

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA de SÃO PAULO

**COORDENADORIA GERAL de ESPECIALIZAÇÃO,
APERFEIÇOAMENTO e EXTENSÃO – COGEAE**

CURSO de ESPECIALIZAÇÃO em TÉCNICA KLAUSS VIANNA

Danielle Rocha de Oliveira

**O PROCEDIMENTO LÚDICO DA TÉCNICA KLAUSS VIANNA PARA MULHERES QUE
DESEJAM EXISTIR E RESISTIR ATRAVÉS DA DANÇA.**

**São Paulo
2018**

DANIELLE ROCHA DE OLIVEIRA

**O PROCEDIMENTO LÚDICO DA TÉCNICA KLAUSS VIANNA PARA MULHERES QUE
DESEJAM EXISTIR E RESISTIR ATRAVÉS DA DANÇA.**

Monografia apresentada à banca examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – SP, como exigência parcial para a obtenção do título de Especialista em Técnica Klaus Vianna, sob orientação da Profa. Mestra Rosana Nogueira.

São Paulo

2018

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Ms^a. Rosana Nogueira (orientadora)

Prof^a.

Prof^a.

AGRADECIMENTOS

Em tempos de fúria e polarizações, iniciou-se a turma de especialização em Técnica Klauss Vianna, 2016. Atravessamos o golpe e um grande declínio de conquistas na cultura e na educação. É por fatos como este, se faz necessário agradecer aos que nos fizeram respirar e mover com tanta generosidade, escuta, presença e amor pela educação e pela cultura.

Assim, agradeço imensamente a todas às minhas professoras e professor que contribuíram com o meu conhecimento artístico e pedagógico;

À professora e orientadora Pin Nogueira, que me ensinou, a partir dos pressupostos Freirianos e da Técnica Klauss Vianna, a ter um estudo ético, humano e sensível.

Não posso deixar de agradecer às potentes mulheres do grupo Movimento Livre, que me impulsionaram a pensar a Técnica Klauss Vianna, em outras fronteiras além da zona oeste ou centro de São Paulo;

Também devo agradecer às amigas e amigo do curso de especialização Técnica Klauss Vianna 2016;

Aos meus pais, que com sua simplicidade lutaram para ver as filhas na escola. E a grande matriarca da minha família, que sempre me apoiou nesta linda brincadeira do teatro e da dança;

E ao meu companheiro, por toda a sua escuta, ao longo da escrita deste trabalho.

Obrigada!

RESUMO

Esta dissertação é sobre o estudo desenvolvido a partir das contribuições do Processo Lúdico da Técnica Klauss Vianna (TKV), junto às mulheres que criaram o grupo *Movimento Livre*, que se encontra duas vezes por semana para criarem e mover o corpo. Elas lutam cotidianamente contra o pensamento machista, de uma sociedade que tenta padronizar seus corpos para atender as tarefas predeterminadas ao corpo feminino. Buscam na dança, estratégias para existirem e assim resistirem na luta cotidiana, pelo direito de viverem suas vidas de maneira livre e pelo direito de serem respeitadas por essa decisão. Elas são mães, avós, nordestinas, paulistanas e periféricas, que se encontram em programas sociais e culturais, e que desde então iniciaram uma relação de cumplicidade, amizade e sonhos. O presente estudo, apresenta alguns resultados práticos sobre a importância do autoconhecimento corporal, que envolve estudos sobre o corpo junto ao contexto social.

PALAVRAS CHAVE: Técnica Klauss Vianna; Mulheres; Machismo; Opressão; Dança

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	7
CAPÍTULO 1 - Mulheres que dançam para existir e resistir às vidas que lhes foram impostas.	9
CAPÍTULO 2 - Existir é diferente de resistir.	22
Encontros	26
CONSIDERAÇÕES FINAIS.	52
ANEXOS.	54
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	60

INTRODUÇÃO

[...] se a dança é um modo de existir, cada um de nós possui a sua dança e o seu movimento, original, singular e diferenciado, e é a partir daí que essa dança e esse movimento evoluem para uma forma de expressão em que a busca da individualidade possa ser entendida pela coletividade humana.

(KLAUSS VIANNA, 2005, p. 105)

Este trabalho é um estudo sobre as contribuições do Processo Lúdico da Técnica Klauss Vianna (TKV), para um grupo composto por mulheres que lutam cotidianamente contra uma sociedade machista, que padroniza seus corpos às tarefas socialmente estabelecidas ao corpo feminino e que usam como ferramenta de resistência, a esperança de um dia poderem atuar em suas vidas de maneira livre e que serão respeitadas por essa decisão. Elas são mães e avós; nordestinas e paulistanas; e periféricas, que se encontram em programas sociais e culturais. Desde então, iniciaram uma relação de cumplicidade, amizade e sonhos. Dessas relações de afeto, criaram o grupo *Movimento Livre*, onde se encontram, duas vezes por semana, para criarem e moverem o corpo.

Ao conhecer o grupo e presenciar suas lutas cotidianas, na busca de relações externas às suas famílias, emergiu a hipótese que o procedimento lúdico da TKV contribuiria com o autoconhecimento de seus corpos e pertencimento aos seus contextos sociais, beneficiando, assim, suas lutas.

A dança, para o dançarino brasileiro Klauss Vianna (1928-1992), faz parte do conhecimento dos processos internos, sendo parte integral da vida. O ato de dançar não é particular do bailarino, mas sim uma ação de todos os seres humanos.

Por esse motivo, as propus uma vivência de cinco meses. Elas me impulsionaram a desenvolver um trabalho que dialogue com memórias que se aproximam do meu corpo,

como também nordestina e periférica. Um diálogo entre a arte e a vida de maneira simultânea, que respeitem as pluralidades e singularidades de cada corpo.

Portanto, para condução do Processo Lúdico da TKV e para a concretização desse diálogo corporal e afetivo, me amparei nos pensamentos e conceitos da pesquisadora francesa Simone de Beauvoir (1908-1986), sobre a evolução dos direitos das mulheres na sociedade ocidental; na pesquisa da paulistana Éclea Bosi (1908-1986), sobre as desigualdades entre homens e mulheres no processo de envelhecimento; e no pensamento de Mary Del Priore (1952), sobre a evolução histórica das mulheres no Brasil. Além das reflexões importantes do educador brasileiro Paulo Freire (1921-1997), sobre a relação entre educador e aluno. Essa rede de diálogo, tem como objetivo refletir, de maneira horizontal, os fatores sociais que contribuem nas opressões aos corpos das oito mulheres presentes na prática deste trabalho, o qual divido em três eixos: a instituição família, os processos biológicos (da procriação, maternidade e menopausa) e o processo de envelhecimento do corpo da mulher.

O primeiro capítulo deste trabalho apresenta, a partir das autoras, uma breve reflexão conceitual sobre os fatores sociais de opressão ao corpo da mulher. São eles: a família, a maternidade e o processo de envelhecimento. Tais fatores foram evidenciados a partir dos depoimentos e memórias de opressões das próprias alunas, que serão comentados a partir das ideias de Simone de Beauvoir, Éclea Bosi e da organização de artigos feita por Mary Del Priore, sobre a história das mulheres brasileiras, que passa por assuntos como a maternidade solo¹ nas periferias, a violência sofrida pelas mulheres pobres, a mulher do sertão, maternidade negada e entre outros.

O segundo capítulo, traz a experiência prática da vivência, entrelaçando a minha experiência como educadora social, às reflexões das alunas e os escritos técnicos realizados por Klauss Vianna e as pesquisadoras da Técnica: Jussara Miller e Neide Neves. Além de refletir, através de Paulo Freire, sobre a relação entre educador e aluno.

Por fim, o presente trabalho traz as minhas impressões finais sobre a realização dessa vivência, apontando os desafios e as conquistas que ocorreram durante a trajetória de transmissão da TKV e criação desta escrita, a partir da hipótese levantada.

¹ A maternidade solo refere-se a mulher que solitariamente é responsável por uma criança. É um termo atual usado pelos movimentos feministas. Antes era usado *mãe solteira*. Este termo está caindo para o desuso, pois ainda é usado para, pejorativamente, ofender, uma mulher que escolheu divorciar de seu esposo ou a mulher grávida que é abandonada pela figura paterna.

CAPITULO I - MULHERES QUE DANÇAM PARA EXISTIR E RESISTIR ÀS VIDAS QUE LHE FORAM IMPOSTAS

“Para a realidade humana, existir consiste em se temporalizar: no presente, visamos o futuro através de projetos que ultrapassam nosso passado onde vão recair nossas atividades, cristalizadas e carregadas de exigência inertes”.

(SIMONE DE BEAUVOIR, 1970, p. 98)

Esse capítulo tem como função, apresentar de forma breve, algumas das questões históricas que as mulheres tendem a passar quando buscam autonomia em uma sociedade mediada pelo pensamento machista e hegemônico. Breve, porque seria impossível trazer toda a luta histórica que o sexo feminino tem travado em busca de igualdade e liberdade. Portanto, serão apresentados, pontos que mostram a violência física e moral vivida pelas mulheres, independente de classe social.

Antes dessa importante reflexão, será apresentado o grupo onde as contribuições da Técnica Klauss Vianna têm sido um porto seguro para algumas mulheres que lutam, por meio da dança, para existir, e assim resistir, às vidas que lhes foram impostas socialmente. Diz-se “às vidas”, porque as vivências em faixas etárias diferentes (infância, adolescência, adulta e velhice), foram mediadas por limites impostos por uma cultura onde a mulher encontra-se em condição opressora.

Em lindo e forte encontro de oito mulheres, entre 35 anos e 68 anos idade², residentes do bairro do Itaim Paulista, Zona Leste de São Paulo, as mesmas, trazem em suas histórias, o desejo de dançar para existir e resistir aos fatores sociais que dificultam a liberdade de seus corpos como mulheres.

² Para a identificação dos relatos e observações das alunas ao longo deste trabalho, as identificarei e diferenciarei através de suas idades. Escolho esta maneira, com o objetivo ético de preservar suas histórias. Todos os relatos foram registrados através de áudios e vídeos, no decorrer dos encontros.

Durante quatro anos, pude realizar o meu trabalho como educadora social de teatro, com mulheres adultas e na terceira idade. Em sala, refletimos, através de técnicas teatrais que tenham como foco o estudo do movimento, sobre suas lutas e sobre os fatores machistas que oprimem seus corpos.

No início do trabalho, percebi a necessidade de estabelecer atividades sensíveis, que pudessem estreitar a nossa relação de alunas e educadora. Foi só através deste caminho afetivo, que pude trocar com elas a pesquisa artística que possuo. A troca sempre foi baseada na educação libertadora do educador brasileiro Paulo Freire (1921-1997).

A base deste projeto, segue os pressupostos Freirianos para a transmissão da TKV. O autor dizia que, sua prática em sala de aula precisava ser feita com alegria.

O meu envolvimento com a prática educativa, sabidamente política, moral, gnosiológica, jamais deixou de ser feito com alegria, o que não significa dizer que tenha invariavelmente podido criá-la nos educandos. Mas, preocupado com ela, enquanto clima ou atmosfera do espaço pedagógico, nunca deixei de estar. (FREIRE, 2017, p.70)

Nesta trajetória como educadora e artista, sempre busquei técnicas que pudessem aumentar meu conhecimento sobre o corpo, rompendo a fronteira entre a motricidade e a palavra; que respeitassem as singularidades e priorizassem a escuta dos processos corporais internos, percebidos através do movimento. Foi neste caminho de busca, que surgiu a possibilidade de estudar a Técnica Klauss Vianna na PUC - SP. Ao vivenciar a TKV no meu próprio corpo, me questionei se só as técnicas de dança e teatro poderiam contribuir para que as mulheres tivessem um espaço para colocar suas vozes e seus movimentos. A minha questão era trazer, de forma crítica, as necessidades dessas mulheres; de quebrar algumas rotinas que as padronizavam e as aprisionavam em seus próprios corpos e apontar o contexto histórico no qual encontram-se essas questões, para tentar aliviar o peso que recai sobre elas, por pensarem e agirem diferente da maioria das pessoas de sua comunidade.

Em seguida, emergiu a hipótese de que a TKV, contribuiria com o princípio de autoconhecimento, a partir de uma reflexão sobre o corpo e seu contexto social, para que

cada uma dessas mulheres, pudesse se escutar e perceber que suas questões não são só suas, pois fazem parte de uma construção histórica que despontencializa o ser feminino, e assim trazer, de fato, a dança de cada uma, numa proposta coletiva.

O autoconhecimento corporal, contribui para que elas façam da dança, uma existência e não uma fuga que valoriza modelos de movimentos, previamente estabelecidos por técnicas.

Quando danço, portanto, está dentro de mim a engrenagem que faz o movimento do mundo. O que vemos, no entanto, é que o domínio da arte da dança, em nossos dias, obedece a certas regras e convenções em função de um ideal estético antecipadamente supostos e proposto. Mas é possível pensar a dança para além desses limites, como uma das raras atividades em que o ser humano se engaja plenamente de corpo, espírito e emoção. Mais do que uma maneira de exprimir-se por meio do movimento, a dança é um modo de existir – e é também a realização da comunhão entre os homens. (VIANNA, 2005, p.105)

Foi através das histórias de suas vidas e das reflexões sobre dança, trazidas por Klauss Vianna, que comecei a pensar na importância do movimento para o rompimento dos limites impostos pela sociedade, e quais seriam os limites que permearam a trajetória de vida dessas mulheres. Claro que seria impossível detectar todos esses limites, mesmo porque, as experiências que vivemos são complexas e dialogam com nosso corpo de forma mais complexa ainda. Porém, dentro do contexto histórico, é possível perceber a influência do pensamento machista em suas trajetórias. Segundo a filósofa francesa Simone de Beauvoir (1908-1986), o mundo sempre foi liderado pelos “machos”. Os homens sempre estiveram liderando fortemente os poderes sociais nas diversas camadas da sociedade. Por estas disputas de poderes, as mulheres foram controladas e tuteladas por estes líderes sociais, seja ele, o pai, o esposo, o filho, o patrão ou representantes governamentais e por causa destas disputas, as desigualdades entre os sexos se estabeleceram, criando uma sociedade com um pensamento patriarcal, e conseqüentemente, gerando a invisibilidade das mulheres nas contribuições políticas e econômicas.

