

AVISO AO USUÁRIO

A digitalização e submissão deste trabalho monográfico ao *DUCERE: Repositório Institucional da Universidade Federal de Uberlândia* foi realizada no âmbito do Projeto *Historiografia e pesquisa discente: as monografias dos graduandos em História da UFU*, referente ao EDITAL Nº 001/2016 PROGRAD/DIREN/UFU (<https://monografiashistoriaufu.wordpress.com>).

O projeto visa à digitalização, catalogação e disponibilização online das monografias dos discentes do Curso de História da UFU que fazem parte do acervo do Centro de Documentação e Pesquisa em História do Instituto de História da Universidade Federal de Uberlândia (CDHIS/INHIS/UFU).

O conteúdo das obras é de responsabilidade exclusiva dos seus autores, a quem pertencem os direitos autorais. Reserva-se ao autor (ou detentor dos direitos), a prerrogativa de solicitar, a qualquer tempo, a retirada de seu trabalho monográfico do *DUCERE: Repositório Institucional da Universidade Federal de Uberlândia*. Para tanto, o autor deverá entrar em contato com o responsável pelo repositório através do e-mail recursoscontinuos@dirbi.ufu.br.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
INSTITUTO DE HISTÓRIA

KÊNIA SOARES MOREIRA DOS SANTOS



UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

Uberlândia

2016

KÊNIA SOARES MOREIRA DOS SANTOS



Monografia, apresentada ao Curso de História da Universidade Federal de Uberlândia como requisito para obtenção do título de licenciatura e bacharelado em História.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Rosangela Patriota Ramos.

UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

Uberlândia

2016

KÊNIA SOARES MOREIRA DOS SANTOS

DANÇATERAPIA

Monografia, apresentada ao Curso de História da Universidade Federal de Uberlândia como requisito para obtenção do título de licenciatura e bacharelado em História.

Uberlândia, 21 de Junho de 2016.

Banca Examinadora:

Prof^ª. Dr^ª. Rosangela Patriota Ramos
(Orientadora - UFU)

Prof. Dr. Alcides Freire Ramos

(Examinador - UFU)

Prof^ª. Dr^ª. Fátima Antunes da Silva

(Examinadora - UFU)

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus pela vida e a oportunidade de estar estudando para ser um instrumento mais capaz e útil em SUAS mãos. Ao Dr. Hansen por me proteger, ensinar e me guiar rumo à minha missão.

Aos meus pais por me darem a vida e especialmente à minha mãe, Ruth Soares Moreira dos Santos, que tanto me ama, ajuda e incentiva.

A Dona Cora Pavan Capparelli, por ter me dado uma bolsa de estudos em música e dança no Conservatório Estadual de Música Cora Pavan Capparelli de Uberlândia.

A Maria Luisa Resende de Freitas (Lisette) por me permitir continuar meus estudos em sua Escola de Ballet Skema e a todos os professores que me instruíram, guiaram e orientaram ao longo de toda a minha vida.

Ao diretor Harry Dawes Scates do “SPEAK ENGLISH” por me acolher como bolsista, por três anos consecutivos, em sua escola de Inglês em Uberlândia.

Aos meus avós e tios que me receberam em Belo Horizonte para que eu tivesse maiores oportunidades em relação à Faculdade de Letras (FALE) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), à Alliance Française, à dança no Palácio das Artes e na Escola CORPO.

Ao CORPO - Escola de Dança Livre por me darem a oportunidade de estudar, ser professora de dança e concretizar parte do meu sonho. Aos ex-alunos, professores, colegas, amigos desta instituição que eu tanto admiro, estimo e os guardo no fundo do meu coração.

A “Alliance Française Du Brésil” de Belo Horizonte, pelos anos de estudo, aprendizagem e conhecimento, tanto gramaticais quanto culturais e históricos, do ponto de vista Francês e eurocêntrico.

A Faculdade Católica de Uberlândia (FCU), especialmente a minha orientadora Maria Guilhermina de Pieri, por me conduzir ao meu primeiro curso de Pós-graduação, Especialização em Arte e Educação: as diferentes linguagens.

A Faculdade de Música da Universidade Federal de Uberlândia que me permitiu aprender a superar minhas dificuldades e a vencer novas barreiras. Agradeço a minha orientadora Sônia Tereza da Silva Ribeiro e em particular ao meu professor de Canto Lírico, Flávio Carvalho.

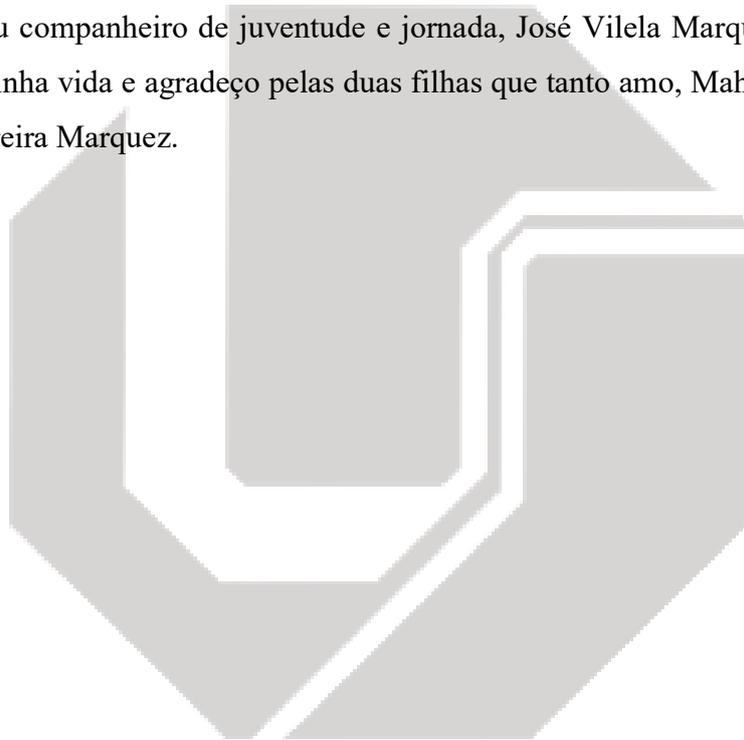
Ao Instituto de História da Universidade Federal de Uberlândia, por ampliar os meus conhecimentos e horizontes. Pelos Trabalhos de Campo tão enriquecedores, pelas amizades

construídas e pelos professores que tanto me ajudaram. Agradeço especialmente ao professor Alcides Freire Ramos que me indicou sua esposa e orientadora Rosângela Patriota Ramos.

Aos novos colegas do NEHAC - Núcleo de Estudos em História Social das Artes e da Cultura - pela ajuda, reflexões, exemplos que recebi em algumas reuniões realizadas nas quintas-feiras à tarde. Principalmente aos colegas Melina e Samuel.

À Mônica Machado Brito pela força, amizade, correções dos detalhes e do acabamento final desta Monografia de acordo com as normas da ABNT.

Ao meu companheiro de juventude e jornada, José Vilela Marquez, por todo o apoio ao longo de minha vida e agradeço pelas duas filhas que tanto amo, Mahara Moreira Marquez e Mohana Moreira Marquez.



UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA



UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA

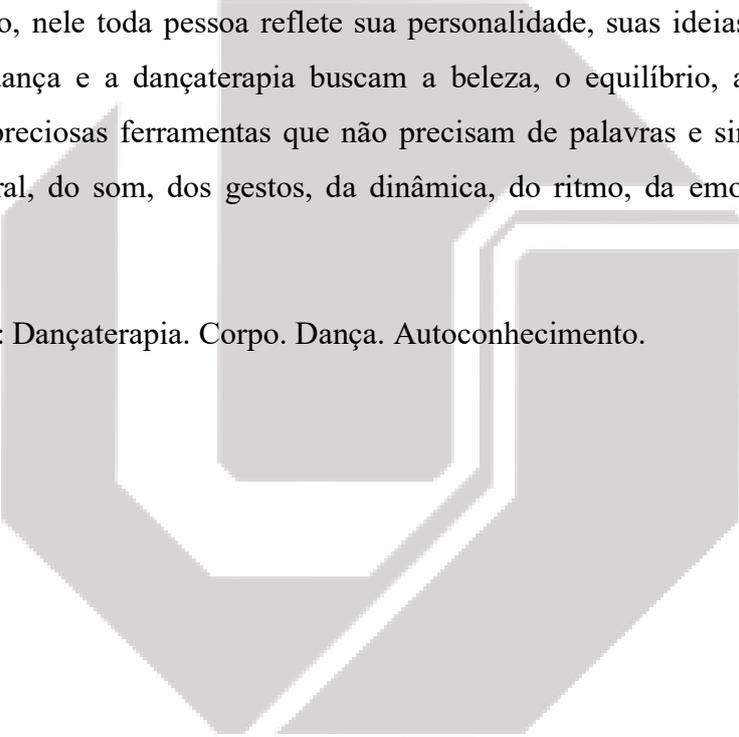
“Há uma força motriz mais poderosa que o vapor, a eletricidade e a energia atômica: a vontade.”

Albert Einstein

RESUMO

Este texto aborda aspectos referentes ao corpo, instrumento de vida e comunicação através do qual se expressa e se relaciona com o mundo à sua volta, material/externo e pessoal/interno. As emoções, sensações e percepções, captadas pelos cinco sentidos, são despertadas, estimuladas e desenvolvidas com a prática da dança e da dançaterapia; propiciando uma maior abertura para a afetividade, criatividade, sensibilidade e espontaneidade. O corpo é um canal de comunicação, nele toda pessoa reflete sua personalidade, suas ideias, suas dificuldades e bloqueios. A dança e a dançaterapia buscam a beleza, o equilíbrio, a harmonia interna e externa e são preciosas ferramentas que não precisam de palavras e sim do movimento, do trabalho corporal, do som, dos gestos, da dinâmica, do ritmo, da emoção, da música e do silêncio.

Palavras-chave: Dançaterapia. Corpo. Dança. Autoconhecimento.

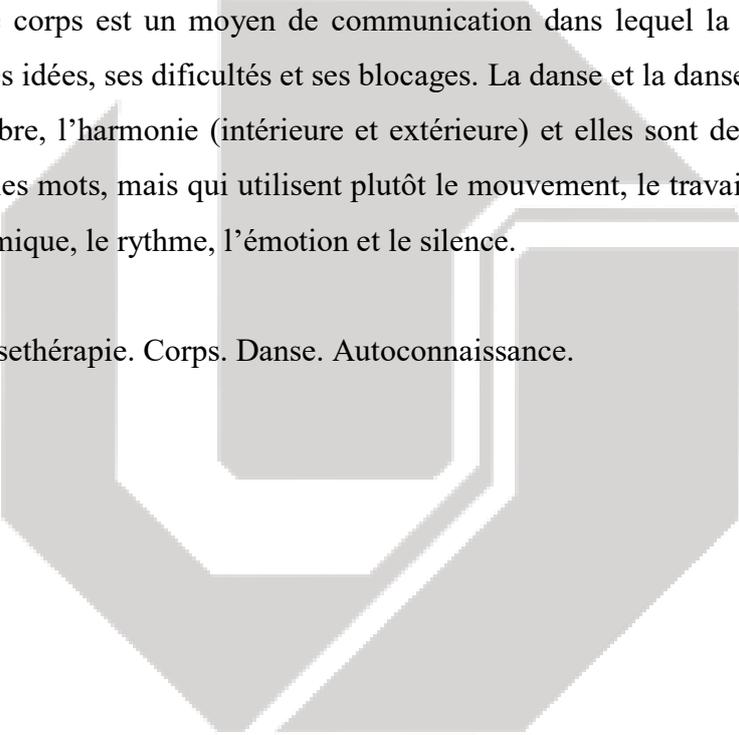


UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

RÉSUMÉ

Ce texte considère des aspects concernant le corps, instrument de vie et de communication que s'exprime et se rapporte au monde autour de lui, le monde matériel/extérieur et personnel/intérieur. Les émotions, les sensations et les perceptions, saisies par les cinq sens, sont réveillées, stimulées et développées avec la pratique de la danse et de la dansethérapie; en favorisant une ouverture plus grande pour l'affectivité, la créativité, la sensibilité et la spontanéité. Le corps est un moyen de communication dans lequel la personne réfléchit sa personnalité, ses idées, ses difficultés et ses blocages. La danse et la dansethérapie cherchent la beauté, l'équilibre, l'harmonie (intérieure et extérieure) et elles sont des outils précieux que n'utilisent pas les mots, mais qui utilisent plutôt le mouvement, le travail corporel, le son, les gestes, la dynamique, le rythme, l'émotion et le silence.

Mots-clef: Dansethérapie. Corps. Danse. Autoconnaissance.



UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	10
CAPÍTULO 1.....	13
Martha Graham.....	14
María Fux.....	16
Seu trabalho os surdos.....	24
A Terceira Idade.....	26
A sua queda	29
CAPÍTULO 2.....	33
O Corpo.....	34
Corporeidade.....	37
Você é seu corpo.....	38
Corpo-aprendizagem.....	41
Corpo-cultura.....	42
Corpo-cultura-educação.....	43
CAPÍTULO 3.....	48
A música como principal estímulo para a expressão do corpo.....	49
Ritmo interno e corporal.....	51
A Dança.....	53
Dançaterapia.....	55
Perfil de um dançaterapeuta.....	61
A dançaterapia enquanto projeto cultural e social.....	61
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	64
REFERÊNCIAS.....	68

O tema desta monografia é sobre a dançaterapia. Através de um estudo bibliográfico dos cinco livros da artista pedagoga argentina e de autores que falam sobre o corpo, a dança, a dançaterapia, o movimento corporal e outros temas inter-relacionados procurei fazer uma pesquisa para compreender melhor, enriquecer e despertar o interesse de alunos, professores, bailarinos, artistas e demais interessados que queiram conhecer e saber a diferença entre dança e dançaterapia. A partir destas leituras apresento conceitos, ideias e problemáticas.

O problema ou principal pergunta que busco responder ao longo desta monografia é: O que é dançaterapia, qual a sua origem e metodologia? Apresento também conceitos e questionamentos sobre o que é dançaterapia? Qual é o perfil de um dançaterapeuta? Quais os recursos e materiais a serem utilizados? Qual o público que pode ser trabalhado e quais as suas contribuições? Quais os tipos de música que podem ajudar neste trabalho? Por que estudar dançaterapia? Qual é o lugar da dançaterapia no mundo contemporâneo?

Como afirmou Daniela de Souza Reis em sua dissertação ‘pesquisar sobre a dança em um país como o nosso não é uma tarefa fácil’, imagine escrever sobre a dançaterapia!

A carência de material para pesquisa, a falta de incentivo e parceria na área, a concentração de institutos de pesquisas nos grandes centros e, ainda, muitas vezes, a crença de que estudar dança remete necessariamente à “ordem prática”, tudo isso é quase uma barreira para o pesquisador. Por outro lado, torna-se também um grande estímulo quando se pensa na possibilidade e urgente necessidade de escrever sobre essa área tão carente de estudos, deixando assim uma contribuição para diminuir o lapso existente nas pesquisas de ordem teórica. Esta seria, então, uma das primeiras justificativas para uma dissertação que tematiza a dança como objeto de estudo. (REIS, 2005, p. 6).

Para falar sobre dançaterapia, seu conceito e suas técnicas é preciso, antes de tudo, falar sobre a fundadora desta nova metodologia, *María Fux*. Para isto é preciso destacar três momentos históricos distintos.

O primeiro momento, primeiras décadas do século XX, seria sobre a vida, a carreira e a influência de Martha Graham (1894/1991) para María Fux. Martha Graham desenvolveu a dança contemporânea e atraiu com sua nova técnica outros bailarinos, atores, músicos, artistas visuais e designers do seu tempo, tanto nos Estados Unidos, no Brasil (para o Grupo e escola CORPO/BH que segue a sua técnica moderna e contemporânea) como em todo o mundo.

Um segundo momento é sobre a vida de María Fux, que nasceu dia 02/01/1922 e continua atuando até hoje aos 94 anos de idade. Ela nasceu entre as duas grandes guerras mundiais que acarretou mudanças e transformações na Argentina, Europa e em todo o mundo.

Na sua adolescência teve conexão com o mundo cultural que a rodeava. O movimento jovem de pintores, escultores e poetas de Buenos Aires a influenciaram. Assim como o simbolismo, o cubismo e o onírico (que diz respeito ou tem caráter na natureza dos sonhos) sugeriram-lhe novas descobertas e possibilidades. Em sua busca por uma nova forma de expressão iniciou um trabalho com surdos, em seguida com a terceira idade. Em 1999 caiu e quebrou sua rótula em duas partes; acarretando dores, imobilidade, cirurgia, e o que parecia ser uma grande perda na verdade foi um grande ganho, pois descobriu valiosas lições de vida. Dando sequência, exponho as diversas facetas do corpo, como conceito, como forma de trabalho, manipulação, disciplina, repressão e as suas diferentes abordagens.

O terceiro momento seria de 1952 até 2016, no século XXI. Em 1952, com trinta anos de idade, María Fux ganha uma bolsa de estudos, por um ano, para estudar com Martha Graham em Nova York. Em seguida a formação do seu Stúdio, suas descobertas, sua obra, seus livros, seus prêmios e a divulgação de sua nova metodologia na Argentina, no Brasil, nas Américas, na Europa e no mundo.

A dançaterapia é uma metodologia desenvolvida pela bailarina argentina María Fux, ainda relativamente recente em sua aplicação no Brasil, consiste em uma disciplina pedagógica e tipicamente terapêutica, que através de conduções com percursos dirigidos se utiliza de diferentes estímulos concretos ou não, para fazer aflorar o movimento criativo e renovador. Os estímulos utilizados pela dançaterapia despertam as áreas adormecidas, libertam as expressões de sentimentos antagônicos que existem em todo ser humano, gerando mudanças gradativas do ponto de vista físico, sensorial, psíquico, comportamental e, conseqüentemente, social.

A Dançaterapia ativa a compreensão de uma nova dimensão de si mesmo, de suas capacidades, dos limites e contrastes que habitam seu interior. É um convite ao prazer de retornar à sua essência, afastando a ideia do “eu não posso”, “não consigo” e predispondo o indivíduo a buscar o “sim, eu posso”, “eu sou capaz”. Na prática, as vivências sucessivas oferecem benefícios como: integrar melhor corpo e mente, liberar o movimento criativo, melhorar a condição física, auxiliar no desbloqueio emocional, ampliar o autoconhecimento, a autoestima e o bem-estar, melhorando a comunicação e os relacionamentos em suas diversas etapas. Outra vantagem da Dançaterapia é que ela, diferentemente de outras atividades, pode ser praticada por crianças, jovens, adultos, idosos e por pessoas com quaisquer tipo de limitações físicas, emocionais ou intelectuais.

