

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo

COGEAE

Especialização na Técnica Klauss Vianna

Larissa Carpintéro de Carvalho

Maternidade em Movimento

Técnica Klauss Vianna para gestantes e mães com bebês

São Paulo, SP
2015

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo
COGEAE
Especialização na Técnica Klauss Vianna

Larissa Carpintéro de Carvalho

Maternidade em Movimento

Técnica Klauss Vianna para gestantes e mães com bebês

Monografia apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – COGEAE, como exigência parcial para obtenção do título de Especialista em Técnica Klauss Vianna sob a orientação da Profª Drª Jussara Miller.

São Paulo, SP
2015

Banca Examinadora

Prof.^a Dr.^a Jussara Miller (orientadora)

Prof.^a Dr.^a Neide Neves

Prof.^a Dr.^a Helena Katz

Agradecimentos

Aos meus pais, Carminha e Breno, por me acompanharem na vida e em mais um trabalho.

Ao meu companheiro, Nelson, por se abrir para a dança, a minha e a dele.

À minha filha, Elis, por dançar e ser mulher comigo.

Ao meu filho, João, por me equilibrar sendo homem.

À minha mestra Jussara Miller, por me dar a mão.

Aos professores e colegas da primeira turma do curso de especialização na Técnica Klauss Vianna (PUC- SP), pelas danças refletidas e pelas reflexões dançadas.

À todas as mulheres que conhecem e participam do meu trabalho, especialmente às que compartilharam aqui as suas palavras, suas imagens, um pouco de suas vidas.

Às fotografias que, com seu registro sensível, compuseram este trabalho.

À comadre Raquel, pelo compartilhar das “crises” do momento da escrita.

Aos meus irmãos, irmãs, cunhadas, cunhados, sogros, sobrinhos e sobrinhas, pela convivência nem sempre próxima, mas que me ensinam sobre o coletivo.

Resumo

CARVALHO, Larissa Carpintéro de. **Maternidade em Movimento**: Técnica Klauss Vianna para gestantes e mães com bebês. f. Monografia (Especialização em Técnica Klauss Vianna) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2015.

Este trabalho se insere no campo da dança e educação somática, a partir dos estudos da Escola Vianna, que teve seu início no trabalho de Klauss e Angel Vianna, sendo posteriormente sistematizado e denominado de Técnica Klauss Vianna (TKV). Impulsionada pela experiência do nascimento dos meus filhos e a vivência da TKV iniciada no Salão do Movimento, com a professora Jussara Miller, em Campinas, SP, venho desenvolvendo meus estudos como pesquisadora e professora. Com este trabalho pretendo compartilhar e refletir sobre a minha prática que consiste no emprego da TKV direcionado para gestantes e mães com bebês. Um convite para uma dança das palavras, minhas, de algumas mulheres que vivenciaram as aulas durante a gestação e/ou com seus bebês e de autores que versam sobre corpo e os processos de gestação, parto e maternidade. Para isso, identifico alguns princípios e tópicos da TKV da maneira como eu observo em sala de aula e se apresentam nas falas das mulheres, buscando pontos de convergência com outros referenciais teóricos sobre a temática. A partir das reflexões desenvolvidas, vislumbro a potência dessa prática na promoção de um reconhecimento e conexão corporal das mulheres com elas próprias, seus filhos e com outras mulheres. As reverberações do trabalho sinalizam o fluxo de movimento em que a dança compõe e é composta pelos processos de gestar, parir e cuidar.

Palavras-chave: Técnica Klauss Vianna, dança, maternidade, gestantes, mães e bebês, parto, pós-parto

Reuniram-se as três mulheres em redor do almofariz, cada uma delas munida de um pau de pilão. Foi Mwadia quem começou a socar o milho. Depois, foi a vez de Constança levantar o msundi e deixá-lo tombar provocando um som cavo no ventre da madeira. A brasileira esperou pelo seu turno, como num jogo de infância. Demoraram a acertar até descobrirem o compasso e a alternância das batidas. (...) A brasileira sorriu e o sorriso a foi tomando: há muito tempo que a sua alma não era contagiada por um fazer tão simples, o moer do pão, o ir e vir de um coração que ela desconhecia.

Depois de um tempo, Rosie entendeu: aquele era um modo de dançar. A brasileira afastou-se das outras e, conservando o mesmo ritmo, foi rodopiando pelo pátio, ao compasso das batidas no almofariz. Foi acelerando o passo, deixando-se possuir pela dança. Sambava? Os pés ligeiros desconheciam o voltear do corpo. Aos poucos ela estava penetrando no território dos sonhos.

(Mia Couto, em “O outro pé da Sereia, p. 173).

Sumário

Primeiros Ensaios	06
Cenário	12
Cena 1. Quantas danças cabem em um corpo?	20
Cena 2. O nascimento: uma dança sem coreografia?	33
Cena 3. Quantas danças nascem com um bebê?	48
Cena final. Dança de mulheres, dança do mundo.	75
Referências	82
Créditos das imagens	84

Primeiros Ensaios

*Me escute, senhor: estou vivendo apenas em rascunho,
amanhando uns biscatos de futuro*

Mia Couto

Dançar é parte da minha vida desde criança, mas fazer desta arte meu trabalho só foi possível depois que me tornei mãe, talvez pela força e autoconfiança que pude experimentar, embora num paradoxo de, ao mesmo tempo, viver sentimentos de fraqueza, falha e impotência.

A maternidade, por si só, requer ampla capacidade de improvisação, muitas vezes sem habilidades pré-trabalhadas, exigindo movimento, rapidez, fluidez, resistência, flexibilidade, presença, apoios, equilíbrio... Quantas vezes me pego pensando no processo de maternidade e fazendo analogias com a dança. Vejo dança em mulheres grávidas, parindo seus filhos, amamentando, vejo dança nesse corpo materno em construção e daí tenho vontade de dançar mais esse corpo, essas experiências, (re)experimentar e (re)criar a maternidade em sua complexidade, no que tem de individual e coletivo, no que tem de beleza e leveza e também de pesado e feio.

Maternidade e dança se comunicam em caminhos que enriquecem e aprofundam a qualidade de ambos os aspectos da vida e expandem uma mulher como artista, criadora, educadora, professora e ser humano. (SCHAUMANN, 2010, p. 98)¹.

Ao olhar para minha prática, escolho várias lentes que se sobrepõem, se mesclam e se integram. Como dançarina e professora de dança escolho as lentes da Técnica Klauss Vianna (TKV), ou da escola Vianna, como define Miller (2012). Em um complexo emaranhado, recorro às lentes de uma psicóloga, Laura Gutman, e dois antropólogos – Ashley Montagu e Robbie Davis-Floyd, que me permitem refletir sobre os processos de gestar, parir e maternar em suas implicações pessoais, profissionais e, portanto, coletivas e políticas. Outras pesquisadoras e pesquisadores vão sendo convidados no decorrer deste trabalho, que discorre sobre o percurso que venho trilhando.

¹ Tradução livre de "Motherhood and dance inform each other in ways that enrich and deepen the quality of both aspects of life and broaden a woman as an artist, creator, educator, teacher, and human being".

Miller (2012) destaca que o casal Vianna (Klauss e Angel) deu início à pesquisa da Técnica Klauss Vianna - ainda que este nome não fosse usado inicialmente - a partir de suas próprias experiências artístico-pedagógicas.

Seguidos por Rainer Vianna, filho do casal, e por diversos de seus alunos, o trabalho foi se ramificando, produzindo novos frutos e rendendo sementes. A autora define esse movimento como uma “escola”, compreendendo

“Escola” como origem e fonte de pesquisas que dela se ramificaram por meio de influências e confluências entre as singularidades da investigação de cada artista pesquisador. (Ibidem. p.15).

Assim, ainda que abranja as especificidades de cada aluno-pesquisador e valorize a “ação criadora e inovadora”, mantem-se o fundamento nos princípios² da pesquisa Vianna em um movimento intrínseco de conservação e inovação (Ibidem. p.17).

Apenas para localizar o leitor na cena... Nas aulas dessa escola, todos ficam descalços e, geralmente, começamos a olhar nossos pés, a tocar neles, para “manter viva uma parte do corpo” (VIANNA, 2008, p.136), trazendo a consciência para o momento presente. Os pés são os “para-raios de energia acumulada (Ibidem. p.94)” e, por isso, ao massageá-los, ao abrir seus espaços articulares, essa energia flui e se dissipa por todo o corpo. Espreguiçar e reconhecer o corpo naquele momento é a próxima etapa, repetida a cada aula, porém diferente a cada vez. As preocupações, desconfortos, emoções não devem ser deixados do “lado de fora da porta”, mas incluídos porque **são** corpo. O professor não conduz passos a serem copiados literalmente, mas permanece atento, presente, para orientar seus alunos nessa aventura. Portanto, ao invés de dizer “o seu movimento está errado”, sugere: “busque a resposta no seu corpo” e oferece caminhos para que cada um encontre as suas próprias respostas, ou, provavelmente, mais perguntas.

² Os princípios e tópicos da TKV serão discutidos neste trabalho a partir da perspectiva e da prática específica com as gestantes e mães com bebês, não havendo a pretensão de apresentar toda a sistematização da técnica. Para tal aprofundamento ver Vianna (2008), Miller (2007, 2012) Neves (2008, 2010).

Eu apenas quero lançar a semente. Uma vez soltas em terra generosa, essas sementes provocarão reações. (Ibidem. p.70).

O que importa é lançar as sementes no corpo de cada um, abrir espaço na mente e nos músculos. E esperar que as respostas surjam. Ou não. (Ibidem, p. 146).

Para Jussara, que se inclui nas “gerações seguintes”, tendo sido aluna de Klauss e Rainer,

A escola Vianna é como um leito de um rio que cada um preenche com a própria água, com a própria metodologia; e o fluxo dessa pesquisa, a partir da ação de cada um, vai redesenhando seu leito. (MILLER, 2012, p. 41).

Em mim a semente foi plantada, ou na imagem acima, fui banhada pelas águas deste rio, pela professora Jussara Miller, cujo trabalho tem influência mais intensa em minha atuação pela identidade e permanência no tempo. Foi minha primeira e, por vários anos, única mestra da escola Vianna. O primeiro contato com essa técnica foi em 2004 e perdurou por cerca de um ano. Após um intervalo de quatro anos, retornei para um aprofundamento da experiência. Em 2010, com a ideia de profissionalização, participo dos cursos “Processo Didático” e, em seguida, “Processo Criativo”, ambos com duração de um ano e ministrados pela própria Jussara Miller no Salão do Movimento, na cidade de Campinas - SP. Em ambos os processos, a temática da gestação, parto e maternidade já estavam presentes. Como experiência didática, desde o ano de 2010, ministro aulas de dança para gestantes e mães com bebês. Como experiência artística, decorrente do curso “Processo Criativo”, sob a orientação da Jussara Miller, desenvolvo o solo “Dentro de Mim”, tendo como mola propulsora minhas próprias experiências de maternidade, assim como de minhas alunas, algumas delas tendo a oportunidade de acompanhar no nascimento de seus filhos.



Dentro de Mim (2012)

Com a Especialização na Técnica Klauss Vianna, na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), iniciada em Agosto de 2012, passo a ser afetada por outros professores da escola, com diversas influências e focos. Inclusive, podendo beber de uma das fontes iniciais, que foram as aulas com Angel Vianna.



Professoras Jussara Miller, Neide Neves, Luzia Carion e Angel Vianna em aula do curso de Especialização na Técnica Klauss Vianna, PUC-SP, Dezembro de 2012

Quanto mais conheço e incorporo a técnica Klauss Vianna, mais a elejo como fundamento do meu trabalho e já me considero parte dessa grande escola, desse grande rio. Ainda que pontual, o encontro e experimentação do trabalho de Angel Vianna permitiu que eu vislumbrasse uma confluência importante para minha prática. Angel e suas alunas me envolveram com a ênfase na sutileza, no toque, nas sensações da pele, um fluxo mais *redondo*, cíclico, próprio do feminino, tão pertinente para um trabalho que é basicamente direcionado às mulheres. A *energia masculina*, representada por Klauss e Rainer, equilibra, trazendo objetividade, concretude e firmeza. Assim, enquanto simbolicamente Angel abraça, embala, acolhe, nutre... Klauss e Rainer

representam um farol que guia e mostra o caminho, ao mesmo tempo em que corta o cordão umbilical, impulsionando para a independência e autonomia³.

Com este trabalho, portanto, pretendo compartilhar um pouco do que tenho vivido em minha prática, sem a pretensão de analisar algo difícil de descrever, uma experiência tão sensorial e cinestésica, de corpo todo... O convite é para uma dança das palavras, minhas, de algumas mulheres que vivenciaram esse trabalho⁴ e de autores que versam sobre corpo, gestação, parto e maternidade. Identifico alguns princípios e tópicos da TKV da maneira como eu observo e vivencio em sala de aula e se apresentam nas falas das mulheres, buscando pontos de convergência com outros referenciais teóricos sobre a temática. Uma dança de memórias, fotografias, vídeos, uma dança que não apenas se confunde, mas que é a minha vida.

A água que despejo no leito do rio da escola Vianna tem sangue, líquido amniótico, tem leite, tem secreções... Tem a experiência corporal intensa de gerar, parir e nutrir, potências criativas do feminino que podem ser despertadas e alimentadas com movimento e com dança.

- O nosso corpo é feito de quê? De carne, sangue, águas contidas?

Não, segundo ele, o corpo era feito de tempo. Acabado o tempo que nos é devido, termina também o corpo. Depois de tudo sobra o quê? Os ossos. O não-tempo, nossa mineral essência. Se de alguma coisa temos que tratar bem é do esqueleto, nossa tímida e oculta eternidade

Mia Couto

³ Não quero dizer que as professoras que foram alunas de Klauss e Rainer não trazem as características que chamei aqui de “femininas” e que atribuí à Angel Vianna. Apenas essa experiência me despertou para sentir e refletir sobre as nuances femininas e masculinas que, no meu entendimento, estão integradas na TKV.

⁴ Para fins deste trabalho recorri a alguns depoimentos escritos por ex-alunas sobre suas próprias experiências com as aulas de dança nos anos de 2010, 2011 e 2015 (Fabiana, Beatriz, Manoela, Carolina, Leandra, Maria Carolina, Mariana, Ana, Juliana, Lidiane e Camila). O depoimento da Regiane foi concedido em 2013, audiogravado para o trabalho “Maternity in Movement: Body Consciousness and Dance for Pregnant Women and Mothers and Babies” apresentado no “Ninth International Congress of Qualitative Inquiry” na Universidade de Illinois – Urbana - Champaign. Ainda, conto com uma entrevista aberta videogravada (Luciana) à qual a solicitação foi que falasse sobre a experiência com as aulas de dança em suas duas gestações, pós-partos, e possíveis relações das vivências nas aulas com a experiência do parto. Todas as mulheres ouvidas são de classe média, tiveram seus bebês em partos hospitalares ou domiciliares planejados com equipes particulares de atendimento, têm entre 30 – 40 anos, nível universitário ou pós-graduação. Manoela, Maria Carolina, Mariana, Ana, Lidiane e Camila têm apenas um filho. Regiane, Fabiana, Beatriz, Carolina e Juliana têm dois filhos. Luciana e Leandra têm três filhos. Os nomes das mulheres e de seus filhos foram mantidos com a autorização delas.

Cenário

Quem não se movimenta, não sente as correntes que o prendem.

Rosa de Luxemburgo

O corpo é esse entrecruzamento do visível e do invisível, do dentro e do fora, do que se toca e do que é tocado... o corpo é essa espiral, essa circulação, esse enlaçamento, a dobra de meu interior e de meu exterior, entre o mundo e eu...

Kuniichi Uno

O filósofo Michael Foucault se ocupou em desvelar a intrincada rede de poder presente nas relações mais cotidianas, descrevendo, por exemplo, as relações entre instituições como prisões, escolas, fábricas, conventos e hospitais no que se refere ao seu papel de disciplinar e docilizar os corpos em um sistema tão fortemente construído em que a resistência se torna uma tarefa de difícil realização, nomeando como dispositivo.

Agambem (2009) aponta para o termo “dispositivo” como central no pensamento de Foucault, mas busca definir e ampliar a compreensão dos dispositivos como mecanismos políticos. A fase do capitalismo em que vivemos implica em uma “gigantesca acumulação e proliferação de dispositivos” (p.42) pelos quais somos facilmente capturados e controlados. Assim, o conceito se amplia para além das instituições como escolas, prisões, igrejas, hospitais já apontados por Foucault para

qualquer coisa que tenha de algum modo a capacidade de capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar e assegurar os gestos, as condutas, as opiniões, e os discursos dos seres vivos. (Ibidem, p.40).

Para ele, os dispositivos sempre implicam um processo de subjetivação, e, portanto, produzem seu sujeito.

Chamamos sujeito o que resulta da relação e, por assim dizer, do corpo a corpo entre os vivos e os dispositivos. (...) Ao ilimitado crescimento dos dispositivos no nosso tempo, corresponde uma igualmente disseminada proliferação de processos de subjetivação. (Ibidem, p. 41).

A potência de todo dispositivo está na cisão que separa o vivo de si mesmo e de sua relação direta com o ambiente. Desta forma, a estratégia para

lidar com os dispositivos não é simples. O autor faz referência à religião, que tem por princípio a separação entre profano e o sagrado, o humano e o divino. O dispositivo que realiza essa separação é o sacrifício. Nesse sentido, “a profanação é o contradispositivo que restitui ao uso comum aquilo que o sacrifício tinha separado e dividido” (Ibidem, p.45).

Le Breton (2011) embora saliente que muitos são os modelos e representações do corpo, assim como muitas são as sociedades, identifica facilmente o princípio da cisão no imaginário da modernidade. A concepção cartesiana mecanicista, ainda presente nos discursos e práticas ocidentais atuais, concebe o homem como

separado do cosmo, separado dos outros (passagem da sociedade de tipo comunitária para a sociedade de tipo individualista onde o corpo encontra-se na fronteira da pessoa) e, finalmente separado de si mesmo (o corpo é entendido como diferente do homem). (ibidem, p.27).

Este também é o princípio dominante da investigação e prática médica ocidental, que ignora o caráter de mútua relação dos aspectos corporais/anatômicos, psicológicos e sociológicos na determinação das doenças.

A antropóloga Robbie Davis-Floyd tem se debruçado sobre questões da assistência ao parto e nascimento na sociedade ocidental contemporânea. A partir de um extenso trabalho de pesquisa, descreve os princípios de três modelos/paradigmas, resumidos na tabela que se segue⁵.

