

O CORPO E SUAS REPRESENTAÇÕES: AS TÉCNICAS DE EDUCAÇÃO SOMÁTICA NA PREPARAÇÃO DO ARTISTA CÊNICO

Márcia Strazzacappa*

*O ator da pura presença é um
ator representando sua própria ausência*

M. Watanabe/E. Barba

Resumo: A partir da noção de *técnicas corporais* apresentado por Mauss e do olhar da *etnocologia* – esta nova disciplina que se propõe a estudar os *comportamentos humanos espetaculares organizados* – o presente texto coloca em questão a formação do artista cênico, discutindo e analisando as técnicas corporais utilizadas por eles, sobretudo as técnicas de *educação somática*, tão em voga atualmente no mundo do espetáculo vivo.

Palavras-chave: corpo, artista cênico, técnica corporal, espetáculo, educação somática

O presente texto, baseado em minha tese de doutorado, espera contribuir com a discussão do corpo e suas representações trazendo à luz reflexões sobre as técnicas corporais utilizadas pelos artistas cênicos, mais especificamente, sobre as técnicas de educação somática, tão em voga atualmente no mundo do espetáculo vivo.

Chamamos de artista cênico o ator, o dançarino, o mímico, o músico, o performer, ou seja, todo artista que traz em seu próprio corpo o resultado de sua arte. O corpo é para o artista cênico o veículo de comunicação entre a obra de arte e o público, é a ponte entre o palco e a platéia. “*Enquanto agente, o corpo é técnica; enquanto produto, ele é arte*”¹.

Falar do artista cênico e do corpo e suas representações parece redundante. O artista cênico é aquele que representa, ou seja, ele é um corpo (já carregado de representações) que representa. Mas ao representar o outro (personagem) não esta-

* Professora da Unicamp.

¹ STRAZZACAPPA, Márcia. “Técnicas corporais: a procura do outro que somos nós mesmos ou À la recherche de nous-mêmes ailleurs”. REVISTA do LUME, (1):45, 1998.

rá ele apagando (ou escondendo) a sua primeira representação (si mesmo)? Yoshi Oida, um dos atores da companhia de Peter Brook, durante uma conferência no Conservatório Superior Nacional de Artes Dramáticas de Paris², começou sua exposição dizendo que, quando criança, queria ser um ninja, pois os ninjas eram os únicos capazes de desaparecer. Ao invés disso, tornou-se um ator. Em seu livro *L'acteur invisible*, ele explica sua opção, narrando de forma poética a diferença entre dois tipos de atores:

“No teatro Kabuki, há um gesto que significa ‘olhar a lua’, onde o ator aponta com o indicador o céu. Um ator muito talentoso pode executar este gesto com graça e elegância. O público pensa então: ‘oh, que belo gesto!’, admirando a beleza de sua interpretação e seu domínio técnico. Mas pode igualmente acontecer que, diante de um outro ator que faz o mesmo gesto de apontar a lua com o dedo, o público vê simplesmente a lua, sem se preocupar em saber se o ator se moveu elegantemente ou não. Eu prefiro este último tipo de ator; aquele que oferece a lua ao público. O ator que é capaz de se tornar invisível.”³

Segundo o teatrólogo francês, Patrice Pavis, a utilização cênica do corpo pode oscilar entre duas concepções distintas: ou o corpo é um *local* (*lugar*) e um *suporte à criação teatral*; ou o corpo é uma *matéria auto-referencial*. No primeiro caso, o corpo é totalmente desservido de um sentido psicológico, intelectual ou moral. Ele se apaga diante da verdade dramática, tornando-se apenas um mediador na cerimônia teatral. No segundo, o corpo material, não é expressão de uma idéia, senão representação dele mesmo. Ainda segundo Pavis, “*atualmente é a tendência do corpo material que predomina no mundo do espetáculo, ao menos no chamado teatro experimental*”⁴, de onde a preocupação com a linguagem corporal e as técnicas corporais.

Diversas escolas teatrais surgiram desta preocupação com o *corpo – material*. A Antropologia Teatral de Eugenio Barba, por exemplo, que estuda o homem em situação de representação, procura definir técnicas corporais para o ator-bailarino através do estudo aprofundado de diferentes manifestações artísticas oriundas de culturas distintas. Assim, seus atores partiam para os quatro cantos do mundo com o intuito de assimilarem técnicas corporais e vocais utilizadas nas manifestações populares dos países por eles visitados. Diferentemente da Antropologia Teatral, a recém criada Etnocenologia⁵, caminha no outro sentido. Ao invés de estudar

² Ciclo de conferências sobre o tema “A formação do ator” com a presença de Ariane Mnouchkine, Eugenio Barba e Yoshi Oida. Conservatoire National Supérieur d’Art Dramatique, Paris, dia 15 de fevereiro de 1998.