Pois bem, dançaterapia é uma forma de linguagem não verbal que permite uma abertura para a afetividade, sensibilidade, criatividade, espontaneidade e comunicação. Sendo

que a música é uma das suas principais ferramentas e fontes de inspiração e exploração. O nosso corpo é o canal, um instrumento de vida, de expressão e de energia interior. O objetivo da dançaterapia é ajudar o indivíduo a retomar sua natureza primária percebendo o pulsar da vida dentro de si. Todo o nosso corpo pulsa e vibra, seguindo um ritmo de vida e de sobrevivência. A liberdade, a graça e a leveza são atributos naturais do ser humano. Trabalhando com a consciência do movimento ela produz um processo de autoconhecimento, de libertação e de criatividade permitindo ao indivíduo estar bem mais situado na sociedade e na (re) construção de sua própria identidade.



CAPÍTULO 1

Marta Graham e María Fux (seu trabalho com os surdos, a terceira idade e a sua queda).

UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

MARTHA GRAHAM

Martha Graham foi uma das maiores artistas do século XX, nasceu em 05/11/1894 e faleceu no dia 04/01/1991, aos 97 anos. Sua criatividade atravessou fronteiras e abraçou cada gênero artístico. Ela colaborou e influenciou com o seu trabalho os principais artistas visuais, músicos, compositores, bailarinos, coreógrafos, atores e designers do seu tempo, incluindo o escultor Isamu Noguchi e designers de moda Halston, Donna Karan e Calvin Klein, assim como compositores da alçada de Aaron Copland, Samuel Barber, William Schuman, Norman Dello Joio, e Gian Carlo Menotti.

Graham influenciou gerações de coreógrafos e bailarinos, incluindo Merce Cunningham, Paul Taylor, Twyla Tharp e para sempre alterou o âmbito da dança. Dançarinos de balé clássico Margot Fonteyn, Rudolf Nureyev e Mikhail Baryshnikov (exilados da União Soviética que vieram em busca de liberdade e novas formas de linguagem) vieram procurá-la para alargar a sua arte, e artistas de todos os gêneros estavam ansiosos para estudar e trabalhar com Graham, ela ensinou atores, incluindo Bette Davis, Kirk Douglas, Madonna, Liza Minelli, Gregory Peck, Tony Randall, Eli Wallach, Anne Jackson, e Joanne Woodward para utilizar seus corpos como instrumentos expressivos. Maria Fux foi sua aluna ao longo de todo o ano de 1952 em seu estúdio em Nova York.

Seu estilo inovador cresceu de sua experimentação com os movimentos elementares de contração e relaxamento (*contraction and release*), centrando-se sobre as atividades básicas da forma humana, ela animou o corpo cru com elétricas emoções. Os movimentos bruscos, angulares e diretos de sua técnica era como se fosse uma partida dramática do estilo predominante da época.

Com uma prática artística profundamente enraizada no ritmo da vida americana e as lutas do indivíduo, Graham trouxe uma sensibilidade distintamente americana para cada tema que ela explorou. "A dança revela o espírito do país em que se enraíza. Tão logo ele deixar de fazer isso, ele perde sua integridade e significado", ela escreveu no ensaio de 1937 em uma plataforma para o American Dance. (WWW.marthagraham.org/about-us/our-history/).

Consistentemente infundido com temas sociais, políticos, psicológicos e sexuais, a coreografia de Graham é atemporal, conectando o público com o passado e o presente. Em 1936 ela recusou o convite de Hitler para se apresentar no Festival Internacional de Artes organizado em conjunto com os Jogos Olímpicos de Berlim.

A vida não é desistir, mas avançar.

Martha Graham



"Passei toda a minha vida com a dança e em ser dançarina, disse ela. Estar permitindo a vida para usá-la de uma forma muito intensa. Às vezes não é agradável. Às vezes é terrível. Mas, no entanto, é inevitável". (WWW.marthagraham.org/about-us/our-history/).

Durante sua longa e ilustre carreira, Graham criou 181 composições de dança obra-prima, que continuam a desafiar e inspirar gerações de artistas e público. Em 1986 ela recebeu o Prêmio "Uma Centennial", oferecido apenas uma vez a cada 100 anos e durante o Bicentenário recebeu a Medalha da Liberdade, a maior honraria civil concedida pelos Estados Unidos. Em 1998, a revista Time nomeou-o "dançarina do século." Martha Graham foi a primeira dançarina a se apresentar na Casa Branca e a atuar como uma embaixadora cultural no exterior, ela capturou o espírito de uma nação e expandiu as fronteiras da dança contemporânea.

Dançarinos são acrobatas de Deus.

Martha Graham



(WWW.marthagraham.org/about-us/our-history/)

Às vezes tenho medo de caminhar na corda bamba. Tenho medo da aventura do desconhecido. Mas isso faz parte do ato de criar e do ato de se apresentar. É isso que um bailarino faz.

Martha Graham

MARÍA FUX

Maria Fux nasceu no dia 2 de janeiro de 1922 em Buenos Aires, Argentina. Entre as duas guerras mundiais e de certa forma foi afetada por suas mudanças e transformações.

Fux iniciou seus estudos de Ballet Clássico ainda criança em Buenos Aires. Não se é do conhecimento de todos, mas o objetivo maior da dança clássica é o uso da sapatilha de pontas, do controle sobre o maior número de piruetas, pernas altas, muita flexibilidade e leveza. A sapatilha de ponta limita os movimentos, já que busca uma técnica apurada, ligada à vaidade, à estética e a perfeição, contrários à evolução natural da dança.

Aos quinze anos Maria Fux teve a oportunidade de ler “A vida de Isadora Duncan”, livro que a influenciou profundamente. Este fato foi decisivo para ela, pois desde cedo María improvisava movimentos livres de dança e sentia palpitar dentro de si outros caminhos que

vão além da dança clássica. Tratava-se da liberdade de expressão, sem se preocupar como o equilíbrio ou piruetas.

Aos quinze anos a influência de um livro que chegou às minhas mãos, *A vida de Isadora Duncan* foi decisiva nessa busca aberta que sentia palpitar dentro de mim através de tantas improvisações. Descobri que, além da dança clássica que estudava, existiam outros caminhos desconhecidos que se foram povoando de Isadora. Ela simbolizou meu rio em direção à liberdade. Tratei de buscar outros meios que estivessem dentro de meu corpo, sem centrar minhas preocupações naquelas piruetas ou no equilíbrio na ponta do pé que estava aprendendo. (FUX, 1983, p. 24).

Ela teve contato com músicas e compositores impressionistas, tais como Ravel, Foret, Debussy e Erik Satie que conseguiram projetar em si novas imagens e percepções. Sem mestre, Maria Fux foi buscando sua intuição e seguindo esta força misteriosa e pujante que brotava sobre sua pele e sua alma. Assim como ela, outros jovens buscavam uma nova dança, uma nova linguagem.

A conexão com o mundo cultural que lhe rodeava teve grande influência nesse período de sua adolescência. O movimento da jovem pintura Argentina, de pintores, escultores e poetas influenciaram o seu trabalho. Sua companhia e seu labor através do simbolismo, do cubismo e do onírico começaram a povoar-lhe de imagens novas e lhe deram várias possibilidades. Ela dançava em qualquer lugar e em qualquer ambiente. Isto lhe proporcionou encontros com um público desconhecido, fora do seu círculo de amigos e aí ela se viu obrigada a trabalhar de uma forma consciente, sistematizando o que até aquele momento tinha sido improvisação.

O encontro com a técnica contemporânea se concretizou quando ela foi como bolsista em Nova York estudar na Escola de Dança de Martha Graham, sua grande mestra. Maria Fux era extremamente pobre e a passagem foi doada pela Fundação Williams em 1952. Sua estadia em Nova York foi de um ano, porém o que ficou mais difícil para ela foi manter-se distante de seu filho de sete anos.

Quando estava se aproximando da data de seu retorno à Argentina, conseguiu ficar a sós com Martha Graham. Ela lhe suplicou que olhasse a sua dança e após uma hora, mais ou menos, sua grande mestra lhe disse:

És uma artista, não busques mestres fora de ti. Não tenhas medo de fazer danças teatrais, és uma atriz. Continua para dentro de ti o mais que puderes. Volta à Argentina e não esperes nada de professores. Teu mestre é a vida. (FUX, 1983, p. 27).

Ao voltar dos Estados Unidos, Maria Fux começou a luta pela sobrevivência, a educação de seu filho e a necessidade de cumprir o que sua mestra havia lhe dito. Alugou um estúdio e começou a dar aulas para poucos alunos. Promoveu recitais no interior da Argentina e foi desenvolvendo seu próprio método, sua própria linguagem, que ficou conhecida internacionalmente pela sua capacidade de inclusão e socialização das pessoas.

Fux não se cansa de dizer que não é uma psicóloga, que não faz interpretações ou dá receitas. Ela é uma artista que através do seu trabalho criativo encontrou um método, através do movimento, que trás mudanças nas pessoas. A única coisa que ela faz é estimular o potencial que cada um tem. E independente do tipo ou da gravidade do problema, sempre haverá algo a ser mudado. Acredita que através do movimento há mudanças não somente físicas e externas, mas também pessoais e internas, e isto ajuda as pessoas a lidarem com suas limitações sejam elas físicas ou psíquicas. Seu método de dançaterapia não interpretativo estimula o reconhecimento do próprio corpo, a aceitação e a alegria. Trabalha com a "ideia do espelho interior", para que a pessoa entre em contato consigo e descubra seu ritmo interno e suas próprias respostas. Ela nunca fala de cura e sim de troca, de transformação. E as pessoas estão necessariamente pré-dispostas à mudança (do seu próprio corpo, do seu sentir e da sua vida). É um método próprio criado através de suas experiências como artista.

Por cinquenta anos, Maria Fux expandiu os limites conhecidos da dança, desenvolvida através da mesma metodologia para a recuperação do equilíbrio psicofísico e expressão das pessoas com qualquer deficiência. Ela se apresentou no Dançarino Colon solo de Teatro em 1954 e 1960.

Seus passeios artísticos e educativos a levaram a Polônia, Estados Unidos, Israel, Moscou, Itália, Espanha, Portugal, Peru, México, Brasil, Colômbia, Bolívia e Cuba. De 1960 a 1965 foi diretora do Seminário de Dança da Universidade Nacional de Buenos Aires. Convidada pelo Instituto de Cultura Hispânica de Madrid, em 1967, fez uma turnê artística que incluiu dezesseis concertos na Espanha, onde ganhou elogios da crítica. Ela viajou para Israel a convite do Instituto de Intercâmbio Cultural Israel América hispânica e Portugal, realizando viagens para cidades como Tel Aviv, Jerusalém, Be'er Sheva, Far Sava, Haifa e vários kibutzim, dando performances e palestras sobre a importância da Dançaterapia em Educação.

Em 1967, ela viajou para Lisboa, Portugal, onde dirigiu as atividades relacionadas à Dança e Dançaterapia. No mesmo ano, apresentou um trabalho de Música no Congresso Terapia realizado em Buenos Aires, intitulado "Dançaterapia, um meio de comunicação para surdos." Continuou pesquisando e executando de forma permanente com o seu método criado

para integrar diferentes tipos de deficiências para dançar e apresentação de trabalhos em conferências internacionais. Em abril de 1970, participa da Primeira Conferência Latino-Americana sobre Surdos, com seu trabalho sobre a importância da educação como forma de dança e expressão para a criança surda. Convidada pelo Ministério da Educação e Cultura Bolívia realizou espetáculos e oficinas sobre Educação em Dançaterapia.

De 1974 até antes de quebrar sua rótula, viajou todos os anos para a Itália e Espanha, onde, nas cidades de Milão, Florença, Trieste, Madrid e Zaragoza, tinham centros de metodologia, ou seja, monitores que aperfeiçoam permanentemente grupos para expandir suas ideias. Em 1980, ela foi convidada pelo Conselho Britânico para a Universidade de Cambridge e uma instituição para deficientes auditivos. Realizou atividades e experiências diretas em Tavistock Hospital e um grupo de médicos da Associação Arooth de doentes mentais e dependentes. Convidada pela 'A Arte Muito Especial' em 1984, no Kennedy Center, em Washington, apresentou seu método de Dançaterapia.



Em 1985, ela viajou para Cuba convidada pelo Ministério da Cultura. Trabalhou com o Psicoballet desse país, deu cursos para formadores em diferentes tipos de deficiências. Ao longo de 15 anos deu aulas de formação para a Associação Real para Pessoas com Deficiência (dependente Reina Sofia) da Espanha, e forneceu treinamento para professores em escolas para surdos além de performances de teatro e televisão. Foi convidada pelo Very Special Arts, Washington, a mostrar seu método em 1989. Em 1996, foi convidada pela Universidade de Sorbonne, na França, para realizar um seminário para os profissionais de Musicoterapia. Em 1997 recebeu um convite da Colômbia para dar cursos de Dançaterapia e trabalhar na área da deficiência. (WWW.mariafux.com.ar/biografia.htm).

Por três anos consecutivos viajou para Brasília com o objetivo de formar dançaterapeutas, convocada pela CIAP, uma instituição dedicada à deficiência. Ela foi

convidada para trabalhar no Hospital Sara Kubistchek na reabilitação de pacientes no pós-operatório.

María Fux foi convidada pela Cultura do México, em 1998, organizado pela Universidade das Artes, onde ensinou cursos sobre Dançaterapia. Ela foi convidada para uma instituição psiquiátrica para trabalhar com deficientes mentais. O Hospital Psiquiátrico Borda em Buenos Aires a convocou, no ano de 2000, para trabalhar de forma integrada com os médicos e pacientes, que também ofereceu um show.

Julho de 2002 ela foi nomeada Cidadã da Cidade de Buenos Aires pelo Legislativo daquela cidade e em setembro foi para o Dia Internacional da Criança em Recife, Brasil. Deu seminários no Convento São Francisco, destinado a profissionais da educação, psicólogos, fonoaudiólogos, dançarinos, ginastas e artistas. Em outubro 2002, foi nomeada coreógrafa perita e Dançaterapeuta Argentina e ensina o seminário "Paralelos entre Musicoterapia e Dança Terapia" em Andres Bello, na Universidade do Chile. Em novembro do mesmo ano, ela fez um workshop organizado pelo Departamento de Educação Musical em colaboração com o Departamento de Educação Especial da Universidade Metropolitana de Santiago, Chile, destinado a profissionais e estudantes com especialização em Educação Diferencial, Educação Física, Cinesiologia e Educação Musical.

Participou do Primeiro Congresso Internacional de Verão "Musicoterapia Desenvolvimento", em janeiro de 2003 declarado de interesse parlamentar pela Presidente do Senado da Nação, organizada pela Universidade do Museu Social Argentino e Música Fundação Therapy. Maio de 2003 dirigiu o Seminário Dançaterapia, com oficinas em São Paulo, Brasil, no Colégio Marista Arquidiocesano. Em novembro do mesmo ano, ela viajou ao Brasil para receber uma homenagem na abertura de um Centro de Terapia de Dança que leva seu nome, na cidade de Goiás, perto de Brasília. Entre cerimônias, cantos e danças indígenas, a reunião foi liderada por Pio Campo, dançaterapeuta ítalo-brasileiro que fez a sua formação com Maria Fux na Itália, Brasil e Argentina.

Em janeiro de 2004, durante a turnê que reliza anualmente pela Itália, inaugurou o "Centro de Documentação Maria Fux" no Centro de Tuscan de Arte e Dançaterapia, com o seu trabalho que realizou durante os 20 anos de atividade no país. Este Centro de Documentação é proposto como um ponto de referência para todos aqueles que operam no domínio da terapia com a arte da dança. Em abril de 2004, ela apresentou seu livro "O que é Dançaterapia, as perguntas são respondidas"; dançou na Feira Internacional do Livro em Buenos Aires. Ela deu seminários e treinamento para oficinas de Dançaterapia em São Paulo, Brasil em maio de 2004 e em outubro apresentou seu show "Depois de 80, o que" no Centro

Cultural Cooperação, juntamente com o seu grupo de dança. O IUNA O Honorável Conselho Superior aprovou o currículo correspondente à Especialização e Mestrado em Dança Movimento Terapia e nomeia María Fux, outubro de 2004, como Diretora Artística.

Em abril de 2007 apresenta seu livro "Fragmentos da Vida", traduzido para Braile pela Biblioteca Provincial de La Plata. Apresentou seu quinto livro, "Ser uma dançaterapeuta hoje", junto com um DVD com imagens da aplicação do método na Itália e Argentina, editado pela Editora Lúmen.

Maria Fux participa do CID (Conselho Internacional de Dança) / UNESCO e do Fórum Mundial de Dança, agosto de 2008, na apresentação sobre os valores que contribuem e que acompanham a formação em dança e as necessidades ser humano como um ser individual e social. Fux desenvolveu um eficaz trabalho de dançaterapia com o público não ouvinte. Partindo do pressuposto de que todos nós somos iguais, descobriu que no silêncio existe uma vasta possibilidade de movimento e dança. O uso de imagens, bem como as cores e formas geométricas como linhas (ondulantes, retas, ascendentes ou descendentes, abertas e fechadas), são fortes estímulos que proporcionam variados ritmos e conseqüentemente diversos movimentos. Maria considera que tudo que está em nosso exterior, assim como o que há em nosso interior como sentimentos, batidas do coração, respiração, entre outros, são possibilidades de movimento e de dança.

Sua passagem na dança possui a continuidade como denominador comum, de forma ininterrupta, as próprias formas e valores decorrentes de seu início, só que vão amadurecendo gradualmente. Continuação do compromisso e abertura em seu encontro com o silêncio, com os surdos, linha, espaço e cor. "É um despertar contínuo. O que aconteceu ontem não é mais útil para mim hoje, eu tenho que gerá-lo novamente. Então eu estou sempre tomando cuidado e eu vivo escrevendo o que eu penso, o que eu dou e aquilo que recebo. O que importa é o presente e não se deve deixar o pensamento estagnar. Voltar é complicado, no entanto, sinto que daqui para frente é como mergulhar na piscina e nadar." (WWW.mariafux.com.ar/biografia.htm).