Modelo Tecnocrático	Modelo Humanístico (biopsicosocial)	Modelo Holístico
1. Separação mente-corpo	1. Conexão mente-corpo	1. Integralidade corpo-mente-espírito
2. O corpo como máquina	2. O corpo como organismo	2. Corpo como um sistema energético interligado com outros sistemas energéticos
3. O paciente como um objeto	3. O paciente como um sujeito relacional	3. Cura da pessoa como ser integral em todo seu contexto

⁵ Tradução livre da tabela de Davis-Floyd (2001, p.21).

		de vida
4. Alienação do profissional com relação ao paciente	4. Conexão e cuidado entre profissional e paciente	4. Unidade essencial entre profissional e cliente
5. Diagnóstico e tratamento de “fora pra dentro” (curando a doença, reparando a disfunção)	5. Diagnóstico e cura de “fora pra dentro” e “de dentro pra fora”	5. Diagnóstico e cura de “dentro pra fora”
6. Organização hierárquica e protocolamento do cuidado	6. Equilíbrio entre as necessidades individuais e da instituição	6. Estrutura organizacional em rede que facilita a individualização do cuidado
7. Autoridade e responsabilidade inerente ao profissional, não ao paciente	7. Informações, tomada de decisão e responsabilidade compartilhada entre profissional e paciente	7. Autoridade e responsabilidade inerente a cada indivíduo
8. Supervalorização da ciência e tecnologia	8. Ciência e tecnologia contrabalanceada com humanismo	8. Ciência e tecnologia a serviço do indivíduo
9. Intervenção agressiva com ênfase nos resultados em curto prazo	9. Foco na prevenção à doença	9. Foco no “longo prazo”, criando e mantendo saúde e bem-estar
10. Morte como derrota	10. Morte como um efeito aceitável	10. Morte como um passo de um processo
11. Um sistema com fins lucrativos	11. Cuidado movido pela compaixão	11. Cura como foco
12. Intolerância à outras modalidades	12. Abertura para outras modalidades	12. Acolhimento de múltiplas modalidades de cura
Princípio básico subjacente: separação	Princípios básicos subjacentes: equilíbrio e conexão	Princípios básicos subjacentes: conexão e integração
Tipo de pensamento: unimodal, direcionado pelo lado esquerdo do cérebro, linear	Tipo de pensamento: bimodal	Tipo de pensamento: fluido, multimodal, direcionado pelo lado esquerdo do cérebro

O sistema médico ocidental é resultado e ao mesmo tempo resultante dos valores e crenças subjacentes à sociedade: um sistema fortemente orientado para a ciência, alta tecnologia, lucro, e composto por instituições patriarcalmente governadas. Embora sob o discurso do rigor científico, a prática médica é menos fundamentada na ciência do que no seu contexto cultural mais amplo, incorporando vieses e crenças da sociedade em que está inserida (DAVIS-FLOYD, 1994, 2001). Para a historiadora Denise Bernuzzi de Sant'Anna, a história da saúde revela a concorrência de modelos e práticas que, ao mesmo tempo em oferecem soluções, “submetem o corpo a novos riscos e incertezas” sendo proporcionais aos progressos em medicina, os “pontos obscuros” emergentes destes progressos. (SANT'ANNA, 2001, p.79).

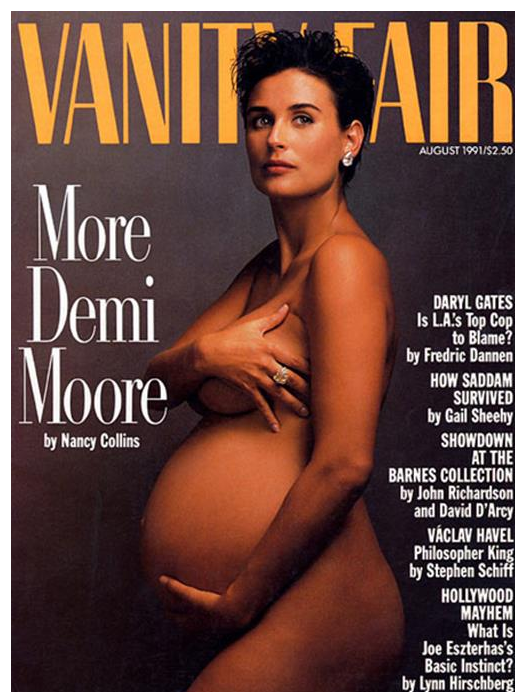
Dentro das práticas obstétricas, ainda que as evidências científicas dos últimos 30 anos revelem sua inadequação, a maioria dos procedimentos continua sendo realizada rotineiramente, sustentados por seu forte sentido cultural e repetidos pelas novas gerações de maneira ritualística⁶ (DAVIS-FLOYD, op.cit.).

A metáfora do corpo-máquina predomina nessas práticas com o agravante de se tratar de corpos femininos. A autora pontua que numa sociedade patriarcal, centrada no masculino, o corpo do homem seria o protótipo do funcionamento adequado do corpo, uma máquina mais perfeita. O corpo da mulher, por sua vez, inerentemente defeituoso, estando perigosamente sob maior influência da natureza, devido à sua imprevisibilidade e padrões cíclicos menos passíveis de controle (como a menstruação, a gestação, o parto...).

⁶ A episiotomia é um exemplo evidente. O fato de fazer um corte, muitas vezes sem consentimento, no períneo da mulher é um forte símbolo da hierarquização do poder do médico sobre a mulher. Tal procedimento, assim como outras intervenções, se torna rotina quando os partos passam a ser realizados nos hospitais e com a presença de homens (médicos), portanto envolvendo também uma questão de gênero. A episiotomia é considerada uma mutilação com forte simbologia da castração, como relatado por muitas mulheres. Este procedimento começou a ser realizado e amplamente difundido sem evidências científicas sob a hipótese de que aceleraria e facilitaria a saída do bebê. Inúmeras pesquisas já refutaram esta hipótese, apontaram outras consequências negativas e a violência que, portanto, estaria implicada. Contudo, esse procedimento continua sendo praticado inadvertidamente em muitos hospitais brasileiros.



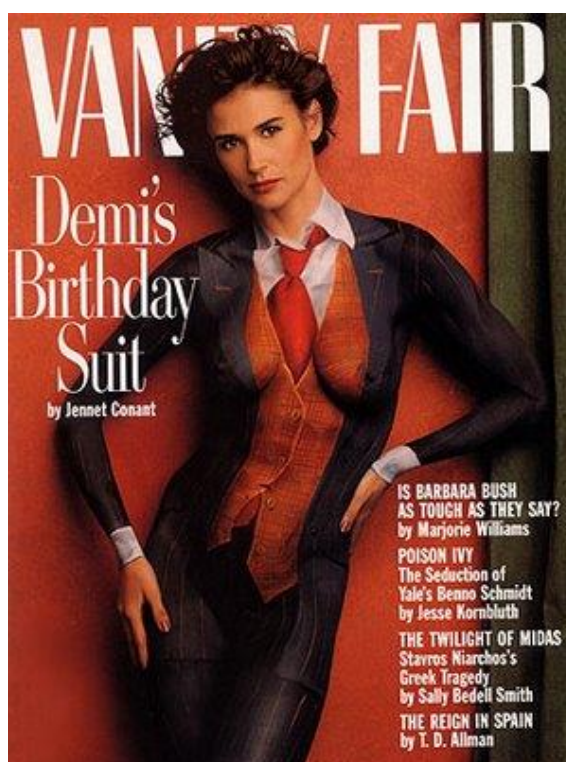
Ao aparecer grávida na praia, de biquíni, Leila Diniz desafiou os costumes da época, evocando a liberação da mulher e sua possibilidade de escolha de exposição do corpo, no Brasil do início da década de 1970.



Em 1991, a foto de Demi Moore na capa da revista Vanity Fair, seminua e grávida, desafiou as atitudes sociais conservadoras ao celebrar a mulher grávida como glamorosa e sexualizada (CUNNINGHAM. 2002). Por outro lado, a ideia de um *corpo ideal*, que é particularmente forte entre as mulheres, também está presente na gestação. Comentários do tipo: *você está ótima, nem*

parece que está grávida apenas reforçam que o corpo grávido só pode ser bonito e valorável à medida que não se pareça com o não-grávido padrão. Para Sant’Anna (2001, p.66), as imagens e reportagens das revistas femininas ressaltam a necessidade das mulheres de todas as idades serem sempre bonitas, “a vontade de ser *mulher livre* rima com o dever de ser fotogênica para os outros e para si mesma, em todas as circunstâncias”.

Logo após o nascimento do filho, a pressão passa a ser em *ter o corpo de volta*, uma vez que aquele *novo* corpo não é aceitável nem desejável, é quase uma *entidade* que não lhes pertence. Assim, o corpo pós-nascimento precisa *livrar-se* das marcas deixadas pela maternidade, lembrando que ele pode e deve voltar rapidamente a ser economicamente produtivo e esteticamente desejável e sensual.



Um ano depois da primeira foto, a revista traz novamente Demi Moore na capa. Desta vez, a atriz exibia um corpo pós-parto “em forma”, magro e tonificado, uma imagem também significativa de sua maternidade: um corpo masculinizado, mostrando que conseguiu seu *corpo de volta* depois da gestação. “Sem nenhuma criança na fotografia e nenhuma evidência física

restante de sua gestação, a maternidade de Moore foi privatizada – ela é uma vez mais um agente livre em um corpo livre”. (CUNNINGHAM, 2002, p.234)⁷

Com relação ao parto, em uma visão extremamente machista, a cesárea é justificada para *manter a anatomia da genitália feminina* ou, ao suturarem a episiotomia, alguns médicos davam um ponto a mais no períneo da mulher para que ficasse mais *fechada*, prática conhecida como *o ponto do marido*.

A massiva medicalização e o uso indiscriminado de recursos de alta tecnologia também estão presentes nos processos de gestação, parto e nascimento. As exceções tornam-se regras e a transferência do poder para as mãos dos médicos e desses recursos são reflexos das crenças de estarmos diante de eventos potencialmente perigosos e extremamente arriscados. A grande quantidade de exames e intervenções iatrogênicas desencadeia a necessidade de ainda mais tecnologias e intervenções numa espiral de equívocos e acúmulo de dispositivos agindo sobre as mulheres.

O movimento pela humanização do parto e nascimento tem como fundamento outros sistemas de valores, descritos por Davis-Floyd nos modelos humanístico e holístico, com os quais me identifico e localizo minha atuação. Esses modelos contrapõem o tecnocrático e, embora não objetivem a negação, questionam o uso indiscriminado das altas tecnologias e a maneira como são utilizadas. A partir da análise de John Naisbitt, a autora resume que a máxima do modelo tecnocrático seria “high tech, low touch”; do humanístico “high tech, high touch”; e do holístico “low tech, high touch”⁸. (DAVIS-FLOYD, 2001).

Esses sistemas são consonantes com a visão de corpo como uma “arquitetura de processos” e “simultaneamente estável e adaptativo, individual e geral” (KATZ, 2005, p. 29-30) e ainda com a ideia de que “pensamos e aprendemos com o corpo todo e não apenas com o cérebro e o sistema nervoso (GREINER, 2005, p. 48)”⁹.

⁷ Tradução livre de “With no child in the picture and no lingering physical evidence of her pregnancy, Moore's motherhood has been privatized--she is once again a free agent in a free body”.

⁸ Alta tecnologia–pouco toque, alta tecnologia–muito toque, baixa tecnologia-muito toque (tradução livre).

⁹ Cristine Greiner e Helena Katz, a partir de seus estudos, desenvolvem a Teoria Corpomídia. Destaco alguns de seus pressupostos pelos possíveis entrecruzamentos com a TKV: A relação entre organismo e ambiente se dá por um processo de influências mútuas e, portanto, de co-determinação. O ambiente não está fora e o corpo não é um recipiente das informações advindas daquele. As informações não “passam” pelo corpo para serem processadas e devolvidas ao ambiente, mas entram em negociação, são selecionadas e se “transformam em corpo”. Desta forma, o corpo comunica a todo o momento, sendo mídia de si mesmo, e comunica pois o corpo é um sujeito, rompendo com a noção de que o sujeito **tem um corpo** e o utiliza para comunicar-se. (GREINER, 2005, p.44, 131).

A crítica ao mecanicismo dos gestos e a sujeição do corpo às “práticas de domesticação social” (VIANNA, 2008, p.126) está presente nas palavras de Klauss e na experimentação vivida a partir do seu trabalho, como discutirei em seguida, trazendo para a especificidade da minha prática.

Miller (2007, 2012) define a técnica Klauss Vianna como uma técnica de dança e de educação somática. Na medida em que a educação somática engloba a arte, a saúde e a educação,

torna-se clara, na aplicação da Técnica Klauss Vianna, a confluência dos diferentes enfoques, deixando a cargo de cada profissional a separação em categorias para abordagem metodológica, vinculando a técnica a processos terapêuticos, educacionais ou estéticos. (MILLER, 2007, p.27).

A autora salienta que, enquanto outras técnicas de educação somática partiram de estudos terapêuticos e questões objetivas da saúde para posteriormente serem levadas ao processo artístico e pesquisa estética, a técnica Klauss Vianna percorreu um caminho inverso. Tendo surgido das investigações artísticas (didáticas /estéticas) do casal Vianna, chegou à educação somática e à saúde (pesquisa anatômica/estrutural) como consequência. Assim, propõe que essa pedagogia do corpo, com seus princípios próprios, pode ser chamada de “dança somática”. (Idem, 2012, p.54).

O caminho percorrido pela técnica Klauss Vianna, tendo como ponto de partida a arte e um estado corporal saudável e não “algo” a ser tratado ou remediado, tem um destaque quando falo dos processos de gestação e parturição. Processos estes, como já salientado, comumente compreendidos como de risco iminente que necessitam de intervenções, e não processos de um corpo saudável, gerando uma nova vida. A valorização do corpo feminino em sua potência criadora e não como um objeto a ser consumido também percorre esse trabalho.

Cena 1. Quantas danças cabem em um corpo?

Naqueles tempos de gravidez, sempre que chovesse, Constança corria para o quintal e levantava o vestido. No ventre, o bebê sentia a chuva, aprendia o valor de ter um abrigo.

Mia Couto

Como em toda espera, vivemos, então, sensações contraditórias, da mesma forma como uma mulher grávida parece viver, ao mesmo tempo uma força amorosa e um sentimento de rejeição, pois algo cresce dentro dela e transforma completamente seu corpo.

Klauss Vianna

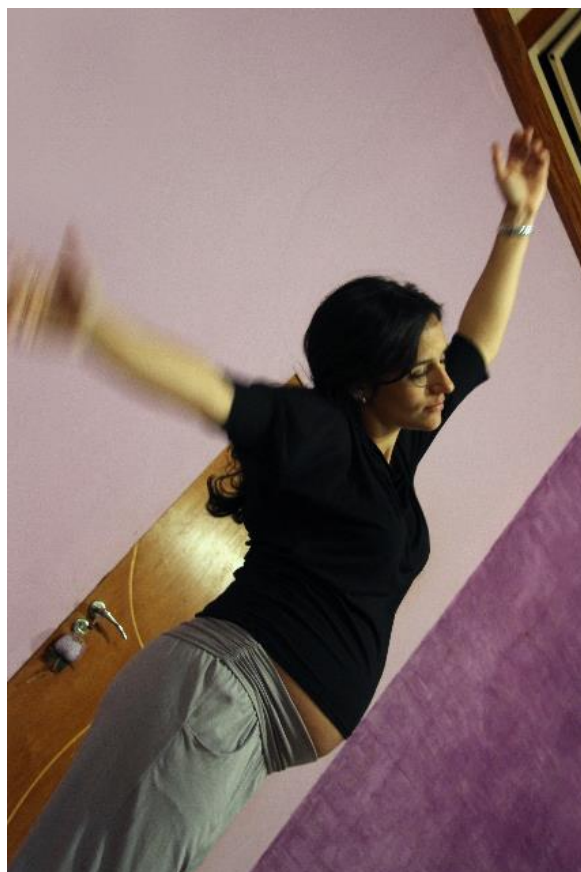
A gestação da minha primeira filha foi vivida com mais prazer do que dor, desejada, amada, me sentia linda vivendo todas aquelas transformações, mas dancei pouco. Sentia medo de me machucar, de certa forma não confiava que fosse capaz de continuar me movimentando tanto e antecipava a culpa de “algo de errado” acontecer com ela. Quatro anos depois, na gravidez do meu segundo filho, também parei de dançar, sentia medo de perder o bebê e de meu corpo não “funcionar” adequadamente para gestar e parir (havia sofrido dois abortos espontâneos entre as gestações de meus filhos e ainda sofria por ter sido submetida a uma cesárea desnecessária).

Hoje está clara a visão tecnocrática subjacente: o corpo da mulher como “recipiente para o feto”, que por sua vez é um ser independente (DAVIS-FLOYD, 1994, 2001), e ainda a dança como uma forma a ser copiada, passos a serem seguidos, um determinado desempenho a ser alcançado, sendo difícil sustentar estando grávida.

Após o nascimento do meu filho, na condição de psicóloga, iniciei um trabalho de acompanhamento de mulheres gestantes, parto e pós-parto, coordenando grupos de discussão, trocas de experiências e atendimentos individuais. Entretanto, o corpo adormecido, ausente, sentado, me inquietava nesse trabalho. Como é possível apenas *falar* sobre experiências tão integralmente corporais, sem movimentar o corpo todo? A dicotomia corporeamente estava presente e guiando minha prática.

Embora não tenha experimentado durante minhas gestações, eu acreditava que a TKV poderia beneficiar mulheres gestantes a lidar com o

corpo em transformação, auxiliar no alívio de tensões e dores, facilitar a consciência do seu funcionamento e limites, o que também poderia ter alguma repercussão no processo de trabalho de parto. Em maio de 2010, como já citei, inicio a primeira turma experimental de dança para gestantes, na qual eu trabalharia com a TKV direcionada a esse público.



Já nas primeiras aulas, presenciei mulheres pulsantes, vivas, flexíveis e leves, desafiando o estigma social do corpo grávido como “pesado, opressivo, difícil de movimentar-se e, até mesmo doente”¹⁰ (SCHAUMANN, 2010, p.44), portanto que não dançaria. Nas palavras delas:

Eu parei de dançar numa quinta feira e domingo minha bebê nasceu... Nasceu dançando (Maria Carolina)

A dança me ensinou a doçura e leveza dos movimentos que o corpo pode e deve ter (Leandra)

Aí eu tava dançando e, assim, barrigudíssima, e me sentindo leve, delicada, linda, me sentia muito bonita. (Regiane)

¹⁰ Tradução livre de “The pregnant body has a social stigma of being heavy, oppressive, difficult in which to move, and even at times, ill.”

(...) girar no chão com uma barriga... que era uma coisa que eu olhava as outras mulheres fazendo... será que quando eu ficar com uma barriga, como é que gira? (Luciana)

Mesmo as mulheres que chegavam mais apreensivas, iam conquistando confiança e autonomia para se movimentarem e dançarem a partir dos seus limites e possibilidades. Nesse sentido, é de fundamental importância o papel do professor como facilitador desse processo e não como modelo ou autoridade do qual o aluno é dependente. Vislumbra-se uma postura **autônoma** do aluno, pesquisador e responsável pela saúde do seu próprio corpo. Analogamente, a gestante é convidada a responsabilizar-se por suas escolhas como mulher que vivencia o início do processo de maternidade.

No começo era isso, uma dança que tinha uma memória que eu já tinha feito algumas aulas com a mesma técnica... E depois começou a vir quando eu era nova, adolescente: eu me fechava no apartamento, ligava o som alto e dançava. Me veio muito essa memória no começo das aulas. (Luciana)

Os conteúdos conscientes e inconscientes estão sempre presentes enquanto dançamos, uma vez que se estabelece um “funcionamento enredado, o movimento aciona memória, pensamento, sensações e emoções, o que resulta em outros movimentos”. O movimento é decorrente da constante reorganização do que já existe no corpo, conectado com as condições do momento presente, resultando em **novos e singulares** movimentos. (NEVES, 2010, p.37).

