Teatro Bolshoi no Brasil. Foi diretor da Escola de Dança do Ceará e, atualmente, dirige sua própria escola de dança na cidade de Paracuru/CE (ROCHA, 2015).

<sup>65</sup> Klauss Ribeiro Vianna (Belo Horizonte, Minas Gerais, 1928 – São Paulo, SP, 1992). Preparador corporal, coreógrafo, professor, bailarino. Responsável por trazer estudos anatômicos para a sala de aula, busca compreender, por meio do corpo, o que seria “uma dança brasileira” – mote modernista de sua trajetória. É precursor dos entendimentos de Consciência/Expressão Corporal associados à materialidade do corpo (ENCICLOPÉDIA Itaú Cultural de Arte e Cultura Brasileira. São Paulo: Itaú Cultural, 2024. Disponível em:

<http://enciclopedia.itaucultural.org.br/pessoa349623/klauss-vianna>. Acesso em: 19 de fevereiro de 2024).

<sup>66</sup> Maria Ângela Abras Vianna (Belo Horizonte, Minas Gerais, 1928). Bailarina, professora, coreógrafa, pesquisadora. Angel Vianna é precursora das noções de Consciência/Expressão Corporal no Brasil. Seu trabalho firma-se no Rio de Janeiro, onde forma profissionais que contribuem para diversificar a dança no país. O pioneirismo em relacionar dança e reeducação do movimento é hoje reconhecido nos três campos em que atua: arte, terapia e educação (ENCICLOPÉDIA Itaú Cultural de Arte e Cultura Brasileira. São Paulo: Itaú Cultural, 2024. Disponível em: <http://enciclopedia.itaucultural.org.br/pessoa349623/klauss-vianna>. Acesso em: 19 de fevereiro de 2024).

<sup>67</sup> Zélia Monteiro tem formação em balé clássico com a bailarina Maria Melô (aluna de Enrico Cecchetti, no Scalla de Milão). Foi aluna e assistente de Klauss Vianna, participando do seu grupo de pesquisa e criação. Foi premiada com a Bolsa Vitae de Artes para pesquisa coreográfica, realizada em Paris, onde permaneceu por quatro anos. Foi premiada pela Associação Paulista dos Críticos de Arte nos anos de 1987, 1992, 1998 e 2010. Ministra aulas de balé clássico na Sala Crisantempo, na cidade de São Paulo. (Fonte: <https://www.zeliamonteiro.com.br/home>).

movimento e das estruturas corporais, e as experiências sensório-motoras de cada estudante. Essas questões são fulcrais principalmente no contexto do ensino universitário.

Vale ressaltar que, neste artigo, pensar o balé a partir de uma abordagem somática não o atrela a uma das várias técnicas de educação somática, mas busca refletir como ele pode ser ensinado e aprendido através de princípios somáticos.

Reconhecer as singularidades corporais dos estudantes é fundamental para o ensino da técnica do balé de forma responsável e cuidadosa. Esse cuidado é importante porque muitas pessoas que desejam fazer balé possuem estruturas corporais que a princípio não são consideradas favoráveis às exigências técnicas, tais como: flexibilidade geral, rotação externa do fêmur em 180 graus<sup>68</sup> (*en dehors*), coluna alinhada sem desvios, que são considerados pré-requisitos para a aprovação nas escolas oficiais de balé, no mundo.

Nas escolas oficiais de balé, os processos seletivos são bastante rígidos e os/as bailarinos/as escolhidos/as devem atender aos padrões corporais determinados, para serem aprovados. Além de aulas de balé, os estudantes são avaliados por fisioterapeutas que realizam testes para avaliar ossatura, grau de flexibilidade, grau de rotação externa dos fêmures (*en dehors*), alinhamento de coluna, joelhos e pés, e qualquer resultado que não atenda aos padrões esperados é motivo de exclusão.

Mas, quando uma escola lida com o desejo de pessoas que querem estudar essa técnica, sua responsabilidade é maior ao trabalhar com uma diversidade de estruturas corporais, principalmente em direção a uma educação mais inclusiva com relação aos tipos de corpos, como acreditamos.

Lidar com as singularidades corporais em uma sala de aula, principalmente no ensino superior, exige que professores e professoras tenham uma atuação que vá além do ensino do repertório de passos do balé. Exige muita sensibilidade e conhecimento das estruturas anatômicas, ajudando os estudantes a dialogarem com a técnica do balé de forma consciente e cuidadosa e respeitando as limitações individuais.

---

<sup>68</sup> “O grau de rotação externa na articulação femoral determina-se predominantemente pela estrutura óssea e, em segundo lugar, pelas características dos ligamentos articulares. Seu grau normal nos indivíduos em geral é de 40° a 50° em cada uma das articulações femorais, o que, somado ao lado oposto, perfaz um ângulo de 80° a 100°. Nos pés de um bailarino na primeira posição dos pés chega a atingir 180°” (SAMPAIO, 2013, p. 110).

