

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
ESCOLA DE BELAS ARTES
LICENCIATURA EM DANÇA

O CORPO E A DANÇA NA CONSTRUÇÃO DO INDIVÍDUO:
UMA PROPOSTA DE FORMAÇÃO INTEGRAL

Belo Horizonte

2015

DANIELLE MÁRCIA FERNANDES

**O CORPO E A DANÇA NA CONSTRUÇÃO DO INDIVÍDUO:
UMA PROPOSTA DE FORMAÇÃO INTEGRAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Fotografia Teatro e Cinema da Universidade Federal de Minas Gerais como requisito para a obtenção do título de Licenciatura em Dança.

Orientador: Prof. Dr. Paulo José Baeta Pereira

Belo Horizonte
Escola de Belas Artes

2015



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
Escola de Belas Artes
Curso de Licenciatura em Dança

ATA DA SEÇÃO PÚBLICA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO DE LICENCIATURA
EM DANÇA

Às 11 horas do dia 28/11/2015 reuniu-se no Prédio do Teatro da Escola de Belas Artes da UFMG a Banca Examinadora constituída pelos professores **Paulo José Baeta Pereira** (orientador do Trabalho de Conclusão de Curso/Escola de Belas Artes da UFMG), **Arnaldo Leite de Alvarenga** (Escola de Belas Artes da UFMG) e **Gabriela Córdova Christófar** (Escola de Belas Artes da UFMG) para avaliação do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) da estudante **Danielle Márcia Fernandes** intitulado

O CORPO E A DANÇA NA CONSTRUÇÃO DO INDIVÍDUO: UM PROCESSO DE FORMAÇÃO
INTEGRAL

Após a apresentação do trabalho, os examinadores realizaram a arguição respeitando-se o tempo máximo de quinze minutos para cada um, tendo a candidata igual tempo para resposta. Em seguida, a banca reuniu-se para deliberação do seguinte resultado final, que foi comunicado publicamente: a candidata foi considerada aprovada (aprovada/reprovada). Encerrou-se a sessão com a assinatura da presente ata.

Belo Horizonte, 28 de novembro de 2015

Paulo José Baeta Pereira

Prof. Paulo José Baeta Pereira – orientador
Escola de Belas Artes/UFMG

Arnaldo Leite de Alvarenga

Prof. Arnaldo Leite de Alvarenga
Escola de Belas Artes/UFMG

Gabriela Córdova Christófar

Prof. Gabriela Córdova Christófar
Escola de Belas Artes/UFMG

NOTAS ATRIBUÍDAS À CANDIDATA	
Prof. Paulo José Baeta Pereira	100
Prof. Arnaldo Leite de Alvarenga	96
Prof. Gabriela Córdova Christófar	98
MÉDIA FINAL	98

Prof. Arnaldo Leite de Alvarenga
Coordenador do Colegiado de Graduação
Curso de Dança
EBA/UFMG

AGRADECIMENTOS

Nunca caminhamos sós. Assim, cumpre destacar presenças que foram importantes nesta trajetória.

Aos idealizadores do curso de Licenciatura em Dança da UFMG, por tornarem possível vivenciar este caminho.

Ao professor Paulo Baeta, pela generosidade e sabedoria em compartilhar vivências e conhecimentos que levo para a vida.

Agradeço de forma especial a todos os professores que ao longo de minha formação em Licenciatura em Dança me mostraram um olhar mais humano e verdadeiro sobre a Dança e o ensino.

Ao Vinícius Figueiredo, agradeço o companheirismo e por caminhar ao meu lado.

À Marcia Tupynambá, pelo cuidado e por me orientar em minha caminhada.

A Deus pela oportunidade de concretizar meus objetivos e sonhos de forma mais consciente.

O trabalho no corpo está no centro e é o começo, o fio condutor e o fim. Por quê? Porque nossa existência como seres físicos é a condição indiscutível, o fundamento real de nosso estar no mundo. É no corpo que vivemos, é com o corpo que agimos, é pelo corpo que nos expressamos e comunicamos, e mesmo as percepções crescentes e a evolução cada vez mais potente da consciência, as forças da sinceridade, da fé, do amor e da união, a aspiração e o deleitar-se diante do Belo e do Divino não poderiam aqui existir e eficazmente exercer sua influência se não houvesse o corpo humano. Ele é, pois, da mais alta importância e significado, é receptáculo, veículo e instrumento, fato sólido e realidade multidimensional, é cativante presença, da mais tremenda evidência.

(GELEWSKI, 1989)

RESUMO

A relação entre o corpo e a dança na formação do indivíduo é objeto de reflexão e análise desta pesquisa, considerando a importância do corpo no processo de desenvolvimento integral. A pesquisa demonstra a importância do corpo e da Dança na formação e apresenta uma reflexão sobre a experiência corporal. Considerando que o indivíduo é formado pelos mais variados aspectos, que vão do físico ao psíquico, compreende-se que o desenvolvimento integral deve abordar a totalidade do ser. A dança é apresentada como um elemento de integração do corpo e da mente e, também, como instrumento do conhecimento. Com base nos apontamentos teóricos estudados, realizou-se uma experimentação prática com crianças a partir da proposta do livro *Crescer, Dançando, Agindo 2*. Foram aplicadas as atividades presentes nos exemplos-aula apresentados no livro como exemplos de proposta para o desenvolvimento integral.

Palavras-chave: Corpo. Dança. Desenvolvimento Integral. Rolf Gelewski.

ABSTRACT

The connection between the body and dance in the individual's formation is an object of reflection and analysis of this research, considering the importance of the body in the process of integral development. The research demonstrates the importance of the body and Dancing in the formation and introduce a reflection on the body experience. Whereas the individual is formed by various aspects, ranging from physical to psychological, it is understood that the integral development should include all of these characteristics. The dance is presented as an integrating element of the body and mind and also as a knowledge tool. Based on theoretical approaches studied, there was a practical trial with children from the book proposal *Growing up, Dancing, Acting 2*. They were applied activities in the book as examples proposal for integral development.

Keywords: Body. Dance. Integral Development. Rolf Gelewski.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	09
2	DISCUSSÕES SOBRE O CORPO NA FILOSOFIA.....	12
2.1	O dualismo presente na filosofia de Plotino.....	12
2.2	Agostinho: o corpo como instrumento da alma	14
2.3	Espinosa: Deus está na natureza.....	17
2.4	Merleau-Ponty e o corpo-vivido.....	19
3	O CORPO E A DANÇA NO DESENVOLVIMENTO INTEGRAL.....	22
3.1	O corpo no processo de desenvolvimento do indivíduo.....	23
3.2	A dança como caminho.....	25
4	O CONHECIMENTO ATRAVÉS DA EXPERIÊNCIA CORPORAL.....	28
4.1	A importância do corpo na formação do indivíduo.....	30
5	O CORPO E A DANÇA NA FILOSOFIA DE ROLF GELEWSKI.....	33
5.1	O corpo na filosofia de Rolf Gelewski.....	33
5.1.1	Conexão entre corpo e mente.....	36
5.1.2	O objetivo do trabalho em nosso corpo.....	37
5.2	A dança na filosofia de Rolf Gelewski.....	40
5.2.1	A responsabilidade do dançarino.....	43
5.3	A importância da arte em nossa formação.....	46
6	ANÁLISE E EXPERIMENTAÇÃO PRÁTICA DA OBRA	
	CRESCER, DANÇANDO, AGINDO 2.....	49
6.1	A oficina: aplicação dos exemplos de aula.....	51

6.1.1	Aula 1 – tema: Os Cinco Sentidos (I).....	52
6.1.2	Aula 2 – tema: Os Cinco Sentidos (II).....	54
6.1.3	Aula 3 - tema: O Sentido do Lento (I)	56
6.1.4	Aula 4 - tema: O Sentido do Lento (II).....	58
6.1.5	Aula 5 - tema: O Arco-íris.....	59
6.1.6	Aula 6 - tema: Coragem (I).....	61
6.1.7	Aula 7 - tema: Coragem (II).....	62
6.2	Relato de experiência: análise prática da proposta.....	63
	CONSIDERAÇÕES FINAIS	66
	ANEXO A – IMAGENS	68
	ANEXO B – PLANOS DE AULA	71
	Aula 1 - tema: Os Cinco Sentidos (I).....	71
	Aula 2 – tema: Os Cinco Sentidos (II)	72
	Aula 3 - tema: O Sentido do Lento (I).....	73
	Aula 4 - tema: O Sentido do Lento (II).....	73
	Aula 5 - tema: O Arco-íris.....	74
	Aula 6 - tema: Coragem (I).....	75
	Aula 7 - tema: Coragem (II).....	75
	REFERÊNCIAS	76

1 INTRODUÇÃO

*"Há mais razão no teu corpo do que na tua melhor sabedoria."*¹

Nietzsche

Tudo passa pelo corpo. Esta é uma afirmação com a qual me deparo com frequência em minha vivência na dança. As relações que estabelecemos com nosso corpo, a partir do movimento, revelam aspectos de nosso interior que de outra maneira não poderiam se tornar tão evidentes.

Como professora de dança, no trabalho com jovens, adultos e terceira idade, observo o distanciamento na relação dos sujeitos com o seu próprio corpo, fato este visível quando estimulados à realização de movimentos aparentemente simples e cotidianos. O corpo é um desconhecido e, muitas vezes, incômodo. Restringimos nossa experiência quando permanecemos presos em conceitos prontos sobre a nossa realidade material, limitando as potencialidades do corpo. A aparente ausência de uma vivência corporal nas pessoas torna-se evidente quando o sujeito vivencia a experiência de se perceber através do corpo, passando a redescobri-lo. Somos tão limitados em nossa atitude na vida quanto nosso corpo está limitado em suas ações, movimentos e saúde. Afinal, o que é saúde senão a plena valorização daquilo que nos move, nos estimula e nos mantém vivos?

As reflexões deste trabalho foram estimuladas por vivências e questionamentos surgidos ao longo de minha formação em Licenciatura em Dança. São trajetórias, descobertas e reflexões. Todas passam pelo corpo e pelas transformações vivenciadas por meio dele. Em minha trajetória no curso de licenciatura em Dança, foi marcante em minha formação a relação entre o corpo e o movimento na Dança e seu potencial de transformação e autoconhecimento. Os questionamentos e experiências vivenciados influenciaram a escolha do tema pesquisado.

Em um primeiro momento, com o objetivo de analisar a relação que estabelecemos com o corpo e a importância da experiência corporal e da dança em nossa formação humana, foram analisados conceitos de corpo na

¹ NIETZSCHE, Friedrich. *Assim Falou Zaratustra*. Tradução: Mário da Silva. São Paulo: Linoart, 1992. p 51.

Filosofia. Identificou-se o surgimento da dualidade entre mente e corpo presente na filosofia neoplatônica de Plotino e na filosofia cristã de Agostinho. Tais filósofos consideravam o corpo como um instrumento inferior à mente e à alma e, portanto, corruptível. No século XVII, o filósofo Espinosa inicia o questionamento do dualismo e posteriormente a ruptura com este conceito. Já na contemporaneidade, Merleau-Ponty concebe o corpo como uma integralidade, através do conceito de corpo-vivido. Verifica-se o surgimento de um novo olhar para a corporalidade, considerada instrumento de conhecimento.

Em uma segunda fase, este trabalho reflete sobre o papel do corpo na formação do ser humano. Na análise sobre a importância do corpo no desenvolvimento integral do ser, apresenta a conceituação de Wurzba (2009) que identifica a dança como instrumento através do qual é possível reconectar corpo e mente.

Na terceira parte deste trabalho são analisados os conceitos de corpo e dança presentes nas obras de Rolf Gelewski. O autor apresenta uma visão que une o corpo e a dança através de uma proposta de formação humana e integral. A partir da proposta educativa de desenvolvimento integral apresentada na obra *Crescer Dançando Agindo 2*, foi analisada a proposição de um trabalho com o corpo e o movimento idealizada por seus organizadores. Foram estudadas as atividades das aulas indicadas na proposta de Gelewski e realizada a experimentação prática em uma oficina, aplicando as atividades e exemplos-aula. A escolha por Gelewski justifica-se por coadunar com o objetivo desta pesquisa: “Propomos unir o movimento conscientizado do corpo e a concentração como recursos básicos que possibilitem unir o fora com o dentro” (GELEWSKI 1989, p. 13).

Para averiguação da funcionalidade da proposta teórica foi realizada uma oficina em uma escola estadual com turmas do terceiro ano do ensino fundamental. Foram selecionadas e realizadas propostas do trabalho com o corpo, buscando contemplar o objetivo apresentado por Gelewski.

A importância da Dança e do corpo em nossa formação não se justifica apenas por seu caráter socializador, como atividade física, ou para o

desenvolvimento cognitivo. Estas são algumas das justificativas que, embora verdadeiras, não representam toda a potencialidade da Dança. O presente trabalho propôs pensar o corpo e o movimento como elementos inerentes ao ser, sem os quais não nos desenvolvemos integralmente. A transformação para uma formação mais humana é o caminho para um futuro próximo. Vivenciar o corpo, a partir da Dança, será direito imprescindível em nossa formação educacional.

2 DISCUSSÕES SOBRE O CORPO NA FILOSOFIA

O conceito e o significado sobre corpo passou por inúmeras transformações. Analisar a maneira como relacionamo-nos com o corpo ao longo do tempo, possibilita a compreensão do papel da matéria e do movimento na sociedade e o porquê tal conceito necessita ser revisto na formação em Dança.

É marcante na Antiguidade e na Medievalidade a presença do dualismo na visão estética dos filósofos do século V.a.C. até o século XV d.C. Em grande parte desses 2.000 anos, o corpo foi representado como matéria inconsciente durante o tempo de domínio filosófico racional e como lugar do pecado, impossível de se conciliar à busca espiritual, em âmbito religioso. O corpo permaneceu em um lugar inferior de estudo se comparado aos âmbitos psíquico e espiritual nos mundos Antigo e Medieval. Alguns séculos mais tarde, no Mundo Moderno, vislumbra-se a existência de filósofos que tentam romper o dualismo dos séculos anteriores, como Espinosa. Somente no Mundo Contemporâneo, a filosofia apresenta o corpo como unidade, rompendo de vez com a oposição entre o ser físico e mental.

Para melhor compreensão da mudança de paradigma sobescrita torna-se necessário investigar, na história da Filosofia, os conceitos desses autores. Além disso, ao reconhecer os conceitos do passado torna-se possível compreender o papel do corpo e da Dança na sociedade e na formação do sujeito integral.

2.1 O dualismo presente na filosofia de Plotino

No mundo Antigo clássico, o dualismo tem origem nos diálogos platônicos. Na oposição entre corpo e alma, Platão considera a alma preexistente ao corpo e imortal. Já o corpo é instrumento da alma e movido por ela. Material e mortal, o corpo é como uma prisão da alma. Platão afirma que o corpo interrompe nossa atenção e distrai nossa mente da realidade e da busca por conhecimento verdadeiro. (SHUSTERMAN, 2012)

Na Antiguidade, a construção do ideário que distancia beleza e corporeidade remete a Platão, mas é nas palavras de Plotino, um seguidor de seu pensamento no século III, que se evidencia com clareza a desqualificação da matéria como um lugar de beleza:

Em alguns seres – os corpos, por exemplo - a beleza não resulta dos próprios elementos substanciais [...] Os corpos, com efeito, algumas vezes nos parecem belos e outras não, como se ser corpo fosse coisa diferente de ser belo [...] ² (PLOTINO, 1981 apud. DUARTE, 2012, p.48).

Na passagem, o filósofo entende a beleza como representação da virtude, característica da alma e desvinculada do corpo. Este pode ser tomado de beleza apenas se for invadido pela alma. O autor considera o corpo como uma dimensão incapaz de produzir beleza por si só, mas sim ser receptáculo do belo que existe fora da dimensão material. A imagem criada por Plotino revela o ideário dicotômico antigo sobre a relação alma-corpo. Como duas dimensões separadas da realidade, somente a alma é portadora de beleza enquanto o corpo se formata transitoriamente em belo quando é inundado pela mente, *a priori*, nobre.

