

8.03.04 - Artes / Dança.

ENTRE O CORPO E O PAPEL: INVESTIGAÇÃO SOBRE A INFLUÊNCIA DA RESPIRAÇÃO NA FORMAÇÃO TÉCNICO-ARTÍSTICA DO BAILARINO CONTEMPORÂNEO

Júlia Ferreira^{1*}, Silvia Maria Geraldí²

1. Estudante de IC do Instituto de Artes da UNICAMP

2. IA-UNICAMP - Departamento de Artes Corporais / Orientador

Resumo:

A presente pesquisa trata de um estudo prático-teórico sobre a relação entre a respiração e a formação técnico-artístico do bailarino contemporâneo. Fundamenta-se em métodos de Educação Somática, com os quais entrei em contato dentro do curso de Graduação em Dança, e que têm, como um dos componentes trabalhados, a relação respiração-movimento, com foco no aprimoramento da percepção corporal do corpo que dança. Uma das perguntas que norteou esse estudo foi: a respiração pode levar a uma facilitação da organização postural e da apropriação técnico-corporal no decorrer de um processo de aprendizagem? O processo de pesquisa, bem como a análise dos resultados, buscou articular três eixos: a compilação de estudiosos que tratam sobre o tema, os laboratórios práticos individuais para entendimento no corpo e o entrelaçamento entre teoria e prática.

Palavras-chave: Respiração; Educação Somática; Dança Contemporânea.

Apoio financeiro: Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP)

Trabalho selecionado para a JNIC pela instituição: Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

Introdução:

A pesquisa da relação entre respiração e movimento dançado partiu do levantamento de artistas da dança moderna ocidental (Isadora Duncan, Martha Graham, Mary Wigman, Doris Humphrey, dentre outras) que tiveram na respiração um princípio marcante para a elaboração de seus sistemas didáticos de dança. A partir daí, abriram-se caminhos para pesquisar como a respiração tem sido abordada por algumas técnicas contemporâneas de dança, sobretudo aquelas com as quais tenho tido contato na graduação em dança.

O objetivo principal do estudo foi refletir sobre os seguintes aspectos: o que a respiração é em termos de movimento humano; como tem sido abordada tanto conceitualmente quanto na prática da dança ocidental moderna e contemporânea; e como pode interferir na postura corporal do bailarino contemporâneo.

Sabemos que há uma notória relação entre o percurso da dança contemporânea e a utilização de métodos de educação somática, principalmente no que se refere à preparação corporal do bailarino contemporâneo, proporcionando-lhe melhor organização do corpo em movimento, sendo que um dos elementos utilizados é a respiração. Diante da gama de práticas que podem ser acolhidas para a efetuação da pesquisa, escolhi o trabalho somático do Método Feldenkrais (1977, 1994), aprendido nas aulas que realizei na graduação e aprofundado por meio dos livros do autor publicados em língua portuguesa. A escolha foi fundamentada em conteúdos de aula que trouxeram transformações realmente significativas para mim, como bailarina e pesquisadora.

Os exercícios dos laboratórios práticos individuais que realizei, paralelamente ao estudo teórico, foram resgatados e explorados principalmente a partir das abordagens técnicas de dança vivenciadas na graduação. Articulados aos princípios somáticos, os laboratórios se tornaram um espaço de estudo e aprofundamento das aulas de técnica contemporânea e também dos conceitos

técnicos/somáticos provenientes dos estudos teóricos.

Metodologia:

Tendo como enfoque a experiência realizada nos laboratórios, a discussão teórica foi se construindo a partir do processo prático, como forma de fundamentar e refletir sobre os resultados alcançados. A professora e pesquisadora da dança Sylvie Fortin (2006), ao discutir as contribuições da auto-etnografia para a pesquisa em artes, afirma que a melhor compreensão da prática artística pode se dar através do vínculo do pensamento com a ação do praticante, princípio metodológico que norteou todo o processo de trabalho. A autora coloca ainda que podemos considerar a auto-etnografia como um dos métodos de pesquisa apropriados para lidar com processos artísticos, já que pode inspirar uma integração de elementos vindos de horizontes variados, organizando uma análise reflexiva da prática em campo, ao que ela denomina de “bricolagem metodológica”.

Conforme dito, o processo de pesquisa buscou articular constantemente três eixos: a compilação de estudiosos que tratam sobre o tema, os laboratórios práticos individuais e o entrelaçamento entre teoria e prática.

A compilação de bibliografia sobre o tema da respiração se deu por meio da consulta a livros, sites, artigos e periódicos, com destaque para aqueles que apresentassem também exercícios práticos. Ao mesmo tempo, a prática se iniciou a partir das lições encontradas nos textos reunidos, transformando o processo de pesquisa numa via de mão dupla entre teoria e prática.

Os laboratórios se constituíram por meio de duas bases principais: proposições práticas sobre a respiração encontradas em alguns dos materiais teóricos consultados, principalmente do educador somático Moshe Feldenkrais (1977, 1994); e por meio da memória corporal que adquiri ao longo do meu contato com a dança, que me permitiu resgatar procedimentos, exercícios e vivências aprendidos.

Como parte do eixo prático da pesquisa, as aulas realizadas na graduação tiveram uma importância singular para a pesquisa, podendo colaborar no entendimento do que foi articulado na teoria com a prática e, também, contribuir com elementos para a composição dos laboratórios individuais.

Os registros das experiências foram realizados essencialmente em diário de bordo, com alguns registros também em vídeos e fotos. Todo o espaço físico utilizado para a realização da pesquisa foi do Departamento de

Artes Corporais (DACO) do Instituto de Artes da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP).

Resultados e Discussão:

Como resultados da pesquisa, destaco minha crescente consciência sensorio-motora, apropriação do meu corpo/movimento e refinamento de minha imagem corporal conquistados por meio do trabalho com a respiração.

As fotos e vídeos, produzidos ao longo da pesquisa, tornaram-se material importante para aprofundamento das práticas, documentação e comunicação do processo, podendo ser compartilhado com outros pesquisadores interessados no assunto.

A criação dos meus próprios exercícios e de novas matrizes a serem testadas – experiência que pretendo dar continuidade – foram também de grande relevância para a construção do meu ser artista/educadora da dança.

Conclusões:

O estudo ajudou-me a desenvolver qualidades crescentes em minha postura, na relação movimento/respiração, na precisão, fluxo e intenções de movimento, entre outras. Propiciou-me um aprimoramento como bailarina-intérprete ao mesmo tempo que aprofundou a presença da educação somática no meu percurso com a dança.

A principal contribuição desta pesquisa passou pela questão de experimentação através do corpo, tendo como foco a qualidade interna de vivência, o desenvolvimento da sensibilidade diante do conhecimento em dança e a importância da experiência pessoal (GERALDI, 2007).

Referências bibliográficas

FELDENKRAIS, Moshe. **Consciência pelo Movimento**. 4. ed. São Paulo: Summus, 1977.

_____. **O poder da autotransformação: a dinâmica do corpo e da mente**. Tradução de Denise Maria Bolanho. São Paulo: Summus, 1994.

FORTIN, Sylvie. Contribuições possíveis da etnografia e da auto-etnografia para a pesquisa na prática artística. Revista **Cena 7**. Periódico do programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Instituto de Artes – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2006, p. 77 - 88.

GERALDI, Silvia Maria. Representações sobre técnicas para dançar. In: Sigrid Nora (Org.) **Húmus 2**. Caxias do Sul, RS: Lorigraf, 2007, v.2, p. 75-87.