

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo
Curso de Especialização em Técnica Klauss Vianna

Bruna Novaes Caram

Benefícios da
Técnica Klauss Vianna
para Cantores

São Paulo-SP
2024

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo
Curso de Especialização em Técnica Klauss Vianna

Bruna Novaes Caram

Benefícios da
Técnica Klauss Vianna
para Cantores

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 Klauss Vianna, sob orientação da Prof. Dra. Jussara Miller

São Paulo-SP
2024

AGRADECIMENTOS

Agradeço profundamente às professoras da Especialização; agradeço às minhas colegas; pelos semestres de investigação árdua, criativa, tão bem direcionada, com trocas inesperadas por mim, praticadas com tanta generosidade. Muitas vezes, nas aulas práticas, me senti passando por uma revolução. Eu não sabia muito bem em que estava me metendo. Mas fiquei feliz por caminhar descobrindo a trilha a cada passo.

Agradeço à minha amiga e sócia no Instituto Cor e Voz, Ana Terra Pompeu, por sempre me incentivar a estudar, a me manter de olhos brilhando a cada aprendizado.

Agradeço muito à minha pequena-grande família: George, meu marido, e Francisco, meu filho, com quem deixei de tomar muitos cafés da manhã juntos aos sábados para estar na pós, além de todos os finais de semana em que não estive com eles para viajar fazendo shows. Agradeço pelo incentivo, por nunca fazerem cara feia, por aplaudirem minha empreitada, e por transferirem a alegria do cuscuz com ovo para os domingos livres.

Agradeço a todos os meus alunos, tão disponíveis para as novas propostas que trouxe a partir dos estudos de Técnica Klauss Vianna, pelas descobertas juntos, pela confiança, e muito especialmente pelos depoimentos colhidos para este trabalho, que muito me emocionaram.

Sou grata por concluir uma pós-graduação em arte no Brasil pós-pandemia, e espero ser esta uma forma de lutarmos para que artistas como Klauss, Angel, Rainer, e outros tantos sejam devidamente reverenciados e reconhecidos por muitas gerações. Bem como as professoras que dedicaram décadas a manter este trabalho vivo.

Agradeço à minha orientadora, Jussara Miller, pela troca, que me deixa muito honrada.

RESUMO

A presente monografia apresenta um diálogo entre o estudo de Técnica Klauss Vianna (TKV) e do canto popular, a partir de minha experiência como cantora e professora desde os anos 2010. A partir dos princípios e tópicos da TKV, este trabalho propõe caminhos, aponta benefícios, descreve propostas práticas, e problematiza o ensino de canto popular, que, ainda hoje, tradicionalmente separa voz de corpo, canto de movimento e interpretação de técnica. Traz, também, depoimentos de especialistas em voz e alunos que puderam experimentar no corpo propostas aqui descritas, propondo reflexões a respeito dos benefícios percebidos e registrados. O embasamento teórico da monografia pauta-se principalmente em VIANNA (2005), MILLER (2007), e NEVES (2008).

Palavras-chave: Técnica Klauss Vianna; Técnica vocal; Canto popular; Expressão corporal; Pedagogia vocal.

SUMÁRIO

Introdução: a busca pela emoção.....	6
1. A Técnica Klauss Vianna na busca da voz com emoção.....	9
1.1 A trajetória de Klauss Vianna.....	10
1.2 Corpo, voz e saúde.....	12
2. Técnica Vocal e Técnica Klauss Vianna.....	15
2.2 O Aluno Como Ponto de Partida.....	19
3. Propostas Práticas.....	22
3.1 Princípios.....	22
3.2 Tópicos.....	26
3.2.1 Presença.....	28
3.2.2 Articulações.....	34
3.2.3 Peso.....	36
3.2.4 Apoio Ativo e Apoio do Cantor.....	40
Considerações Finais.....	46
Referências Bibliográficas.....	48

Introdução: a busca pela emoção

"Fiquei sabendo que sou poetisa.

*Pensei: agora eu sei o nome da minha enfermidade:
sou poetisa".*

Carolina Maria de Jesus

A curiosidade a respeito da expressividade do artista foi o que me guiou por décadas de estudo de artes, percorrendo as vertentes da música, dança, teatro e circo. O estudo, porém, assim separado em disciplinas distintas, sempre me soou estranho. As Artes me pareciam desde cedo uma coisa só. Foi por ter essa razão que, quando prestei vestibular em 2004, mirei no curso de Educação Artística, da Unesp, e por essa mesma razão me decepcionei ao descobrir que, a partir do ano em que fui admitida, a universidade havia decidido focar na área escolhida pelo aluno desde o primeiro ano de formação. Ou seja, não haveria mais, na grade curricular, Artes Cênicas, Música e Artes Visuais nos primeiros anos de curso. Sendo assim, comemorei passar em Educação Artística, mas cursei e me formei em Educação Musical, em 2010, pela Unesp.

A música foi minha companheira de crescimento, desde sempre. Nasci numa família extremamente musical (meu avô paterno era violonista de choro, e minha avó materna, cantora da Rádio Nacional nos anos 50), e me tornei cantora profissional aos 9 anos, integrando o grupo de serenatas Trovadores Urbanos (criado pela minha tia, Maída Novaes), onde trabalhei até os 18. Aos 9, comecei, também, a estudar balé clássico. Foi meu primeiro contato com a dança, que durou uma década, parou uma década e retornou recentemente.

Aos meus 14 anos, passei a estudar técnica vocal. Foi neste período em que, por acaso, resolvi ler um livro contando a biografia de Elis Regina (que eu sequer conhecia, sabia apenas que tinha sido uma cantora importante). Foi ali, lendo sobre Elis e sua dedicação impressionante ao canto, com sua presença cênica marcante, que decidi: quero ser cantora "de verdade".

E mais: quero ser uma cantora da emoção.

Na adolescência, segui trabalhando como cantora de serenatas, no mesmo grupo em que entrei na infância. Isso foi pouco antes de ser convidada a gravar um primeiro álbum.

Antes, durante os ensaios para as serenatas, eu sentia que queria de alguma forma acrescentar algo de cênico, dramático, no cantar, como quem atuasse (como atriz) na canção – mas, não sabia *como*. Ali, no grupo infantil, tivemos no início uma certa orientação nos ensaios, um treino de como "estar em cena". O treino consistia em, basicamente, não deixar os braços e mãos paradas. Fazer gestos. Os adultos ensinavam gestos para que repetíssemos. E, bem... era melhor do que nada. Até certo ponto, funcionava. Mas, claro, com o tempo percebi que aquilo era apenas um disfarce prático. Soube, com os anos, que faltava mais. "Todos sabemos que o corpo existe, mas sabemos intelectualmente. Só nos lembramos dele quando surge algum problema, alguma dor, alguma febre. (...) O que proponho é devolver o corpo às pessoas." (VIANNA, 2005, p. 898, edição Kindle).

Eu não sabia que corpo era o meu, mas sabia que queria usá-lo, desde então, para interpretar canções.

Minha carreira como cantora foi se desenvolvendo a partir das serenatas, diante do público, aprendendo por tentativa e erro como emocionar pessoas, e como emocionar a mim mesma.

Aos 19 anos, entrei na faculdade de música, aos 20 fui convidada a gravar meu primeiro disco ("Essa Menina", de 2006), e minha carreira solo como cantora começou aí - agora em 2024 contando com seis álbuns de estúdio, um ao vivo, e um DVD, além de lançamentos nas áreas de cênicas e literatura.

Olhando para a trajetória como cantora, vejo o quanto o interpretar sempre foi uma procura incessante, felizmente com muitas pessoas-mestras talentosas e generosas cruzando meu caminho para trazer novas possibilidades - e soluções em momentos de emergência, especialmente relacionados à saúde, já que, ainda na adolescência, desenvolvi uma grande lesão nas pregas vocais, comprometendo negativamente meu trabalho e causando uma grande dúvida em relação ao meu sonho.

A luta para me livrar da lesão que desenvolvi acabou trazendo um presente: a paixão pela técnica vocal, pela reeducação vocal, pelo canto saudável e consciente, e, num segundo momento, a paixão pelo ensino destes ajustes.

Desde 2012 passei a atuar também como professora de canto, descobrindo uma nova carreira, que me encanta e proporciona trocar experiências com outros artistas, rever meus caminhos, aprender outros, duvidar sempre, e seguir estudando jogo de cintura, segurança, conhecimento técnico, curiosidade e criatividade.

Dentro do ensino do canto e da experiência nos shows e turnês, a investigação do cantar da emoção seguiu. Felizmente, a pesquisa pôde seguir até hoje, dentro e fora do palco, mesmo que neste país em que viver de arte é tão pouco encorajado e, menos ainda, respeitado. Felizmente, até o momento, essa tem sido uma estrada possível - e em construção.

1. A Técnica Klauss Vianna na busca da voz com emoção

Até o ano de 2022, conhecia apenas por alto o nome de Klauss Vianna, pela minha experiência com as artes cênicas, ouvindo seu nome da boca de atores e bailarinos.

Desde 2009, me aproximei do teatro, quando comecei a estudar interpretação com a atriz e diretora Cris Ferri (prima-herdeira da mestra Myriam Muniz), fazendo seus workshops, contando com sua direção em shows, depois indo trabalhar como atriz pela primeira vez como atriz, numa minissérie na Rede Globo ("Dois Irmãos", de Luiz Fernando Carvalho, baseada no romance de Milton Hatoum, que foi ao ar em 2017), e depois trabalhando como atriz-assistente em workshops de interpretação para cinema, de 2016 a 2018. O teatro reintegrou algo em mim, abriu portas para buscar uma interpretação minha que nunca se fecharam.

Já no que diz respeito à dança, foi fazendo menos sentido o resultado de seu estudo no meu trabalho de palco. O balé clássico, principal vertente que estudei, me levava a uma melhor postura, alongamento, segurança de movimento, mas ainda assim, não me parecia trazer muitas pontes entre a vivência em sala e na labuta. Como é de praxe no balé tradicional, meu aprendizado tinha o foco nas coreografias e sequências, trazendo um trabalho mais estético do que aprofundado, mais mecânico do que criativo. Estudei pelo menos 11 anos de balé clássico, e sentia certa frustração, sem saber como aplicar melhor ao palco o projeto de bailarina que eu era - e que acabou ficando pelo caminho, conforme fui ficando mais velha, adquirindo mais responsabilidades, e perdendo a ligação tão forte com a dança diante das correrias da vida, filho, empresa, casa, pandemia, volta ao quase normal, etc.

Foi quando me vi mais uma vez confusa diante dessa vivência sempre fragmentada de estudos de arte, que decidi procurar alguma pós graduação na área de dança ou teatro, pensando em aplicá-la nos meus trabalhos como cantora e professora, e me surgiu o nome esquecido na memória, Técnica Klauss Vianna.

Quando compreendi que tratava-se de um caminho em busca da expressividade, sem fórmulas prontas, passando pela dança e pelas artes cênicas, sabia que esta era uma porta que eu precisava abrir.