Ao mencionar as aulas de dança, no início da gestação, Luciana reconhece esse enredado de memórias, acessadas enquanto dançava. Ela refere que, nas primeiras aulas, não se sentia muito grávida, o corpo não dava sinais de transformações externas, tampouco de sintomas como cansaço e enjoos. Essas memórias continuaram sendo acessadas no decorrer do trabalho, porém conectadas com outras observações e reflexões tanto sobre a gestação, quanto sobre o parto, conforme discutirei adiante.

Era uma dança que não era com a minha cabeça, eu não tava pensando o que eu tava fazendo. Eu tava dançando com o meu corpo mesmo, **uma conexão minha com o meu corpo**. (Regiane) (grifos meus)

E essa questão de tudo que tinha de expectativa em relação ao parto, **ora era a questão da conexão, ora era os meus medos também...** isso foi aparecendo conforme eu fui entrando mesmo no trabalho semanal (Luciana) (grifos meus)

Embora nas duas falas acima esteja presente a dicotomia corpo-mente, é possível salientar a vivência da integralidade, do corpo como “um todo indivisível”, deflagrados com o auxílio de estratégias das aulas.

Os medos e expectativas em relação ao parto são temas recorrentes e vão sendo trabalhados conforme as alunas se movimentam e buscam possibilidades em situações análogas, lidando com incômodos, dores e tensões eventualmente presentes durante a gestação. A sugestão é: escute o seu corpo, busque o movimento ou a posição que te auxilie, quanto maior o autoconhecimento, a quebra de padrões, maior a possibilidade de encontrar o **seu** movimento na hora do parto, um processo que remete aos seguintes princípios da TKV: **atenção é necessária para o autoconhecimento e a forma é a consequência do autoconhecimento** (NEVES, 2010). A discussão desses princípios também será retomada quando o foco estiver no momento em que o parto acontece.

Ao apresentar a sistematização da TKV, Miller (2007) descreve os tópicos corporais que efetivam os seus princípios, sendo aplicados em três diferentes estágios: 1. Processo lúdico, que consiste no “acordar” do corpo, desbloqueando tensões, transformando padrões e aumentando a liberdade de movimento e a capacidade cinestésica. Inclui sete tópicos relacionados entre si: presença, articulações, peso, apoios, resistência, oposições e eixo global. 2. Processo dos vetores, que consiste na pesquisa das direções ósseas, definindo oito vetores de força também inter-relacionados, começando dos pés e finalizando no crânio. Cada direção óssea aciona diferentes musculaturas e desencadeia o movimento. Os vetores são: metatarso (1º), calcâneo (2º), púbis (3º), sacro (4º), escápulas (5º), cotovelos (6º) e sétima vértebra cervical (8º). 3. Processo criativo e/ou processo didático (opcional).

No trabalho que venho desenvolvendo com as gestantes e mães com bebês, enfrento uma dificuldade como professora que é a grande rotatividade de alunas e o tempo restrito para trabalhar com elas. As gestantes ficam em média de 4 a 5 meses nas aulas (ou menos) já que no início e final da gestação costumam estar menos dispostas. As mães com bebês ficam

aproximadamente o mesmo intervalo de tempo, iniciando as aulas quando os bebês têm cerca de dois meses (ou mais) até que voltem a trabalhar. Algumas delas participam durante a gestação e no pós-parto, podendo vivenciar o processo por um período um pouco mais extenso, ainda que com a interrupção de, no mínimo, dois meses após o parto.

No início, a Valentina tinha pouco mais que 4 meses, eu mal conseguia captar todos os passos da aula, entender que havia uma sequência e uma evolução nos tópicos que trabalhávamos.(Ana)

Frente a isso, e considerando a necessidade da vivência do processo lúdico preceder o aprofundamento do processo dos vetores, tenho priorizado o primeiro (lúdico) e alguns dos vetores, conforme observo as demandas das minhas alunas. É importante salientar que, embora os tópicos sejam trabalhados com ênfases diferentes, a inter-relação está presente, sendo as alunas convidadas a observar as reverberações em todo corpo a cada tópico específico. O meu estado de presença é exigido ao tomar decisões conforme o momento e a dinâmica das aulas.

A dança proporcionava pra mim essa conexão, primeiro com o bebê, porque eu estava trabalhando né? Era aquela uma hora que mudava minha semana inteira. (Luciana)

Tinha hora que a gente ficava no silêncio e aí era eu e a Cecília, que nem tinha ainda o nome... Era o bebê. (Luciana)

No momento da dança era como se só existisse eu e minha barriga. (Leandra)

O entendimento do bebê como outro corpo, outra vida, embora completamente dependente e parte da mãe, revela uma delicada questão entre as barreiras do corpo, eu-outro, o público e o privado.

O corpo geralmente é compreendido como de caráter privado, cujo limite com o ambiente estaria na pele que o envolve. Mas quando se trata de um corpo-grávido, Anne Elvey (2003, p. 203) pontua: “enquanto a pele estica, a fronteira entre o corpo e seu entorno é continuamente renegociada”¹¹. O corpo

¹¹ Tradução livre de “While the skin stretches, the boundary between the body and its outside is continually renegotiated”.

grávido é comumente visto como de “domínio público”, no qual até mesmo pessoas desconhecidas podem tocar sem nenhuma permissão e isso não ser considerado necessariamente invasivo ou violento. Não é comum ver desconhecidos ou até mesmo pessoas próximas tocando o abdômen de outra pessoa. Paradoxalmente, causa estranhamento uma mulher grávida que não permite ou não gosta que toquem sua barriga, como se aquela parte do seu corpo não pertencesse mais a ela. Como diz Morton (2006, *citado por* Schaumann, 2010, p.52) “na gravidez, o limite entre onde termina o corpo da mulher e onde começa o corpo do bebê está aberto para novas construções sociais¹².”



A necessidade de conexão da mulher com o bebê durante a gestação pode estar relacionada à ideia, apontada por Davis-Floyd (1994), do bebê como separado da mãe e produto de um processo também mecânico. Segundo a autora, o debate cultural sobre as barrigas de aluguel e os direitos maternos versus direitos do feto ilustram o papel fundamental que essa separação representa para as noções tecnocráticas de maternidade e paternidade.

Embora revelem o “corpo adormecido” do cotidiano, as falas das gestantes remetem ao potencial de (re)conexão do trabalho por meio de

¹² Tradução livre de “In pregnancy the boundary between where the woman’s body ends and where they baby’s begins is open to new social constructions.”

estratégias que permitiam a atenção, consciência e, conseqüentemente, a **presença**.

O dançar pra mim durante a minha gestação, não foi somente dançar, foi conectar-me **ao chão, ao bebê e ao ar** (Maria Carolina). (grifos meus)

Conforme você via as gestantes no meio de um grupo, **poder pegar na barriga da outra gestante**... Quando que eu tinha pego na barriga de uma grávida? Eu nem tinha barriga ainda! (Luciana) (grifos meus)

Nossa, eu vou ficar com uma barrigona! Eu olhava e tinha uma expectativa. (Luciana)

No final tinha um sentido de introspecção e meditação: deixar livre e depois entrar num jogo com outras mulheres. (Luciana)

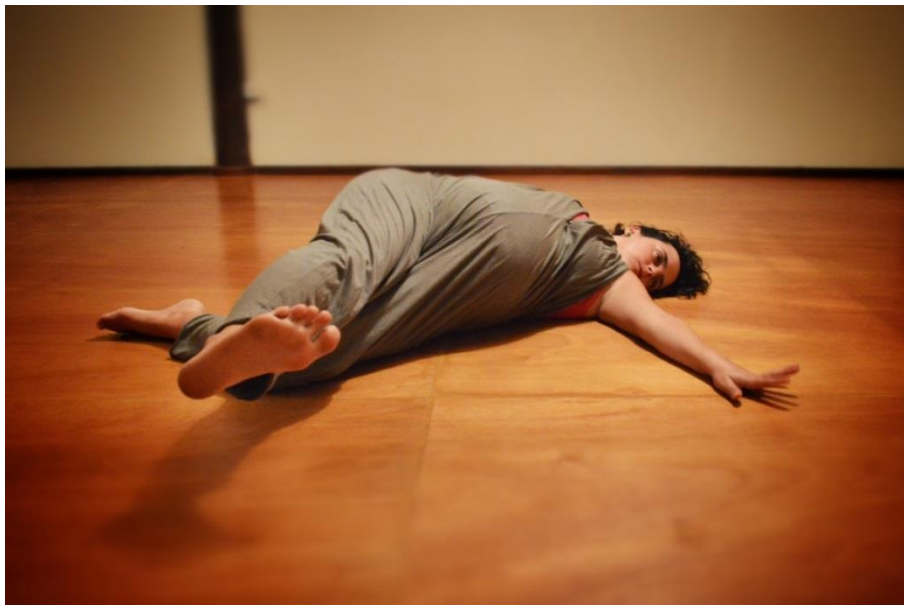
Segundo Miller (2007), o “acordar” do corpo se dá em um processo do despertar dos cinco sentidos e com isso desenvolver o sentido cenestésico - “percepção do corpo no espaço e no tempo” - e disponibilizá-lo para o movimento. Nesse processo o chão é uma referência concreta para que o aluno possa se observar. O estado de presença vai sendo construído, “instaurando um corpo vivo e atento” a si próprio, ao outro e ao ambiente (Ibidem. p.61). Como já foi dito, o movimento se desenvolve uma vez que o corpo reorganiza conexões em um processo dialógico que inclui as informações do ambiente interno e externo (NEVES, 2010).

Ao fechar os olhos e entrar nos movimentos percebia minha respiração e entrando no ritmo da respiração vinha a calma. (Leandra)

Aqui cabe uma consideração sobre como a respiração é abordada na TKV. Algumas técnicas corporais trabalham a respiração com o direcionamento de exercícios específicos (MILLER, 2007). Muitas vezes, as gestantes procuram essas técnicas com o intuito de conhecer estratégias de respiração que possam auxiliá-las no trabalho de parto, a expectativa implícita é encontrar uma forma preestabelecida, na linguagem da dança, seria como um *passo* a ser copiado resultando em um determinado desempenho (lidar com os desconfortos e dores tanto da gestação quanto do parto).

Para Klauss Vianna (2008), o corpo respira livre e espontaneamente conforme abre espaços nas **articulações**, organiza musculaturas e assim

permite o fluxo do movimento, que é fluxo de respiração, que é movimento, que permite respiração... A cada aula, a cada tópico corporal, em todo o processo de trabalho, estamos trabalhando a respiração. Por conseguinte, havendo espaço para o fluxo da respiração no corpo da gestante, também o bebê recebe mais oxigênio.



As aulas geralmente começavam com as grávidas todas sentadas no chão e massageando os próprios pés. Depois a gente se deitava e começava a mexer as articulações. Começava a mexer lentamente as articulações do pé, da perna, das mãos, dos braços, quadril, coluna, cabeça... e esse movimento lento no chão, aí a gente ia se levantando, também lentamente (...) até que ficávamos em pé. E nessa hora eu me lembro de tá em pé, me movendo pela sala, um movimento que partia das articulações, aí eu tava dançando! (Regiane)

As articulações são trabalhadas a partir do reconhecimento de seus movimentos, buscando a independência de cada articulação (movimentos parciais) e passando para a exploração da totalidade do corpo (movimento total) em diferentes situações e níveis (deitar, sentar, agachar, levantar). Ao estudar as articulações, é possível observar e dissolver tensões que as limitam, aumentar seus espaços e experimentar novos movimentos, aumentando sua fluidez e clareza. Por sua vez, a flexibilização da coluna vertebral com atenção às possibilidades e independência de movimento de seus três segmentos (cervical, torácica e lombar) contribuem para o alinhamento postural (MILLER, 2007).



Algumas mulheres mencionam a sensação de leveza experimentada nas aulas. A partir da soltura das articulações, passamos para a conscientização do **peso** do corpo que, no caso das gestantes, está mudando sensivelmente em um curto espaço de tempo.

Assim como as articulações, a experimentação passa pela “observação do peso de cada parte do corpo e do corpo como um todo”, possibilitando a identificação das tensões desnecessárias que impedem a soltura e a investigação do grau de tensão necessário para o movimento (relação “peso x tensão” e “peso x leveza”). Ainda, a exploração do peso como impulso para deslocamentos, o relaxamento da musculatura (sem abandoná-la) e a flexibilização do movimento. A leveza do movimento, portanto, é consequência do “direcionamento do peso do corpo pelo espaço”. (MILLER, 2007, p.56).

Todas as aulas, no começo, a Larissa perguntava se a gente tinha alguma dor ou alguma parte do corpo que tava incomodando, e eu me lembro que eu tinha muita dor na minha lombar e aí a gente fazia um exercício assim: que era tentar andar, direcionando o púbis pra cima e sentindo o pé todo no chão, com a consciência de todas as partes do pé no chão, o andar, e com esse direcionamento do púbis pra cima (...) eu me lembro de tentar fazer isso no meu dia a dia quando a dor apertava e dava mesmo uma conectada minha com o meu corpo. (Regiane)

Durante minha gravidez tive dores insuportáveis nas costas e principalmente na lombar. A Larissa me ajudou a me livrar dessas dores e me preparar para o tão esperado parto domiciliar. (Carol)

Acredito que o trabalho do 3º e 4º vetores tem um destaque em se tratando das Gestantes e Mães devido à relação direta com as mudanças corporais mais presentes durante a gestação. É comum a queixa de dores lombares e também na articulação sacro-ilíaca, possivelmente em decorrência de dois principais fatores: 1. A ação do hormônio relaxina, que atua sobre as articulações deixando-as mais flexíveis, o que irá facilitar o parto, porém pode deixar a bacia menos estável para suportar o peso do útero e do bebê em crescimento. 2. Para compensar esse peso “extra”, a curvatura da lombar fica naturalmente mais acentuada podendo causar uma hiperlordose, diminuindo os espaços e pressionando os discos intervertebrais.

A direção do púbis para cima (terceiro vetor de força) aciona a musculatura abdominal - estabilizando a coluna vertebral – promove o alongamento do músculo reto femoral e tonifica a musculatura dos glúteos e assoalho pélvico, além de propiciar uma maior unidade corporal com a organização do eixo global a partir dos pés (primeiro e segundo vetores). A direção aplicada no púbis implica na direção inversa do sacro. O quarto vetor (sacro para baixo), portanto, aciona a musculatura da região lombar, alongando-a e liberando as pressões dos discos intervertebrais. O acionamento da musculatura posterior pelo quarto vetor proporcionará mais estabilidade e base de equilíbrio. (MILLER, 2007).

A bacia é o centro de sustentação do corpo e no momento da gestação também está sustentando outro corpo em desenvolvimento. A com(centração) decorrente do trabalho com esse vetor repercutirá na conexão mãe-bebê.

O uso do **apoio ativo** e das **oposições** é essencial para a estabilidade, sustentação, respeito aos espaços articulares e projeção do movimento.

A observação dos apoios do corpo é feita a partir de sua relação com a gravidade, podendo ter como referência o chão, outras superfícies de apoio ou o próprio corpo. É decorrente do reconhecimento e diferenciação das qualidades de apoio: passivo, quando há uma entrega do peso e não há uma ação ou pressão na superfície de contato, ou ativo, quando há uma pressão

intencional direcionada para a superfície de contato. O apoio ativo, portanto, gera uma força reação com projeção em seu sentido oposto, ativando a musculatura e chegando a um tônus adequado para a sustentação do corpo com distribuição do peso e do esforço. (NEVES, 2008; MILLER, 2007).

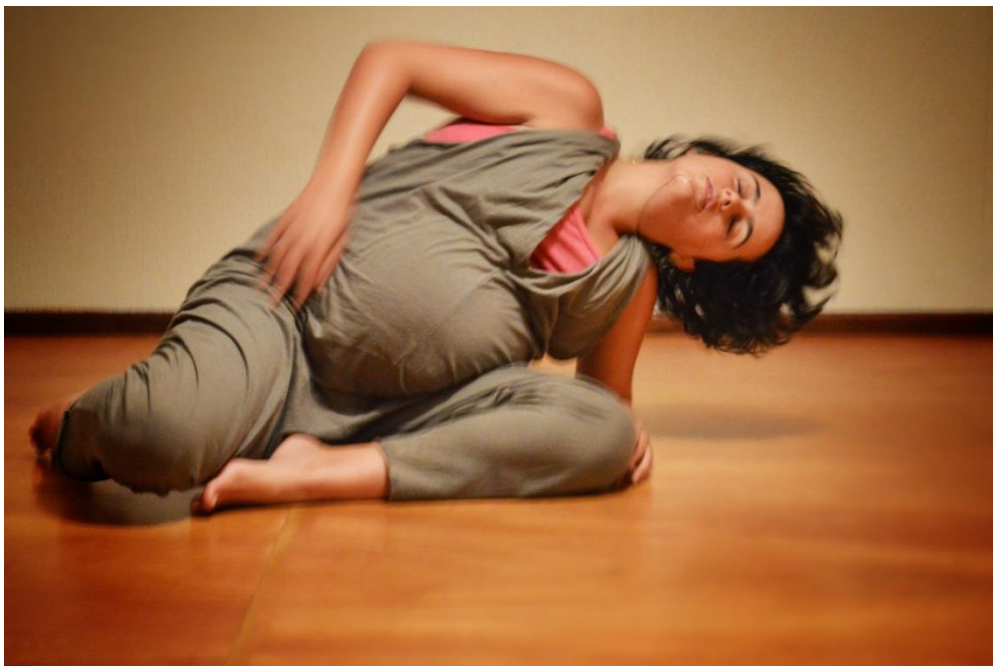
Por sua vez, o uso das oposições ósseas “por meio do jogo de forças opostas, com duas tensões opostas (Idem, p.71)” proporciona espaços nas articulações e o acionamento de musculaturas específicas que “equilibram o corpo e acionam o movimento” (NEVES, 2008, p.41).

O estudo das oposições é o preambulo dos processos dos vetores de força do corpo, desenvolvendo a capacidade de sentir os ossos, despertando a sutileza de direcioná-los para cima, para baixo, para a frente, para trás ou para os lados, de acordo com o movimento a ser explorado. (MILLER, 2007, p.72).

No nível alto, na pausa ou em movimento, a superfície de apoio limita-se aos pés, portanto, o uso do apoio ativo e das oposições, com o acionamento dos 3º e 4º vetores, evitará a sobrecarga da articulação sacro-ilíaca e da coluna lombar. Nas transições entre os três níveis (baixo, médio e alto), o apoio ativo e as oposições ósseas são enfatizados. Com a alteração do peso do corpo e a flexibilização das articulações, principalmente no final da gestação, situações aparentemente “simples” como mudar de posição na cama, levantar-se e sentar-se podem ser dificultadas. Assim, as gestantes podem recorrer à leitura do caminho dos apoios e das linhas de oposição para auxiliá-las.



Só quando descubro a gravidade, o chão, abre-se espaço para que o movimento crie raízes, seja mais profundo, como uma planta que só cresce com o contato íntimo com o solo. Só dessa forma surge a oposição, a resistência que vai abrindo espaço entre os ossos, seguindo sua direção nas articulações. À medida que vou sentindo o solo, empurrando o chão, abro espaço para minhas projeções internas, individuais, que, à medida que se expandem, me obrigam a uma projeção para o exterior. (VIANNA, 2008, p.93-94).



