

ABRÃO, Elisa. Poemas dos esforços silenciosos: Campinas: Unicamp. Universidade Federal de Goiás; Professora do Curso de Licenciatura em Dança. Unicamp; Doutorado em Artes da Cena; orientadora Marisa Martins Lambert.

## RESUMO

O presente texto versa sobre a pesquisa intitulada "Poemas dos esforços silenciosos". O percurso da pesquisa iniciou no dia primeiro de maio de dois mil e quatorze quando fui acometida por um AVC. Processo liminar que desenhava novos caminhos para investigar os saberes de arte/vida/dança. O objetivo da presente pesquisa é investigar "o poema dos esforços silenciosos", ou seja, investigar uma dança que tensiona o silêncio como potência expressiva e perfura camadas silenciadas de movimento, que permite explosões no ato de dançar. Tal investigação parte de experimentações somáticas expressivas para a realização de processos de criação em diálogo com os estudos do campo labaniano, na intenção de um dançar que assuma a vulnerabilidade como mote investigativo. Atenta a uma percepção aguçada das cicatrizes corporais e suas possibilidades expressivas investigo o silêncio no ato de dançar. Caminho esse que se aproxima do que Laban afirmava como dança, ou seja, o poema do esforço pelo qual cada pessoa não cessa de inventar o seu próprio corpo.

**Palavras-chaves:** Silêncio. Explosão. Somática. AVC.

The present text is about the research titled "Poems of the silent efforts". The course of the research began on the first of May of two thousand and fourteen when I was affected by a stroke. Liminal process that has designed new ways to investigate art / life / dance knowledge. The aim of the present research is to investigate "the poem of the silent efforts", that is to investigate a dance that stresses the silence as expressive power and performs silenced layers of movement, which allows explosions in the act of dancing. Such research is based on expressive somatic experiments for the realization of creation processes in dialogue with the studies of the Labanian field, with the intention of a dance that assumes vulnerability as an investigative motto. Attentive to a keen perception of body scars and their expressive possibilities, I investigate silence in the act of dancing. This path is close to what Laban affirmed as a dance, that is, the poem of the effort by which each person does not cease to invent his own body

**Keywords:** Silence. Explosion. Somatic. AVC.

*A você  
Você chegou de repente  
A você  
Você me dividiu ao meio  
A você, você chegou de repente e me dividiu ao meio  
Trancou meu fluxo  
Quando percebi já estava meio sem saber  
sem saber o que mexer*

O presente artigo versa sobre a pesquisa de doutorado intitulado “Poemas dos esforços<sup>2</sup> silenciosos” em desenvolvimento no programa de Artes da Cena da Unicamp na qual pesquisa dançar o silêncio e a explosão.

Para tanto, estou<sup>3</sup> desenvolvendo a partir de uma perspectiva somático expressiva laboratórios de experimentação e investigações de movimento, criações artísticas, partilhas com mulheres acometidas por acidentes vasculares cerebrais e investigando o silêncio nos conceitos da teoria de movimento de Rudolf Laban<sup>4</sup>, principalmente nas atualizações realizadas por Irmgard Bartenieff<sup>5</sup> e Judith Ida Kestenberg<sup>6</sup>.

Durante o primeiro ano de doutoramento, que foi realizado em 2017, a pesquisa passou por modulações incluindo novos conceitos, experiências e teorias. Inicialmente pretendia investigar nexos de sentido latentes no gráfico dos esforços<sup>7</sup>, por meio de diálogos com o campo literário e filosófico, realizando a proposição metafórica de pintar o gráfico de amarelo e o pontilhar<sup>8</sup> na busca de investigar o silêncio no movimento. Dos diálogos com a orientadora, a participação nas proposições do grupo de pesquisa “Prática como Pesquisa: processos de produção da cena contemporânea”<sup>9</sup> e as

---

1 Poema escrito pela autora após ser acometida por um AVC.

2<sup>□</sup>Laban afirmava como dança o poema dos esforços pelo qual cada pessoa não cessa de inventar o seu próprio corpo (SUQUET, 2008).