³ OIDA, Yoshi. *L'acteur invisible*. Paris: Actes Sud, 1998. p. 18. (trad. do autor).

⁴ Idem.

⁵ Uma primeira publicação brasileira sobre a etnocenologia foi lançada em 1998, pela editora Annablume de São Paulo. O livro organizado por Christine Greiner e Armindo Bião, reuniu textos que foram apresentados no III Colóquio Internacional de Etnocenologia que se realizou em Salvador, Bahia, em setembro de 1997. O núcleo de pesquisa GIPE-CIT da Universidade Federal da Bahia também têm a disposição publicações sobre o tema.

o artista nas manifestações culturais (o homem em situação de representação), esta nova disciplina busca analisar o espetacular que está contido nas diferentes situações humanas. Segundo seu criador, o teórico Jean-Marie Pradier, a “*etnocienologia é o estudo, nas diferentes culturas, das práticas e comportamentos humanos espetaculares organizados.*”⁶ Mais tarde ele viria acrescentar a esta definição que ela “*associa disciplinas científicas dedicadas à exploração e à análise do comportamento humano (...) e às ciências da arte.*” Uma primeira tese em etnocienologia foi defendida em 1997, por uma brasileira que analisava o gesto espetacular do gaúcho nas fazendas do Rio Grande do Sul⁷. A juventude desta disciplina provoca alguns mal-entendidos e abre um leque de questões, a começar pelas definições do que compreendem por *comportamento humano? Espetacular? Organizado?* Para nossa discussão, o que nos interessa é o corpo que representa. Assim, segundo a etnocienologia, o corpo estaria o tempo todo em representação. Nós assumimos papéis diferentes, e consequentemente posturas corporais diferentes de acordo com as situações que enfrentamos no nosso dia-a-dia. Somos constantemente *pequenos atores* deste contínuo *espetáculo* que é nossa vida. Mesmo quando acreditamos não estarmos representando papéis, o olhar do outro funciona como prisma e conduz nosso comportamento. Nossa maneira de agir, mover, gesticular, sentar, etc., são todas atitudes adquiridas. Nossos movimentos ditos “espontâneos”, são, na verdade, comportamentos aprendidos e assimilados, no processo de aquisição das chamadas técnicas do corpo, como veremos a seguir.

AS TÉCNICAS DO CORPO

Não se pode falar em “técnicas corporais” sem antes mencionar os trabalhos de Marcel Mauss (1872-1950). Este sociólogo e antropólogo francês foi o primeiro a propor a noção de *técnicas do corpo*, por ocasião de uma comunicação apresentada na Sociedade de Psicologia no dia 17 de maio de 1934.⁸ Nesta época Mauss foi criticado por ter utilizado o termo “técnica” para falar do corpo, no entanto, ele se explicou: “*nós fizemos, e eu fiz durante muitos anos o erro fundamental de considerar técnica apenas quando há um instrumento. Tivemos que retornar às noções antigas, aos dados platônicos da música, (...) e em particular da dança, e estender esta noção.*” Baseando-nos em seus estudos devemos compreender por *técnicas do corpo* “*as maneiras como os homens, sociedade por sociedade,*

⁶ PRADIER, Jean-Marie. Manifesto lançado para o Colóquio de Fundação da Etnocienologia, realizado na sede da Unesco, Paris, em 3 e 4 de maio de 1995. Publicado em *Théâtre-Public*, (123):46-48, Paris, maio/jun. 1995.

⁷ Cf. “*Le geste spectaculaire dans la culture gaucha du Rio Grande do Sul-Brésil*”, Saint-Denis, França, Universidade de Paris 8, 1997. Tese de doutorado.

⁸ Esta conferência foi publicada no *Jornal de Psicologia*, 32(3-4), mar./abr. 1936.

de uma maneira tradicional, sabem se servir do corpo.”⁹ Utilizando-se do que chamou de “*taxonomia psicológica*”, um trabalho laborioso de observação, Mauss classificou as técnicas do corpo segundo diferentes princípios: o sexo, a idade, o rendimento (ou adestramento) e o ensino destas técnicas.

Mauss concluiu que todas as ações humanas, desde a mais simples posição deitada (simples aqui é entendido como as ações que implicam o mínimo esforço físico) até as ações mais elaboradas como nadar, (que requer um adestramento específico), são técnicas adquiridas. Cada sociedade tem sua própria maneira de caminhar, de comer, de se sentar, de se reproduzir, de manifestar suas emoções, segundo seus costumes, sua cultura. Os membros destas sociedades vão aprendendo as maneiras de agir e, por sua vez, ensinam as futuras gerações. A aprendizagem destas técnicas se dá através de duas maneiras: inculturação e aculturação. A primeira – inculturação – ocorre quando o indivíduo é ainda criança. Ele aprende por imitação, incorporando ações de forma quase *espontânea*. A segunda – aculturação – refere-se ao processo de aprendizado do indivíduo adulto. Mauss afirmava que “*não existe talvez maneira natural no adulto*”¹⁰. Isto que se acredita ser “natural” no homem é apenas a aquisição pela educação de técnicas codificadas segundo a sociedade e sua cultura.