Os tópicos trabalhados no processo lúdico culminam na organização do **eixo-global** compreendido como “a integração do corpo com a gravidade, na busca do eixo de equilíbrio”, com consciência da transitoriedade e constante construção desse eixo (MILLER, 2007, p.73). Durante a gestação, estas transformações ocorrem em um intervalo relativamente curto de tempo, convidando as mulheres a uma constante revisitação e reconhecimento desse alinhamento ósseo na busca do equilíbrio e tônus muscular adequado.

Tal alinhamento é construído a partir dos pés, chegando à cabeça. A atenção ao apoio dos pés no chão é de grande importância, pois interferem na posição dos joelhos, bacia, tronco e cabeça e, portanto, na estrutura de equilíbrio, sustentação e locomoção. O encaixe da bacia e o alinhamento da caixa torácica e crânio são trabalhados respeitando as curvas anatômicas da coluna, explorando suas possibilidades de sustentação e flexibilidade. “Com a

organização do eixo global, a coluna vertebral conquista uma capacidade de adaptação em várias posturas (Ibidem. p.74)”.

No decorrer da gestação, o movimento crescente do bebê e as contrações involuntárias relembram que a mulher não está sozinha e convida ao cuidado com o ritmo do outro.

Quando a Cecília se mexia durante a dança... Poder perceber isso era uma coisa muito forte (...) tinha hora que eu tava relaxada e ela se mexendo, e tinha hora que eu tava num agito e ela parecia que tava dormindo (...) Esse respeitar dos corpos, do tempo, foi muito da dança (Luciana).

...este corpo que estava carregando outra vida dentro dele (Regiane).

Observar o bebê ainda dentro do útero, em um ritmo próprio, ao mesmo tempo conectado à mãe, que por sua vez está se relacionado com as informações do ambiente e elaborando sua própria dança, remete ao princípio da singularidade e autonomia. **Cada pessoa possui a sua dança** e esta só será conhecida e expressada em um processo não linear, mutuamente influenciado: o autoconhecimento permite a dança, que permite o autoconhecimento, que permite a dança.

As danças desses dois corpos ainda se confundem durante a gestação. Com o passar dos dias, o bebê dá sinais de que, em breve, revelará a sua própria dança.

Cena 2. O nascimento: uma dança sem coreografia?

- *Foi aqui, neste chão, que nasceram as minhas filhas.*
 - *Não nasceram no hospital?, admirou-se Rosie.*
 - *Nunca. Como é que alguém pode ser feliz se nasce no lugar dos doentes?*

(Mia Couto)

A rapidez e o caráter não intencional com que se transforma uma mulher durante a gestação denuncia o descontrole, vulnerabilidade, instabilidade desse e de todos os corpos, além de trazer mitos e crenças referentes à sexualidade, infância, beleza, entre tantos temas intrincados e presentes nesses dois corpos, um gestando e outro sendo gestado.

O ponto culminante do “corpo em descontrole”, revelado na gestação, se não sofrer nenhuma intervenção precoce, será o parto: um momento de essencial descontrole.

Richard Sennet (2012, p.189), ao discorrer sobre as técnicas manuais, define “duas regras corporais intimamente ligadas: estabelecer um padrão de referência da mínima força necessária e aprender a soltar”. Este autor faz analogias com a necessidade de desligar-se temporariamente de um problema para lidar com ele, ou mesmo a capacidade física e cognitiva de liberar como imprescindível para desfazer-se de medos e obsessões e ainda, as implicações éticas do ato de liberar, “como naqueles momentos em que somos capazes de abrir mão do controle – da pegada – sobre os outros”. (Ibidem. p.172).

Considero o ato de parir como um processo que implicaria essas duas ações: o estabelecimento de padrões de “mínima força” e “saber soltar”. Tal potência está em qualquer corpo feminino sendo raríssima uma predisposição que limite a sua manifestação. Bacia estreita, falta de contração e dilatação, placenta “velha”, cordão umbilical enrolado no pescoço do bebê, pouco liquido amniótico, muito liquido amniótico, mulher velha, mulher nova, mulher obesa, mulher magra, entre outros mitos, são argumentos médicos frequentemente usados não apenas para indicar como para agendar a cirurgia para o nascimento do bebê.

O fato de ter sofrido uma cesariana desnecessária no nascimento da minha filha fez com que eu me deparasse com todo o sistema de controle e

manipulação do qual o sistema de saúde e especialmente o hospital são expoentes. Em trabalho de parto, cheguei à maternidade e fui vivendo a série de procedimentos que visam a docilização pelo amedrontamento, humilhação e coerção: fiquei sozinha na internação, deitada, uma camisola aberta atrás que me expunha, envergonhava e me tornava apenas mais uma “uniformizada”. Em seguida, ainda que acompanhada, os procedimentos de rotina, a oferta da anestesia com o intuito de aliviar minha dor (ou me calar), os braços amarrados para que eu não *atrapalhasse* e a cesariana, evidenciando minha incapacidade e o poder do médico de *fazer nascer*. Para finalizar, enquanto me recuperava da anestesia, sou identificada pelo plantonista não como uma mulher que acabara de se tornar mãe, mas como “o cócoras que virou cesárea”.

Sant’Anna (2001, p.32) discorre sobre uma série de separações decorrentes de uma internação hospitalar que transformam o indivíduo em paciente. A total ruptura com as experiências do cotidiano desencadeia um sentimento de “falta de existência” e acentua o sofrimento à medida que suas certezas são questionadas e identidades anuladas. Na condição de paciente, o indivíduo não tem direito sobre si próprio e a fragmentação está presente na rotina hospitalar. O corpo, totalmente divisível, “passa por dezenas de mãos”, examinado por diversos profissionais, que por sua vez, manipulam diversos corpos a cada dia. Enfim, a impessoalidade e falta de referências dessa rotina pode criar para o doente “a constrangedora sensação de que ele é um obstáculo ao bom funcionamento do hospital”.

Como em todos os outros processos corporais, no modelo tecnocrático, o nascimento é visto como mecânico, porém inerentemente imperfeito e indigno de confiança, já que acontece num corpo feminino. A metáfora do corpo feminino como uma máquina defeituosa acabou por constituir a base filosófica da moderna obstetrícia, sendo necessário, portanto, o desenvolvimento de ferramentas e tecnologias para a manipulação e melhoria desses “desvios” do nascimento e adequá-lo ao modelo de linha de montagem de produção da fábrica-hospital (DAVIS-FLOYD, 1994, 2001).

No subtexto da cirurgia cesariana está a promessa de um nascimento limpo, silencioso, seguro, indolor, sob controle e, portanto, de acordo com a

“civilidade”, um fator de distinção de classe socioeconômica¹³. Le Breton (2012, p.21) discorre sobre as regras da civilidade que se impõem às camadas sociais dominantes a partir do século XIV:

pouco a pouco o corpo se apaga e a civilidade, em seguida a civilização dos costumes, passa a regular os movimentos mais íntimos e os mais ínfimos da corporeidade (...) As manifestações corporais são mais ou menos afastadas da cena pública.

No que se refere ao parto, trata-se de um movimento inverso: de uma esfera privada e íntima, acompanhado por parteiras que aprendiam praticando e partilhavam o conhecimento de geração em geração, passa a ser um evento médico que acontece predominantemente nos hospitais. Paradoxalmente, um evento solitário, individualista, prescindindo do coletivo feminino que anteriormente estava em cena. Estando em uma esfera pública - nos hospitais - , deve seguir minimamente as normas da civilidade e operar sob suas regras de fragmentação, impessoalidade e docilização. Nudez, gritos, gemidos, vômitos e até expressões de prazer e gozo que podem estar presentes durante o processo de parturição, devem ser controlados e desestimulados sob o argumento de prejudicarem o bom funcionamento do hospital. A mulher é colocada em uma cadeira de rodas, anestesiada, amarrada, além de depilada, submetida a uma lavagem intestinal e *desinfetada* de suas próprias bactérias. O corpo-bebê, assim que possível, não pode ser mais confundido nem *contaminado* pelo corpo-mãe.

Passar a responsabilidade para o médico, que lança mão de uma série de intervenções desnecessárias ou marca uma cesariana sob o falso argumento de poder *controlar* as variáveis e diminuir os riscos, é um reflexo da ausência de responsabilização e autonomia com relação ao corpo, própria da tecnocracia. Culturalmente aceita, embora comprovadamente mais arriscada tanto para o bebê quanto para a mulher, a cesariana é amplamente praticada no Brasil. Quando alguma situação de mortalidade ou morbidade ou quando

¹³ As cesarianas chegam a 80% ou mais dos nascimentos na rede privada e suplementar de saúde. A cultura predominante é de que a cesariana é melhor e, portanto, quem pode pagar um plano de saúde ou particular, vai fazê-lo para garantir que não será submetida ao parto normal nos serviços públicos. Aqui também está implícita a questão da Violência Obstétrica, que tem sido desvelada e amplamente debatida. A máxima do movimento contra a Violência Obstétrica seria: ***chega de partos violentos para justificar as cesáreas***.

uma cascata de intervenções iatrogênicas culmina na indicação da cesariana, a crença subjacente é que “os médicos fizeram tudo para salvar, mas infelizmente foi uma fatalidade” ou “ainda bem que fizeram a cesariana”. Quando se trata de um parto normal, predomina a ideia de que o corpo da mulher falhou, ou mesmo que foi a via de parto que **causou** os problemas.

Quando engravidei do meu segundo filho, novas escolhas foram possíveis: um parto domiciliar, menos mediado por tecnologias, medicamentos e intervenções. A possibilidade de uma vivência menos compartimentalizada, com mais conexão e **lentidão**¹⁴ e o estabelecimento de uma relação de **composição**¹⁵ e responsabilidade compartilhada, não de autoridade, com os profissionais que me acompanhariam. Com essas escolhas, considero ter buscado “profanar”, no sentido proposto por Agambem (2009), a prática obstétrica tecnocrática; experimentando uma vivência menos controlada por dispositivos, mais próxima à natureza e à potência do feminino.

Nesse sentido estaria em vigor o modelo humanístico/holístico de atenção ao parto e nascimento que têm por princípios: a integração corpo-mente-ambiente; a gestação vista como, embora incontrolável, prazerosa; mãe e bebê são partes de um mesmo sistema; a saúde e segurança do bebê estão intrinsecamente relacionadas com as necessidades emocionais da mãe, portanto o nascimento mais seguro é aquele que provê um ambiente acolhedor para a mãe; parir é uma tarefa desempenhada pela mulher, a tecnologia não deve interferir e sim, se necessário, apoiar; a participação ativa e a força envolvem o “abrir mão” do controle; a dor é parte do processo e “eliminá-la” pode interferir no processo como um todo; a intuição e o autoconhecimento são

¹⁴ No ensaio “A lentidão como escolha” Denise Bernuzzi de Sant’Anna nos leva à reflexões sobre a “febre da velocidade” e a pressa como predominantes na sociedade contemporânea, propondo a definição de lentidão não como o oposto da velocidade. Ao não ser vista como falta ou deficiência, a lentidão passa a ser entendida como *escolha*, que não é passiva e pode “suscitar o encanto dos momentos acusados de serem somente a purgação do corpo em longas esperas (SANT’ANNA, 2001, p.18)”

¹⁵ Aqui faço referência ao ensaio “Passagens para condutas éticas na vida cotidiana – exercer a composição” da mesma autora, no qual propõe o entendimento da ética como “o estabelecimento de relações nas quais, no lugar da dominação, se exercem *composições* entre os seres; estas não são nem adequações harmoniosas entre diferenças, nem fusões totalitárias fadadas a tornar todos os seres similares. Trata-se de estabelecer uma composição na qual os seres envolvidos se mantêm singulares, diferentes, do começo ao fim da relação: a composição entre eles realça tais diferenças sem, contudo, degradar qualquer uma delas em proveito de outras. (e promove) o mútuo fortalecimento das inteligências em conexão” (Ibidem. p.95-96).

“autoridades” e por fim, a mulher que está parindo, o faz como todo seu ser. (DAVIS-Floyd, 1994, 2001).



Esses princípios são consonantes com alguns princípios da TKV, evidenciando sua potência também quando estamos diante do processo de parturição. Desde que iniciei as aulas, tive a oportunidade de acompanhar algumas alunas no momento do nascimento de suas filhas e filhos, sendo que uma delas (Luciana), a acompanhei em seus dois partos. Ao final da gestação delas pude observar que, embora algumas limitações de movimento fiquem evidentes, a conquista de um eixo mais organizado, mais expressividade, clareza e flexibilização da movimentação também estão mais presentes, inclusive durante o trabalho de parto.

Toda essa conexão com meu corpo ajudou muito no meu trabalho de parto, foi muito importante toda essa experiência (Regiane).

É interessante observar na fala acima a não compartimentalização da experiência, Regiane não refere a **um** ou **outro** movimento ou estratégia trabalhada em sala de aula como facilitadores de uma experiência positiva do parto, mas **toda** a conexão vivenciada nas aulas. Vianna (2008) ressalta que a inteligência de um corpo está na capacidade de adaptar-se a variados

estímulos e necessidades sem prender-se a receitas ou fórmulas preestabelecidas, se deixando orientar pelas emoções e percepção consciente das sensações.

Durante o parto foi muito importante essa questão de ter me colocado, me permitido **antes do parto** rebolar, girar no chão...
(Luciana)

Movimento de báscula na rede, fazia uma concha, como um exercício que a gente fez nas aulas com um tecido... eu tinha uma dor que esse movimento, entre as contraes me ajudou... qualquer outro movimento me doia ou atrapalhava o todo...
(Luciana)

O caminho percorrido pela TKV durante a gestao visa o **autoconhecimento** e a possibilidade de maior conscientizao do movimento e o reflexo no trabalho de parto  uma mulher que possa recorrer mais a si mesma e menos aos profissionais que a acompanham para encontrar movimentos e posies que a auxiliem no alívio da dor e na busca de estratégias corporais que facilitem o nascimento do bebê. Além disso, diferentes posies e movimentos podem prevenir ou *resolver* algumas dificuldades eventualmente presentes. As parteiras tradicionais costumam recorrer a essas *intervenes* quando necessário. Contudo, acredito que quanto maior a conexão da mulher durante todo esse processo, maior a possibilidade que ela recorra às suas prprias estratégias.

Tal consciência, no momento do parto, esta relacionada às memrias corporais e pode ser acionada a partir da liberdade e experimentao de movimentos. Luciana não precisou, naquele momento, analisar o que estava fazendo ou ser sugerida a movimentar o quadril em um movimento de báscula, ela nem se lembrava desta "cena" até ser questionada. A lembrança posterior permitiu o estabelecimento de conexes entre a inteno (alívio da dor) e a memria do movimento em outro contexto (nas aulas).

A Técnica Klauss Vianna, que v na atitude consciente a base para a especializao do movimento não exclui a noo de que os conteúdos inconscientes também participam das aes do corpo. (MILLER e NEVES, 2013, p.4)

Experimentar, identificar tenses, rever padres e aumentar o repertrio de movimento anteriormente pode auxiliar, na hora do parto, o acesso 

capacidade de “saber soltar”, descrita por Sennet e presente também na fala de Klauss Vianna:

Quando soltamos nosso corpo – o que não significa despencar -, o movimento que executamos flui livremente, obedecendo a uma forma de organização natural, a uma linguagem gestual que, de algum modo, já constitui parte de nossa dinâmica e está em harmonia com nossa capacidade anatômica e funcional, com nossa capacidade de movimento. (VIANNA, 2008, p.113).

Sem dúvida, munir-se de informações científicas sobre o processo do nascimento, especialmente diante da realidade do atendimento obstétrico atual, pode ser bastante tranquilizador e auxiliar as mulheres a fazerem suas escolhas. Contudo, quando uma mulher que já está em trabalho de parto continua conectada em questões como: *quanto tempo vai levar? Quantos centímetros de dilatação eu estou agora? Como posso acelerar o nascimento? Quando isso tudo vai acabar?* costumamos dizer que é uma mulher muito “cabeção”, uma referência à racionalização extrema e a uma preocupação com a **forma** ou uma determinada **performance**.

Durante o parto (*do segundo filho*), diferente da Cecília, eu não senti tanta necessidade de rebolar, eu tinha uma sensação de que eu tinha que ficar agachada e eu sentia que eu tinha que achar uma posição, não veio tanto um movimento (...) eu agachava. Eu sabia, eu achava que ele (*bebê*) já estava bem baixo então eu não precisaria me mexer... Eu não cheguei a me movimentar tanto, eu queria ficar mais quieta. (Luciana)

Esta fala da Luciana sobre as diferenças de cada experiência de parto é bastante rica para refletir sobre os princípios da TKV e seus possíveis reflexos nessa vivência. A *dança de cada parto* foi **singular** e decorrente das necessidades e possibilidades dos seus diferentes momentos e condições do ambiente. No seu primeiro parto, Luciana foi naturalmente levada a movimentar-se, rebolar, caminhar e, como relatou, ter experimentado antes a muniu de um *repertório* a ser acessado posteriormente. No segundo trabalho de parto, ainda que também tenha recorrido às experiências prévias em aula, os movimentos foram mais econômicos, restritos, buscando estar sentada (como nos movimentos de báscula que fez na rede) e até deitada - pouco antes

do bebê nascer, Luciana ficou no escuro, em sua cama, descansando e até cochilando entre as contrações.

É importante contextualizar que, no primeiro trabalho de parto, a casa estava mais vazia. Durante quase todo o processo, permanecemos apenas eu e o marido dela acompanhando. Luciana caminhava bastante pela casa, escolhia diferentes lugares para ficar tendo uma circulação livre e sem interrupções. No segundo trabalho de parto, em alguns momentos, muitas pessoas estavam na casa (num total de nove pessoas, incluindo a equipe de profissionais), o que fez com que ela ficasse mais restrita ao seu quarto, sujeita a mais *interrupções* e *distrações*, além de estar se recuperando de uma torção no tornozelo. Sem dúvida, ficar mais quieta não foi uma decisão analisada anteriormente, mas o resultado do enredo do seu segundo parto. Inclusive tendo o bebê “resolvido” nascer quando a maioria das pessoas saiu de casa.

Também no processo do parto, é possível vislumbrar a

vivência do soma em estado exploratório, e não uma vivência do corpo mecânico que somente adquire e acumula habilidades. Vivenciamos, mais do que o corpo hábil, o corpo lábil, no sentido transitório, instável e sempre em transformação... (MILLER, 2012, p.73).

A técnica como processo tem como foco a “*prontidão* de estar em pesquisa e não o estar em treinamento para algo que vem depois”. (Ibidem. p.57). Assim como existe uma busca de técnicas prescritivas que definem resultados a serem alcançados para diversos aspectos da vida, não é diferente quando se trata de gestantes em busca de “receitas” para parir melhor. No trabalho com as gestantes que se *preparam* para o parto, a sugestão não será diferente da máxima de Klauss Vianna: “não decore passos, aprenda um caminho”.

Nesse sentido, olhando para as vivências da Luciana, é possível observar que a **forma do movimento** (rebolar, caminhar, no primeiro parto e ficar mais agachada, balançar na rede e deitar, no segundo) foi consequência do **autoconhecimento** e da **escuta** do corpo nos diferentes momentos e não da predefinição de movimentos e posições. Para Klauss Vianna (2008, p.141) a forma não importa ou só se torna interessante quando resulta de todo um processo: “a emoção não é forma, a emoção é movimento”.