3<sup>□</sup>A escritas em primeira pessoa é permeada pela intenção de uma escrita pessoal mediante o objeto de investigação e as escolhas políticas da pesquisa.

4<sup>□</sup>Rudolf Laban foi arquiteto, professor, pesquisador e artista que se dedicou a estudar a dança e o movimento humano. A partir desses estudos ele elaborou um sistema complexo de experimentação, observação, análise e escrita do movimento.

5<sup>□</sup>Irmgard Bartenieff foi dançarina, fisioterapeuta. Trabalhou em hospitais e com bailarinos. Em seu trabalho utilizou a observação dos movimentos e a notação construída por Laban. Fundamentou seu trabalho na mudança das formas e dinâmicas diminuindo as tensões corporais na intenção da justa medida para a realização do movimento.

6<sup>□</sup>Polonesa radicada nos EUA. Judith Kestenberg estudou medicina, neurologia e psiquiatria. Elaborou seu trabalho a partir das qualidades de movimento de Laban e Lawrence em relações com os estudos de psicanálise desenvolvidos por Ana Freud. Seu método intitulado de “The Kestenberg Movement Profile” abarca teorias inovadoras sobre o papel da linguagem do movimento no desenvolvimento infantil.

7<sup>□</sup>O Gráfico dos Esforços é composto por linhas, cada qual a partir de um fator de movimento que por suas direções espaciais assinalam as qualidades de movimento. Sendo eles os seguintes: fator fluxo com as qualidades de livre e contido, fator espaço com as qualidades de direto e indireto, fator peso com as qualidades de leve e forte e fator tempo com as qualidades de desacelerado/calmo e acelerado/urgente. O gráfico foi desenvolvido com a função de possibilitar a notação escrita das qualidades expressivas de movimento.

8<sup>□</sup>Tal proposição continua presente nas intenções de análise, pois os estudos de Judith Ida Kestenberg são baseados na teoria sobre os esforços. Como também, pela importante concepção filosófica existente na teoria dos esforços intitulada por Laban como Região do Silêncio.

9<sup>□</sup>Grupo de estudos liderado pelas doutoras Marisa Lambert, Ana Terra e Silvia Geraldi. No grupo são debatidos textos e práticas que objetivam investigar a prática do artista da cena como fundamento e ponto de partida para o desenvolvimento da metodologia de pesquisa e criação, de forma articulada a novas dinâmicas de teorização.

disciplinas cursadas nos dois primeiros semestres do Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena, amplio a investigação para mais categorias de análise do movimento desenvolvidas por estudiosos labanianos e inclui o pensamento somático imbricado com concepções feministas e sociais<sup>10</sup>.

A presente pesquisa é cultivada pelo olhar da Prática como Pesquisa, na qual as investigações práticas lançam/guiam/propõem/direcionam as ações a serem realizadas. A prática é compreendida de maneira crítica e reflexiva na qual o pesquisador contribui para reconstruir socialmente matrizes culturais sensoriais do intelecto e os sentidos incorporados nas práticas sociais. (NELSON, 2009)

Entre as possibilidades de realizar a Prática como Pesquisa, Fernandes (2014) aponta o campo somático como um dos paradigmas dessa tendência. Na especificidade desse estudo apontamos que o olhar somático-expressivo se apresenta como uma marca, por afirmar, entre outras perspectivas, a vulnerabilidade como impulso para criação. Intuo que os saberes somáticos criam travessias e mapeamento de singularidades. Inscrevem gestos atentos a percepções aguçadas do corpo e os atravessamentos das relações e ambientes, possibilitando investigar movimentos, mas também a quietude e dela gerar outros caminhos e experiências de movimento.