Reconhecer e respeitar as singularidades corporais exige, também, que o balé seja contextualizado às questões emergentes da atualidade e que seu ensino não fique preso a conceitos rígidos e equivocados sobre corpo e idade ideais para a prática, abordando a técnica como um caminho e não como fim em si mesmo, assim como as dificuldades de transformações nas pedagogias de ensino, para não perpetuar a excludente tradição do balé.

Identificar as potencialidades e limitações dos estudantes auxilia-nos a organizar as estratégias metodológicas para o aprendizado do balé. Uma das mais importantes é conhecer a estrutura do corpo e sua organização ao mover-se. Como nos relacionamos com a gravidade e o peso dançando balé? Onde e como eu me apoio para me mover no espaço? Como a administração do tônus muscular ajuda na economia de energia e na expressividade? Como dançar sem se machucar?

Estas perguntas, junto com tantas outras que podemos fazer em sala de aula, provocam os estudantes a serem curiosos e participativos no processo de aprendizagem do balé. Juntas, teoria e prática sedimentam um aprendizado mediado pela percepção, sensação e repetição consciente do movimento.

Pensar a organização postural é uma estratégia importante para começarmos a construção de um caminho de (re)conhecimento do corpo. O apoio dos pés no chão sobre o triângulo do pé<sup>69</sup>, o direcionamento da pelve, a organização do cingulo escapular com os membros superiores e o alinhamento da cabeça formam um encadeamento ascendente de organização dos ossos na posição anatômica. Nesse estudo, os experimentos individuais, em dupla ou em pequenos grupos, desvendam as singularidades corporais e ajudam o/a profissional a dar orientações individualizadas aos estudantes nos exercícios do balé.

O uso de materiais como bolinhas de tênis, flutuadores de piscina, faixas elásticas, assim como a massagem e a automassagem, é importante para despertar as sensações corporais e auxiliar na execução dos movimentos propostos na aula. Quando bem aplicados, esses materiais distensionam, direcionam e organizam músculos e ossos, conduzindo os estudantes a executar os movimentos a partir das sensações e com maior consciência.

---

<sup>69</sup> O triângulo do pé refere-se a três pontos de apoio no chão, onde devemos distribuir nosso peso corporal. São eles: 1º metatarso, 5º metatarso e o calcâneo. (MILLER, 2007; CALLAIS-GERMAIN, 2010, p. 296).

O chão também é um grande aliado para despertar e organizar o corpo. O contato da pele com o chão, através de ações como espreguiçar o corpo e rolar nessa superfície, proporciona estímulos sensório-motores que começam na pele e reverberam nos músculos e ossos. Corroborando essa afirmação, Teixeira (2000, p. 257-258) diz que “a pele é uma referência para a estimulação sensorial e motora na organização da postura, do equilíbrio e da motricidade”.

Ainda trabalhando no chão, as ações de dobrar, esticar, afastar, aproximar, abrir, fechar, rotacionar e equilibrar podem ser realizadas de forma organizada a partir das sensações geradas pelo contato do corpo com o solo. O trabalho no chão é tão importante que muitas escolas sistematizam ou adaptam os exercícios que compõem a barra para serem executados no chão. A barra solo ou barra *à terre* pode ser aplicada em qualquer nível de estudos, no entanto, para os estudantes que iniciam os estudos do balé, ela é fundamental.

Esses trabalhos de sensibilização do corpo possibilitam experiências sensório-motoras únicas. Cada pessoa vivencia os estudos do corpo e do movimento dialogando com suas memórias corporais e constrói um conhecimento que nasce de suas estruturas internas. Ao se apropriar de uma movimentação de forma a compreendê-la sensorialmente, a pessoa é capaz de estabelecer diálogos com qualquer técnica de dança.

Faz-se importante refletir sobre os desafios do ensino do balé numa perspectiva somática. A maneira tradicional de aprender balé é reproduzindo o modelo apresentado pelo/a professor/a. A questão não é o fato de o balé ser uma técnica modelar, mas como a técnica e a estética podem ser construídas nas singularidades corporais dos estudantes. O que alguns professores vêm buscando desconstruir é a ideia de que existe um corpo ideal ou pessoas predispostas ao balé. Estamos falando de pedagogias críticas que tornam a prática do balé acessível para variados tipos de corpos.