A maior contribuição de Mauss para nossa reflexão reside na compreensão de que as técnicas corporais são resultantes de uma aprendizagem permanente do homem que o acompanha do nascimento até a morte e que esta aprendizagem é balizada pelos aspectos culturais da sociedade onde este homem se insere.

O artista cênico, como dissemos acima, é um corpo visto. Portanto, ele deve adquirir o domínio de seu corpo para o sucesso de sua arte, tão efêmera. No entanto, não acreditamos na supremacia do corpo do artista. Não há deuses – performativos, mas indivíduos que têm um ofício onde o corpo é um dos primeiros objetos, ou como dizia Mauss, o primeiro instrumento. Mesmo não concordando com este tipo de afirmação que define o corpo como um utensílio humano – pois o homem, ao invés de TER um corpo, ele É seu corpo – nós nos servimos desta expressão para acentuar simplesmente o fato de que o artista é desprovido de outros objetos para fabricar sua arte.

O artista cênico possui um único corpo com o qual ele está, seja em cena ou na vida cotidiana. Todas as técnicas adquiridas para melhorar seu trabalho de performer (ou como dizia Mauss, todos os adestramentos recebidos) permanecem com ele pouco importa onde ele se encontra. Por isso não acreditamos na definição apresentada por Eugenio Barba, quando ele propõe a noção de *técnica extra-coti-*

⁹ MAUSS, Marcel. “Les techniques du corps”. JOURNAL de Psychologie, 32(3-4), mars/avr. 1936. Publicado posteriormente in SOCIOLOGIE et Anthropologie, PUF, Paris, 1966, p. 370-371.

¹⁰ Idem

*diana*¹¹. Para Barba, quando o ator está em representação, sua técnica corporal muda radicalmente, não estando mais sob a influência dos condicionamentos de sua cultura. No entanto, um acrobata, por exemplo, é sempre um acrobata, seja no circo, seja fazendo suas compras. O indivíduo é um só. O corpo, com sua cultura, sua técnica, seus símbolos constitui uma unidade. Uma vez a técnica adquirida, ela lhe pertence. Ele pode não utilizá-la ao fazer suas compras, mas ela estará sempre lá com ele, como as impressões digitais. Pavis sublinha a este respeito que *"mesmo a idéia [defendida pelas técnicas extra-cotidianas de Barba] de separar a vida da representação é estranha, pois é o mesmo corpo que é utilizado e a representação não pode tudo apagar."*¹² O inverso também é verdadeiro. Seguindo com o mesmo exemplo, o acrobata pertence a uma cultura (com gestualidade própria, maneira de se mexer, de se sentar, de gesticular, etc.) que ele traz consigo sobre o palco. Isso torna-se evidente quando se vê sobre o mesmo espaço artistas de diferentes nacionalidades fazendo o mesmo movimento ou representando um mesmo espetáculo. Apesar das semelhanças de movimento, um público perspicaz é capaz de perceber as sutis diferenças que existem entre eles, diferenças que são apontadas pelas origens diversas. Assim fica evidente que o homem não pode negar sua cultura que, através de aprendizagens anteriores, lhe imprimiu características pessoais. Ao menos não pode negá-la sem esforço. Se quiser fazê-lo, deverá se submeter a novas aprendizagens, novos condicionamentos, tão fortes quanto os primeiros.

CORPO (SINGULAR) OU CORPOS (PLURAL)?
TÉCNICA (SINGULAR) OU TÉCNICAS (PLURAL)?

Quando se fala em técnicas corporais, deve-se usar sempre o plural, pois não há apenas um corpo, e sim, diferentes corpos sustentados pelas diversas experiências e técnicas corporais particulares. O corpo tem uma forma específica, (onde se compreende a especificidade do sexo, do volume, do peso, etc.), o corpo é memória enquanto reservatório de uma história passada e ao mesmo tempo ele é a projeção do futuro, com sua bagagem genética, seus sonhos, desejos, projetos, etc.