(...) essa questão do tempo foi muito importante no parto, saber que eu poderia seguir um tempo meu, respeitar um tempo meu e e ao mesmo tempo o dela, sem que um seja contra o outro (Luciana)

(...) tinha já uma dança que no trabalho de parto, nas contrações, eu lembrava de alguns movimentos no sentido de que a Cecília também tinha um tempo dela... não me assustou tanto as contrações porque eu tinha uma certa consciência que era no tempo dela e que eu podia me mexer, não senti uma sensação de paralisar, eu consegui encontrar um tempo pra eu me sentir mais confortável e eu sentia que ela se mexia num outro tempo... (Luciana)

Destaco a percepção da Luciana com respeito ao **ritmo e limite** de cada um, de cada corpo, mãe-bebê, como vivências proporcionadas pela dança e positivas quando sentidas também durante o trabalho de parto. As informações do corpo-mãe conectam-se com as informações do corpo-bebê nessa dança improvisada.

Quando minha interlocutora diz que o tempo dela e o da filha não estavam um **contra** o outro ou, em suas palavras, “eu não tinha que me negar pro nascimento de um outro”, vislumbro uma relação de **composição** no sentido proposto por Sant’Anna. Em outra passagem, Luciana discorre sobre a crença do parto como uma provação ou como um sacrifício em nome do amor ao filho que está nascendo. A própria dor do parto aparece na bíblia como uma forma de punição. Após o pecado capital, deus sentencia à Eva, juntamente com a perda do paraíso: “parirás em dor”. Portanto, as crenças de sofrimento e abdicação permeiam comumente o parto e a maternidade, ressoando nas culpas e cobranças das mães para com os filhos no decorrer da vida. Poder reconhecer dois corpos, duas histórias, e a não necessidade de anulação de um ou de outro para o nascimento não significa que o espaço para aquele bebê não está aberto, mas é um marco na complexa relação desses corpos-sujeitos. Além disso, uma possibilidade de rompimento dessas crenças, profanando alguns dos dispositivos que atuam principalmente no corpo-mulher.

Essa questão da dança, me soltar, tinha tudo a ver (*na adolescência*) com um lugar íntimo de ninguém está vendo e o parto você não faz sozinha, tem muitos instintos, mas você não está em quatro paredes, no escuro, com um som, você está cercada de pessoas... Então esse se permitir ser cuidada, se

permitir dançar no meio de outras pessoas foi bem importante ter trabalhado antes (Luciana)

essa profundidade quase meditativa (*vivenciada nas aulas de dança*) no parto isso teve um registro importante... deixar esse instintivo aparecer, mas com outras pessoas... (Luciana)

Retomo a **presença** como um dos tópicos trabalhado na TKV, ao qual está se referindo minha interlocutora em sua fala acima. Esse tópico é o primeiro a ser trabalhado no Processo Lúdico e permanece em todo processo e em suas interconexões cotidianas, afinal, como diz a professora Jussara Miller: as aulas são parte do seu cotidiano e você traz o cotidiano para as aulas¹⁶.

Para Neves (2010, p.39)

Todo o trabalho de autoconhecimento só é possível na presença de uma atenção focada no corpo, para o reconhecimento do modo como o movimento se dá, das sensações, imagens e estados que emergem no movimento e do pensamento que o corpo em movimento desenvolve.

Entretanto, o foco no corpo não prescinde da atenção ao espaço e ao outro para a construção de um estado de presença. Em suas aulas, Jussara Miller descreve três estados de atenção: 1. Atenção ao seu próprio corpo, movimentos, pensamentos e sensações, 2. Atenção ao espaço externo em que a pessoa está e aos estímulos do ambiente, 3. Atenção às outras pessoas presentes e as informações que nos sugerem. Embora o foco nesses três estados de atenção seja flutuante durante a investigação, a presença emerge da composição em sinergia entre eles.

Ao mesmo tempo em que os sentimentos não podem ser camuflados ou reprimidos e sim trazidos à consciência e dimensionados durante o trabalho, também é necessário *situar* os alunos em sala de aula, ao espaço e tempo presente, pois a tendência é de ficarem distantes. (VIANNA, 2008).

No trabalho com as gestantes, também vislumbrando uma consciência que possa ser *levada* ao trabalho de parto, muitas vezes sinto a necessidade de focar mais no primeiro estado de atenção. Isso porque a maioria delas está ainda trabalhando muito, com várias preocupações do cotidiano, tendo pouco

¹⁶ Notas da aula de 27 de janeiro de 2015.

tempo para se olharem e reconhecerem no processo de gestação. A dança, como já foi discutido, auxilia nessa conexão.

Entretanto, destaco a reflexão da Luciana de uma memória da dança na adolescência como uma experiência totalmente individual e instintiva, “entre quatro paredes, no escuro” que foi ressignificada durante a gestação e consequentemente durante o parto. Dançar entre outras mulheres e permitir a troca, o toque e o cuidado foi para ela uma forma de experimentar antes, ensaiar, e, no dia da *estreia*, sentir-se confiante e segura para seguir seu próprio caminho ainda que sob os olhares da *plateia* presente.

Como a vivência do parto passa mais pelo kairós e menos pelo crhonos¹⁷, mais pela entrega e menos pelo controle, mais pela memória corporal e o “corpo sentido” e menos pelo “corpo analisado”¹⁸, o foco no estado 1 de atenção em trabalho de parto é sem dúvida essencial. Contudo, a possibilidade de conhecer e lidar com o ambiente e as pessoas presentes até para *desligar-se* deles, repercutem nesse processo e nas memórias resgatadas posteriormente, qualificadas como de dor e/ou prazer, entrega e/ou controle, satisfação e/ou frustração, autonomia e/ou submissão.

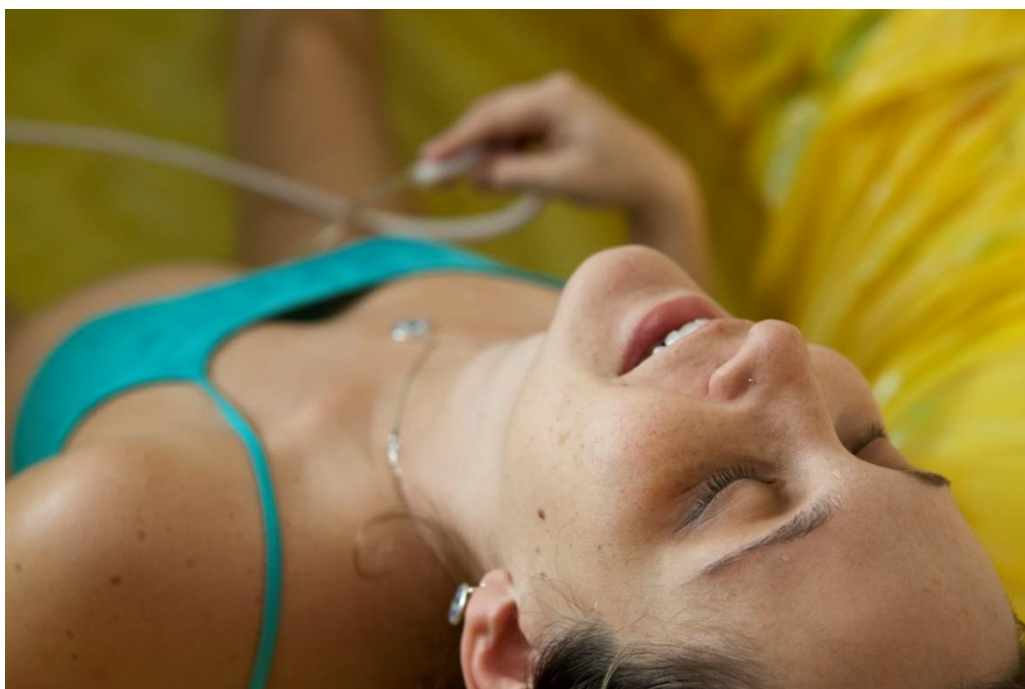


¹⁷ “Os gregos antigos tinham duas palavras para o tempo: *chronos* e *kairos*. Enquanto o primeiro referia-se ao tempo cronológico ou sequencial (o tempo que se mede), este último é um momento indeterminado no tempo em que algo especial acontece: a experiência do momento oportuno. O termo é usado também em teologia para descrever a forma qualitativa do tempo, como o *tempo de Deus*, enquanto *khronos* é de natureza quantitativa, o *tempo dos homens*”. Fonte: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Kairós>

¹⁸ Aqui faço referência à MILLER (2007, p. 77) ao discorrer sobre o processo dos vetores vivenciado em sala de aula com a TKV

A partir dessas cenas de parto e as possíveis analogias e diálogos com a dança é preciso destacar que não se trata de **qualquer dança** nem de **qualquer parto**. A antropóloga Rosamaria Giatti Carneiro em sua tese de doutorado “Cenas de Parto e Políticas do Corpo: uma etnografia de práticas femininas de parto humanizado” nos convida a dialogar com um grupo de mulheres que optam por partos normais/naturais, desafiando as concepções de saúde, risco e da própria maternidade. Para as mulheres que ela entrevistou e com quem conviveu em seu trabalho de campo, o parto deixa de ser um evento apenas visto em seu aspecto fisiológico, médico e como sinônimo de sofrimento para tornar-se uma experiência potencialmente prazerosa e transcendente. Em suas palavras

O parto, nessa outra cultura de nascimento, pode ser uma experiência de cuidado de si, de conformação subjetiva e uma abertura para afetação, podendo ser uma etapa de um processo de subjetivação constante de positivação da existência feminina. Nesse jogo, noções de corpo, de pessoa e de saúde aparecem revisitadas e desalojadas de visões rígidas e hierarquizantes, aparecem em novas roupagens, indicando o caráter histórico e cultural desses termos, assim como a influência de determinadas relações de poder em sua caracterização. Esse parto, na leitura de nossas co-autoras, acaba restando como ponte também para afirmação da cidadania, da palavra e do mundo simbólico, tecido pelas próprias mulheres e não mais por outrem que, antes, as nomeavam. (CARNEIRO, 2011, p. 308-309)



A liberdade e possibilidade de uma mulher buscar sua própria **dança** para parir não seria possível em um modelo fundamentalmente tecnocrático, no qual a relação estabelecida com os médicos é de dominação e autoridade. Como afirma Sant'Anna (2001, p.79),

Não se trata, portanto, de negar os avanços da tecnociência, nem de condená-la em bloco. Mas de reconhecer que o corpo não cessa de ser redescoberto, ao mesmo tempo em que nunca é totalmente revelado.

Finalizando essas reflexões, a partir da tabela de Davis-Floyd¹⁹, proponho uma tabela que sistematizaria o diálogo de alguns princípios da TKV e os modelos humanístico e holístico de atenção ao parto, destacando possíveis confluências.

Modelo Humanístico (biopsicosocial)	Modelo Holístico	Técnica Klauss Vianna
1. Conexão mente-corpo	1. Integralidade corpo-mente-espírito	1. Unidade corpo-mente em relação ao ambiente
2. O corpo como organismo	2. Corpo como um sistema energético interligado com outros sistemas energéticos	2. “O corpo como eu-corporal, o soma” (MILLER, 2014, p. 105).
3. O paciente como um sujeito relacional	3. Cura da pessoa como ser integral em seu contexto de vida	3. A expressão emerge do corpo numa rede de relações
4. Conexão e cuidado entre profissional e paciente	4. Unidade essencial entre profissional e cliente	4. Relação dialógica entre professor-aluno-alunos (MILLER, 2014, p. 103)
5. Diagnóstico e cura de “fora pra dentro” e “de dentro pra fora”	5. Diagnóstico e cura de “dentro pra fora”	5. Autoconhecimento – dança – autoconhecimento
6. Equilíbrio entre as necessidades individuais e da instituição	6. Estrutura organizacional em rede que facilita a individualização do cuidado	6. Autonomia e autoresponsabilidade

¹⁹ Apresentada nas páginas 13-14 deste trabalho

7. Informações, tomada de decisão e responsabilidade compartilhada entre profissional e paciente	7. Autoridade e responsabilidade inerente a cada indivíduo	7. Professor como facilitador/ provocador das possibilidades do aluno
8. Ciência e tecnologia contrabalanceada com humanismo	8. Ciência e tecnologia a serviço do indivíduo	8. “Pesquisa não hierarquizada e em processo” (MILLER e NEVES, 2013, p. 6)
9. Foco na prevenção à doença	9. Foco no “longo prazo”, criando e mantendo saúde e bem-estar	9. Ênfase no processo e não no resultado ou na forma
10. Morte como um efeito aceitável	10. Morte como um passo de um processo	10. “O ritmo do Universo é composto de expansão e recolhimento. Somos, também, expansão e recolhimento. (VIANNA, 2008, p.79) Corpo como microcosmo
11. Cuidado movido pela compaixão	11. Cura como foco	11. Autocuidado a partir do autoconhecimento
12. Abertura para outras modalidades	12. Acolhimento de múltiplas modalidades de cura	12. “Eu apenas quero lançar a semente” (...) “meu trabalho não é uma terapia nem serve para tal.” (Ibidem. p.70).
Princípios básicos subjacentes: equilíbrio e conexão	Princípios básicos subjacentes: conexão e integração	Princípios básicos subjacentes: Soma, integração
Tipo de pensamento: bimodal	Tipo de pensamento: fluido, multimodal, direcionado pelo lado esquerdo do cérebro	Tipo de pensamento: “(...) a expressão corporal reflete tudo que sou: minha história, o que penso, como sinto. Vida interior e expressão corporal são coisas inseparáveis” (VIANNA, 2008, p. 149)

Voltando a questão-título desta cena “O nascimento: uma dança sem coreografia?”, reflito:

Se coreografia pressupõe passos e formas definidas, o parto é uma dança sem coreografia. Mas se puder ser entendida como um caminho que exige mais prontidão e menos predeterminação, uma escrita da dança de dois corpos em movimento, o parto revela uma coreografia viva, singular, cheia de improvisações. Ou talvez seja ainda um primeiro e intenso ensaio para a dança da maternidade, que está apenas começando.

Cena 3: Quantas danças nascem com um bebê?

Quando nascemos sabemos tudo, mas não lembramos nada. Depois, crescemos, vamos ganhando lembrança e encolhendo sabedoria

Mia Couto

Tudo que eu toco se torna parte de mim, eu possuo. Quando sou tocado por outra pessoa, essa outra transfere parte de si para mim. Quando eu toco outro indivíduo, transfiro parte de mim para ele.

Ashley Montagu

O antropólogo Ashley Montagu realizou uma extensa pesquisa sobre o toque e sua importância no crescimento e desenvolvimento humano. Ainda no útero, no trabalho de parto e parto, uma grande dose de estimulação cutânea é vivenciada pelo feto. Embora os humanos não lambam seus filhotes, como outros mamíferos, as contrações uterinas teriam a mesma função: o estímulo dos tratos gastrointestinal, geniturinários e principalmente respiratório. A ausência ou deficiência dessa estimulação durante o parto e pós-parto imediato está associada, por exemplo, a dificuldades respiratórias dos bebês como o estabelecimento de um padrão de respiração superficial persistente em detrimento de uma respiração profunda, podendo, inclusive, desencadear episódios de apneias.

Os primeiros momentos após o nascimento são de grande importância para o estabelecimento do vínculo entre mãe e bebê especialmente porque o bebê está bastante alerta²⁰ e sensível. A amamentação e o contato pele a pele na primeira hora de vida são incentivados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) devido a seus efeitos comprovados na redução da mortalidade neonatal, além de inúmeros benefícios para a díade mãe-bebê, dentre os quais destaco: 1. Para o bebê: permanece devidamente aquecido pelo contato corporal com a mãe; tem equilíbrio na frequência cardíaca e respiratória; recebe o colostro que tem função importante no sistema imunológico; acalma e pode descansar mais tranquilamente após o parto. Para a mãe: a sucção ajuda na produção da ocitocina, hormônio que tem importantes funções:

²⁰ Considerando bebês que nasceram de parto natural ou normal e não estejam sob o efeito de fortes analgésicos. Bebês que nasceram por cesárea sem trabalho de parto e com doses maiores de anestésias tendem a ficarem mais sonolentos.

1. Contrações uterinas, evitando hemorragias e possibilitando que o útero volte ao tamanho normal mais rapidamente, 2. Aumenta a sensação de calma e tranquilidade; sendo considerado o hormônio do amor, a ocitocina também é produzida nos momentos de encontros prazerosos afetivos e sexuais. O contato precoce facilita o despertar do instinto do cuidado e amor por parte da mãe que fica menos suscetível à depressão pós-parto.



Entretanto, ainda que em processo de revisão e pequenas mudanças, é comum nos hospitais brasileiros os bebês serem separados das mães ao nascerem e assim permanecerem nas primeiras horas de vida.

a separação conceitual da mãe e da criança caracterizada pela mitologia tecnocrática do nascimento é um paralelo com a doutrina cartesiana da separação corpo-mente. Esta separação tem uma expressão tangível depois do nascimento na medida em que o bebê é colocado em um berço de plástico no berçário por 4 horas de “observação” (grifo na fonte) antes de retornar para a mãe; nesse sentido, a sociedade demonstra a propriedade conceitual do seu produto. O útero materno é substituído não por seus braços, mas pelo útero plástico da cultura.²¹ (DAVIS-FLOYD, 1994, p.4).

²¹ Tradução livre de “The conceptual separation of mother and child chartered by the technocratic mythology of birth parallels the Cartesian doctrine of mind-body separation. This separation is given tangible expression after birth as well when the baby is placed in a plastic bassinet in the nursery for four hours of “observation” before being returned to the mother; in this way, society demonstrates conceptual ownership of its product. The mother’s womb is replaced not by her arms, but by the plastic womb of culture”.

A separação física do nascimento apenas inaugura um processo de vinculação-desvinculação da mãe e da criança. Desvinculação dos corpos com o corte do cordão umbilical, mas vinculação que permanece com a amamentação e a construção do vínculo afetivo-emocional. É o revés da cena vista na maioria dos hospitais que de fato promove uma chegada tranquila e uma separação gradual e não violenta para a mãe e seu bebê que acaba de nascer.

Ao abandonar a mais completa hospitalidade que oferece o útero materno, necessita chegar a um só lugar: os braços de sua mãe. Durante milhões de anos os bebês recém-nascidos vêm mantendo um estreitíssimo contato corporal com suas mães. E ainda que nos últimos séculos os bebês estejam sendo privados dessa inestimável experiência, cada novo bebê que nasce espera encontrar-se nesse mesmo lugar. (GUTMAN, 2011, p. 41) ²².

Após o nascimento dos meus filhos, recordo-me da sensação de viver a primeira separação de nossos corpos e ser, novamente, *somente* um corpo ainda que a conexão tenha permanecido intensa durante meses. Nos primeiros dias a sensação ainda era de **corpos que se confundem**: ver o bebê se movimentando e sentir como se ainda estivesse dentro de mim, outras vezes uma profunda sensação de vazio, as mamas cheias de leite jorrando em sincronia com o despertar do bebê para se alimentar. O contato íntimo e contínuo era uma necessidade compartilhada e o mergulho profundo no ritmo do bebê vinculava-se ao mergulho profundo nas minhas próprias entranhas.