O corpo é considerado como um domínio da alma. A alma torna-se bela pela inteligência, e toda a beleza que presenciamos nos objetos e corpos é consequência da alma, pois ela faz belas todas as coisas que domina.

Plotino relaciona o belo ao bem e o feio, ao mal. Desta forma, o belo é também o bem. A alma, por ser algo especial, faz com que sejam belas todas as coisas que toca. Quando supõe uma alma feia, é descrita como inclinada aos prazeres mortais e terrenos, vivendo das paixões corporais.

Shusterman (2012) afirma que Plotino tinha vergonha de estar num corpo, e sua vontade de transcendê-lo fazia até mesmo com que mantivesse uma dieta limitada e abster-se “de usar o banheiro”. Revelando o desprezo pelas coisas do mundo, o autor afirma que a verdadeira temperança consistiria em manter-se distante e, até mesmo, em fugir dos prazeres do corpo. A beleza do corpo é irreal, uma sombra da qual se deve afastar:

² PLOTINO. “Sobre o belo, Enéada I, 6”. In. A alma, a beleza e a contemplação. São Paulo: Associação Palas Athena. 1981, p. 54-62.

O mesmo se diga daquele que está apegado à beleza dos corpos e não a abandona; não são os corpos e sim sua alma a que se irá afogar nas profundezas escuras e funestas à inteligência, e ele viverá nas sombras, morando cego no Hades. (PLOTINO, 1981 apud. DUARTE, 2012. p. 56).

O ideal do homem seria alcançar a dimensão do belo, pois somente é possível enxergá-lo aquele que o possui internamente. Seria necessário realizar o despojamento de tudo o que é impuro, abandonando a dimensão mundana e corpórea e voltando-se assim para o bem.

De fato, o neoplatonismo considera que a alma pertence a um mundo diferente do mundo da matéria. Quando se encontra aprisionada no corpo, a alma sofre uma espécie de corrupção. O autor considera necessário o livramento da matéria, uma libertação que permita à alma voltar a sua origem.

No decorrer dos primeiros séculos da era cristã, a filosofia grega dialoga com alguns aspectos fundamentais da crença religiosa. Por contrapartida, a ideia de um deus que se dispõe a encarnar em um corpo para redimir os pecados da humanidade não é concebível à filosofia grega. Desta forma, Plotino é fundamental para entender a transição da Antiguidade para o Medievo.

2.2 Agostinho: o corpo como instrumento da alma

Na medievallidade, Agostinho de Hipona simboliza o encontro entre a filosofia grega, a herança judaica e o pensamento cristão.

Na filosofia de Agostinho, o homem é formado por dois elementos: “(...) estamos de acordo em reconhecer que não pode existir homem algum sem corpo e alma (...)” ³(AGOSTINHO apud. BRANDÃO; COSTA; 2009, p.129). O filósofo apresenta a influência neoplatônica da dualidade corpo e alma, considerando esta como superior ao corpo, mas diverge do neoplatonismo ao considerar que alma e corpo surgem juntos, pois ambos teriam sido criados por Deus. Embora o homem concreto seja formado por

³ AGOSTINHO, S. *A vida feliz: diálogo filosófico*. São Paulo: Paulinas, 1993.

estes dois elementos, a real essência humana está na alma. Portanto, o homem é sua alma e o corpo é um mero instrumento utilizado para possibilitar sua presença e manifestação no mundo sensível. Deus é um ser incorpóreo e espiritual. No homem, somente sua alma, é feita à Sua semelhança. Através da alma racional, o homem tem a possibilidade de escolher e de entrar em contato com as verdades eternas.

Agostinho, no entanto, possui certo otimismo sobre a criação da matéria: o corpo não tem origem diabólica. O corpo humano é matéria possível de ser animada pela alma, de expressá-la e é uma criação divina secundária. No entanto, sua inferioridade em relação à alma se explica por ser corruptível e estar fadado à desintegração.

O autor considera que o cosmos é formado basicamente pelos elementos material e espiritual. A alma, ao contrário do corpo, é formada apenas pelo elemento espiritual e, portanto incorruptível. Sendo superior ao corpo, é responsável por animá-lo e governá-lo, pois “qualquer espírito, ainda que esteja corrompido, é superior a qualquer corpo, ainda que este esteja incorrupto.” (BRANDÃO; COSTA, 2009, p. 132).

Um ponto de aproximação de Agostinho com o neoplatonismo de Plotino encontra-se no fato da alma não poder ser influenciada pelo corpo. Este recebe as influências da alma, mas ela, ao contrário do corpo, é imutável. Portanto, não se modifica ou transforma através da vivência corporal. A alma possui a sensação, e o corpo, os sentidos. O conhecimento adquirido pela alma não é transmitido pelo corpo, mas pela própria alma: “nunca vi, nem ouvi, nem cheirei, nem provei, nem toquei a minha alegria com os sentidos do corpo, mas experimentei-a no meu espírito quando me alegrei...” (AGOSTINHO, 2001, p.68). O corpo não é responsável por possibilitar as sensações através dos sentidos e o conhecimento através da experiência corporal. É a alma que antecede ao corpo e, por seu potencial superior à matéria, torna possível o sensível. Nega-se, desta forma, que o corpo seja um meio entre o mundo exterior e o mundo interior.

Para Agostinho, o hábito carnal seria o principal obstáculo à aproximação com o divino e o sacrifício do corpo, seria o caminho para purgar os pecados da carne. O corpo é mais uma vez considerado como elemento a ser vencido, submetido aos princípios do espírito. Este seria o único caminho de aproximação com o divino a partir do corpo: a punição. Instrumento da alma, o bom uso do corpo estaria relacionado com o sacrifício.

O corpo não é por natureza mal, visto que é criado por Deus e veículo da alma, porém não deve comandar as ações do homem. Ele representa um peso, um obstáculo para alma se unir ao divino. Ao privilegiar a alma, renunciando aos prazeres do corpo, o homem alcançaria o caminho para Deus.

Outro aspecto a ser destacado em Agostinho é sua relação com a dança. Embora fosse conhecido como hostil à dança em sua época, Agostinho considerava a dança como a “modificação da vida”. É possível compreender esta afirmativa considerando a dança como um movimento do espírito. Em uma passagem a que se refere à dança afirma que “Ele ouviu como Deus lhe cantou e começou a dançar, não com o movimento do corpo, mas do espírito.” (GELEWSKI, 1998, p.33). Portanto, a dança não é considerada em seu aspecto corpóreo, mas simplesmente espiritual.

O conceito que Agostinho apresenta sobre o corpo, a partir do conflito que vivenciava entre as aspirações do espírito e a sedução da vida material, dialoga com o contexto em que se desenvolvia seu conflito: a Idade Média. Um longo período influenciado pelo domínio da moral cristã.

Em Agostinho, vemos o corpo inferiorizado, considerado como mero instrumento da alma. Todo o conhecimento e sensações são considerados como provenientes das aquisições da alma. Por ser incorruptível, a alma não pode ser influenciada pelo corpo, assim como Deus não pode ser influenciado por sua criação. Ao contrário, o corpo inferior e mundano sofre as influências da alma, mas não possui o aperfeiçoamento necessário. O corpo é instrumento para aproximação com o divino somente através do flagelo e da punição.

As críticas do neoplatonismo ao corpo foram integradas à teologia cristã e à filosofia moderna, exercendo grande influência em nossa cultura,

assim como o argumento de Platão ao considerar o corpo como apenas instrumento da alma. De acordo com esse pensamento, o conhecimento e o autoconhecimento não tem relação com o corpo.

As transformações vivenciadas a partir da Idade Moderna, com a valorização do homem, da razão e dos prazeres do mundo e o desenvolvimento científico, levaram a mudanças na concepção de mundo. O dualismo entre corpo e mente permaneceu nos filósofos racionalistas, mas encontrou o questionamento do filósofo Espinosa, a partir do Renascimento e do Iluminismo.

2.3 Espinosa: Deus está na natureza

Apresentando a ruptura com o dualismo entre corpo e alma, Baruch Espinosa viveu no século XVII de forma simples. Devido às suas ideias contrariarem os valores morais de seu tempo, distanciando-se da religião, foi expulso da comunidade judaica, iniciando uma busca filosófica em que resgata o monismo pré-socrático.

No conceito de corpo apresentado por Espinosa não há nenhum dualismo, nenhuma alma que seja incorruptível, imaterial e, ao mesmo tempo, a alma também não é vista como superior ao corpo. Este não era visto como matéria pecaminosa, por isso, seu pensamento foi considerado anticristão.

Espinosa apresenta uma visão de Deus revolucionária para seu tempo. Deus e natureza são feitos da mesma substância. Ele está presente em toda a sua criação. Portanto, como toda a natureza tem a mesma essência, esta é divina. Assim o corpo é também composto por uma natureza divina. Nele, Deus também está presente. “Os seres humanos, constituídos pela união de um corpo e uma alma, não são substâncias criadas, mas modos finitos de Deus. Ou, como demonstra Espinosa, são partes da natureza infinita de Deus.” (CHAUÍ, 2001. p.48). Portanto, Espinosa realiza uma ruptura com a separação tradicional entre o divino e o mundo, rejeitando um Deus que é somente espírito, distante da materialidade.

Droit (2012) também considera o conceito spinozista de corpo como revolucionário e discute o olhar de Espinosa sobre duas perspectivas: a perspectiva Deus-natureza como proclamação de ateísmo, pois Deus dissolvido na natureza seria uma forma de suprimi-lo e, na segunda perspectiva, apresenta a divinização da matéria. “Não uma transformação de Deus em matéria, mas uma transmutação da realidade física em substância divina” (DROIT, 2012. p. 158). Sob este ponto de vista, o homem é livre e não está submetido às necessidades externas. O que representa uma ruptura importante pela qual Espinosa scandaliza sua época, pois parece excluir toda a moral cristã vigente até então. Bem e mal, como realidades opostas e opções de escolha julgadas por um ser superior, seriam representações vazias, o que levou o autor a ser julgado por considerações equivocadas de defesa da liquidação da ordem social, do mérito e da punição pelas más ações. Na realidade, a teoria de Espinosa apresenta uma inversão, contrariando todo o controle exercido e à moral da época. Deus, natureza e razão parecem se tornar uma única realidade.

A relação entre corpo e mente para Espinosa contrapõe-se às noções apresentadas por neoplatônicos e por Agostinho. O homem é formado por corpo e alma, mas na visão de Espinosa não há uma hierarquia entre eles.

Em relação à filosofia do corpo de Espinosa, Chauí afirma que:

Pela primeira vez, em toda a história da filosofia, corpo e alma são ativos ou passivos juntos e por inteiro, em igualdade de condições e sem relação hierárquica entre eles. Nem o corpo comanda a alma nem a alma comanda o corpo. A alma vale e pode o que vale e pode seu corpo. O corpo vale e pode o que vale e pode sua alma. (CHAUÍ, 1995. p.66)

Espinosa contraria a dualidade de Agostinho ao apresentar um deus presente na natureza. Afirma ser a alma um componente do corpo, necessário à sua manutenção. As informações recebidas pela mente são provenientes dos estímulos corporais. Tudo o que a mente apreende e sabe é através dos cinco sentidos. Nosso cérebro conhece o mundo a partir das informações que através do corpo chegam até ele. A mente é um complemento do corpo. Portanto, se não há corpo, não há mente.

2.4 Merleau-Ponty e o corpo-vivido

“Tenho consciência do mundo por meio de meu corpo”

(MERLEAU-PONTY, 1999)

Marco no pensamento filosófico sobre o corpo no século XX, o filósofo Maurice Merleau-Ponty (1908-1961) atribui à existência uma condição corporal. Na contramão da tradição, Merleau-Ponty elabora uma filosofia que pensa a união entre sujeito e objeto. Para ele, o corpo é nosso modo de ser-no-mundo e é através dele que o homem percebe a si mesmo e o mundo. “Quer se trate do corpo do outro ou de meu próprio corpo, não tenho outro meio de conhecer o corpo humano senão vivê-lo” (MERLEAU-PONTY, 1999 p.268).

Em *Fenomenologia da Percepção*, Merleau-Ponty apresenta a perspectiva do corpo-vivido ou corpo-próprio, através da qual o corpo não é algo que possuo, mas o que sou. O corpo não é um objeto e o pensamento que tenho sobre ele não representa a consciência que tenho dele. Portanto, a experiência do corpo-vivido contrapõe o pensamento reflexivo. No movimento reflexivo, temos apenas o pensamento do corpo, não a experiência do corpo, o corpo real.

A experiência do corpo não pode ser apenas um ato do pensamento, mas o encontro do homem com o mundo concreto. Através da percepção, o corpo é a origem do conhecimento de si mesmo e do mundo, que antecipa e possibilita o conhecimento reflexivo. O autor afirma que no ser que percebe, e que também é percebido, opera uma consciência pré-reflexiva que não habita o corpo, mas é corpo.

Contrapondo-se à filosofia clássica, que considera a consciência como uma ação mental e do espírito, Merleau-Ponty considera a consciência como algo que se desenvolve a partir de um ato reflexivo do que é percebido pelo corpo. Ele é o mediador entre a percepção mental e o objeto. É através do corpo que surge o ato reflexivo e, portanto, a consciência. É negada a oposição entre a corporeidade e a subjetividade.

Segundo Reis (2011), Merleau-Ponty desloca o sentido de consciência a partir da interioridade para uma consciência que está no corpo. A motricidade é abordada em sua obra apresentando o movimento como um elemento fundamental na experiência do corpo-próprio. O homem é um ser em movimento e o que permite que o homem se movimente e experiencie o mundo é o corpo. Ele está em constante movimento e os diferentes ângulos e perspectivas que tem dos objetos ao redor, produzem um conhecimento determinando sua relação com o mundo. Por isso, podemos considerar que “por meio do movimento, o corpo nos situa no mundo, nos posiciona em relação às coisas, permite que as conheçamos por diferentes ângulos e revela que a visão se dá por perspectivas” (REIS, 2011, p. 40).

O corpo media nossa relação com o mundo. Nos momentos em que realizamos atividades cotidianas, no automatismo dos movimentos do dia a dia, ou quando exercemos atividades mentais, ou seja, mesmo em momentos que não estamos atentos ao corpo, ele é o meio que possibilita a nossa relação com o mundo.

Merleau-Ponty aborda o corpo também como elemento expressivo, pois ele expressa o ser através do movimento, dos gestos e da forma como o indivíduo se coloca no mundo. Porém, o corpo não é apenas o veículo para a expressão, pois não está separado da expressão. Como afirma Merleau-Ponty:

Sempre observaram que o gesto ou a fala transfiguravam o corpo, mas contentavam-se em dizer que eles desenvolviam ou manifestavam uma outra potência, pensamento ou alma. Não se via que, para poder exprimi-lo, em última análise o corpo precisa tornar-se o pensamento ou a intenção que ele nos significa. (MERLEAU-PONTY, 1999, p.267)

Outro olhar apresentado pelo autor é a visão de corpo como obra de arte. Para o filósofo toda arte é corporal, pois o artista está situado no mundo a partir de seu corpo. Como elemento de percepção e expressão, o corpo possibilita a experiência estética. A obra surge na subjetividade. Ela é criada a partir da interação do artista com o mundo, ou seja, através de uma vivência corporal.

Ao apresentar o corpo como elemento expressivo e como obra de arte, Merleau-Ponty evidencia a base de sua concepção de corpo. Para o filósofo não há separação entre sujeito e objeto da percepção e, portanto, entre corpo e mente.

A partir da contextualização feita sobre o conceito de corpo a partir de alguns autores da Filosofia, é possível compreender como a relação que estabelecemos com o corpo, enquanto indivíduos, diz muito sobre a maneira como nos relacionamos com o mundo. Nossa formação em sociedade, os valores e comportamento que adotamos estão vinculados à nossa relação com a corporeidade e nosso modo de ser no mundo. Desconsiderarmos a importância da experiência corporal em nossa formação nos diz muito da nossa forma de vivenciar o mundo.

Em nossa sociedade contemporânea é possível vislumbrar algumas indicações de um novo olhar para o corpo, como nos estudos sobre o corpo presentes no processo de individuação na psicologia, a educação somática e a visão holística que volta seu olhar para as relações entre o corpo e os aspectos psíquicos do ser. Mas é na relação entre o corpo e o movimento na dança, esta arte tão antiga quanto o homem, que se encontra e se realiza o potencial expressivo.