Ciente das diferentes práticas somáticas, se aponta o diálogo mais aprofundado com o Sistema Laban/Bartenieff, relacionando-o com propositoras da segunda geração do campo somático. Pois tal referência já indica princípios somáticos e uma ampla gama de possibilidades, conceitos e elementos, para se explorar a expressão.

No fluxo investigativo existem palavras guia as quais geram movimentos de diálogos com autoras/es e teorias. As palavras guias desta pesquisa são AVC (acidente vascular cerebral), silêncio, explosão, somática e feminismo. No presente artigo partilharei algumas experiências vivenciadas na pesquisa tendo como guia de investigação o silêncio.

### *Um convite ao silêncio*

O percurso desse estudo iniciou no dia primeiro de maio de 2014 quando fui acometida por um acidente vascular cerebral (AVC). Um processo liminar que desenhou novos caminhos para investigar os saberes de arte/vida/dança, incluindo o silêncio e a explosão em meu fazer.

Como estudiosa do campo labaniano e acometida de um AVC, quando me percebi com partes do corpo silenciadas, ou seja, temporariamente sem movimento, questioneei-me o que é o silêncio no movimento e suas possibilidades expressivas. Nesse caminho a busca pelo silêncio se reafirma como lugar de experiência, memória, necessidade e expressividade. Atenta que o silêncio é atravessado por múltiplas camadas para investigar a dança e como aponta Mira “a vibração que urge da quietude do corpo na dança – a sua inquietação, suspensão, respiração, repouso –, é uma forma de resistir, ou seja, de romper o fluxo de coreografias individuais, sociais e históricas.” (2014, p.51).

---

<sup>10</sup>Ente os autores destaco as contribuições de Martha Eddy para o pensamento histórico dos estudos somáticos, a Teoria Social Somática desenvolvida por Jill Green e as reflexões críticas de Isabel Gino para a constituição epistemológica do campo somático.

Estou instigada pelos instantes de silêncio que tudo balançam, que mudam estruturas de lugar e suspendem o tempo. O silêncio assusta e também possibilita curvas na coreografia da vida e da arte. Uma explosão que gera pausa. Uma explosão interna e a necessidade de explodir externamente. Um silêncio externo e a necessidade de um silêncio interno. Desequilíbrio que impulsionam meu dançar. Embrenho-me nos meandros de uma dança que tenciona o silêncio como potência expressiva e perfura camadas silenciadas de movimento permitindo explosões no ato de dançar.

Silêncio e explosão inicialmente parecem opostos, mas nessa investigação permeiam camadas dos movimentos, suscitam plasticidades aos silenciamentos de mim, permeados de intenções viva de uma mulher que dança. Experimento o silêncio e a explosão como complementares, opostos, entrelaçados e sinônimos para dançar. Tais intenções emergem da percepção que a permanência de um fluxo contido fez meu corpo explodir<sup>11</sup>. Não. Não quero mais conter tanto o fluxo. Quero deixar vazar. Quero dizer não a esse controle sobre meu corpo.

Silêncio e a explosão, são investigados na intenção da comunicação entre polaridades as quais desenham possíveis fusões, pois “ressalta o estar em um espaço que abraça as dualidades, rompe com esquemas corporais condicionados e potencializa, pelo movimento, a coexistência de referências diversas em um todo sempre novo” (LAMBERT, s/pg 2012). Eles deslizam numa fita de Moebius que “torna um percurso estimulante para a retomada de conceitos originalmente entendidos como oposições duais, reapresentando-os como modulações que se organizam em um *continuum* gradual, sem constituir oposição” (MIRANDA, 2008, p. 58). Os deslizamentos moebianos nos lançam em aventuras de experimentação, criando outras tramas e conexões na realização de movimentos e saberes.