1.1 A trajetória de Klauss Vianna

Klauss Vianna nasceu dia 12 de agosto de 1928, em Belo Horizonte, Minas Gerais. Em seu livro "A Dança", lançado em 1990, em colaboração com o jornalista Marco Antônio de Carvalho, Klauss conta sua trajetória e curiosidade a respeito do corpo e do movimento desde a infância. Relata ter sido uma criança muito calada e solitária, observadora. A curiosidade pelo corpo humano existia desde menino, apesar dos tabus, vergonhas e perigos que o mundo adulto impunha. A fascinação pelo movimento do corpo começou na infância, observando os movimentos dos pés e a relação com o chão, que se tornariam um enfoque primordial no seu trabalho mais tarde.

Apesar de se sentir uma criança solitária, Klauss não era tímido. Conforme ele mesmo relata no livro A Dança:

Comecei a me interessar por teatro, a dança nunca foi meu interesse: queria o teatro. Primeiro papel nas peças de escola, sempre: apesar de tudo, não era uma criança tímida. Desde pequeno escrevia textos para teatro, inventava cenários com as cadeiras: os meninos me evitavam, não queriam brincar comigo. Fui ver o espetáculo de balé da Juventude, fiquei encantado, era tudo o que eu queria na vida: dança, música, teatro. (VIANNA, 1990, p.19).

Nos anos 40, movido por esse encantamento diante do Balé da Juventude (dirigido por Igor Schwezoff), Klauss começou sua formação em dança. A vivência em aula, porém, logo o decepcionou. O mecanicismo dos passos, a falta de ligação com a vida real, o automatismo do ensino, o pouco espaço para questionamentos, a repetição sem propostas que buscassem um corpo mais expressivo, foram elementos que levaram a uma frustração, embora seguisse estudando dança, e se tornando professor. No Balé de Minas Gerais, nos anos 40, conheceu Angel Vianna, que se tornaria sua companheira, parceira, e mãe de seu filho, Rainer Vianna, que viria a ser também professor e coreógrafo.

Seguindo o movimento da família Vianna, em 1958, Klauss e Angel criaram a escola e grupo Balé Klauss Vianna, em Minas Gerais. De 1962 a 1964, atuaram em Salvador, na Bahia, estudando o trabalho corporal da capoeira. Em 1964, a família se mudou para o Rio de Janeiro, onde, a partir de 1968, Klauss começou

um período intenso de trabalho com teatro, trabalhando na preparação corporal de espetáculos pelas décadas seguintes, em cerca de 25 espetáculos, com diretores como Fauzi Arap, José Celso Martinez Correa, Aderbal Freire Filho, entre outros. Em 1975, com Angel e a professora de balé Tereza D'Áquino, Klauss fundou o Centro de Pesquisa Corporal de Arte e Educação. Em 1980, ele veio para São Paulo (Angel e Rainer vieram em 1988), e em 1992 criou a Escola Klauss Vianna.

Nas aulas de Klauss, é importante ressaltar, não estavam presentes entre os alunos apenas bailarinos ou atores. Profissionais de diferentes áreas o procuravam, advogados, músicos, médicos, engenheiros, educadores, pessoas de diferentes formações e níveis de aprendizado, que compartilhavam muitas vezes a mesma sala de aula, interessadas em expressividade e saúde do corpo.

Um dos pilares do trabalho de Klauss foi a busca pela dança de cada um. "Se dizia parteiro das possibilidades do aluno", como diz NEVES (2008, p.38). Seu trabalho foi sistematizado depois de sua partida, em 1992, e da partida precoce de Rainer Vianna, em 1995.

No Brasil, teve importante papel no emprego da improvisação, inclusive em cena, sendo também um dos pioneiros do processo do que chamamos hoje de "intérpretes-criadores", em que o bailarino não se restringe a decorar e a reproduzir passos do coreógrafo, mas também atua na criação em processo colaborativo, proporcionando, portanto, espaço à expressividade de cada um. (MILLER, 2007, p. 37 e 38)

O trecho acima faz parte do livro "A Escuta do Corpo - Sistematização da Técnica Klauss Vianna", de Jussara Miller, que apresenta a sistematização em caráter inédito o que acaba se caracterizando como uma importante colaboração à própria sistematização, o que conhecemos hoje como Técnica Klauss Vianna (TKV), nomeada e sistematizada por Rainer Vianna com a colaboração de Neide Neves desde 1984. Recomendo para artistas e cantores interessados em conhecer mais profundamente o trabalho de Klauss, assim como, claro, o próprio livro "A Dança", do próprio.

1.2 Corpo, voz e saúde

O questionamento de Klauss quanto à repetição mecânica de movimentos na aula de dança - que levou ao desenvolvimento de sua Técnica (TKV), não é meramente uma questão de opinião. Muitas vezes, compreender o movimento proposto numa aula, tanto de dança quanto de teatro, ou canto, ou instrumento, muitas vezes é uma questão de saúde. A melhor execução do movimento não é simplesmente a mais bonita, mas implica respeitar o corpo com seus limites, possibilidades e tensões.

Traçando um paralelo à sua busca como coreógrafo, eu enquanto cantora, desde que comecei a estudar técnica vocal, ainda adolescente, estranhava a repetição de vocalizes sem maiores explicações. Não entendia qual era a ponte entre a vida real e a aula. Não entendia a anatomia do meu instrumento. Não me preparei, portanto, para cuidar de minha saúde como profissional da voz.

O resultado, como já mencionei, foi bastante negativo: desenvolvi uma lesão grave nas pregas vocais, ainda muito jovem, aos 18 anos.

Na época, fazia serenatas, fazia pequenos shows, e de repente me vi completamente rouca. Não conseguia chegar ao fim do show com voz. Não conseguia ensaiar: em 15 minutos minha voz definhava, até sumir. A rouquidão durava dias, semanas, meses, até eu decidir investigar e descobrir: eu tinha nódulos enormes e fenda, além de refluxo e bastante inchaço na região das pregas vocais. Esse conjunto de problemas de saúde vocal foi considerado pelo médico, na época, como irrecuperável. E me foi sugerida uma cirurgia.

Frustrada por nem sequer ter compreendido como me machuquei, refutei a cirurgia e passei por uma reeducação vocal longa, com fonoaudiólogas e professoras de canto, por 8 anos até me recuperar. Foi difícil encontrar profissionais que me ajudassem, já que meu problema era grave. Nesse tempo, mesmo lesionada, gravei meus primeiros álbuns e fazia shows pelo Brasil, sempre apavorada pelo fantasma de perder a voz.

Conforme fui melhorando, segui a carreira e fui conquistando algum espaço no meio, e algumas pessoas passaram a me procurar para dar aulas. Apesar de muita insegurança (pensava: se quase destruí minha voz, como poderia ensinar alguém?), decidi começar a dar aulas em 2012, como mencionei anteriormente.

Cheguei à TKV em 2023, mais de dez anos depois, após uma pandemia, uma maternidade, a criação de um Instituto de Voz (A Cor e Voz, minha e de Ana Terra Pompeu, fonoaudióloga e minha sócia), e turnês pelo Brasil e fora, já sem aquele fantasma de perder a voz. O que eu busquei na TKV foi reintegrar as artes e meu estudo de emoções, que seguia fragmentado, dificultando, inclusive, que eu fizesse boas propostas interpretativas aos meus alunos.

Para minha surpresa, o estudo da Técnica Klauss Vianna trouxe, além de caminhos para ajudar o cantor-artista-pessoa, a possibilidade de unir a própria técnica vocal ao corpo expressivo, facilitando a adaptação da técnica vocal à vida, com estratégias democráticas, acessíveis. Assim, passou a me reforçar a ideia de saúde vocal que é do corpo todo, bem como da emoção: é integral, e é saúde no sentido de bem-estar, não como antítese de doença. A TKV me abriu uma porta de cuidado e atenção. O estudo acontece o tempo todo. É prazeroso, criativo. E é reintegrado às artes, ao emocional, ao corpo, ao olhar. Minha proposta aqui é a de que todo cantor pode se beneficiar da Técnica Klauss Vianna – algo que venho testemunhando que quero contar.

A expressividade do artista segue sendo minha busca, que não termina. Hoje, com a TKV, ganhei um mapa para investigar melhor e mais. Com a alegria de ter artistas ao meu lado investigando junto, multiplicando este mapa em tantas possibilidades. Como diz João Guimarães Rosa, “Mestre não é quem sempre ensina, mas quem de repente aprende” (ROSA, 1994, p.271).

2. Técnica Vocal e Técnica Klauss Vianna: o aprendizado incluindo o “como” e o “porquê”

*“A minha cabeça estava toda voltada
para a Dança
boa ou má que eu realizava, não importa, eu só queria continuar tentando
e continuar
tentando
já que o exercício
da Busca
me proporcionava o lugar mais acolhedor que eu tinha habitado até ali”.*
Aline Bei - Pequena Coreografia do Adeus (2021)

A busca que deu origem à TKV veio da necessidade de “comos” e “porquês”. Como cantora e como professora, já me guiava por perguntas desse tipo. *O que eu queria propor, por que e como?* O que eu precisava aprender (e ensinar) sobre saúde e anatomia da voz? Para quê servia cada exercício de voz, e como executá-los da melhor forma? Por que a pior forma de executá-los era a pior? Como perceber que o aluno está executando de forma prejudicial? E como fazer a ponte entre exercícios e a vida real, e o palco, e a performance do cantor?

Daquelas primeiras aulas de canto que tive, na adolescência, compreendo hoje que elas seguiam o modelo de uma aula de canto tradicional, que consistiam em repetir vocalizes genéricos e cantar ao final da aula, livremente. Algo similar ao mundo da dança tradicional - que a TKV questiona. O que quero dizer aqui é que as aulas que tomei na adolescência não eram exatamente ruins, eram o padrão. Não se questionava este padrão. Ainda nos anos 2000 frequentei diferentes aulas de canto, na faculdade (UNESP-SP), e em casa através de professores particulares. Percebia entre eles um modelo parecido.

No ensino tradicional de canto, tanto o conhecimento técnico quanto o expressivo são transmitidos com base numa relação geracional, de professor para aluno, através dos anos. Nesse processo, um cantor que conseguiu ser bem-sucedido utilizando os ensinamentos de um cantor mais velho e experiente tende a transmitir estes ensinamentos a cantores mais novos, que os retransmitem a outros no futuro, e assim por diante. Trata-se de uma forma de ensino-aprendizagem de caráter artesanal, em que o ouvido, a intuição e a sensibilidade do professor são os principais critérios para avaliar o que é bom ou não na voz do aluno. (MARIZ, 2021, p.10)

Levando em consideração que meus primeiros estudos de voz datam aproximadamente do ano 2000 ou 20001, o ensino de canto popular no Brasil seguia, majoritariamente, mais ainda do que hoje, este caráter artesanal, intuitivo e geracional. Mesmo o ensino formal de canto ainda era novidade.

Passados pouco mais de 25 anos do surgimento do ensino formal de canto popular brasileiro, marcado pelo início do curso de canto popular da Unicamp em 1989 e pela fundação do Grupo de Estudos da Voz no Rio de Janeiro, chegamos a um contexto que se mostra particularmente propício para uma reflexão sobre sua trajetória e os desafios nela encontrados para o estabelecimento de uma abordagem vocal genuinamente brasileira. (MARIZ, 2021, p.2)

Além disso, havia uma questão que considero cultural: ouvi por muitos anos, de cantores profissionais e professores que o canto popular, de tão livre, “não tinha técnica”, e que a técnica “de verdade” seria a do canto erudito europeu. Algo que me soava completamente distante das minhas referências, basicamente de MPB, mas me era repetido como uma verdade absoluta.