3 O CORPO E A DANÇA NO DESENVOLVIMENTO INTEGRAL

A Leitura Corporal, a Consciência Corporal, a Educação Somática, o loga e a filosofia de formação humana de Rolf Gelewski, foram alguns dos percursos traçados pelas reflexões despertadas ao longo de minha formação em Dança e na busca por compreender as relações que se estabelecem entre o corpo e o movimento. Esses caminhos foram percorridos na necessidade de aprofundar no contato com o corpo. A dança mostrou-se como um meio para uma riqueza de percepções e descobertas. O lugar que a arte do movimento apresenta para quem com ela se envolve, é um constante trabalho pela expressão de si mesmo.

O corpo é o que permite nossa experiência no mundo, ele é o mediador entre o psíquico e a matéria ou, simplesmente, somos nosso corpo como vimos em Merleau-Ponty. Não é possível vivenciar uma experiência que não tenha uma dimensão corpórea: “Qualquer coisa experimentada fora do corpo, num sonho, por exemplo, não é experimentada, a menos que a “incorporemos”, porque o corpo significa o aqui e o agora”⁴ (JUNG, 1930. apud. ZIMMERMAN, 2009, p.7).

As análises atuais sobre o fenômeno da corporeidade apontam na direção de uma relação próxima entre o corpo e os processos cognitivos do homem. Assim, tudo o que passa no interior do indivíduo se manifesta no corpo. Ele está intimamente vinculado com todas as dimensões do ser. O que torna possível compreender como as questões relacionadas ao corpo são antes uma manifestação do que ocorre no nosso interior.

Com o desenvolvendo de seu intelecto, o homem foi também se distanciando de seu corpo. Vivenciando cada vez menos a experiência corporal, o homem volta sua atenção para o corpo quando ele desperta a atenção para algum aspecto adoecido do ser. No entanto, estamos constantemente sendo convocados à vivência corporal, visto que ela é condição inerente à existência.

⁴ JUNG, C.G. Seminários sobre visões (Tradução de P. Sandor para uso em grupos de estudos – texto apostilado). 1930.

A cada dia somos convocados às alegrias da corporeidade e, ao mesmo tempo, à sua aterradora efemeridade; (...) mas não há cientista, seguro do que faça que ouse uma explicação sobre a própria centelha vital: o que nos mantém vivos? O que alimenta esse impulso primeiro? Somos e não temos um corpo... E o corpo apresenta claramente uma consciência e uma sabedoria que não precisam de raciocínios... Toda atitude do ser humano é uma atitude corporal. (MORAIS, 1992, apud. ZIMMERMANN, 2009, p.113-114).

As polaridades estão presentes em nossa experiência humana. Conceitos contraditórios como bem e mal, certo e errado, feminino e masculino, corpo e alma são considerados opostos e inconciliáveis e a todo o momento somos convocados a uma escolha maniqueísta. Porém, segundo Jung, “só o paradoxal é capaz de abranger aproximadamente a plenitude da vida” (JUNG, 1994 apud ZIMMERMANN, 2009, p.74). Todos os elementos estão presentes em nosso inconsciente, e este só pode ser experimentado através do corpo. É através do corpo que o homem pode vivenciar sua totalidade e realizar o seu potencial. Não seria possível a formação da consciência sem o corpo, pois é através dele e de seus sentidos que nos relacionamos com o mundo. O corpo é a base para a experiência corporal e registra nosso caminho e o que somos. Sob a perspectiva da integralidade do ser, a dualidade entre o corpo e a alma revela-se como uma contradição.

3.1 O corpo no processo de desenvolvimento do indivíduo

A primeira imagem que formamos de nós mesmos é nossa imagem corporal. É no corpo que primeiramente experimentamos a vida. Em nosso processo de desenvolvimento humano, do nascimento à fase adulta, passamos da experiência da unidade, em que nos vemos como um ser integrado, à dualidade, na diferenciação entre o corpo e o mundo.

No estágio inicial de nossa formação, o movimento é o único meio de comunicação que possuímos e por isso é vital. A criança até o primeiro ano vive quase exclusivamente no corpo. Com seu desenvolvimento, lentamente passa a desenvolver a noção do eu e a consciência de uma individualidade. Durante seu desenvolvimento, suas experiências estão sendo registradas em seu corpo e podem mais tarde se manifestar durante sua movimentação.

Wurzba (2009) analisa a relação entre o desenvolvimento do indivíduo e a evolução da humanidade. Através dos princípios masculino e feminino, analisa a predominância de cada um ao longo do nosso desenvolvimento, da infância à fase adulta. A primeira fase do desenvolvimento da consciência poderia ser comparada ao mundo primitivo. Governado pelo princípio feminino, o mundo matriarcal é o mundo dos instintos e das emoções. Não há dualismo entre eu e mundo, corpo e mente e a consciência do indivíduo é coletiva, ele se entende como parte do todo. Nesta fase, é importante salientar que o homem valoriza a intuição, sendo o centro do corpo, o coração, a sede da inteligência.

Ao poucos, no decorrer de seu desenvolvimento, surge no indivíduo a consciência do eu que possibilita a diferenciação entre o ser e o mundo. Na relação entre o corpo e o mundo, passa a identificar sua identidade em seu corpo. Segundo Wurzba (2009, p. 79), este momento marca a transição para a fase patriarcal, influenciada pelo aspecto masculino, na qual se desenvolve o controle sobre as relações com o mundo exterior e o autodomínio. Período comparável à transição para a Idade Moderna, com o advento da razão, em detrimento do saber da tradição e da intuição. O corpo era considerado como instrumento através do qual se demonstra a supremacia da razão. Na dança, o movimento espontâneo era desvalorizado, pois não estava submetido ao controle racional do corpo. O criativo era associado à razão e o controle do corpo e da expressão, através do treinamento e disciplina dos movimentos, representou a consciência da época. Essa fase, associada pela autora à fase adulta do homem, caracteriza-se pela rejeição do feminino e, portanto, da intuição, desejos e impulsos, dando origem às regras que determinarão sua relação com a sociedade e o controle sobre o comportamento e a racionalidade. O dualismo está representado na divisão entre o feminino e o masculino, a ideia em relação à experiência e a mente em relação ao corpo.

A dinâmica de opostos presente em nosso desenvolvimento evidencia sua presença em nossa formação enquanto indivíduos e sociedade. Como um caminho para a integração de nosso ser, Wurzba (2009) apresenta o movimento e, portanto, a Dança. Evidenciando a oposição entre masculino e feminino, a autora se refere ao deus Dionísio como exemplo. Dionísio é o deus mais envolvido com a dança e seu significado está relacionado à androgenia,

ou seja, à convivência do masculino e feminino em uma só pessoa. Por isso, Dionísio representa a integração entre esses elementos que, na dança estão em comunhão:

Dionísio é aqui resgatado para a compreensão da dança, pois seu significado, tanto quanto o da dança, reúne polaridades, evocando a dimensão do paradoxal e do indivisível. A dança se desenrola no tempo, mas é atemporal; acontece no espaço, mas alcança o ilimitado. (...) Podemos dizer que a dança é uma expressão da totalidade do ser. (WURZBA, 2009 apud. ZIMMERMANN, 2009, p.84).

A dança nos transporta para uma dimensão em que tempo e espaço são diferentes do habitual e as razões que a evocam e sua experiência religam as dimensões do ser. A noção de dualismo é criada pela razão e através da experiência da dança, é possível vivenciar a atuação conjunta do corpo e da alma, reunindo os opostos que outrora foram separados na razão do homem.

3.2 A dança como caminho

Dançar é permitir que a vida use você de modo intenso. Às vezes não é agradável, às vezes é assustador... Entretanto, é inevitável.

(Martha Graham)⁵

Na contemporaneidade, o dualismo entre corpo e mente ainda influencia a relação do homem comum com o corpo. A dança seria um instrumento que possibilita a reconexão dos opostos e, portanto, a integralidade do ser. A partir desta reconexão, o corpo pode ser considerado como um elemento importante a ser considerado em nosso desenvolvimento.

Wurzba (2009) afirma que a experiência da Dança não se trata somente da estética ou da performance, mas de uma completude que une corpo e alma. Sob este aspecto, a dança pode ser considerada como um elo entre o interior e o exterior. No movimento, o indivíduo encontra sua totalidade e se relaciona

⁵ GRAHAM, M. *A dançarina Revelada*. N.Y: Wnet. Camaras Continentalis. La Sept Arte, BBC. 1994.

consigo mesmo e com o mundo. A autora apresenta a dança como um elemento de integração, pois permite a união dos elementos que formam o homem. Como exemplo, na dança os elementos que a compõem como espaço, tempo, figurino, tudo parece não existir, pois dão lugar ao movimento expressivo. Ou seja, “criador e criatura, artista e obra, nela são uma coisa única e idêntica.” (WURZBA, 2009, p.45).

Se retornarmos às origens da Dança, nos deparamos com a origem do homem. Tudo o que é vivo se movimenta e se expressa através do movimento. Por isso, o homem sempre dançou e a dança esteve presente em todas as culturas e em todas as épocas. Inicialmente a dança surgiu com caráter ritual. O movimento possuía estreita relação com o cosmos, com a natureza e através da dança o homem se aproximava da unidade, pois ele também é formado pelos mesmos elementos do universo.

Assim como o conceito de corpo se modificou com as transformações no modo do homem agir no mundo, a Dança também passou por transformações se afastando de sua origem sagrada. Ao apresentar a trajetória da dança, de sua origem sagrada à sua concepção atual, Wurzba (2009) afirma que mesmo na Dança Moderna, o ritualístico está presente, pois no momento histórico de seu surgimento o homem retoma o sentido da dança como expressão de uma interioridade e um sentido maior.

A dança retrata dimensões mais profundas do ser. Sua essência está além do espaço e do tempo em que se executam passos, está no que ela é capaz de acessar através do corpo.

O poder da dança de transportar o homem para o encontro com as questões inconscientes possibilita que ele se depare com o divino e o não divino. Nessa experiência, o corpo se torna um arquivo vivo, trazendo à superfície as histórias não assimiladas e que no corpo estão registradas. Desta forma, a dança é também um caminho de encontro com as verdades internas e de expressão do que essencialmente somos. “Na dança o homem alcança um estado que não é passível de ser descrito por palavras; não se trata apenas de uma sequência de movimentos executados por um corpo, mas algo mais amplo cujas dimensões são indefiníveis” (ALMEIDA, 2009, p. 46).

O corpo sendo o lugar de manifestação de nós mesmos, considerando-o como parte intrínseca ao que somos e, portanto, de grande importância em nosso desenvolvimento humano, encontra na dança, a possibilidade de ampliar os sentidos, de entrar em contato com verdades universais que vão de encontro ao que somos.

Rolf Gelewski considera que o dançarino tem uma responsabilidade em seu trabalho, que é conhecer a si mesmo e se trabalhar como pessoa e como dançarino. Neste aspecto, acrescento que o dançarino tem a responsabilidade de abrir-se a experiência de conhecer pelo corpo, possibilitando que esta experiência reverbere, contribuindo para um novo olhar sobre o corpo e a dança.

Na dança, a partir de um olhar para o próprio corpo e suas potencialidades, podemos encontrar um caminho que permite o desenvolvimento mais amplo e consciente de nosso potencial humano. Enquanto arte, a dança permite o corpo expressivo. “O corpo é eminentemente um espaço expressivo” (MERLEAU-PONTY, 1999, p.212).

4 O CONHECIMENTO ATRAVÉS DA EXPERIÊNCIA CORPORAL

Por que a atenção dada ao corpo na atualidade? Nossa sociedade atual já não estaria atenta demais ao corpo, valorizando sua forma e aparência? Ou o contrário, em uma sociedade invadida pela tecnologia, por que dedicar tempo de nossas vidas com atenção e dedicação a uma experiência corporal? Por que não continuar a viver a partir dos instintos de movimentação e automatismos do corpo, concentrando nossa atenção nos objetivos e assuntos que requerem atenção de nossa mente, já que não encontramos problemas ao viver desta forma com nosso corpo? Shusterman (2012) apresenta os questionamentos ao propor uma análise filosófica do corpo e da consciência corporal. O autor afirma que o corpo constitui uma dimensão fundamental de nossa identidade e determina nossa relação com o mundo, incluindo nossa estrutura mental, ainda que em nossa cultura seja dominante o pensamento de contraposição entre mente e corpo. Sendo a experiência corporal de fundamental importância para o desenvolvimento e formação do nosso ser, constitui um instrumento importante não apenas no despertar da capacidade de percepção, mas também para o autoconhecimento.

É através do corpo que experienciamos o mundo. Portanto, ele não pode ser considerado como mero objeto, mas sim como elemento de consciência. Estamos acostumados a utilizar o corpo como fonte de ação ou de sensações e percepções, e não como objeto a ser percebido. Percebemos o corpo também como um elemento que possuímos e que muitas vezes é problemático, pois é através dele que sentimos dor e desconforto. Esta visão sobre o corpo acaba afastando o indivíduo da consciência de que o corpo é uma expressão de si mesmo.

Shusterman (2012) defende o ponto de vista de que ainda que consideremos o corpo como objeto, ele é imprescindível para interagirmos com o ambiente, sendo necessário para toda ação, sensação e, inclusive, pensamento.

(...) nós precisamos de um conhecimento somático mais aprimorado para melhorar nosso entendimento e nossa performance das diversas disciplinas e práticas que contribuem para o domínio da mais elevada

das artes – a arte de viver vidas melhores. (SHUSTERMAN, 2012, p. 29) .

Sob essa perspectiva, revela-se a importância do trabalho com o corpo. Para movimentar nosso corpo é preciso percebê-lo e, da mesma forma, na dança é essencial que o corpo seja percebido. O elemento principal que se desenvolve na dança é a consciência, pois é através da dança que se realiza o movimento e a expressão.

No processo de formação que ignora a experiência corporal, não há a possibilidade de vivência do conhecimento produzido. É inegável a importância do desenvolvimento do trabalho intelectual, que não é contraditório com o trabalho corporal. Ao contrário, quando integramos a corporeidade e a experiência física, temos a possibilidade de realizar descobertas mais significativas.

Ao explicar o conceito de experiência, Bondía afirma que esta somente é possível através da vivência própria, daquilo que nos passa: “A experiência é o que nos passa, o que nos acontece, o que nos toca” (BONDÍA, 2002, p. 21). Portanto o conhecimento na dança se desenvolve quando o corpo vivencia o movimento, e torna-se possível quando incorporado através da experiência.

Nosso corpo carrega uma infinidade de possibilidades de percepção através dos nossos sentidos. Por que não explorarmos estas potencialidades em constante fluxo de contato entre nós e o mundo que nos cerca? Isso é possível através do corpo e do movimento. Porque o corpo por si só pode ser o lugar onde nos escondemos, criando couraças e rigidez. Porém, o corpo em movimento é dança, expressão e manifestação, onde não há lugar para dissimulações de si mesmo. É o lugar onde os incômodos do corpo aos poucos cedem lugar para o autoconhecimento e a liberdade de ser.

Desde crianças somos formados socialmente para exercer determinados papéis e nos comportarmos de acordo com um modelo esperado, o que contribui pra restringir nossa capacidade de exploração e criatividade ao nos movimentarmos. Nosso repertório de movimentos se torna cada vez mais escasso e repetitivo, mais limitado em seu potencial de autoconhecimento. Dançar deve ir além da repetição de movimentos. Vianna (2005) compara a

forma à morte e o movimento à vida. Da mesma maneira, Gelewski (1998) afirma que a forma que não nasce do interior da natureza humana, do âmbito do ser, não tem valor. É uma limitação da abundância original. A forma cristaliza o que poderia ser crescimento e movimento. “Toda forma é sinal de como estamos distantes da vida verdadeira” (GELEWSKI, 1998, p.29). O que não significa que devemos abolir a forma, mas ter a liberdade de utilizá-la para representar nossas potencialidades, manifestando através dela o que temos como essência. Assim como nosso corpo pode ser considerado como uma forma materializada de nosso ser verdadeiro.