Outro aspecto fundamental de sua metodologia é a integração dos seres, não há distinção entre o são e o enfermo, o surdo e o não surdo, durante suas aulas as pessoas estão sempre integradas.

No ano de 2000 foi condecorada pela UNESCO como "cidadã do mundo", devido a sua contribuição na área cultural, educacional e social. Ainda hoje, aos 94 anos, María Fux continua a desenvolver a dançaterapia com muita paixão e dedicação.



Através do movimento se geram experiências que não são somente físicas, e sim do nosso corpo interno, do nosso interior, muitas vezes largado, ignorado, gerando medo e problemas sensoriais e/ou psíquicos. Através dos estímulos verbais, visuais ou sonoros que ela dá, se movem e mudam áreas adormecidas, que não se referem somente ao sistema auditivo, mas em todo o corpo. Quando dançamos expressamos não só beleza, mas também nossos medos, raivas, a angústia e a dor. Cada um destes estados são personagens que vivem dentro de nós e que querem sair com a mesma intensidade com que muitas vezes os resistimos, muitas vezes, ao deixá-los aflorar, talvez podemos reconhecê-los como nossos. E através da dança, mais que da palavra, podemos encontrar uma saída. Não dançamos para gostar senão de nós mesmos, para poder criar, nos expressar e nos entregar ao próximo desde o começo e para sempre. Temos de trabalhar muito o reconhecimento do próprio corpo, a nossa aceitação para uma maior possibilidade de expressão.

Sabemos e aceitamos que o corpo ideal não existe e nos vinculamos ao corpo expressivo, generoso, que muda com o tempo e as emoções, que busca e sente. Trabalhamos aceitando que à medida que o tempo passa nosso corpo ganha e perde, reconhecendo os medos e aceitações, sempre pensando que o apoio está no próprio processo de encontro com o mundo interno, onde o movimento em si produz trocas e experiências permanentes. Não aponto os efeitos imediatos, porque estes não produzem o bem estar duradouros. Todas as disciplinas corporais e as ginásticas que valorizam os resultados físicos imediatos e medíveis, não chegam à profundidade de uma transformação e aceitação real, e seu efeito

(frequentemente relacionado à moda ou à aparência física externa) desaparece de imediato, não podendo manter-se ao longo de toda a vida.



Próprio mi trabajo apunto mucho la mirada al espejo interior. Cuando próprio estímulo logra sacar al alumno el espejo externo y encontrar próprio motivación que x ayude a crecer, entonces cambia la propia imagen de próprio modo que abarca mucho más que la mirada hacia la aceptación.. (WWW.mariafux.com.ar).

Não existe uma valorização da pessoa, de sua totalidade e unicidade (ser único), a não ser um molde de um modelo a seguir, por imposição eterna, com uso de anabolizantes ou hábitos que conduzem à anorexia. Sem ir ao extremo da negação do próprio corpo, o que ela quer dizer é ao verdadeiro bem estar que se conserva e prolonga ao longo de toda a vida.

Ela inclui em suas aulas uma relação direta com as possibilidades de cada um, qualquer que seja a sua condição física ou psíquica. Sua dança é sobre estas limitações e ela tem o conhecimento necessário para usar este método em suas aulas. O aluno chega a conectar-se com o seu próprio corpo vivo, sem imposições, sentindo lentamente que ele abandona toda a rigidez e pode alongar-se ou tornar-se flexível, e isto é o que o ajuda a se reconhecer, e vai se entregando, relaxado e estável à sensação de que ele é capaz. Outro fator que ela estimula é a sensibilidade que está dentro ou fora de cada indivíduo. O que María faz não tem nada a ver com a ginástica técnica, ela busca no aluno o seu próprio eixo criativo. E para isto não existe pessoa sã ou enferma, pois muitas vezes ela recebe respostas que extrapolam muito a sua expectativa, de acordo com as possibilidades, ao contrário de muitos

alunos bem dotados que ela tem necessidade de um maior tempo para sensibilizá-los e entrar em contato com o seu próprio corpo, a experiência a mostrou que cada um tem o seu tempo.



Siempre digo que yo no enseño, sino que trato de ser próprio puente de comunicación próprio mi xperiência. Yo doy esa xperiência de próprio manera viva y siempre encuentro receptividad próprio la gente. Vivo próprio próprio búsqueda permanente de cosas que resuenen próprio mi cuerpo, porque todo pasa primero por el próprio cuerpo. (WWW.mariafux.com.ar)

A dor física sem dúvida traz uma semelhança com a dor psíquica. Dá muito trabalho e tem de se aprender a pedir ajuda, tanto quanto como valorizá-la.

SEU TRABALHO COM OS SURDOS

Algo existe de comum entre o corpo e o silêncio, é que não podem mentir.

María Fux

A primeira coisa que temos de ter em mente é que o seu corpo é um instrumento de linguagem. Para ajudar neste processo María trabalha com *slides*, imagens e linhas que sugerem ritmos diferentes e conectam instantaneamente com movimentos distintos, mas além da presença ou não do som. Uma das formas para ir a este encontro é utilizar a geometria do movimento. É como uma equação: linha = movimento. E um será diferente do outro segundo a sua linha: reta ou ondulada, contínua ou intermitente, ascendente ou descendente. Trato de dar ao não ouvinte a possibilidade do que esta linha representa para nós ouvintes na música, buscando no ritmo e na forma a exploração criativa do seu corpo, que sem conhecer os sons, pode se desprender o movimento e dançar.

Outro estímulo inovador é a cor. Ela trabalha com telas muito grandes e com imagens de slides nas quais ela projeta cores, e invariavelmente as respostas se traduzem em movimento e forma. A cor, a linha e a forma são em si mesmas uma linguagem que oferece um grande estímulo para mover o corpo. Tudo o que nos rodeia, tudo o que vemos penetra em nosso corpo e sai dele. Podemos dançar a cor roxa de um tapete, o verde de uma poltrona, a linha do horizonte. O estímulo visual aporta uma grande ajuda para os surdos, permitindo que adquiram e desenvolvam capacidades rítmicas, qualidades do movimento, estruturas espaciais, além de sensações e atitudes que expandem o mundo interno onde os medos desaparecem.



“A mi silencio lo amo. Es como una puerta que puedo abrir y cerrar cuando lo siento necesario. Cuando estoy en silencio descubro cada día quién soy y qué he hecho conmigo. Es un hermoso poder estar.”
(WWW.mariafux.com.ar)

Os cegos não podem dançar criativamente no silêncio, sair do isolamento com o estímulo de seus próprios ritmos internos, imagens, sensações e ideias, além de estímulos visuais corpóreos e projeções. O relato de uma das alunas surdas de María Fux nos dá um pouco da dimensão da dor que um surdo pode passar. O seu sofrimento é silencioso, agonizante. Em uma carta de agradecimento Analía escreve,

[...] Comecei a dançaterapia buscando uma linguagem não verbal que permitisse comunicar-me com os surdos. Foi duro dar-me conta de que o caminho que eu havia escolhido, pensando em ultrapassar os limites do outro, faria que me confrontasse inexoravelmente com meus próprios limites. Então compreendi a razão daquele primeiro pranto e dos que o seguiram. Meu corpo aprisionado, que vinha sofrendo havia tanto tempo, animava-se a mostrar-me suas mordanças, suas portas e janelas enclausuradas pelo medo, pelas feridas ainda abertas pela própria dor e pela dor do próximo, as marcas da solidão. Precisei de mais um ano, muita coragem e lenços de papel, mas finalmente, a alegria surpreendeu-me, sem anunciar-se, numa terça-feira de manhã. Estava no estúdio trabalhando todo o corpo, no chão. Foi como um despertar, uma iniciação; e você, a sacerdotisa, oficiando a amorosa cerimônia. O choro triste, as contrações e aquele imenso cansaço no fim de cada aula deram lugar ao prazer e às revelações. Antigas angústias

expressaram-se pelo movimento, esse corpo que antes, em sua mudez, só me mostrava dor e medo agora podia falar, e conheci a ternura com a ajuda da leveza de uma bexiga. E um dos elásticos que me ajudaram a abrir e fechar portas e janelas e a aceitar a proximidade de outros corpos. Aprendi a dizer Você, Eu, Nós. (FUX, 2005, p. 84-85).



El del no oyente sí es un silencio real, un silencio que le permite conectarse con una escucha diferente de su propia respiración, del ritmo de su sangre y del microcosmos sonoro que representa el propio cuerpo, con sus movimientos. Mi trabajo con los sordos es siempre de integración con alumnos oyentes, de modo que no utilizo un material diseñado especialmente para ellos: todos comparten una experiencia enriquecedora y gozosa que se plasma a través de las formas sensibles que todos poseemos en nuestro riquísimo interior. (WWW.mariafux.com.ar).

A TERCEIRA IDADE

Muitos adultos chegam ao movimento por um longo caminho de esquecimentos e desencontros com o seu próprio corpo, com sua história cheia de sedentarismo, com posturas que os afastam cada vez mais da sua flexibilidade natural que todos trazemos desde a infância, com tensões psíquicas, preconceitos e enormes medos. Para María Fux,

Os adultos chegam à dança com uma postura própria: eles vêm com vidas sedentárias, com rígidos preconceitos, com problemas psíquicos e com nostalgias de uma juventude passada que aspira movimentar-se. Algumas vezes se aproximam de meu estúdio pessoas de mais de 40 anos, depois de haver cumprido uma boa parte de sua missão na vida, com filhos já universitários, casados, trabalhando. Chegam com o desejo de saber se elas, ou eles, podem alcançar a possibilidade de se comunicar através do movimento de seu corpo. “Posso fazê-lo em minha idade?”, me perguntam. É certo que sim. Para expressar-se não há limites de idade. Uma pessoa adulta pode integrar-se com seu corpo para conseguir reconhecer possibilidades insuspeitadas que afloram mediante o estímulo da música, da percussão ou da palavra. Depois as vai transformando lentamente à medida

que aceita seu corpo maduro e sente que responde, e se vê estimulada por movimentos que descobrem energia criadora. Sente que a angústia produzida pela idade e falta de mobilidade entram em outra etapa através destes encontros. Estas mudanças, que logo utiliza na improvisação, tornam possível desenvolver no adulto seu mundo interno, o qual se transforma em alegria e aceitação. (FUX, 1983, p. 93).

A maioria das pessoas questionam se mover-se é algo que valha a pena, já que sentem que perderam toda a possibilidade de expressão e movimento fora da rotina previsível. Alguns veem movidos por uma dormência, mas pelo desejo mesmo de mover-se e expressar-se.

Quando somos crianças necessitamos mover-nos porque movendo-nos expressamos nossa vontade de rir, de chorar ou de brincar. À medida que crescemos nosso corpo, pelos tabus de uma civilização que corrompe nossa necessidade de expressão, perde cada vez mais o desejo de mobilização. É aí que devemos recorrer já adultos, a experiências para “melhorar o físico” em academias de ginástica, onde, sem pensá-lo, não só melhoramos como descartamos a energia acumulada por tanto “não” impostos. Mas, que maravilha seria se soubéssemos comunicar-nos com a música ou sem ela, mas fazendo do corpo um instrumento de comunicação entre o que queremos fazer, entre o que podemos fazer e entre o que vamos descarregando para podermos nos expressar. (FUX, 1986, p. 67).

A pergunta básica é: posso com a minha idade? Que substitui muito elegantemente à afirmação “não vou poder”. De todas as maneiras se aproximaram do Studio de dançaterapia da Maria Fux, e isso mostra que deram um passo ao sair do estancamento e ignorância de suas próprias possibilidades. Alguns deles não perderam nem o desejo e nem a capacidade de brincar (são na realidade os mesmos).

Uma pessoa que atravessa esta etapa da sua vida pode integrar-se através do movimento, explorando e alargando potencialidades que até então desconhecia, que afloram mediante o estímulo musical, visual ou através de suas palavras motivadoras, que são sempre renovadoras de paisagens que ajudam a crer que são capazes.

À medida que aumentam suas possibilidades se produz uma melhor aceitação de seu corpo maduro e seus movimentos se conectam com uma energia criadora, quase desconhecida até então. Se resignifica a potencialidade desta etapa vital, derivada da angústia que produzia com o passar do tempo e da falta de mobilização até uma maior capacidade expressiva e criativa. Produz-se progressivamente uma troca duradoura que o permite desenvolver seu mundo interno através da alegria e da aceitação, apesar das marcas que o tempo deixou em seu corpo.

Os períodos e épocas que vivemos interferem nas práticas e concepções sobre o próprio corpo, bem como concepção de estilos de corpo. Neste sentido compreende-se que o corpo é uma construção social. Ele está envolvido em um processo de educação. Neste processo é submetido a normas sociais, regras, costumes da cultura e do trabalho que o modificam.

O corpo sempre esteve relacionado ao trabalho, à utilidade e ao fazer. Ao longo da evolução da nossa civilização o corpo assumiu um caráter urbano, medindo-o pela sua capacidade de fazer e de como ele se torna público. De acordo com os autores,

O processo civilizatório do corpo era então um processo constante e uma prática em movimento sugerindo trabalho superação e pedindo algum sofrimento, solicitando a busca penosa e esforçada do melhor, com o intuito de contribuir para o bem da coletividade. Traduzia-se em um conjunto de preceitos e técnicas, de gestos e maneiras de viver, abrindo caminho para a consciência que havia sobre as potencialidades da educação, em especial sobre os corpos, sendo estes susceptíveis de se transformarem e se aperfeiçoarem pelo exercício da vontade. (GALVÃO; PEDERIVA, 1995).



El trabajo sobre una silla permite desprenderse del temor que implica desplazamiento para estos cuerpos postergados, casi olvidados, que ven restringido su contacto al encuentro con el dolor y la rigidez. Poco a poco van sintiendo cierto grado de independencia que les permite salir a explorar esa silla que los ha albergado, que los ha sostenido igual que lo hacían sus madres cuando eran niños. Pueden reconocerla como algo estático que está afuera, pero que también tiene una fuerte presencia dentro de ellos. Después de la independencia viene la confianza, y con ella la memoria, entonces, lo cotidiano se transforma. (WWW.mariafux.com.ar).

O corpo na medida em que vai envelhecendo vai perdendo sua flexibilidade, sua capacidade de memória, eficiência e produtividade. Este corpo é valorizado na medida em que ele é silencioso, discreto e produtivo. Quando o homem, ou mulher se aposentam são

excluídos da sociedade. Ele já não tem mais utilidade, ele já não mais produz. A pessoa deixa de ser pessoa/máquina para ser descartável. Ela já não é mais necessária nesta engrenagem capitalista, pois você vale o que produz e como já não produz nada, ele pode ser descartado. A mecânica do poder e do trabalho já sugou o que lhes foi possível. A máquina precisa sair agora da cena mercadológica e ir para a sucata.

E o que fazer com estes corpos? Eles não são máquinas. Exigem respeito e atividades para integrá-los a esta nova etapa da vida. O corpo já não é tão produtivo, mas a mente e o intelecto continuam ativos, despertos e em busca de novas aventuras, diferentes daquelas obrigações que a vida sempre lhes impôs. Já criaram, educaram e acompanharam os estudos e formaturas dos filhos, trabalharam e se aposentaram. Mas a vida continua. E eles estão carregados de lembranças, sentimentos, ideias, emoções e sonhos. Para Patrícia Pederiva e Afonso Galvão,

Os caminhos trilhados fazem interface com a medicina, com a fisioterapia, com a psicologia e com as ciências da motricidade humana. Tal percurso não foge ao modo de construção de conhecimento que se inicia no século XXI, pois também em outras áreas do conhecimento, realiza-se uma construção não mais segmentada, mas edificada em alicerces interdisciplinares, porque o novo século é o tempo de reintegração das ciências, de uma construção conjunta, onde o “cuidar do humano” deverá ser a principal tarefa. Em suma, compreende-se e enfatiza-se a necessidade de interação com as devidas áreas do conhecimento (Psicologia, Educação, Ciências da Motricidade, Sociologia, entre outras), que podem ajudar a elucidar o fenômeno em questão, o corpo em suas dimensões física, mental e emocional e a produzir uma melhor qualidade de vida. (GALVÃO; PEDERIVA, 1995)

O Brasil já superou o estigma de país jovem. A nossa população de idosos já aumentou. Os medicamentos, o tipo de alimentação, os exercícios físicos e a medicina atual estão dando uma maior qualidade de vida e aumentando a longevidade. E esta fase é ideal para a dançaterapia agir. Para ajudar o indivíduo a resgatar a sua identidade perdida ou esquecida durante os longos anos de labor e produtividade.

A SUA QUEDA

Ao final do ano de 1999, antes de viajar para a Itália para dar os seus cursos durante o verão argentino, ela tropeçou em um bueiro (tampa de um esgoto), fraturando a patela em duas partes. Os especialistas tiveram que operá-la em poucos dias e ela atravessou uma lenta e muito dolorosa recuperação. Com um mês da operação ela já podia caminhar sozinha e havia

recuperado um pouco da sua autonomia, apesar de não ser no ritmo que ela desejava. Isto que pode ter um grande aspecto de perda, mas foi além, teve um aspecto de grande ganho, onde recebeu e descobriu valiosas lições da vida.

Seu joelho não podia dobrar e a obrigava a deter-se e buscar novos caminhos. Teve de aprender a pedir ajuda para as ações mais básicas da vida como sentar-se, deslocar-se ou banhar-se; ela pode conectar-se com a fragilidade e com os avanços mais minúsculos, que talvez em outra oportunidade não pudesse ter tido. Seu corpo tinha também partes sãs, que talvez não estivesse no seu foco de atenção em algum momento, mas foram elas que ajudaram a sua perna limitada. Por outro lado sua rótula lhe dizia “não se apresse, dê tempo ao tempo!”.