Vejam este relato de uma estudante do curso de Licenciatura em Dança, da Universidade Federal de Alagoas, avaliando o conteúdo estudado na disciplina Técnica Clássica 1, que ministramos, e que aborda os conteúdos sobre a técnica do balé (ROCHA, 2015, p. 147):

Os conteúdos estudados despertam a consciência do corpo, integrando corpo/mente, fazendo com que a pessoa se sinta inteira. Pensar através de conexões ósseas e grupos musculares que interagem entre si é bem mais

fácil, pois o movimento é harmonioso, é sentido de dentro para fora, respeitando as limitações de cada um. Interessante perceber como o corpo responde rapidamente, pois se trata de um caminho natural, perceptivo, sentido. Não se trata de um corpo repetindo movimentos, mas descobrindo o caminho do movimento. Rompe as barreiras do artificial no ensino da dança. (G.F.S.)

Como já citado, o trabalho que desenvolvemos vem de duas gerações anteriores de pioneiros que contestavam os modelos estabelecidos no ensino do balé, por insatisfação com os métodos de ensino que excluem quem não se amolda às exigências da técnica, ou por terem sofrido lesões causadas por falta de orientações individualizadas às suas singularidades corporais. Estamos falando de Klauss Vianna, Angel Vianna, Flávio Sampaio e Zélia Monteiro, que incorporam abordagens somáticas e desenvolveram novos caminhos para o desenvolvimento dos estudos sobre essa técnica. Suas ideias e práticas permitem fazer grandes transformações no modo de pensar/fazer/ensinar balé.

São transformações necessárias e imprescindíveis para que a atuação dos professores de balé seja atualizada e condizente ao nosso contexto de atuação – da escola de balé à universidade. Vale lembrar que os cursos de Licenciatura formam professores e que a formação do corpo nestes cursos tem um papel multiplicador importante.

### **O corpo cênico como processo investigativo**

Apresentamos brevemente duas experiências, a fim de assinalar o que as práticas pedagógicas suscitaram em termos da construção do corpo cênico, quanto à sua efetividade de responder a solicitações no campo da cena em suas especificidades. O intuito, novamente, é abrir a discussão como um processo investigativo de modo indisciplinar e explorar possibilidades de constituição desse campo.

O corpo cênico pode ser entendido como aquele que se especializa em construir os seus estados de presença, por meio de conhecimentos, técnicas e dispositivos poéticos, num processo investigativo que é aberto e está em constante mutação. A formação nos cursos de graduação pode oferecer as bases para que o corpo cênico se torne um vetor de investigação para a vida profissional, conferindo maior autonomia aos sujeitos nas diversas atividades desse campo. O desafio é pensar, para além das especificidades da dança e do

teatro, o corpo cênico como operador de um enfoque transversal que envolve os conhecimentos sobre o corpo e os estados de presença, movido pelo exercício poético e pelo jogo da cena.

Defendemos a pertinência das bases anatomofisiológicas para estudantes das artes da cena em geral, não apenas para a dança. Em nossa experiência, vemos como essa base amplia as possibilidades de trabalhar com o movimento e os estados de presença, que são matéria de trabalho do artista cênico. Em texto anterior, Strazzacappa (2013) defende a importância do conhecimento anatômico na formação em teatro e apresenta uma metodologia lúdica para o ensino da anatomia para atores.

Vale questionar se os estudantes estão sendo preparados para investigar o seu movimento com segurança e autonomia, lembrando que em breve irão realizar projetos artísticos sem supervisão corporal, ou mesmo irão propor práticas corporais para seus alunos.

Quais conhecimentos e práticas podem promover o estado de presença e consciência, a atenção presente e a fluidez do corpo cênico?

Compreender o ser humano como um ser relacional e que apreende o mundo de forma multidimensional é uma premissa da educação somática. Ao considerarmos que o pilar pedagógico da educação somática é o corpo como experiência, reconhecemos a propriocepção como o “sentido oculto” (SACHS, 1997, p. 59) que possibilita termos o senso de nós mesmos. O sistema proprioceptivo se caracteriza por receptores espalhados em diversas estruturas – pele, músculos, ligamentos, tendões, articulações – que informam ao sistema nervoso central, a todo o momento, a localização do corpo no espaço e as diferenças de pressão que incidem sobre o corpo (BOLSANELLO, 2005).

A propriocepção parece estar diretamente relacionada a esse estado diferenciado de consciência que caracteriza a presença cênica. A atenção a si mesmo está em fluxo com a atenção ao outro, ou seja, assim que se incrementa a primeira, amplia-se também a atenção ao outro e o estado de presença. Como o refinamento sensorial é uma prerrogativa comum às práticas somáticas (BOLSANELLO, 2005), nesse sentido, elas podem contribuir muito.