A pluralidade de técnicas corporais é a consequência da pluralidade de corpos. Não há uma técnica única que possa servir a todos os corpos, nem um corpo que possa se adaptar a todas as técnicas. A escolha de uma ou de outra técnica é o resultado de um processo de duplo sentido. De um lado, um ato quase espontâneo onde o indivíduo busca uma técnica que lhe seja familiar, que se adeque ao seu tipo de movimento. De outro lado, num ato refletido, este mesmo indivíduo pode esco-

¹¹ Cf. BARBA, Eugenio; SAVARESE, Nicola. *A arte secreta do ator*. Trad. Luis Otávio Burnier. Campinas: Edunicamp; São Paulo: Hucitec, 1996.

¹² PAVIS, Patrice. *Op.cit.*, p. 20.

lher uma técnica que não tenha absolutamente nada a ver com sua maneira de ser, mas justamente a opção é feita com a intenção de se trabalhar exatamente suas carências, ou seja, a busca do equilíbrio entre as dinâmicas.

As técnicas corporais são também condicionadas por fatores sócio-culturais. A escolha por uma ou outra atividade é carregada de valores. Ela não foge a certas convenções sociais, sobretudo no que tange à educação das crianças. Por que escolhemos, por exemplo, a dança clássica para as meninas e o judô para os meninos? Num país onde a herança machista ainda está presente, raramente se vê meninos em aulas de ballet... Os jovens rapazes, na verdade, só começam a aprender a dança clássica à partir dos 16-17 anos, e mesmo assim, devem enfrentar as críticas e preconceitos dos colegas de escola, dos vizinhos ou mesmo dos pais. Há papéis bem definidos para homens e mulheres em nossa sociedade, apesar do movimento contínuo pela igualdade de todos. Neste contexto, às mulheres é reservada toda atividade onde a ternura, a delicadeza e a sensualidade são imperativas, e aos homens, as atividades físicas onde a força, a agressividade e o domínio são necessários. Assim, consciente ou inconscientemente, as escolas oferecem aos alunos práticas diferenciadas: o ballet para as meninas e o judô para os meninos. Às vezes, são os próprios pais que propõem a seus filhos práticas já dirigidas para preparar a criança para ser o Homem e a Mulher de amanhã.

Hoje o número grande e variado de técnicas corporais oferecidas pelas escolas indica que cada vez mais as pessoas procuram desenvolver suas potencialidades motoras. Abro um parêntese para a matéria que saiu no encarte Equilíbrio do jornal Folha de São Paulo do dia 11 de maio passado. A matéria intitulada *Dicionário da malhação das academias*, listou 28 diferentes modalidades de trabalhos corporais, dentre eles, destaco o Boot Camp – “aulas que simulam treinamento militar, com subida de corda, flexão de braços, corrida e salto. O professor, vestido de militar, conduz a aula como se comandasse um pelotão.”¹³ A matéria ainda apresenta os perfis dos alunos, afirmando que quem procura o Boot Camp “quer uma aula de ginástica mais estimulante.”¹⁴ Sem dúvida, há gosto para tudo. Mais uma vez, vemos aqui que os códigos sociais influenciam as escolhas feitas por adultos. Normalmente, as pessoas que começam a se dedicar a uma atividade física o fazem por diversas razões que podem estar relacionadas a questões de saúde, de estética, de trabalho, de lazer ou ainda questões de ordem psicológica. Não iremos aqui fazer uma análise aprofundada sobre o comportamento social dos indivíduos em relação às escolhas pessoais, mas cabe-nos indicar com exemplos simples que, se em nossa sociedade a escolha por aprender uma técnica corporal está diretamente ligada a uma imagem pré-concebida do corpo em relação aos signos que ele porta nele; no domínio das artes, esta escolha pode partir do mesmo princípio. O

¹³ Jornal *Folha de São Paulo*, encarte Equilíbrio, quinta-feira, 11 de maio de 2000, p. 16.

¹⁴ Idem.

artista cênico pode procurar uma técnica cuja estética tenha a ver com seu ideal de corpo, ou com a imagem de corpo de seu personagem, ou ainda aquele ideal defendido pelo seu diretor ou coreógrafo. As técnicas corporais implicam numa estética. Isso é mais evidente no mundo da dança, onde coreógrafos definiram técnicas no intuito de adequarem o movimento dos dançarinos a sua própria concepção de movimento. Laurence Louppe, historiadora da dança dizia que “*a aula técnica já é um engajamento artístico em si.*”¹⁵ É por isso que afirmamos que as técnicas de dança específicas servem para se dançar determinadas danças, ou seja, a técnica da dança clássica para se dançar o clássico, a técnica de dança moderna para se dançar coreografias baseadas nesta estética, a capoeira para se jogar capoeira e assim por diante. Não há uma técnica que sirva de base para as demais técnicas. Embora, é claro que um conhecimento corporal anterior pode facilitar o aprendizado de uma segunda técnica, sendo-lhe complementar. No entanto, as técnicas só podem funcionar de base para elas próprias.