O mundo sempre pertenceu aos machos. Nenhuma das razões que nos propuseram para explica-lo nos pareceu suficiente. É revendo à luz da filosofia existencial os dados da pré-história e da etnografia que poderemos compreender como a hierarquia dos sexos se estabeleceu. Quando duas

categorias humanas se acham presentes, cada uma delas quer impor à outra sua soberania; quando ambas estão em estado de reivindicação, cria-se entre elas, seja na hostilidade, seja na amizade, sempre na tensão, uma relação de reciprocidade. Se uma das duas é privilegiada, ela domina a outra e tudo faz para mantê-la na opressão. (BEAUVOIR, 2009, p.99)

No livro *O Segundo Sexo* (2009), Beauvoir, traz uma pesquisa histórica sobre a evolução dos direitos sociais das mulheres na sociedade ocidental, traçando uma análise dos fatores que desencadearam no domínio patriarcal. Os vários fatores de alienação e opressão ao corpo da mulher, são trazidos pela autora, através de conceitos sobre a mulher idosa, sobre a família, sobre a maternidade, sobre o casamento, sobre a prostituição, sobre o direito ao aborto, sobre a mulher criança, sobre a desigualdade de gênero, sobre a mulher intelectual/operária, entre outros. Tendo em vista as características dos grupos de mulheres que vivenciaram o procedimento lúdico da TKV, trago três conceitos da autora que guiaram a minha compreensão sobre a luta destas para existir através da dança. São eles: a instituição familiar e o casamento; a maternidade e o envelhecimento - a partir do fator biológico da menopausa.

Estes fatores surgiram através das memórias que relataram, sobre suas lutas para criar seus filhos e filhas em um processo de maternidade solo, sem a figura paterna responsável, ou regida por relações abusivas de seus casamentos, assim como o excesso de proteção dos familiares pelo fato delas chegarem na terceira idade.

Uma das alunas bailantes, 61 anos, mãe de três filhos nos traz um depoimento sobre o seu casamento:

“Eu me casei aos 19 anos com Samuel, ele tinha 21 anos. Casamos por amor. Alegria em meio a ciúmes, imaturidades e regras que ditavam os meus caminhos. Tive três filhos: Fábio, Leandro e Renata. Minhas pérolas. Hoje eu me orgulho, pois sei que os criei para amar, para ser livre nesse mundo de meu Deus. Eu disse a Samuel, quando me separei, que ninguém poderia dizer que nosso casamento não deu certo, pois tivemos amor, alegria e nossos filhos. Durou 28 anos. Foi, então que eu descobri que muitas vezes na minha vida, confundi amor e gratidão com submissão.”

Através do depoimento da aluna, podemos trazer uma reflexão a respeito do fator de opressão ao corpo da mulher, que é a opressão masculina através do casamento. Segundo a autora Simone de Beauvoir, socialmente o homem sempre esteve à frente das mulheres perante aos direitos públicos e biológicos. Ao se casarem, estes privilégios, serão postos em evidência, em relação às mulheres. Com a solidificação da instituição casamento e as regras morais impostas pelo pensamento da sociedade patriarcal, este torna-se uma espécie de contrato social, onde mulheres e homens passam a ter funções que remetem a poderes diferentes, muito bem definidos pela sociedade, para a constituição familiar.

O casamento sempre se apresentou de maneira radicalmente diferente para o homem e para a mulher. Ambos os sexos são necessários um ao outro, mas essa necessidade nunca engendrou nenhuma reciprocidade; nunca as mulheres constituíram uma casta estabelecendo permutas e contratos em pé de igualdade com as castas masculina. Socialmente, o homem é um indivíduo autônomo e completo; ele é encarado antes de tudo como produtor e sua existência justifica-se pelo trabalho que fornece a coletividade. (BEAUVOIR, 2009, p.548)

Segundo Beauvoir, o casamento, em seu processo histórico, é socialmente um destino das mulheres. Em muitas sociedades a mulher era destinada a um homem ainda quando criança. A mulher passaria para a família do marido, toda a sua herança (inclusa no chamado dote) e para seu pai ela seria um motivo de gastos e perdas. Por isso em muitas culturas o nascimento de uma criança do sexo feminino, era um motivo de vergonha e tristeza. Com a evolução histórica e econômica da condição feminina na sociedade ocidental, a instituição casamento ganha novos direcionamentos. A mulher passa a escolher seu esposo e o casamento passa a ser um serviço do estado e não das instituições religiosas. Ambos passam a ser indivíduos autônomos. O adultério, por exemplo, passa a ser um direito de separação para os dois. Mas mesmo com esta evolução, Beauvoir falava em sua época, que a luta feminista estava em transição:

[...] a época em que vivemos é ainda, do ponto de vista feminista, um período de transição. Uma parte somente das mulheres participa da produção, e mesmo essa parte pertence a uma sociedade em que antigas estruturas e valores sobrevivem. O casamento moderno só se

compreende à luz do passado que se perpetua.
(BEAUVOIR, 2009, p.548)

Simone de Beauvoir, reflete sobre as mulheres serem consideradas como prestadoras de serviço aos seus esposos e para compensá-las eles as dão presentes: o sustento e uma futura herança. Para isso elas precisam obedecê-los e cumprir os seus direitos dentro do lar para honrar moralmente o nome de seu esposo. A autora soma à reflexão, as conquistas da mulher casada no mercado de trabalho. Para ela, mesmo quando a mulher passa a ser chamada para as fábricas, esta não encontrará vantagens, pois seu trabalho será árduo, sua carga horária maior do que a dos homens e a remuneração bem menor do que a deles; e ao chegar em casa precisarão exercer suas funções de mãe, dona do lar e esposa. O trabalho fora de casa, no início do século XX, na sociedade francesa, não era nem um pouco vantajoso ou libertador para este corpo. Assim, muitas optaram por continuar dependendo financeiramente de seus esposos.

O corpo da mulher é um objeto que se compra; para ela, representa um capital que ela é autorizada a explorar. Por vezes ela traz um dote ao esposo, muitas vezes compromete-se a fornecer algum trabalho doméstico: cuidará da casa, educará os filhos. Em todo caso tem o direito de ser sustentada e a própria moral tradicional a exorta a isso. É natural que seja tentada por essa facilidade, ainda mais porque os trabalhos femininos são muitas vezes ingratos e mal remunerados. (BEAUVOIR, 2009, p. 553)

Ainda segundo Beauvoir, a instituição casamento poderá ser analisada por diferentes óticas, de acordo com cada sociedade, mas em todas, a mulher terá um lugar de submissão e prestação de serviço. Os direitos entre homens e mulheres nesta instituição, serão totalmente desiguais. Trazendo para a nossa contemporaneidade, podemos pensar nos inúmeros casos de mulheres que tem cargas horárias dobradas, e precisam dividi-las entre trabalho e filhos; remuneração diferenciada e entre outros fatores que persistem socialmente até os dias de hoje.

No Brasil de 1920, por exemplo, as mulheres casadas da burguesia, não poderiam se inserir no mercado de trabalho, pois era obrigação, e uma questão de honra para os esposos, o sustento delas. A elas, cabia a organização da família, do lar e o acompanhamento da vida dos filhos. Já as mulheres pobres inseriam-se no mercado de trabalho por necessidade de sobrevivência, pois aquilo que seus esposos ganhavam não era suficiente para o sustento. Na história do Brasil, foram as mulheres mais pobres que abriram espaço para as conquistas profissionais da mulher. Com a conquista econômica

das mulheres mais pobres, os homens casados arrumaram outros caminhos para dominá-las. Tais caminhos foram: a solicitação de inúmeras funções dentro dos lares, a grande quantidade de filhos e a extrema violência. Estas também passaram a lutar pelo divórcio³.

Muitas mulheres se separavam ilegalmente de seus esposos, para viver um novo relacionamento. Elas encaravam todos os abusos e toda a marginalização vindos da parte do ex-esposo. Só depois de 1977 foi permitido, constitucionalmente, o recasamento.

A organização familiar dos populares assumia uma multiplicidade de formas, sendo inúmeras as famílias chefiadas por mulheres sós. Isso se devia não apenas às dificuldades econômicas, mas igualmente às normas e valores diversos, próprios da cultura popular. A implantação dos moldes da família burguesa entre os trabalhadores era encarada como essencial, visto que no regime capitalista que então se instaurava, com a supressão do escravismo, o custo de reprodução do trabalho era calculado considerando com certa a contribuição invisível, não remunerado do trabalho doméstico das mulheres. Além disso, as concepções de honra e de casamento das mulheres pobres eram consideradas perigosas à moralidade da nova sociedade que se forma. (SOIBET, 2010)

Outro conceito trazido por Beauvoir e também por Mary Del Priore, representado por esta pesquisa como um segundo eixo de opressão ao corpo das mulheres, é a maternidade. Historicamente, as funções relacionadas com a maternidade, transformam as relações sociais para o corpo da mulher que se torna mãe. Exemplos dessas transformações, são as adaptações em suas rotinas ou o congelamento de seus desejos profissionais. Quando amparadas por uma condição econômica favorável, podem recorrer a profissionais que as auxiliem na função maternal. Já as mulheres mais pobres, marcadas muitas vezes por uma maternidade solo, decidirão pelo abandono de seus trabalhos e sonhos ou contam com a ajuda de suas mães, as avós, para cuidar de seus filhos. Nas periferias de São Paulo, são inúmeros casos de mulheres avós que auxiliam suas filhas na função maternal, suprimindo o seu tempo de vivenciar a sua velhice.

³ Desde 1889, com a Proclamação da República e a separação entre a igreja e o estado, o direito ao divórcio passou a alcançar certas conquistas. Até 1977 a mulher ou o homem que se separassem não poderiam casar outra vez legalmente. Todos os dados sobre a evolução do processo do divórcio estão no site <https://ibdfam.jusbrasil.com.br/noticias/2273698/a-trajetoria-do-divorcio-no-brasil-a-consolidacao-do-estado-democratico-de-direito>

Segundo uma das autoras do livro *Histórias das Mulheres no Brasil*, Claudia Fonseca, a mãe separada e solo seria marcada socialmente pelo título de *mãe solteira* e se optarem pelo segundo casamento, são chamadas de adúlteras ou amancebadas.

A mãe sozinha estava, portanto, entre dois fogos: por um lado, pressões econômicas e políticas que impunham a necessidade de um novo marido; por outro, a condenação pela opinião pública de qualquer mulher que tivesse mais de um homem na vida. Que essa condenação tem base na rivalidade masculina, não há dúvida. Sabemos, de estudos sobre a masculinidade na península Ibérica que, lá, a honra de um homem depende, em grande medida, de seu controle sobre a sexualidade feminina. Pode ser uma tragédia perder uma mulher, mas é uma humilhação quase insuportável tê-la perdido para outro homem. (FONSECA, Artigo: Ser Mulher, mãe e pobre, 2010, p. 525)

Uma das alunas, 36 anos, mãe de cinco meninos e uma menina, narra para mim, a sua luta para criar seus filhos e filha:

“Casei muito nova com um homem mais velho. No meu primeiro relacionamento tive cinco meninos. No início nos amávamos muito, depois vieram muitas proibições e ciúmes. Só podia fazer as coisas se ele estivesse junto. Eu me cansei e separei. Tive um segundo relacionamento, estava precisando. Era mais leve. Tive a minha primeira menina. A vinda dela foi tão rápida que infelizmente o pai dela se assustou e não está comigo. Sigo sozinha na criação dos meus seis filhos. O meu ex-esposo ajuda, mas não é o suficiente.”

O relato acima, representa o típico cenário das periferias brasileiras. A maternidade neste caso, acompanhada por uma não independência econômica, pesará nas escolhas desta mulher ao seguir seus sonhos. O espaço dela em busca da liberdade, acontece quando, entre um cuidado e outro, ela escapa para dançar. O olhar cansado pela labuta da maternidade solo e as funções do lar desaparecem ao mover-se. Sua vida é regida por muita correria e conflitos, que segundo ela, a deixam firme para lutar.

Pelo relato, é possível perceber que a aluna, mesmo resistindo, conforma-se com a condição de ausência dos parceiros na criação dos filhos. No primeiro casamento é nítido o entendimento de que como foi dela a atitude de separar e a criação dos filhos fica por conta dela. Já na segunda experiência, ela justifica a ausência do parceiro, pelo mesmo ter se assustado com a gravidez, mas ele não se preveniu para que não acontecesse e

também não se organiza para garantir o sustento da filha. Simplesmente contribui com o mínimo. Esse modo atual de enxergar a mulher, é assumido também, por elas mesmas.

Outra aluna, de 59 anos, relata: “ Minha filha sempre dá risada quando eu falo que estou indo ensaiar com o meu grupo de dança e teatro. Ela acha que eu não tenho mais idade para este tipo de coisa. Eu viro as costas para ela. ”

Este relato, reafirma as reflexões feitas até aqui, que fala sobre uma sociedade que predetermina aos corpos de mulheres mães, regras que estagnam seus potenciais e contribuem com lugares de invisibilidade dentro da sociedade.

Historicamente, é função da mulher a organização da família e de fazer com que esta dê certo, desde o alimento que vai para mesa até a vida bem-sucedida de seus filhos. A estranheza da filha da aluna, está associada às regras estabelecidas ao corpo da mulher desde o princípio dos tempos. Depois da maternidade, a mulher está destinada a uma vida de cuidados ao outro, negar as ações estabelecidas ao corpo materno é um ato de resistência.

Na evolução da história, as mulheres perderam sua autonomia quando a imposição à vida maternal e o estabelecimento da instituição casamento, passaram a ser os únicos destinos impostos aos seus corpos. Claro que nos tempos atuais as mulheres conquistaram liberdades que nem imaginavam que seria possível. Conquistas como a do mercado profissional e da vida escolar, fizeram com que muitas mulheres pudessem ser escutadas. E mesmo quando a mulher mãe tem o direito ao trabalho ou ao estudo, elas estarão destinadas a função fiel de cuidados com o lar. Ao negar estas funções, sofrerão o julgamento moralista do pensamento patriarcal de nossa sociedade atual. O confinamento e as responsabilidades com a família, fazem com que esses corpos percam a liberdade em suas relações sociais. Beauvoir fala que a maternidade é um destino biológico e traçado socialmente para mulher. Ela é responsável pela procriação da sociedade.

O amor materno perde-se, muitas vezes, nas repreensões e cóleras ditadas pela preocupação de um lar bem-arrumado. Não é de espantar que a mulher que se debate em meio a essas contradições viva muitas vezes seus dias em estado de nervosismos e azedume; ela perde sempre, no que quer que aposte, e seus ganhos são precários, não se inscrevem em nenhum êxito seguro. Nunca é por seu próprio trabalho que pode se salvar; esse trabalho ocupa-a, mas não constitui uma justificação: esta assenta em liberdades alheias. (BEAUVOIR, 2009, p. 698)

A maternidade, segundo Beauvoir, é compreendida por duas questões: a aceitação ou a recusa. Ao aceitar ou escolher a maternidade, o corpo da mulher passará pelo processo de gerar, parir, amamentar e criar. Com o processo da recusa, a mulher passará por uma marginalização social, mas não terá que enfrentar todas essas transformações corporais ou readaptações de suas rotinas. O direito ao aborto, na sociedade francesa, por exemplo, possibilitou com que muitas mulheres pudessem, de fato, escolher entre ser ou não ser mãe, evitando possíveis recriminações sociais. A maternidade, seja na aceitação ou na recusa, é um processo doloroso para a maioria das mulheres, pois elas passam a ter mais responsabilidades ao tornarem-se mães, o que diminui suas relações externas. E mesmo quando esta mulher é casada, a situação não é fácil, pois existe um longo período onde a criança é totalmente dependente daquele corpo que a nutre.