Para Violeta de Gainza, uma pedagoga musical argentina, María

[...] sentiu a necessidade de transmitir a experiência de sua recente queda, e consequentemente fratura da patela, para explicar ao leitor como as partes sadias do corpo – assim como no trabalho com deficientes – são as que determinam a reconstrução corporal integral. Em um discurso que combina a pedagogia artística com a terapia, aparecem novamente as palavras “geradoras” (raízes, crescer, ternura etc.) que constituem o núcleo da comunicação com o outro, talvez a principal obsessão no trabalho de María. Nessa etapa de sua vida, o mundo interno da artista-pedagoga tornou-se poético, e ela mergulha nele com maior sabedoria. Com inesgotável criatividade, confere vida a objetos inanimados que assim adquirem especial significado. Num estilo informal e espontâneo, María organiza recordações e experiências, tentando transmitir ao leitor suas pautas para o exercício de uma pedagogia artística, artesanal, que se apoia na música e no poder da palavra. Ler María Fux e acompanhá-la em seus relatos e processos de vida resulta em uma experiência particularmente mobilizante para o leitor. (FUX, 2005, p. 13).

Já não valiam a ansiedade e nem os compromissos previamente assumidos; o tempo tomara um novo valor que nada tinha a ver com as possibilidades anteriores e nem futuras: ela devia aprender que, simplesmente o ritmo do corpo e o ritmo do desejo não necessariamente coincidem quando se tem uma limitação física. Apoiada na música e nas partes sãs do seu corpo ela aprendeu a obter pequenos avanços e a desfazer-se da inútil onipotência e a encontrar a felicidade através dos seus próprios limites, que pouco a pouco iam superando, na medida em que iam desejando seu ensinamento.

O que a ajudou enormemente foi a resposta auditiva através da música, a enfrentar seus medos e saber que podia contar com a parte sã de seu corpo, como se um maestro a guiasse muito lentamente. Então ela aprendeu a valorizar os tempos diversos, sobre os quais ela não podia impor porque esta dor existia e a limitava. Ela aprendeu também o que significa

“passo a passo”, “minuto a minuto”. Cada dia acontecia uma pequena resposta que lhe dizia “coragem!”, uma pequena evidência para avançar.

Atualmente sua rótula está permanentemente em um estado de observação que marca a diferença entre ambas as pernas. Todavia ela sente o poder da recuperação e todo o processo avança, agregado a um estado de alerta que a indica quando ela deve parar um trabalho ou quando excedeu a uma exigência de sua rótula. A dor física sem dúvida trás consigo a dor psíquica, porém pode-se sair desta situação. É muito trabalhoso e temos que aprender a pedir ajuda quando necessária, assim como valorizá-la. Espera-se que o artista adquira o domínio de seu corpo para o sucesso de sua arte. Porém é muito difícil e é um trabalho árduo e artesanal.



Tengo una rodilla diferente que requiere un cuidado y una atención diferentes. Esto es algo que acepto desde que aprendí a no ser omnipotente y que trajo la maravillosa consecuencia de aprender a pedir ayuda, sin sentirme por eso una persona dependiente. Hay un antes y un después y, quizás, esto me ayuda entender y poder expresar que sigo aprendiendo y que tengo enormes deseos de continuar. (WWW.mariafux.com.ar).

É uma rotina que tem de ser feita todos os dias, incansavelmente até o organismo aproximar-se do ideal de execução. O nosso corpo possui uma linguagem própria através de gestos, movimentos e posturas adquiridas ao longo da vida. Strazzacappa afirma que

O corpo estaria o tempo todo em representação. Nós assumimos papéis diferentes, e conseqüentemente posturas corporais diferentes de acordo com as situações que enfrentamos no nosso dia-a-dia. Somos constantemente *pequenos* atores desse contínuo *espetáculo* que é a nossa vida. Mesmo quando acreditamos não estar representando papéis, o olhar do outro funciona como prisma e conduz nosso comportamento. Nossa maneira de agir, de gesticular e a forma como nos movemos, como nos sentamos, entre outras, são todas atitudes adquiridas. Nossos movimentos ditos “espontâneos” são, na verdade, comportamentos aprendidos e assimilados no processo de aquisição das chamadas técnicas do corpo. (STRAZZACAPPA, 2006, p. 42)

Enfim a queda de María Fux a tornou mais sensível, mais atenta aos pequenos gestos. Aprendeu a valorizar as partes sãs, a ter a humildade de pedir ajuda e a valorizar estas pessoas que estavam ao seu lado, amparando-a e ajudando-a. Esta limitação de movimentos ensinou-lhe sobre a dificuldade que os deficientes físicos enfrentam e principalmente a perceber que o seu corpo tinha um ritmo próprio e que ela deveria confiar e se entregar à sua inteligência e memória corporal.



CAPÍTULO 2

O corpo. Corporeidade. Você é seu corpo. Corpo-aprendizagem. Corpo-cultura. Corpo-cultura-educação.

UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

O CORPO

O corpo sempre foi tema de estudo ao longo da humanidade. A medicina sempre buscando a cura, por outro lado a vigilância médica procura o controle das doenças e dos contágios. O papel da solitária exerceu e exerce grande importância até hoje nos manicômios, nos hospitais, no exército e nas penitenciárias. É o processo de higienização e padronização dos corpos, dos gestos e das ações.

O exército convoca jovens de dezoito anos, no vigor da saúde e da libido, para através da disciplina, do exercício, do comando e da dominação forjar novos corpos e personalidades para a nação. O corpo sempre foi objeto e alvo de poder. Na Grécia antiga os grandes senhores e reis tinham os gladiadores, exércitos para sua guarda pessoal e defesa. Nós encontramos facilmente sinais deste grande destaque ao corpo, principalmente aquele corpo que se manipula, se modela, se treina, se obedece, que responde e é hábil.

O autor Michel Foucault faz um aprofundado estudo, ao longo dos séculos, sobre o uso e a apropriação do corpo nos diversos setores da sociedade, tais como: exército, escolas, fábricas, conventos, hospitais militares, portos marítimos e dentro das salas de aula. O corpo é usado como um instrumento de poder e para isto ele tem de ter vigor, rapidez, habilidade, constância e deve ser controlado e dócil. Em seu livro *Vigiar e Punir: história da violência nas prisões*, Foucault faz uma brilhante trajetória das instituições que adestram o corpo e que perpetuam até hoje na nossa sociedade.

Não é a primeira vez, certamente, que o corpo é objeto de investimentos tão imperiosos e urgentes; em qualquer sociedade, o corpo está preso no interior de poderes muito apertados, que lhe impõem limitações, proibições ou obrigações. Muitas coisas, entretanto são novas nessas técnicas. A escala em primeiro lugar, do controle: não se trata de cuidar do corpo, em massa, *grosso modo*, como se fosse uma unidade indissociável, mas de trabalhá-lo detalhadamente; de exercer sobre ele uma coerção sem folga, de mantê-lo ao nível mesmo da mecânica – movimentos, gestos, atitude, rapidez: poder infinitesimal sobre o corpo ativo. O objeto, em seguida, do controle: não, ou não mais, os elementos significativos do comportamento ou a linguagem do corpo, mas a economia, a eficácia dos movimentos, sua organização interna; a coação se faz mais sobre as forças que sobre os sinais; a única cerimônia que realmente importa é a do exercício. A modalidade enfim: implica numa coerção ininterrupta, constante, que vela sobre os processos da atividade mais que sobre seu resultado e se exerce de acordo com uma codificação que esquadrinha ao máximo o tempo, o espaço, os movimentos. (FOUCAULT, 2002, p. 126).

Se existe este exército coercitivo masculino existe também um exército feminino. Eu entrei em choque quando me alertaram que a dança nada mais é do que um exército feminino!

Não para a defesa de um país, mas para educação e reeducação de gestos e comportamentos. Onde a leveza, a rapidez, o controle dos movimentos e a delicadeza são formas para se educar a mulher, gastar energia e para torná-la mais esbelta e feminina. Fui observar a ginástica de solo e o domínio que os Chineses exercem sobre o corpo. Crianças que vivem em famílias de baixíssima renda, tanto na China quanto na União Soviética, são tiradas do seio familiar (com a permissão e o apoio da família, evidentemente) com a idade de quatro anos para irem morar em alojamentos masculinos e femininos e se dedicarem de oito a doze horas por dia, com exercícios ininterruptos para transformá-las em ginastas e bailarinas. Isto não deixa de ser uma relação de dominação e apropriação de corpos. A disciplina é a ferramenta mestra. Segundo Foucault,

O momento histórico das disciplinas é o momento em que nasce uma arte do corpo humano, que visa não unicamente o aumento de suas habilidades, nem tampouco aprofundar sua sujeição, mas a formação de uma relação que no mesmo mecanismo o torna tanto mais obediente quanto é mais útil, e inversamente. Forma-se então uma política das coerções que são um trabalho sobre o corpo, uma manipulação calculada de seus elementos, de seus gestos, de seus comportamentos, o corpo humano entra numa maquinaria de poder que o esquadriha, o desarticula e o recompõe. [...] A disciplina dissocia o poder do corpo; faz dele por um lado uma “aptidão”, uma “capacidade” que ela procura aumentar; e inverte por outro lado a energia, a potência que poderia resultar disso, e faz dela uma relação de sujeição estrita. Se a exploração econômica separa a força e o produto do trabalho, digamos que a coerção disciplinar estabelece no corpo o elo coercitivo entre uma aptidão aumentada e uma dominação acentuada. (FOUCAULT, 2002, p. 127).

Estas dinâmicas foram exercidas e colocadas em ação nos conventos, as freiras vivem em celas, nas fábricas, nos hospitais militares, nos portos marítimos, nos aeroportos, no exército e nas escolas. Em todas elas o espaço, o horário, a higiene e a disciplina são controlados. Para Foucault,

O tempo medido e pago deve ser também um tempo sem impureza nem defeito, um tempo de boa qualidade, e durante todo o seu transcurso o corpo deve ficar aplicado a seu exercício. A exatidão e a aplicação são, com a regularidade, as virtudes fundamentais do tempo disciplinar. Mas não é isso o mais novo. Outros modos de proceder são mais característicos das disciplinas. (FOUCAULT, 2002, p. 137).

Foucault cita exemplos como o controle da marcha do exército, do manuseio da espingarda, da lavagem e limpeza corporal, do ato de escrever que não deixa de ser uma ginástica (motricidade ampla) e um controle gestual (motricidade fina). Sendo assim, a

disciplina serve para organização, economia do tempo e para exercer o poder sobre os homens. Para ele, “a disciplina não é mais simplesmente uma arte de repartir os corpos, de extrair e acumular o tempo deles, mas de compor forças para obter um aparelho eficiente”. (FOUCAUL, 2002, p. 147). A perfeição é a meta e nunca deixou de ser um sonho. O sonho de,

[...] uma sociedade perfeita é facilmente atribuído pelos historiadores aos filósofos e juristas do século XVIII; mas há também um sonho militar da sociedade; sua referência fundamental era não ao estado de Natureza, mas às engrenagens cuidadosamente subordinadas de uma máquina, não ao contrato primitivo, mas às coerções permanentes, não aos direitos fundamentais, mas aos treinamentos indefinidamente progressivos, não à vontade gerais, mas à docilidade automática. [...] A referência romana que acompanha essa formação inclui claramente esse duplo índice: os cidadãos e os legionários, a lei e a manobra. Enquanto os juristas procuravam no pacto um modelo primitivo para a construção do corpo social, os militares e com eles os técnicos da disciplina elaboravam processos para a coerção individual e coletiva dos corpos. (FOUCAUL, 2002, p. 151-152).

O Dicionário Houaiss da língua portuguesa define disciplina como sendo:

1- obediência às regras, aos superiores, a regulamentos <*d. militar*> <*d. partidária*> 2 - ordem, regulamento, conduta que assegura o bem-estar dos indivíduos ou o bom funcionamento (p. ex., de um organização) <*é essencial a d. dentro de um hospital*> 3 - ordem, bom comportamento <*esses alunos não têm d.*> 4 - p. ext. Comportamento metódico, determinado; constância <*para vencer na vida é preciso d.*> 5 – ciência, ramo de conhecimento; matéria escolar [...]. (HOUAISS, 2009, p.629).

Enfim, o tempo passou, a sociedade evoluiu, mas os mecanismos continuam os mesmos, aliás, mais eficazes. Nas escolas, nas normas acadêmicas, nos bancos, nos hospitais, nas prisões, nos conventos, nas igrejas, nas ruas e no trânsito. Para tudo exige-se disciplina, precisão e atenção deixando este corpo cada vez mais fechado, contraído e fragmentado. Pela pressa, pela competitividade em que o homem atual vive dentro deste capitalismo selvagem. Seu corpo reflete este processo de embotamento, pela limitação causada por repetição de movimentos que o tornam idiotizado.

Outras atividades alternativas foram buscadas no oriente, tais como o Tai Chi Chuan, a Yoga e a meditação, para permitir o homem sair desta pressa, e retornar à calma, à sua essência, à sua respiração natural e conectá-lo com o seu interior.

A dançaterapia é uma ferramenta a mais, que não exige disciplina, repetição, perfeição ou performance. Ela busca a libertação das pressões impostas pela própria pessoa, pela família, pelas instituições e pela sociedade. É um movimento livre, liberto e sem amarras. Ela é uma, dentre várias opções, para desbloquear, libertar e se expressar livremente, sem censura

ou repreensão. Não existe a melhor atividade, ou melhor opção, cada pessoa tem a sua preferência e se identifica mais com uma do que com outra atividade. Depende da escolha, do gosto, da preferência e até do momento de vida em que a pessoa se encontra.

CORPOREIDADE

O dicionário Houaiss define corporeidade como sendo a qualidade, a propriedade do que é corpóreo; corporalidade. Segundo Moreira,

Como corporeidade compreende-se o corpo como um corpo-sujeito existencial. Contempla-se o sensível, o inteligível e o motor. Trata-se de um corpo que busca qualidade de vida. Valores como conservação, cooperação, qualidade e parceria substituem os valores de competição, quantidade e dominação quando se trata de corporeidade. [...] A corporeidade é uma perspectiva que permite pensar o corpo em relação à sua vivência no cotidiano, e que é percebido como um organismo. (MOREIRA, 2003).

A corporeidade vai além do corpo humano que é formado por células, tecidos, órgãos e sistemas. Ela vai além do corpo físico construindo em suas experiências pessoais, sócio-históricas e culturais trazendo em si a marca da individualidade singular, única e atemporal, pois o passado e o futuro se mesclam e se integram no momento e no corpo presente. Para Freitas o homem

[...] inserido nas relações histórico-culturais de seu meio é um indivíduo único e capaz de testemunhar sua própria experiência, construindo sua vivência singular na complexa rede de inter-relações. Como corporeidade, o corpo humano não termina nos limites que a anatomia e a fisiologia lhe impõem, sendo construído nas relações sócio-históricas e trazendo em si a marca da individualidade. (FREITAS, 1999).

Galvão e Pederiva continuam dizendo que a

Essência e existência estariam mescladas na corporeidade. [...] Trata-se também de partilhar, da intercorporalidade, de estar em um mundo com outros corpos. A corporalidade, desta forma, faz com que o universo humano seja ampliado para um mundo fenomenológico onde a relação do ser e do mundo, ou ainda, do ser no mundo implica a riqueza de vivências significativas. O corpo não é o começo nem o fim da condição humana. Como corpo vivenciado é o meio no qual e pelo qual o processo da vida se perpetua (FREITAS, 1999). Afirmar o ser humano, como unidade existencial requer sua compreensão como uma subjetividade encarnada, como ser espiritual e corpóreo, que está aberto ao mundo e, sem o qual ele não existe. Formando assim uma síntese dialética, não se pode negar nem um, nem outro, não se pode separá-los. Nesse contexto, o mundo é o horizonte e a perspectiva onde a realidade objetiva obtém significação pela subjetividade.

O corpo que ainda não é corporeidade é mutável e se transforma na sua maneira de ser. Pois é através da corporeidade que constitui o homem como um ser no mundo e as suas diversas relações. O corpo é um sujeito da cultura e é influenciado por ela. A corporeidade é a imagem corporal de um indivíduo que pensa, sente e age.

VOCÊ É SEU CORPO

A bioenergética se apoia no simples fato de que cada ser é o seu corpo. “Nenhuma pessoa existe fora do corpo vivo. Você é seu corpo e ele é você, ele expressará quem você é (sua forma de estar no mundo). Quanto mais vivo for o seu corpo, mais vivamente você estará no mundo.” (LOWEN, 1982, p. 47).

É através do corpo que recebemos e emitimos informações. Atualmente os homens se perdem nesta estressante rotina diária gerando desta forma o stress; o “acúmulo de tensões enrijecem os músculos, bloqueiam as articulações, afetam a respiração, restringem os movimentos e comprometem o psiquismo, contribuindo para estressar e dessensibilizar o organismo humano” (CALAZANS, 2003, p. 48).

Sábio é o homem que tem consciência de que o seu equilíbrio está no movimento e respeita seus limites.

A expressão e a criação no nível do corpo são próprias do ser humano, qualquer que seja seu estágio cultural ou qualquer que seja sua condição física. A necessidade de mover-se é parte da pessoa e quanto mais seja ajudada a expressar-se, mais benefícios obterá para o resto de suas atividades em sua vida privada ou social. (FUX, 1983, p. 97)

Quando o corpo sente dor é porque algo está errado. Se pararmos para entender o que se passa internamente e o que esta dor está querendo nos dizer, podemos atuar sobre ela de maneira correta. O corpo foi concebido para desprender o mínimo de energia para o máximo de rendimento. Ele é um grande livro de registros, que fala se expressa, chora, sorri e sente dor. “A dor nada mais é que um espasmo de defesa, de apelo e reorganização, chamamento à consciência do corpo.” (BERTAZZO, 1998, p. 34).

Por outro lado, a dança, a ginástica, a musculação e o movimento corporal são prevenções contra doenças, o desânimo, a obesidade, o stress e a depressão. Estas atividades físicas proporcionam bem estar, autoestima, alegria, melhorando a qualidade de vida e do sono. Estes benefícios evidenciados são o fruto das minhas vivências corporais e da aquisição de conhecimento no continuado relacionamento com meus ex-alunos.