As práticas somáticas contribuem para o que Fabião (2010) chama de nervura da ação, que nada mais é do que a corporeidade da ação apoiada em três elementos fundantes: a postura, a sensorialidade e a conectividade. A presença cênica é vivenciar o

presente do presente, conectando percepções, sensações e memórias: em cena, passado/presente/futuro perdem sua linearidade e são evocados em ações-reações imediatas.

As observações aqui apresentadas não têm a pretensão de criar fórmulas, já que existem diversas técnicas e práticas somáticas que podem produzir resultados, lembrando que o interesse não reside na somática em si, mas em sua capacidade de interagir com as práticas de dança e de atuação. A resposta está na capacidade da técnica somática de interagir no processo de construir as poéticas do corpo.

A contribuição das práticas somáticas parece ser evidente, no entanto, a prerrogativa precisa ser sempre do campo da arte. Nesse sentido, a investigação do corpo cênico não pode ser restrita aos modelos de movimento ou aos princípios das práticas somáticas. Precisamos ser críticos quanto à sua contribuição na formação nas artes da cena quanto à sua real efetividade em contribuir com a autonomia dos sujeitos.

Concluindo, o campo indisciplinar de que falamos consiste em encontrar caminhos que contemplem as contingências que circunscrevem o fazer nas artes da cena. A investigação do corpo cênico é um campo aberto, a criação cênica está constantemente expandindo os horizontes dos estados de presença e consciência.

Apresentamos aqui as opções que temos implementado e que estão sempre em movimento, pois o corpo cênico não se fecha, e as contingências estão se transformando o tempo todo, os estudantes estão sempre mudando e a cena está sempre trazendo novas possibilidades e desafios.

## Referências

BOLSANELLO, Débora P. Educação somática: o corpo enquanto experiência. **Motriz. Journal of Physical Education**, v. 11, n. 2, p. 89-96, 2005.

BOLSANELLO, Débora P. **Educação Somática e seus pioneiros no Brasil**. v. 3. Curitiba: Juruá, 2020.

BRASIL. Parecer CNE/CP9/2001 – Diretrizes Curriculares Nacionais para a Formação de Professores da Educação Básica, em nível superior, curso de licenciatura, de graduação plena. Brasília: MEC, 2001.

CALLAIS-GERMAIN, Blandine. **Anatomia para o movimento**, v. 1, Introdução à análise das técnicas corporais. 4 ed.. Manole, 2010.

DAMÁSIO, António. **O Erro de Descartes**. Editora econômica: edição de bolso, 2012.

FABIÃO, Eleonora. Corpo cênico, estado cênico. **Revista Contrapontos**, v. 10, n. 3, p. 321-326, 2010.

FORTIN, Sylvie. Educação somática: novo ingrediente da formação prática em dança. **Cadernos do GIPE–CIT. Estudos do Corpo**, n. 2, p. 40-55, Salvador: Editora da UFBA, 1999.

GREEN, Jill. Somatic knowledge: The body as content and methodology in dance education. **Journal of dance education**, v. 2, n. 4, p. 114-118, 2002.

GREEN, Jill. Somatics: a growing and changing field. **Journal of Dance Education**, 2:4, 113-113, 2011.

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

LIMA, José Antonio de O. **Movimento corporal: a práxis da corporalidade**. Dissertação (Mestrado) Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1996.

LIMA, José Antonio de O. **Educação somática: diálogos entre educação, saúde e arte no contexto da proposta da Reorganização Postural Dinâmica**. (Tese) Doutorado em Educação. Instituto de Educação. Universidade Estadual de Campinas, 2010.

LIMA, José Antonio de O. Reorganização Postural Dinâmica. In BOLSANELLO, Débora P. **Educação Somática e seus pioneiros no Brasil**. v. 3. Curitiba: Juruá, 2020, p. 201-218.

MILLER, Jussara. **A escuta do corpo: sistematização da técnica Klaus Vianna**. São Paulo: Summus, 2007.

ROCHA, Isabelle P.R. **Balé de Flávio Sampaio na Academia: diálogos com o Projeto Político Pedagógico do Curso de Licenciatura em Dança da Universidade Federal de Alagoas**. Maceió: Edufal, 2015.

SACHS, Oliver. **O homem que confundiu sua mulher com um chapéu**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 1997.

SAMPAIO, Flávio. **Balé Passo a Passo: História – Técnica – Terminologia**. Fortaleza: Expressão Gráfica e Editora, 2013.

STRAZZACAPPA, Márcia. Por uma “anatomia lúdica” na construção de um corpo cênico. In: Joana Ribeiro da Silva Tavares & Nara Keiserman. **O corpo cênico entre a dança e o teatro**. UNIRIO, 2013, pp. 133-144.

TEIXEIRA, Letícia. **Angel Vianna: a construção de um corpo**. Lições de Dança 2, Rio de Janeiro: UniverCidade, 2000.