Piccolo (2005) observa que a primeira geração de professores de canto popular teve sua formação técnica com cantores eruditos, e uma parcela considerável daqueles que ela pesquisou tende a reproduzir os conceitos de impostação de voz e os exercícios vocais dessa tradição em suas aulas. Tal postura se deve, segundo a autora, à crença corrente no meio do canto de que já que o aparelho fonador é o mesmo, o trabalho técnico é uniforme em todos os estilos, e que as diferenças de

sonoridade de cada nicho vocal se deveriam unicamente a fatores de expressão, que cabem a cada cantor desenvolver sozinho a partir de sua própria sensibilidade. Outra convicção comum entre professores e alunos é a de que o canto erudito seria “a base” técnica necessária para todo e qualquer tipo de canto.

Ela discorda de tal pressuposto, apontando que o canto popular brasileiro possui características vocais bem distintas do canto lírico e de outros cantos populares como o canto comercial norte-americano, por exemplo, e, portanto, deve ser trabalhado tecnicamente de maneira também específica. (MARIZ, p.6, 2021)

Assim como a autora, questiono, e discordo, tanto da ideia da técnica erudita ser uma base genérica e única (já se sabe que não é, já existem estudos sobre o canto popular e sua técnica) quanto da ideia de sua superioridade em relação a outras vertentes do canto. Visto que na minha formação a música brasileira sempre esteve no centro, minha busca sempre foi por uma técnica que melhor se aplicasse ao canto popular brasileiro, especialmente voltado ao gênero que atualmente chamamos MPB – o que coincide com o perfil da maioria dos meus alunos. Inclusive, quando me convidam para um trabalho de gênero musical que não conheço bem, costumo indicar para outro professor que possa contribuir melhor, já que cada estilo tem suas necessidades, e não existe uma técnica única, máxima, superior.

Klauss Vianna também questionou a tendência de se seguir moldes estrangeiros como modelos superiores aos nossos, e apontou para a necessidade de a dança (e aqui, proponho pensarmos a arte como um todo) refletir e se aprofundar na própria cultura do lugar e momento histórico em que é feita.

Desde então olho para a arte sem preconceitos, acho uma ignorância atroz o preconceito contra formas artísticas e infelizmente a ignorância não tem solução. É ridículo pensar que a dança só se faz a partir de cinco posições ou que só é válida para a dança que nasceu na Europa. E no entanto, é o que a gente vê até hoje: coreógrafos que vêm da Europa montar coreografias estranhas ao nosso bailarino, trabalhos que culturalmente não têm nada a ver com a formação artística e técnica desse bailarino. Então o que acontece? Os bailarinos não sabem e não

podem interpretar bem aqueles movimentos e acabam fazendo apenas a forma, sem nada de interior. E isso não é dança: é ginástica. (VIANNA, 1990, p.33)

Considerando então que a técnica vocal deve ser readaptada para a realidade do cantor e o gênero em que atua, que tem suas características específicas, o trabalho como professora de canto se torna mais completo.

Desde o ano 2012, quando comecei a lecionar, passei também a estudar mais sobre saúde vocal e anatomia. E, como o mundo da ciência também se atualiza com frequência, preciso fazer cursos de ciências vocais a cada ano, e readaptar minha prática.

Em 2016, conheci a fonoaudióloga Ana Terra Pompeu, que veio fazer aulas de canto comigo por um período curto de tempo, e disse que tínhamos em comum a forma de ensinar. Ela também achava primordial ouvir o aluno, explicar e adaptar o exercício de acordo com a dificuldade, e buscar a técnica de cada um. E nunca tinha conhecido outra profissional da voz com uma noção tão próxima à dela.

Em 2017, Ana Terra me convidou para trabalhar com ela num aquecimento vocal importante. Topei sem perguntar quem atenderíamos. Era para a gravação do primeiro DVD do cantor Emicida, “10 Anos de Triunfo”.

O trabalho juntas deu tão certo, que na sequência ela me convidou para trabalhar com ela na Cor e Voz, hoje Instituto Cor e Voz, criado por ela em 2014 para atender cantores, especialmente do rap. Era exatamente o tipo de parceria com que eu sonhava. Como fonoaudióloga, ela trazia o olhar para a saúde do cantor, tão necessária, como eu já tinha sentido na pele. Como professora de canto, eu desenvolvia a parte técnica e musical, a artística, fazendo juntas as pontes entre os exercícios e a prática do cantor. Em 2018, tornamo-nos sócias. Criamos no mesmo ano Método Cor e Voz, um atendimento em que na mesma sessão o aluno-cantor é atendido por ambas, tendo exercícios de fono e canto, sempre pensados sob medida, explicando por que e como.

Agora em 2024 o Instituto Cor e Voz (Instituto de Voz, Arte e Comunicação) completou 10 anos, com mais professores de canto,

fonoaudiólogas, professores de música e equipe de gestão, e atende mais de 150 alunos por semana, seguindo o olhar que eu e Ana identificamos em comum desde o início: os exercícios devem ser pensados para cada um. A técnica não tem copiar e colar, é readequada para de cada um, respeitando a saúde, anatomia e expressão artística, além das dificuldades, facilidades e objetivos do aluno. É importante que o aluno não dependa sempre da figura do professor, afinal, ao saber os objetivos dos exercícios e o efeito esperado, ele mesmo pode readaptar seus exercícios.

Assim, como o professor é um provocador de perguntas ao corpo – aos alunos – é vital e imprescindível que ele mesmo se questione a todo momento, estando, portanto, em processo didático, o que não deixa de ser uma série de ações criativas. Na escolha de vivenciar e compartilhar um processo criativo dos alunos, conseqüentemente apresentam-se os objetivos e as estratégias pedagógicas primordiais desta escolha didático-criativa. (LASZLO e MILLER, 2016, P. 162.)

Minha paixão por ensinar vem dessa troca e pesquisa em tempo real. Da criatividade, do ouvido atento, das descobertas praticando e observando-ouvindo, e para além da técnica vocal que vêm dessa prática, gosto de ouvir e falar sobre a realidade de ser artista no Brasil, dificuldades, soluções, pontes. Esta realidade está no corpo e na voz do cantor, também. É material de trabalho. O que me encanta é saber de quantas formas é possível expressar-se, por que, como.

A Técnica Klauss Vianna vem abraçar minhas convicções como artista e professora, dar lastro às minhas práticas, trazer novos caminhos, criar maneiras de multiplicá-los. E, para minha surpresa, vem trazer pontes que faltavam entre voz e corpo expressivo.

A falta dessa integração, que deveria ser natural, cria um problema que ouço frequentemente dos alunos: como unir estratégias técnicas vocais e um cantar emocionante e interpretativo?

2.2 O Aluno Como Ponto de Partida

*“O exercício não importa:
importa é como você o executa”.*

Klauss Vianna

Klauss chamava a atenção para o fato de toda pessoa ter sua forma de se movimentar, seu gestual, suas tensões, harmonias e desarmonias, algo a dizer com seu corpo. O trabalho partia de reconhecer padrões e provocar novas descobertas o tempo todo, para instigar novos movimentos. "A expressão corporal reflete tudo o que sou: minha história, o que penso, como sinto. Vida interior e expressão corporal são coisas inseparáveis" (VIANNA, 1990, p.134).

É preciso entender também que o aluno de canto, assim como o de dança, não é uma página em branco, e que em termos de voz, ele chega à aula com uma série de ajustes-padrão, tanto para cantar quanto para falar, que levam àquele timbre. Para cada pessoa, “cantar normal” significará um conjunto de ajustes. Assim como “andar normal”, no estudo da TKV, significará um padrão para cada pessoa. E, claro, cada pessoa, no seu “normal”, carrega tensões a serem percebidas. No canto, isso é muito perceptível: uma língua tensa no momento em que deveria relaxar, sem que a pessoa se dê conta; um lábio superior que não consegue articular, mesmo quando a pessoa pensa e sente que está articulando; constrictões em regiões que deveriam estar relaxadas. Tudo isso deve ser trabalhado, tendo a concordância do aluno. Sempre digo: “sua voz está fazendo o som de tal forma, você gosta? Vamos aprender a fazer sem isso para você comparar e decidir?” É preciso fazer o trabalho a partir do corpo que se tem. E respeitando a saúde do aluno.

Quando se trabalha com a expressão do corpo humano, depara-se sempre com a dificuldade de lidar com padrões posturais e de movimento limitadores, desenvolvidos ao longo da vida. O que vemos, frequentemente, são corpos em que movimento e intenção se encontram dissociados" (NEVES, 2008, p.44).

Para se explorar uma voz, para que ela chegue a uma emoção, uma nota, um fraseado, portanto, é importante entender quais caminhos são mais fáceis e difíceis de serem percorridos por aquele cantor. Quais padrões estão presentes no uso daquela voz no cotidiano, alterando a qualidade daquela voz, às vezes para pior, sem serem percebidos. E, a partir daquele corpo, quais caminhos são mais acessíveis. "Para a Técnica Klauss Vianna, no próprio corpo estão os meios". (NEVES, 2008, p.52).

No meu dia a dia, ouço muitas queixas de alunos de que em outras experiências, em outras aulas, repetia-se exercícios ou canções sem nenhum direcionamento, levando a nenhuma evolução, e sim a uma frustração e sentimento de culpa, por não se saber como resolver as dificuldades. Ouço, inclusive, relatos de receberem críticas negativas de outros professores, sem um novo direcionamento proposto. Resultado nesses casos: é comum que o aluno desista da aula, da arte, do canto, que perca a confiança em si e na própria expressividade artística.

Pedi que uma aluna minha, a cantora e compositora Andreia Zanella, fizesse um depoimento sobre os estudos comigo na Cor e Voz, com foco nessa abordagem:

Desde que iniciei meus estudos musicais, as aulas de canto estiveram presentes e pude experimentar várias abordagens diferentes.

Um dos aspectos que me faz gostar muito das aulas na Cor e Voz é que as técnicas e os conteúdos abordados em cada aula vão se modificando de acordo com o que eu estou sentindo e precisando no dia. Muitas vezes ouvi da Bruna um "hum, eu ia fazer esse exercício mas acho que vou trocar..." e isso demonstra uma atenção máxima ao que a minha voz e o meu corpo estão precisando naquele momento, além de refletir o tanto de conhecimento e bagagem que elas trazem para que possam prontamente substituir/escolher um exercício melhor.

Outro ponto que chama a atenção nas aulas é o fato de a Bruna sempre explicar a razão de estar fazendo os exercícios e perguntar como me sinto e como está a minha voz logo depois de cada estímulo. Isso me permite participar do processo de uma forma muito especial, porque eu consigo compreender o objetivo do exercício e também dar minha opinião sobre o resultado que ele trouxe. Quando faço a rotina de treinos vocais em casa sozinha, tenho autonomia pra decidir se é aquele ajuste

mesmo que estou precisando no dia ou naquele repertório específico.
(Depoimento da aluna Andreia Zanella, 2024).