Para Isadora Duncan, uma grande revolucionária da dança no início do século XX, existe uma grande diferença entre a ginástica e a dança,

A gymnastica deve ser a base de qualquer educação physica, é preciso inundar o corpo de ar e luz. É essencial dirigir-lhe o desenvolvimento de uma maneira methodica. Faz-se necessário captar todas as suas energias vitaes em proveito desse mesmo desenvolvimento. Este é o dever do professor de gymnastica. Depois é que vem a dansa. No corpo harmonicamente desenvolvido e elevado ao ponto supremo de energia, penetra o espírito da dansa. Para o gymnasta, o movimento e a cultura do corpo se bastam a si mesmos; para o dansarino, são apenas recursos. Para este, convirá até que o corpo seja esquecido. Quando muito, elle não será mais do que um instrumento valioso e bem afinado, no qual – ao contrario do que lhe pede o gymnasta, tão só a expressão dos movimentos do corpo – também, se possam reflectir os sentimentos e os pensamentos da alma. (DUNCAN, 1940, p.154)

Isadora era contra o uso de sapatilhas, pois segundo ela, impediam a liberdade e limitavam os movimentos. Usava somente túnicas soltas e leves para dar liberdade, expressão e leveza. Ela gostava de dançar na natureza, nas fontes e nas praças, como se estivesse integrada a ela. Foi através da leitura de sua vida que María Fux se interessou mais ainda sobre o seu método. Na escola que Isadora Duncan criou na Europa, procurava ensinar as suas alunas exatamente como ela dançava e sentia a natureza. Para Isadora

[...] Seus estudos e observações não se deviam limitar as formas manifestadas pela arte, mas antes e preferentemente, ir buscar licções nas fontes vivas da natureza. O movimento das nuvens tocadas pelo vento, às árvores que se agitam, os pássaros que cantam, as folhas que turbilhonam, - tudo deveria ter para ellas um sentimento especial. Competia-lhes aprender a observar a **qualidade** particular de cada movimento. Precisavam sentir na alma uma ternura íntima, desconhecida dos outros, e capaz de iniciá-las no segredo das coisas, pois qualquer parte dos seus corpos ágeis, treinada como se achava, deveria corresponder à melodia da natureza e cantar em unisono com ella. (DUNCAN, 1940, p.155).

A dança e a dançaterapia proporcionam ao organismo humano ganhos, tais como: ativam a memória (auditiva, corporal, sensorial e espacial); traz harmonia interior; fortalece a musculatura; dá maior flexibilidade ao seu corpo e articulações; estimula o sistema nervoso; dá noções de limites espaciais, lateralidade; autoconhecimento (maior conscientização do corpo); desenvolve a espontaneidade e criatividade; socialização; traz equilíbrio, eixo e harmonia; desenvolve e melhora o ritmo; melhora a coordenação motora; aumenta a consciência dos três elementos principais do movimento, tais como espaço, tempo e dinâmica; disciplina; ajuda a formação de um indivíduo mais seguro, desperto e equilibrado; torna-o

mais independente, calmo, consciente para enfrentar seus medos e inseguranças. Calazans acrescenta e afirma que

[...] Eis o que um bom trabalho corporal e de dançaterapia proporcionam: [...] a regulação das tensões; - a organização da postura; - a percepção das conexões entre os segmentos; - o fortalecimento da dinâmica corpo/mente, promovido pela inter-relação mover/sentir/pensar; - a reposição da energia desgastada pelo estresse; - a melhoria das condições posturais, da respiração, da circulação, da coordenação motora, da propriocepção; - o equilíbrio do organismo como um todo produzindo integração corpo-mente, promovendo a saúde e o bem-estar. (CALAZANS, 2003, p. 55).

O momento de maior equilíbrio do corpo é quando estamos em movimento, andando e é através dele que definimos nossas direções e realizamos os nossos desejos. O centro do pensamento humano é manifestado pelo corpo. O corpo é o nosso instrumento e com o estudo dos movimentos os gestos passam a ser mais observados, sentidos e vividos, através do aprendizado do exercício, da repetição, da consciência deste movimento e da autopercepção.

Para Bertazzo os

[...] Nossos movimentos voluntários são constantemente realizados em decorrência de um desejo, de uma motivação. Os movimentos que realizamos habitualmente têm sempre um clima emocional atrás de si. Movemo-nos em decorrência deste ou daquele desejo, impulsionados por tal ou qual motivação e a raiz desse fenômeno está em razões primordiais de sobrevivência e na procura do prazer. (BERTAZZO, 1988, p. 23).

Tudo em nossa vida é movimento. Nada é estático e o que fica sem mudar, sem ser usado ou sem um funcionamento adequado, finda por deteriorar-se e atrofiar-se. Todas as nossas células são constantemente renovadas. Bertazzo fala sobre isto,

[...] O movimento acontece para manter e atualizar a forma, para fazer com que a matéria não se deteriore, para que ela mantenha sua integridade. Toda a forma de vida se mantém pelo contínuo exercício do movimento. Até mesmo nossos ossos, percebidos falsamente como estáticos, contêm movimento: a matriz óssea é continuamente moldada pela ação dos músculos e pela gravidade para não se descalcificar, para não perder sua função na organização de nosso corpo, para nos permitir ficar em pé, etc. (BERTAZZO, 1998, p. 38).

O veículo que nos permite viver, receber e emitir ações através dos cinco sentidos, enquanto ser humano é o corpo. De acordo com Galvão e Pederiva no início do século XXI,

[...] o tema corpo “invade” reflexões e pesquisas em diversas áreas do saber. Parece haver uma necessidade global de tentar compreendê-lo sob novas

perspectivas, novos paradigmas. [...] diversos corpos fazem parte desta reflexão: “corpo-músico”, “corpo-educação-musical”, “corpo-vivência” (corporeidade), “corpo-aprendizagem”, “corpo-performance”, “corpo-imagem”, “corpo-esquema” “corpo-cultura” e “corpo-cultura-educação”. Espera-se assim, que estes corpos possam nos fazer lembrar que, antes de termos um corpo, somos um corpo. (GALVÃO; PEDERIVA, 2006, ANPPOM).

Segue abaixo algumas definições e conceitos em relação ao corpo, pois é através deste corpo que aprendemos, entramos em contato com a cultura, com a educação e com o mundo a nossa volta. Tudo está interligado e o corpo é o canal, o suporte para esta interconectividade de relações e experiências.

CORPO-APRENDIZAGEM

O homem e o seu corpo estão em constante aprendizagem, pois os dois interagem no mundo com as pessoas e objetos, utilizando suas dimensões emocionais, cognitivas e físicas. Falar deste corpo-aprendizagem é falar em mudanças aquisições, conquistas e perdas. A história de vida de um ser humano se reflete e se expressa em seu corpo. E este corpo é o seu veículo no mundo e é também instrumento de um espírito, de uma alma. A união entre alma e corpo se realiza a cada instante no movimento da existência e no processo de aprendizagem.

No campo da neurociência, Galvão e Pederiva destacam que,

O movimento se integra à inteligência na medida em que a atividade cognitiva progride. O ato motor e a inteligência ao integrar-se são internalizados. A criança torna-se mais autônoma à medida que desenvolve a dimensão cognitiva do movimento. [...] A aprendizagem humana põe em desenvolvimento planos motores que reclamam conexões sensoriais simples, para mais tarde constituírem planos motores mais complexos. Para uma nova aprendizagem, a criança e o adulto necessitam programar esta atividade requerendo uma sequência ordenada de sub-rotinas e hábitos. O cérebro que é um órgão de aprendizagem, quando adquire novas aquisições (psíquicas) se juntam às antigas (motoras), alcançando uma nova alteração e uma nova propriedade. [...] A evolução da aprendizagem é acumulativa e muito estruturada já que uma combinação de estruturas neurológicas vai se organizando de forma cada vez mais complexa, hierárquica e ascendentemente. Essa condição de estruturação ocorre igualmente nas áreas sensoriais e motoras. Os movimentos motores passam por um processo de refinamento e aprimoramento ao longo da vida. (GALVÃO; PEDEREIVA, 1995, s.p).

A evolução e aprendizagem da criança se dão através do controle dos movimentos do seu corpo e da sua capacidade de manusear objetos. Na medida em que experimenta, brinca,

utiliza, os seus movimentos vão ficando mais refinados e ágeis.

[...] a evolução da criança é constituída pela conscientização e pelo conhecimento cada vez mais profundo de seu corpo, a criança é o seu corpo, pois, por meio dele, ela elabora todas as suas experiências vitais, organizando assim a sua personalidade. A noção de corpo é uma integração superior, onde se encontram dados intra e interneurosensoriais mobilizando memórias neuronais indispensáveis ao desenvolvimento das aquisições de aprendizagem psicomotora e simbólica. A noção de corpo pode ser comparada ao alfabeto, um atlas do corpo; mapa semântico com equivalentes visuais, táteis, sinestésicos e auditivos (linguísticos); uma composição de memórias de todas as partes do corpo e de todas as suas experiências. (GALVÃO; PEDEREIVA, 1995, s.p).

Nós somos uma somatória de experiências, vivências e aprendizagens, onde o passado e o futuro se integram no momento presente, trazendo suas recordações, lembranças e toda a sua bagagem para que possamos viver melhor e também transformar a realidade que nos cerca.

CORPO-CULTURA

O corpo-cultura diz respeito a um corpo que realiza sua vivência no aprendizado e desenvolvimento da cultura. É na metáfora do corpo que se move ou que contém movimentos a partir de regras cultuadas em uma sociedade. Na medida em que você é o seu corpo, ele exprime suas emoções, sentimentos e ações. Tudo vai depender de como ele foi instruído, elaborado e cultivado desde a sua infância e na sociedade em que vive.

Neste aspecto, o corpo é também social na medida em que ele vive em sociedade. É neste corpo que está a inscrição e a marca de cada cultura. Cada gesto aprendido e internalizado do corpo revela trechos da história da sociedade a que este corpo pertence. Basta comparar o homem-corpo de Atenas no período Greco-Latino, com o homem da Idade Média na Europa; o homem da era da Industrialização na Inglaterra, com o homem do século XX e XXI. Isto significa entender que os períodos e épocas históricas interferem nas práticas e concepções sobre o próprio corpo. Neste sentido compreende-se que o corpo é uma construção social. Ele está envolvido em um processo de educação. Neste processo é submetido a normas sociais, regras, costumes da cultura que o modificam.

Vivemos em um século onde a mídia, a comunicação e a internet nos aproximam. O mundo está globalizado e interconectado. A ciência e a tecnologia dialogam com a psicologia, medicina e outras ciências. Os caminhos trilhados pelo corpo fazem interface,

[...] com a medicina, com a fisioterapia, com a psicologia e com as ciências da motricidade humana. Tal percurso não foge ao modo de construção de conhecimento que se inicia no século XXI [...] edificada em alicerces interdisciplinares, porque, o novo século, é o tempo de reintegração das ciências, de uma construção conjunta, onde o “cuidar do humano” deverá ser a principal tarefa. Em suma, compreende-se e enfatiza-se a necessidade de interação com as devidas áreas do conhecimento (Psicologia, Educação, Ciências da Motricidade, Sociologia, entre outras), que podem ajudar a elucidar o fenômeno em questão, o corpo em suas dimensões física, mental e emocional. (GALVÃO; PEDEREIVA, 1995, s.p).

Neste estudo, compreender os significados sobre a articulação corpo-cultura será importante para o entendimento da dançaterapia e da História.

CORPO-CULTURA-EDUCAÇÃO

O artigo que saiu na revista Performance Online de Patrícia Pederiva e Afonso Galvão sobre “A construção e vivência do corpo na performance musical” ficou excelente, tanto que transcrevo abaixo os tópicos mais importantes, pois tenho certeza que enriquecerão este meu projeto de pesquisa, porque ele está extremamente ligado ao aspecto social.

O corpo é lugar de inscrição de cada cultura. Seres humanos de diversas partes do planeta percebem e vivenciam o corpo de diferentes maneiras. Cada gesto aprendido e internalizado pelo corpo revela trechos da história da sociedade a que este corpo pertence. Códigos, práticas, instrumentos, repressões e liberdade são materializados, concentrados e expostos nestes corpos. Ele é um quadro vivo, de certa forma, submetido a normas que o transformam, revelando regras e costumes engendrados por uma ordem social. [...] O corpo é o primeiro espaço onde seriam impostos os limites sociais e psicológicos de determinadas condutas e, ainda, o emblema onde a cultura inscreve seus signos e brasões. [...] Buscou-se então uma estratégia de controle sobre estes, com o fim de regulação de hábitos, dando margem aos educadores para a propagação das virtudes correspondentes aos novos modos de vida[...]. O corpo estava a serviço dos novos valores da sociedade, isto é, de atenuar os excessos e de eliminar as condutas do prazer, sob os limites da expressão gestual, assim, a ideia de saúde do corpo era inseparável da ideia de uma sólida formação moral. O objetivo da educação era colocado na seguinte ordem: saúde, instrução, temperamento, comportamento e costumes. O corpo assumia um caráter urbano, medindo-se pela sua capacidade de ser repetido pela sua maioria de ser acessível a todos, com o objetivo de tornar-se público. (GALVÃO; PEDEREIVA, 2006, ANPPOM).

A educação era vista como uma ferramenta, uma via para ser usada com o objetivo de

uma prática, como uma perspectiva utilitária, sendo assim,

[...] a educação deveria orientar as crianças e os jovens para as tarefas da vida futura, propiciando, por outro lado, a descoberta de vocações. [...] O processo civilizatório do corpo era então um processo constante e uma prática em movimento sugerindo trabalho, superação e pedindo algum sofrimento, solicitando a busca penosa e esforçada do melhor, com o intuito de contribuir para o bem da coletividade. Traduzia-se em um conjunto de preceitos e técnicas, de gestos e maneiras de viver, abrindo caminho para a consciência que havia sobre as potencialidades da educação, em especial sobre os corpos, sendo estes susceptíveis de se transformarem e se aperfeiçoarem pelo exercício da vontade. [...] A ideia de um todo exemplar formava a base das regras sociais, requerendo um controle intenso. (GALVÃO; PEDERIVA, 2006, ANPPOM).

Este controle está presente na escola atual, nos regulamentos escolares e nos livros didáticos. Os discursos e hábitos metodológicos dos professores,

[...] ao permitir realizar somente ações voluntárias com objetivos racionais definidos, regidos pelas normas sociais, os regulamentos da escola teriam como objetivo eliminar do corpo movimentos involuntários e uma participação espontânea por parte dos alunos. Observa-se esse controle na distribuição espacial dos alunos nas salas de aula, na distribuição do tempo escolar, na postura corporal dos alunos e professores, cujos movimentos refletiriam a repressão de sentimentos espontâneos, procurando não revelar nada de pessoal e de subjetivo. O discurso do professor por sua vez, seria em geral, impessoal, livre de qualquer tonalidade emocional, com o objetivo de estabelecer um limite entre a racionalidade oficial, de um lado, e a experiência pessoal carregada de sentimentos, ideias e lembranças, de outro. A aprendizagem de conteúdos seria uma aprendizagem “sem corpo”, não somente pela exigência de o aluno ficar sem movimentar-se, mas, sobretudo, pelas características dos conteúdos e dos métodos de ensino, que o colocariam em um mundo diferente daquele no qual ele vive e pensa com seu corpo. (GALVÃO; PEDERIVA, 2006, ANPPOM).

No início do século XXI, o tema corpo “invade” reflexões e pesquisas em diversas áreas do saber. Parece haver uma necessidade global de tentar compreendê-lo, sob novas perspectivas e novos paradigmas. Os autores ainda ressaltam a importância da educação neste processo da civilização para a repressão e o domínio dos corpos.

A ideia de repressão era vivida nos gestos proibidos, e o corpo era valorizado na medida em que se tornasse silencioso e discreto, procurando evitar a evidência de uma presença com o fim de não incomodar, excluindo também as emoções responsáveis pela incorreta organização dos movimentos dos corpos. Cultivava-se o recolhimento dos gestos a fim de não inquietar os outros, renunciando a uma gesticulação excessiva, pois, a temperança facilitava a repressão do desejo, anulando a força das paixões. Os alunos eram submetidos a uma ordem e uniformidade assumida por cada

interveniente no processo educativo, e não apenas pelo professor. Reconhecia-se aí, um processo sutil de domínio dos corpos, que, ao longo do tempo, viria a aprofundar-se por diversas formas. Para Foucault (2002), o conjunto de regulamentos escolares é resultante da descoberta do corpo como objeto e alvo de poder que teve início durante a época clássica. (GALVÃO; PEDERIVA, 2006, ANPPOM).

Para muitos professores a indisciplina, a inquietação e a agitação são os principais responsáveis pela falta de aprendizagem dos alunos. Eles não compreendem que esta agitação é sinônima de ansiedade, de energia acumulada que precisa ser extravasada e liberada. É por isto que os alunos gostam do recreio para jogar bola, correr e brincar. Eles adoram as aulas de educação física, de música, teatro e capoeira. Porque estas aulas lhes permitem se movimentar, brincar, conversar mais, ser expansivos, rir e usar a criatividade.

Foi evidenciado que as professoras têm dificuldade em lidar com o aspecto motor em sala de aula. Há, portanto, um grande desconhecimento de como o movimento colabora para o desenvolvimento psicológico de crianças. Um dos atributos do movimento é, por exemplo, segundo Almeida (1997), a sua capacidade de representar as emoções. O movimento é um aspecto importante no desenvolvimento psicológico da criança. A escola não deveria prover apenas funções intelectuais aos alunos. Tanto o aspecto motor, quanto o emocional devem também ser observados. Para a autora, a escola deveria procurar compreender e abarcar todos os aspectos da dimensão humana no processo ensino-aprendizagem. (GALVÃO; PEDERIVA, 2006, ANPPOM).

Felizmente surge no século XX a dançaterapia, assim como outras artes e atividades físicas buscam justamente reverter este processo. A dançaterapia pode e deve entrar como uma matéria, assim como a dança, a música e o teatro nas escolas brasileiras, do Ensino Fundamental à universidade. Por que no Brasil só se fala e pratica futebol? No Canadá, Estados Unidos, Inglaterra e na Europa as crianças estudam música, dança e artes dos três anos de idade até a fase adulta.

O século XX foi marcado por muitos conflitos e duas grandes guerras que transformaram o homem, a arte e o mundo. O homem já percebeu que o único caminho para avançar é a paz, o apoio de um ao outro. E podemos nos expressar corporalmente este conflito e nesta busca. Fux nos relata que,

[...] Em um encontro com a criatividade por meio da expressão do corpo, fazemos vibrar o fogo por meio de imagens, ou a guerra com os tecidos que nos cobrem o rosto e nos transformam em desconhecidos. Tentamos achar um modo de nos encontrar ainda que não consigamos nos ver, para que possamos transmitir uns aos outros a mensagem da importância da paz. Todos são feitos da mesma maneira, com células e formas de vida semelhantes, mesmo que sejamos, cada um, únicos e diferentes. Mas essa

diferença não consiste em sentir ódio, devemos encontrar o caminho pela paz e transitá-lo com nossas diferenças, ser inclusivos com o diferente, aceitá-lo e valorizá-lo, porque é da diversidade que surge a verdadeira força da humanidade. (FUX, 2011, p. 12).