Mesmo se esta relação entre estética e técnica pareça mais evidente no mundo da dança, alguns diretores teatrais que desenvolveram métodos de trabalho corporais para seus atores, criaram, eles também, linhas estéticas para seus espetáculos. Basta pensar em Grotowski, Meyerhold, Decroux e tantos outros. Assim, a partir de um só gesto, poderíamos identificar o trajeto de um ator. Seu corpo era o resultado de anos de aprendizagem de uma técnica, logo de uma estética.

Pegando um exemplo próximo a nós, o renomado diretor teatral, Gerald Thomas, criou nos anos 80 uma postura estética para os atores de seus espetáculos que ele chamou de “homem do fim do milênio”¹⁶. Esta postura era constituída por: indivíduo em pé, ligeira flexão frontal do peito e cabeça em flexão posterior (para o olhar continuar na linha do horizonte). Para justificar a adoção desta postura extremamente incômoda para os atores, Thomas assumia um discurso estético-filosófico: indivíduo está em pé, pois é a posição que distingue o homem do macaco; faz uma flexão do tronco, indicando o cansaço do fim dos tempos – *já não agüento mais*; ele resiste e levanta a cabeça – *mas tenho que continuar!* No entanto, não precisava ir tão longe. Bastava vê-lo de perfil para entender que a postura que exigia de seus atores era nada mais, nada menos, que sua própria postura corporal. Somos todos indivíduos etnocêntricos. Pensamos o outro a partir de nosso próprio referencial. Observamos o corpo do outro tendo como referência nosso próprio corpo.

¹⁵ LOUPPE, Laurence. “Figures de transmission: la question des techniques en danse contemporaine”. COLLOQUE Danse: Expériences et Transmission. Clermont-Ferrand, 22 a 27 de junho de 1998. *Actes*. Brut le Breton, 1998. p. 47.

¹⁶ Como apresentado no workshop realizado no Departamento de Artes Cênicas da Unicamp, abril 1987, pelos atores Bete Coelho e Luis Damasceno. Esta postura estava presente nos personagens do espetáculo *Electra com Creta*, estreado no Rio de Janeiro em 1986.

AS TÉCNICAS DE EDUCAÇÃO SOMÁTICA À PROCURA DO CORPO “NEUTRO”

Quando vemos nos dias de hoje as opções de técnicas corporais utilizadas no mundo do espetáculo vivo, percebemos a procura cada vez maior de técnicas de educação somática. Entendemos por Educação Somática as práticas tais como a de Alexander, de Feldenkrais, os *Fundamentals*® de Bartenieff, a Ideokinesia de Mabel Todd, Lulu Sweigard e Irene Dowd, a Eutonia de Gerda Alexander, o Body-Mind Centering de Bainbrigde-Cohen; e no Brasil, a técnica de Klauss Vianna e o trabalho de José Antonio Lima. O termo Educação Somática foi definido pelo norte-americano Thomas Hanna, em 1983, como “a arte e a ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio-ambiente. Estes três fatores vistos como um todo agindo em sinergia.”¹⁷ Segundo Sylvie Fortin, professora do departamento de dança da Universidade de Quebec, Canadá, a educação somática “engloba uma diversidade de áreas onde os domínios sensoriais, cognitivos, motores, afetivos e espirituais se encontram com ênfases diferentes.”¹⁸

O aumento na procura destas técnicas somáticas não aconteceu ao acaso. Se no princípio estas técnicas eram procuradas como tratamento alternativo de traumas e lesões ocorridos durante o exercício da profissão de artistas, atualmente suas características possibilitaram uma adaptação ao mundo do espetáculo. Elas passaram a ser vistas como um trabalho de prevenção de problemas físicos, além de possibilitarem a melhora da técnica e ampliação das capacidades expressivas daqueles que as praticam. A educação somática tornou-se um instrumento para a performance, para as artes do espetáculo vivo do mundo contemporâneo.

As técnicas de educação somáticas foram definidas pelos chamados “reformadores do movimento”, estes estudiosos empíricos que, sabendo das características do corpo (de ser único – enquanto indivíduo – mas portador de signos, por pertencer a uma cultura específica) desenvolveram técnicas corporais com o objetivo de conseguir o que chamaram de *corpo neutro*. Este corpo neutro significa um corpo mais próximo de sua *naturalidade*, um corpo menos *técnico* e mais *vivo*. Quanto mais o corpo do artista cênico se expressa em diferentes direções – ou técnicas – mais ele caminha no sentido de estar menos fechado dentro de um estilo próprio a uma escola fundada sobre uma escolha particular de determinadas práticas. Por exemplo, os atores de Ariane Mnouchkine têm oportunidade de trabalhar com múltiplas técnicas dirigidas por mestres oriundos de “tradições” teatrais de diferentes regiões do mundo. Seus atores, após se submeterem a meses de treinamentos diversos, são capazes de representarem espetáculos com uma precisão de movimento onde já não se identifica diferenças nos corpos. Seria essa a neutralida-

¹⁷ HANNA, Thomas. “Dictionnary definition of the word somatics”. *SOMATICS*, 4(2):7, 1983.