4.1 A importância do corpo na formação do indivíduo

“Ah se todos os ocidentais pudessem aprender a dançar!”

(GARAUDY, 1980)

Vida é movimento, e o corpo deve estar em constante movimento para que a vida continue a fluir e a permitir que aprimoremos o nosso princípio de vida, que é o agir no mundo. Garaudy (1980) reconhece que nossa ligação com a vida encontra-se na interação entre o corpo e a alma, formando uma integração. Permitindo dessa forma que todo o ser esteja engajado, e que a dança tenha um papel educativo.

Por que considerar a importância do corpo em nosso processo de formação? Se o corpo é parte da integralidade, e se através dele nos expressamos e agimos no mundo, então, é através de uma formação que inclua o corpo que se fará possível o despertar de nossas potencialidades. E é através da Dança, enquanto expressão artística, que nossas potencialidades e integralidade podem ser desenvolvidas. Na Dança, a integração entre corpo e mente possibilita o desenvolvimento de uma consciência maior de nós mesmos como indivíduos e como coletividade.

A importância da dança na formação humana é algo inerente à necessidade da construção do saber e do desenvolvimento da nossa consciência. Como forma de expressão criativa, a dança ainda é pouco

presente em nosso processo de formação. Não somos estimulados pela vida em sociedade a desenvolver nosso potencial criativo através do corpo. Somos educados segundo os padrões de comportamento social e vivemos numa sociedade que ainda caminha lentamente em direção à valorização do corpo e do movimento na formação. No entanto,

Dançar é tão importante para uma criança, quanto falar, contar ou aprender geografia. É essencial para a criança, que nasce dançando, não desaprender essa linguagem pela influência de uma educação repressiva e frustrante. (...) o lugar da dança é nas casas, nas ruas, na vida. (GARAUDY, 1980, p.10)

O indivíduo que é educado a aprender a ler e a construir um raciocínio teórico, o faz também através de seu corpo. Temos um corpo que nos acompanha em todas as atividades, por isso a importância de conhecê-lo. Ao longo da vida, e em qualquer fase dela, podemos desenvolver nosso potencial criativo através do corpo em movimento. Movimento é sinônimo de vida e por isso, deve ser cultivado.

Ao analisar a relação do homem em sociedade com seu corpo, Zimmermann (2009) afirma que experiência corporal de novos movimentos permite o desenvolvimento cognitivo e também o autoconhecimento. Porém, na formação da criança até sua fase adulta, o que se verifica é uma diminuição no estímulo ao desenvolvimento através do movimento. O movimento está presente de forma intensa na infância e, aos poucos, pela formação nas instituições de ensino o corpo vai sendo relegado ao lugar de esquecimento de sua potencialidade. Passa a ser educado para se comportar de acordo com padrões, restringindo os movimentos, seja em uma carteira da escola, seja nas atividades que são desempenhadas em sociedade: o trabalho, as formas de lazer conectadas ao mundo virtual.

A criança apresenta maior necessidade de movimento do que uma pessoa adulta. Como ainda não teve os movimentos interrompidos pelo processo de socialização, ainda apresenta a espontaneidade no movimento e na expressão corporal. Ao passar por esse processo, à medida que se desenvolve, vai aos poucos perdendo a espontaneidade e originalidade. Segundo Zimmermann (2012), em seu processo de desenvolvimento o homem

não desenvolve vivências corporais, criativas e expressivas, que compensem o processo de limitação dos movimentos no comportamento social. O indivíduo chega à fase adulta com padrões de movimentos estabelecidos e restritos às atividades desempenhadas repetidamente no cotidiano.

O indivíduo que não recebe estímulo para continuar a se expressar através da ação corporal, desenvolvendo seu repertório de movimentos e a consciência de seu corpo, não desenvolverá a possibilidade de relacionar suas atitudes internas com suas atitudes no mundo externo. A capacidade de desenvolver a relação entre o interno e o externo possibilita o aumento do vocabulário expressivo, favorecendo a formação mais consciente e contribuindo para o potencial expressivo de sua ação no mundo.

Por isso a importância em valorizar o corpo e a dança no processo de formação humana. Uma proposta de formação que privilegia a mente em detrimento do corpo forma um indivíduo incompleto, sem a consciência de todo seu potencial expressivo.

Como exemplo de trabalho com o corpo no processo de formação será analisada a filosofia de Rolf Gelewski sobre o corpo e a dança e sua proposta de desenvolvimento integral, considerando fundamental a integração de todos os aspectos do ser.

5 O CORPO E A DANÇA NA FILOSOFIA DE ROLF GELEWSKI

Bailarino e coreógrafo alemão, Rolf Gelewski veio para o Brasil a partir de um convite da Universidade Federal da Bahia para auxiliar na estruturação do curso de Dança desta Universidade, onde atuou até o ano de 1975.

Ao longo de sua trajetória no Brasil, desenvolveu um importante trabalho na área da Dança e da educação. Suas obras trazem reflexões sobre o corpo e sobre a dança, apresentando uma reflexão filosófica, um olhar que considera o corpo como inseparável da alma e do psíquico. O contato com Sri Aurobindo, mestre espiritual indiano, é marcante em seu trabalho e em suas obras. Em suas publicações encontramos referências diretas à Sri Aurobindo, em uma concepção sobre o corpo, a dança e a crescente evolução da consciência humana.

Como referência no campo da Dança, Rolf Gelewski apresenta uma proposta de desenvolvimento integral, na qual o corpo e a Dança são integrados ao processo de formação humana. Sua filosofia sobre a Dança e o corpo e sua proposta educativa, exemplificam e revelam a potencialidade da integração entre corpo e movimento em nossa formação. Por isso, a escolha da proposta de desenvolvimento integral como modelo e inspiração para o trabalho com o corpo e a dança na educação e formação humana.

Em suas obras, Gelewski apresenta um olhar sobre o corpo e a dança que sintetiza a relação do homem com o mundo e da Dança com o movimento do universo. Os conceitos sobre o corpo e a dança são inerentes e foram analisados individualmente numa tentativa de evidenciar a riqueza presente em sua filosofia e em seu trabalho com a dança.

5.1 O corpo na filosofia de Rolf Gelewski

Em uma lenda indiana que representa a materialização do divino é possível vislumbrar a concepção de corpo apresentada por Gelewski:

Conta-se a estória, na Índia, que uma vez os deuses queriam descer e habitar um corpo terrestre. Diversas formas de animal (a vaca, o

cavalo) foram apresentadas a eles, uma após a outra, mas eles não ficaram satisfeitos, nenhuma foi considerada adequada para sua habitação. Por último, o corpo humano com sua personalidade consciente foi-lhes oferecido e imediatamente eles declararam que esta era a forma perfeita que eles precisavam. E eles entraram nele. (Gupta, lenda indiana). (GELEWSKI, 1975, p. 12)

A lenda apresenta o corpo humano como a morada dos deuses. É através da forma humana, que o divino pode manifestar-se. Nele estão presentes os elementos necessários para o desenvolvimento de uma nova consciência. Uma consciência capaz de ser desenvolvida levando-nos a uma evolução crescente.

A forma humana seria a mais adequada à manifestação do divino:

No homem, (...) a consciência – que no animal ainda está espalhada distribuída no corpo todo, presa aos mais ou menos numerosos centros do sistema nervoso – formou um centro real e único: a consciência do homem convergiu e se centralizou. (...) disso resulta a faculdade que mais nos destaca dos animais: o poder mental, poder de inteligência e reflexão (...) isso não foi somente um grau a mais, mas um pulo, um salto. (GELEWSKI, 1975, p. 12)

Com isso não quer afirmar que a consciência surgiu apenas com o ser humano. Ela está presente nos animais e, provavelmente, até mesmo a matéria inanimada é penetrada por uma consciência. Porém, o desenvolvimento do poder mental e do psíquico do homem, torna-o capaz de raciocinar, de conhecer suas limitações. Um tema recorrente nas obras de Gelewski em que analisa o corpo e a dança é o desenvolvimento da consciência humana. Ele considera o homem como a espécie mais evoluída entre os seres que habitam o planeta, e isto é explicado pelo processo de evolução do homem:

Pode-se dizer que nos destacamos das formas inferiores da vida, essencialmente, pelas faculdades cerebrais e capacidades receptivas, com que somos dotados. Todos os organismos sensíveis reagem, percebem, mas somente nós estamos aptos de consciencializar nossas percepções. (...) Unicamente a consciência humana consegue superar, na natureza, o estar-presos do vivo e criar as bases para uma vida superior. (GELEWSKI, 1967, p. 21)

Em relação ao corpo destaca que a capacidade de realização de movimentos no homem se diferencia, pois quanto mais os centros nervosos evoluem, maiores serão as vias motoras do corpo. Quanto mais complexo o

organismo, maior será sua capacidade e potencial de movimentação e, na medida em que há maior potencial de movimentação, maior será o desenvolvimento da consciência. Nisto conclui que “existe uma concatenação íntima entre movimento e consciência” (GELEWSKI, 1967, p.21).

“Até mesmo o corpo deve lembrar-se de Deus” (AUROBINDO, 1975, p. 18). Citando a frase, Gelewski apresenta uma reflexão sobre a nossa relação com o corpo. Ao longo da história, por muito tempo o corpo tem sido considerado como um elemento inferior se comparado à razão, e esta é uma concepção ainda presente. Em quase todas as religiões, o corpo é negado enquanto lugar de transformação e aproximação com o divino e é quase sempre posto de lado. É negada a consciência de que é também através do corpo que se alcança a união com o Todo.

Durante séculos o corpo tem sido pouco requisitado no processo de evolução pelo qual passamos. Ainda prevalece a consciência coletiva atrelada ao passado, que considera o corpo como apenas físico, inconciliável com a aspiração espiritual. Revela que ainda se encontra presente o dualismo entre corpo e alma:

Consequentemente, para a consciência, enquanto ela ainda sucumbe às poderosas sugestões do coletivo, do passado, tudo indica que há um abismo entre Espírito e Matéria, entre Alma e Corpo, Céu e Terra, entre a divindade que cada um de nós essencialmente é, e a prisão, o cárcere, a jaula, a grosseira e grossa casca em que esta divindade é abrigada. (GELEWSKI, 1977, p.6).

Ainda mantemos um distanciamento entre o desenvolvimento do ser em sua realidade transcendente e o corpo, realidade imanente. Embora haja um maior interesse pelo corpo, ele ainda é - por sugestão da coletividade humana, do costume ou cultura – o cárcere. Como consequência tem-se o contato cada vez menor com a experiência corpórea, o abandono e desligamento gradual com o corpo.

Apesar de o senso comum considerar o corpo como inconciliável com a alma, Gelewski afirma a importância do corpo no conhecimento e desenvolvimento do ser. O homem seria uma unidade em que os aspectos físicos e mentais se integram. Portanto, o corpo não é tudo o que somos, mas

para que nossa evolução ocorra é necessário que o potencial que está na matéria se manifeste. Isso seria possível, pois nosso corpo conteria, entre todos os organismos, grau elevado de consciência dentro da escala evolutiva.

Embora a forma humana disponha da consciência, ela não é perfeita. Ela possui a essência do ser, mas para que possa manifestá-la, é preciso o trabalho no corpo. Reconhecendo o corpo como a morada dos deuses, é preciso destacar a importância do trabalho de transformação a ser realizado. Não nascemos como instrumentos prontos a serem incorporados por uma energia superior. Somos herdeiros de toda a evolução pela qual passamos até atingir a forma humana, e somos formados por todos os elementos: “Precisamente, nosso corpo é nossa dificuldade, (...) pois ele foi revestido com todos os elementos baixos e escuros: contemos em nós toda a evolução que a natureza percorreu” (GELEWSKI, 1975, p.19).

Com a consciência humana surge o poder da distinção: divino e não divino, bom e mau. Diferente do animal que age por instinto, o homem tem a capacidade de distinguir o certo e o errado e a partir do desenvolvimento desta capacidade, surge no homem a moral limitadora que cria o dualismo, fruto de nossa mente. Maior que esta dualidade criada pela mente, temos a possibilidade de escolher e fazemos escolhas a todo o momento, mesmo que inconscientemente. Qualquer transformação nossa se deve a este recurso de ver e escolher. Nós somos de certa maneira moldados por nossas escolhas e nossas escolhas definem também o desenvolvimento de nossa consciência. É esta consciência que permite que nos aproximemos de uma perfeição. E para alcançá-la, é necessário reconhecer e integrar todos os âmbitos de nosso ser.

5.1.1 *Conexão entre corpo e mente*

No ser humano, encontram-se reunidos e interligados os planos: material – a matéria em si, nosso corpo, o plano da vida, fusão de vida e matéria – os seres iniciais da vida (a planta e o animal) e a consciência mental. Todos os planos devem ser desenvolvidos a um estágio superior. É no plano material, no corpo, que deve ser alcançado um nível superior de consciência.

O desenvolvimento da mente, por si só, não leva ao estado de desenvolvimento de todo o potencial do ser. É a partir da integração com o corpo, plano físico, que se faz possível o desenvolvimento integral.

Nossa necessidade de progredir, nossa necessidade de aperfeiçoamento, caminhar em direção de uma supremacia não deveria ser só mental, uma percepção de nossa consciência apenas e agindo somente nela, nem só emocional... mas, que este caminhar deveria incluir o próprio corpo, pois a perfeição verdadeira jamais poderia ser atingida em um corpo primitivo, grosseiro, negligenciado ou até maltratado, e, sobretudo, inconsciente... (GELEWSKI. 1975, p. 30).

O corpo deve ser incluído no processo de formação humana, sendo nossa obrigação desenvolver um trabalho consciente com o corpo. Para realizar a aproximação com a essência, é imprescindível que também o corpo seja transformado. Assim como nossa mente e inteligência é trabalhada e desenvolvida em nosso processo de formação, ele também deve ser trabalhado e desenvolvido. Sem um trabalho consciente com o corpo torna-se impossível alcançar um desenvolvimento integral e pleno do ser. Gelewski (1975) destaca a importância do corpo no processo de aperfeiçoamento e desenvolvimento da consciência e afirma a importância do desenvolvimento do ser em sua totalidade, em seus aspectos mental, emocional, e em igual importância, físico.

A transformação através do corpo diz respeito também ao domínio que exercemos sobre nós mesmos e sobre a nossa vida, ao afirmar ser uma questão não apenas mental, mas do próprio corpo. Ser dono de si, passa pelo corpo.

5.1.2 O objetivo do trabalho em nosso corpo

Estamos sempre em relação com o ambiente que nos cerca e dispomos de um poder de influenciá-lo. A transformação pela qual passamos deve ecoar para além de um mundo individual, contribuindo para o desenvolvimento e evolução também do outro, com o qual estamos em contato, com o ambiente do qual recebo influência e influencio também. Meu desenvolvimento repercute

no mundo e essa deve ser nossa contribuição. Desta forma, de nada adiantaria uma evolução individual, além de não ser verdadeira e possível, pois ela ocorre através da nossa manifestação física no mundo.

Em uma comparação do corpo com um campo de força que controla, rege e move os elementos dentro da área regida por ele, à medida que o corpo responde ao psíquico e à interioridade, ele não transforma apenas a si mesmo, mas contribui na transformação do mundo. “E então a simples existência próxima de um tal corpo seria uma benção para o mundo” (GELEWSKI, 1975, p.39).

Há no próprio corpo, independente da mente, um desejo de mudar, transformar-se. O corpo tem uma consciência própria e vive em um processo de evolução podendo adquirir as qualidades que inicialmente eram exclusivas do psíquico. O corpo passaria por um processo de transformação em que inicialmente possui e encerra dentro de si um potencial e, como vive um processo de evolução, passa a manifestar o que está em seu interior. O próprio corpo exerceria a dimensão psíquica. Ele irradiaria um conhecimento e uma consciência mais alta e então, sua simples presença seria uma contribuição para o mundo: “como o sol, simplesmente, é, e, através da presença dele, brota a vida e floresce a natureza” (GELEWSKI, 1975, p.45).

