

Dança Vocal: O Corpespiriente em Movimento Expressivo

Tereza Margarida Morini Vine¹

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

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

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

A Dança Vocal é um processo de estudos e pesquisa do movimento especializado em dança que lida com as energias internas, contando as histórias do *corpespiriente* como uma história do movimento. Trabalha os sistemas do organismo como iniciadores para movimento/som. Os estudos práticos preparatórios constituem-se em práticas de atividades respiratórias, movimentos vocalizados, práticas pré-meditativas e meditação. O desenvolvimento de processos criativos se dá com o transpor dos estados de atenção e intenção alcançados nos estudos preparatórios em improvisações e conseqüente processo de composição coreográfica. Os estudos teóricos abarcam a pesquisa do ser vivo, em sua

¹ CECA – MUT – doutora - docente - Universidade Estadual de Londrina

complexidade de ser um sistema anatômico-fisiológico-psíquico-emocional-cultural-espiritual, entendendo o ser humano como energia condensada, conectado a todos os elementos do Universo, compartilhando da mesma fonte.

A Dança Vocal origina-se a partir do método de *Vocal Dance & Voice Movement Integration* que desenvolvido por Patrícia Bardi há aproximadamente vinte e cinco anos. Originou-se da sua experiência como *performer* e como psicóloga, de seus estudos de crânio-sacro-terapia² e, principalmente, do sistema chamado *Body-Mind Centering*, desenvolvido por Bonnie Bainbridge Cohen cerca de trinta e sete anos atrás, cuja matéria básica de estudo é o movimento. A escola do *Body-Mind Centering* foi fundada em 1973, para formalizar e articular as pesquisas em andamento e servir de centro de troca de informações e descobertas entre os pesquisadores. Essa escola funde o conceitual e o empírico, alternando o processo da descoberta individual entre a observação e a expressão do movimento, buscando, a partir do movimento, entender o processo do pensamento.

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

A busca do alinhamento entre todos os sistemas do *corpespiriente* se dá pelo diálogo entre consciência e ação: o indivíduo atenta-se para a interdependência existente entre eles e age a partir desta percepção. Encontrar esse alinhamento cria um estado de conhecimento que integra o individual e o coletivo, o específico e o universal, as relações

² Método terapêutico de realinhamento postural que utiliza as extremidades do crânio e do sacro como pontos principais para a reorganização corporal.

pessoais, culturais e mundiais.

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

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

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

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

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

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

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

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

A sensação de peso caindo através dos órgãos integrou uma coordenação natural

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

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

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

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

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

A minha experiência pessoal tem mostrado que é indispensável explorar o inconsciente e lidar com a energia interna do ser humano, sem perder a dimensão da perfeição do gesto contextualizado; buscar na sombra e na luz, existente em cada um, o caminho para a manifestação artística.

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

um guia autorizado, um detonador de experiência que possibilita a transcender os condicionamentos impostos para encontrar a verdadeira fonte de expressão.

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

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

A dança expande-se pelos movimentos do *corpespiriente* de quem dança e expande-se também no *corpespiriente* de quem vê, criando uma relação regulada pelas emoções e sentimentos. Assim, o *performer* transforma-se, valendo-se dos movimentos e

gestos coreográficos, em paisagens artísticas que se deixam conhecer por outros *corpespirientes* na expressão de ser. A dança identifica-se com o esforço da vida.

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

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

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

tempo todo naquilo com que coexistir. Para mim, reconhecer a unicidade é, acima de tudo, uma mudança de paradigma, uma consciência com sentido de crescimento e um crescimento com sentido de evolução. Acreditar profundamente naquilo que faço é o impulso que me faz seguir na vida.

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

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



Desse modo, o processo de criação se manifesta. Um movimento emerge, uma imagem surge. Um presente da vida atemporal. E sendo um presente, a arte se torna um modo de vida. A arte ordena, transforma, mobiliza. Questiona o sentido da vida, o significado da existência, escancarando as crueldades humanas. Coloca-se avante das grandes revoluções

sociais e enfatiza a beleza de ser. É mais revolucionária ainda, porque toca o coração de todos.

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

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

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