De acordo com as características do grupo de mulheres mães brasileiras, que compõe esse trabalho, podemos pensar na vida solo e na dependência econômica. Na maioria das periferias brasileiras, é recorrente o encontro com as maternidades solo, amparadas por outras mulheres, como as avós. Como educadora social, por exemplo, já me deparei com 60% de uma turma de crianças que não conheciam a figura paterna. Suas mães se dividiam entre as funções da casa e as do trabalho. As crianças periféricas, quando não tem o privilégio de ser cuidado por um familiar, em sua maioria, passam a ter funções de cuidados com a casa ou com o irmão mais novo.

O terceiro eixo de opressão que acompanha cinco mulheres deste grupo, é o processo de envelhecimento. Após enfrentar todos os rompimentos ao longo da vida, a mulher encara o efeito biológico da menopausa, fator definido por Beauvoir como acelerador no processo de envelhecimento do corpo da mulher. Ela simboliza para muitas mulheres a grande interrupção da sua jovialidade e feminilidade. O corpo passa por abruptas transformações hormonais que ditam um novo ritmo para a vida sexual desta mulher.

A menopausa chega no momento da vida que as mulheres se consideram evoluídas e maduras para encarar algumas questões. Muitas vezes é o momento onde o relacionamento com o seu esposo está em equilíbrio. Assim, retardarão os efeitos, através de reposições hormonais ou procedimentos que transformam seus corpos. Algumas chegam as situações extremas, que as levam a surtos psicológicos.

Simone de Beauvoir (2009), aborda as diferenças gritantes sobre o processo de envelhecimento do homem e da mulher como uma desigualdade histórica. Segundo a autora, o processo de envelhecimento para o homem acontece de maneira mais fluída, já

para mulher o processo de envelhecimento é marcado por abruptas interrupções biológicas e sociais. São espécies de mutilações do corpo feminino.

Enquanto ele envelhece de maneira contínua, a mulher é bruscamente despojada de sua feminilidade; perde, jovem ainda, o encanto erótico e a fecundidade de que tirava, aos olhos da sociedade e a seus próprios olhos, a justificação de sua existência e suas possibilidades de felicidade: cabe-lhe viver, privada de todo futuro, cerca de metade de sua vida adulta. (BEAUVOIR, 2009, p.757)

Éclea Bosi (1908-1986), psicóloga e pesquisadora paulistana, foca seu estudo no declínio do corpo feminino em processo de envelhecimento. Isto acontece quando a sociedade nega aos idosos, espaços de fala ou possibilidades produtivas, destinando a vida desta parcela da sociedade, aos cuidados da família. Assim netos e familiares passam a escolher, em seu lugar, seu destino. O corpo nesta fase é segregado das realizações em tempo presente, segundo a autora. Ela afirma "... ao velho cabe a ação de lembrar (BOSI, 1994, p.53). " O ato de lembrar torna-se uma obrigação social ao corpo na terceira idade.

A escritora Simone de Beauvoir, reforça que viver o passado e negar o tempo presente, é uma espécie de estratégia de sobrevivência necessária a este corpo e um caminho lento e doloroso para a morte. Estar desconectado do tempo presente é um dos pontos problematizados por Ecléa Bosi. Quando não se enxerga a sua própria imagem em ações no tempo presente, este indivíduo passa a ser uma figura invisível socialmente.

Uma das alunas bailantes, me faz pensar, nos dias de hoje, sobre o corpo da mulher nesta etapa da vida, quando me traz um pequeno papel com o seguinte texto, escrito por ela: "...tenho medo de envelhecer e ficar invisível, por isso eu me movo e danço. " Após ler o bilhete, falei para ela: "Impossível você ficar invisível. " Ela me respondeu: "Dani, ninguém gosta de velho. Eu ainda estou forte e andando por mim, mas e quando eu não estiver? Quem vai me querer por perto? A minha resposta foi o silêncio, pois eu não consigo ainda falar sobre as possíveis dificuldades ao envelhecer. A autora Ecléa Bosi traz em seu livro *Memória e sociedade: Lembranças de velhos*:

A velhice é um irrealizável, segundo Sartre; é uma situação composta de aspectos percebidos pelo outro e, como tal, reificados (un être-pour-autrui), que transcendem nossa consciência. Nunca poderei assumir a velhice enquanto exterioridade, nunca poderei assumi-la existencialmente, tal como ela é para o outro, fora de mim. É um irrealizável como a

negritude; como pode o negro realizar em sua consciência o que os outros veem nele?

A velhice, que é fator natural como a cor da pele, é tomada preconceituosamente pelo outro. Há o transcorrer da vida, momentos de crise de identificação: na adolescência também nossa imagem se quebra, mas o adolescente vive um período de transição, não de declínio. O velho sente-se um indivíduo diminuído, que luta para continuar sendo homem. (BOSI, 1994, p.79)

Para Bosi, socialmente, o corpo do velho está em processo de declínio, que é lento e acompanhado de uma lucidez⁴. Muitas vezes essas mulheres chegam na minha sala, furiosas pelas atitudes dos filhos, pelas pessoas não considerarem suas decisões em assuntos sérios da família, pelas inúmeras ligações dos planos funerários, pela atendente da loja, pelos familiares esperarem delas os grandes banquetes aos domingos etc. E é por motivos como esses que os encontros de dança e conversa são importantes para estas mulheres.

As amigadas femininas que ela consegue conservar ou criar são preciosas para ela; têm um caráter muito diferente das relações que os homens conhecem; estes comunicam entre si, como indivíduos, através das ideias, os projetos que lhes são pessoais; as mulheres, encerradas na generalidade de seu destino, acham-se unidas por uma espécie de cumplicidade imanente. O que primeiramente procuram, uma junto de outras, é a afirmação do universo que lhes é comum. (BEAUVOIR, 2009, p.715)

Portanto, os três conceitos abordados por Simone de Beauvoir, entrelaçados pela abordagem de Bosi e Mary Del Priore, apontam reflexões sobre os fatores sócio históricos que marcam as memórias das oito mulheres deste grupo. Memórias de opressão que corporificam seus corpos e que hoje as fazem buscar, através da dança, novas possibilidades de luta e expressão. Seus ombros tensos e olhares cansados ao chegarem na sala de aula, são sinais de resistência para realizações de sonhos no tempo presente. Para elas, a estratégia de luta, caracteriza-se pela busca por espaços que contribuam com suas relações externas, suas casas e seus processos de autonomia.

⁴ Esta afirmação é trazida pela autora Éclea Bosi, na página 76.

Assim, o segundo capítulo será entrelaçado às contribuições da TKV, que por meio do processo lúdico e do autoconhecimento, não só fortaleceu a singularidade dessas mulheres, como mostrou a elas que o presente faz parte de uma construção histórica mediada pela disputa de poder, onde os homens que se colocavam como líderes, construíram com uma história pautada nas ideias que caracterizam o machismo. Mas nada que não possa ser desestruturado, pelo menos no corpo de quem busca na dança o direito de simplesmente existir como acredita ser essa existência. Livre dos estereótipos que fortalecem os abusos de poder.

Capítulo 2 – EXISTIR É DIFERENTE DE RESISTIR.

“Não há dúvida, por exemplo, de que o nosso passado escravocrata nos marca como um todo até hoje. [...]. É exatamente obedecendo para não morrer que o escravo, termina por descobrir que “obedecer”, em seu caso, é uma forma de luta, na medida em que, assumindo tal comportamento, o escravo sobrevive. E é de aprendizado em aprendizado que se vai fundando uma cultura de resistência, cheia de “manhas” e de sonhos também. De rebeldia, na aparente acomodação. (FREIRE, 1992, p. 108).

Existir é bem diferente de resistir, pois as estratégias de sobrevivência não necessariamente são as que fazem das ações limites um ato heroico. Existir é a única maneira de resistir, para assim, no aprendizado desenvolver estratégias de superação da realidade.

Nesse caso, a dança é uma estratégia de existência para essas mulheres que ao existirem, aprendem a resistir aos destinos que lhes foram impostos. Portanto, o ser humano precisa atuar de forma crítica sobre si e sobre seu contexto social, a partir da realidade apresentada no momento.

A dança e a movimentação cotidiana não se prendem ao passado ou futuro, nem a um professor. O que interessa é o agora. Ninguém melhor do que você pode questionar sua postura, suas ações. Não são as sequências de posturas dadas por uma pessoa à sua frente que farão de você um bailarino ou uma pessoa de movimentação harmônica. A dança começa no conhecimento dos processos internos. (VIANNA, 2005, p.104).

O pensamento do autor e bailarino, entrelaça os relatos destas mulheres com os seus propósitos artísticos ao criarem o grupo de dança e teatro *Movimento livre*.

O grupo surgiu há três anos nos espaços do programa Fábrica de Cultura. Uma das alunas conta que estes encontros surgiram, porque elas amam dançar a semana inteira e queriam que as pessoas do bairro as conhecessem de maneira diferente, além de

possibilitar relações externas e novas relações coletivas. Através dos encontros elas vivem os seus desejos de dançar e são confidentes uma das outras. Como vimos no capítulo anterior a autora Simone de Beauvoir, fala da importância dos encontros entre mulheres para o fortalecimento de suas lutas e crescimento de seus direitos sociais.

Esta vivência e investigação dentro do grupo, é para mim uma das estratégias da realização deste trabalho, tendo como objetivos o autoconhecimento dessas mulheres sobre suas potências corporais e a valorização das singularidades de cada uma para a criação de suas danças.

Klauss dizia:

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. Para ser intérprete de minhas emoções tenho necessariamente de me despojar de uma imagem que me foi de alguma forma imposta para adotar a postura que corresponde à minha trajetória pessoal e à minha existência cotidiana. (VIANNA, 2005, p. 125-126)

Como vimos no capítulo anterior, a luta pelo reconhecimento, pertencimento e existência como mulheres, é histórica e se encontra até hoje mergulhada em uma disputa de poder. É olhando para a trajetória de vida e singularidades de muitas mulheres perto de mim que, percebo as evoluções a passos lentos. No grupo de mulheres desse trabalho, por exemplo, o destino à maternidade ou o pensamento da constituição familiar tradicional, exigem estratégias de resistência, pois hoje filhos e filhas, netos e netas censuram mulheres adultas por quererem viver para além dessas responsabilidades. Para a sociedade ainda hoje essas mulheres são incoerentes com a vida feminina exigida por uma sociedade conservadora.

As mulheres têm tido, apesar de seus avanços e conquistas, - como direito ao voto, ao estudo, ao trabalho - uma marcha sacrificada, que perpassa todas as classes sociais. Elas podem até serem ignoradas e em muitos aspectos continuar na invisibilidade, mas são muitas as que enfrentem de peito aberto o direito de simplesmente ser o que acreditam que possam ser, autônomas com forte potência para existirem e resistirem a tal violência social. A dança é para elas um espaço de encontro, autonomia e

autoconhecimento de seus corpos em seus meios sociais. É por isso que acredito na contribuição desta etapa da sistematização da TKV para os seus corpos.

A sistematização da TKV⁵ foi feita por Rainer Vianna (1958-1995), filho dos artistas e professores Klauss Vianna (1928-1992) e Angel Vianna (1928), e a pesquisadora Neide Neves (1952), tendo muitos outros artistas atuando como contribuidores aos pensamentos e instruções deixados por Vianna. Ele desenvolveu, ao longo de anos, uma pesquisa de extrema importância para o cenário da dança e do teatro, rompendo pensamentos estabelecidos por muitas décadas sobre qual corpo estaria apto a dançar.

Os procedimentos e buscas da pesquisa de Klauss defendiam as singularidades, pois o mesmo afirmava que a dança está dentro de cada um. Nesse procedimento se fazia necessário que cada aluno buscasse o autoconhecimento corporal para se expressar.

A dança para Klauss é o movimento da vida e contribui com o desbloqueio das tensões. Segundo a pesquisadora Neide Neves:

[...] Klauss desenvolveu instruções para o desbloqueio das tensões musculares e articulares, que permitem colocar o corpo-mente em um estado de maior disponibilidade para o uso dos recursos de cada indivíduo. Ao mesmo tempo, as instruções trabalhadas para o desbloqueio também são utilizadas para provocar e servir de caminho para a criação de movimentos. (NEVES,2008, p.39-40)

A sistematização dessa Técnica estruturou as instruções abordadas por Klauss em três etapas. Sendo elas: o Processo Lúdico, Processo de Vetores e o Processo Criativo, ou Processo Didático. Na pós-graduação de especialização em Técnica Klauss Vianna, (PUC-SP), pudemos realizar seis meses de cada etapa com diversas professoras e um professor. A etapa que escolhi para abordar é a fase do procedimento lúdico, pois para mim foi uma etapa intensa e de autoconhecimento sobre o meu corpo e as minhas possibilidades expressivas. É nessa etapa que o corpo é despertado, trazendo uma percepção aguçada aos padrões de movimentos. Esta fase é dividida em sete tópicos corporais: presença, articulações, peso, apoios, resistência, oposições e eixo global.

⁵ Mais informações sobre a história de pesquisa da Escola Vianna e a Sistematização da Técnica, poderão ser encontradas no livro *A Escuta do Corpo - Sistematização da Técnica Klauss Vianna*, de Jussara Miller ou no livro *Klauss Vianna - Estudos para uma Dramaturgia Corporal*, de Neide Neves.

No procedimento com as mulheres do grupo *Movimento Livre*, utilizei esta sequência da sistematização⁶, me apoiando também nos exercícios e instruções vivenciados por mim nas aulas da especialização e nos protocolos desenvolvidos semanalmente sobre cada encontro.

A pesquisadora Jussara Miller (1967), fala que é nesta etapa que o aluno se sensibiliza aos limites do próprio corpo:

Estimulamos o aluno a (re) conhecer o próprio corpo, para que ele possa promover a transformação gradual de ausência corporal, ou seja, da “dormência” para “o acordar”, e, conseqüentemente, disponibilizar o corpo para lidar com o instante do momento presente. Essa transformação se dá pelo despertar dos cinco sentidos, mediante os quais nos relacionamos com o mundo e desenvolvemos o sentido cinestésico, que compreende a percepção do corpo no espaço e no tempo. (MILLER, 2007, p.54)

Iniciei, em outubro de 2017, a transmissão do procedimento lúdico da Técnica Klauss Vianna, no bairro do Itaim Paulista – SP, para mulheres que ao longo de suas vidas, tiveram pouquíssimo contato com o estudo de práticas de movimentos que priorizassem suas singularidades e a escuta dos seus próprios ritmos. Foram encontros intensos com contratempos de horários e acontecimentos cotidianos que elas me traziam. Eram raros, os encontros onde todas pudessem estar juntas. Os cotidianos regados a deveres com suas respectivas famílias, atravessavam as duas horas de vivência semanal. Como educadora social, encaro estas questões como contribuições pertinentes para que eu possa refazer os caminhos para a transmissão da TKV. Foram as escutas sem censuras das justificativas dos atrasos e faltas, que me levaram a problematizar, junto ao grupo, que tais questões eram resultantes de um contexto histórico e não de fatalidades pessoais.