Gelewski destaca a importância do corpo na nossa formação humana, pois quando alcançamos determinado grau de evolução, quando nosso corpo adquire uma consciência própria capaz de contagiar outros seres pela simples presença, há uma contribuição na evolução de outros seres. A importância do trabalho de Gelewski está na contribuição para o desenvolvimento do indivíduo, assim como para o coletivo e a sociedade como um todo.

Há no corpo de cada um de nós, como na lenda indiana, uma consciência, que somente através dele pode se manifestar e agir no mundo. O corpo na filosofia de Gelewski seria um instrumento para a manifestação do ser e de seu poder psíquico interior. A partir do momento em que consideramos essa presença maior que reside e atua através do corpo, a relação com nosso corpo e sua função muda:

Ele (o corpo) não será mais uma coisa, um objeto a ser manuseado, manobrado; pois no momento em que há a fusão real dele com a interioridade, em que há a correspondência real entre a matéria e o espiritual, o próprio corpo, a própria vida adquire um outro significado. Porque a medida que o corpo consegue responder ao espiritual, ao psíquico, os quais querem se manifestar através dele, querem agir, querem fazer seu trabalho aqui, exatamente à medida que ele corresponde a isso, ele se transforma. (GELEWSKI, 1975, p.35)

Na obra inicial da série *O Trabalho em Nosso Corpo*, Gelewski (1977) questiona por que se propõe o trabalho no corpo. Afirma que o corpo humano é formado pela mesma matéria de que se compõe o universo, dotado de mais possibilidades e o mais organizado de todos os seres. Por causa do mundo e da relação com a sociedade, é que se deve o trabalho em nosso corpo.

Embora a consciência coletiva ainda se encontre atrelada ao passado, já se encontra outro olhar, através do qual o desenvolvimento humano passa pela matéria e, portanto, pelo corpo. É um olhar que entende a importância do corpo para o desenvolvimento de nossas potencialidades, um caminho para uma nova consciência.

O corpo abriga a consciência e, ao mesmo tempo, abriga também a vida e o divino, e o seu destino é viver em transformação, tornando-se instrumento de expressão do ser. Como afirma Gelewski:

(...) o corpo é um elemento do universo, o qual é uma manifestação fundamentalmente material; e, no entanto, exatamente à medida que seus elementos se transformam (...), ele, o cosmos, se transforma. (GELEWSKI, 1977, p. 9 e 10).

Para iniciar o trabalho de evolução e consciência pelo corpo devemos partir do nosso próprio corpo, ainda dominado pelo inconsciente e mal conhecido.

Gelewski indica um caminho para o início do trabalho em nosso corpo. Começando por redescobrir movimentos, despertá-lo através de movimentos simples, naturais e cotidianos, porém realizados com consciência e concentração. Os resultados do trabalho com o corpo são crescentes e individuais, pois dependem do nível de consciência de cada um, da paciência e

intensidade nossa, com nosso corpo. Este mesmo corpo que por muito tempo foi deixado de lado e esquecido.

(...) com surpresa veremos como ele se assume, se acorda, lembra-se, conscientiza-se (...) redescobrimo o muito que pode, e como reside nele uma luz real, única. É com vista nisto, é apontando para isto, que iniciamos o trabalho. Nele não há mistério, absolutamente: é elementar, é simples. Quem quer pode. (GELEWSKI, 1977, p.12)

O corpo em movimento rompe com os conceitos antigos, revelando que a sensibilidade, juventude e capacidade de responder às energias universais se encontram no corpo em todos os momentos, independente da idade. Não existem limites de idade para o trabalho com o corpo.

5.2 A dança na filosofia de Rolf Gelewski

Na mitologia indiana o mundo teria sido criado pela dança de um deus. De acordo com este mito, Brahma, cansado da imobilidade do universo faz surgir o deus Shiva, responsável pela criação:

Do corpo de Shiva em movimento emanam ondas sonoras, vibrações e energias que vivificam a matéria inerte. Assim são criadas as infinitas formas do mundo manifestado. Cada uma dessas formas, por sua vez, passa a dançar e vibrar dentro dos mesmos padrões de ritmo, melodia e harmonia da dança original de Shiva. E, portanto, em si mesmas depositarias essenciais de Shiva, todas as formas da criação natural são também, pelo menos em potencial, criadoras. Nisso inclui-se o homem, criação natural e criador potencial. Esta perspectiva do homem surgindo do corpo e movimento de um deus, do homem como parte do cosmos surgindo de uma dança cósmica. (VIANNA, 2005, p.19).

Gelewski apresenta um olhar para dança como um elemento transformador. Como na mitologia de Shiva, a dança é movimento criador. Mais do que uma forma de expressão, ela origina-se da própria vida. E, portanto, é constituída pelas potencialidades da vida humana. É um elemento capaz de transformar o homem e educá-lo de forma integral. Como seres humanos, ninguém está totalmente desperto e consciente e um dos meios eficientes para despertar-nos seria a dança.

Como professor da Universidade Federal da Bahia, Gelewski lecionou a disciplina Filosofia da Dança. Através de um trabalho reflexivo, pretendia despertar em quem tem aproximação com a Dança a vontade de compreendê-la de forma mais aprofundada. Ele afirma que a Dança está à serviço da vida humana:

A vida humana encontrará dificilmente um meio mais eficiente de expressão, realização e evolução do que a dança, pois nenhuma outra atividade sabe libertar e mover o homem tão integralmente. (GELEWSKI, 1967, p.3)

No esforço por buscar compreender e analisar a dança, Gelewski considera que qualquer definição que façamos ao investigá-la será insuficiente, pois seu fenômeno é impossível de ser compreendido apenas por recursos mentais. Seu conhecimento passa pelo corpo e, portanto, para compreendê-la é necessário ser vivida.

Na origem da dança, reconhece que, assim como o corpo na lenda indiana foi habitado por deuses, a dança nasceu com o homem graças à consciência que nele está presente. Para que os movimentos naturais possam se transformar em movimentos com significado e expressão, é necessária a consciência humana. Ela permite que todos os potenciais de movimento da natureza se concentrem e sejam realizados com um sentido artístico, com uma dimensão capaz de nos levar a um nível ainda maior de consciência.

Em sua origem, a dança é antes uma prática de consciência interior e sagrada do que de virtuosismo, assim como na Dança Moderna, que no princípio do século XX foi consequência de uma busca de bailarinos por encontrar um caminho próprio, interior, que não encontravam na dança clássica. Assim ele se refere à Dança e ao lugar para o qual ela nos transporta e que não é possível alcançar apenas pela razão: “Chamemos, pois, dançando, o oculto, o invisível da vida para que nos lembremos de nossa potência mais valiosa, com tal intensidade, que amadureçam dentro de nós” (GELEWSKI, 1967, p.5).

Se voltarmos às origens da Dança, descobrindo suas fontes, poderemos ter o vislumbre de seu mundo interior. A dança, assim como tudo o que vive e se movimenta está em consonância com o movimento do universo:

A dança da célula viva e a majestosa dança do cosmo revelam certas leis elementares de ritmo, por entre as quais a forma humana – individual ou social -também tem que se movimentar... Esta percepção de que a Dança é uma multifacetada expressão dos ritmos vitais do universo, submetidos aos termos de arte humana e ritual, foi amplamente perdida em nossas escolas e na dança profissional. (RAFFÉ, apud GELEWSKI, 1998, p.35)

A citação também apresenta uma dimensão perdida da realidade da dança: a dimensão da consciência de sua ligação com elementos do universo, dos quais também somos formados. Encontramos esse lugar ao observarmos o movimento de expansão e contração do universo, presentes também na dança. Gelewski apresenta a origem simbólica e divina da dança: “a raiz essencial da dança está na necessidade do ser humano de buscar e de se unir ao divino” (GELEWSKI, 1998, p.37).

Outra perspectiva apresentada é a relação entre a dança e o inconsciente. O inconsciente do homem se revela em seu corpo e em seus movimentos. Esta é uma característica que habilita o homem para a expressão através da dança. A partir deste pensamento, toda criação em dança seria uma manifestação da vida psíquica, do que está em seu inconsciente. A dança representa uma fusão e tradução do consciente e inconsciente: “O dançarino não dança somente para executar movimentos rítmicos do corpo, mas antes de tudo para que a consciência e o inconsciente venham a corresponder-se, harmonicamente” (GELEWSKI, 1998, p.27).

A dança possui o potencial para despertar no dançarino a união, de forma harmoniosa, do revelado e o oculto no homem. Ela seria transformadora ao unir estes elementos, conduzindo o homem ao equilíbrio e à evolução. Em relação ao corpo na dança, afirma que nela a carne não tem necessidade de superar a si própria, pois se torna um elemento revelador de uma presença superior.

Relacionando a dança à consciência, Gelewski considera que quanto maior a capacidade de movimentação, maior será também o nível de consciência do indivíduo. A dança, através do corpo, torna-se um valioso instrumento de crescimento interior, se realizada de forma consciente, buscando conhecer o que se encontra além da forma. E desta maneira, a dança enquanto arte propicia este encontro com a essência, do consciente com o inconsciente, da harmonização destes dois polos que juntos permitem transcender a forma.

5.2.1 A responsabilidade do dançarino

A qualidade para que o ser humano se expresse na dança é o fato de que o homem se revela através do movimento de seu corpo. Como em cada movimento há um conteúdo sendo expresso, o dançarino deveria buscar uma identidade maior com o que pretende revelar. Como é criador, deve elaborar não apenas os movimentos, a coreografia, mas também a si mesmo, como pessoa. Assim é descrita a responsabilidade do dançarino:

O dançarino que se dispõe a ser instrumento de um poder superior há de fazer mais do que se preparar profissionalmente e culturalmente. Há de perguntar-se onde está em sua vida. Há de decidir para onde caminhar, há de caminhar e tornar-se, pois decidiu servir. Decidiu dar-se e ajudar. E conseguirá ajudar apenas à medida que transformar a si próprio. (GELEWSKI, 1980, p.27)

Cada movimento realizado tem no espectador uma correalização, o que significa que cada pessoa que percebe o movimento responde através de uma reação, em uma busca inconsciente de se identificar com os movimentos do mundo.

Em sua experiência pessoal, Gelewski (1998) afirma que a correalização pode ser efetivada tanto interiormente quanto exteriormente, em movimentos reativos e outras manifestações. A correalização foi pesquisada pelo filósofo William Carpenter e revela o poder da dança. Constata que o espectador da dança nunca está indiferente ao movimento, pois não deixa de correalizar os

movimentos percebidos. Participando positivamente da dança, ele recria dentro de si o percebido, buscando identificação. A teoria de Carpenter também esclarece a origem da dança que se encontra na necessidade do ser humano de se identificar com os movimentos percebidos. Suas fontes encontram-se fora do consciente do homem, sendo constituídas de movimentos originários desta busca pela correalização dos movimentos. Os movimentos provocadores surgem da movimentação externa que são estímulos para imitação ou reação. O inconsciente também nos motiva à movimentação. Somos cercados por movimentos que não são percebidos conscientemente por nós, como o movimento da Terra ao redor do Sol, o desenvolvimento da humanidade e toda a infinidade de movimentos e, embora não tenhamos consciência, constantemente os percebemos. Diante disso, o dançarino provoca correalizações através de seu movimento e quanto maior for sua sensibilidade e sua consciência, maior será sua capacidade de perceber e vivenciar os movimentos essenciais do mundo.

Ao afirmar que “o dançarino é um movedor por natureza” (GELEWSKI, 1908, p.15), identifica nele sua responsabilidade, pois através de seu movimento o dançarino é responsável por influenciar seu público. Por isso defende que ele deve estar sempre buscando se aprimorar como pessoa, pois quanto mais maduro estiver como humano, maior será o reconhecimento do poder de sua profissão.

A dança possui o poder tanto de esclarecer e desenvolver a certeza, como pode perturbar. A partir desta afirmação, o dançarino é responsável não apenas por seu trabalho, mas pelo modo como se apropria da dança.

Em *Dimensão mais Profunda da Dança*, Gelewski (1998, p. 34) utiliza uma metáfora para elucidar a relação do dançarino com sua arte: uma pedra preciosa. Ela possui em seu interior, complexos mundos, microcosmos, preciosidades impossíveis de serem observadas a olho nu. Quando apreciamos ou adquirimos uma joia, é sua beleza externa que valorizamos, desconhecendo todo o seu universo interior. Da mesma forma, a dança possui um mundo interior imensamente valioso, que torna possível ser conhecido

quando voltamos nosso olhar para a dança como um instrumento que aproxima o homem de sua origem e de si mesmo.

Após apresentar a dimensão profunda da dança, afirma que longe de sua dimensão interior, vivemos a dança em sua superfície. Ainda não temos consciência da riqueza que se encontra no interior da forma. Porém, é através da própria dança que encontraremos sua essência. Ela é o caminho para o reencontro com nós mesmos: “Se forem reais artistas e tentarem olhar além e usar sua arte para expressão do mundo interior” (GELEWSKI, 1998, p.38). Embora o corpo seja elemento fundamental para a dança, dançar não significa negligenciar o fazer intelectual. Ao contrário, este deve ser um elemento para a dança. A integração da mente e do raciocínio deve estar presente na formação do bailarino.

O corpo é a substância, a matéria que dá vida à dança. O material do movimento na dança é o movimento natural do corpo humano. Como ele é constituído anatomicamente, seus limites determinam a limitação de suas possibilidades e, inevitavelmente uma limitação dos nossos movimentos faz parte da nossa existência. Analisando o movimento presente em todos os elementos e seres, Gelewski afirma que mesmo na aparente imobilidade externa há movimento. No caso do corpo, o movimento dos órgãos, dos músculos e até mesmo na matéria aparentemente sem movimentação, o movimento está presente em seus átomos. Ou seja, o movimento é a lei que rege a vida.

Em sua reflexão sobre a dança, Gelewski analisa sua definição enquanto movimentação rítmica, concluindo que o movimento e o ritmo são inerentes à vida. O autor apresenta uma análise do conceito de movimento e ritmo. O movimento é base e essência de toda transformação e evolução e representa a vida. Comparando o movimento à batida do coração, o movimento equivale à vida e sua paralisação, ou seja, a ausência de movimento é representação da morte. Da mesma forma, o ritmo cardíaco também representa a vida, sendo o ritmo um elemento do movimento. Através desta reflexão, certamente o conceito de dança como movimentação rítmica, compreende as noções de vida

e evolução. A dança significaria a evolução da vida e é responsabilidade do dançarino conduzir este processo.

5.3 A importância da arte em nossa formação

Ao analisar a importância da arte em nossa formação, Gelewski se detém inicialmente na reflexão sobre o papel do educador e das inovações na forma de ensino. Considera que mudar somente a forma, a tecnologia empregada para atualizar o ensino, não atinge o objetivo de transformação verdadeira na formação oferecida. Como educadores devemos ter a consciência de que é através de nosso esforço por transformação própria, que contribuiremos para a transformação do outro, dessa forma, devemos trabalhar nossa individualidade, pois todos, de forma perceptível ou não, emitimos aquilo que somos e assim contribuimos na coletividade humana.

A inclusão do ensino de arte no processo educativo é apresentada como uma contribuição real e verdadeira para uma evolução na formação dos indivíduos e um dos melhores caminhos para a atualização da educação. Recriar a educação e atualizá-la através da arte é um caminho para a formação integral.

Gelewski discute o sentido de atualização na educação como sinônimo de modernização e reforma ou intensificação e conscientização. A modernização é muitas vezes apenas uma troca de roupa, uma troca por inovações tecnológicas de ensino, são modernizações que não atingem o ser, pois são somente aparência e mantêm a mesma estrutura. Essa atualização, como sinônimo de modernização é dispensável. A atualização que leva a transformação e intensificação da consciência, ao crescimento do ser, esta vai além da forma e contribui efetivamente na transformação da educação.

Para compreender o papel da arte no processo educativo, considera a importância de compreender os objetivos da educação: “O próprio objetivo da educação deveria ser ajudar a alma em crescimento a extrair de si o melhor e torná-lo perfeito para um uso nobre” (AUROBINDO, s/d, GELEWSKI, 1998, p.51). A educação teria um determinado fim que equivale ao seu sentido.