Outro autor que fala muito sobre os problemas da globalização, da violência, do progresso desacelerado, do desrespeito à natureza, ao homem, aos países e em relação aos refugiados é o sociólogo polonês Zygmunt Bauman. A insegurança é a marca fundamental dos tempos líquido-modernos. Terrorismo, crime organizado, desemprego e solidão: todos estes são fenômenos típicos de uma era na qual, para Zygmunt a exclusão e a desintegração da solidariedade expõem o homem aos seus temores mais graves.

Em *Tempos líquidos*, o sociólogo polonês faz uma reflexão profunda sobre a insegurança, sobretudo nas grandes cidades. Segundo Bauman, o desmonte dos mecanismos de proteção aos menos favorecidos, somado aos efeitos incontrolláveis gerados pela globalização, propiciou um ambiente inseguro por definição. O individualismo e o egoísmo são as marcas deste novo indivíduo. Para este autor,

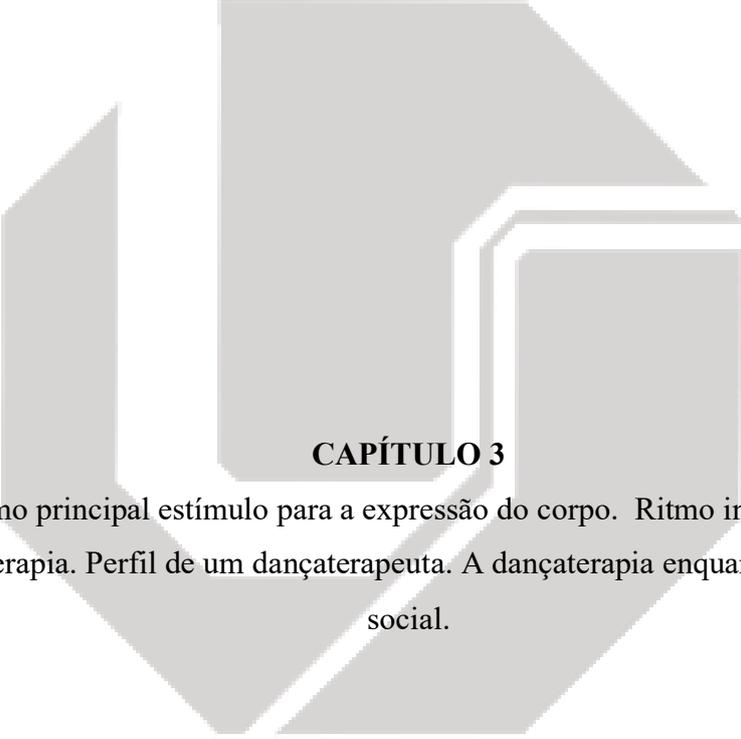
[...] O que pensamos com menos frequência, e raramente ouvimos, é que os demônios que surgiram desses lugares remotos podem ser apenas espécimes particularmente extremos, radicais, violentos e inconsequentes [...] que assombram aqui mesmo os sótãos e porões de nossos lares – num mundo em que poucas pessoas continuam a acreditar que mudar a vida dos outros tenha alguma relevância para a sua; num mundo, em outras palavras, em que cada indivíduo é abandonado à própria sorte, enquanto a maioria das pessoas funciona como ferramenta para a promoção de terceiros. A vida solitária de tais indivíduos pode ser alegre, e é provavelmente atarefada – mas também tende a ser arriscada e assustadora. Num mundo assim, não restam muitos fundamentos sobre os quais os indivíduos em luta possam construir suas esperanças de resgate e a que possam recorrer em caso de fracasso pessoal. Os vínculos humanos são confortavelmente frouxos, mas, por isso mesmo, terrivelmente precário e é tão difícil praticar a solidariedade quanto compreender seus benefícios, e mais ainda suas virtudes morais. O novo individualismo, o enfraquecimento dos vínculos humanos e o definhamento da solidariedade estão gravados num dos lados da moeda cuja outra face mostra os contornos nebulosos da “globalização negativa”. Em sua forma atual, puramente negativa, a globalização é um processo parasitário e predatório que se alimenta da energia sugada dos corpos dos Estados-nações e de seus sujeitos. (BAUMAN, 2007, p. 30).

No Brasil e nas grandes cidades se já existiam os condomínios verticais com vários prédios e algumas árvores, no meio de uma cidade selva, hoje estão construindo condomínios verticais. Com muros altíssimos, seguranças, códigos e senhas para acessar a entrada na portaria, sempre em busca da segurança e isolamento do centro da cidade. O homem e as

famílias estão com medo de assaltos, roubos e de tanta violência. Ele se fecha, se exclui e se isola. Para María Fux,

Tudo que acontece me afeta, não apenas em minha vida pessoal, mas nesta sociedade onde convive a miséria, o abandono, o horror das mortes nas guerras impiedosas, a insegurança e, por contraste, a enorme alegria de um nascimento, do amor, da natureza que sempre começa. [...] penso que o que acontece comigo também está acontecendo com outros, e esse pensar produz nos grupos uma enorme comunicação que se vê refletida no final de cada aula, com um aplauso caloroso, feito um abraço que vai sendo cumprido a cada dia. (FUX, 2011, p. 53).

Tudo o que acontece em seu corpo, as incertezas, as raivas ou as alegrias se traduzem em movimento. Você pode ser a ponte, o elo que renova e possibilita o encontro com os outros pelo movimento, pela solidariedade e pela criatividade. Pois a dançaterapia procura libertar o homem das suas tensões, medos, repressões, traumas e programações.



CAPÍTULO 3

A música como principal estímulo para a expressão do corpo. Ritmo interno e corporal. A dança. Dançaterapia. Perfil de um dançaterapeuta. A dançaterapia enquanto projeto cultural e social.

UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

A MÚSICA COMO PRINCIPAL ESTÍMULO PARA A EXPRESSÃO DO CORPO

É preciso trabalhar o indivíduo como uma pessoa inteira, com o corpo e suas percepções, sua expressão, afetividade, experiências, sentidos, criatividade e linguagem. A música é um excelente instrumento e estímulo para o movimento e a dança. Howard entende que

As modificações que a música provoca em nossa vida interior, como toda a impressão exterior que age sobre as profundezas do nosso ser significam outro tanto de ampliação, de diferenciação, de aprofundamento em nossa substância íntima, ou melhor, são no sentido próprio do termo, a causa do despertar de nossas faculdades. (HOWARD, 1984, p. 12).

Cada pessoa tem o seu ritmo e o seu próprio tempo. Podemos dançar o som, a música e o silêncio. Quando dançamos o silêncio percebemos a nossa pulsação, algo interior que nos faz mover e expressar. Desde o ventre materno ouvimos a pulsação do nosso coração e o ritmo da corrente sanguínea. Tudo no universo tem a sua vibração e o seu som característico.

A música é um grande estímulo para os que ouvem. Pode-se explorar e aplicar à dança qualquer tipo de música. As músicas clássicas de todas as épocas, as músicas do folclore brasileiro ou de outros países, as percussões sonoras, as percussões corporais, enfim; podemos fazer uso de músicas de vários estilos, além da palavra e do silêncio. Tudo depende do que vai ser abordado na aula ou na vivência do grupo, em função do tema e o objetivo a ser alcançado. De acordo com esta perspectiva, o dançaterapeuta ou o facilitador deverá antecipar sua pesquisa musical.

A vivência musical se amplia e se enriquece quando se estende ao corpo. Como a música passa ao corpo? Para os ouvintes, o ouvido é o primeiro apoio, mas não o único. Quando encontro uma música nova, esta penetra em mim pelo ouvido: necessito então reencontrar-me várias vezes com o estímulo global da música e não me mobilizo facilmente. À medida que a música se difunde como o sangue no corpo pode mover-me no espaço sentindo-o dentro, não só em forma auditiva, mas encontrando-o já dentro de mim como uma transfusão. Produz-se uma simbiose. (FUX, 1983, p. 52-53).

Os estímulos visuais, sonoros e a música podem ter uma valiosa contribuição durante as aulas. Lentamente, a partir da introdução destes estímulos os indivíduos vão conquistando movimentos, reconhecendo o espaço, produzindo um clima dinâmico, alegre e descontraído, onde cada um começa a se sentir, a se aceitar e reconhecer o seu valor, harmoniosamente inserido no grupo. Fux sugere que

O caminho verdadeiro para fazer com que a música fale ao corpo e possa mobilizá-lo é escutar através da pele e escolhê-la de forma individual, de acordo com o que é cada um de nós. Essa entrega tem de ser investigada, com a sensibilidade aberta para a percepção musical, que não se realiza unicamente pelo ouvido, embora ele seja uma primeira ponte para penetrar no corpo. O corpo sente a força da música, e a escolha do material musical deve realizar-se de acordo com a percepção e a sensibilidade de cada um. A pesquisa sensível da música ou da massa sonora que torna possível o movimento se realiza às vezes lentamente e outras, rapidamente. É só por meio de um contato físico e sonoro que essa vivência se transfere para o corpo. Cada um de nós responde a estímulos diferentes. *Não há uma técnica* que ajude a encontrar a música adequada para um ou outro movimento, mas devemos estar abertos para o momento em que a música se faz presente no corpo. (FUX, 1996, p. 66).

O corpo encontra um canal de comunicação com a música. Ela pode tocar o fundo da alma e despertar o desejo de movimentar. Tudo possui pulsação, movimento inteligente e integrado. A infinita natureza celeste com sua admirável disposição e curso seguem um vasto mecanismo de movimentos, formas e cores produzindo um extasiante espetáculo a milhões de anos e compõem a grande sinfonia de Deus. A música sendo ouvida e expressada junto com o corpo mostra aspectos escondidos, que nem sempre o ouvido ou a nossa inteligência podem perceber ou reconhecer totalmente. A música torna-se mais rica e expressiva porque o nosso corpo vive, vibra, capta, sente e se expressa como o principal instrumento desta orquestra. Seguindo o raciocínio Fux acrescenta que é fundamental

[...] a necessidade de comunicar-nos com a música, como se fosse um alimento, e senti-la em qualquer parte do corpo, para depois poder desenvolver com os outros a etapa da comunicação. Só quando a música penetra por todo o corpo e necessita sair dele é que ela é válida para dançar. A música busca a totalidade do corpo para expressar-se. Busquemos a música que corresponda a cada um de nós e tratemos de dar-lhe o elemento criativo, com nossos movimentos. Só assim a música e o movimento terão uma unidade criadora e será a vivência real de nós mesmos. (FUX, 1996, p. 67).

A música tem muita similaridade com a continuidade, com a sucessão. Ela vai tecendo o seu caminho no ar. Em uma partitura musical existem as notas, as pausas, a cadência e a dinâmica. Na dança não temos folhas nem pentagramas, escrevemos estas notas no ar, com os nossos corpos, com a dinâmica específica para aquele movimento. Nela não deixamos registros escritos e sim registros de expressão com os corpos no tempo e no espaço. Para Fux

[...] A música é como um fio invisível e, assim sendo, a continuidade não será interrompida, pois, como esse fio invisível, nos rodeiam no espaço, a

seguimos e queremos entendê-la pela pele; ela se funde por meio de movimentos conhecidos e de outros que vão aparecendo; flui sem romper-se e nos oferece *continuidade*, a ajuda para superar, pelo conhecimento, aquilo que é indecifrável; como uma força interior que sempre nos brinda com imagens para dançar e, sobretudo, com a confiança de que poderemos fazê-lo. (FUX, 2005, p. 65).

Sempre imaginava que ouvíamos somente com os ouvidos, até passar por uma inesquecível experiência, que me emocionou só em lembrar. Eu era estudante de Letras em Belo Horizonte, na UFMG e um aluno de francês me falou sobre um recital do maior representante da música argentina, Astor Piazzola. Ele estaria em Belo Horizonte para uma única apresentação com seu quinteto de cordas. Piazzola tocava bandoneon. Eu comprei o ingresso e não sabia que teria uma das experiências mais sublimes e belas de toda a minha vida. Assim que a música contagiante começou, ela invadiu todo o espaço, paredes e corpos. As lágrimas caíam dos meus olhos sem conseguir me conter. E a música entrava por todos os poros da minha pele, que estava totalmente arrepiada. Eu ouvia pelo Chakra coronário, que fica no alto da cabeça, pelos poros de cada fio de cabelo e da minha pele. Todo o meu corpo se transformou em ouvido e não conseguia parar de chorar e de me emocionar. Parece-me que fui transportada para outra dimensão de sensibilidade e o tempo parou. Sei que é inenarrável esta experiência, mas ela foi extremamente reveladora em minha vida.

Qual não foi a minha surpresa quando li o que María Fux explicou como a música se processa em nosso corpo,

A música, ao transformar-se, não apenas penetra pelo ouvido; a vinculação se estabelece com todo o corpo: o ouvido serve de ponte, mas também a pele “escuta” a música e pode canalizá-la. Quando é absorvida assim, produz o movimento musical, ou seja, transforma-se em corpo-movimento, e o corpo-movimento é música. (FUX, 1988, p. 45).

A música sendo ouvida e expressada junto com o corpo nos mostra aspectos escondidas, que nem sempre o ouvido e a nossa inteligência podem perceber e reconhecer. A música torna-se mais expressiva porque o nosso corpo vive, vibra, capta, sente e se expressa como o principal instrumento de uma orquestra.

RITMO INTERNO E CORPORAL

Todos nós possuímos o nosso ritmo interno. Desde o ventre materno sentimos o pulsar do sangue em nossas veias, o pulsar do coração, o pulsar do universo e do tempo que nossos

ouvidos não conseguem captar. Em tudo, por mais imóvel que pareça, existe um movimento. Fux completa e acrescenta bem esta ideia,

O ritmo está em tudo. Está em nossa respiração, em nossa circulação, em nosso nome, na maneira em que nos movemos, falamos, dormimos, amamos, comemos. Cada movimento executado no espaço tem a ver com nosso ritmo. Cada um de nós tem uma maneira diferente de mover-se com esse ritmo no aspecto pessoal, coletivo, mas sempre criativamente. (FUX, 1988, p. 47).

O universo é movimento, tudo é movimento. Nossa vida é movimento e em nossos aprendizados eles estão contidos, porque produzem efeitos que adentram na essência cognitiva e sensorial, alargando nossos horizontes. Ele incita mudanças corporais e psíquicas positivas, pois é um instrumento para a lapidação da alma nutrida pelo aprendizado do corpo que fluindo harmoniosamente por entre elaborados e ritmados movimentos expande a noção do homem de si mesmo, ornando sua potencialidade de interação com o todo. Calazans define muito bem o movimento,

Movimentar: sair de onde se encontra e seguir adiante, modificar uma forma, adquirir outra forma. Ao nos referirmos ao movimento, temos a exata noção da fluidez do mundo, uma vez que tudo nesse mundo encontra-se em eterno movimento. Estática, somente a abstração humana. Para todas as direções, o movimento. Movimentar, movimentar-se. Deslocar. Sair, desocupar, ocupar. Ao buscar a harmonia com o mundo e com os que estão nele, a abstração do estático cede lugar à realidade do movimento. O movimento dos olhos acompanhando a vida, o movimento do braço alcançando o outro, o movimento dos ventos das marés, das estrelas e dos planetas, o movimento do sangue e do coração. Tudo se move, tudo move e tende a isso. Pois é o movimento e no movimento que o mundo se atualiza, que caminha para realizações, para novos projetos que serão alcançados, superados e descartados, dando espaço para novos movimentos que ultrapassarão novas propostas, que ultrapassarão antigas expectativas, que se renderá a novos movimentos, que fecharão ciclos espiralados, sem começo nem fim. (CALAZANS, 2003, p. 209).

O nosso corpo fala. Na medida em que ele se move e se expressa está nos dizendo uma verdade, porque o corpo é verdadeiro. Esta linguagem não verbal é, às vezes, mais rica que a linguagem verbal e denota os estados interiores do nosso mundo pessoal e interno. Fux comenta sobre o seu vasto conhecimento em dançaterapia sobre o ritmo interno,

O conhecimento do ritmo interno pode constituir uma experiência enriquecedora, que permitiria aos especialistas reconhecer e interpretar a linguagem profunda que têm diante deles: um corpo que está, sem palavras, com a linguagem não verbal do movimento. Minha experiência de vida com a dançaterapia não tem regras fixas e os limites se expandem de forma

permanente, de acordo com as necessidades que vou compreendendo através dos grupos. (FUX, 1988, p. 95).

A dançaterapia pode auxiliar e dar este apoio aos analistas, aos psicólogos ou psiquiatras, pois se através da palavra podemos esconder, camuflar e mentir, o nosso corpo unido no movimento não pode enganar ou mentir.

A DANÇA

Toda pessoa pode dançar, não importando sua altura, peso ou mesmo deficiência física; basta ela querer. Dado este primeiro passo, ela começa a se sentir mais inteira, íntegra e perceptiva a tudo o que faz; cresce sua atenção aos outros, como se movimentam, como se locomovem e como se expressam verbalmente ou fisicamente.

Calazans nos alerta sobre isto,

Não importa a idade, o sexo, a cor, a situação socioeconômica, educacional e política. Importa, sim, que os sujeitos que venham a integrar este trabalho de *consciência do movimento* estejam dispostos a investir em si mesmos, a aguçar a percepção, os sentidos, para melhor assumirem os desejos interiores e também as motivações e todas as potencialidades do corpo. (CALAZANS, 2003, p. 15).

Comprovadamente a atividade física tem se assegurado como um fator preventivo e de estímulo para um bom funcionamento do organismo. A linguagem da expressão corporal e da dança é percebida em vários níveis. A dança é um potencial e uma força significativa. Uma linguagem simbólica que utiliza o movimento, o espaço e o tempo, tanto nas áreas física e afetiva, quanto cognitiva. Ela utiliza do uso harmonioso das funções corporais, mentais e espirituais, porque ao dançar os nossos sentidos e a mente entram em atividade, fazendo um intercâmbio entre o corpo, os pensamentos e emoções.