Hoje acredito que **não** existe uma única técnica vocal a ser seguida por todos, e sim um leque de possibilidades a ser explorado e escolhido por cada artista. Há direcionamentos que dou para um aluno que jamais daria a outro, que tem ajustes-padrão diferentes deste. Há propostas que faço em aula, que explico e digo: “Para mim este exercício não é legal, pois eu tenho tendência de fazer desta e desta forma, mas vou te explicar, e você tenta fazer, vamos ver”, e o aluno executa, e o resultado é fantástico.

O prazer de ensinar, para mim, tem a ver com investigar a quantidade de caminhos que somos capazes de percorrer e recriar a cada momento. É inesgotável, pois este leque de ajustes traz singularidades de cada cantor, que são capazes de nos emocionar, carregar, instigar; e a arte trata-se desses detalhes imensos, desses caminhos sem ponto exato de chegada.

3. Propostas Práticas

3.1 Princípios

*“Quando nós, como educadores,
deixamos que nossa pedagogia seja radicalmente transformada
pelo reconhecimento da multiculturalidade do mundo,
podemos dar aos alunos a educação que eles desejam
e merecem.”*

Bell Hooks

A Técnica Klauss Vianna, em seus princípios, tem muito a acrescentar à lida do cantor no palco. Aliás, não só no palco: desde o treino. Na minha prática como cantora e como professora, encontro muitas vezes dificuldades para as quais a TKV propõe caminhos e, por que não, soluções.

Tanto para a expressão corporal quanto para a técnica vocal, o princípio do **autoconhecimento** é essencial. Como já tratei anteriormente, para que investiguemos e proponhamos novos ajustes no canto, primeiro é preciso identificar quais ajustes estão sendo feitos.

Para a expressão corporal, também é importante identificar junto ao cantor quais ajustes e movimentos são os mais comuns, quais surgem quando o cantor está no piloto automático, e quais ele tem maior facilidade de colocar na performance. É a partir desse “mapa” de possibilidades que trabalhamos. O próprio autoconhecimento ou, como costumo chamar, auto monitoramento, permite que de fato se descubra novas possibilidades e ajustes de corpo e voz com consciência disso, e não “fazer qualquer coisa”. Minha diretora de shows, a atriz Cris Ferri, costumava dizer, em nossos primeiros ensaios: “Não venha me dizer: ‘na hora eu improviso’! O que não se ensaia, não se faz. Faça agora que eu quero ver!”. É assim que me sinto estudando a TKV e usando-a no palco: com novas provocações e com nova consciência a cada instante.

Com meus alunos, e comigo mesmo como artista, gosto de lembrar que reconhecer padrões é algo para ser feito gentilmente, sem autopunição. Se há ajustes que são padrão, em corpo e em voz, eles tenderão a voltar à menor distração, à menor diminuição do estado de presença. E tudo bem! Isso é

esperado, embora a busca seja por não cair nos mesmos caminhos. Digo isso para que todos nós cantores tenhamos paciência diante da circunstância comum, mas indesejável, de cair no piloto automático. Podemos evitar muita irritação se soubermos que isso faz parte, que é algo a ser percebido com naturalidade, e redirecionado.

O ato de arriscar-se não é tratado aqui como a capacidade de execução de movimentos virtuosos de alta performance, mas ao contrário, como a oportunidade de puxar o tapete de si, proporcionando, deste modo, a desprogramação da tendência de estabilidade e repetibilidade, propiciando, assim, novas possibilidades de movimento. Deste modo, o risco seria sair da sua própria acomodação criativa que a cada fase vai se estabilizando. Logo, a pesquisa da improvisação em cena pode contribuir para reatualizar a investigação, considerando que cada improvisador tem o seu padrão de acomodação e hábitos construídos ao longo da vida. (MILLER, 2021, p.48)

Sabendo, portanto, que temos padrões, e que a tendência é que eles se repitam se não nos mantivermos em estado de presença, é natural que faça parte do processo de pesquisa de movimento reconhecer esses padrões e flexibilizá-los. Muitas vezes, em aula, parto de movimentos que reconheço no aluno como frequentes, e mesmo automáticos, para instigar novos movimentos. Procurar, por exemplo, o mesmo desenho de movimento com outra parte do corpo, com outra direção, com outro andamento, com outro peso, já começa a traçar novas possibilidades de caminhos.

No processo de construção do corpo presente, procuro utilizar-me de diversos focos, como: estado de prontidão para o movimento, observação do corpo em movimento, autonomia do aluno para a criação, conexão e relação com os ambientes internos e externos, entre outros. O processo técnico é enfatizado não como repetição mecânica, mas como repetição sensível, como desenvolvimento de percepções, vivências e aptidões. O estar presente.

(MILLER, 2014, p.10-11)

Estes diferentes focos funcionam como ganchos para retomar a atenção quando esta começa a se perder, em aula ou em cena. Não há problema em perder-se, o importante é retomar a presença.

No ensino tradicional de canto, inclusive no meu próprio antes da TKV, é comum que a atenção do professor esteja voltada completamente para a voz em si, sem considerar o ser humano como um todo – seu estado de espírito, seu corpo, sua emoção, seu psicológico. Resultado: muitas vezes, propus uma sequência de exercícios de aquecimento para um aluno, a voz ficou excelente, e

na hora de cantar, simplesmente, “algo” não funcionava. A voz estava quente, mas o cantor frio.

Nestes momentos, a pior coisa (e talvez a mais comum) que se pode fazer é, por exemplo, dizer: “você está muito frio”, ou, “cante com mais emoção”. Pois a pergunta do aluno-cantor é: como?

Em 2024 vivi uma situação que exemplifica bem isto. Estive dois dias acompanhando certo cantor no estúdio, realizando um trabalho pontual de aquecimento e direção de voz, já que ele não fazia aulas regularmente comigo. No caso, o cantor me chamou para o trabalho porque se sentia muito nervoso em relação à própria voz. Cantar era um sonho sendo realizado, mas passava por trauma, medo e insegurança. Assim, eu precisei entrar em cena partindo desse histórico, entendendo que havia uma delicadeza necessária para que ele ficasse feliz em performar. E aconteceu o seguinte: a canção que ele gravaria, falava sobre... relaxar. O refrão repetia várias vezes que era preciso relaxar. Bem, após o aquecimento vocal, a voz teoricamente estava pronta, mas o texto da música soava duro, já que o cantor estava tenso. A voz soava preocupada cantando que era preciso relaxar.

Na ocasião, tentei diferentes abordagens. Primeiro, sugeri cantar mais suave. Não deu certo. Ele, sem querer, cantava firme. Depois, sugeri um movimento de corpo que, para mim, remetia à leveza. Não deu certo. Ele nem fazia o movimento nem amaciava a voz. Lembrei então de outro princípio da TKV: **a dança de cada um**. Pensei: o movimento e a voz suaves precisam partir dele. Então, parei e perguntei a ele: “tem algum movimento que, para você, remeta a relaxar? Algum gesto que faz sentido para você?” Ele optou por um. Ligamos novamente a gravação, e finalmente ele cantou todos os refrões de forma leve, macia, prazerosa, movimentando o corpo a partir do gesto que escolheu.

Dessa forma, os caminhos que cada aluno seguirá, na TKV, e também na minha abordagem como professora de canto, serão experimentados e escolhidos por ele mesmo, com o auxílio do professor. Há, claro, ajustes necessários para se cantar de forma x ou y, porém, como chegar a eles, e como evocá-los em cena, é a grande questão, e a mais variável. Outro princípio da TKV é o que de **“o que importa não é decorar passos, formas, mas aprender caminhos para a criação de movimentos”** (NEVES, 2008, p.40). Portanto, a partir dos estudos da Especialização em TKV, sempre discuto com o aluno (e proponho estratégias)

para que os ajustes técnicos façam sentido, conectem-se com a canção, com a formação da banda, com o palco onde ele vai pisar, com a letra da música, procurando assim criar um leque de propostas interligadas, que invoquem-se um ao outro, facilitando a performance e não sobrecarregando-a.

3.2 Tópicos

*“Tenho de estar com os sentidos alertas.
Senão minha dança se torna pura ginástica.”*

Klauss Vianna

O estudo da TKV, segundo a sistematização, pode ser dividido em duas etapas. A primeira, chamada Processo Lúdico, trabalha uma série de tópicos corporais, introduzindo o aluno à Técnica. Os tópicos propostos estabelecem um jogo de inter-relações entre si, e são eles: presença; articulações; peso; apoios; resistência; oposições; e eixo global.

A segunda etapa é o Processo dos Vetores. A TKV propõe 8 vetores a serem trabalhados, que são forças (trabalhadas uma a uma, depois relacionadas) aplicadas em diferentes partes do corpo, sempre numa direção específica, o que leva a alavancas de movimento, trazendo uma reação do corpo todo a cada ativação.

Neste trabalho, escolhi alguns dos tópicos do Processo Lúdico para me aprofundar e descrever dentro de minhas práticas.

O estudo de Técnica Klauss Vianna busca, antes de mais nada, uma disponibilidade para o corpo em cena. Se, na dança, traz propostas para cada bailarino buscar seus próprios movimentos, também pode trazer para o cantor no palco uma maior liberdade, atenção, qualidade de movimentos, e, até mesmo, um cantar mais fácil. Sim, há tópicos da TKV que vão ao encontro de ajustes das ciências da voz, beneficiando tanto o movimento em cena quanto a qualidade vocal. Ora, os ajustes que se faz ao cantar, nas musculaturas das pregas vocais e no trato vocal, também são movimentos. Por que não, então, trabalhá-los junto à expressão corporal? Parece óbvio, mas nunca ouvi essa abordagem em 24 anos estudando canto.

Este questionamento trouxe um segundo, inevitável: por que não associar o movimento de corpo aos ajustes vocais e, ao mesmo tempo, à interpretação? Ora, se os movimentos estão sendo investigados por aquele cantor naquela

música, faz todo sentido que eles estejam conectados à emoção que ela traz. A técnica vocal estará a serviço, também, dessa emoção.

Trata-se de um processo baseado em trabalho de percepção do modo de funcionamento do sistema corpo, especializando seu comportamento, através de instruções específicas ligadas a este mesmo modo de funcionamento, sensibilizando, transformando e flexibilizando padrões. Lida-se o tempo todo diretamente com o sistema sensório-motor, na sua relação com a percepção, a memória, a emoção, a cognição, os aspectos conscientes e inconscientes do movimento, não apenas como relações inevitáveis do funcionamento corporal, mas incluindo-as nas instruções como possíveis acionadoras de movimento. (NEVES, 2019, p.3).

Durante o estudo de um espetáculo, por exemplo, o cantor pode lançar mão de propostas investigadas em aula (de movimento, de ajustes vocais, de corpo-voz-emoção) como ganchos para voltar ao estado de presença, e manter sua intenção calibrada a cada canção. Dessa forma, no lugar de decorar movimentos ou posições, o cantor pode decorar um mapa de intenções, com diferentes cenários internos e externos.