No decorrer dos primeiros meses, um estranhamento diante *daquele* corpo pós-gestação: o eixo em desequilíbrio, musculatura abdominal sem força, mamas pesadas, além das tensões provenientes de amamentar e carregar e o bebê e o “peso da inexperiência”, especialmente da primeira vez. Para não fazer barulho e acordá-los, respirava “curto” e permanecia em posições desconfortáveis; para atender prontamente, esquecia-me de mim mesma. A solidão, o cansaço, dúvidas e inseguranças, um corpo adormecido, esquecido e, num paradoxo, funcionando perfeitamente, alimentando e

²² Tradução livre de “Al abandonar la más completa hospitalidad que ofrece el útero materno, necesita llegar a un solo lugar: los brazos de su madre. Durante millones de años los bebés recién nacidos han mantenido un estrechísimo contacto corporal con sus madres. Y aunque en los últimos siglos los bebés están siendo privados de esta invaluable experiencia, cada nuevo bebé que nace espera encontrarse en ese mismo lugar”

nutrindo aquele ser em desenvolvimento e também se nutrindo de momentos de intenso prazer e amor. Um aprendizado cotidiano de lidar com as ambivalências e oposições da vida.

Cerca de quatro meses após o nascimento da minha filha, percebendo minha necessidade de cuidado, meu companheiro me estimulou a voltar a dançar. Eu precisava me sentir corpo novamente... Entretanto, a ideia de me separar da minha filha não era muito confortável, especialmente porque ela era amamentada por mim exclusivamente.

Na época eu morava em frente ao Salão do Movimento e foi com minha filha nos braços que toquei o interfone e fui atendida pela Jussara Miller. Embora tivesse algumas referências do seu trabalho e visse o movimento dos alunos, foi a primeira vez que ouvi falar em Klauss Vianna. Sentindo-me acolhida, iniciei o trabalho de (re)conhecimento do meu corpo na melhor situação possível: amamentava minha filha, que ia passear com o pai pela rua, enquanto eu cuidava de mim e voltava a me sentir inteira. Ao término das aulas, ao reencontrá-la, eu era novamente um *peito cheio de leite*, mas já era **outro** peito, outro corpo, um pouco mais cuidado e acordado. Esta presença reverberava no meu cotidiano materno ao realizar as tarefas mais corriqueiras como trocar uma fralda, amamentar e carregar minha filha no colo. Poder olhar mais para mim resultou numa aproximação e conexão ainda maior com ela, um trabalho mais focado, um corpo mais disposto, alinhado e com energia vital pulsante como na espiral proposta por Katz (2005, p.30) do “Corpo que movimenta o movimento que faz corpo ser corpo, que se movimenta pelo movimento que se faz movimento neste corpo, que se faz corpo por este movimento, que...”.

Embora as aulas me despertassem para todo esse movimento, às vezes pensava: *as aulas tem pouca dança*. Hoje tenho consciência quais conceitos de dança e de corpo estavam intrínsecos ao meu pensamento, conceitos que são revisitados, revistos e transformados constantemente.

Sobre este aspecto, Miller (2012, p.31) esclarece:

Esbarramos no subtexto de que, quando exploramos os princípios dos Vianna, estamos falando de outra coisa, talvez de expressão corporal ou de consciência corporal. Como a herança da dança formal está imantada no nosso corpo, algo que se contraponha a isso é capaz de parecer negação, e não

dança. Assim, a visão de corpo permanece com uma abordagem dicotômica e mecanicista, ao contrário de uma abordagem plural, que considere as diversas técnicas e os vários caminhos a ser escolhidos e trilhados.

Se a vivência da maternidade, por vários caminhos, me levou a conhecer e hoje trabalhar com a TKV, na espiral da vida, a vivência desta dança também desenha a maternagem e as relações que estabeleço. Se eu não copio passos e busco a minha dança, viva, única, como posso dizer aos meus filhos quais passos eles devem seguir? Se tenho autonomia para conhecer e explorar o meu caminho, preciso aceitar o desafio de estar ao lado, deixar surgir, deixar que descubram seu próprio caminho, sua própria dança...

O nascimento de um filho é uma jornada que deixa você em um lugar diferente de onde você estava quando você começou. Um lugar melhor, em muitos aspectos. Mas não é uma viagem com passagem de volta. (MAYNARD, 2007, citada por SCHAUMANN, 2010, p.97)²³

Dois meses depois do início do trabalho com gestantes, ainda como parte do “Processo Didático da TKV” e com a demanda de algumas mulheres, passo a oferecer as aulas para mães e bebês. Eu acreditava que, assim como eu, outras mães poderiam se beneficiar desse trabalho, principalmente se pudessem estar **junto** com os filhos em um período em que a relação é bastante simbiótica.

Meu principal objetivo (...) era o de ter um espaço que me provocasse a estabelecer diferentes formas de contato corporal com o meu bebê, a fim de ampliar o nosso processo de (re)conhecimento. Eu queria tecer novos entrelaçamentos com o meu bebê e o corpo, para mim, é o canal por onde o fluir dos sentimentos e sensações ganham forma e vibração. Portanto, em um primeiro momento, o foco era o da relação (Lidiane)

As aulas me propiciaram este reencontro, e o que é melhor: bem junto de meu filho. (Fabiana)

A oportunidade de dançar e levar meu bebê comigo era muito gratificante. (Regiane)

(...) um momento de relaxamento e integração com o meu bebezinho de apenas dois meses de vida (Carolina)

²³ Tradução livre de “Giving birth is a journey that leaves you in a different place from where you were when you started out. A richer place, in many ways. But not a trip that comes with a return ticket.”



(...) o mais importante: não era uma dança pra mim, era uma dança pra nós dois. Descobri nas aulas a força do vínculo (...). Aprendi muito sobre ele (bebê) nesses encontros. (Manoela)



(...) além do júbilo que dançar coladinha com minha bebê proporciona. (Beatriz)

Considerando o estado imaturo em que nascem os humanos, quando comparados a outros mamíferos, após o nascimento persiste a necessidade de muita estimulação tátil (colo, carícias, amamentação). O primeiro contato que a criança faz com o mundo acontece por meio do contato corporal com a mãe, contato esse “fonte essencial de conforto, segurança, calor e crescente aptidão para novas experiências” (MONTAGU, 1988, p. 102).

O desenvolvimento de sensações de confiança e/ou desconfiança, além da percepção de si mesmo, dependem das experiências sensoriais experimentadas pelo bebê principalmente através da pele. A estimulação tátil de natureza afetiva é uma necessidade primária dos bebês a ser satisfeita. A privação desses estímulos irá provocar no bebê desconforto e sofrimento assim como a privação de qualquer outra necessidade fazendo com que ele manifeste seu desconforto da única maneira que conhece: chorando. (Ibidem).

Nos primeiros meses de vida de um bebê, o conforto geralmente depende de condições externas que se assemelhem ao que foi vivido dentro do útero: contato permanente, ritmo oferecido pelos batimentos cardíacos e respiração materna, calor, movimento e alimento permanente (MONTAGU, op. cit., GUTMAN, 2009).

Entretanto, as concepções tecnocráticas ainda estão presentes. As crenças de que os bebês devem, desde o primeiro dia de vida, dormirem sozinhos, no berço, a fim de evitar que fiquem *mal acostumados* é parte de uma cultura individualista, que prima pela independência, chegando a considerar a criança como um *pequeno tirano* que, ao menor descuido, pode *roubar* a vida dos pais ou torná-los seus *escravos*. Uma concepção de infância na qual as crianças devem obedecer aos adultos e, por isso, precisam ser condicionadas desde cedo, numa relação de poder e autoridade. As necessidades afetivas reivindicadas pelos choros dos bebês são vistas muitas vezes como *caprichos* ou *manhas*.

Montagu (1988) identifica o livro de Luther Emmett Holt como influenciador de cerca de 50 anos de prática na sociedade norte-americana. Considerava embalar a criança um hábito ruim, vicioso, difícil de ser abandonado posteriormente. No mesmo período - primeiras décadas do século XX - ganha força a influência da psicologia behaviorista, com ênfase no comportamento observável e na manutenção de comportamentos desejáveis

por estímulos, punições e recompensas. As mães foram incentivadas a manter uma distância maior de seus filhos, não beijando ou pegando no colo e ensinando-os a esperar ao não atender prontamente a seus pedidos de comida ou atenção. Acreditava-se que as crianças seriam menos dependentes e melhor preparadas para as exigências de uma sociedade competitiva, baseada na eficiência e consumo.

As mulheres, por sua vez, precisavam *libertar-se* instantaneamente da *prisão da maternidade*, sendo a amamentação o principal empecilho. As primeiras décadas do século XX foram permeadas por campanhas da Nestlé incentivando a administração de leite em pó (e leite condensado!) para os bebês, exaltando os valores nutricionais desses produtos como ótimos complementos ou substitutos do leite materno.



24

²⁴ "Ciranda em volta de um Nestlé" (propaganda de 1903) - Alimentos Nestlé para bebês felizes. Bebês Nestlé tem bochechas rosadas, olhos brilhantes e cérebro, músculos e tendões para desenvolver os homens e mulheres mais eficientes do futuro (tradução livre).

Na década de 1970, a ONG War on Want publica um relatório evidenciando a diminuição do aleitamento materno em decorrência da promoção do aleitamento artificial e sua relação direta com a desnutrição e mortalidade infantil especialmente nos países do então considerado *terceiro mundo* – África, Ásia e América Latina²⁵.



Propaganda de leite condensado de 1949

Segundo Rea (2003), em 1975, uma entre duas mulheres amamentavam apenas até o segundo ou terceiro mês nas capitais brasileiras; em 1999 o período passou a ser de dez meses em média. Em pesquisa do ano de 2008, também nas capitais e Distrito Federal, Venâncio et. al. (2010) revelam um aumento no tempo de aleitamento materno exclusivo (AME) até os seis meses de idade (41%) e também no aleitamento materno (AM) de crianças entre nove e 12 meses (58,7%). Embora reconheçam o avanço nas políticas de incentivo ao AM e os benefícios para as crianças brasileiras, ambas as pesquisas salientam o caminho a ser percorrido para que os índices cheguem mais próximo ao preconizado pela OMS: seis meses de AME e dois anos ou mais de AM com introdução gradual de alimentos complementares e sólidos.

²⁵ Fonte: http://pt.wikipedia.org/wiki/Nestlé_mata_bebês acesso em 04 de fevereiro de 2015

Ao acompanhar lactantes, ainda me deparo com mitos e crenças (muitas vezes reiterados pelos próprios pediatras) que depreciam a mulher: *seu leite não é suficiente, seu leite é fraco, seu bebê chora porque está com fome, seu bebê não está engordando*. A mulher novamente é vista como falível e impotente. Além disso, o *corpo civilizado* é constrangido e ofendido pelo ato de amamentar, que deveria estar restrito a um âmbito privado.



A imagem acima refere-se campanha “When nature calls”²⁶ (Quando a natureza chama) produzida por dois estudantes da University North of Texas. Kris Haro e Johnathan Wenske perguntam ironicamente em seu ensaio “Você comeria aqui?” e levantam a discussão sobre os locais onde as mães são obrigadas a amamentar quando impedidas de fazê-lo publicamente. As fotos das mulheres amamentando, sentadas em vasos sanitários, trazem os dizeres: **Bom apetite, Mesa para dois e Jantar privado** (ou seria jantar privada?).

Ainda que no Brasil a reprimenda às mulheres que amamentam em público não seja tão direta como nos Estados Unidos, os olhares, insinuações e

²⁶ Fonte: <http://college.usatoday.com/2014/06/23/breast-feeding-in-public-portrayed-by-students-in-ad-campaign/> acesso em 4 de fevereiro de 2015.

mesmo as *orientações* para cobrir os seios ou procurar um lugar específico (como o banheiro!) são reportadas com frequência.

Além dos indiscutíveis benefícios nutricionais da amamentação, ao contrário do que se pensava, as pesquisas e discussões apresentadas por Montagu (1988) revelam que a presença suportiva e a disposição ao contato corporal, atendendo às necessidades do bebê nos primeiros meses de vida, refletem em crianças mais autônomas e independentes, num processo que ocorre gradualmente. Além disso, segundo Gutman (2009), geralmente são crianças mais generosas, solidárias e que buscam o bem-estar de todos.

O bebê precisa aprender, fundamentado na sólida base do contato, o que significam proximidade, intimidade, distancia e abertura. Em resumo, ele tem que aprender o significado e o modo de acomodar-se a uma grande variedade e complexidade de relacionamentos espaciais, todos eles estreitamente vinculados à sua experiência de tatilidade, principalmente em relação ao corpo da mãe. (...) A partir da presença suportiva, contínua, tangível de sua mãe, o bebê irá gradualmente conquistando a distância existente até o mundo exterior. (MONTAGU, op.cit., p.281)

Por que *dançar* com o bebê?

No seu íntimo, ela aprendera: pela dança voltamos ao ventre materno. Foi lá, nesse oculto abrigo, que escutámos o primeiro tambor, executámos os primeiros movimentos de embalo. Foi lá que fomos peixes, fomos água, adormecida onda, incessante maré.

Mia Couto

Quando estamos com um bebê no colo o movimento é praticamente automático, embalamos e às vezes damos pequenos tapinhas ritmados em suas costas, outras vezes cantamos uma canção ou simplesmente emitimos algum som sem perder o compasso.

Nós ficávamos tão relaxadas durante essa delicada dança final que normalmente nossos bebês dormiam (Regiane).



A sintonia e relaxamento eram tão grandes que ele não só mamava enquanto eu estava dançando, como também acompanhava os movimentos da dança, dentro do *sling* (Fabiana).

O ritmo do embalar costuma coincidir com o ritmo respiratório e os tapinhas nas costas com o ritmo cardíaco da mãe e/ou do bebê. O movimento externo recorda o embalar natural vivenciado no útero, oferecendo a tranquilidade de um ambiente conhecido, estimulação celular e visceral, auxiliando, por exemplo, no funcionamento do trato intestinal, além da sensação de não estarem sozinhos. Com o suporte do contato seguro do colo da mãe, o movimento contínuo auxilia o bebê a interpretar as sensações produzidas em seu aparato vestibular, tendo reflexo no controle de sua postura e equilíbrio, necessários para o posterior aprendizado de ficar em pé e andar. Portanto, ser levado, em um movimento passivo, terá reflexo na consciência

que o bebê construirá de si em seus movimentos autônomos futuros. (MONTAGU, 1988).

O balançar traz benefícios também para os adultos, acelerando a produção cardíaca, estimulando a circulação, respiração, tônus muscular e ainda alimenta a “sensação de envolvimento” (Ibidem, p.158). Nos dois trechos destacados, está evidente que o relaxamento dos bebês está intrinsecamente relacionado ao relaxamento das mães. Se quem toca é sempre tocado, quem embala também está sendo embalado... Dançar é uma carícia, um cuidado que as mães oferecem a si mesmas sem precisar sair do ritmo proposto pelo bebê.

No grupo experimentei um sentimento lindo: a **aceitação**. Você é aceita em suas necessidades: bebê dormindo, bebê mamando, bebê chorando, bebê brincando, bebê bagunçando. É uma vivência de acolhimento do seu ritmo, do seu tempo, do seu momento. (Mariana)

A qualquer momento que nossos bebês precisavam de nós, tomávamos nosso tempo para amamenta-los ou trocar fraldas (Regiane)

Eu tinha um momento que eu podia me conectar com o meu corpo, mas ao mesmo tempo o meu corpo naquela época era um corpo que estava muito em relação com o meu filho, ele mamava no meu peito, o meu leite (...) era um corpo que se relacionava muito com o corpo dele (Regiane)

Nas primeiras vezes que eu ia, não conseguia estar presente, não sei se era o horário dela ou os meus medos, ela chorava, queria ficar mais no colo... eu chegava atrasada, a aula já tinha começado... os três primeiros meses de dança foi um retomar, demorou um pouquinho e aí depois que eu comecei, eu não queria parar (Luciana)

Ao engravidar, as mulheres perdem sua natureza cíclica mensal (ciclo menstrual) e gradualmente sentem as transformações corporais constituídas e constituintes do desenvolvimento e posterior nascimento do bebê. O puerpério requer uma desconstrução do ritmo próprio e uma abertura para o relógio do recém-nascido para isso “abandonamos nossa própria cadência, porque é tempo de submergir-se em outro compasso que tem suas próprias leis (e) nos localizarmos **nesse** tempo e **nesse** espaço particular” (GUTMAN, 2011, p.231).

A criança recém-nascida merece que o adulto maternante aprenda a fluir no seu idioma, que é a linguagem das emoções e das satisfações das necessidades básicas de conforto,

alimento, contato, movimento, calor, acolhimento, presença, silêncio e amor. Isto é conseguido apenas se estamos no mesmo terreno emocional. (Ibidem, p.77)²⁷

O respeito ao **ritmo** do aluno, preconizado pela TKV, tem novas nuances quando estamos diante de uma *dupla* na qual cada mulher traz suas emoções, limites e possibilidades, mas que requer sintonia com o momento do bebê. **A dança de cada um**, nesse caso, já é uma composição de dois.

Nas falas da Mariana e Regiane vemos como as necessidades se confundem, o tempo da mãe é o tempo do bebê, seus corpos estão enredados quase numa extensão da gestação. Já Luciana refere à necessidade de encontrar esse ritmo **junto** com a sua filha para conseguir estar mais presente, levando cerca de três meses para isso. Em outras passagens, relata uma necessidade de sair de casa, estar entre outras mulheres, lidar com seus medos e necessidades como mãe/mulher que às vezes pareciam **concorrer** com as necessidades de sua filha (chorava, queria colo, chegava dormindo na aula). Entretanto, ao ser acolhida, o ritmo e a conexão com sua filha também foi se estabelecendo.

Olhar para si, **cuidar** de si, permitir-se desfrutar de um momento em que o bebê não tem foco único, reconhecer seus limites e potência, e dançar.

Com a chegada do bebê e a mudança radical de rotina e comportamento, mais algumas frustrações de um parto doído (...) eu fui ficando muito "bicho do mato", presa dentro da toca, onde ficava o ninho - e eu precisava sair! Sair pra rua, ver gente, conversar, pegar chuva, trânsito... me sentir mãe - no mundo (Manoela)

Relaxar o corpo cansado ainda do parto e da nova rotina (Beatriz)

(...) Estava tão concentrada em cuidar do filhote que havia esquecido de prestar atenção ao meu próprio corpo que ainda estava se recuperando da gestação e do parto. As aulas me propiciaram este reencontro. (Fabiana)

(...) os movimentos espontâneos faziam com que eu pudesse perceber quais eram as "questões" corporais do momento e eu podia agir sobre elas. (Juliana)

²⁷ El niño recién nacido merece que el adulto maternante aprenda a fluir en su idioma, que es el lenguaje de las emociones y la satisfacción de las necesidades básicas de confort, alimento, contacto, movimiento, calor, cobijo, presencia, silencio y amor. Esto se logra sólo si estamos en el mismo terreno emocional.

Conseguia me sentir mais solta e livre durante algum tempo, conseguia me encontrar com meu corpo novamente. (Ana)

(...) outro aspecto do trabalho foi ganhando uma dimensão (...): o olhar para as transformações ocorridas em meu próprio corpo depois do período gestacional e do trabalho de parto. (...) eu compreendi, corporalmente, a intensidade das mudanças que maternidade provocou em mim. (Lidiane)



O corpo cansado, dolorido, adormecido, recebe mãos mais conscientes, orientadas, voltando pra casa renovado. (Mariana)

Se não fosse a dança eu acho que eu não ia conseguir ter esse momento meu, era um momento meu também... (Luciana)

Após o nascimento do bebê, antes de voltar em seu devido tempo ao ciclo menstrual e a seu próprio ritmo, a mulher costuma viver um momento de bastante introspecção que pode ser confundido com depressão²⁸, mas se trata de um retiro necessário para a renovação e geração de energias (GUTMAN, 2011). Conforme o bebê vai crescendo, o movimento do recolhimento do puerpério vai dando lugar ao fluxo do pulso que implica em expansão. Nas aulas, o olhar para o ritmo, nesse caso, é também estar atenta a necessidade de respeitar e encorajar o tempo da expansão da mulher.