A entrada na sala é regada por muitas histórias de seus cotidianos, os atrasos de algumas são bem justificados pelas suas rotinas, a presença de uma nenê de quatro meses, altera o meu tom de voz e as escolhas musicais; e os universos de limitações corporais de cada uma me tira de lugares de conforto como educadora, desafiando-me a pesquisar o movimento junto a elas. Neste período de troca, possibilitei a elas um

⁶ Ao longo do curso de Especialização da TKV, aprendemos com as professoras que esta sequência de tópicos é feita por uma escolha didática para a transmissão inicial da Técnica. O aluno com conhecimento prévio da Técnica poderá estudar os tópicos fora desta ordem.

processo de autoconhecimento, com o objetivo de contribuir as suas lutas. Além de me proporcionar o aprendizado das instruções da Técnica Klauss Vianna. Para Klauss Vianna o professor é um orientador dos caminhos do aluno.

O que pretendo é derrubar a divisão entre a sala de aula e o mundo lá fora, acabar com as paredes, as barreiras, mostrando ao mesmo tempo que em toda sala de aula existe também uma ordem interna que deve ser consciente. Não busco estabelecer qualquer relação com os alunos com base na possível técnica ou facilidades que cada um me apresenta e sim na relação entre seres humanos que convivem em um mesmo grupo. Normalmente, interesso-me mais por aqueles que têm mais dificuldades de expressão, de se expor, de falar. Em pouco tempo todos descobrem que o professor não é o dono da verdade, não sabe tudo, existem coisas que não sei responder. É aí que a relação começa a surgir ... (VIANNA, 2005, p.134)



Investigação do Procedimento Lúdico da Técnica Klauss Vianna.

OS ENCONTROS

Nos primeiros encontros escolhi apresentar vídeos, imagens e textos sobre a trajetória de vida e pesquisa do artista Klauss Vianna. Nossas conversas iniciais eram regadas por provocações trazidas por Vianna no livro *A DANÇA*. Elas ficaram admiradas pela luta do artista, exaltaram a coragem dele diante do momento político que o Brasil enfrentava. Após conhecerem um pouco sobre a história de vida do artista e a trajetória artística da família Vianna, nos dedicamos, através de sensibilizações, ao conhecimento da nossa estrutura corporal.

Propus a elas que começássemos com um leve toque investigativo na ossatura dos pés, com a sensibilização através do uso de bolinhas de tênis. O exercício iniciava em um pé e depois que observavam e percebiam a diferença entre o pé tocado e o não tocado, sensibilizávamos o outro. Klauss Vianna falava que a parte mais importante do corpo são os pés:

Para mim, o ponto mais importante do corpo são os pés. Por isso proponho que comecem o trabalho com uma massagem, para sentir os pés, a forma, a sensação tátil, as diferentes possibilidades de movimentação dos pés, como transformá-los em algo expressivo, vivo e sensual. Não tenho preocupação específica com anatomia. A questão é descobrir os ossos. Ou mais que isso: é verificar os espaços que existem entre eles, porque é aí que estão baseadas as alavancas do corpo. (VIANNA ,2005, p.136)

Após a sensibilização dos pés, elas verbalizavam suas percepções, como: “estou pisando melhor”; “passou a dor da minha coluna”; “meus dedos estão relaxados”; “meu pé abriu”; entre outras falas. Algumas alunas estranham como um simples toque nesta região do corpo, altera tantas outras questões. Então, mostro o protótipo da ossatura dos pés e apresento os nomes de cada osso. O conhecimento anatômico na TKV, acontece juntamente com a experiência do toque e investigação do movimento.

Em seguida, investigamos a ação cotidiana de caminhar. Estimulei as alunas bailantes a perceberem se colocam excesso de força ao pisarem; se rastejam os pés; qual parte do pé se apoia primeiro no chão e se esse apoio provoca dor. Uma das alunas, 68 anos, relata um grande incômodo próximo aos metatarsos do pé esquerdo. Há dois anos, o quarto metatarso de seu pé esquerdo deslocou de lugar, dificultando a sua caminhada e provocando fortes dores na região lombar da coluna vertebral. Ela nos relata que está na fila de espera, nas redes públicas de saúde, para um processo cirúrgico. Solicito a aluna que sente e sensibilize a região através do toque. Em seguida, peço para que as outras continuem a observação ao caminhar.

Em seguida, continuamos a investigação a partir do *triângulo dos pés* (calcâneo, primeiro metatarso e quinto metatarso), a observação da transferência de peso de um pé para outro e o movimento cruzado entre braços e pernas, com o objetivo de organizar e perceber o movimento de caminhar. Ao longo do exercício de observação da caminhada, elas relatam que seus pés estão *dobrando* (articulando) mais, que o rastejar foi sumindo e que a pisada ficou mais leve. Segundo Klauss:

Dependendo da relação que os pés normalmente estabelecem com o chão podemos expressar agressividade, dor, alegria ou até mesmo ausência. Existem pessoas que agredem o chão ao andar, algumas que acariciam e outras ainda que simplesmente estão distantes do chão, às vezes deixando transparecer uma relação de completo abandono. (VIANNA, 2005, p. 119)



Investigação do Procedimento Lúdico da Técnica Klaus Vianna.

Com uma caminhada mais consciente, dou continuidade aos estudos através de uma caminhada frontal, para observarem e sentirem o espaço, luminosidade, cores, formas e temperaturas. Nesta investigação do espaço, experimentamos caminhar de costas e lateralmente (lado direito e esquerdo). É através desta brincadeira que também consideramos a presença do outro no espaço, percebendo: os detalhes do outro ao caminhar, as cores de suas roupas, ritmo e respiração. O exercício estimula o acordar do corpo em relação ao espaço e o outro. É a partir daí que iniciamos o estudo do primeiro tópico do procedimento lúdico da TKV: *a presença*.

Neste tópico da técnica, os exercícios estimulam a percepção e o reconhecimento do seu corpo, proporcionando a vivência do aqui-agora. Só existirá um corpo presente, se o aluno conseguir perceber seu corpo neste espaço, por todas as suas vias sensíveis. A

presença é o primeiro passo para o autoconhecimento. A pesquisadora e professora Jussara Miller diz:

Esse corpo presente possibilita o estado “ao vivo”, ou seja, do corpo vivo, espontâneo e atento aos acontecimentos e sensações do tempo presente. É como se pedisse em voz ativa, presente: Desliguem o piloto automático! (MILLER, 2007, p.61-62)

A percepção de um corpo presente, se dá pela sensibilização de todas as suas partes. É só através desta percepção que poderá existir uma dança. A sensibilização dos pés é a primeira etapa deste acordar, assim como a observação do espaço e das pessoas que estão nele. Por esse motivo, conduzo as alunas a acharem uma posição de referência para deitarem e perceberem o contato das partes de seus corpos com o chão. Neste momento me deparo com uma problemática. A aluna, de 64 anos, por problemas de saúde, não poderia deitar-se no chão em busca da posição de referência. Tento resolver essa questão com colchões de segurança utilizado pela linguagem circense. Essa aluna usou muitas vezes este colchão para a investigação no nível baixo. Para ela, o colchão passou a ser sua superfície de contato, como o chão para as outras. Sendo que para a TKV, existem variados suportes para o corpo, o chão é um deles. A técnica dialoga com outros suportes cênicos, que possibilitem aos corpos caminhos variados de descobertas.

A TKV tem como ponto de extrema importância, o contato do corpo com o chão e sua relação com a gravidade, por isso desenvolve uma investigação e transição dos níveis baixos, médio e alto. Essa aluna me fez buscar outros caminhos para a condução de exercícios como estes. O espreguiçar no chão ou colchão, no início dos trabalhos é bem tímido, e acompanhado de relatos de dores e tensões. É quando percebo que a investigação do nível baixo, precisaria levar mais tempo, pois esse modo de organizar o corpo, não fazia parte do cotidiano dessas alunas.

Fui para casa com a pergunta: Como realizar o espreguiçar em outros níveis? Como proporcionar a esta aluna o mesmo interesse que as outras sem prejudicar a sua investigação? Revisitei as instruções da Técnica através dos meus protocolos e anotações, conversei com alguns professores do movimento e, principalmente, me lancei junto a uma pesquisa junto à aluna, para que pudesse contribuir com as suas transições de níveis e a chegada ao nível baixo.

Paulo Freire fala da importância do professor escutar seu aluno, para que juntos possam investigar o melhor caminho para o aprender. O educador, assim como o aluno, é um ser inacabado, pois ele não é detentor de todos os conhecimentos. Para Freire é necessário que o professor reconheça o seu lugar de aprendiz, para que junto à turma possa investigar um aprendizado coletivo e ético.

Não há ensino sem pesquisa e pesquisa sem ensino. Esses que fazeres se encontram um no corpo do outro. Enquanto ensino continuo buscando, reprocurando. Ensino porque busco, porque indaguei, porque indago e me indago. Pesquiso para constatar, constatando, intervenho, intervindo educo e me educo. Pesquiso para conhecer o que ainda não conheço e comunicar ou anunciar a novidade. (FREIRE, 2017, p. 30-31)

No outro dia de trabalho, experimentei exercícios de espreguiçar em dupla, frisando a importância do contato dos pés com o chão para a relação corpo com a gravidade. As que conseguiam investigar o nível baixo com mais conforto passavam por ele. As alunas com maior dificuldade experimentavam a ação de espreguiçar no nível alto ou médio.

Para as alunas com dificuldades físicas de acessar o chão ao se movimentarem, fortaleci a importância de respeitar os seus corpos. Assim, contribui para que assumam o corpo que têm, ao mesmo tempo que não são impedidas de vivenciar possíveis estratégias para acessar o nível baixo. Deixar as alunas mais livres para a vivência, faz com que adquiram confiança em si mesmas e busquem superar, tanto os desafios e o estereótipo de corpo perfeito, como de heroísmos internalizados na nossa cultura.

Realizamos muitos encontros para estudarmos o tópico presença, pois com este grupo de mulheres achei necessário levar mais tempo neste processo inicial. As rodas de conversa, por exemplo, se alteraram muito no decorrer do trabalho. No início elas mal falavam delas, vinham correndo de suas casas e me pedindo desculpa pelos atrasos. Falavam de seus filhos, maridos, noras e netos, mas dificilmente me falavam delas. Depois do quinto encontro elas aos poucos começaram a falar delas e perceber suas questões corporais dissociadas de seus familiares. Este fato está relacionado aos apontamentos feitos por Simone de Beauvoir sobre o corpo da mulher que se confina ao lar e esquece a sua própria identidade.

A mulher encerrada no lar não pode fundar ela própria sua existência; não tem os meios de se afirmar em sua

singularidade e esta, por conseguinte, não lhe é reconhecida. (BEAUVOIR, 2009, p.698)

O tópico *presença possibilitou* ao meu trabalho, descobertas de caminhos sensíveis variados, para a transmissão da técnica para estas mulheres. Muitas delas enfrentam o medo da invisibilidade dentro de seus contextos, seja pelo seu processo de envelhecimento; seja por opressões familiares; ou seja até mesmo pelas obrigações solitárias de suas maternidades. É olhando para esses seus contextos, que sentei em roda com elas, a fim de descobrir estes caminhos. Uma das alunas me relata que quando caminha sozinha na rua, o peso da sua casa é carregado em suas costas. Explano para elas que seus contextos diários precisam ser trazidos para sala, pois eles fazem parte de seus corpos e os estão diretamente ligados às suas tensões e suas alegrias. Klauss Vianna não acreditava que ao entrar em sala de aula, o aluno se livra de seus problemas.

Todas as ansiedades, questionamentos e dúvidas têm origem e resposta em mim e isso determina minhas posturas diante do mundo exterior. Aplicada a uma aula de dança, essa verdade toma vulto e as mesmas relações que existem no dia-a-dia afloram. Por isso não concordo com os que dizem que, ao entrar numa sala de aula, é preciso deixar os problemas lá fora. Impossível, pois minhas angústias e tensões estão presentes em meu corpo, em meus gestos. (VIANNA, 2005, p.75)



Investigação do Procedimento Lúdico da Técnica Klauss Vianna.

É por essas questões que trouxe o pensamento do dançarino, para dialogar com essas mulheres. Existem formas de existir, e a existência dessas mulheres, está em aceitar seus destinos e, aos poucos, conhecer formas de resistir a realidade e transformá-la. Entre a opressão de seus lares e a liberdade de dançar, o autoconhecimento corporal atua como estratégia de resistência, pois o movimento dos ossos desestruturam tensões provocadas por anos de limitações da expressão singular.

Em seguida, iniciamos o estudo do tópico *articulação*. As articulações são conectores naturais entre dois ou mais ossos. Elas são responsáveis em estabilizar os encontros ósseos e em contribuir com a mobilidade de nosso esqueleto. Entender o que são e quais são as funções que elas desempenham no nosso corpo, é de extrema importância para a assimilação dos procedimentos e instruções da TKV para essa etapa.

No curso, tivemos a oportunidade de vivenciar aulas de anatomia com a professora Marinês Calori, que nos mostrou, através de imagens e vídeos, as funções das articulações. Aí fomos amparados por essas aulas teóricas que contribuía com a nossa investigação prática. Klauss falava que não estava preocupado especificamente com

anatomia, como faz a medicina, a ele interessava à descoberta óssea que acontece através do movimento:

Não tenho, porém, qualquer preocupação específica com anatomia. A questão é descobrir os ossos. Ou mais que isso: é verificar os espaços que existem entre eles, porque é aí que estão baseadas as alavancas do corpo. (VIANNA, 2005, p-136)

Com as mulheres deste estudo, iniciei a investigação das articulações, com o que chamamos de palpação, ou seja, cada uma tocava seu próprio corpo para perceber a anatomia do osso em questão. Deitadas no chão ou colchão, iniciamos através de exercícios de sensibilização, a procura de determinadas partes do nosso esqueleto e os espaços que proporcionavam a flexibilização entre a junção de dois ossos. Assim, começamos a localizar os espaços articulares. O estudo ósseo e a percepção da mobilidade corporal proporcionada pelas articulações, eram feitos através do toque e do reconhecimento no momento da investigação.

Então, a ação de se espreguiçar, passou a ganhar uma nova camada nesta etapa. Após o reconhecimento ósseo e os espaços articulares, iniciamos o mover das articulações, a partir de exercícios de expansão e contração dos pés, da região dos joelhos, região coxofemoral, do assoalho pélvico, da coluna vertebral (lombar, torácica e cervical), região da cintura úmero escapular, do cotovelo e das mãos. Esta investigação iniciava no nível baixo e evoluía para a transição aos níveis mais altos. Ao chegar no nível mais alto conduzi as alunas a uma experimentação fluída desta transição de níveis, e à investigação das articulações. Investigamos a mobilidade do nosso esqueleto através das articulações.