Silêncio e explosão foram os guias de minha apresentação no Simpósio Reflexões Cênicas Contemporâneas organizado pelo Lume. Reafirmo a prática como princípio de pesquisa apresentando a pesquisa permeada por formatos entre o performático e a exposição oral. Apresentei a pesquisa aproximando das chamas de três velas amarelas um balão amarelo cheio de ar e de um líquido vermelho que lembra sangue. O tempo é suspenso. Eu em pausa seguro o balão e aguardo a explosão. Eu ali, sentada em uma pequena cadeira de madeira de minha infância. Aguardo a explosão. E sim, ele explode, assusta, espalha seu líquido e apaga as velas. Apago velas e esparramo o líquido<sup>12</sup>. Desses líquidos escrevo em meu território existencial os gestos e as palavras guias dessa pesquisa. Gestos e palavras compõem a apresentação de minha pesquisa. Cada palavra guia gera fluxo de diálogos com autoras/es e teorias em um percurso iniciado a um ano.

### *Considerações silenciosas*

O silêncio em meu caso foi um convite sem possibilidade de recusa. A valorização do silêncio como guia é a intenção reinventar meu dançar, acolhendo a experiência de ter sofrido um AVC. Reinvento essa experiência de inúmeras maneiras, como por exemplo, nas relações entre as materialidades

---

<sup>11</sup>O AVC pelo qual passei era isquêmico, ou seja, quando o fluxo de sangue é trancado e temporariamente uma parte do cérebro fica sem irrigação sanguínea

<sup>12</sup>Agradeço a Luciana Mizutani pelas partilhas e diálogos que atravessam as proposições práticas da pesquisa.

do balão, ar, líquido e a chama de velas que geram silêncios pela suspensão do tempo em aguardar a explosão.

Encontro outros caminhos para reinventar o meu dançar atrelados a perspectivas somáticas expressivas. Mais especificamente com o sistema Laban/Bartenieff. Importante ressaltar que tal sistema entende que a mobilidade não é uma ação apenas dos músculos, mas inclui todo o corpo desde as dimensões mais transitórias, como o ar que adentra e nutre o corpo no ato de respirar, o qual é transformado e devolvido ao espaço externo ao corpo, até às dimensões mais concretas como as conexões ósseas, sempre móveis e em renovação. Sendo assim, compreende-se que em todo movimento são necessários mais de um elemento, transitando pela ideia de orquestrar o corpo para o emergir do movimento. O AVC exige que o orquestrar do corpo receba novas investigações. Impulsiona uma investigação do ato de dançar como “poema dos esforços”, porém incluindo o silêncio e as explosões do movimento.

O silêncio como guia para investigar meu dançar entrelaça outros guias dos quais emergem outras maneiras de ser mulher, de dançar, de pesquisar e de viver.

#### **Referências bibliográficas;**

EDDY, Martha. *Mindful movement: the evolution of the somatic arts and conscious action*. Chicar-go: Intellect Bristol, 2016.

FERNANDES, Ciane. A Prática como Pesquisa e a Abordagem Somático Performativa. VIII Congresso da Abrace, 2014.

LAMBERT, Marisa Martins. Laboratório de Polaridades – experiências corporais de versatilidade e integração. VII Congresso da Abrace, 2012.

MIRANDA, Regina. *Corpo-Espaço: aspectos de uma geofilosofia do corpo em movimento*. Rio de Janeiro: 7 letras, 2008.

MIRA, Ana Sofia Palula Fonseca de. *Silêncio, potência e gesto: um corpo na dança* (Tese). Lisboa: Uiversidade Nova de Lisboa, 2014. <http://hdl.handle.net/10362/14026>

NELSON, Robin, Practice as Research knowledge na their place in the academy. In: ALLEGUE, Ludivine, JONES, Simon KERSHAW, Baz (Orgs.). *Practice-as-Research: In Performance and Screen*. Palgrave Macmillan, 2009.

SUQUET, Annie. O corpo dançante: um laboratório da percepção. In CORBIN, Alain; COURTINE, Jean Jacques; VIGARELLO, Georges (Dir.) *História do corpo: as mutações do olhar*. O século XX. Petrópolis: Editora Vozes, 200.