O corpo materno que chega às aulas de dança em média 3 – 4 meses após o nascimento é, sem dúvida, um corpo **adormecido**, esquecido, dolorido. São mulheres que buscam estar conectadas com as necessidades de seus bebês não negando-lhes colo, alimento e conforto. Contudo, como na maioria das vezes não tem com quem dividir esta tarefa, estão se sentindo sobrecarregadas e sozinhas. Embora o fator da conexão com o bebê esteja presente, elas referem o **autoconhecimento** e a reconexão com elas mesmas **como resultado da atenção** despertada nas aulas.

Aqui trago novamente o tópico da **Presença** em seus três estados de atenção (1. eu, 2. espaço, 3. outro,). Embora o segundo estado (o espaço) seja o mais negligenciado pelas mães, também não é fácil que “recuperem” as atenções a si próprias e às outras mães como parte do processo de despertar o autocuidado e a rede de relações na dança da vida. No início, o foco fica definitivamente nos bebês, que não constituiria em mais um estado de atenção, mas também não está no terceiro (o outro) nem no primeiro (eu). A atenção ao bebê pode ser considerada um **entre** estado. É verdade que o *apelo* é grande: os bebês, além de *exigirem* a atenção imediata quando precisam, são extremamente graciosos a maior parte do tempo. Contudo, observo que, nos momentos iniciais das aulas, quando as mulheres estão espreguiçando/articulando e os bebês estão por perto, porém *brincando* com outras coisas, algumas delas se voltam com frequência para eles: olham, brincam, conversam... A sensação é de uma grande ambivalência: “necessito e

²⁸ A maioria das mulheres após o parto, devido às alterações hormonais e a carga emocional próprias do momento, vai passar por um período sensível denominado “baby blues”, que pode incluir tristeza e melancolia. A minoria desenvolve um quadro de depressão necessitando tratamento sistemático e medicamentoso.

desejo um tempo para mim, mas não suporto a ideia do meu bebê não requisitar minha atenção”.

Essa coisa de chegar num lugar e relaxar, os bebês ficarem no meio, eu me permitia relaxar um pouco. O grupo de pós-parto não me tirava desse lugar (*só eu com a criança*), tinha outras mães com as crianças delas, mas não me tirava desse lugar... (Luciana)

Tinha uma coisa de resistência: tem que colocar essa criança no carro, mas também tenho que deixar ela um pouquinho só, eu tenho que ficar um pouco só, nesse sentido de me reconectar (Luciana)

Luciana está se referindo a um grupo de mães com bebês que também era mediado por mim. Embora fosse um espaço para trocas, a proposta do grupo era uma conversa entre as mães, que permaneciam sentadas. Embora ela não tenha explicitado, a falta de movimento está subentendida na sua fala – “o grupo não me tirava desse lugar”. Parece-me que buscava um espaço para si, além do *mesmo lugar* que experimentava em casa, sozinha, com sua filha. Por outro lado, a dificuldade de “deixar” um pouco a filha para se “reconectar” com si própria precisou ser superada, ainda que esse deixar não significasse *ficar longe* ou com outra pessoa, mas *apenas* deixá-la no chão, ao seu lado, no início da aula.

O processo de maternidade é vivido com grande ambivalência. Se por um lado conquistamos autonomia e liberdade de estar “nas ruas”, com direito de estudar, trabalhar fora de casa e mostrar nossas qualidades ao mundo, quando nos tornamos mães essa nova realidade coletiva entra em profunda contradição. Não com ausência de culpa, sentimos que o bebê vem “roubar” a liberdade conquistada há tão pouco tempo, ao mesmo tempo supõe-se que amemos a essas crianças incondicionalmente. Um bebê recém-nascido demanda “tudo de nós” e, ainda que não expresse, possivelmente toda mãe vive, em algum momento, a maternidade como perda do “eu”, daquilo que era sua vida antes do bebê e especialmente uma enorme restrição ao mundo externo. Como seres coletivos que somos, a ausência dos intercâmbios sociais pode ser angustiante e vivenciada como perda de identidade. As mães de hoje vivem presas entre duas culturas. De um lado, aquela que dava identidade e valor à maternidade, mas implicitamente estava a submissão sexual e

econômica ao homem e ainda a relação direta entre a criação das crianças e a responsabilidade doméstica, com pouco ou nenhum acesso ao circuito social. De outro, a liberdade e autonomia e como consequência muitas mulheres optam por não ter filhos ou protelar a maternidade. Segundo a autora: “se ousamos a ser livres, estamos experimentando - ao desejar e assumir **também** a maternidade - o castigo por tamanho atrevimento, que se chama solidão”. (GUTMAN, 2009, p.59)²⁹.

No papel de professora procuro manter a presença para tomar decisões buscando respeitá-las e ao mesmo tempo propondo a abertura gradual do foco e do olhar, para que se volte para elas mesmas e também para o ambiente e as outras pessoas.

(...) me recordo que sentia muita necessidade de mexer o corpo, tinha dores nas costas e precisava me alongar... Carregamento de bebê e amamentação sobrecarregam as costas. (Juliana)

Tive a possibilidade de entender os equilíbrios do corpo, a força dos ossos, as dinâmicas dos músculos - sua rigidez (ou flacidez desesperadora) - e direcionar toda uma curiosidade que nasceu acerca do corpo e sua fisiologia durante a gestação, para as ações tão banalizadas no cotidiano como caminhar, abaixar, se mexer, e que me deram equilíbrio para uma nova fase da vida. (Manoela)

Entender como pequenos mecanismos mudavam a minha forma de andar, de segurar a minha bebê, de levantar, sentar, apoiar (...) fez e faz uma enorme diferença no meu dia-a-dia. (Ana)

Para mim foi especialmente importante poder sentir e entender meu corpo. Sensibilizando partes isoladas (membros, articulações) pude notar as conexões e explorar melhor os movimentos possíveis de cada conjunto. (Camila)

Os trechos acima permitem discutir outros tópicos da TKV da maneira como são trabalhados nas aulas de mães com bebês. A observação e experimentação dos **movimentos articulares** frequentemente revela uma tensão generalizada.

²⁹ Tradução livre de “si hemos osado a ser libres, estamos experimentando – al desear y asumir **también** la maternidad -, el castigo por tamaño atrevimiento, que se llama **soledad**”

Foi muito intenso perceber como o meu osso da região lombar não conseguia encostar no chão para um "simples" relaxar o corpo e sentir sua forma e peso no espaço. (Lidiane)

Alguns exercícios no chão me fizeram trabalhar a "entrega" tão necessária no momento que eu estava vivendo! (Juliana)

Nas aulas descobri muito sobre mim e sobre como estava estranhando o corpo depois do parto; desequilíbrios, tonturas, o peso do mundo sobre as costas. (Manoela)



O primeiro apoio, o apoio básico que todos temos, é o solo. Às vezes as pessoas estão deitadas no chão e parecem levitar: é muito difícil o contato, a entrega, a confiança. Algumas partes do corpo entregam-se às pessoas e aos objetos, mas outras não. (VIANNA, 2008, p.72).

Poder trabalhar a soltura das articulações e a consequente entrega do **peso** do corpo no chão, como vemos na fala da Juliana, tem relação direta com a entrega no sentido da disponibilização e confiança em si mesmas para o cuidado dedicado aos bebês. A sensação do “peso do mundo sobre as costas” como aparece no relato da Manoela, pode ir se dissolvendo com esse trabalho e a conquista do movimento que, a partir do uso adequado do peso do corpo, dissolve as tensões, gerando economia de esforço e leveza de movimento.



Lidar com o crescimento e peso dos bebês (no colo ou nos carregadores) é mais uma informação na busca do mínimo esforço necessário para sustentar o próprio peso e o peso do outro (bebê), com crescente necessidade de revisitação.

Às dores ou incômodos lombares, que surgem na gestação, são acrescidas queixas na região torácica, especialmente na musculatura localizada entre as escápulas e as vértebras, devido às situações cotidianas de amamentar, carregar os bebês nos braços, trocar, dar banho, empurrar o carrinho, etc.. O uso das **oposições** e o trabalho com determinados vetores proporciona novamente o alongamento das musculaturas envolvidas e o respeito aos espaços articulares.



Assim como na gestação, o acionamento do **3º e 4º vetores** (púbis para cima e sacro para baixo), e “a importância da posição da bacia como centro de sustentação, para a harmonia do tronco” são destacados. É essencial o “trabalho de ‘montaria’ da caixa torácica em alinhamento com o quadril” e a

“conexão da cintura pélvica com a cintura escapular” resultando em um necessário acionamento da musculatura abdominal (MILLER, 2007, p.81) que fica menos tonificada após a gestação. Nesta fase, a curvatura da lombar ainda permanece acentuada. O peso do bebê, embora transferido para os braços (ou para as costas, quando nos carregadores) continua sendo um fator a ser considerado na organização do corpo da mãe.

Logo após o nascimento do bebê observa-se uma postura de maior recolhimento para acolhê-lo (com a escápula tendendo a subir e fechar o peitoral) como na imagem de um pássaro que envolve os filhotes com suas asas. Com o passar do tempo, esta postura pode levar a tensões e às queixas supracitadas. Quando os bebês estão nos carregadores, o peso fica distribuído nas costas e ombros da mãe, sendo comum a aproximação entre as escápulas e projeção do tronco para trás na tentativa de compensar o peso.



O **5º vetor** (direcionamento das escápulas para baixo e para os lados) tendo o **6º vetor** (direção lateral dos cotovelos) como complemento, terá ação sobre o músculo trapézio, alongando-o, desfazendo essas tensões e ampliando a cintura escapular - costas, clavículas e peitorais (MILLER, 2007). Esses vetores são trabalhados enquanto carregam os bebês nos braços ou, por exemplo, segurando-os com as duas mãos pelo tórax e fazendo movimentos de estender e flexionar os braços, direcionado as escápulas e mantendo as oposições escápula-crânio e entre os cotovelos.

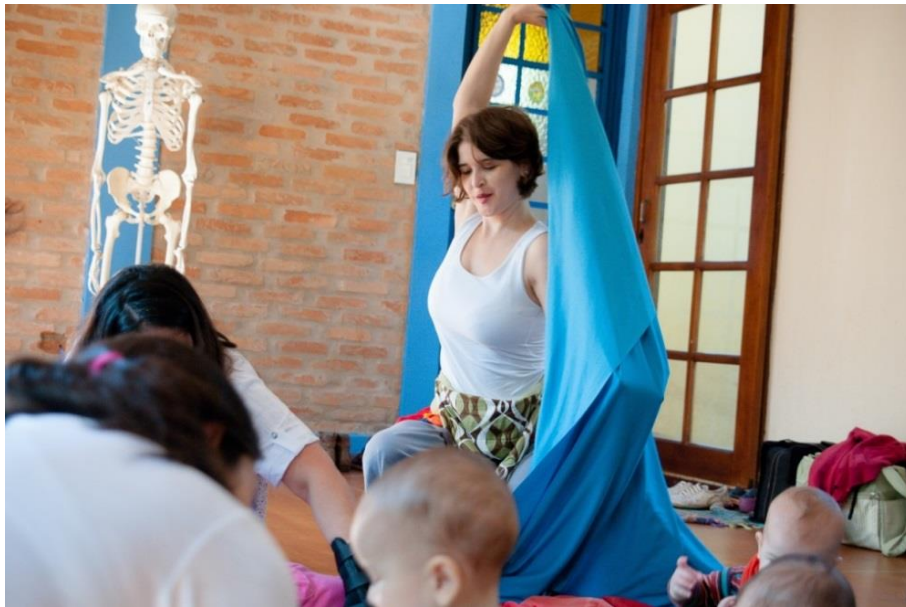


Nas situações em que os bebês estão nos carregadores, experimentam a estabilização das escápulas e as possibilidades de movimentação independente dos braços e/ou da região torácica.



No trabalho com os **apoios**, o desenvolvimento sensório motor dos bebês é foco de observação detalhada: rolar, “empurrar” as mãos no chão para levantar a cabeça e tronco, arrastar, usar os apoios das mãos e joelhos quando

começam a engatinhar, sentar, ficar em pé, etc. são exemplos do uso dos apoios ativos e oposição, respeitando os espaços articulares, sem criar tensões. Em alguns momentos proponho experimentações em que as mães devem observar e reproduzir os movimentos dos bebês, pesquisando os apoios usados por eles e as relações com seus próprios caminhos de apoios.



Hoje tenho menos dores musculares, mais consciência corporal, mais autoconhecimento. Acho que até minha postura mudou, evoluiu. (Ana)

Percebi desde um certo ganho de tônus muscular, até o alcance da melhor postura para se estar com o bebê no colo ou no carregador (sling). (Camila)

A referência à mudança de postura nos remete ao **Eixo Global**. Se, durante a gestação, as transformações corporais exigem um constante reconhecimento desse eixo, após o parto a mudança é ainda mais súbita.

A conexão entre bacia e caixa torácica para a percepção do “centro de forças” (MILLER, 2007, p.58) que sustenta o eixo global é novamente trabalhada, assim como a sustentação e flexibilização da coluna. As mulheres são convidadas a experimentar movimentos em espiral, recolhimento e expansão, simétricos e assimétricos, tanto sozinhas, quanto carregando os bebês. Nestas situações, a relação estabilidade-instabilidade, equilíbrio-desequilíbrio, flexibilidade-sustentação presentes na organização do eixo global são revisitadas constantemente.

A essência do trabalho corporal que proponho é a busca da sintonia e da harmonia com nosso próprio corpo, o que possibilita chegar à elaboração de uma dança singular, original, diferenciada, e, por isso mesmo, rica em movimento e expressão. (VIANNA, 2008, p.125)

A sintonia nessas aulas depende da composição de muitos ritmos, entrelaçados na complexa dinâmica de necessidades e possibilidades, de modo que preciso estar muito atenta para não impor o meu ritmo. Embora eu tenha a minha dança, meu desafio é permitir que cada mãe respeite seus limites enquanto encontra e desenvolve suas potencialidades, sua **própria dança, nas aulas e na vida.**

Cresci muito em poucos encontros, aprendi a me respeitar mais como mulher e mãe, a dar mais significado ao que sinto. (Mariana)

A partir do movimento, da possibilidade de se soltar, de soltar a tensão do corpo, de soltar o corpo no embalo de um ritmo, abandonar pensamentos eu pude deixar o corpo, a dança, os sentimentos, e até a vida fluírem. (As aulas) foram essenciais pro meu processo de nascer como mãe. (Manoela)

Tive momentos de contato e interação tão descontraídos com meu pequeno Raul, que todo dia me fazia redescobrir o prazer de ser mãe. Cada risadinha me injetava ânimo e sentido para a experiência da maternidade. (Manoela)

Como se o trabalho com a dança me desse a oportunidade de acolher e entender a profundidade das mudanças corpóreas pelas quais passei com a maternidade. Não apenas vivenciá-las, mas integrá-las a este novo ser que nasceu em mim junto com o meu bebê. Um novo corpo para essa nova pessoa. (Lidiane)

Além do autoconhecimento como resultado das aulas, nas falas acima identifico a perspectiva somática presente na TKV: a dança define e é definida pelas escolhas de maternagem.

À medida que tecnicamente vou mudando meus espaços, meu eixo, minha flexibilidade e equilíbrio, trabalho também minha visão de mundo, minha ótica das coisas e das pessoas. (VIANNA, 2008, p.98)

Assim, esse trabalho corporal, ao abrir espaços nas articulações, expande, dilata, para o nascimento de uma mãe; ao aliviar tensões, soltar o corpo, embalar-se, recupera o prazer e encontra o **fluxo da vida**; ao encontrar seu ritmo de movimento, respeita o seu momento; ao movimentar-se sai de um lugar solitário desconfortável e reescreve o caminho a cada passo, em companhia de outras mulheres que vivem momentos análogos.

Pude trocar muito com outras mães também, de acompanhar o desenvolvimento de seus bebês e de suas histórias de vida, enquanto mulheres. Por sorte, encontrei pessoas maravilhosas no caminho que me auxiliaram, talvez sem saber, a transformar minha idéia de maternidade e maternagem. (Manoela)

Com meus pais longe, meu marido trabalhando em outra cidade e voltando pra casa somente nos finais de semana, mãe de primeira viagem, sozinha e sem ajuda, encontrei no curso a oportunidade de evacuar o estresse do dia-a-dia. (Beatriz)

O coração palpitante em dúvidas, desejos, medos e ansiedades, encontra espaço de troca, de compartilhamento com outras mães, nos tornando naturalmente mais fortalecidas. (Mariana)

Não queria ficar sozinha em casa, queria ficar no meio das pessoas. (Luciana)



O sentido do encontro - com outras mulheres que tinham dançado comigo na gestação - foi mais forte. (Luciana)

As aulas também funcionavam como um espaço para trocas e um lugar de acolhimento, o que sem dúvida me fortaleceu muito e contribuiu para um desenrolar da maternidade de forma mais natural e segura. (Ana)

Como já foi dito, o sentimento de solidão e sobrecarga é recorrente entre as mulheres que acabaram de tornarem-se mães e estão dentro de um modelo de família nuclear no qual a responsabilidade de cuidado do bebê passa a ser somente dos pais, especialmente da mãe, nos primeiros meses. As falas das mulheres a respeito do espaço das aulas como espaço do coletivo, da troca, reflete a necessidade de uma cadeia de sustentação para a mãe. Tal sustentação gera maior disponibilidade de cuidar das necessidades urgentes do próprio filho. O encontro e o intercâmbio entre as mulheres tanto nos momentos de conversa quanto nos momentos de dança e movimento vão ganhando harmonia, conexão, fluxo. Harmonia que não exclui, mas compõe com uma cena que pode parecer *caótica*, e às vezes é: bebês chorando, engatinhando pela sala, mamando, alguns querendo colo e outros brincando no chão. Uma pequena trama é tecida a cada aula: olhares, toques, palavras, cuidados, fios únicos que se entrelaçam e geram o tecido coletivo.

Cena final: Dança de mulheres, dança do mundo.

Tudo que acontece no universo acontece comigo e com cada célula do meu corpo.

Klauss Vianna

Se você está afastado do seu corpo, você está afastado também do corpo do mundo, que, então, parece ser diferente de você ou separado de você, ao invés de viver o continuum ao qual você pertence.

Philippe Shepherd

Cada cultura e sociedade cria suas crianças de acordo com suas prioridades. Na sociedade patriarcal, o feminino é depreciado, humilhado, isolado (GUTMAN, 2009). A qualidade de maternagem nesta sociedade tem esses valores implícitos. A individualidade, competitividade, agressividade são características mais valoráveis que a coletividade, cooperação, sensibilidade.