Quero ressaltar o quanto isso beneficia o cantor, também, do ponto de vista da segurança. No lugar de estar em cena pensando se a plateia está lotada ou não, se a nota vai sair ou não, se o figurino está bom ou não, ou qualquer outro detalhe instável e alheio à vivência no palco, aquele cantor em cena tem outras opções no que se atentar. Opções que reforçam sua presença em cena, e por que não, tornam o palco possivelmente mais prazeroso. Segue o depoimento da cantora Thais Felicori, minha aluna há anos, com quem venho trabalhando tópicos da TKV em aula:

A interpretação das canções para mim sempre foi a parte mais difícil do meu trabalho. Eu via meus vídeos e falava: “Nossa, essa cantora não sabe o que faz com os braços, o que faz com o olhar”... Achava que transmitia minha insegurança e timidez, me expunha. Ter uma intenção nos movimentos e uma intenção no olhar me ajudou muito, especialmente no show mais recente que fiz, na Virada Cultural 2024 em BH, em que consegui muito colocar em prática o que estudamos. Quando me assisti e vi as fotos, fiquei tão feliz, tão orgulhosa! Porque acho que consegui começar a descobrir um lugar. Os exercícios da

Técnica Klauss Vianna em aula me ajudaram a encontrar minha "persona" cantora, que ocupa seu espaço, certa do que está fazendo, com segurança, intenção, e emoção mesmo. Meu show mais recente foi a melhor experiência que já tive em palco em termos de interpretação. (Depoimento colhido em Setembro de 2024).

É muito prazeroso atuar nesse sentido, de tornar o estudo de voz e interpretação libertador, e não castrador. E de ser sempre continuado, e não fechado e pronto.

Considero a TKV um mapa de possibilidades lúdicas para o cantor ou qualquer artista, podendo se monitorar sem desespero, em tempo real, percebendo suas potências e dificuldades. Inclusive, ser um processo que não tem fim, que ocorre na aula, no cotidiano, no palco, é o que o torna tão acessível e libertador. "O processo é encaminhado de maneira lúdica, como um jogo de experimentações orientado pelo professor" (MILLER, 2007, p.53).

3.2.1 Presença

Desde o Processo Lúdico, um dos tópicos que sempre trabalhamos em aula foi aparentemente simples, mas me pareceu revolucionário: a Presença. A relação do corpo consigo mesmo, com os outros corpos no espaço da sala (e, no caso do palco, com os músicos em cena, e com a plateia), e com o ambiente. Claro, como um dos pilares da TKV é a **autoconsciência**, perceber o próprio corpo a cada instante era algo que eu poderia prever. A relação com o outro também, de certa forma, eu já trabalhei. Já a relação com o espaço me parece especial, única, até inusitada.

Nas primeiras aulas da Especialização, no primeiro semestre de 2023, a professora Neide Neves disse: "Não vamos nos movimentar NA sala, nós vamos nos movimentar COM a sala". E perguntou qual a diferença, em nossa opinião, de caminhar na sala, com a sala, pela sala, para a sala. Senti o quão diferentes eram todas aquelas propostas. E que aquele leque de propostas, por si só, já seria fonte de muitas intenções e movimentos.

Na sala de aula da Técnica Klauss Vianna, trabalhamos o corpo presente como um procedimento didático; focamos o corpo em relação com seus variados níveis de atenção: atenção a si, ao espaço e ao outro.

Essa presença deve partir do professor em comunicação com a presença do aluno, que por sua vez provoca o estado de presença do professor e de outros alunos numa rede de contaminação. A relação dialógica entre professor-aluno e aluno-aluno nasce das presenças e das singularidades que emergem no trabalho em sala de aula. (MILLER, 2014, p.5 e 6)

O estado de presença, portanto, é algo a ser buscado desde a aula, no cotidiano, e claro, em cena, numa busca constante. Não basta alcançá-lo num momento. É necessário realimentá-lo o tempo todo.

Dentro deste tópico, da Presença, trabalhamos muitas vezes em aula a questão da atenção (intencional). Direcionar a própria atenção em cena (e na vida) é um trabalho árduo.

O que sempre ouço dos alunos é a queixa de que existe “coisa demais para se pensar” no palco. A canção, o arranjo, os músicos, a respiração, a articulação, o apoio, a plateia, etc. Não seria coisa demais? Será possível orquestrar tantas demandas e ainda curtir o estar em cena?

Esta questão pairou no meu pensamento muitos anos até chegar à TKV. O que me parece é que a TKV, em vez de trazer ainda mais demandas, reúne-as numa só. Através dos princípios e tópicos, usados no trabalho prático, a sensação como aluna e como professora é a de religar pontes que equivocadamente foram separadas no ensino.

Com um trabalho de corpo-voz, é possível que o cantor em cena, ao ouvir os primeiros acordes da música, já entre na intenção, sensação, respiração e ajustes técnicos treinados, como um conjunto de direcionamentos que fazem todo sentido juntos. “A experiência da dança em sala de aula provoca o sujeito na sua totalidade em cada vivência. As reverberações das experiências acontecem não como acúmulo de informações, mas como vivências inscritas na pele com toda a gama de intensidades”. (MILLER, 2014, p.7).

Nas pesquisas em aula, e depois nas aplicações nos meus shows, fui confirmando que, de fato, o espaço muda nossa performance. O clima, a textura e temperatura do chão, o espaço que temos, os aspectos dele, a cor, os detalhes, tudo isso influencia nossa performance. E é para influenciar. Ter consciência disso torna cada apresentação, em cada lugar, completamente diferente, única.

Nosso desenvolvimento nunca termina; cada momento/ movimento é apenas o início de novas possibilidades. Nunca um movimento é igual a outro; a cada experiência, todos os fatores (sensorial, motor, cognitivo,

imagens mentais, estímulos externos) se combinam de maneira diferente. (NEVES, 2008, p.45).

Poder trabalhar esta porosidade, disponibilidade, labilidade em cena, é um trabalho intenso e prazeroso. Não é algo que se faz da noite para o dia, nem que basta pensar para conseguir fazer. Trazer a TKV para a prática do cantor é, portanto, uma proposta contínua, que tem idas e vindas, descobertas e crises, evoluções e dúvidas. Durante meu próprio processo, que não terminou, senti momentos de conquista e momentos de dificuldade. Que, sempre explico para meus alunos, são parte esperada do processo, não estarão nunca eternamente vencidos. "Os períodos de crise são de organização, aprofundamento e estabilização de novas informações." (NEVES, 2019, p.4)

Notei nestes estudos que, em meus shows, eu mesma possuía (posuo) uma tendência de trabalhar só uma dessas relações. Meu padrão é depositar absolutamente toda minha energia na relação com a plateia, e nenhuma na banda que me acompanha. A parte da relação com o espaço eu fazia com pouca consciência. Mas notei que, antes da TKV, era comum fazer um show inteiro trocando no máximo dois olhares com a banda. E perceber isso fez reequilibrar minha presença. Inclusive, houve shows em que este tópico da TKV foi um bote salva vidas.

Por exemplo, numa certa apresentação em 2023, em evento fechado, com péssimas condições acústicas, atraso do evento, eu doente, zero interesse da plateia, um palco enorme e distante de quem assistia, com todos esses empecilhos, eu, no meio do show, decidi que, no lugar de me afligir, ia aproveitar para estudar este tópico. A presença. A relação comigo, com o músico, e com o espaço. Então, passei a brincar em cena com o único músico que me acompanhava (ele também nervoso, e foi relaxando com isso), ocupando de diferentes formas o espaço, percebendo movimentos que meu corpo queria fazer, até que acabei descendo à plateia (a princípio totalmente desinteressada) e tornou-se uma apresentação quente, divertida, em momentos até emocionante. Notei que lançar mão de novos direcionamentos em cena ajuda também em situações desfavoráveis, que existem na vida de todo artista, fazem parte do trabalho.

Durante as aulas de Especialização, éramos orientados como alunos a escrever textos sobre cada aula, registrando nossas impressões, inquietações e descobertas. Estes textos eram chamados de Protocolos, entregues a cada semana e muitas vezes lidos em aula, em grupo, numa roda de conversa, para trocarmos experiências. Resgatei um destes meus Protocolos, de Julho de 2023, fechando o primeiro semestre da Especialização, e encontrei este registro:

Nos protocolos (...), muitas vezes registrei que a relação com o espaço era nova para mim.

Primeiro, (...), o hábito de olhar para dentro do meu mundo e não observar as outras pessoas, o mesmo hábito de não observar o espaço e, por isso mesmo, muitas vezes esquecer os objetos que carrego, ou os detalhes de como é o lugar onde estou, ou o caminho que fiz para chegar ali. No palco, percebo também meus movimentos mais típicos, o hábito que conheço faz tempo, de movimentar os braços de forma incisiva mas não sustenta-los, criando estranhos abandonos de corpo entre os versos da canção. Ainda no palco, o rosto projetado para a frente e a falta de relação com quem me acompanha (os músicos), sempre ansiosa pela plateia e pela relação apenas com ela. (...) Percebo o quanto essa ansiedade é exaustiva e desnecessária. Mais que isso, que pode felizmente deixar de existir. (Bruna Caram, 2023, do Protocolo de fechamento do I Semestre)

Levando em consideração, então, essas relações, criei propostas em aula para desenvolver a consciência dos cantores com quem trabalho. Lembrando que, no caso do canto, há, na terceira relação (com as pessoas) dois desdobramentos: com os músicos e com a plateia. O que traz a todo momento novas possibilidades.

Assim, em aula, faço exercícios como: observar a sala atentamente enquanto vocalizamos, escolher um lugar da sala para ficar, escolher um ponto com o qual se relacionar, observá-lo com atenção, observá-lo sem atenção, não observá-lo mas querer observar. Tudo isso vai despertando um olhar ativo e uma disponibilidade em cena, e trabalho essas propostas ao mesmo tempo em que passo exercícios vocais. Até porque, na vida real do cantor, o trabalho de corpo e expressividade será feito ao mesmo tempo em que canta, em sua apresentação.

Também proponho mudar o foco de atenção a cada trecho da música, em si, no espaço, no outro. Qual a sensação de cantar nesse espaço? Essa pergunta normalmente gera uma qualidade de voz específica. Qual a sensação de cantar ouvindo sua própria voz? Isso gera uma outra qualidade de voz, de corpo, de emoção. E qual a sensação de cantar se sentindo visto e ouvido? A própria investigação desses diferentes focos de atenção leva a uma grande riqueza de possibilidades interpretativas. E tive a experiência de propo-las para alunos de diferentes níveis de dificuldade e experiência, sem grandes dificuldades. São instruções simples com grandes resultados.

Também costumo trabalhar as mesmas instruções já praticando a canção escolhido. Por exemplo, peço que o aluno cante cada estrofe da canção, investindo numa dessas relações. Resultados que noto: olhares que estavam abandonados se acendendo, semblantes inseguros se fortalecendo, e, nos relatos dos alunos, sensação de novas possibilidades, mais acessíveis.

Incluo aqui o relato da cantora Bruna Trevelin, minha aluna há poucos meses, mas com quem o foco de trabalho é a expressividade no palco, e portanto, desde a primeira sessão, muitos exercícios partiram da minha experiência com a TKV:

Eu estava acostumada a precisar de muitos minutos de movimento - correndo na esteira, cantando escala no começo de uma aula - para sentir o corpo vivo. E agora pode acontecer que depois de dois minutos buscando sutis movimentos dos dedos, a voz já se transformou. Também há o tempo do andamento das canções, dos silêncios entre os versos. Um corpo que descobre que respira, descobre também o tempo de receber emoção em uma canção. E ainda o não-tempo de outras coisas: não há tempo para entreter ideias autocríticas e insegurança quando sua atenção está focada em um movimento não funcional ou automático.