Elas contribuem com a produção de líquidos e lubrificam o nosso corpo, proporcionando maiores espaços articulares. Após este momento do trabalho, as alunas relatavam que suas tensões presentes no início dos encontros acabavam por desaparecer, tornando mais fáceis as ações de andar e sentar no chão.

Entendo que o estudo das articulações é uma etapa importante do procedimento lúdico da TKV. Após o reconhecimento delas e da percepção da mobilidade que elas proporcionam ao nosso corpo, descobriremos uma possibilidade vasta de qualidade de

movimento, alívio de tensões e dores. E ao somar este tópico aos demais, estas percepções ampliam.

Analogamente, o artista brasileiro, diz que a descoberta da nossa dança corresponde ao processo do parir. Para parir um ser humano se faz necessário o fertilizar, gerar, para depois ele vir a nascer. E para ele a descoberta das articulações correspondem a etapa da fertilização.

[...] quando iniciamos trabalho corporal, há todo um processo que vai da fertilização ao nascimento. Quando iniciamos um trabalho com as articulações, existe um momento que corresponde ao instante da fertilização, existe um longo processo de gestação e, finalmente o parto – quando as articulações se desprendem, ganham mobilidade e maior flexibilidade. (VIANNA, 2005, p.100)

Nos encontros seguintes, nos dedicamos a experimentar o isolamento das articulações, chamado pela sistematização da TKV, de movimento parcial. Esse isolamento contribui com a nossa percepção dos movimentos de cada parte do corpo, podendo notar, por exemplo, que o movimento do ombro é diferente do movimento do braço. Os exercícios de isolamento, chamados por Klaus Vianna de *dissociação*, são importantes para a estabilidade corporal e uma maior exploração da nossa mobilidade. E quando todas as articulações se unem na investigação do movimento em prol a um aquecimento ou criação de uma dança, chamamos de movimento total. Para Klaus Vianna “*ao trabalhar isoladamente uma articulação, ao dissociar as partes do corpo, pouco a pouco recupero a percepção da totalidade - a dissociação torna-se útil à associação.*” (VIANNA, 2005, p. 99)

Em alguns improvisos movidos pelo tópico *articulação*, era recorrente a liberação de muitas emoções. Ao conquistarem a liberdade do movimento, presa por tensões carregadas de memórias, de dores, elas choravam ou davam risadas entre si. Uma das alunas, 36 anos, recém parida, me relata sobre uma tensão muscular próxima da sua região pélvica. Ela nos conta que depois de um conflito com o seu ex-esposo esta região ficou dura como uma pedra, na época ela estava grávida de 8 meses. Na conta ainda, que fez massagens e colocou compressa quente, mas essa musculatura não relaxou. Mesmo após o nascimento de sua filha a região ficou dolorida e enrijecida. Com os

encontros e reconhecimento das articulações a bailante nos relata com lágrimas que esta região estava mais leve. O compartilhamento de sua conquista foi uma das coisas mais lindas de se escutar ao longo da transmissão desta prática. Acredito que ao se livrar desta tensão, algumas memórias foram acionadas e reorganizadas, proporcionando a ela o reconhecimento de seus processos internos.

A aluna de 60 anos, me enviou um áudio poético pelo WhatsApp⁷ seguida de uma imagem: *“eu me senti como uma folha que cai na terra e aduba as raízes e galhos que estão em pé. Meus movimentos tensos caíam em terra e adubavam as minhas novas descobertas.”* Tais relatos contribuíram para me mostrar que estávamos no caminho certo, afinal apesar dessas mulheres serem fortes e terem resistido até hoje sem desanimarem, parecia que a TKV, pouco contribuiria para o fortalecimento delas em relação às suas questões pessoais, que no fundo não passam de uma construção histórica, que vem por séculos moldando a mulher para ser um segundo sexo.

A reflexão da folha que cai na terra com uma função bem objetiva, adubar as raízes foi a deixa para introduzir tanto o tópico *peso*, como apresentar um pouco das autoras Simone de Beauvoir, Ecléa Bosi e Mary Del Priore, que nos ajudam a encontrarmos conosco mesmos, diante dessa enxurrada de normas machistas que constrói a imagem social da mulher ocidental. Muitas destas normas, conversadas ao longo dos encontros, eram vistas pela maioria das alunas, como algo normalizado. A aluna de 61 anos, por exemplo, relata no depoimento em anexo, que: *“Foi, então que eu descobri que muitas vezes na minha vida que eu confundi amor e gratidão a submissão.”*

⁷ Utilizamos o aplicativo WhatsApp, como uma maneira de podermos dar continuidade dos nossos estudos. Através dele, elas enviavam áudios contando suas sensações, como uma espécie de protocolo. Algumas me enviavam músicas, poesias, desenhos ou imagens.



Investigação do Procedimento Lúdico da Técnica Klaus Vianna.

O próximo tópico de estudo do procedimento lúdico da TKV é o *Peso*. Ao liberarmos as tensões quando trabalhamos as articulações, o peso do corpo sede a gravidade com muita suavidade, essa sensação pode sim ser expressada pela metáfora da folha que cai leve em direção ao chão.

Para a investigação deste tópico, é preciso utilizar a liberdade das articulações, por isso, este tópico sucede o anterior. Iniciei a transmissão deste tópico, explicando para as alunas que *peso* não está associado a um corpo pesado ou a uma estética corporal e sim ao peso natural de cada parte de cada corpo. Mesmo os corpos muito magros, têm seu peso. Essa explicação foi extremamente necessária para o grupo, principalmente para as alunas mais novas, pois ao falar sobre esse tópico, elas brincaram: “*nossa eu tenho muito peso*”, “*não fala disso, não, Dani, tô comendo muito e tô muito pesada*”, etc. Apesar de ter sido um momento de descontração, trouxe a elas a reflexão sobre as imagens que a palavra *peso* está associada, e como o nosso corpo, por ser feminino, está rotulado de um padrão do que seria belo.

Em seguida, no nível baixo, conduzo as alunas a uma sensibilização do *peso* em dupla, com o auxílio de uma bolsa plástica com água.

Uma das alunas posa a bolsa d’água em uma determinada parte do corpo. O objetivo é o de que o corpo deitado, possa ceder suas partes ao chão, aumentando o contato da pele com a superfície e diminuindo as possíveis tensões musculares.

É necessário que o aluno diminua as tensões, para que, desse modo, possa perceber o peso do próprio corpo em relação a gravidade. Após este momento, a aluna que está sendo manipulada, inicia pequenos deslocamentos do corpo deitado, a partir da investigação do peso de cada parte do mesmo.

No começo destes exercícios, o *peso* contribuiu com o relaxamento de algumas alunas; já para outras, o *peso* ainda estava associado a algo pesado, e na tentativa de ver, rapidamente, um resultado, algumas enrijeciam as musculaturas. Este enrijecimento das musculaturas, estava associado também a como elas respiravam ao longo do exercício. Solicitei que as alunas inspirassem pelo nariz e soltasse, o ar, calmamente, pela boca e que a dupla pudesse se conectar através desta respiração com o exercício sensível da bolsinha d'água. Neste momento a respiração foi um caminho de extrema importância, para as alunas que estavam com dificuldades para entender o tópico. O movimento de inspiração e expiração contribuiu para que elas soltassem suas musculaturas na superfície de contato.

Teoricamente, a estrutura óssea deve estar sempre aberta, e, para isso, costumamos empregar vários exercícios de alongamento muscular e da conservação dos espaços internos. Por exemplo: se preservarmos maior espaço para os pulmões, a respiração ganha mais amplitude e há melhor oxigenação de todo o organismo, um verdadeiro incremento e alívio da tensão muscular. (VIANNA, 2005, p.107)

Ao perceberem o peso de suas musculaturas em contato com as superfícies e se conectarem com suas duplas através da respiração, muitas entraram em sono profundo. Elas cederam suas musculaturas de tal forma que depois do estado de sonolência, era praticamente impossível continuar as investigações. Respeito este novo tempo que se instaurou na sala e após o exercício voltamos para a roda e pedi para que elas compartilhassem suas sensações. Elas dão risadas e falam que estão com tanto sono que não conseguem verbalizar suas sensações. Neste momento recordo as aulas da especialização TKV, conduzida pela professora Thereza Feitosa. Suas aulas, conduzidas em manhãs frias, me proporcionavam encontros potentes com o peso das minhas musculaturas. Thereza falava que dormir faz parte de um corpo presente que está consciente do seu cansaço e necessidades. Reprimir a possibilidade de dormir irá gerar tensões e desconectará o corpo da sensação do peso. Compartilhei com elas o

ensinamento da professora e solicitei que elas fossem para casa com este estado de peso e que assim que possível, me enviassem suas sensações através do WhatsApp.

Uma das alunas, de 61 anos, enviou: *“Depois destes exercícios fico o dia todo pensando que posso ser mais leve e menos tensa para mexer a massa do bolo ou lavar a louça. Uso muita força, acho que por isso sinto tanta dor no meu corpo.”*

Outra aluna, de 59 anos, disse: *“Fui para casa flutuando, senti melhor as articulações da minha coluna. O povo lá de casa estranhou quando eu cheguei. Fui direto para cama e dormi mais um pouco. Disse para eles pedir pizza, porque hoje não ia fazer comida”.*

A aluna de 36 anos, relatou: *Entre em casa e fiquei tensa de novo. Os meninos brigam muito, não dar para relaxar. Tomara que você passe isso no próximo encontro para que eu durma um pouquinho.*

A maternidade solo da aluna de 36 anos e a dependência financeira da mesma, me pega em um lugar emocional e ao mesmo tempo de admiração, por vê-la resistindo aos encontros. Sua luta começa às 4 horas da manhã e só termina 00h com a chegada de seu filho, que é adolescente, de sua escola. As ausências de seus áudios no WhatsApp ou as suas faltas, são justificadas por todo este contexto duro e marcante de uma maternidade solo e periférica.

A aluna de 68 anos, relata que passou por estas mesmas questões em uma época onde uma mulher separada era a mesma coisa que lixo. Estes contextos sociais são amparados pelo pensamento de Beauvoir e o artigo de Cláudia Fonseca “Ser mulher, mãe e pobre”, trazido no livro *Histórias das Mulheres no Brasil*. Os fatos contados por estas alunas, faz parte do contexto histórico das mulheres brasileiras e periféricas. A autora Cláudia Fonseca, relata que a mulher do século XIX, já pelejava na sociedade, ao exercer uma maternidade solo:

A mulher pobre, cercada por uma moralidade oficial completamente desligada de sua realidade, vivia entre a cruz e a espada. O salário minguado e regular de seu marido chegaria a suprir as necessidades domésticas só por um milagre. Mas a dona de casa, que tentava escapar à miséria por seu próprio trabalho, arriscava sofrer o pejo da mulher pública. (FONSECA, 2010, p.516)

Através das reflexões destes contextos, continuo a transmissão do tópico *peso* e dos demais que virão. Uma dança que entrelaça suas vidas a todos os instantes. São

contextos como estes que são levados para os nossos encontros, e através da TKV almejo que elas olhem para as suas realidades através de uma compreensão histórica e dançante, proporcionando o reconhecimento de suas potências.

Com a evolução dos encontros, esse tópico passa a ser compreendido e investigado como um fator de movimento que contribuirá nos impulsos do corpo para a realização dos movimentos. A investigação dos impulsos através da percepção do peso de um braço ou perna, contribuirá com a dosagem do tônus e uma maior flexibilização do movimento. Segundo Jussara Miller:

A percepção de peso evidencia a dosagem do tônus muscular (estado de tensão permanente dos músculos), pois, quando eu me excedo na tensão da musculatura, a sensação de peso desaparece e, como consequência, a articulação se retrai. E quando eu doso a tensão na musculatura, equilibrando o tônus muscular, isso resulta numa sensação de leveza, com esforço adequado para executar o movimento, transformando, assim, tensão muscular em “atenção muscular”. (MILLER, 2007, p. 65)

A sensação de sono ainda é presente para algumas, mas para outras, os momentos de sensibilização contribuíram diretamente para que elas percebessem este tópico em seus cotidianos e danças. Assim, antes de passar para o próximo tópico, propus a elas uma roda de conversa sobre os conhecimentos da Técnica, adquiridos até o momento.

A partir da conversa, pudemos aprofundar em alguns tópicos que ainda não estavam assimilados o suficiente por elas. Muitas despertaram dúvidas nesse tópico. Li para elas alguns trechos do livro *a Escuta do Corpo - Sistematização da Técnica Klauss Vianna* (2007), de Jussara Miller. A partir desta leitura, conversamos e investigamos o tópico através de uma sensibilização do movimento. A aluna de 61 anos, propôs a música *O Vento*, da cantora Mônica Salmaso, para dançar junto às outras colegas. Uma lembrança, que segundo ela, contribuiu com o seu entendimento sobre *peso*. A música traz, através de sua intensidade, a sensação de peso e diz como o vento, cantado pela cantora, ajuda a mover as folhas. A aluna compara seus corpos as folhas caídas no chão que se movimentam através do peso do vento. A movimentação delas partiu do chão, muitas iniciaram o improviso no nível baixo usando o peso de seus braços e de suas pernas. Elas, em determinados momentos, interpretavam ações dos seus cotidianos, como o acordar, bocejos e uma certa resistência para sair do chão. Ao passar para o nível

médio e alto, algumas alunas reproduziram, através de movimentos amplos, ações como cozinhar, costurar e amamentar. As ações do cotidiano de algumas, naquele momento viraram dança.

Assisti à dança com os olhos cheios de lágrimas e sem fazer proposições no momento do improviso, apenas respirava e reconhecia a importância das lutas e contribuições destas mulheres na formação de uma sociedade. Movimentações regadas de sonhos e a busca incansável de melhorias para as suas vidas e para a vida de seus familiares, e para isso uma carga horária pesada de obrigações. Foi através de suas danças, que elas trouxeram as memórias cotidianas de suas vidas. Simone de Beauvoir, abordada no primeiro capítulo deste trabalho, traz a reflexão sobre o acúmulo de funções da mulher moderna da sociedade francesa na década de 30 até a década de 50, perdurando até hoje na vida das mulheres da contemporaneidade brasileira, por exemplo.

Klauss falava da importância do intérprete considerar suas memórias corporais e emoções para a criação de uma dança singular.