Que no mundo ocidental se tenha dado prioridade à exploração de uns sobre outros, ao consumo desenfreado e às guerras econômicas com um desprezo profundo pelo feminino, deixa claro porque parimos como parimos, nascemos como nascemos e somos criados como somos criados. Basicamente sem respeito pelos ritmos naturais. (...) O corpo feminino tem sido possivelmente o principal objetivo a destruir em todas as batalhas intrinsecamente masculinas. (Ibidem, p.61-62)³⁰

A forma como cuidamos, nutrimos, amamos e nos vinculamos com nossos filhos está estreitamente relacionada com a forma como fomos nutridos, criados, amados. Entretanto este processo apenas começou com nossas mães, pais e as pessoas que nos cuidaram na infância. Seguimos buscando maneiras de nos cuidar, nutrir e reproduzindo-as nos vínculos com nossos filhos e em outras relações. O poder feminino que está no ato de gestar, parir e nutrir um bebê ganha força quando as mulheres estão entre outras mulheres, reconhecendo, valorizando, recodificando essas crenças e valores. O *castigo divino* implícito no *ser mulher* tem potencial para transformar-se em dádiva.

³⁰ Tradução livre de "Que en el mundo occidental se haya otorgado prioridad a la explotación de unos sobre otros, al consumo desenfrenado y a las guerras económicas con un desprecio profundo por lo femenino, deja en claro por qué parimos como parimos, nacemos como nacemos y somos criados como somos criados. Basicamente sin respeto por los ritmos naturales. (...) El cuerpo femenino ha sido posiblemente el principal objetivo a destruir en todas las batallas intrínsecamente masculinas."

Conforme foi se intensificando foi ficando cada vez mais forte essa questão do sagrado que acho que é isso que a dança sempre me remeteu... mas (era) uma questão mais distante de mim (...) quando eu fiquei grávida eu acho que o sagrado e o feminino, essa questão do coletivo feminino veio muito forte com a dança... (Luciana)



É uma generosidade, uma solidariedade que faz parte desse sagrado e faz parte desse feminino... Compartilhar isso com a Sofia, que era uma menina olhando pra esse lugar de mulher... poder dividir isso com a filha é muito bom... (Luciana)

O coletivo de estar entre outras mulheres, parece que nossos anseios femininos são muito iguais (...) foi muito importante pra me ver como uma mulher no mundo, como é bom ser uma mulher no mundo. Até hoje fica esse poder e esse amor que existe dentro desse “ser mulher”. Depois de duas gestações... tô parando de amamentar, mas essa questão do coletivo feminino é pra vida. (Luciana)

Os movimentos em dupla ou em roda me traziam uma conexão legal com aquele coletivo feminino de cumplicidade (Juliana)

É possível identificar em algumas passagens do livro “A Dança” de Klauss Vianna confluências com a perspectiva holística apresentada pela antropóloga Davis-Floyd neste trabalho. O autor reflete sobre a relação entre microcosmo e macrocosmo, considerando a energia do cosmo como uma espiral que se repete no corpo humano. O pulsar da expansão e recolhimento está presente no movimento do homem da mesma maneira como traduz o que

acontece em seu exterior. Entretanto, os homens estão cada vez mais afastados das leis da natureza, inerentes a eles, e a reaproximação pode ser conseguida por meio de um mergulho corajoso em seu universo interior, um trabalho técnico e consciente.

Falando mais especificamente das mulheres, Gutman (2009) salienta que estamos longe dos ciclos vitais naturais e de nossos ciclos femininos que seriam a expressão de nosso contato com o universo.

A sincronia entre o ciclo feminino e a órbita da Lua ao redor da Terra, revelava também a conexão entre a **mulher** e o **divino** (grifo na fonte). Durante seu ciclo, a mulher acolhia o mistério da vida dentro do seu corpo, podia gerar vida e assegurar o futuro. Isso significa que cada mulher possuía os poderes próprios do universo: dar a vida, sustentar e criar. (...) o ciclo menstrual contém um período de vida e fertilidade durante a ovulação e um período de morte e infertilidade durante a menstruação, analogamente às fases da Lua e às estações do ano (Idem, 2011, p.219).³¹

Para a autora, ainda que muitas mulheres urbanas estejam mais distantes da conexão com os ciclos da natureza o processo da maternidade e a vida dos nossos filhos nos faz recordar que “SOMOS a terra, SOMOS o alimento e SOMOS os ciclos vitais”. (GUTMAN, 2009, p.14, ênfase na fonte). Assim, a experiência do nascimento e do contato intenso da mãe com o seu bebê e a necessidade de sintonizar-se com ele para encontrar seu ritmo e compreender suas necessidades leva ao desenvolvimento da capacidade de sintonia com outras pessoas e outros seres vivos.

“Nos convertemos em um manancial de água cristalina que reflete as sutilezas de nossa vida interior e, estranhamente, também da vida interior dos outros (...) a **fusão**, que é real e palpável em relação ao bebê, **opera também com tudo o que existe**. A fusão emocional nos abre as portas para fundir-nos em toda coisa viva e sentir que somos a outra pessoa ou a outra coisa, sem fronteiras que nos delimitem. A sensação de infinito e as percepções cósmicas são tangíveis (GUTMAN, 2011p.35, 37 grifos na fonte)”³²

³¹ Tradução livre de “La sincronidad entre el ciclo femenino y la órbita de la Luna alrededor de la Tierra, revelaba también la conexión entre la “mujer” y lo “divino”. Durante su ciclo, la mujer albergaba el misterio de la vida dentro de su cuerpo, podía generar vida y asegurar el futuro. Esto significa que cada mujer poseía los poderes propios del universo: dar la vida, sustentar y crear. (...) el ciclo menstrual contiene un período de vida y fertilidad durante la ovulación, y un período de muerte e infertilidad durante la menstruación, análogamente a las fases de la Luna y a las estaciones del año”.

³² Tradução livre de “Nos convertimos en un manancial de agua cristalina que refleja las sutilezas de nuestra vida interior y, extrañamente, también de la vida interior de los demás. (...) la **fusión**, que es real y

Se a reconexão do homem com o universo pode fluir pela dança para Klauss Vianna, e pela maternidade, para Laura Gutman, as reflexões de minha interlocutora, mãe-dançante, sobre o “sagrado” ou “coletivo” feminino, nos envolvem no **confluir** dessas duas experiências (dançar e maternar) como potências de integração, conexão, compondo a coreografia da vida dessas mulheres e seus filhos.

Há cerca de 15 anos atrás, quando eu ainda estava na faculdade de psicologia, ouvi uma palestra da psicóloga Ana Mercês Bahia Bock em que ela discorria sobre o caráter histórico dos conceitos psicológicos e do conhecimento. Propondo uma reflexão e fazendo alusão à teoria do “complexo de castração”, imaginava uma sociedade de “feministas radicais” e supunha um contexto de valorização e enaltecimento da mulher e do feminino, em detrimento do masculino. Neste contexto, seria descrito o “complexo do vazio abdominal”. Este complexo se estabeleceria nos meninos quando percebessem que, ao contrário das meninas, eles não têm útero. Assim, se instalaria uma série de crises de inferioridade e ausência de poder.



palpable en relación con el bebé, **opera también con todo lo que existe**. La fusión emocional nos abre las puertas para fundirnos en toda cosa viva y sentir que somos el otro o que somos lo otro, sin confines que delimiten el “yo” de los demás “ellos”. La sensación de infinito y las percepciones cósmicas son tangibles”.

Como já foi dito, a supremacia masculina vivida por séculos pressupõe a maternidade como sinônimo de submissão, ignorância e repressão. A maneira como nós mulheres cuidamos dos nossos filhos e nos relacionamos com o mundo têm seguido os parâmetros masculinos. A busca deve ser de valorizarmos o “poder uterino” com o desafio de encontrar uma forma feminina de vínculo e de maternagem. Para a autora, a submissão das mulheres passa a perder força após a revolução industrial, provocando uma reação da denominada “sociedade masculina” que é o controle do parto e dos processos de parturição. O ato de parir representa a manifestação de um poder inerentemente feminino que deveria ser comparado a qualquer outra façanha humana. “Os heróis históricos são homens que ganham alguma batalha. As mulheres não apareceram como heroínas históricas já que nossas façanhas são cotidianas”. (GUTMAN, 2011, p.293).

Para os índios guaranis, gerar uma criança é dispor de um espaço. Para diversas religiões orientais, o espaço é um dos elementos constituintes do corpo humano, juntamente com a água, o ar, o fogo e a terra. (o espaço é) um elemento concentrador e dissipador de forças. (SANT’ANNA, 2001, p.109)

Angel Vianna nos lembra em suas aulas dos “buracos” de nossos corpos, e nos convida sempre a observá-los, movimentá-los, senti-los. No meu trabalho com as mulheres, são também esses espaços que buscamos, pois são os mesmos espaços que precisam ser disponibilizados para gerar e criar uma criança. Espaços para emergir e positivar a potência feminina nas ações mais corriqueiras e aparentemente simples. Desta forma estariam travando uma “pequena grande revolução dentro de casa (...) silenciosa, sussurrante, amorosa, suave e belamente poderosa”. (GUTMAN, 2011, p.22).

Se a ética e a revolução acontecem no cotidiano como nos propõe Laura Gutman e Denise de Sant’Anna, sem dúvida gerar, parir e criar uma criança são batalhas silenciosas que nos desafiam a cada dia, a cada instante e espelham o que queremos e o que não queremos ver de nós mesmos, como o espelho mágico dos contos de fada, e nos obrigam a fazer as escolhas.

As escolhas, assim como a abertura dos espaços no corpo e na vida não acontece sem dor, sem conflitos e crises. Todo trabalho corporal, assim como a maternidade, exige um constante processo de vida e morte, de negação e afirmação. Para Vianna (2008) não é possível controlar as informações que nossos corpos transmitem a todo o momento. Mas é possível abrir espaços para que o corpo se manifeste e, conhecendo nossos processos internos, podemos manifestá-los em nossa própria dança.

Assim como para qualquer público, o trabalho da TKV com as gestantes e mães com bebês “propõe a disponibilidade corporal para o corpo que dança; o corpo que atua; o corpo que canta; o corpo que educa; o corpo que vive (MILLER, 2007, p.52)”, o corpo que gera; o corpo que gesta; o corpo que dá à luz; o corpo que amamenta; o corpo que cuida; o corpo que materna...

A viagem não começa quando se percorrem distâncias, mas quando se atravessam as nossas fronteiras interiores (...) A viagem termina quando encerramos as nossas fronteiras interiores. Regressamos a nós, não a um lugar. (COUTO, 2006, p. 65, 329)

A cada encontro que tenho com essas mulheres desejo que seja um encontro que “potencialize, num mesmo gesto, a composição individual e a composição coletiva” considerando que, quanto maior a proximidade das singularidades, mais somos reenviados para os “outros seres do mundo” (SANT’ANNA p.97, 127). É pelo encontro comigo mesma e com minha própria feminilidade, é pela constante e cotidiana reflexão que faço enquanto danço que chego ao corpo dessas outras mulheres e me conecto com elas, para juntas navegarmos nas águas da maternidade e da dança.

Nesse trabalho, a dança é a expressão da mulher, da mãe que ela é e será. A dança é o cuidado para si que reverbera no outro, é flexibilidade e força, expansão e recolhimento no pulsar da vida. A vida que começa sendo pulsada para ganhar seu próprio pulso no instante seguinte, ainda que vitalmente conectada. A dança é o *cordão umbilical* simbólico que une mãe e filho mesmo após o nascimento, e vai se estendendo lentamente, desfazendo os nós, mas mantendo os laços. No ritmo de cada um, ou na composição desses ritmos, o *dançar junto* vai deixando de ser *dançar dentro* ou *carregado*, para permanecer unido pela conexão e pelo pulsar do universo.



*Cada pé sustenta mais que uma perna, meio corpo, meia vida.
Um pé suporta o passado, outro dá apoio ao futuro.*

Mia Couto

Referências

AGAMBEN, Giorgio. **O que é contemporâneo? E outros ensaios**, Ed. Argos. Chapecó, 2009.

CARNEIRO, Rosamaria Giatti. Cenas de Parto e Políticas do Corpo: uma etnografia de práticas femininas de parto humanizado. **Tese de Doutorado**. Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Unicamp, 2011.

COUTO, Mia. **O último voo do flamingo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

_____. **O outro pé da sereia**. São Paulo: Companhia das Letras, 2006.

CUNNINGHAM, Hilary. "Prodigal bodies: pop culture and post-pregnancy", in

Michigan Quarterly Review 41, no. 3 (Summer): 428-54, 2002.

DAVIS-FLOYD, Robbie. The technocratic body: american childbirth as cultural expression. In: **Social Science and Medicine** 38(8):1125-1140, 1994.

DAVIS-FLOYD, Robbie. The technocratic, humanistic, and holistic paradigms of childbirth. In: **International Journal of Gynecology & Obstetrics**. 75, 2001, S5-S23.

ELVEY, Anee. The Material Given: Bodies, Pregnant Bodies and Earth, in **Australian Feminist Studies** 18, no. 41 (July): 199-209, 2003.

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

GUTMAN, Laura. **La revolución de las madres**: el desafío de nutrir a nuestros hijos. Buenos Aires: Del Nuevo Extremo, 2009.

_____. **Crianza: violencias invisibles y adicciones**. Buenos Aires: Del Nuevo Extremo, 2011.

KATZ, Helena Tania. **Um, Dois, Três. A dança é o pensamento do corpo**. Belo Horizonte: Helena Katz. FID editorial, 2005.

LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. Tradução: Sonia M. S. Fuhrmann. Petrópolis: Editora Vozes, 2011.

MILLER, Jussara. **A escuta do corpo: sistematização da Técnica Klauss Vianna**. São Paulo: Summus Editorial, 2007.

_____. **Qual é o Corpo que Dança? Dança e educação somática para adultos e crianças**. São Paulo: Summus Editorial, 2012.

_____. O Corpo Presente: uma experiência sobre dança-educação. In **Educação Temática Digital**, v.16, n.1, p.100-114, jan./abril. 2014. Disponível em www.fae.unicamp.br/etd

MILLER, Jussara e NEVES, Neide. Técnica Klauss Vianna – Consciência em Movimento. In **Revista do Lume** – Núcleo Interdisciplinar de Pesquisas Teatrais. n.3, set.

MONTAGU, Ashley. **Tocar: o significado humano da pele**. Tradução de Maria Silvia Mourão Netto. São Paulo: Summus, 1988.

NEVES, Neide. **Klauss Vianna: estudos para uma dramaturgia corporal**. São Paulo: Cortez, 2008.

_____. A técnica como dispositivo de controle do corpomídia. **Tese de doutorado**. São Paulo, PUC/SP, 2010.

REA, Marina Ferreira. Reflexões sobre a amamentação no Brasil: de como passamos a 10 meses de duração. In **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 19(Sup. 1):S37-S45, 2003

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de. **Corpos de passagem: ensaios sobre a subjetividade contemporânea**. São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SENNET, Richard. A Mão. In: **O Artífice**. Tradução: Clóvis Marques. Rio de Janeiro – São Paulo: Record, 2012.

SCHAUMANN, Marney Debenham (2010). Ripe With Meaning: the pregnant body in contemporary dance. **M.F.A., The University Of Utah**, 2010, 116 p.

VENÂNCIO, Sonia I.; ESCUDER, Maria M. L.; SALDIVA, Sílvia R. D. M.; GIUGLIANI, Elsa R. J. A prática do aleitamento materno nas capitais brasileiras e Distrito Federal: situação atual e avanços. In **Jornal de Pediatria** - Vol. 86, Nº 4, 2010.

VIANNA, Klauss (2008). **A Dança**. 5 ed. São Paulo: Summus.

UNO, Kunnichi (2012). **A gênese de um corpo desconhecido**. Tradução de Christine Greiner com a colaboração de Ernesto Filho e Fernanda Raquel. 1 ed. São Paulo: n-1 Edições.

Créditos das imagens

Página 9

Espetáculo “Dentro de Mim”, 2012 – Auditório do Instituto de Artes da Unicamp, Campinas, SP.

Fotos: Elaine Santana

Página 10

Aula de Angel Vianna, 2012 – Instituto de Artes do Corpo, PUC-SP, São Paulo, SP. Foto: Larissa Carpintéro

Página 16

1ª Foto: Leila Diniz

Imagem acessada em <http://www.roney.com.br/2012/12/07/os-herois-e-os-fracos-na-balanca-do-preconceito/>

Foto: Joel Maia

2ª Foto: Demi Moore na capa da revista Vanity Fair – Agosto de 1991

Foto: Annie Leibovitz

Imagem acessada em <http://www.vanityfair.com/news/2011/08/demi-moore-201108>

Página 17

Demi Moore na Capa da revista Vanity Fair – Agosto de 1992

Foto: Annie Leibovitz

Imagem acessada em http://upload.wikimedia.org/wikipedia/en/d/da/Coversvanity_demi.0.jpg

Página 21

1ª Aula de Larissa Carpintéro, 2010, dança para gestantes, Campinas, SP

Fotos: Vivian Scaggiante

Páginas 25, 28 e 30

Aula de Larissa Carpintéro, 2011, dança para gestantes, Campinas, SP

Foto: Elaine Santana

Páginas 27 e 31

Aula de Larissa Carpintéro, 2015, dança para gestantes, Campinas, SP

Foto: Camila Romaguera

Página 37

Parto de Fabiana Ribeiro, nascimento do Theo, 2011, Campinas, SP

Foto: Vivian Scaggiante

Página 43

Parto de Kelly Rodrigues, nascimento do Theo, 2011, Campinas, SP

Foto: Fernando Rodrigues

Página 44

Parto de Sabrina Ferigato, nascimento do Lucas, 2011, Campinas, SP

Foto: Vivian Scaggiante

Página 49

Parto de Luciane Fernandes, nascimento do João, 2011, Campinas, SP

Foto: Vivian Scaggiante

Página 53

1ª foto: aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2013, Campinas, SP. Foto: Natália Schimdt

2ª foto: aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2011, Campinas, SP. Foto: Vivian Scaggiante

Página 55

Imagem acessada em

<https://amaequequeroser.files.wordpress.com/2012/02/nestlc3a9-for-happy-babies.jpg> (acesso em 04 de fevereiro de 2015).

Página 56

Imagem acessada em <http://www.propagandashistoricas.com.br/2013/09/leite-moca-leite-materno-1949.html> (acesso em 4 de fevereiro de 2015).

Página 57

Imagem acessada em <http://college.usatoday.com/2014/06/23/breast-feeding-in-public-portrayed-by-students-in-ad-campaign/> (acesso em 4 de fevereiro de 2015).

Páginas 59 e 62

Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2013, Campinas, SP.

Foto: Natália Schimdt

Página 67

Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2014, Campinas, SP

Fotos: Denise Maher

Página 68

Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2014, Indaiatuba, SP

Foto: Kelly Stein

Página 69

Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2013, Campinas, SP

Foto: Natália Schimdt

Página 70

1ª foto: Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2013, Campinas, SP. Foto: Larissa Carpintéro

2ª foto: Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2014, Campinas, SP. Foto: Denise Maher

Página 71

1ª foto: Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2014, Campinas, SP. Foto: Denise Maher

2ª foto: Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2014, Indaiatuba, SP. Foto: Kelly Stein

Página 74

Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2013, Campinas, SP
Foto: Natália Schimdt

Página 76

Aula de Larissa Carpintéro, dança para gestantes, 2010, Campinas, SP
Foto: Vivian Scaggiante

Página 78

Ensaio Fotográfico “Barrigudas”, 2008, Campinas, SP
Foto: Cristina Alvares Beskow

Página 81

Aula de Larissa Carpintéro, dança para mães e bebês, 2014, Campinas, SP
Foto: Denise Maher