O movimento parece que cria o tempo justo daquilo que se está fazendo. E o movimento parece que cria também espaço. Espaço para o vazio e espaço para ocupar. Espaço que a voz precisa para passar dentro corpo, espaço do volume da voz fora do corpo. Espaço para descobrir um corpo com movimento - que o movimento é desse corpo mesmo, que esse mesmo corpo tem outros movimentos, que a voz muda com os movimentos. Espaço de imaginação. De imaginação do próprio espaço: que voz canta num teatro, num navio no meio do mar, numa caverna,

para um monte de gente, para ninguém, para si mesmo. De imaginação dos sentimentos do mundo.

Gosto demais dessa investigação e sinto que ela vai me levar a cantar muitos lugares e tempos, nesse mundo que começa finalmente a ser incorporado.

Conforme a TKV propõe, o movimento (e as qualidades dele) que serão descobertos a cada investigação são únicos, próprios de cada artista. E não estáticos. Peço que os alunos, enquanto realizam essas propostas, percebam as sensações que cada movimento e olhar trazem, mais do que tentarem repetir um gesto ou olhar. Se o aluno registra a sensação, ele pode fazer dela inúmeros movimentos, a partir de uma mesma proposta.

Isso traz um jogo de cintura no palco muito especial, porque durante uma apresentação, muita coisa pode acontecer. Como reagir a um problema técnico, um palco pequeno, algum atrito com a equipe, uma plateia difícil, um cantor com suas próprias questões de corpo, emoção, e voz, sem que as apresentações variem tanto de nível? O que seria de um show se a cada imprevisto a qualidade dele caísse bruscamente?

O que proponho é que os tópicos da TKV podem, junto à técnica vocal, elevar a qualidade de qualquer apresentação. E assim, trazer segurança para o artista, em cena e fora dela.

3.2.2 Articulações

*"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".
Klauss Vianna*

O tópico das articulações me interessa muito como artista, cantora e professora, pois resolve uma série de queixas que venho sentindo e ouvindo ao longo dos anos.

A mais frequente delas é a respeito do movimento dos braços. Cantores que chegam queixando-se que não sabem o que fazer com os braços, que sentem que deveriam "mover mais", sem saber como, e que procuram movimentos sem direcionamento e acabam, muitas vezes, apenas levantando o antebraço e deixando o punho e a mão caídos, numa postura frequente e pouco expressiva que observo em muitos cantores. Quando esta queixa aparece, primeiro observo a própria postura do aluno. Os braços, conectados aos ombros, à cintura escapular, são importantes para a postura. O problema é que, frequentemente, o aluno chega com orientações externas contraditórias, como por exemplo, "abra o peito", "junte as escápulas", "deixe a coluna reta". Esse tipo de orientações, além de serem muitas vezes anti anatômicas e desconfortáveis, estão muito relacionadas a poses, estáticas, o que torna o movimento de braços ainda mais difícil, os ombros tensos, a cervical tensa, prejudicando, inclusive, a respiração e a saúde vocal.

Costumo explicar, ao trabalhar articulações com os alunos, que minha intenção é liberar as articulações, garantindo mobilidade, e fugindo do excesso de tensão, conforme a TKV. Muitas vezes, como disse, aproveito para começar a aula no chão. Muitas vezes, num segundo momento, assim como muitas vezes

ocorreu nesta Especialização, vou nomeando as articulações e convidando o aluno a movimentá-las pensando em mobilidade, em ganhar espaço. Vou nomeando as articulações dos pés à cabeça, muitas vezes primeiro de um dos lados do corpo, depois do outro, lado direito e esquerdo. Para que o aluno possa comparar a diferença. É importante que este trabalho comece com o aluno percebendo o corpo a frio, nos primeiros minutos de aula, para ter como referência e comparar após o estudo das articulações.

Gosto de trabalhar também os movimentos parciais e totais das articulações, especialmente dos braços, já que são uma questão. Por exemplo, trabalho vocalizando ou cantando movendo apenas dedos das mãos, depois punho, depois cotovelos, depois ombros (que trazem escápulas, cintura escapular) e peço que, sem pensar em ser bonito, que os alunos sintam apenas a mobilidade daquela articulação e quais possibilidades de movê-la. Faço isso porque sinto uma tendência de se mover com excesso de tônus, o que, especialmente no caso dos ombros, leva a uma tensão no pescoço e, geralmente, a uma voz mais tensa, por consequência. Evoco bastante a imagem dos ossos, do esqueleto, para que não se pense tanto em ativar músculos, e sim em criar espaço nas articulações. Novamente, costumo precisar lembrar que o olhar pode estar vivo observando o espaço, para que o aluno não fique encerrado em si, olhando as próprias mãos e braços. Explico que a proposta é conseguirmos estar mais ativos, porosos, presentes, e que, por isso, pequenos movimentos já são bastante significativos. Brinco de trabalhar cada uma dessas articulações, depois todas ao mesmo tempo, depois uma delas de novo, depois todas, movimento parcial e total. Procuro orientar a não perdermos, enquanto trabalhamos os braços, a relação com o peso e o chão, com a emoção da canção, com a respiração. Procuro, também, fazer pausas, para que o aluno perceba o estado de atenção do corpo, ou fazer uma pausa já indicando qual parte do corpo pedirei para mover. É muito interessante perceber o corpo pronto para o movimento, mesmo antes dele.

Lembro a cada aluno, com frequência, que cada um desses tópicos é como um gancho que aparece para ser lembrado a cada momento, sem sobrecarga. Preciso lembrar muitas vezes, também, de não olhar para o chão, mantendo o olhar vivo mesmo que atento ao movimento de uma certa parte do corpo. O artista em cena é bem-vindo a ficar um tempo trabalhando um certo tópico, ir percebendo

o outro, ir mais devagar para reconectar outro tópico, tudo isso é um trabalho muito delicado. E, aos olhos da plateia, invisível em seus procedimentos. O que se vê é apenas um estado de presença, sem saber normalmente como ele está sendo mantido.

Segue depoimento da cantora Julia Levy, minha aluna há mais ou menos um ano, com quem venho realizando estas propostas:

Nos exercícios que fizemos de corpo e braços em aula, e repetindo-os em casa, percebi que eles não só dão uma sensação de corpo mais solto, mais disponível, mas também me ajudam a sair de questionamentos e preocupações como: 'preciso me movimentar, o que estou fazendo, o que eu faço com o corpo enquanto canto'? Ajudam a esvaziar esse tipo de pensamento. E, além de deixar os movimentos de braço mais fáceis, percebo que a própria voz fica mais leve. Sinto que os exercícios de corpo que fizemos melhoram tanto a presença no palco quanto o psicológico, e ainda, a qualidade da voz.

A ideia de que o trabalho de corpo facilite o trabalho total do cantor é o que me interessa ao trazer a TKV para as aulas.

Gosto também de trabalhar os movimentos de braços usando os três níveis aplicados a eles: nível baixo (braços abaixo da linha dos ombros), nível médio (na linha dos ombros), nível alto (acima da linha dos ombros). Lembrando que, para cada um dos níveis, temos todas as direções, intenções, andamentos, peso, para brincar.

Como a TKV propõe sairmos do piloto automático, gosto de investigar com o aluno quais são os movimentos que ele mais está acostumado a fazer, e então, partir do oposto deles, ou partir deles mesmos para buscar outras propostas. Como já disse aqui, reconhecer padrões é importante para flexibilizá-los. Identificar nossos automatismos ajuda a sermos mais criativos. E não vejo problema nenhum em partir do movimento mecânico para buscar novidades, já que, assim, também, teremos algo com que comparar os movimentos novos, que surgem e se desdobram em outros. Saber que, ao perder um pouco o estado de presença, o piloto automático provavelmente aparecerá, é inteligente aprendermos a identificá-lo, para buscar sair dele quantas vezes for preciso - e vira e mexe será.

3.2.3 Peso

Na TKV, a relação com a gravidade é um pilar, presente desde a primeira aula que fizemos na Especialização. Grande parte das aulas, iniciamos deitados no chão, percebendo como o corpo se espalha, se apóia, com seus pontos de tensão ou de entrega, quais articulações parecem mais amarradas e quais menos, como está a respiração, a emoção, a sensação a cada dia, naquele local, naquele momento.

E o peso é um tópico importante, que trabalhamos a cada aula.

Uma proposta que gosto de fazer para as aulas e em cena, relacionado ao tópico do peso e inspirado na nossa prática em TKV, é: ir procurando diferentes formas de se sentar, mudando as partes do corpo que se apoiam na cadeira. E reparando nesses apoios e no peso do corpo, sem olhar para o chão ou para a parte que está se apoiando. Apenas sentindo e movendo.

Uso esta proposta especialmente com cantores tímidos, que a princípio não estão muito inclinados a dançar cantando, ou que fazem seus shows sentados, ou ao violão. Faço este exercício não apenas cantando a canção, mas principalmente, enquanto passo exercícios de aquecimento vocal, pois, dessa forma, aqueço o corpo todo e o estado de presença ao mesmo tempo. A proposta seguinte é valorizar a transferência de peso para se chegar de uma forma de se sentar à outra. Isso pode ser feito sentado na cadeira, ou no próprio chão. O chão é uma boa possibilidade, pois há mais variações possíveis de se ficar em até 4 apoios no nível médio - a cadeira limita mais estes apoios.

Sei que, no palco, raramente um cantor usa o nível baixo para seus movimentos. Cantar deitando-se no chão é um pouco raro, porém, isso não impede que o trabalho de corpo comece no nível baixo, pois é muito mais fácil perceber tópicos como peso e apoio ativo a partir do chão. O que me interessa é despertar essa percepção, para que, ao partirmos para o nível médio e nível alto, o trabalho permaneça e cheguemos a um estado em que se pode brincar com peso mesmo estando apenas com os pés apoiados no chão. É preciso despertar

a sensação de peso do corpo inteiro, do peso da coluna, do alinhamento desse peso sobre os pés, para se poder simplesmente levantar e cantar de pé.

Uma variação dessa proposta é: sentar de uma forma na cadeira, percebendo o peso e os apoios, levantar da cadeira percebendo a transferência de peso, caminhar em volta da cadeira e sentar de outra forma, não aquela em que o exercício se iniciou. E fazer a mesma proposta, dessa vez variando a forma de caminhar.

Enquanto o aluno segue a proposta, vou elencando aspectos nos quais pode se atentar, além do peso, como o andamento (que pode mudar conforme a transferência de pesos muda), a emoção, a respiração, o olhar (que peço sempre que não busque o chão).

A primeira coisa que me interessa nessa prática, é reintegrar o corpo à performance. Torná-lo familiar enquanto o cantor se aquece e entra em cena, mesmo quando a cena é o ensaio ou a sala de aula.

Assim, a partir da percepção de peso, de transferência dele, e de sensações ao se sentar e se levantar, já consigo ver um artista investigando seu movimento. A partir do cotidiano, como a TKV propõe. Como Klauss diz, "O que não podemos esquecer é que as pernas com as quais danço são as mesmas com que ando, corro, caio ou brinco, desde criança. Nesse sentido, a experiência de uma vida pode ser traduzida, por exemplo, no simples gesto de erguer um braço ou uma perna" (VIANNA, 1990, p.112)

Essencial essa possibilidade de se partir dos movimentos do cotidiano. Até porque, se eu pedir de cara um "improviso de corpo", muitos cantores dirão: "Mas eu não sei improvisar", ou "Eu não sou bailarino". Já quando eu peço para o cantor se sentar, levantar, caminhar e sentar de novo, não há quem alegue que não sabe direito como fazer isso.