Para ser intérprete de minhas emoções tenho necessariamente de me despojar de uma imagem que me foi de alguma forma imposta para adotar a postura que corresponde à minha trajetória pessoal e à minha existência cotidiana. É o mesmo que apagar um quadro cheio de frases vazias que me foram ditadas para dar início ao aprendizado de um novo alfabeto, de uma linguagem capaz de traduzir aquilo que verdadeiramente sinto e quero expressar. (VIANNA, 2005, p.126)

As danças criadas pelas mulheres deste grupo, estão regadas de suas memórias provocadas pela investigação inicial da Técnica Klauss Vianna. Aos poucos elas tecem suas expressividades aos estudos técnicos propostos pela sistematização da mesma. Emoção e técnica caminham juntas neste aprendizado. É necessário entender os seus limites e reconhecer as potências que suas experiências ressaltam profundamente.

O trabalho de escuta sensível, possibilitou ao meu trabalho como educadora, uma criação de encontros a partir do que elas me demandavam, deixando espaços processuais para meu planejamento didático. O espaço do inacabamento, como abordado por Paulo Freire. O pensador brasileiro, refletia que todas as relações humanas estabelecem um espaço de inacabamento, pois o ser humano é uma espécie inacabada. Para ele só acontecerá uma transmissão ética de conhecimento, quando o inacabamento for aceito e superado através de ações que movam a busca pelo conhecimento.

Gosto de ser gente porque, inacabado, sei que sou um ser condicionado, mas, consciente do inacabamento, sei que posso ir mais além dele. Esta é a diferença profunda entre o ser condicionado e o ser determinado. A diferença entre o inacabado que não se sabe como tal e o inacabado que histórica e socialmente alcançou a possibilidade de saber-se inacabado. Gosto de ser gente porque, como tal, percebo afinal que a construção de minha presença no mundo, que não se faz no isolamento, isenta da influência das forças sociais, que não se compreende fora da tensão entre o que herdo geneticamente e o que herdo social, cultural e historicamente, tem muito a ver comigo mesmo. (FREIRE, 2017, p. 52-53)

Após sanada as dúvidas sobre esse tópico e sobre as reflexões profundas que as alunas me provocaram a partir de seus contextos de vida, dou continuidade a transmissão da técnica através do tópico *apoio*. A assimilação do tópico anterior contribuirá com que estas, possam observar seus pontos de apoio na superfície de contato. Faço a opção de iniciar o estudo dos apoios no nível baixo.

Com as alunas com o corpo em pausa, nas superfícies de apoio, peço para as alunas percebam os pontos de apoios do corpo no chão ou colchão⁸. Para essa técnica, o chão tem uma função importante. A partir do chão (suporte de apoio ao corpo no diálogo com a gravidade), é possível o reconhecimento das partes do corpo que tocam a superfície, facilitando a transição de níveis. Pedi que as alunas verbalizassem quais as partes do corpo que tocam as superfícies. Friso a importância da percepção do tópico anterior (*peso*) para entendermos o tópico *apoio*. Com a conscientização do peso do corpo, pressupõe-se uma diminuição da tensão e imediatamente a percepção das partes do corpo que tocam as superfícies.

Aos poucos, elas iniciam a ativação dos apoios corporais para a investigação da transição de níveis. Quando chegaram no nível alto, pedi que elas caminhassem observando a relação de apoio dos pés com a superfície do chão. Propus que utilizassem diferentes ritmos e caminhassem de lado e de costas (posterior) e que, a partir daí, observassem as mudanças dos pontos de apoio dos pés e como estes pressionam o chão para transferirem o peso.

⁸ O colchão representa uma busca por uma superfície que contribua com a investigação da aluna, mas evidencio uma certa dificuldade na minha condução para que ela não fique excluída da atividade, em relação as outras. O colchão não tem a mesma firmeza que o chão, mas ele possibilita a esta aluna mais segurança e mudança de nível.

Com o corpo já aquecido, brincamos de uma espécie de “vivo ou morto”. “Vivo”, representava quando o corpo pressionava o chão, e “Morto”, quando o corpo pousava no chão sem nenhuma espécie de pressão a superfície. Foi através deste jogo que iniciei a fala sobre apoio passivo (sem pressão na superfície) e apoio ativo (com pressão a superfície). Com o apoio ativo, o corpo acionará diferentes musculaturas, fortalecendo o tônus, contribuindo com uma passada mais rápida nas mudanças de níveis, além de amenizar as tensões.

No início, a compreensão de que o apoio não é um exercício de força em relação ao chão, demora um pouco. Entre as alunas, 50% delas reclamaram de um certo incômodo nos braços e coluna. Pausei a investigação para uma conversa em roda. Lembro de algumas posturas simples do nosso cotidiano. Tentamos reproduzir algumas delas, como: sentadas diante de uma televisão. Cada uma tem um jeito e a maioria adota posturas que sobrecarregam determinadas partes de seus corpos. Assim, solicito que elas pressionem o chão com determinadas partes do corpo para uma possível organização das posturas. E é dessa forma que elas foram entendendo que apoio ativo não é fazer força em relação ao chão. A força pressupõe um grande nível de esforço, e o apoio ativo pressupõe menos esforço. Após o término dos encontros, pedi às alunas observassem suas ações cotidianas e o nível de esforço empregado. Este pedido representa, para mim, uma maneira da técnica reverberar nas ações da vida e do cotidiano. Jussara Miller fala que é necessário que o trabalho em sala de aula transborde na vida:

[...] não apenas em sala de aula, mas também na vida, ao caminhar, sentar, trabalhar etc. Podemos, por exemplo, perceber o desenvolvimento de hábitos compensatórios como tensões excessivas, localizadas em determinadas partes do corpo, em atividades da vida diária- demonstrando que o trabalho em sala de aula reverbera no dia-a-dia [...] . (MILLER, 2007, p. 69)

A partir desta consciência nos lançamos a investigação do movimento. A aluna de 61 anos, relata: *“Sinto que a minha dança está ficando mais fluída, apesar de algumas dificuldades percebo que estou dançando com partes do meu corpo que nunca imaginei que seria possível”*. A outra aluna, de 34 anos, relata: *“O estudo dos apoios está me ajudando a transitar pelos níveis mais rapidamente e diminuindo algumas tensões na hora de improvisar”*. E a aluna de 64 anos compartilha: *“Hoje estou muito feliz. Fui para o chão sem precisar da ajuda do colchão. Dançando ao lado das meninas e tendo calma para investigar os apoios me ajudou aos poucos a ir para o chão. Confesso que dá uma certa*

dor na coluna, mas sei que isso é coisa do tumor. Mas tô feliz porque tô pegando a minha doença pelo laço e me desafiando a fazer o que amo”.

Klauss falava que ele se interessava em trabalhar com um corpo que trouxesse para a roda seus questionamentos, mostrando suas alegrias e sofrimentos, pois é o corpo que sente suas emoções que estará livre para dançar:

Não podemos nos esquecer de que o corpo que queremos exercitar é o mesmo com o qual nos acostumamos a correr, brincar, amar ou sofrer. Quanto mais levamos em conta essa dimensão existencial revelada por meio do nosso corpo, quanto mais considerarmos as dúvidas e os questionamentos que nascem na relação com o mundo exterior, mais proveitoso poderá vir a ser o trabalho realizado e tanto mais rico o resultado obtido. (VIANNA, 2005, p.111)

Aos poucos as novas descobertas corporais das alunas, a partir do autoconhecimento, foram contribuindo com o rompimento de seus limites sobre conhecer seus corpos. A cada tópico observo que seus corpos ficavam mais ousados e livres na investigação dos movimentos. Boa parte delas passaram a enxergar seus corpos de maneira tridimensional. As alunas que eram mais caladas se encorajaram um pouco mais para verbalizar suas sensações. Essas têm medo de serem julgadas ao falar, por isso, friso nas rodas de conversas, que as sensações são de cada uma, não existindo um certo ou um errado. Era importante para mim que elas pudessem ver os nossos encontros como um espaço que garante a voz e desejo de cada uma. Um espaço onde possamos verdadeiramente trocar saberes para que, elas se sintam livres ao colocar suas dúvidas sobre o trabalho ou ao falar de suas questões emocionais que muitas vezes tencionam seus corpos.

Elas, em sua maioria, apresentaram em seus depoimentos iniciais⁹, suas pequenas biografias de lutas para resistir diante de dificuldades e para existir em suas novas realidades. Nesse instante me lembrei das autoras Éclea Bosi e Simone de Beauvoir, ao abordarem sobre a velhice social. Bosi fala que o ser humano, ao chegar na velhice, travará uma luta grande para continuar existindo diante dos olhos da sociedade. Beauvoir problematiza que a velhice chegará para as mulheres de maneira muito diferente do que para os homens. A mulher nesta fase passará por uma despersonalização de seus

⁹ Depoimentos em anexo. Os depoimentos das alunas foram enviados através do grupo do WhatsApp.

desejos e corpos. Os pensamentos das autoras acompanham o estudo de transmissão da TKV, me fazendo repensar as instruções.

Um dos traços mais marcados na mulher que envelhece é o sentimento de despersonalização que a faz perder todos os pontos de referência objetivos. As pessoas que, em plena saúde, viram a morte de muito perto, dizem ter experimentado uma curiosa impressão de desdobramento; quando a gente sente consciência, atividade, liberdade, o objeto passivo cuja fatalidade está em jogo apresenta-se necessariamente como um outro: não é meu eu que um automóvel atropela; não sou eu essa mulher velha que o espelho reflete. A mulher que “nunca se sentiu tão jovem “ e que nunca se viu tão idosa não consegue conciliar esses dois aspectos de si mesma; é em sonho que o tempo passa, que ele a corrói. (BEAUVOIR, 2009, p.758)

Reconheci as lutas destes corpos em cada encontro, pois foi isso o que me fez dar continuidade ao próximo tópico de estudo, *resistência*. Este tópico traz, em sua palavra, uma representatividade grande na vida dessas mulheres. Elas que resistem para emergir e garantir suas vozes em seus contextos e ambientes sociais.

A palavra *resistência*, é uma das palavras que as armam para insistir todos os dias em suas lutas, no desejo de serem vistas e existir de forma socialmente autônoma em seus meios.

Para a TKV, a palavra *resistência* está associada a uma espécie de força desenvolvida a partir das musculaturas agonista e antagonista, proporcionando ao corpo um tônus muscular elevado, e acordando as musculaturas, resultando em uma percepção tridimensional do corpo.

Jussara Miller traz:

Com o treino de resistência, utilizamos a tensão dos músculos antagonistas em sinergia com os músculos agonistas, possibilitando a “vida” do movimento, até mesmo na pausa, ou seja, mesmo quando estou em pausa, trata-se de um resultado do movimento de tensões opostas equilibradas. Na pausa não há apenas interrupção do movimento; pelo contrário, na pausa há um movimento interno, com uma atenção e prontidão musculares em que o corpo ganha outra dimensão, ou melhor, uma tridimensão, o que poderíamos chamar de presença cênica. (MILLER, 2007, p.70)

Para pesquisar este tópico, iniciei com as alunas sobre a superfície de contato (chão), fiz uma pequena revisão sobre apoio passivo e apoio ativo. Após o reconhecimento dos apoios, pedi que as alunas iniciem a ativação dos apoios, transformando apoio passivo em apoio ativo. Os apoios ativos contribuem com a transição dos níveis. Ao chegar no nível alto, peço que elas pausem e percebam os apoios de seus pés. Aos poucos elas iniciam uma caminhada reconhecendo o espaço e as pessoas presentes nele. Quatro alunas em pausa, ficaram observando o alinhamento corporal das outras quatro que estavam caminhando. Em seguida, elas formaram duplas para iniciarmos o estudo do tópico *resistência*. Uma das alunas da dupla pressionava, com as mãos, uma determinada parte do corpo da outra, e esta agia fazendo força contrária à pressão da outra.

O encontro destas forças opostas, tem o objetivo de gerar a resistência. Este trabalho pode ser realizado tanto na pausa, quanto no movimento. Após a realização dessa pressão com as palmas das mãos, a aluna sensibilizada experimenta se mover a partir da memória proporcionada pelo toque. As outras alunas observam as danças.

Provoco as alunas a verbalizarem o que viram e o que sentiram ao mover-se. A aluna de 36 anos, diz: *“Vi que a minha colega está com o pescoço mais alinhado, ela olhou menos para o chão e abriu mais os braços”*. A de 62 anos: *“A mão quentinha e forte da minha colega ajudou o meu quadril a pesar mais, até consegui girar na hora de dançar”*. A aluna de 61 anos: *“Percebo que o meu corpo ficou mais organizado. No início foi difícil ir contrário a pressão que ela estava me dando sem exagerar na força, mas aos poucos eu fui entendendo. A minha musculatura trabalhou bastante”*. Aluna de 59 anos: *“Observei que a minha parceira trabalhou bastante a coluna. Ela se dobrou inteira na hora de mover, foi legal vê-la dançar”*.

Após todas passarem pelas mesmas etapas do exercício, as conduzi para investigar, em dupla, uma pressão simultânea ao corpo uma da outra, achando aos poucos uma movimentação ampliada. Este “pressionar”, poderia ser com todas as partes do corpo, não só com as mãos. Observei que algumas alunas mostraram dificuldades para achar o movimento após as pressões ou agem com excesso de força, interrompendo assim uma possível fluidez no mover. Passo pelas duplas para contribuir com as suas pesquisas, pois suas dificuldades são específicas, seja por: excesso de força; necessidade de melhorar os apoios dos pés em relação ao chão; excesso de emissão de movimento; e pouca escuta das proposições. Ao longo de suas pesquisas, vão suprindo

essas lacunas e ampliando seus movimentos. Dou sequência com todas bailando pelo espaço.

Sentamos em roda e compartilho com elas alguns trechos do livro *a Escuta do Corpo*, de Jussara Miller, sobre *resistência*. Conversamos sobre a experiência de dançar a partir deste tópico. Muitas compartilharam sobre a ampliação do movimento de seus braços e seus troncos, enquanto outras falaram que no início das experimentações seus ombros ou escápulas ficaram muito rígidos, por causa de um excesso de força. Depois, a conversa sobre a experiência foi tomando um outro direcionamento. As alunas começam, analogamente, a pensar o tópico *resistência* a partir de suas resistências cotidianas. Na minha opinião a comparação é extremamente pertinente, já que para Klauss Vianna, a dança é um processo de autoconhecimento e um contato sensível com a vida.

A aluna de 68 anos traz a seguinte comparação: *“Eu resisto todos os dias na minha vida. Minhas filhas fazem de tudo para eu ser a senhorinha que só fica dentro de casa. Pois eu mostro o contrário para elas. Deixo a comida pronta e saio para o salão, vou fazer minha caminhada, conversar com as minhas amigas, dançar com vocês e muito mais. Preciso mostrar para elas que eu ainda tenho as minhas vontades.*

Depois dos relatos e da constatação das possíveis compreensões que esta palavra traz à tona, explano que para a TKV, *resistência*, está atrelada a um fator de movimento.

O relato acima, por exemplo, traz a opressão de familiares que designam aos corpos de mulheres mães na terceira idade uma vida exclusiva ao lar. Estes destinos são compreendidos historicamente pelas autoras citadas no primeiro capítulo.