Vários caminhos podem conduzir a esta finalidade inalienável da educação, porém práticas educativas com fins específicos levam a uma realização parcial. Independente dos caminhos escolhidos o fim é sempre um só e no momento em que a finalidade parcial prevalece, a educação perde seu sentido e torna-se somente instrução ou até mesmo, imposição.

A saber, o objetivo da educação é permitir que o indivíduo descubra internamente o que é essencial, a força, consciência e individualidade verdadeira. Para o desenvolvimento de uma consciência nova, considera fundamental a possibilidade da vivência e, portanto, é destacada a importância da experiência pelo indivíduo. Diante da realidade educacional, é necessária uma modificação nas estruturas limitadas de ensino, possibilitando um ensino que permita experimentar, vivenciar e descobrir a si mesmo, integralmente.

Técnicas educativas independentemente de serem tradicionais ou modernas, ao priorizarem apenas a formação do intelecto, impedem a expressão criativa, a invenção, a intuição e, portanto, não permitem o crescimento do ser integralmente. A mera formação intelectual, seja no campo cultural ou científico, não resultam no pleno desenvolvimento. Para uma realidade que permita uma formação integral, é necessário substituir a ideia e a teoria pela experiência e vivência concreta, pois uma formação apenas no campo mental não se traduz em realidade. Na necessidade da experiência e vivência, justifica-se a importância da arte na educação:

Espontaneidade, sensibilidade, criatividade e inteligência, concentração, controle e disciplina do físico, da dinâmica vital e das emoções, o sentido filosófico e outras qualidades são exercitadas nas experiências artísticas e recriadoras. (GELEWSKI, 1998, p.53)

A experiência artística é capaz de possibilitar o desenvolvimento, unificação e experimentação dos aspectos físico, vital, mental e psíquico do nosso ser. Conclui-se que a prática artística desenvolve a inteireza do o ser humano.

A partir da reflexão sobre a importância da arte no desenvolvimento integral do ser humano, destaca-se o lugar da dança e do corpo no processo

de formação. Ao considerar que o conhecimento passa pela experiência, devemos resgatar a noção de que toda a experiência, seja intelectual ou emocional, também, é vivida e expressa corporalmente, reafirmando a necessidade de que o corpo seja considerado. Com uma proposta de formação integral, apenas o trabalho corporal também não seria suficiente para nosso pleno desenvolvimento. Neste sentido, considerando a dança como um trabalho corporal que se caracteriza pela expressão e criação, nela estão presentes os elementos expressivos, cognitivos, criativos e corpóreos. Desta forma, apresenta-se como um caminho que permite uma integração real do corpo com a mente e com aspectos da individualidade de cada ser.

6 ANÁLISE E EXPERIMENTAÇÃO PRÁTICA DA OBRA *CRESCER, DANÇANDO, AGINDO 2*

O livro *Crescer, Dançando, Agindo 2*, objeto de análise e referência de experimentação prática, foi escolhido como por contemplar o trabalho com o corpo em movimento, possuindo estreita relação com a dança. A proposta apresenta atividades que envolvem corpo, mente e o desenvolvimento da individualidade, propondo uma educação que integra os diferentes âmbitos do ser.

Resultado do trabalho de seus idealizadores que reuniram crianças em atividades de experiência educativa, através do Núcleo Salvador da Casa Sri Aurobindo, o objetivo da proposta foi desenvolver vivências educativas que possibilitassem o conhecimento e a consciência de si mesmo.

A intenção é fazer com que a criança amplie e intensifique de maneira mais integral possível suas percepções, tanto com relação a si mesma (...) e “si mesma” queremos dizer seu próprio corpo, (...) suas emoções e seus pensamentos. (GELEWSKI, 1989, p.13)

A proposta possibilita uma vivência corporal criativa, permeada por ritmo, tempo, espaço, e improvisação de movimentos. Nas atividades o corpo está presente de forma expressiva, constituindo um material que contribui no trabalho com a dança.

O livro reúne atividades criadas para desenvolver a consciência da criança através da movimentação e da criatividade, em atividades que através do lúdico promovem o conhecimento, o contato com o interior, a consciência de suas capacidades e de que somos compostos por muitas partes, as quais juntas compõem nossa totalidade. O livro também apresenta sugestões e exemplos de atividades com o objetivo de propiciar a todos que tenham interesse, a possibilidade de desenvolver um trabalho de educação inovador e construtivo.

A partir de exercícios de movimentação, o trabalho corporal é apresentado como finalidade, pois “é no corpo que vivemos, é com o corpo que

agimos, é no corpo que nos expressamos e nos comunicamos (...)" (GELEWSKI, 1989, p.9).

A importância do movimento e da vivência corporal é evidenciada na necessidade de experimentação das atividades pelo próprio orientador. Na apresentação da proposta, é salientada a importância do propositor, responsável pela aula, vivenciar os processos descritos em seu próprio corpo antes de aplicá-los e, durante as atividades, realizar a prática juntos aos alunos. O processo deve ser determinado pelo desenvolvimento da criança. O orientador deve acompanhar e ajudar sem impor, respeitando o ritmo e o tempo de cada uma. Deve também selecionar e preparar atividades e materiais que contribuam para o crescimento, possibilitando experiências e vivências significativas para o desenvolvimento da criança.

Organizado em duas partes, o livro apresenta inicialmente propostas de atividades e suas descrições: movimentação total do corpo, jogos, histórias, atividades criativas e, na segunda parte, são apresentadas quatro exemplos de aulas elaboradas com objetivos específicos. Apresenta atividades definidas para cada tema, mas também permite ao educador escolher entre elas, estruturando sua própria sequência de aula e objetivos. Por isso, vivenciar as atividades anteriormente é importante, pois contribui na escolha do orientador pelas atividades que possam ser aplicadas em conjunto em uma aula.

Nos exemplos de aula apresentados, temos aliado ao trabalho da movimentação corporal, atividades de relaxamento que buscam integrar a criança com seu ritmo interno e externo. No relaxamento, assim como nas histórias que estão presentes no livro, a imaginação é um recurso utilizado para acessar a sensibilidade e imaginação da criança. Assim ela é transportada para sua própria subjetividade e criatividade. As histórias também transmitem mensagens e servem como meio para desenvolver, nas crianças, noções de formação de caráter e de convivência em grupo. Outras atividades também são desenvolvidas, como o trabalho com imagens e fotos, jogos, pintura e desenho e atividades de concentração.

Na obra, encontramos exercícios que exploram e buscam favorecer o desenvolvimento da criança através do movimento e de propostas de trabalho

envolvendo os sentidos, o ritmo, o trabalho em grupo. Nas propostas de movimentação, o corpo é instrumento com o objetivo de experimentação e descoberta. Através do corpo são trabalhados os vários aspectos da criança, suas emoções e pensamentos. O objetivo é desenvolver a percepção corporal através do movimento e as potencialidades do corpo, sua flexibilidade e agilidade.

A proposta educativa apresentada é a referência escolhida para a análise prática por permitir o desenvolvimento dos diferentes aspectos da criança, apresentando o corpo conectado a todos os âmbitos do ser. Um exemplo de prática que favorece o desenvolvimento integral.

6.1 A oficina: aplicação dos exemplos de aula

A partir da análise da obra Crescer, Dançando, Agindo 2, foi realizada uma oficina com o objetivo de vivenciar a prática da proposta educativa apresentada na obra. Para a escolha do referencial foi fundamental o conhecimento da proposta e dos objetivos que o trabalho apresenta. Cada aula elaborada possui um objetivo específico e contextualizado. O corpo é trabalhado e vivenciado como lugar de conhecimento, de consciência e como um dos aspectos fundamentais na formação humana.

O campo de estudo escolhido para realização da oficina foi a Escola Estadual Marechal Deodoro da Fonseca. A escola atende ao ensino fundamental I e II e recebe oficinas de diversas atividades ao longo do ano através de parceria com o SESC MG. A escolha do campo de estudo foi motivada pela experiência como professora de Dança das turmas e pela disponibilidade da escola em possibilitar a realização da oficina dentro do horário regular de aula, o que permitiu a participação de todos os alunos. Algumas aulas foram realizadas dentro do horário em que a oficina do SESC era realizada, outras em horário cedido pela professora e pela escola para a realização do trabalho. A escolha por ceder o horário da aula de educação física foi feita pela escola.

As atividades foram realizadas com duas turmas do terceiro ano do ensino fundamental. As turmas possuem cerca de 30 alunos com idades entre 9 e 10 anos. Foram realizadas sete aulas de cinquenta minutos, carga horária que foi disponibilizada pela escola. A proposta foi a aplicação do trabalho de movimentação para crianças presente na obra *Crescer, Dançando, Agindo 2*, tendo como referência os exemplos de aula e temas propostos. Os exercícios são apresentados de forma lúdica, o que contribui positivamente no trabalho com a faixa etária.

Como no contexto de realização da oficina as aulas têm duração de cinquenta minutos, os planos de aulas foram adaptados para serem realizados dentro do tempo previsto, priorizando-se as atividades relacionadas com o corpo. Nos temas *Os Cinco Sentidos*, *O Sentido do Lento e Coragem*, foi necessário mais tempo para desenvolver as atividades. Por isso, foram realizados em dois momentos.

Os planos de aula apresentados foram reestruturados de acordo com o objetivo de priorizar as atividades que estão diretamente relacionadas ao corpo e ao movimento, foco da análise nas atividades aplicadas durante a oficina.

6.1.1 Aula 1 – TEMA: Os Cinco Sentidos (I)

A aula foi realizada após o intervalo do recreio com a turma que se caracteriza por ser mais agitada. Iniciei a aula com um exercício de relaxamento através da respiração (GELEWSKI, 1989, p.29). Pedi para imaginarem um balão colorido dentro da barriga e deveriam encher esse balão de ar, inspirando pelo nariz e depois soltando o ar pela boca. Contraindo o abdômen para soltar todo o ar do “balão”. Realizamos a sequência três vezes.

No segundo momento, caminhamos livremente pelo espaço delimitado para a aula, retângulo vermelho da quadra. Durante a atividade utilizei música instrumental como fundo. Os alunos foram orientados a caminharem mudando a orientação dos pés: ora com os pés voltados para fora, ora com os pés

voltados para dentro, primeiro olhando para os pés e depois sem olhar para os pés. Os alunos encontraram dificuldade em coordenar esses movimentos.

Ao final, formamos um círculo e realizamos as atividades de movimentação específica de partes do corpo. (1989, p.28). Iniciamos em círculo flexionando os pés, as pernas e depois os cotovelos, em movimentação de marcha. Realizamos oito vezes sem deslocar e contando o ritmo para realizarmos ao mesmo tempo. Depois realizamos este mesmo movimento deslocando livremente pela sala em marcha, retornando no final para o círculo. Esta atividade foi simples na compreensão da marcha, porém com dificuldade na coordenação dos movimentos das partes do corpo.

De volta ao círculo inicial, expliquei para os alunos a localização da coluna vertebral e a possibilidade de movimentação das vértebras, localizando-as em um aluno disposto no centro da roda. Desta forma, demonstrei o movimento de flexão da coluna vertebral através do enrolamento desde a cabeça, passando pelos ombros, tórax, cintura e quadris e retornando a alongar a coluna. Após a demonstração, realizamos juntos individualmente o processo de enrolar e desenrolar a coluna. Utilizei uma música de fundo instrumental lenta para auxiliar na movimentação mais consciente dos alunos. Como muitos inicialmente não conseguiram realizar a movimentação em cada etapa, pois apresavam o movimento, orientei todos a realizarem ao mesmo tempo e no mesmo ritmo, o que auxiliou na vivência. A atividade de flexão da coluna solicitava a atenção e concentração dos alunos, e foi difícil alcançar a todos no primeiro momento. Somente com a indicação de um ritmo é que foi possível acompanhar o desenvolvimento da turma.

Ao final, realizamos o relaxamento. Sem música, deitados no chão deveriam imaginar e sentirem a coluna tocando o chão. Após isso, pedi que imaginassem que eram um picolé bem congelado e que retirado do carrinho, aos poucos ia derretendo ao sol. Aos poucos se movimentando. Com a imagem do picolé congelado, muitos tentaram imitar o estado congelado do picolé contraindo o corpo ou deixando braços esticados ao longo do corpo e com a imagem do derreter, começaram a se movimentar a partir dos braços, pernas e cabeça.

Esta aula necessitou ser realizada em dois momentos e com turmas diferentes. Isso devido ao tempo utilizado para retomar a explicação na primeira turma que se apresentou mais agitada. Por isso, na segunda turma optei por iniciar a atividade pela experiência dos sentidos. Essa escolha foi necessária devido ao tempo disponibilizado para a realização da oficina.

6.1.2 Aula 2 – TEMA: Os Cinco Sentidos (II)

Na segunda aula, após o relaxamento inicial, através da respiração, (1989, p.29) e ainda em círculo e sentados, iniciamos a atividade de experimentação dos sentidos, com algumas reestruturações realizadas por mim durante a realização da atividade, devido ao contexto de realização da aula. Primeiro, pedi aos alunos para que tocassem partes do próprio corpo, (pés, mãos, orelhas, rosto, cotovelos) observando sua forma, detalhes e a diferença de textura entre elas. Os alunos tocavam e observavam, relatando formatos que não tinham observado até então, comparando com os outros colegas. Foram distribuídas com a ajuda da professora tiras de tecido para que vendassem os olhos e pedi aos alunos que de olhos vendados tocassem objetos diferentes: uma bola pequena pontiaguda, algodão e massa de modelar. As crianças deveriam ter atenção à textura e características possíveis de serem sentidas através do tato. Na atividade os alunos demonstraram muita curiosidade e facilidade em identificar os objetos. O foco se concentrou nas sensações. Algumas crianças tentavam cheirar os objetos e mesmo inquietos permaneceram vendados. Após passar os objetos por todos no círculo, retiraram as vendas e conversaram sobre as sensações que tiveram. Relataram memórias de experiências que as sensações remetiam, como algodão doce, a bolinha do cachorro e as brincadeiras com massinha de modelar.

Para vivenciar o paladar, pedi para novamente colocarem as vendas e com a ajuda da professora pingamos gotas de limão na língua de cada um. Alguns assustaram e logo tiraram a venda, o que impediu a surpresa do gosto

pelos que não tinham experimentado ainda. O segundo gosto experimentado foi doce: um pequeno pedaço de chocolate. Conversamos sobre a diferença de sabores e como estes se intensificam quando damos mais atenção a um sentido apenas. No caso, o paladar. Para continuar a atividade foi necessário reorganizar a turma e vender novamente os olhos.

Para o olfato, de olhos vendados, colocamos no dorso da mão de cada criança uma essência de erva-doce e pedimos para que cheirassem. A maioria gostou do cheiro e familiarizou-se com ele. Em um pote pedimos para que cheirassem um pouco de vinagre. Essa parte foi rápida, pois os alunos dispersaram e pela reação dos que haviam experimentado, alguns não queriam cheirar o pote.

Retomei a discussão sobre a diferença na sensibilidade dos sentidos quando estamos mais atentos à eles. Na audição, pedi para que se sentassem próximo da caixa de som e colocassem novamente a venda. Coloquei a música “Ciranda da Bailarina”. Inicialmente bem baixinho. As crianças deveriam prestar atenção ao som, buscando ouvir. O barulho do ambiente, principalmente pelo primeiro recreio, pediu mais concentração nesse momento, além do fato de que inicialmente a turma conversava. Por isso, repeti por mais tempo esta fase. Aos poucos fui aumentando o som e diminuindo, para que observassem a diferença. O acompanhamento do ritmo com palmas foi feito em seguida, acompanhando o ritmo da música. Nesta etapa, da atividade retiraram a venda.

Para o sentido da visão, distribui imagens coloridas e preto e branco para as crianças observarem as mudanças que haviam na expressão de cada imagem e os detalhes da luz. Esta etapa foi mais breve pois o tempo da aula já havia se esgotado. Conversamos sobre a importância dos sentidos de nosso corpo para conhecermos tudo que envolve nossa existência, desde nosso próprio corpo até os elementos que compõem o ambiente em que vivemos, seja um objeto físico, ou abstrato como o cheiro, o gosto e a própria visão.