A dança traz alegria, eixo, equilíbrio e gozo, provocando uma crescente sensação de vitalidade e vontade de viver. Ela aguça a sensibilidade do ser, possibilitando uma interação saudável com o mundo que o cerca, pois o ser humano cria progressivamente a si próprio e a experiência da dança agrega harmonia, leveza, confiança e colorido a nossas vidas. Ela tem o poder de transcender aos seus objetivos primeiros e alicerçar novas bases para um convívio relacional justo, sensível e solidário. O isolamento e o egocentrismo sedem lugar para a

cooperação e a correta observação de si próprio como um elo de uma corrente perfeitamente harmonizada com os demais elos.

Dançar e expressar-se é tratar de viver em plenitude com tudo. Tudo nos nutre, é preciso sentir a vida em movimento. Todos nós devemos aceitar as mudanças. A vida enuncia a vida. Todas essas mudanças são estímulos importantíssimos para a expressão de nosso corpo. É uma fonte infinita de possibilidades, ainda mais quando a música, a cor ou a linha aproximam-se da palavra que, agora sim, revitalizada e sentida, é interpretada pelo corpo, que pode ser um aliado extraordinário para dar um novo enfoque, como linguagem não verbal, unida à dançaterapia. (FUX, 1988, p. 56).

Mais importante do que a aprendizagem de qualquer técnica corporal é o trabalho de conscientização do corpo, das tensões que ele guarda, dos bloqueios que o impedem de seguir o fluxo da vida. Para Laban a dança como composição de movimento pode ser:

[...] comparada à linguagem oral. Assim como as palavras são formadas por letras, os movimentos são formados por elementos; assim como as orações são compostas de palavras, as frases da dança são compostas de movimento. Esta linguagem do movimento, de acordo com seu conteúdo, estimula a atividade mental de maneira semelhante, e talvez até mais complexa que a da palavra falada. (LABAN, 1990, p. 32).

Quando se fala em dança é preciso pensar em movimento, em expressão, em disciplina. É preciso educar o movimento. Burilar e aperfeiçoar os gestos. Educar em Latim *educere* significa conduzir para fora. Transformar o que se tem internamente, dentro de si para fora. Produzir a partir do que sente, a sua percepção interior para o mundo externo. Quando perguntavam a Isadora Duncan sobre a sua arte, ou quem a havia ensinado a dançar, ela lhes respondia,

Terpsichore (Deusa da dança). Dansei desde o momento em que aprendi a ficar de pé, dansei toda a minha vida. O homem, a humanidade, o mundo inteiro precisa dansar. Assim, já foi, e assim há de ser sempre. É de todo inútil haver gente que a isso se queira contrapor, sem compreender que a dança é uma necessidade natural que nos foi dada pela natureza... Et voilà tout. (DUNCAN, 1940, p.149).

A dança, além de uma atividade física e movimento corporal é também um canal para o nosso interior, para a nossa essência. Dançar é transformar o nosso estado de espírito, é uma maneira de se ver e de ver o mundo, de se sentir inteira e utilizar desta energia para conhecer

outros sentimentos e sensações. A dança possui o seu aspecto lúdico, é uma fonte de prazer e energia que equilibra nossas carências afetivas e os nossos relacionamentos sociais.

Dançar é uma forma de diálogo, de descoberta e de viagem para dentro de si (sensações, emoções, imagens, bloqueios...) e com o mundo externo (outros corpos físicos e materiais). Ela é mais do que palavras, ela tem de ser sentida, vivida e captada por todos os nossos sentidos. Se o homem não tem asas, enquanto dança ele pode voar. Dançar é voar, é doar à arte a expressão mais sincera do movimento corporal fluindo na canção. Dançar é viver, é exalar paz e harmonia. Dançar é a elegância dos gestos. É a inspiração irradiada de um corpo frágil na fortaleza do Ser, é a suavidade, a serenidade de um corpo luminoso desenhando e traçando formas plásticas no ar.

DANÇATERAPIA

Ao longo de minha experiência como professora de dança, habituei-me a praticar uma leitura corporal dos meus alunos, sejam eles adultos ou crianças; evidenciando maior eficácia no comportamento verdadeiro infantil, que explicitam exatamente o que sentem. O corpo é a identidade de um indivíduo e com ele demonstra o seu estado de ânimo. Às vezes alguns alunos iniciavam a aula com os ombros caídos, reproduzindo movimentos vagarosos, exteriorizando visível desânimo ou cansaço. O papel do professor é animar este aluno, incentivá-lo a superar os seus problemas, não com palavras, mas com exercícios e atos. Ao longo da aula, com o aumento da circulação e da descarga desta energia negativa acumulada, fazia com que seu corpo se soltasse, expulsando aquilo que estava lhe incomodando. Ao final da aula o aluno que saía já não era o mesmo que entrou. Ele conseguiu relaxar, reorganizar-se e tornar-se mais leve e tranquilo, tomando por referência a leitura de sua nova expressão corporal e facial.

O corpo reflete como um espelho o que se passa no interior do indivíduo. Ele indica a intensidade de sua presença no mundo e tem memória, pois as experiências vivenciais boas ou ruins ficam nele registradas.

Tanto na dança quanto na dançaterapia os resultados são bem mais positivos e satisfatórios quando trabalhados em grupo. Minha experiência sempre foi com trabalhos em grupo. No grupo eu percebo, capto visualmente e/ou sonoramente aquilo que podem desenvolver, embora cada pessoa tenha o seu próprio tempo, seu ritmo e a sua descoberta. O grupo cria a possibilidade da comparação, alimentando uma possível e real oportunidade de

aperfeiçoamento individual em decorrência da exposição do outro mais experiente ou capaz. Na via inversa, cria no mais experiente a noção do doar de si e humanizar-se com o outro. É uma troca onde ambos podem ganhar.

O trabalho em grupo ajuda na evolução e desenvolvimento de qualquer ser humano. Segundo Fux,

Quando estamos em grupo começamos a encontrar no outro aquilo que nos falta. Aí começa a dançaterapia, onde o movimento é uma linguagem não verbal que nos vai convertendo sem pressa, com o tempo de cada um, naquilo que realmente somos; e, lentamente, vamos enriquecendo nosso corpo para que se expresse melhor, afastando nossos medos. (FUX, 1988, p. 97).

Entende-se que a dançaterapia é uma atividade lúdica e terapêutica, causando melhoras no corpo e na mente e estimula as individualidades. E a esses aprendizados adquire-se uma consciência corporal, reeducação de postura e respiratória, melhora a coordenação psicomotora, adaptações e ganho de autonomia dos gestos diários.

As pessoas que procuram a dançaterapia vêm em busca de si mesmas, em busca de seu próprio corpo, de um corpo que expresse todo o seu potencial e que as façam sentir-se melhor. Este sentido grupal sendo entendido desde o instante em que se encontram facilita a aprendizagem, o respeito pelas diferenças, o encontro de si mesma, com o seu corpo e com o que quer se expressar e depois com o grupo. A partir daí se torna parte dele e percebe que o que sente o outro também sente. O que se expressa de uma forma o outro expressa de outra forma e as duas são repletas de significados afetivos, emocionais e artísticos. De acordo com María Fux, os seus grupos são,

[...] interativos, e vou explicar o que isso significa. São grupos heterogêneos, ou seja, há pessoas com síndrome de Down, surdos, pessoas com espasmos, com depressão e solidão. Unidos em grupos diferentes, com diferentes idades e em diferentes horários, em que procuro não ver as diferenças e senti-las com suas possibilidades, importando-me a parte “sadia” pelos movimentos, podemos intercambiar diálogos, sempre motivados pelos estímulos que a música, a percussão, o silêncio e a palavra podem dar, encontrando, com o tempo, uma linguagem própria. (FUX, 2005, p. 20).

A dançaterapia é uma linguagem não verbal, tendo o corpo, a música, o ritmo, as linhas, e as cores, reforçadas pela compreensão da inteligência que reconhece no corpo a possibilidade de sentir, conhecer-se e expressar-se. Eu achei muito significativo o depoimento que uma adolescente escreveu em uma carta para María Fux,

Quando entrei em seu estúdio, pensei que ia aprender dança. Agora vejo que não era isso; na realidade, é muito mais. Aprendi e estou aprendendo um modo diferente de viver e de comunicar-me. De comunicar-me comigo mesma, com meu corpo, com o que sou por dentro, com minha história e com os outros. Essa comunicação é muito mais rica, muito mais profunda, pois, mais do que de palavras, vale-se do movimento, do silêncio, de atitudes corporais que exprimem, sem palavras, o que acontece com meu corpo, creio que isso é o que você me dá e é o que sinto. (FUX, 1996, p. 78).

Outro depoimento muito verdadeiro e pessoal foi escrito por uma mulher adulta sobre como a dançaterapia influenciou no seu corpo, comportamento e alma.

Sou uma mulher adulta e nunca imaginei, apesar de amar muito o movimento, que poderia dançar. Nos encontros em suas aulas, fui descobrindo que meu espírito não tem músculos, nem ossos, nem idade. Que ainda pode ser elástico e pode servir-me como instrumento. O maravilhoso do encontro com meu corpo, quando trabalho durante suas aulas, é que não só percebo que a música tem um conteúdo para ser interpretado, mas também que o silêncio pode ser dançado e que a intensidade desta vida, com suas dores, alegrias, interrogações, poder ser traduzida em movimento. E então, meu corpo deixa de ser meu cárcere e todo o caudal dos anos vividos também pode ser dançado. (FUX, 1996, p. 79).

Como recurso material podemos trabalhar com: balões, cordas, linhas, bambolês, bolas (pequenas ou grandes), faixas (tiras) de tule e/ou tecido de várias cores, bastões, giz, almofadas de couro e tecido, slides, imagens projetadas da natureza na parede, papel sulfite, papel pardo e outros tipos de papel com texturas diferentes, lápis de cera, lápis de cor, tintas a dedo, tintas guache, tampinhas de garrafa, latinhas de extrato para fazer percussão, instrumentos de percussão, saias bem soltas, tiras de papel, elásticos, etc. Porém o principal instrumento é o corpo e a música. Para Liano,

[...] elementos simples como música, ritmo, movimento, cores e outros, são ferramentas valiosas na recuperação de deficientes físicos e mentais. A arte estimula o cérebro que outras técnicas não conseguem alcançar, pois o deficiente não encara as sessões como obrigação ou sofrimento e sim como prazer, resultando em um desenvolvimento motor contínuo. A melhora obtida na motricidade ampla e fina, no equilíbrio, no esquema corporal e temporal [...] comprovam a melhora da flexibilidade, da resistência, agilidade e elasticidade. O mesmo autor ainda ressalta que a dança contribui para o desenvolvimento mental, assim como: atenção, memória, raciocínio, curiosidade, observação, criatividade, entendimento qualitativo de situações e poder de crítica. Através da educação do corpo desenvolve o domínio da orientação espacial, o domínio do sentido muscular para portadores de necessidades especiais com economia de esforços e obtenção de melhores resultados, ativando a função circulatória, respiratória e ainda uma boa

formação corporal, boa postura e qualidade de vida; já por seu caráter artístico desenvolve o senso estético, a expressão e o sentido ritmo-musical, a sensibilidade e a expressão artística. (LIANO, 2001, p. 4).

Existem várias opções para se trabalhar. Tudo vai depender do objetivo almejado, da dinâmica, da personalidade do professor e da identidade que caracteriza o grupo. A principal diferença entre as pesquisas segundo a dança e a dançaterapia é que na dança você interpreta um papel e existe o público para quem você representa. É valorizado no bailarino uma refinada técnica, boa performance e contagiante atuação. Fatores como o cenário, o figurino, e a música são estudados, explorados com o objetivo de representar, mostrar, encenar e exhibir. Ou seja, existe um público que vai assistir e cobrar uma atuação artística, técnica, corporal e cênica.

Segundo Pio Campo, um dançaterapeuta formado por María Fux e que tem seu Espaço Cultural Vila Esperança, em Goiás, a dança de María abre outros horizontes,

[...] Entramos com ela num universo onde qualquer um pode descobrir a possibilidade de expressar, com o corpo, a coreografia da própria existência; o tempo dos medos e dos sonhos, o ritmo dos silêncios e dos desejos, a melodia das cores e da esperança, as formas múltiplas da dor e do amor. Quando o movimento criativo nasce da verdade que cada indivíduo cultiva dentro de si, eis que a plasticidade e a beleza aparecem com toda a força e transcendem a realidade em que vivemos imersos, apesar dos nossos problemas, apesar dos nossos limites, apesar dos nossos, como María sempre diz: “Não, não posso”. A sua dança nos convida a acolher os sinais do tempo com dignidade, a pele que muda, a sensibilidade que cresce, a maturidade que avança. Não existem predestinados para esse caminho. Todos, indistintamente, podemos decidir sair do isolamento, procurar um caminho, acolher a esperança de uma mudança e, sobretudo, optar por uma vida em harmonia, graças ao movimento que é a vida. Dançar para aceitar as diferenças e descobrir a riqueza de quem é diferente: uma dança que nasce na aparente imobilidade de quem está na cadeira de rodas, no silêncio de quem não ouve, no escuro de quem não reconhece seu corpo. Dançar para dizer: “Sim, posso”. (FUX, 2005, p. 10).

É lógico que existe o sentimento, a entrega e a busca da perfeição. Porém na dançaterapia estas exigências não são cobradas, você dança de dentro para dentro e não de dentro para fora. Reconhecemo-nos através de nossos corpos, sentimo-nos vivos, presentes, melhores. Primeiro temos de nos aceitar para depois aceitarmos os outros.

As pessoas com mais problemas vão utilizando inconscientemente seu corpo contraído, vão perdendo os medos e por meio da imagem, algumas vezes com os olhos fechados começam a abrir-se à nova linguagem corporal, experimentando grande prazer em fazê-lo. E muitas vezes, em seus rostos, vejo as mudanças produzidas pelo movimento; em seguida, vem a experiência de visualizar nos outros os movimentos compreendidos para, depois, com os limites e a compreensão de cada um, realizá-los. (FUX, 1996, p. 45).

A dançaterapia é um caminho aberto a uma integração total, já que o corpo assim estimulado faz aparecer áreas adormecidas que podem nos transformar. Ao despertá-las e expressá-las representamos nosso mundo oculto, fazendo-nos sentir melhor. Expomos os nossos traumas, dificuldades, mágoas em movimentos, sentimentos e formas. Existe uma catarse emocional, uma liberação de energia através do corpo e das camadas energéticas da aura humana. Por isto é uma terapia não verbal. Diferente da terapia tradicional, da psicoterapia, ou mesmo da musicoterapia. Fux entende que

O corpo canaliza o universo do homem, tomar consciência dele, conhecer sua linguagem expressiva, ajudaria a psiquiatria em sua tarefa de reconhecimento do ser, porque o corpo, quando se expressa e abre seus canais de comunicação, não pode mentir. (FUX, 1988, p. 95).

A dançaterapia é um trabalho terapêutico, sendo assim não necessita de uma técnica apurada, pois não visa primeiramente apresentações públicas ou espetáculos. Seu foco é o indivíduo, o ser, porque a redescoberta do seu corpo já é o espetáculo da vida. É uma nova maneira de ver e trabalhar com a dança. Seu campo de atuação é vasto, abrangendo crianças, jovens, adultos e a terceira idade. Vejamos o que diz Calazans sobre o movimento:

O propósito é relaxar as tensões desnecessárias, colocar em movimento. Mover do latim *movere*, originalmente emocionar-se. Resgatar a memória de emoções retidas nas fibras musculares, nas articulações, na estrutura óssea, nas células, enfim, na carne. Trata-se aí de lidar com uma memória que aprisiona, oprime, impede. [...] A liberação da memória oprimida é um *reviver*, um reapropriar-se de uma rota emocional que foi interrompida, abafada ou sumariamente congelada, fazendo-a gritar que existe sim e tem direito de expressar-se. É uma recuperação das antigas emoções da criança ferida a partir de um lugar de apoio e compreensão amorosa, o lugar terapêutico. Este lugar é íntimo e particular. [...] responsabilizando-se, portanto pelo próprio exercício de viver e buscar o que nutre, preenche, alegria, causa bem-estar. Enfim, o sujeito se assume e assume o seu direito de experienciar, de sentir, de compreender e partilhar com o outro o processo vivido. (CALAZANS, 2003, p. 43-44).

Os temas para trabalhar em uma aula são diversos e a imagem que fazemos dela para os alunos é que vão dando ferramentas, ideias e estímulo para se moverem. María Fux cita algumas sugestões em seu livro *Ser Dançaterapeuta Hoje*:

- Cada coisa em seu lugar;
- Começamos passo a passo;
- Despertar o corpo que contém nossos sonhos;
- O chão apoia nossa segurança e confiança;
- O labirinto é um caminho no qual devemos procurar portas para nossa liberdade;
- Como destruímos, à vezes, o que tocamos;
- Como estou hoje com meus nós e meus sins;
- Tirar do corpo o que nos faz mal;
- A cor tem vida. E o jornal também;
- O jornal que jogamos fora;
- O que é o tempo? O de fora ou o de dentro?
- Ser um mineral e mover-se em um tempo diferente;
- Minha sombra me vê ou sou eu que a vejo?
- O que é um dia? Diferentes maneiras de acompanhar as horas do dia;
- As coisas não são iguais de manhã e à noite;
- Ver sem olhar (trabalho com os olhos fechados);
- Passo a passo vou longe ou perto.

De acordo com esta autora “as ideias são variadas. O importante é encontrar a música adequada para cada uma, unidas na forma.” (FUX, 2011, p. 61-62).

Enfim, fluxo natural da vida e a entrega à maternidade foram os elementos responsáveis pelo meu afastamento da dança. Uma fase em que a sapatilha, o breu e o palco cederam espaço para algo maior. O meu contato com a música e a dança foram reestabelecidos e seus alicerces reforçados por um estudo mais aprofundado e amadurecido deste apaixonante universo, expandindo meus horizontes. Eu fui à busca de outros conhecimentos nas faculdades de Música, História e em uma pós-graduação em Arte-educação, com suas diferentes linguagens.

O público alvo pode ser composto por crianças, jovens, adultos e pessoas da terceira idade. Sem se importar com o sexo, idade ou condição social. Não importa se são portadores

de necessidades especiais ou não. A dançaterapia é para todos aqueles que querem voltar para casa, para o seu interior. Para aqueles que querem se conectar com a sua essência pessoal e dançar por si mesmo, para dentro e não para fora.