Simone de Beauvoir aborda :

[...] a sociedade patriarcal deu a todas as funções femininas a figura de uma servidão; a mulher só escapa da escravidão no momento em que perde toda a eficiência. Por volta dos cinquenta anos, está em plena posse de suas forças, sente-se rica de experiências; é mais ou menos nessa idade que o homem ascende às mais altas posições, aos cargos mais importantes: quando a ela, ei-la aposentada. Só lhe ensinaram a dedicar-se e ninguém reclama mais sua dedicação. (BEAUVOIR, 2009, p. 766 -767)

Procuo mostrar a essas mulheres que ao se oporem aos padrões historicamente impostos ao corpo nos contextos sociais, é que elas se encontram. Estas oposições contribuem para que elas continuem se movendo em busca de seus sonhos e da autonomia de escolher seus próprios destinos. Klauss dizia: *“Duas forças opostas geram*

um conflito, sustenta-se, reflete e projeta sua intenção para o exterior, no espaço". (VIANNA, 2005, p. 93).

A transmissão do tópico *oposição* inicia em meio a essa reflexão sobre as forças opostas que contribuem com o corpo e fazem com que esse revele-se ao exterior de maneira ampla e presente. O estudo do tópico se refere a oposição entre um osso e outro, proporcionando um maior espaço articular e uma maior projeção corporal.

Início a condução do trabalho em uma pequena roda, lendo sobre *oposição* para as elas. Após este momento começamos a sensibilizar a nossa ossatura com bolinhas de tênis. Em dupla, fazemos uma pequena percussão óssea com a bolinha. Passando pelos pés, pernas, região pélvica, braços, cintura escapular e coluna vertebral. Em seguida dou continuidade ao encontro por meio de uma revisão breve dos tópicos. Elas iniciam uma caminhada pelo espaço acordando a percepção sobre os seus corpos. Depois as conduzo a procurarem uma posição de referência para deitar e no nível baixo, perceber as partes de seus corpos que estão apoiadas no chão, ceder o peso da musculatura para o chão e iniciar um espreguiçar através de movimentos articulares. Reviso o estudo dos apoios ativos para que as alunas possam iniciar uma transição de níveis.



Investigação do Procedimento Lúdico da Técnica Klaus Vianna.

Ao longo deste espreguiçar, em variados níveis, aguço as alunas a investigarem a movimentação através dos direcionamentos ósseos. O tópico *oposição* é para a TKV, uma sensibilização inicial para o estudo dos vetores, próxima etapa da técnica. As

conduzo para experimentar as oposições entre sacro e crânio; ísquios e calcânhares; entre o crânio e as escápulas; e assim por diante. Este trabalho de oposições ósseas ampliará os espaços articulares. Continuo o estudo provocando as alunas a verbalizarem os seus estudos de oposições, para que assim elas possam verdadeiramente se conscientizarem da movimentação que está sendo investigada. As alunas fizeram novas duplas e brincamos de conduzir a outra através da oposição. A aluna que conduzia escolhia quais partes iriam se opor através de um toque com as mãos. A cada oposição a aluna conduzida pausava até vir o próximo toque.

Jussara Miller aborda:

O uso das oposições é aplicado para proporcionar espaços nas articulações por meio do jogo de forças opostas, com duas tensões opostas. Dá-se bastante ênfase aos espaços intervertebrais com a oposição sacro/crânio; ou ainda, com a oposição entre as duas escápulas ou, mais especificamente, entre os acrômios; entre os cotovelos; crânio e escápulas, ísquios e calcânhares etc. (MILLER, 2007, p.71-72)

Depois que todas passaram por esta experiência, experimentamos a investigação de uma dança a partir do tópico *oposição*. Através deste trabalho e outros exercícios desenvolvidos ao longo da investigação deste tópico, as alunas, no final destes encontros, explanaram em roda de conversa algumas questões. A aluna de 61 anos, relata que para ela o seu corpo está mais amplo e que é possível perceber uma maior fluidez para criar o movimento; A aluna de 35 anos, fala com lágrimas nos olhos, que para ela é muito difícil falar sobre suas impressões ao dançar, pois ao mover o seu corpo vibra muitas emoções. Ela nos fala que tem a sensação que os seus ossos furam os seus olhos e o coração fazendo ela chorar ao dançar. Completa dizendo que este é o único momento da sua vida que os problemas relacionados a sua doença de esquizofrenia desaparecem; A aluna de 50 anos diz que ao fazer a oposição das pernas com o tronco, conseguiu perceber uma possível criação de movimentos posteriores. Ela dá risada e afirma que agora também irá dançar de costas; A aluna de 62 anos diz que as peças da técnica estavam se juntando, facilitando a improvisação. Ela compara os tópicos, às camadas recheadas de um bolo. “*A cada camada um novo gosto que deixa, no final, o bolo mais gostoso. É, assim que eu me sinto ao aprender esta técnica*”.

Ao longo da roda de conversa, as alunas foram colocando suas constatações sobre o tópico *oposição* e a técnica de uma maneira geral. Os relatos e impressões são vistos quando elas se lançam às descobertas e improvisações. Um tópico corporal vai além do movimento para uma dança criada pelas alunas. Ele desperta, em boa parte das alunas, como na aluna de 35 anos, citada a cima, um contato direto com os seus limites e emoções. Aproximando questões técnicas de dança a fatores cotidianos da vida. Esta aproximação é para Klauss, o reconhecimento de que dança e vida caminham juntas e para tanto é necessário a percepção de suas singularidades. São os “porquês” de cada corpo dançante, que diferenciam as movimentações de cada corpo.

Klauss Vianna dizia:

A dança é um ato de prazer, de vida, e só deixa de ser prazerosa e viva no momento em que passa a ser ginástica, exercício, competição de força e de ego. Uma aula não pode excluir a emoção: é preciso incorporá-la. Então sou eu, com minha percepção, meus conhecimentos, vivências e emoções quem vai escolher o lugar na sala, quem vai levantar o braço, quem vai rodopiar – não é minha perna que vai subir porque o professor mandou. Os movimentos surgem das emoções particulares de cada um e transformam-se em arte quando encontram uma linguagem universal, já que o ser humano tem uma essência comum. (VIANNA, 2005, p. 80)

Dou continuidade ao estudo do procedimento lúdico, através do tópico *eixo global*. Este estudo corresponde a percepção do alinhamento ósseo, dos pés até a cabeça. Portanto, a vivência de todos os outros tópicos proporcionará ao aluno o contato com o eixo global. A partir deste estudo é possível perceber as simetrias e assimetrias em diferentes posturas do corpo. A postura corporal não é fixa, ela é maleável e flexível a cada posição que nos colocamos.

Para a transmissão deste tópico, começo com as alunas no nível alto sensibilizando os pés com as bolinhas de tênis. Depois deslocamos um pouco pelo espaço para acordamos o nosso estado de presença. As conduzo a perceberem o eixo de seus corpos ao se deslocarem. Depois, em pausa, solicito que elas formem duplas e através do toque, apenas pousem suas mãos na região cervical, torácica e lombar da coluna vertebral. O toque sensível tem como objetivo dimensionar a extensão da coluna vertebral para o alinhamento corporal. A partir desta sensibilização, iniciamos um improviso pelo espaço através da percepção dos movimentos articulares da coluna

vertebral. Através desta flexibilização da coluna, será possível perceber o alinhamento ósseo em diferentes posturas.

Segundo Miller “ No estudo do eixo global, exploramos o corpo em sua totalidade e a inter-relação de todas as suas partes. ” (2009, p.74). Após a transmissão deste tópico a aluna de 64 anos fala em roda que, através deste último tópico ela passou a ter uma percepção mais sensível das dimensões de seu corpo. *“É interessante o caminho que a técnica faz para chegar no alinhamento corporal. Já fui em fisioterapia e fiz muito RPG para ajudar nas dores da minha coluna, mas confesso que me ajudaram bem pouco. Assim, parece que é mais nosso. A cada proposta que a Dani ia nos colocando, eu ia descobrindo as minhas necessidades e limites, e agora percebo que a minha postura e equilíbrio estão bem melhores”*.

Neste caminho, o Processo Lúdico da TKV reforça a importância do autoconhecimento para estes corpos que levam em si uma carga de fatores sociais que as tencionam cotidianamente. É através da dança que os movimentos destas mulheres vão ficando livres. O trabalho de presença, articulação, apoios, peso, resistência e oposição e a consciência deste eixo global proposto por esta etapa da técnica contribuiu com que estes corpos achassem liberdade de movimento em suas danças para que assim tensões musculares fossem diminuídas e reflexões sobre a dança e a vida fossem estreitadas. A aluna de 61 anos fala: *“Não é fácil dançar sem passos de uma coreografia. Quando eu venho para cá sem estar bem é mais difícil improvisar, pois este estudo requer muita atenção, entrega e disponibilidade. Quando danço aqui minha cabeça sai pensando em muitas coisas. Um dia, quando a Dani pediu para colocarmos a mão nos nossos corações e iniciar o espreguiçar a partir da música que ele pulsava foi bem lindo. Pois dancei o meu ritmo e através dele veio tantas lembranças adormecidas. Esta dança anda me fazendo aproximar de coisas da minha história que tenho vergonha de falar com palavras, e agora elas estão sendo faladas através da minha dança”*. A aluna de 35 anos fala: *“Confesso que as experiências de dançar em dupla foram bem divertidas, na minha cabeça eu estava conversando com as minhas colegas através do movimento. Conteí tantos segredos em dupla e fiquei sabendo dos delas também. ”*

A vivência proposta até aqui, assim como as vozes e conquistas corporais destas mulheres, confirmaram para mim a necessidade de estreitar a relação técnica - seja de dança, teatro ou música - com um cotidiano, a vida. Não é à toa que Klauss Vianna era um grande observador dos corpos, fazendo questão de desenvolver processos investigativos com os corpos de bailarinos ou não. Para ele as várias pluralidades

corporais eram enriquecedoras para as descobertas de caminhos técnicos seja como artista ou como professor.

Na minha experiência de transmissão de uma técnica, que é extremamente recente nas minhas vivências, foi um grande desafio, pois para a transmissão desta técnica, precisei escutar os corpos tensos e sorridentes que clamam por existência, através de suas histórias e construções dolorosas de vida. Mulheres guerreiras, como afirmado no início deste capítulo, que resistem aos conflitos cotidianos de uma sociedade machista através de instantes de prazeres através da dança. Tempo precioso para mulheres que criaram um grupo que se chama *Movimento Livre*. A liberdade de um movimento fluído através de uma técnica que refletirá na liberdade de pensamentos, contribuindo assim, com suas lutas cotidianas como mulheres.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

[...] depois da crise, o que temos diante de nós é uma nova vida. (VIANNA, 2005, p.100)

Me propus a transmitir e refletir o procedimento do Processo Lúdico da Técnica Klauss Vianna a um grupo de dança-teatro, composto por mulheres, nomeado *Movimento Livre*. Foram cinco meses de encontros que apostei na contribuição através da TKV para o autoconhecimento e pertencimento das mesmas diante de suas lutas. Foi um trabalho com muitos desafios, pois a pretensão da minha hipótese já era uma busca cotidiana destas para suas próprias vidas, mas ao nos encontrarmos, podemos confirmar através da TKV que o corpo é um universo capaz de guardar emoções longínquas, que muitas vezes gera uma musculatura tensa que não sabemos a causa. A cada tópico vivenciado, as mulheres bailantes descobriam seus ossos e musculaturas como potências de suas memórias e lutas. A hipótese de que a TKV contribuiria com o processo de autoconhecimento, a partir de uma reflexão sobre o corpo e seu contexto social, foi sendo respondida ao longo destes cinco meses de convívio com elas. Foi um processo de troca que somou a todas, os conhecimentos que tive a oportunidade de adquirir ao longo de dois anos nesta especialização.

A TKV possibilitou aos seus corpos um processo de autoconhecimento e como consequência uma reorganização motora. E é desta reorganização motora que se inicia descobertas de alívio de dores, equilíbrio das emoções, percepção do próprio corpo, padrões e entre outras. E foi ao longo destas descobertas corporais, que fatores sociais foram sendo evocados como pontos teóricos norteadores das reflexões deste trabalho. Pesquisas históricas, sobre o machismo e sobre a evolução da mulher na sociedade ocidental, feitas por Simone de Beauvoir, Éclea Bosi e a organização de artigos de Mary Del Priore, trouxeram para mim um embasamento crítico para refletir sobre as memórias corporais das mulheres do *Grupo Movimento Livre*. As tensões trazidas em seus corpos por opressões machistas marcadas por casamentos abusivos, o declínio de um corpo que não é mais desejado, devido a um processo de envelhecimento ou uma maternidade periférica - nada romantizada - apontaram para mim que o processo de autoconhecimento, proposto através da TKV, precisaria ser desenhado através de um

novo caminho. Portanto, fui escrevendo ao lado delas os nossos encontros, descobrindo novas estratégias para a condução de estímulos e atividades que vivenciei ao longo da especialização.

Os ganhos em seus corpos eram visíveis, os relatos sobre uma experiência de dança que alterou positivamente o jeito delas dormirem, trabalharem em suas casas ou dançarem em seu grupo. As vulnerabilidades presentes nestes corpos no início deste trabalho e no momento final, reforçou para mim a importância de pensar a dança para todos os corpos, seguindo afirmação de Klauss Vianna, que falava que o seu trabalho não era só para o bailarino e sim para todos que desejam se mover.

Para mim, como mulher periférica e nordestina, foi extremamente importante a realização desta etapa da TKV, em espaços onde as técnicas de educação somática, na maioria das vezes, não chegam. Ao longo de dois anos cruzei a cidade para chegar no espaço da PUC-SP. A linha 12-Safira (Guaianazes- Luz) possibilitou o cruzamento de algumas fronteiras, e fortaleceu a minha necessidade de desejar estudos técnicos que dificilmente chegará para as periferias. E como educadora e artista compro esta luta, na tentativa de fortalecer outras lutas.

Assim, fecho este trabalho com muita satisfação em ver nos corpos e atitudes dessas mulheres, os primeiros resultados do trabalho da TKV, junto a realidade histórica. Proporcionar um espaço para elas, que fortalecia o autoconhecimento, tanto do corpo, como do mundo que nós mulheres vivemos, foi o suficiente para que essas guerreiras agarrassem seus destinos e aos poucos mudassem os rumos de suas angústias e tensões de forma consciente e confortável, pois como aponta Klauss Vianna, “quando danço, portanto, está dentro de mim a engrenagem que faz o movimento do mundo. ” (KLAUSS, 2005, pg. 105).

ANEXOS

DEPOIMENTOS DAS ALUNAS BAILANTES.

Como estratégia inicial de desenvolvimento desta vivência solicitei a elas uma pequena apresentação de suas biografias, através de áudios pelo nosso grupo do WhatsApp. Este aplicativo facilitou por várias vezes a nossa comunicação e continuação das nossas reflexões. Transcrevi suas narrativas, policiando-me a não alterar as palavras dos áudios, para que possamos entender este grupo de mulheres e o caminho que traçarei conceitualmente para problematizar algumas questões em torno do corpo feminino na nossa sociedade.