Considero positiva a realização desta aula, que não envolveu a movimentação como nas propostas seguintes, mas por ser introdutório foi

importante para despertar a sensibilidade e atenção do aluno para si mesmo e para o mundo ao seu redor. Acredito que foi realizado o objetivo e que este complementou a realização das próximas aulas.

6.1.3 AULA 3 -TEMA: O Sentido do Lento (I)

Neste tema, escolhi iniciar com a caminhada pelo espaço de forma livre com música instrumental ao fundo. Como o tema era o sentido do lento, a música foi utilizada como recurso para uma movimentação mais lenta, durante a realização das atividades do plano de aula. Após o deslocamento livre pelo espaço, a partir do comando para brincarem de estátua, os alunos paravam onde estavam e observavam onde se encontravam no espaço, se havia agrupamentos e espaços vazios. Ao retornar deveriam caminhar observando a relação do grupo que deveria ocupar todo o espaço, como se cada um fosse um pontinho na quadra que deveria ficar toda “pontilhada”. A atividade foi repetida por 4 vezes, sendo que a cada parada observávamos nossa distribuição no espaço. Como as crianças tem o costume de andarem em grupos, o que ocorreu no primeiro momento foi a reunião de pequenos grupos e espaços vazios. O comando de distribuição e trabalho em grupo foi dado a cada reinício do deslocamento. Aos poucos foram se integrando mais ao espaço de forma coletiva.

Embora o tema seja o sentido do lento, as crianças estavam ansiosas por movimentar-se rapidamente, correndo ou saltando. A segunda parte da aula foi proposta para os alunos como uma brincadeira, expliquei as três situações que deveriam imaginar para se movimentarem: uma ventania, a água que poderia ser uma piscina cheia, um rio ou o mar, o óleo, onde deveriam ter cuidado para não escorregarem. Nas três situações discutimos os elementos que caracterizavam para eles estes elementos. Após discutirmos sobre estas situações, formamos duplas que se deslocariam em corredor a partir das imagens sugeridas: o vento, a água e o óleo.

Nesta atividade foi interessante observar que a movimentação foi modificando-se e tornando-se mais lenta com a repetição, quando passavam a

se relacionar com a imaginação. Era preciso resistir ao vento, ao peso da água ao caminhar, ao cuidado para não escorregar no óleo, ou na dificuldade de se movimentar em meio ao elemento denso. (IMAGENS 1, 2 e 3) Desta forma, foi trabalhada a expressividade dos alunos. Todos participaram, inclusive alunos que em aulas anteriores de Dança tiveram dificuldade em criar a partir de movimentos livres. O lúdico e o movimento mais lento podem ter contribuído para se sentirem à vontade na atividade.

No terceiro momento, foi explicada como seria a corrida de tartaruga. O objetivo era chegar por último, acompanhando a música, sem pausas ao longo do deslocamento. A ideia da competição estimulou os alunos a participarem e foram divididos em três grupos. Participei junto aos alunos nos três grupos, e nesta atividade a professora da turma também acompanhou. Percebi que os alunos tentavam imitar a movimentação da tartaruga e as características do animal. Ao longo do caminho fui buscando comandos que permitissem o deslocamento em níveis diferentes, mas a imagem da tartaruga fez prevalecer o deslocamento no nível baixo (IMAGEM 4).

As crianças demonstraram-se muito atentas e o movimento mais lento possibilitou observar melhor a movimentação e permitiu que experimentassem outro ritmo, diferente do que estão acostumados nas brincadeiras e nas aulas de educação física, pois, geralmente estão correndo ou movimentando-se com mais energia. Nesta atividade precisavam estar atentos ao movimento e inclusive, à movimentação e ritmo do grupo.

Ao final foi o objetivo do tema, o sentido do lento, foi desenvolvido. Discutimos o objetivo de compreendermos que em nosso corpo temos ritmos e movimentos e estes estão em conexão com muitos outros ritmos presentes na natureza e em seus elementos.

6.1.4 Aula 4 - Tema: O Sentido do Lento (II)

Esta aula foi realizada dando continuidade ao tema “Sentido do Lento” por considerar a atividade rica em elementos criativos, permitindo a livre movimentação.

Como atividade inicial de movimentação total do corpo, foi realizado o deslocamento pelo espaço alternando o andar acorçado e o andar esticado. A palavra acorçado despertou a curiosidade dos alunos, pois não compreenderam no primeiro momento. Por isso, sugeri imaginarmos como seria o andar encolhendo-se, como se fossemos virando uma sementinha ou como se fossemos uma grande árvore com galhos que tocam o céu. Assim eles realizaram o deslocamento em pequenos grupos. Com meu comando ora deveriam caminhar agachados, ora esticados nas pontas dos pés, com braços e pernas esticados. Foi muito interessante observar a imaginação das crianças ao realizar os movimentos. A expressividade corporal fluiu de forma mais livre a partir da imagem sugerida.

No segundo momento, sentados em roda, observamos imagens que representavam elementos da natureza. A proposta da atividade era a observação de diferentes animais e possibilitava a escolha de outros elementos. Portanto, escolhi elementos da natureza de forma geral. A cada imagem apresentada discutíamos qual seria a qualidade daquele elemento, qual a energia que ele apresenta e como é sua movimentação: a nuvem se movimenta, é leve ou pesada? Como se movimenta a água de uma cachoeira? A conversa foi acompanhada pela proposta de movimentação5.

Nesta etapa, utilizando música instrumental, a partir das imagens e da qualidades de cada elemento apresentado, os alunos deslocavam-se pelo espaço e em cada parte foi colocada a imagem que serviu como estímulo para a movimentação.. Alguns alunos se concentraram em elementos que sentiram maior afinidade de movimentação, outros desejaram passar por todos. Em alguns momentos tentavam imitar literalmente o movimentos da imagem como, por exemplo, a nuvem e a cachoeira. Com já havia realizada a proposta com imagens de animais, porém em outro contexto anterior à proposta da oficina, a

escolha de elementos da natureza foi motivada pelo interesse em estimular movimentos que não fossem cópia da movimentação dos animais. Um aluno inicialmente, talvez que por timidez, não quis participar e ficou observando os alunos. Após todos estarem envolvidos na atividade aceitou entrar no espaço da aula, sendo acompanhado por mim. Ao longo da aula, observei que se sentiu à vontade realizando a atividade com um grupo. O estímulo é dado a todos para participarem, porém como cada um tem seu tempo e suas características individuais, combinei com a professora de permitir que observassem e aos poucos fossem incentivados a participar. A resistência inicial de se sentirem expostos, vai cedendo aos poucos quando percebem que a dinâmica é realizada em grupo e que não há erro ou acerto. Alunos que no início não se permitiam participar de atividades de movimentação livre, aos poucos têm se inserido nas atividades. Como a experiência corporal nas aulas não é mais uma novidade pois sempre está presente, aos poucos, movimentar-se e criar movimentos vai se tornando um lugar conhecido.

Lembro a primeira aula, em que muitos disseram que não queriam dançar pelo receio de estarem expostos. Quando iniciamos a atividade de apresentação e de uma brincadeira de espelho, todos que estavam sentados no final da aula participavam. Por isso, as atividades da proposta conseguem alcançar a todos, pois através da imaginação, da ludicidade e da relação com o coletivo e com os elementos que nos cercam, nos levam a uma identificação com nosso lugar neste espaço, e nossa individualidade como um valor a ser cultivado.

6.1.5 Aula 5 -TEMA: O Arco-íris

A primeira atividade realizada foram os andamentos. Primeiro o andar livremente pela sala. Foi dada orientação para não esbarrarem nos colegas e permanecerem dentro do espaço anteriormente delimitado para a aula. Após o deslocamento pela sala, os alunos foram recebendo comandos para mudarem as direções do movimento: caminhar para os dois lados, de costas, de frente. Caminhar de costas foi a variação em que apresentaram mais dificuldade,

alguns acabaram esbarrando no outro e por isso pedi para que caminhassem devagar nesse momento. No comando para caminhar de lado, alguns alunos mudaram apenas a direção e caminharam de frente para o lado. Por isso, busquei caminhar ao lado dos alunos com maior dificuldade em compreender a proposta. Após esta caminhada inicial os alunos foram convidados para sentarem em roda e neste momento foi contada a história do arco-íris, que de forma simbólica e metafórica despertou a imaginação dos alunos. Neste aspecto, os alunos se envolveram com a atividade, iam se aproximando e no final a roda já estava completamente fechada ao meu redor. Imaginavam como seria o mergulho do raiozinho na nuvem e quais cores eles poderiam estar coloridos. Alguns alunos iniciaram a discussão sobre as cores do arco-íris, alguns relataram já terem observado. Cada um queria uma cor diferente, e foi preciso pedir para se reorganizarem devido à agitação.

No terceiro momento, apresentei aos alunos várias tiras de papel crepom colorido e em grupo, montamos um arco-íris (IMAGEM 5). Todos quiseram participar desta etapa e escolher uma cor, alguns queriam várias. Durante o momento em que montavam o arco-íris com as tiras, questionei sobre as qualidades de cada cor, o que cada uma poderia representar. Após montarem o arco-íris, solicitei aos alunos que escolhessem uma cor e cada um recebeu a fita na cor escolhida. Neste momento, os alunos deveriam movimentar pelo espaço, tendo a cor e as relações que estabeleciam com esta cor, como estímulo para o movimento. Esta atividade foi realizada com música instrumental. Algumas crianças ficaram tão envolvidas com a fita que quase não saíram do lugar (IMAGEM 6). Foi preciso intercalar vários comandos, como passar a fita pelo corpo e imaginar-se colorido, imaginar que a fita solta uma energia colorida pelo espaço, para estimular o movimento.

Como proposição dos alunos, estes se reuniram formando um grande arco-íris com as cores cada um segurando sua fita e aproximando dos colegas, formando um único grupo. Nesta atividade, os alunos estiveram agitados, realizaram movimentos amplos, com grande variação de ritmo. A atenção já estava voltada para a fita e a relação desta com o corpo.

Como os alunos estavam agitados, o momento do relaxamento (viagem ao arco-íris), foi inicialmente agitado também, por isso solicitei que fechassem os olhos para ouvir a história, o que foi positivo.

6.1.6 Aula 6 -TEMA: Coragem (I)

Nesta aula priorizei o sentido do trabalho em grupo. Como é importante agir em conjunto para realizar as atividades. Essa ênfase surgiu naturalmente durante a realização das atividades, pois a turma encontrou dificuldade em cooperarem um com o outro. No primeiro momento, foi realizada a atividade de andar livremente pela sala, em seguida formamos um círculo e deveríamos fazer o movimento em conjunto de fechar, aproximando-nos e encolhendo todo o corpo até chegarmos ao centro da roda e depois, ir afastando e esticando o corpo, até chegarmos na extremidade da roda com os braços esticados. No início, a turma encontrou dificuldade em manter o ritmo e muitos alunos começaram a empurrar e puxar um ao outro e cair propositalmente. Neste momento, expliquei novamente o objetivo, buscando explicitar para eles a importância de trabalharmos em conjunto para que o objetivo fosse alcançado, repetimos mais três vezes, até o momento em que todos conseguiram fechar e abrir a roda.

Após esta atividade, que acabou ocupando metade da aula, sentamos no círculo e após escutarem a história “O naufrágio e o Incêndio”, sugeri que a realizássemos em grupo. Para realizar a atividade com todos ao mesmo tempo organizei os alunos em filas (IMAGEM 7). Ao contar a primeira parte da história. No primeiro momento a movimentação se relacionava ao mergulhar e nadar. Realizei os movimentos com os alunos, permitindo que se movimentassem primeiro enquanto contava a história, para não influenciar no padrão de movimentação deles, no momento seguinte realizei a atividade junto à eles. Na segunda parte da história ensaiamos a situação do alarme de incêndio, em que todos juntos deitados no chão, após o apito dado pela professora deveria se levantar e passar pela cortina de fumaça, delimitada por uma região na quadra. Ao chegarem do outro lado, realizamos a respiração,

como para desintoxicar. Esse momento serviu ao mesmo tempo como um relaxamento. Os alunos ficaram muito agitados neste segundo momento da história, acredito que pela imaginação da situação de fuga do incêndio. Por isso, conversamos sobre o comportamento do grupo nas atividades e a importância de agirmos em conjunto, com atenção ao que acontece ao nosso redor.

Apesar da agitação da turma, considero positivo o desenvolvimento das atividades, pois todas elas trouxeram um sentido para a vivência, permitindo que nosso comportamento em grupo ficasse evidente nas ações e movimentação de cada um. Observando a forma de se relacionar com seu corpo e o corpo do outro, a movimentação que interfere no movimento do grupo, foi possível identificar alguns aspectos da individualidade de cada um na realização desta atividade.

6.1.7 Aula 7 -TEMA: Coragem (II)

Retomando o tema da última aula (esta aula foi realizada com a mesma turma, dando continuidade ao tema), iniciamos com um deslocamento pelo espaço, buscando não esbarrar no colega e caminhar individualmente. Isto devido ao fato de, nas outras aulas, os alunos terminarem a atividade caminhando em dupla ou grupo.

Enquanto isso, a professora ajudou organizando a outra parte da quadra para desenvolvermos o circuito proposto no livro. Para isto, utilizamos duas cadeiras dispostas deitadas com os assentos virados um para o outro e com giz riscamos o trajeto a ser percorrido no chão. A dificuldade na realização da atividade foi o fato do trajeto ir se apagando com o pisar dos alunos, por isso tivemos que refazê-lo algumas vezes.

Para realizar a atividade “A viagem” organizei a disposição dos alunos para realizarem em quatro grupos de seis alunos e um grupo com cinco, no qual fui a sexta integrante. Eles deveriam iniciar e terminar o trajeto com

atenção ao ritmo dos colegas ao seu lado, acompanhando-os. Os grupos foram separados em cores: azul, vermelho, amarelo, rosa.

O primeiro momento de caminhar pelo traçado foi bem sucedido por todos. Caminhando de mãos dadas até alcançarem o obstáculo formado pelas cadeiras. Neste momento a dificuldade foi manter as mãos dadas passando pelo obstáculo em grupo, pois alguns esqueceram e soltaram as mãos, outros não esperavam o tempo do colega. Após passarem pelas cadeiras deveríamos formar um túnel. Nesta etapa todos conseguiram realizar, somente alguns alunos demoraram para formar o túnel, rompendo com o ritmo do grupo. A quarta parte, em que deveríamos dar um salto de mãos dadas, foi realizada com dificuldade em pular ao mesmo tempo. Na chegada, andando acorados e de mãos dadas, tiveram dificuldade em equilibrar andando de mãos dadas com os colegas. Os alunos gostaram muito de realizar a atividade e por isso repetiram. Novamente a aula destacou a importância do grupo. Todos realizaram as atividades e algumas questões se destacaram como a relação com o corpo do outro, em movimentos como não puxar o colega, respeitando os limites de movimentação de cada um.

6.2 Relato de experiência: análise prática da proposta

Compreendendo o movimento como expressão dos aspectos interiores do ser, a realização das atividades e a observação dos alunos foram estruturadas a partir dos elementos corporais presentes na proposta. Na análise destas atividades foram observados aspectos da corporeidade na participação das atividades e o desenvolvimento das propostas pelos alunos.

No desenvolvimento das aulas, os alunos demonstraram-se muito receptivos à proposta e muito presentes na realização das atividades, principalmente naquelas que apresentavam como característica a ludicidade e a imaginação. Como os exercícios de movimentação possibilitam a livre expressão do aluno, foi possível observar como é o repertório de movimentação dos alunos, sua relação com o corpo e individualidade, com seu espaço e o espaço coletivo.

Na movimentação das crianças, através de estímulos de movimentos pelo desenho, pela imaginação ou por brincadeiras e jogos, foi possível identificar um repertório repleto de criatividade, mesmo naqueles alunos mais tímidos. Estes, geralmente nas atividades individuais ou em duplas, embora demonstrassem o desejo de participar, só o fazia após incentivo e acompanhamento. Aos poucos, a cada aula, fui percebendo que foram se tornando mais confiantes e realizando as atividades no início da aula. Objetivou-se sempre respeitar os limites e o tempo de cada um.