¹⁸ FORTIN, Sylvie. “Educação Somática: novo ingrediente da formação prática em dança”. *CADERNOS do GIPECIT*, (2), 1999. *Estudos do corpo*. Trad. Márcia Strazzacappa. (primeira publicação in *Nouvelles de Danse*, Bélgica, (28), été 1996.

de do corpo? O corpo pertence a uma sociedade, a uma cultura, a uma época. O corpo é portador de signos. O corpo assimila conceitos, aprende, assim como os transmite e ensina. O corpo é agente e receptor. Não há corpo neutro. No entanto, quando os reformadores de movimento lançaram mão da expressão “corpo neutro”, fizeram-no diante da total falta de opção para designar aquele corpo que está *pronto para tudo*. Poderíamos dizer talvez, *corpo – polivalente*? Ou pensarmos no *corpo – invisível*, como dizia Oida, aquele que leva o público a ver a lua?

As técnicas de educação somática, no entanto, não fogem à regra presente na definição das demais técnicas corporais, isto é, não estão isentas nem do etnocentrismo, nem de uma preocupação estética. Se analisarmos a gênese da maioria das técnicas percebemos que o corpo do indivíduo (reformador) foi o motivo (desculpa) e o modelo de sua criação. Vamos analisar brevemente duas das técnicas de educação somática mais conhecidas no Brasil. A técnica de Alexander e a de Feldenkrais.

Matthias Alexander era um ator australiano especializado na declamação, que no auge de sua carreira, perdeu a voz. Decepcionado com a medicina tradicional que era incapaz de resolver seu problema, decide se ocupar pessoalmente de seu tratamento. Alexander percebeu que realizava um movimento inadequado com a cabeça para a frente durante a declamação, movimento este que bloqueava as cordas vocais. Para chegar a esta conclusão, Alexander passou muitos anos a declamar diante de espelhos superpostos, para poder observar sob vários ângulos o movimento da cabeça. A partir desse momento, Alexander começou a desenvolver uma série de exercícios que resultou num sistema de reeducação corporal, conhecido mundialmente como *Técnica Alexander*. Como seu problema estava relacionado a um movimento indesejado da cabeça, seu sistema enfatizou a parte superior do corpo, ou seja, priorizou o uso da cabeça, pescoço e torso. Para Alexander, a cabeça é responsável pelas ações, pois ela inicia o movimento e o resto do corpo acompanha. O trajeto de Alexander justifica o fato de sua técnica enfatizar as partes superiores do tronco, ser extremamente estática e auxiliada por espelhos. No caso do terapeuta Alexander, é ele que funciona como o “espelho”.

Enquanto Alexander pertencia ao mundo das artes, Moshe Feldenkrais pertencia ao mundo das ciências. De origem judaica-russa, Feldenkrais era um matemático, doutor em física e um esportista apaixonado. Passou a juventude em Israel, mudando-se depois para os Estados Unidos, França e Inglaterra. Amava o futebol e praticava o judô constantemente, sendo, inclusive o responsável pela criação da primeira federação francesa deste esporte em Paris. Foi num jogo de futebol que Feldenkrais sofreu uma lesão grave no joelho. Não convencido de que a operação fosse a única solução para o seu problema, Feldenkrais começou a estudar anatomia e cinesiologia como autodidata, aproveitando seus conhecimentos de física e claro, trazendo a sabedoria dos conceitos do judô. Através de seus estudos e de muita experimentação, Feldenkrais definiu dois métodos: *Integração Funcional* – uma técnica de reeducação corporal para portadores de problemas; e a *Consciência corporal pelo movimento*, voltada ao indivíduo comum.

Se para Alexander a cabeça tinha um papel importante em sua técnica, para Feldenkrais, a bacia toma o lugar de destaque. Ele explica que “*a coluna vertebral é sustentada pela pélvis. (...) todas as partes do corpo são apoiadas sobre a coluna, ou sobre as costelas, que são, por sua vez, apoiadas na coluna. Assim, a pélvis é o suporte do corpo. Nenhuma ação é possível sem o controle das articulações pelvianas.*”¹⁹ A bacia comporta o centro de gravidade sendo vista por Feldenkrais como o centro motor do movimento do homem. A cabeça, por sua vez, é tida como o centro de orientação, pois ela comporta os pares receptores como os olhos, as orelhas, e o nariz (com suas duas narinas). Nós percebemos o mundo de forma simétrica através de nossos receptores, assim, nossa cabeça gira automaticamente na direção da fonte de estímulo para olhar, ouvir ou cheirar de forma equilibrada. O resto do corpo segue automaticamente este movimento da cabeça, logo, a cabeça é o centro de orientação.