ALUNA 1 - 62 anos: Eu sou Gildete, sou pernambucana. Sou mãe, sou avó e bisa. Sou nordestina, vim de lá muito nova, com duas crianças. Foi muito difícil eu até pensei que não iria vencer, mas venci. Eu aprendi a não ter medo. Hoje eu não tenho medo de nada, porque medo vai de cada um. É da cabeça de cada um... ter medo. Eu penso mais no amanhã o que será, mas é ver o dia seguinte o que acontecer. Eu conheci a dança no nordeste, por que o nordestino gosta muito de dançar. Só que sem o conhecimento. A dança, aqui, pra mim, tem mais conhecimento e eu acho que é bem mais divertimento. A cada dia um passo a mais nas nossas vidas. E é um momento que eu tenho pra mim e um com os outros. E eu acho que eu sou feliz com a turma das meninas. Dançar com elas é divertido. Eu não quero parar de dançar, por que se não meu corpo trava e aí já sabe como é filho, vão deixar as crianças para eu ficar cuidando o dia todo.

ALUNA 2 - 68 anos: Sou de família nordestina, mas nasci em São Paulo. Sou muito feliz, mas não posso negar que minha vida não foi fácil. Minha mãe era empregada doméstica ali perto da Sumaré. Seus patrões trouxeram ela novinha para São Paulo. Quando ela casou com meu pai, jardineiro da casa, eles foram morar em um quartinho que a dona Zélia ofereceu. Eles trabalhavam igual condenados para comprar uma casinha. Eu fui a primeira filha e já aos sete anos fui trabalhar com eles, cuidando da filha da patroa. Não entendia nada, mas falavam que eu não podia brincar, que eu estava trabalhando. Mas, eu sempre dava o meu jeitinho de fazer uma arte. Uma vez minha patroa me bateu por que me pegou com os livros da filha dela. Ela falou que livro não era coisa para mim. Acho que foi por isso que aprendi a ler e virei professora da alfabetização, fiz magistério.

Não foi fácil passar por tudo isso. Nós vivíamos igual cachorro na Sumaré. A casa que eu moro hoje no Itaim Paulista é a casinha que meus pais conseguiram comprar. Quando eu vim para cá eu já tinha uns 20 anos. O Itaim Paulista era só mato, tinha muitos fazendeiros e povo do Nordeste. Não sabia ler nada. Minha mãe me colocou na escola dos filhos dos agricultores que tinham aqui perto. Gostei de estudar, fiz até o magistério e depois comecei a trabalhar em uma escolinha aqui perto. Hoje já aposentei. To vivendo bem. Meus filhos e netos já estão criados, todos são bem de vida. Acho que é isso a minha vida. Sou uma velhinha teimosa e feliz.

ALUNA 3 - 64 anos: Sou natural de São Paulo, sou paulistana. Meus pais e avós eram do interior de São Paulo. Tenho 62 anos. Bem, a dança... A dança tá em mim, costume dizer que é genético. Minha família gosta muito de dançar. Eu amo a dança. A dança apareceu na minha vida quando eu era criança, eu queria ser bailarina. Mas não pude ser. A vida muda, o mundo gira. No final da minha adolescência fui para baladas, eu era roqueira. Dançava muito. O mundo girou outra vez e só voltei a dançar aos 32 anos. Aí entrei na academia e fiz um pouco de Jazz, fiz um pouco da lambada e um pouco de dança afro também. O mundo voltou a girar. Comecei a adoecer do nada e foi quando descobri um tumor na minha cabeça. Fiz muitos tratamentos com os médicos espirituais e dos hospitais também. Eu dei uma volta grande na minha vida. O tumor me acompanha até hoje. Voltei a dançar aos 53 anos, depois de uma cirurgia muito delicada. Deu tudo certo, graças a espiritualidade.

Resolvi voltar para a dança, aí foi aparecendo por acaso. Aí conheci uma professora que me apresentou a dança contemporânea. Eu me reconheci nesta dança. Ai nesta dança descobri que qualquer movimento, ritmo, desde que o seu coração bata, que o seu sangue pulse, você dança.

A dança salvou a minha vida. A dança voltou o meu equilíbrio, pois eu perdi quase todo o meu equilíbrio, depois que descobri esta doença. Me sinto à vontade e mais forte. A dança é um respirar. É um bater do coração para mim. A dança é a minha vida.

Depois com toda essa idade que eu tenho, 62 anos. Eu nunca vou parar de dançar, por que eu vivo quando eu danço. Você aprende que a dança te faz feliz e saudável, que o ritmo te leva e te eleva, que você se faz feliz e faz os outros felizes. A dança para mim é isso. Dançar, apesar das minhas limitações é uma maravilha. Ai eu não sinto vergonha de me expor para dançar. Então é isso que eu tenho para falar da dança. Vou dançar até que minhas pernas não mais me obedçam.

ALUNA 4 - 61 anos: Eu tenho 61 anos, mas tenho certeza que a minha alma não tem esta idade. Às vezes lembro quando o limite do meu corpo faz algumas mudanças. Nasci na Bahia na cidade de Rui Barbosa, mas logo fiz a minha travessia aos quatro anos de idade com a minha mãe Geraldina e o meu pai José dos Santos. Família grande de muitos irmãos. Meu pai era bem mais velho e a minha mãe uma guerreira batalhadora. E eu vi muitas vezes a dificuldade dela ao tirarem o brilho dos seus olhos. Eu me casei aos 19 anos com Samuel. Ele tinha 21 anos. Casamos por amor. Alegria ao meio de ciúmes, imaturidades e regras que ditavam os meus caminhos. Tive três filhos: Fábio, Leandro e Renata. Minhas pérolas. Hoje eu me orgulho, pois sei que os criei para amar, para ser livre nesse mundo de Meu Deus. Eu disse a Samuel, quando me separei que ninguém poderia dizer que o nosso casamento não deu certo, pois tivemos amor, alegria e os nossos filhos, e durou 28 anos. Foi, então que eu descobri que muitas vezes na minha vida que eu confundi amor e gratidão a submissão. Aos 47 anos eu me dei asas e renasceu em mim a alma, a Alaíde que eu seria de verdade. Aos poucos soltei os medos e ansiedades, tirei as correntes dos calcanhares e pude dançar a música que eu sempre ouvia. A dança que eu pensei que eu nunca dançaria. Cheguei com brilho nos olhos para sentir na alma e no corpo o meu próprio dançar. O dançar da minha vida. Poder ser eu com as minhas andanças e dona de mim. Livre das amarras que eu me coloquei. Hoje com a minha maturidade eu nem culpo alguém, sei que cada um viveu com o que tinha e as vivências que sabiam viver. Então, hoje eu continuo com a minha dança, andanças e o meu caminho à frente.

ALUNA 5- 35 anos: Nasci no Ceará. Meu nome Raimunda é promessa de família e Ameliana era o nome que minha mãe achava bonito. Morei em alguns lugares como Goiânia, Paraíba, Pernambuco e hoje moro em São Paulo. Tenho uma filha de 13 anos. Eu lembro que o meu primeiro contato com dança era nas festas das famílias, meu pai tocava sanfona. Ele tocava e eu dançava escondido, bem escondido mesmo. Eu era muito tímida, ainda sou. Uma coisa que eu também lembro é que eu tentava me entrosar com os grupos da escola quando tinha apresentação, mas eu era muito excluída pelo fato de eu ser negra, hoje eu estou desbotada... (ela dá risada) . Minha pele era queimada do sol, uma cor gostosa. Mas eu sofri muito, muito com isso, então comecei a evitar de tomar sol para não ficar mais escura. Hoje eu to meio Michael Jackson (ela ri). E eu era excluída demais por eu não saber dançar direito, por eu não me enturmar, por eu ser tímida. Uma vez uma menina falou para mim: “Sai, que você não sabe dançar”. Eu lembro que era uma música do cantor Netinho da Bahia. E a segunda vez que eu dancei foi na quadrilha,

nas festas juninas eu dançava; eu gostava. A dificuldade era pra encontrar um rapaz que quisesse dançar comigo porque como eu era muito estranha, muito reservada, muito caladona eles não queriam dançar comigo. Eles escolhiam as que já tinham peitinho, as meninas bonitinhas que já usavam maquiagem. Eu não usava essas coisas. Eu era bem estranha. Então quase que na maioria das vezes eu fazia par como menino para as meninas gordinhas, por que os meninos de verdade não queriam dançar com as gordinhas. Então eu dançava de menino com as gordinhas, eu era feliz assim. Era legal dançar de menino. Eu só ficava triste por que a minha família nunca ia me ver. Eles nunca iam ver as coisas que eu fazia com tanto gosto. Ai depois eu chorava muito. Eu só queria que eles vissem o que eu conseguia fazer, já que eu não trabalhava. Eu tinha uma forma muito peculiar de me vestir, eu gostava de usar saias compridas e blusas que tampassem esse ossinho perto do peito. Eu surtava se aparecesse esse ossinho perto da goela do meu pescoço. E eu andava muito torta. Até hoje... a Dani até me ajuda com isso. Mas hoje eu até tô conseguindo andar diferente, ser um pouco diferente do modo que eu gosto de ser. Hoje o meu contato com dança é na Fábrica de Cultura, na Casa de Cultura, na rua; por que às vezes eu me pego fazendo passinhos. O que eu gosto muito da dança são danças brasileiras, porque meu pai tocava o arrasta pé. E quando eu fui descobrindo os outros ritmos brasileiros, eu fui me apaixonando mais. Os ritmos são muito ricos. E que não é tão valorizado com as outras coisas, aí eu aprendi a gostar mais ainda.

Eu sou costureira, aprendi com a minha mãezinha. Eu costuro roupas pra mim, que fazem o meu estilo. Gosto de transformar roupas que já existem. Não estou nem aí para as pessoas que me olham torto na rua, mas confesso que aqui em São Paulo o povo não acha muito estranho esse meu jeito. Aqui eu me sinto mais livre pra usar as coisas do meu jeito. Eu vim para cá fugindo de um amor que não estava dando mais certo, que é o pai da minha cria. E a gente separou por contratempos, coisas da vida. No começo a gente se gostava, mas tínhamos muitas diferenças. Eu vendi tudo que eu tinha no Ceará às escondidas e me mudei para São Paulo. Nos três primeiros anos, aqui, eu me arrependi, foi muito sofrimento. Mas hoje eu não me arrependo mais. Conheci pessoas legais que me mostraram as artes como uma forma de transformar as minhas dores em poesias. Dançar com as meninas é muito bom. É bom tá aqui. Gosto de pintar também, gosto de fazer muitas coisas ao mesmo tempo. Tem uns que me chamam de esquizofrênica, pode até chamar, tomo até remédio por isso, mas o que importa é o que sei que eu sou. Eu sou ainda nova, mas tenho experiências de sofrimento de quem tem até uns 60 anos. Mas o que me fortalece é dançar. Quando danço me liberto e esqueço as minhas loucuras

Aluna 6 (36 anos): Me casei aos 17 anos, grávida do meu primeiro filho. Confesso que não queria ter filho, sempre gostei de sair com minhas amigas da escola. Mas quando conheci o pai dos meninos fui perdendo o interesse pela escola. Ele falou que eu não precisava continuar estudando, pois não ia me faltar nada. Saí da escola perto de terminar o colegial, tive o meu primeiro menino e depois tive mais quatro filhos. Minha vida se fechou muito com as crianças. Não tenho tempo para fazer muitas coisas para mim. Quero ser uma boa mãe. Separei do pai deles e recentemente tive a minha primeira filha, do meu segundo relacionamento. Agora são seis lindas crianças ao meu lado. E olha que eu não queria ser mãe, mas o que Deus determina para gente é isso mesmo. Tô seguindo sozinha com minhas crianças. Não é fácil, mas confesso que eles me deixam feliz.

ALUNA 7 (59 anos): Sou paulistana, filha de nordestinos. Nasci na Zona Leste e aqui me criei. Minha mãe sofreu muito atravessando esta cidade para criar eu e meus irmãos. A velha limpou muito banheiro no centro de São Paulo. Meu pai marceneiro de mão cheia. Aprendi a fazer unha desde novinha, tinha preguiça de estudar. Na escola era atacada toda hora por eu ser preta e gordinha. Isso me desanimava e os professores não entendiam que muitos dos alunos estavam cansados porque eu tinha trabalhado o dia todo. Deixei a escola no primeiro ano do ensino médio. Mas aí eu tive mais tempo para montar o meu salão. Hoje eu corto cabelo, depilo e arrumo as unhas do povo. Minha filha quer que eu volte para escola e me forme, mas confesso que isso é para gente novo. Agora quero viajar. Dois anos atrás fiz a minha primeira viagem só com amigas, fomos pra Salvador. Sem filho e sem marido. Pensa como a gente curtiu. Eu sou bem feliz com a minha família e vida. Quando viajo e danço com as meninas eu me liberto e me sinto menina outra vez.

ALUNA 8 (50 anos): Ganhei o nome da minha vó. Nome de luta, como dizia minha mãe. Nasci na Bahia e a vida por lá não foi fácil, por isso o povo venho tudo morar em São Paulo. O povo de São Paulo prometia trabalho para quem não tinha estudo. Eu era criança, não lembro muito da Bahia. Minha mãe me dizia que lá não era fácil e que aqui em São Paulo eles trabalharam igual escravo. Nordeste sofre, mas a gente é alegre e tudo continua. Tenho uma filha e criei ela sozinha. O pai dela sumiu, era porteiro do prédio que eu trabalhava como empregada doméstica lá perto da Barra Funda. Mas como eu carrego nome forte, eu consegui criá-la sozinha. Minha filha está fazendo faculdade e eu cuido dos meus dois netinhos pra que ela termine os estudos. E a dança pra mim é um

momento mágico. Aqui eu posso ser eu mesma, não penso em nada lá fora, confesso. Os problemas aparecem quando o corpo para.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Beauvoir, Simone. **O Segundo Sexo**. Tradução Sérgio Milliet. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2009.

. **A Velhice: as relações com o mundo**. Tradução Heloysa de Lima Dantas. São Paulo: Difusão Europeia do Livro, 1970.

Bosi, Éclea. **Memória e Sociedade: lembranças de velhos**. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.

Del Priore, Mary (org). **História das Mulheres no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2010.

Freire, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa**. Rio de Janeiro/ São Paulo: Paz e Terra, 2017.

Miller, Jussara. **A Escuta do Corpo: sistematização da Técnica Klauss Vianna**. São Paulo: Summus, 2007;

Neves, Neide; Vianna, Klauss. **Estudos para uma Dramaturgia Corporal**. São Paulo: Cortez, 2008.

Vianna, Klauss. **A Dança**. São Paulo: Summus, 2005.