PERFIL DE UM DANÇATERAPEUTA

O professor de dança, o facilitador ou o dançaterapeuta devem gostar de trabalhar com pessoas, já ter vivenciado a dança em seu corpo e em sua vida. Qualifica-o saber reconhecer e sentir as modificações e transformações positivas que a dança trás ao corpo e a alma. Ele deve ser perspicaz e notar em cada aluno estes imperceptíveis ganhos após cada aula, cada ensaio ou apresentação. Não há normas para se criar um dançaterapeuta. É preciso estudar bastante para obter uma boa formação acadêmica, gostar de ler, aprender a ouvir sua própria intuição, ter grande vontade de ajudar, um amor pela dança e pelo próximo. Ele deve cultivar a sensibilidade, a humildade, o respeito, a tolerância, a compaixão e ter em mente que tudo é interdependente. Para Fux um dançaterapeuta deve

Viver compreendendo que devemos conhecer nossos limites para ir deslocando-os, para que se organizem, e com nossos “não posso” ir ao encontro dos “sim, posso” que surgem em nós quando nos enfrentamos com alguém que necessita de nossa experiência no movimento. Há mais de trinta anos trato de conhecer-me e, através de mim, conhecer o outro, e se diariamente, conhecendo meus limites, vou-me transformando, o outro também o fará, não apenas psiquicamente, mas também corporalmente. Vendo como crescem esses seres que chegaram até mim, como necessitam de mim e eu, deles, como recebem e reconhecem a música e as palavras, convenço-me de que ao nosso redor existe um fluxo de vida que espera que a compreendamos para poder compreender. (FUX, 1988, p. 98).

Geralmente a dança propicia a pessoa a ser mais alegre, solta, comunicativa, extrovertida e relacionar-se melhor com o seu corpo. Trabalhando com a arte, com a dança e com o corpo tem-se a impressão de estar sempre começando. É um trabalho árido. Exige equilíbrio, dedicação e força de vontade. Quem trabalha com a dança e com a educação acredita que o sonho ainda é possível e que amanhã o sol brilhará novamente.

A DANÇATERAPIA ENQUANTO PROJETO CULTURAL

A criança, jovem ou adulto portadores de necessidades especiais apresentam uma

desvantagem, resultante do comprometimento ou de uma incapacidade que o limita ou o impede de ter seu desempenho normal. Essa deficiência, porém, não pode ser sinônimo de invalidez social, a sociedade deve se unir para vencer os obstáculos.

A dançaterapia é uma prática cultural que envolve não só o pessoal, mas o econômico e o político, como forma de apoio e suporte. Atua desta forma no social, como forma de valorização dos sujeitos e potencialidades das pessoas. Tendo como alicerce, a base e o foco no bem estar, no equilíbrio e na harmonia interior e exterior. É potencializar a pessoa, o ser.

Parto de uma experiência pessoal e de um tempo onde as políticas públicas inclusivas estão em debate. Todas as grandes e pequenas cidades do Brasil tiveram de ser adaptadas, ou estão no momento trabalhando para melhorar à circulação e bem estar deste público, em relação aos passeios, às faixas de pedestres e ao acesso a cadeiras de roda pelas ruas, espaços públicos e edifícios. Passarelas, rampas e passeios foram construídos para um melhor acesso e rapidez dos cadeirantes. As escolas, faculdades, edifícios públicos e particulares estão modificando seus projetos arquitetônicos para o melhor acesso através de elevadores, rampas, corrimões e na construção de banheiros com fácil acesso às cadeiras de roda. Os transportes públicos, tais como: táxis, ônibus, motos, carros, metrô e aviões também passaram e estão passando por um processo de readaptação para atender este grande público de indivíduos, que até então eram deixados de lado, ou dentro de suas próprias casas isoladas com seus enormes problemas. Todo este movimento social está ocorrendo e envolve a família, os setores públicos, sociais, econômicos e políticos.

As escolas estão passando também por uma grande adaptação neste sentido. Cursos estão sendo ministrados nas áreas de humanas pela pedagogia, cursos de Língua Brasileira de Sinais se tornaram obrigatório no currículo de todas as áreas humanas, maestro para corais de surdos, intérpretes em salas de aula, palestras e programas televisionados para que os surdos possam acompanhar e participar. Este é um processo lento e exige muito empenho e esforço de todas as instâncias governamentais e é urgente!

A dança não deve ser privilégio daqueles que se dizem dotados, ela deve ser ministrada na educação comum como uma matéria de valor estético, de peso formativo, físico e espiritual. Com uma capacidade e possibilidade de buscar a criação de cada um de acordo com o desenvolvimento que tenha frente a si mesmo e frente ao espaço. Através das distintas etapas educacionais: jardim, primário, secundário e universitário, pode ir evoluindo esta ideia e canalizando a dança como uma linguagem a mais na educação; a linguagem verbal e a escrita são, é certo, fundamental para ela, mas às vezes, resultam insuficientes. Dançar, então, não é adorno na educação, mas um meio paralelo a outras disciplinas que formam, em conjunto, a educação do

homem. Integrando-a nas escolas de ensino comum, como mais uma matéria formativa reencontraria um novo homem com menos medos e com a percepção de seu corpo como meio expressivo em relação com a própria vida. (FUX, 1983, p. 40).

A realidade hoje no Brasil é triste. O que vemos são escolas desprovidas destes aparatos, espaços impossíveis de transitar ou mesmo ter acesso às escolas, teatros, cinemas, nos estabelecimentos públicos e particulares. Os professores não estão preparados para lidar com baixíssimos salários, pouca valorização do professor, salas lotadas com 30 a 45 alunos e alguns são portadores de necessidades especiais, dentre eles: cadeirantes, surdos, cegos e com problemas de baixa visão e aprendizagem.

Temos de agir, trabalhar e melhorar as condições de vida destas crianças, jovens e adultos e de pessoas que são consideradas “especiais”. Não pelas suas deficiências e carências, mas porque são pessoas iguais a nós, que possuem sentimentos, desejos e amor em seus corações. Corações estes iguais aos nossos que pulsam em direção à vida, ao progresso e à evolução. A vida atual e o passado humano,

[...] não é um agregado de histórias separadas, mas uma soma unitária do comportamento humano, cada aspecto do qual se relaciona com outros de determinadas maneiras, tal como os atores individuais se relacionam de certas maneiras (pelo mercado, pelas relações de poder e subordinação, etc.). Na medida em que essas ações e relações deram origem a modificações que se tornam objeto de investigação racional podemos definir essa soma como um processo histórico, isto é, práticas ordenadas e estruturadas de maneiras racionais. (THOMPSON, 1981, p. 50-51).

Como Thompson deixou bem claro na citação acima, a nossa sociedade no século XXI está passando por um processo histórico onde estas práticas ordenadas e ações estão sendo executadas para o auxílio, a melhora de condições de vida, ao rápido acesso de locomoção e adaptação pessoal, das profissões, dos estabelecimentos públicos, comerciais, dos transportes, das cidades e de toda a sociedade.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

UNIVERSIDADE FEDERAL
DE UBERLÂNDIA

A rebelião contra o academicismo que invade o século XX faz com que, na área da dança, surjam novas tendências que procuram recuperar a dança enquanto expressão de vida. Isadora Duncan, Martha Graham, Mary Wigman, Eleonora Duse, Rudolf Laban, Doris Humphrey e Maurice Béjart são exemplos deste movimento a favor da “dança verdadeira”, de uma dança livre, sem os rigores da Escola Inglesa ou Russa.

Eles tiveram adeptos em todo o mundo. Maria Fux na Argentina divulgou seu trabalho por toda a América do Sul e no Brasil formou vários profissionais que atuam em diversos estados brasileiros. Adriana Túbero em Araraquara, São Paulo; Pio Campo em Pirinópolis, Goiás; Mirian Loverro em São Paulo, São Paulo, dentre outros.

Enfim, com estas novas técnicas o corpo se liberta de suas amarras e fala através do movimento. Quando dançamos, dialogamos com as frases implícitas nos movimentos, expressando nossa emoção e a intensidade das vibrações que aquela vivência não verbal ensaja. Surge uma transformação e dela deriva uma postura mais consciente, cujo benefício é o gozo de uma fidelidade e integridade construída pela percepção, contemplação e aquisição desta nova conquista. Tornamo-nos mais alegres, mais felizes e mais iluminados. Existe uma frase popular: “Quem dança é mais feliz”. Digo que é a pura verdade e acrescento algo mais, quem dança está mais próximo de Deus. Acredito que uma das maiores realizações do homem é a harmonização consigo mesmo.

É da coerência entre o que se pensa, sente e se expressa, que o homem evolui como ser espiritual, transpondo as barreiras e sobressaltos vivenciais com respeito, contenção e modéstia, reverenciando com humildade aos percalços que a vida lhe impôs, pois é daí que, ao final, tudo volta a si como um tributo sereno e amadurecido consolidado por esta eterna busca de recurso, descanso e dignidade humana. Eis que surge a sublimação intelectual, moral e estética. O corpo é uma manifestação da vida. Tocando e nos deixando tocar o corpo armazena memórias desta união humana com o mundo que nos circunda. O toque de amor sustenta a esperança da união dos seres em uma irmandade. Com amor nós nos afirmamos neste mundo material e energético. “Dançar é certamente o melhor meio para se fazer a experiência contínua de diálogo, conhecimento, amor, prazer (e dor), êxtase, na relação com o corpo: o nosso próprio e o dos outros.” (CALAZANS, 2003, p. 55).

Nosso corpo é como um grande livro de registros, ele fala, sente, ouve, memoriza, é sábio e sagrado. Sábio é aquele que se permite ouvi-lo e conhecê-lo. A dança busca a beleza, o equilíbrio e a harmonia. A dançaterapia busca a verdade interior de cada um. Ela te faz olhar para si mesmo. É uma forma de comunicação muito rica e profunda, que dispensa as palavras e atém-se ao movimento, à música e ao silêncio. O corpo é um canal, um instrumento entre o

mundo interior, com suas emoções e sentimentos, e o mundo exterior. Se este corpo está bem, consciente de suas limitações e possibilidades, o indivíduo se sente mais feliz, seguro e pronto para percorrer novos caminhos. A principal ferramenta é o estímulo. Havendo o estímulo o indivíduo se libera, se liberta de seus medos, inseguranças, limitações e se transforma. Esta transformação interior gera uma abertura para a afetividade, pois o indivíduo pode se tocar, se sentir, se expressar e se dar. Toda esta descoberta e abertura ficam expressas em seu rosto. Sua postura muda e a postura de uma pessoa contém sua história de vida. Enfim a dança é a respiração da vida que há dentro de cada um de nós.

A dançaterapia possui uma grande vantagem, o que a torna diferente das outras atividades, ela pode ser praticada por crianças, jovens, adultos, idosos, de ambos os sexos, consideradas “normais” e/ou por pessoas com qualquer tipo de limitação física, emocional, intelectual ou cognitiva (relativo ao processo mental de percepção, memória, juízo ou raciocínio). Durante as aulas ou vivências as pessoas estão sempre integradas.

A dançaterapia acontece no momento presente, porém ela é atemporal, pois o participante desse processo conecta com o seu passado, muitas vezes obscuro, sombrio, doloroso, intocável e se ela está pré-disposta à mudança (do seu corpo, do seu sentir, da sua expressão e da sua vida) ela se liberta no presente; dando esperanças e novas possibilidades de rever e analisar o seu passado, viver no presente e ter um futuro com mais aceitação, alegria e esperança.

Eu parto do seguinte pressuposto em relação à crítica, quando você critica alguma coisa, você tem de ter um grande estudo, entendimento e conhecimento, tanto prático quanto teórico, de um determinado assunto. Eu estou começando a estudar, ler e pesquisar sobre a dançaterapia tem, mais ou menos, uns cinco anos. Cada vez aprendo mais e sei que ainda existe um mundo à minha frente para desvelar. Quanto à prática, até o momento, eu não tenho nenhuma. Tenho uma vivência e experiência de trinta e dois (32) anos de dança, como estudante e bailarina; e dezoito anos como artista, professora e coreógrafa de dança. Como posso criticar algo se sou caminhante? Isto não quer dizer que não questiono e tenho dúvidas no meu caminhar. Existe ainda uma estrada e um longo caminho a percorrer. Estou somente no ponto de partida ansiando, sonhando e desejando a chegada. Existe um ponto final nesta busca e caminhar?

Sei que a cultura e a arte estão inseridas em um complexo de relações pessoais e sociais e busco nesta sociedade contemporânea um meio, uma forma e uma expressão de ir além dos meus limites físicos, emocionais e intelectuais, para depois poder trabalhar, ajudar e colocar em prática tudo aquilo que estudei e vivenciei.

O corpo é o meio e o instrumento pelo qual o homem possui para viver, experienciar, produzir, perpetuar e evoluir. Ele não está só e isolado, ele é uma energia corpórea, mental e espiritual. O corpo é muito mais do que já lemos ou estudamos ou já sentimos até então. Ele é um templo sagrado que o homem ainda desconhece toda a sua capacidade e potencialidade. É por isto que este tema nunca se esgota, porque ele é rico em significados e significações. Estudos e pesquisas vão se completando e juntos nesta busca corpórea, desvendamos este grande milagre e mistério da natureza.

No meu entendimento todos podem ganhar. O aluno, o professor, a universidade, o Estado e o país, tendo em vista a cultura ser plural. Somos um país rico em dança, danças folclóricas e regionais e também em estilos e ritmos musicais. Somos uma miscigenação de povos, culturas, raças e etnias. Desta mistura de cultura, cores, sons, raças, ritmos e corpos, diversos Brasis distintos existem e convivem reciprocamente. E é nesta diferença que está a nossa riqueza. Acredito na importância de formar professores, historiadores e dançaterapeutas sensíveis, indivíduos centrados, conscientes do seu papel dentro da sociedade.

REFERÊNCIAS

- BAUMAN, Zygmunt. **Tempos líquidos**. Rio de Janeiro: Zahar, 2007. 119 p.
- BERTAZZO, Ivaldo. **Cidadão corpo**: identidade e autonomia do movimento. São Paulo: Summus, 1998.
- CALAZANS, Julieta; CASTILHO, Jacyan; GOMES, Simone (coord.). **Dança e educação em movimento**. São Paulo: Cortez, 2003.
- DUNCAN, Isadora. **Minha vida**. 3. ed. Rio de Janeiro: Livraria José Olympio Editora, 1940. 306 p.
- FOUCAULT, M. **Vigiar e punir**: história da violência nas prisões. Petrópolis: Vozes, 2002.
- FREITAS, G. **O Esquema corporal, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Ijuí: UNIJUÍ, 1999.
- FUX, María. **Ser dançaterapeuta hoje**. São Paulo: Summus, 2011. 115 p.
- _____. **Depois da queda... DANÇATERAPIA**. São Paulo: Summus, 2005. 99 p.
- _____. **Formação em dançaterapia**. São Paulo: Summus, 1996. 93 p.
- _____. **Dançaterapia**. São Paulo: Summus, 1988. 110 p.
- _____. **Dança experiência de vida**. São Paulo: Summus: 1983. 139 p.
- GALVÃO, A.; PEDERIVA, P. L. M. **A construção e vivência do corpo no desempenho musical**. Performance Online, v. 1, n. 1, 1995.
- GALVÃO, A.; PEDERIVA, P. L. M. **Significados de Corpo na Performance Musical: o corpo como veículo de expressão da sensibilidade**. XVI Congresso da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-graduação em Música (ANPPOM). Brasília, 2006.
- GONÇALVES, M. **Sentir, pensar, agir**: corporeidade e educação. São Paulo, Papirus, 2002.
- HOUAISS, A. **Dicionário Houaiss da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009. 1986 p.
- HOWARD, Walter. **A música e a criança**. 3. ed., São Paulo: Summus, 1984.
- LABAN, Rudolf. **Domínio do movimento**. São Paulo: Summus, 1978.
- LABAN, Rudolf. **Dança Educativa Moderna**. São Paulo: Ícone, 1990.
- LIANO, N. **A arte de viver bem**. Revista Super Interessante. São Paulo, 2001.
- LOWEN, Alexander. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.
- MOREIRA, W. **Corporeidade e lazer**: a perda do sentimento de culpa. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, 2003. v. 11, n. 3, p. 85-90.

RODRIGUES, José Carlos. **O tabu do corpo**. Rio de Janeiro: Achiamé, 1983.

SENÃS: **diccionario para la enseñanza de la lengua espanhola para brailenõs** / Universidad de Alcalá de Henares. Departamento de Filosofia; tradução de Eduardo Brandão, Claudia Berliner. 3. ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2010. 1510 p.

SILVA, Ângela Maria. **Guia para normalização de trabalho técnicos-científicos**: projetos de pesquisa, trabalhos acadêmicos, dissertações e teses. 5. ed. ver. e ampl. Uberlândia: Universidade Federal de Uberlândia, 2006.

STRAZZACAPPA, Márcia; MORANDI, Carla. **Entre a arte e a docência**: a formação do artista da dança. Campinas, SP: Papyrus, 2006.

THOMPSON, E. P. “Intervalo: a lógica histórica”. **A Miséria da Teoria; ou um plenário de erros**. Rio de Janeiro: Zahar, 1981. p. 50-51.

ARTIGO

SANTOS, Kênia Soares Moreira dos. **Corpo**: instrumento de autoconhecimento na dança e dançaterapia. Uberlândia: Faculdade Católica de Uberlândia, 2008. 18 p.

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

REIS, Daniela de Souza. **Representações de brasilidade nos trabalhos do Grupo Corpo**: (DES)construção da obra coreográfica 21. Uberlândia, 2005. 159 p.

FONTES:

María Fux, danzaterapia. Disponível em: <<https://www.mariafux.com.ar>>. Acesso em: 18 fev. 2016.

María Fux, danzaterapia. Disponível em: <<https://www.centromariafux@yahoo.com.ar>>. Acesso em: 14 jun. 2016.

Centro de Formação Internacional em Dançaterapia – DMT. Disponível em: <WWW.dançaterapia-dmt.com.br/quemsomos_fux.htm>. Acesso em: 12 jun. 2016.

María Fux. Biografia. Disponível em: <<https://mariafux.com.ar/biografia.htm>>. Acesso em: 14 jun. 2016.

Martha Graham, Dance Company. History. Disponível em: <www.marthagraham.org/about-us/our-history/>. Acesso em 13 jun. 2016.