Seu trabalho parte do princípio de que utilizamos nosso corpo a partir da representação que temos dele e não de nossas reais possibilidades motoras. Ele afirma na obra *O poder da auto-transformação* que “*nós agimos de acordo com nossa auto-imagem*”²⁰. Quer dizer que seríamos capazes de fazer mais movimentos do que fazemos de fato pois temos uma estrutura física que permite, no entanto, a imagem que temos de nosso corpo e nossa maneira de pensar sobre nossos limites nos impedem de ir além. A vida se passa no movimento. Assim, quando um movimento é bloqueado seja por impedimentos concretos, seja por barreiras imaginadas, isso pode causar outros bloqueios e levar a outras consequências.

As diferenças entre estas duas técnicas de educação somática são bem evidentes: uma (Alexander) acentua a parte superior do corpo, prioriza o uso da cabeça e respalda-se no olhar exterior como meio para se desenvolver a consciência corporal. A outra (Feldenkrais) enfatiza a base do corpo, (bacia e apoios), funda-se em conhecimentos científicos da anatomia humana e da física mecânica e incentiva a observação interna como instrumento para se trabalhar o auto-conhecimento. No primeiro, temos a imagem do indivíduo pendurado pela cabeça; no segundo, de um indivíduo plantado pelos pés. Apesar destas diferenças gritantes, estas técnicas conseguem resultados positivos seja com o artista cênico, seja com o homem comum. As diferentes técnicas existem para suprir as diferentes necessidades dos inúmeros corpos presentes em nosso meio. Por isso essas técnicas, apesar de distintas, funcionam. Porque cada indivíduo vai assimilá-la dentro de sua especificidade, dentro de sua maneira de pensar o corpo.

Poderíamos listar outros exemplos de reformadores do movimento que definiram suas técnicas de educação somática a partir de problemas vividos: Mabel Todd, Joseph Pilates, Bonnie Bainbrigde-Cohen, Irmgard Bartenieff, entre outros, no entanto, nosso intuito aqui foi simplesmente de destacar aspectos que acredita-

¹⁹ FELDENKRAIS, Moshe. *O poder da auto-transformação*. Trad. Denise Bolanho. São Paulo: Summus, 1994. p. 183.

²⁰ FELDENKRAIS, Moshe. *Consciência pelo movimento*. Trad. Dayse Souza. São Paulo: Summus, 1977. p. 19.

mos importantes para a compreensão das técnicas corporais a serviço do artista cênico, do corpo que representa, desmistificando conceitos e idéias tão presentes no mundo do espetáculo, *corpo neutro*, *técnicas extra-cotidianas*, imparcialidade das técnicas de educação somática, etc.

Concluimos nossa exposição destacando a importância de se conhecer a origem das técnicas propostas ou já praticadas por artistas cênicos, de se fazer uma contextualização histórica, recuperando seus princípios e revisitando seus percursos. Ao compreendermos suas origens, podemos melhor visualizar seus fins e adequar de forma mais salutar suas aplicações para assim se chegar aquele corpo do artista cênico que, ao representar, oferece “a lua” aos espectadores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALEXANDER, Gerda. *Eutonia: um caminho para a percepção corporal*. Trad. do alemão de Elvira de Rocha Pinto. São Paulo: Martins Fontes, 1983.
- ALEXANDER, F. Mathias. *L'usage de soi*. Trad. do inglês de Eliane Lafevre. Bruxelles: Contredanse, 1996.
- _____. *Constructive conscious control of the Individual*. Introd. by Patrick J. Macdonald. London: Victor Gollancz, 1992. (1st edition 1923)
- BARBA, Eugenio. *Além das Ilhas Flutuantes*. Trad. de Luis Otávio Burnier. Campinas: Edunicamp; São Paulo: Hucitec, 1991.
- _____. *A canoa de papel*. Trad. de Patrícia Alves. São Paulo: Hucitec, 1993.
- BARBA, Eugenio; SAVARESE, Nicola. *A arte secreta do ator: dicionário de antropologia teatral*. Trad. de Luis Otávio Burnier e equipe. Campinas: Edunicamp; São Paulo: Hucitec, 1995.
- BERNARD, Michel. *Le corps*. Paris: Editions du Seuil, 1995. (coll. Essais).
- DECROUX, Etienne. *Paroles sur le mime*. Paris: Librairie Théâtrale, 1994. (1st ed. 1963).
- DOWD, Irene. *Taking root to fly: articles on functional anatomy*. New York, 1995.
- Expérience et Transmission*. ACTES du colloque de danse, Festival de la pensée, du 22 au 27 juin 1998. Brut de Bréton, Clermont-Ferrand, 1998.
- FELDENKRAIS, Moshe. *Awareness through movement*. San Francisco: Harper Collins Publishers, 1972.
- _____. *Consciência pelo movimento*. Trad. do inglês de Dayse Souza. São Paulo: Summus, 1977.
- _____. *O poder da autotransformação*. Trad. do inglês de Denise Bolanho. São Paulo: Summus, 1994.
- Les fondements du mouvement scénique*. ACTES du colloque international des 5, 6 7, avril, 1991, dans le cadre de la maison de Polichinelle à Saintes, France. Saintes: Rumeur des Ages/Maison de Polichinelle, 1993.
- GODART, H. “A propos des théories sur le mouvement”. MARSYAS, 16:19-23, 1992.
- _____. “Le mouvement: de la décomposition à la recomposition”. MARSYAS, 25, 1993.
- HANNA, Thomas. “Dictionnary definition of the word somatics”. SOMATICS, 4, 1983.
- HERNANDEZ, Márcia. *O corpo en-cena*. Campinas: Unicamp, 1994. Dissertação de Mestrado.