O segundo benefício que vejo ao praticar este exercício, é, de certa forma, distrair o cantor da parte cantada do exercício, desfazendo tensões desnecessárias, criando espaço para a respiração e o apoio - sem sequer mencioná-lo, ainda.

Esta é, também, uma proposta para se trabalhar propriocepção, em que o cantor sempre percebe e me sinaliza (às vezes com um olhar surpreso) quando certa passagem faz a voz melhorar ou piorar. Por exemplo, é comum que, ao levantar da cadeira, pela própria ativação dos músculos do abdômen, a voz

melhore. Caminhando, pelo próprio balanço do corpo que balança a laringe, também. Já ao se sentar com o peso abandonado, largado na cadeira, é comum que a voz perca projeção e estabilidade. Esses aspectos, quando percebidos no próprio corpo do aluno, e não como uma regra do professor, dita esperando ser acatada como verdade absoluta, têm um valor muito maior. E uma permanência no corpo e na história do cantor com muito mais lastro.

Como fonoaudióloga na área de voz, o trabalho sensório motor é essencial para mudança no comportamento vocal, a auto percepção sensorial e a relação do corpo e voz auxiliam na evolução, recuperação e aprimoramento da voz.

A integração dos sentidos e movimentos para aprimorar a técnica vocal inclui a percepção das vibrações, a coordenação entre a respiração e a emissão vocal, e o ajuste dos músculos envolvidos na produção do som. Conforme alguns autores da literatura da área descrevem, o objetivo dessa interação é desenvolver uma maior consciência e controle sobre o processo vocal, permitindo uma execução mais precisa e expressiva. Acompanhando a professora de canto Bruna em aula utilizando a técnica Klauss Vianna, vi uma abordagem que respeita a individualidade e a escuta do corpo. Durante as aulas percebi que a técnica tem implicações diretas na voz, especialmente quando se trata da melhora no apoio de expressão corporal integrada com a voz. O apoio e a respiração são fatores muitas vezes difíceis aos alunos ajustarem pois sabemos que esse sistema depende de musculaturas muito profundas (abdominais, grande dorsal, serraria, etc).

A relação à voz, nesse contexto, surge de muitos estudos que já abordam a relação de que o corpo, o movimento e a respiração estão intimamente conectados com a produção vocal. As orientações dadas em aula pela professora auxiliam a liberar tensões corporais que interferem na respiração e na emissão vocal, promovendo uma voz mais natural e livre, uma voz fácil e ressoante. Além disso, ao trabalhar o corpo como um todo, ela pode ajudar a criar uma maior percepção da postura e da movimentação durante a fala ou canto, o que é essencial para uma voz saudável.

Acredito que esta técnica é uma ferramenta tanto para aprimorar a voz quanto para integrar melhor o corpo e a voz em performances.

(Eduarda Cunha, Fonoaudióloga, depoimento de Setembro de 2024)

Alguns benefícios de se trabalhar o corpo expressivo junto à voz, são muitas vezes notáveis imediatamente. Mesmo os que trazem evolução a longo prazo, muitas vezes, geram alguma facilidade imediata.

Em aula, ainda neste tópico, costumo trabalhar associar o peso do corpo em movimento a uma emoção específica que proponho, para que percebamos que emoção também implica em corpo. Por exemplo, sentar-levantar-caminhar com preguiça traz um corpo muito diferente de sentar-levantar-caminhar com raiva. Muitas vezes, também, parto da respiração para perceber a mudança no corpo. Respirar com alívio ou medo acionam diferentes musculaturas e evocam diferentes estados emocionais. E brincar com o peso, a emoção e a respiração dessa forma, aproximam com facilidade o cantor de sua interpretação real, sem artificialidade.

Enquanto registro aqui tais práticas, a cada dia surgirão novas possibilidades para este exercício, e isto é bom. Peço sempre que o cantor (e digo isso a mim mesma, também), não se apegue à forma estética que funcionou, querendo repeti-la sempre, mas aos aspectos que estamos trabalhando, para que este seja fonte de infinitas formas.

O que busco, então, é dar um corpo a essas pessoas, porque elas têm coisas a dizer com seu corpo. Por isso não faço qualquer proposta de movimentos que não tenha aplicação na vida diária. Quero que o trabalho seja simples e natural.

Talvez por tudo isso minha aula não seja copiável: apesar de durar duas horas, ela não acaba. (VIANNA, 2005, p.131).

A vantagem de se fazer um trabalho de corpo-voz-interpretação que se estenda para a vida cotidiana é notável. Sinto, como artista, muita falta de tempo e lugar para estudar adequadamente minhas apresentações, e ouço a mesma queixa da maioria dos alunos. Ter tempo é uma questão atual, que muitas vezes surge como um impeditivo para seguir estudando e investigando. Poder estender as propostas de aula para o dia a dia pode ser reanimador.

3.2.4 Apoio ativo e apoio do cantor

Considero o apoio ativo o tópico mais importante da TKV para a prática do cantor. É possível, a partir desse tópico, solucionar muitas dúvidas que ouvi nas últimas décadas sobre apoio respiratório.

Mas primeiro, o que significa apoio respiratório no canto? Por ser um tema que ainda atualmente é tema de muita discussão, informal e acadêmica, colocoo aqui como um **mecanismo de controle respiratório para o canto** - já que o canto exige muito mais do sistema respiratório do que a fala. Conforme diz SUNDBERG:

É importante lembrar que as frases cantadas são frequentemente mais longas que as faladas: as primeiras duram, em média, cerca de seis segundos, ou até mais do que isso. Assim, o consumo de ar no canto é, em geral, maior do que na fala espontânea, na qual o ciclo respiratório tem duração semelhante ao da respiração silente, ou seja, de cinco segundos. Então, é essencial evitar desperdício de ar durante o canto, pois, além de consumirmos mais ar nessa situação, temos menos ocasião de respirar do que na fala (SUNDBERG, 2015, p.62).

É de se esperar, portanto, que, percebendo o maior desafio respiratório no canto do que na fala, o cantor não treinado crie tensões e acabe sentindo desconforto ao cantar, sentindo falta de algum suporte que o ajude a controlar a saída do ar e regular a pressão de ar debaixo das pregas vocais, chamada de pressão subglótica.

(...) Ao contrário da fala, na qual utilizamos forças respiratórias passivas para obter a pressão subglótica desejada e conter a expiração quando o ar começa a se extinguir, no canto necessitamos explorar uma proporção maior de nossa CV (Capacidade Vital: volume pulmonar) e controlar ativamente a pressão subglótica. Se a técnica respiratória utilizada não permitir uma grande habilidade de controle de pressão subglótica, o resultado será provavelmente o grande esforço laríngeo e mesmo a desafinação. (SUNDBERG, 2015, p.78).

E por que, então, há divergências no mundo das ciências vocais e estudo de canto a respeito do apoio? Primeiro, porque há diferentes vertentes e direcionamentos neste sentido. Alguns professores trabalham com os músculos abdominais contraídos, e/ou com os músculos intercostais para abrir as costelas, outros com os músculos inferiores abdominais expandidos.

Segundo a literatura, o apoio denominado *inferior* contribui para uma voz mais estável, com melhor projeção e controle da hiperfunção laríngea e, para o canto, pode promover uma emissão de voz cantada livre de tensões cervicais. Pode-se verificar que os cantores que utilizam dos músculos inferiores tais como os abdominais, diafragma e intercostais *inferiores* adquirem uma emissão mais controlada. Em contrapartida, aqueles que trabalham apenas a musculatura intercostal superior (torácica) durante o canto, promovem uma elevação da parte torácica, anteriorização do esterno, tendem a uma captação menor de ar e um aumento das tensões cervicais e laríngeas no ato de cantar. (GAVA JUNIOR, FERREIRA e ANDRADA E SILVA, 2010, p.552)

Para não adentrar em cada forma de estudo de apoio, vou me ater a esta indicação de que é importante a utilização dos músculos inferiores da caixa torácica durante a respiração, para o que chamamos no canto de respiração baixa. Ou seja, abrindo as costelas mais inferiores (as costelas flutuantes), sem elevar os ombros, trabalhando músculos abdominais, intercostais e o diafragma - lembrando que este músculo não conseguimos sentir tocando a região abdominal, pois sua localização é mais interna. O que conseguimos sentir facilmente com as mãos são os músculos abdominais, que, ativados com tónus sob medida, nem excessivo nem abandonado, facilitam o trabalho do diafragma.

As estratégias utilizadas para se trabalhar o apoio relacionam-se o estímulo à propriocepção, participação da musculatura abdominal e intercostal, equilíbrio do fluxo aéreo, alívio das tensões e correção de postura. Para os entrevistados, o maior benefício do apoio respiratório está no alívio das tensões laríngeas e melhoria na coordenação pneumofonoarticulatória. (GAVA JUNIOR, FERREIRA e ANDRADA E SILVA, 2010, p. 561).

Independentemente da linha de estudo, entende-se que o controle respiratório através dos músculos abdominais e/ou intercostais contribui para maior conforto e controle fonatório. E a Técnica Klauss Vianna entra aí.

Primeiro, sem necessariamente mencionar os vetores 1 e 2 da TKV (o 1 no metatarso, agindo com uma força para baixo dos pés; o 2 no calcâneo, agindo

com uma força primária para baixo dos pés e uma secundária para fora, que evito mencionar num primeiro momento para não gerar confusão), trago a ideia do apoio ativo da TKV para que o aluno perceba o que acontece na voz quando exercemos uma força dos pés contra o chão e quando não a exercemos, abandonando o corpo sobre os pés. Para compreender este tópico, brinco de comparar esta experiência de apoio ativo (com intenção de aterrar os pés no chão), com o apoio passivo, que não tem direcionamento de forças, apenas o corpo abandonado sobre os pés. Neste trabalho, pela simples ativação dos músculos abdominais e internos das pernas, resposta natural do corpo ao apoio ativo, a voz muda imediatamente.

Lembrando aqui que o apoio ativo não é realizado apenas com os pés, e não me limito a isto nas aulas. Qualquer parte do corpo em contato com chão ou qualquer objeto pode experimentar abandonar seu peso ou ativamente aterrar, criando uma resposta muscular (e vocal). É possível sentir a mesma melhora, por exemplo, ao aterrar os ísquios no assento da cadeira, no caso de o aluno estar sentado, criando assim uma resposta muscular do abdômen e coluna lombar, garantindo espaço entre as vértebras, menos aperto, e mais conforto. Lembrando que, como em todos os tópicos da TKV, nenhuma dessas são posições estáticas. O apoio ativo pode e deve ser usado em movimento, em cena, dançando, caminhando no dia a dia, trazendo os mesmos benefícios.

Trago aqui um relato do aluno Leandro Neves, cantor, que trabalha corpo-voz-emoção comigo há cerca de dois anos:

Na minha experiência de voz cantada, a intencionalidade do corpo me trouxe uma voz mais presente, mais robusta.

O apoio ativo, tanto dos pés contra o chão ou do quadril contra o chão quando sentado, criando tanto uma oposição entre partes do corpo quanto um apoio na intenção do olhar, conferiu mais tônus para a voz. Os exercícios de dar tônus ao olhar garantiram, para mim, uma voz bem colocada, com harmônicos mais presentes.

É muito interessante o apoio ativo para o objetivo da robustez ao cantar.

De fato, por facilitar o apoio e a respiração, o apoio ativo traz uma voz normalmente mais cheia, encorpada, estável, até com melhor fôlego, inclusive levando o cantor a uma melhor postura.

Importante ressaltar que esses benefícios acontecem mesmo que numa aula virtual - nova realidade bastante comum desde a pandemia dos anos 2020, 2021. Anos antes disso, eu já lecionava à distância, por plataformas on-line, para diferentes partes do mundo, no caso de cantores em turnê ou que me procuravam de fora do meu estado ou do país. Após a pandemia, este tipo de atendimento se intensificou. E tive a oportunidade de trabalhar tópicos da TKV como o apoio ativo com alunos de forma virtual, vendo grande evolução. Segue depoimento do meu aluno, o cantor Tim Besser:

A técnica Klauss Vianna que a Bruna Caram me mostrou (tudo de forma remota pelo Zoom, ela no Brasil e eu na Alemanha) me ajuda muito no meu desenvolvimento como cantor no palco. Para mim é um ótimo apoio corporal: na interpretação de uma música, na técnica vocal (por ex. quando trabalhamos uma força direcional nos pés e eles ajudam com o apoio) e na comunicação com o público. Consigo também levar as ideias da técnica Klauss Vianna no dia a dia, em movimentos cotidianos.
(Tim Besser, depoimento de setembro de 2024)

Não mencionei aqui ainda o olhar ativo, mas costumo usá-lo como um apoio, comparando a voz do aluno ao cantar com o olhar abandonado e em seguida com um olhar atento, concentrado, com intenção. A mudança na intenção do olhar reforça uma melhor postura, um corpo mais vivo, e o apoio ativo do corpo. É muito comum que a voz ganhe notavelmente mais energia ao passar do apoio passivo do olhar para o ativo. Trago aqui depoimento da minha aluna Samira Chamma, cantora e compositora, cedido em Setembro de 2024:

O trabalho de apoio ativo, especialmente nos pés, fez muita diferença para mim. Antes de fazer as aulas com você, eu não tinha consciência de que pensar nos pés ajudaria tanto na postura e na minha respiração, e conseqüentemente, em como sai minha voz.

Percebi, com esse exercício, que tenho uma tendência a pisar de uma forma meio estranha, estranha na forma de distribuir o peso. Isso tem a ver com o fato de eu ter ultimamente decidido cantar descalça nos shows, numa tentativa de acordar mais essas sensações e a consciência corporal. Sinto que na hora do palco ainda estou começando esse processo, que é um aprendizado. O fato de estar estudando e percebendo minha postura, e o contato dos meus pés com o chão, faz

reorganizar o peso enquanto me movimento, e está sendo muito valioso para cuidar de mim mesma no palco.

Antes das aulas, normalmente me sentia mais presa, e com o corpo meio tenso, então, esse estudo, mesmo no início, tem despertado novos movimentos no meu corpo, e novas posturas, me dando sensação de presença e aterramento.

Essa sensação de maior liberdade e maior leque de possibilidades está no centro de minha pesquisa, sendo alguns dos maiores benefícios que vejo ao trazer tópicos da TKV para o ensino do canto.

Como muitas vezes trabalho em dupla com minha sócia no Instituto Cor e Voz, a fonoaudióloga Ana Terra Pompeu, que é mestra em voz profissional, pedi que ela mesma trouxesse seu depoimento como profissional que acompanhou meu trabalho com a TKV nos últimos quase dois anos:

Desde que a Bruna começou a usar os conhecimentos da técnica Klauss Vianna eu tenho sentido uma grande conexão entre o corpo e a voz de cada pessoa que atendo. Conectar o corpo com a voz é completamente necessário principalmente em um mundo onde as coisas tendem a ser rápidas, curtas e fragmentadas.

Venho também da área da saúde onde o ser humano tende a ser dividido por partes e poder conectar um exercício de articulação do lábio por exemplo com um movimento do metatarso e perceber uma resposta vocal brilhante é muito rico e motivador.

A vontade (e necessidade) de usar esse olhar para o corpo junto dos exercícios vocais tem tornado o olhar tanto do cantor quanto do profissional que o está atendendo muito mais amplo, enxergando o indivíduo como um todo, como deve ser.

Percebo que movimento nos pés e no quadril surtem um efeito muito visível e quase palpável aos cantores e estes têm percebido o mesmo.

Os movimentos de tronco, trabalhando oposições e torções, facilitam também o alongamento das costelas, e têm ajudado na parte respiratória e na consciência dessa respiração.

Percebo os artistas mais soltos o palco também conectando com mais facilidade a interpretação, a afinação junto dos gestos desenvolvidos a partir de provocações da Bruna.

O que sinto também é que a partir do movimento alinhado a voz, os artistas tem apertado menos a região cervical, pescoço, laringe e

consequentemente pregas vocais o que muito me interessa pois promove saúde e longevidade vocal.

A partir dessa técnica eu criei curiosidade de conhecer mais sobre Klauss Vianna e também da Angel Vianna.

Os benefícios do corpo em conexão com a voz são imensos.

O reconhecimento de profissionais de saúde da voz do resultado das propostas aqui descritas são muito caros a esta pesquisa, por reforçar as vantagens de se trabalhar juntamente voz e corpo, interpretação e técnica, expressão corporal e saúde, observando o ser humano em sua integralidade, o artista em sua complexidade, a voz humana em todas as suas potencialidades.

Considerações finais:

Ainda em processo de investigação, percebo o quanto a TKV me parece um jogo, que levo para o ensaio, a aula e o palco. Através dela, acesso um leque de propostas lúdicas, criativas, não encerradas em si, possíveis de serem investigadas desde o cotidiano até num momento cênico, com a plateia diante do artista. Considero a TKV uma fonte de propostas criativas que o artista pode utilizar de inúmeras formas, como que dirigindo a si mesmo em cena a cada instante. Ao mesmo tempo em que pode desfrutar do estar em cena, algo que muitas vezes é uma questão.

Percebo benefícios técnicos vocais, criativos, psicológicos, emocionais (como a melhora do nervosismo no palco, um monitoramento gentil de si mesmo em cena), mais segurança, controle de corpo-voz-emoção, habilidades de improvisação surgindo a cada aula, além de estabilidade vocal, respiratória, de afinação, de interpretação. A impressão que fica, para mim, é a de que qualquer cantor é um bailarino, um ator, um artista múltiplo. Isto me causa certo alívio. Parece que trabalhar o máximo de nossas potencialidades, como artistas, não precisa ser algo utópico. Não precisa de todo tempo do mundo, de um mundo novo, de um cenário ideal, mas é algo a ser feito a cada dia. Com evolução notável, a cada jogo.

No meio em que atuo, urbano, capitalista, numa cidade enorme e frenética e desigual como São Paulo, é comum que o artista chegue à aula ansioso, frustrado, sentindo que tem uma montanha para escalar, distante da realização de seus sonhos. A partir do momento em que tenho estratégias que reintegrem sua qualidade vocal à emoção, ao corpo, ao mundo ao redor, aos seus valores e necessidades, vejo algo se acender. Como diz o compositor Gonzaguinha, em sua canção Redescobrir, "Tudo principia na própria pessoa". O movimento, a emoção, a voz, o sonho, a conquista. Poder abrir portas para que o aluno ativamente busque novas possibilidades, registre o que percebeu, repita sensivelmente em outras ocasiões, leve a prática da aula para a vida real, tudo isso me parece revolucionário.

Noto em todos os alunos com quem trabalhei tópicos da TKV uma melhora na qualidade vocal, postura, emoção, movimento, olhar. Gosto de pensar nas práticas aqui descritas, como já disse, como formas de se brincar em cena. Com disciplina, mas diversão. Com foco, mas tranquilidade.

A reintegração de corpo, mente, voz e emoção, é, para mim, um dos maiores benefícios que a TKV pode trazer. Mas melhor que reintegrar, é torná-los campos criativos e acessíveis para qualquer um. Num trabalho aparentemente simples, embora muito complexo, trabalhoso, mas prazeroso, e partindo do cotidiano. A TKV é uma forma de vida para o artista e para todos.

Desde sua introdução, este trabalho se debruça sobre a busca do artista por um cantar de emoção. A busca do artista pelo sentimento não fica resolvida aqui, é contínua, inesgotável, fonte de muitas dúvidas, mas, penso que poder apresentar propostas possíveis, acessíveis, fundamentadas em evidências científicas, além de criativas e respeitadas da integralidade do ser humano, é a maior contribuição deste trabalho.

Esta é uma pesquisa que não tem exatamente uma conclusão, mas abre portas. Minha esperança é que as questões aqui levantadas abram outras, com mais possibilidades criativas para cada artista. Felizmente, é um estudo que tem no próprio processo, e não no final, seus maiores benefícios.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEI, Aline. **Pequena Coreografia do Adeus**. 1ª ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2021.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 13.ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.

GAVA JUNIOR, Wilson; FERREIRA, Leslie Piccolotto, ANDRADA E SILVA, Marta Assumpção. **Apoio Respiratório na Voz Cantada: Perspectiva de Professores de Canto e Fonoaudiólogos**. Rev. CEFAC. 2010 Jul-Ago; 12(4):551-562

HOOKS, Bell. **Ensinando a Transgredir**. São Paulo: MEDIAfashion: Folha de São Paulo, 2021. (Coleção Folha Os Pensadores; v.3).

JESUS, Carolina Maria de. **Casa de Alvenaria**: Volume 2: Santana. São Paulo: Companhia das Letras, 2021. (Versão kindle)

LASZLO, Cora; MILLER, Jussara. A Sala e a Cena: a importância pedagógica de processos criativos em dança e educação somática. **Cadernos do GIPE-CIT**: Grupo Interdisciplinar de Pesquisa e Extensão em Contemporaneidade, Imaginário e Teatralidade / Universidade Federal da Bahia. Escola de Teatro / Escola de Dança. Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas - No36, setembro, 2016.1. Salvador(BA): UFBA/PPGAC.

MARIZ, Joana. A voz que desabrocha, o canto que se constrói: perspectivas para o ensino do canto popular brasileiro. **Música Popular em Revista**. Campinas, ano 4, v. 2, p. 117-134, jan.-jun. 2016.

MILLER, Jussara. O corpo presente: uma experiência sobre dança-
educação. **ETD –Educ.Temát.** Digit., Campinas, SP, v. 16, n. 1, p. 100-114, jan./ abr.
2014. ISSN 1676-2592.

MILLER, Jussara Corrêa. **A Escuta do Corpo: sistematização da técnica
Klauss Vianna.** São Paulo: Summus, 2007. VIANNA, Klauss.

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

ROSA, João Guimarães. **Grande Sertão: Veredas.** Rio de Janeiro: Nova Aguilar,
1994.

SUNDBERG, Johan. **Ciência da Voz: Fatos sobre a voz na fala e no canto.** São
Paulo: EDUSP, 2015.

VIANNA, Klauss. **A Dança.** Quarta edição, São Paulo: Summus, 2005.