- LIMA, José Antonio. *Movimento corporal: a práxis da corporalidade*. Campinas: Unicamp, 1994. Dissertação de Mestrado.
- LOUPPE, Laurence. *Poétique de la danse contemporaine*. Bruxelles: Contredanse, 1997.
- MAISEL, Edward (intr.). *The essential writings of F. Matthias Alexander; the Alexander technique*. University Books, 1989.
- MAUSS, Marcel. "Le techniques du corps". JOURNAL de Psychologie, 32(3-4), mars/avr. 1936. Comunicação présentée à la Société de Psychologie de 17 mai 1934. Retirado de: SOCIOLOGIE et Anthropologie, PUF, 1966, p. 370-371.
- OIDA, Yoshi. *L'acteur flottant*. Trad. do inglês para o francês de Martine Millon, Paris: Actes Sud, 1992.
- _____. *L'acteur invisible*. Trad. do original inglês para o francês de Isabelle Fanchon. Paris: Actes Sud, 1995.
- PAVIS, Patrice. *Dictionnaire du théâtre*. Paris: DUNOD, 1996. (1 édition 1980).
- _____. *Le théâtre au croisement des cultures*. Paris: Corti, 1990.
- _____. "Analyse du spectacle interculturel". In: — *La scène et la terre: questions d'ethnoscénologie*. Paris: Maison de Cultures du Monde, 1996. (Internationale de l'imaginaire, n. 5).
- _____. "Un canoe à la dérive?" In: "Théâtre/science/imagination 2". THÉÂTRE/Public, (126), 1995.
- PRADIER, Jean Marie. *La scène et la fabrique de corps: ethnoscénologie du spectacle vivant en Occident*. Boudreaux: Presses Universitaires de Bordeaux, 1997.
- _____. "Toward a Biological theory of the body in performance". NEW THEATRE Quaterly, 6(21), Feb. 1990.
- _____. "Ethnoscénologie: la profondeur des émergences". In: *La scène et la terre – questions d'ethnoscénologie*. INTERNACIONALE de l'imaginaire, (5), 1996.
- _____. "Le vivant et le virtuel..." THÉÂTRE /Public, (126), 1995.
- _____. "Le public et son corps: éloge des sens". THÉÂTRE/Public, (120), 1994.
- RIBEIRO, Ana Rita; MAGALHÃES, Romero (orgs.). *Guia de abordagens corporais*. São Paulo: Summus, 1997.
- SWEIGARD, Lulu E. *Human Movement Potential: Its ideokinetic Facilitation*. New York: University Press of America/Harper & Row Publishers, Inc., 1974.
- TODD, Mabel E. *The hidden you*. New York: Dance Horizons, 1953.
- _____. *The thinking Body*. S.l.: Dance Books Ltda., 1968. (1.ed. 1937).
- VIANNA, Klauss. *A dança*. São Paulo: Siciliano, 1991.

THE BODY AND ITS REPRESENTATIONS: THE TECHNIQUES OF SOMATICS AT THE PERFORMER FORMATION

Abstract: Based on Marcel Mauss definition of *body's technique* and on the *ethnoscenology* – this new discipline that studies the *organized spectacular human behavior* – the present text questions the performer formation. It discusses the body's techniques used by performers and analyzes how somatics has been used in the world of life spectacle.

Keywords: body, performer, corporals techniques, spectacle, somatics