Nas histórias contadas, os alunos demonstraram muito interesse e participaram ativamente fazendo perguntas criativas que eram fruto da imaginação. Estas histórias auxiliaram muito como estímulo para o movimento e na compreensão e reflexões sobre os objetivos das aulas.

Ao observar o ambiente de ensino, a sala de aula tradicional, é perceptível como os alunos são moldados em sua movimentação para permanecerem sentados atrás da carteira, suprimindo possibilidades de movimento. No momento das aulas que aconteceram fora do padrão tradicional da sala de aula delimitada por carteiras, a experiência de sair para um espaço aberto e ser incentivado ao movimento e à criação a partir do corpo, levaram os alunos a ficarem afoitos por explorar o espaço e os movimentos e, ao mesmo tempo, revelam aspectos que somente neste espaço é possível analisar.

O aluno que participa das aulas de Dança pode apresentar comportamento diferente do apresentado nas aulas das demais disciplinas. O aluno introvertido, que pouco se movimenta na sala de aula tradicional, pode ser o aluno com dificuldades nas aulas de dança, pois neste momento ele está sendo estimulado a mostrar-se. Já o aluno considerado problema nas demais disciplinas, inquieto e questionador, pode se demonstrar um aluno com bom desenvolvimento nas atividades em que se trabalha com o corpo. Estes aspectos foram analisados no desenvolvimento das atividades com os alunos e estiveram presentes também na fala da professora da turma, que acompanhou as aulas. Cada criança se relaciona com seu corpo de forma particular.

No desenvolvimento das atividades, em todas as aulas, foi possível observar a espontaneidade da movimentação das crianças, quando estão

concentradas e, portanto, presentes na atividade. No momento em que trabalham com o corpo descobrem que podem aprender também através do movimento e que no momento em que realizamos uma movimentação corporal buscando expressar algo, estamos também desenvolvendo um pensamento sobre este fazer, utilizando nossos sentidos e sensações. Este processo de conhecer que permite vivenciar através do corpo e da mente, da imaginação e dos sentidos é muito significativo, pois toda experiência que é vivida realmente, está envolta em um sentido maior que não se perde e se ressignifica a partir de novas vivências.

Na vivência da proposta, foi possível compreender melhor através da prática o objetivo do trabalho desenvolvido, promovendo através da movimentação o contato da criança com seu interior e buscando despertar a consciência em a relação si própria e realidade externa. Acrescento também a consciência de seu corpo no processo de conhecer a si mesma e de se relacionar com o outro e com o mundo. Portanto, é uma proposta que integra mente, corpo, sensações e emoções, contribuindo no desenvolvimento integral.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A relação que estabelecemos com nosso corpo representa a forma como nos relacionamos com o mundo. Ao analisarmos os conceitos de corpo ao longo do desenvolvimento da humanidade, é possível compreender a aparente ausência da valorização da experiência corporal como uma permanência na contemporaneidade. O desenvolvimento de um olhar para o corpo que o considera enquanto fonte de conhecimento e indissociável dos demais âmbitos do ser, é um caminho que, aos poucos vai se desenvolvendo em nossa sociedade.

Ao pensar o corpo e o movimento como instrumentos de conhecimento, reconhecendo que são intrínsecos a todos os seres, identifica-se a importância em compreender que a consciência e o saber são possíveis através do corpo. É através dele e de seus sentidos, que podemos nos relacionar com o mundo.

Compreendendo que o corpo não é apenas um instrumento da mente, percebemos na filosofia de Espinosa, ao considerar Deus presente na natureza, a valorização da matéria e, portanto, do corpo. O Corpo não é algo inferior aos demais elementos que nos compõe. Ele está intrinsecamente conectado aos demais aspectos de nosso ser e ao mesmo tempo permite-nos expressá-los e manifestá-los. Através deste olhar, é negada a visão do corpo como prisão ou cárcere. Em Merleau-Ponty encontramos a valorização do corpo. É através do movimento que o corpo nos coloca em relação com o mundo.

Considerarmos a importância do trabalho corporal em nosso desenvolvimento é fundamental. É através do movimento expressivo na dança que se torna possível abranger a individualidade, a consciência e a reflexão através do corpo. A dança enquanto arte é um instrumento potencial para o conhecimento e experimentação, pois não se restringe à repetição descontextualizada, mas permite a criação e a expressão do que se apresenta no interior e no exterior de cada um.

Tendo o corpo como principal instrumento, a dança possibilita o conhecimento através do corpo e a expressão do indivíduo. Wurzba a considera como um elemento de integração. O que é possível ser observado nas relações que estabelecemos com o saber através do movimento. Quanto maior for nosso repertório de movimentos, quanto mais flexível se torna o corpo, maior será nossa capacidade de nos relacionar e conhecer o mundo que nos cerca. Assim, o conhecimento que passa pelo corpo de forma consciente é mais intenso e significativo. Por isso a importância em valorizar o corpo em nossa formação, compreendendo que somente ao considerarmos todos os âmbitos do ser é que formaremos indivíduos completos e conscientes.

ANEXO A – IMAGENS



IMAGEM 1 – Andar contra o vento



IMAGEM 2 – Andar dentro da água



IMAGEM 3- Andar dentro do óleo



IMAGEM 4 – Corrida de tartaruga



IMAGEM 5– O Arco Íris



IMAGEM 6 - O Arco-íris



IMAGEM 7 - Coragem

ANEXO B – PLANOS DE AULA

AULA 1 - Tema: Os cinco sentidos (I)

Objetivo: A colocação desta aula objetiva o despertar de uma percepção mais acentuada de cada um de nossos sentidos. Cada coisa que fazemos: olhando, ouvindo, sentindo as muitas sensações diferentes através do tato, cheirando, degustando, tudo tem sua razão de ser. Tudo faz com que participemos mais intensamente dos processos da natureza.

1- Movimentação total do corpo

1.A - A partir do próprio corpo

- Andar mudando a posição dos pés:

Alternar formas distintas de andar: andar com os pés para fora (calcanhares juntos, dedos tão separados quanto possível) e andar com os pés para dentro.

O orientador, brincando, exercita nesta tarefa a coordenação mente-corpo das crianças.

2- Movimentação específica de partes do corpo

- Levantar a perna

Todos em pé, em círculo.

- Realizar o movimento de marcha, mas sem sair do lugar: flexionar somente os pés (dedos, tornozelos) e joelhos. O calcanhar levanta o máximo possível antes de os dedos saírem ligeiramente do chão.

- Realizá-lo 8 vezes, alternando os pés.

- Continuar o movimento anterior, passando a mover também os braços, dobrando os cotovelos. Observar que perna e braço se alternem: quando a perna direita sobe, é o braço esquerdo que vai para frente. Agora os joelhos sobem mais e os pés se afastam mais do chão (30 cm)

- Realizar este passo de marcha 8 vezes, alternando os pés. Prosseguir a marcha, flexionando o mais possível pernas e braços e percorrendo caminhos livres pela sala. Voltar, depois, ao círculo inicial.

- Flexão da coluna vertebral

Em pé, pés um pouco separados um do outro, pernas esticadas e sentindo a coluna bem alongada, ir dobrando lentamente o tronco, na ordem que o orientador for falando (uma parte de cada vez, as outras permanecem esticadas): cabeça, pescoço, ombros, tórax, cintura, quadris.

Recolocar o corpo, executando os movimentos na sucessão contrária à anterior; como se estivesse repondo uma vértebra após a outra, até toda a coluna estar novamente alongada.

3- Relaxamento

- 3.A –Relaxamento a partir da imaginação

- O picolé

Deitados no chão, de barriga para cima, olhos fechados, pernas esticadas, ligeiramente abertas, braços ao longo do corpo, palmas viradas para cima, pés soltos, relaxadamente virados para fora.

O orientador pode colocar uma musica leve e transparente de fundo; junto a ela, com base numa concentração e calma criadas dentro de si mesmo, vai falando: “deixem as pernas ficarem leves, também os braços, pescoço e cabeça.

AULA 2 - TEMA: Os Cinco Sentidos (II)

5 – Experiências e vivências

5.A – Experimentando os sentidos

Aula 3 - TEMA: O Sentido do Lento (I)

Objetivo: Uma outra visão se abre... O mundo não é exatamente o que pensávamos...nós não somos o que pensávamos que fôssemos...somos unificados com a Natureza por um Poder maior, milhões de outros ritmos, forças, energias...somos, e o mundo é, naturalmente, muito mais do que percebemos. (p.51)

1 - Movimentação total do corpo

1. A - A partir do próprio corpo

- Andar livremente pela sala
- Andar integrando-se ao espaço

1. B A partir de imagens sugeridas

- Andar contra o vento
- Andar dentro d'água
- Andar dentro do óleo
- Corrida de tartaruga

AULA 4 - TEMA: O Sentido do Lento (II)

1 - Movimentação total do corpo

1.A – A partir do próprio corpo

- Andar acorado – andar esticado

3 - Fotos

3.A – Percepção – Concentração

- Conjuntos significativos e processos

AULA 5 - TEMA: O Arco-íris

Objetivo: O despertar e a sensibilidade da criança para as cores, a origem e a influência destas sobre o ser humano, é como fazê-la penetrar mais no próprio mundo, onde tudo é colorido; e nela mesma mais profundamente. É aguçar e enriquecer sua percepção sensorial. Levando-a a um relacionamento e integração maiores com o universo. É, mais que tudo, levá-la através da luz física – porque cor é luz – a uma luz bem mais profunda, a do seu interior, de dentro. (1989, p. 52)

1 - Movimentação total do corpo

1.A – A partir do próprio corpo

- Andar livremente pela sala

Entregar-se à atividade de andar livremente e mesmo soltamente, mas ao mesmo tempo conscientizando como se anda: sentir o estar de pé, o ir em direção a um ponto que se quer alcançar, o movimento que as pernas, os pés e os braços realizam quando se anda.

- Andar nas quatro direções fundamentais

2 – Estórias⁶

2.A - O Arco-Íris (estória contada)

3 – Movimentação total do corpo

3.A - A partir de imagens sugeridas

- O arco-íris

5 - Relaxamento

5.A - Relaxamento a partir da imaginação

- Viagem ao arco-íris

⁶ A grafia da palavra foi mantida de acordo com a apresentada no livro.

AULA 6 - TEMA: Coragem (I)

Objetivo: As experiências propostas nesta aula permitem à criança vivenciar situações que propiciem o exercício da coragem humana, oferecendo à ela a oportunidade de vencer obstáculos e enfrentar perigos com uma calma e firme vontade, estimulando-a, a fim de que esteja sempre pronta para as eventualidades e avance confiante e decidida. É criar condições para o surgimento de forças novas e descoberta de um poder que não fraqueja, que excede nossos limites. É fazê-la compreender ainda que há um objetivo a ser alcançado; é sobretudo fazê-la sentir que nessa coragem ela pode tornar-se mais forte.

1 - movimentação TOTAL DO CORPO

1.A - A partir do próprio corpo

- andar livremente pela sala

- fechar-abrir

2- ESTÓRIAS

2.A – “ O Naufrágio e o Incêndio” (estória vivenciada)

2.B - “Coragem” (estória lida)

AULA 7 - TEMA: Coragem (II)

1 - Movimentação total do corpo

1.A - A partir do próprio corpo

- Andar livremente pela sala

3 – Movimentação total do corpo

3.A – Com meios auxiliares

- Com cadeiras (“A viagem”)

REFERÊNCIAS

AGOSTINHO, Santo. *Confissões*. Livros VII, X e XI. Lisboa, 2001. Disponível em: http://www.lusosofia.net/textos/agostinho_de_hipona_confessiones_livros_vii_x_xi > Acesso em: 12 Out. 2015.

ALMEIDA, Vera Lúcia Paes de. *Movimento Expressivo*. A integração fisiopsíquica através do movimento. In. ZIMMERMANN, Elisabeth (org.) *Corpo e Individuação*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009. p.15-38.

AUROBINDO, Sri. *O aperfeiçoamento do corpo* - e seu significado para a elevação e a plenitude da vida. Série verde. O trabalho em nosso corpo. Caderno 1. Casa Sri Aurobindo, 1973.

AZEVEDO, Sônia Machado de. *A. Papel do Corpo no Corpo do Ator*. São Paulo: Perspectiva, 2002.

BONDÍA, Jorge Larrosa *Notas sobre a experiência e o saber de experiência*. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbedu/n19/n19a02.pdf>>. Acesso em: 15 Out. 2015.

BRANDÃO, Ricardo Evangelista; COSTA, Marcos Roberto Nunes. *Naturezas funções, paixões e ações da alma e do corpo segundo Santo Agostinho*. Disponível em: <<http://www.unicap.br/ojs//index.php/agora/article/view/60/42>> Acesso em: 10 Out 2015.

CARDIM, Leandro Neves. *O Corpo*. São Paulo: Globo, 2009.

CHAUÍ, Marilena. *Espinosa: uma filosofia da liberdade*. São Paulo: Moderna, 2001.

DROIT. Roger-Pol. *Filosofia em Cinco Lições*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2012.

DUARTE, Rodrigo (org.) *O Belo Autônomo*. Textos clássicos de estética. 2ª. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2012.

GARAUDY, Roger. *Dançar a vida*. 6.ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

GELEWSKI, Rolf. *A Chama Tem que Ser Viva*. Reflexões sobre a vida, a educação, a arte, a busca espiritual Caderno especial ANANDA. Ano 27 no. 2 , maio/ abril de 1998. Casa Sri Aurobindo.

_____. *Corpo , Consciência, Movimento, Dança*. Contribuições para uma filosofia do movimento e da Dança. São Paulo: Casa Sri Aurobindo, 1980.

_____. (Orient.) *Crescer, Dançando, Agindo 2*. Exercícios e brinquedos de movimentação para crianças. 3ª. Ed. São Paulo – SP: Casa Sri Aurobindo, 1989.

_____. *Dança vista mais profundamente*. Contribuições para uma filosofia da Dança. s/n, 1967.

_____. *Educação – Um guia para o conhecimento e o desenvolvimento integral de nosso ser*. Caderno especial Ananda, ano 35 no.4,2006.

_____. *Nosso destino e tarefa*. Evolução e transformação. Salvador- BA: caderno especial V, Revista ANANDA, Casa Sri Aurobindo, 1975.

_____. (Orient.) *O Corpo: veículo, chance, instrumento, tarefa*. Salvador – BA: Caderno especial III, Revista ANANDA, Casa Sri Aurobindo, 1974.

_____. *Realidades Maiores e a Educação*. Revista Ananda. Cadernos especial I. Salvador – BA: Casa Sri Aurobindo, 1974.

_____. *O Trabalho em nosso Corpo – o caminho para a transformação do físico*. Salvador – BA: Casa Sri Aurobindo, 1977.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. 2ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

NIETZSCHE, Friedrich. *Assim Falou Zaratustra*. Tradução: Mário da Silva. São Paulo: Linoart, 1992.

PEREIRA, Paulo José Baeta. *A improvisação Integral na Dança*. São Paulo: Medita, 2014.

PLATÃO. Fédon. *Diálogo sobre a alma e morte de Sócrates*. 3ª ed. São Paulo: Martin Claret, 2002.

REIS, Alice Casanova dos. *A Subjetividade como corporeidade: o corpo na fenomenologia de Merleau-Ponty*. Vivência Revista eletrônica, no. 37. 2011. Disponível em: <<http://www.cchla.ufrn.br/Vivencia/sumarios/37>>. Acesso em: 22 Out. 2015

SHUSTERMAN, Richard. *Consciência Corporal*. 2ª. Ed.. São Paulo: Realizações Editora, 2012.

VIANNA, Klauss. *A Dança*. 6ª. ed. São Paulo: Summus, 2005.

ZIMMERMANN, Elisabeth (org.) *Corpo e Individuação*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009

_____. *A Utilização de Recursos Expressivos de Movimentação Associados à Experiência Imaginativa e Onírica, como Contribuição ao Processo Formativo do Dançarino e do Professor de Dança*. Julho de 2012. Disponível em: <<http://www.portalanda.org.br/anaisarquivos>> Acesso em: 03 Out. 2015.

WURZBA, Lilian. *A dança da alma - a dança e o sagrado: um gesto no caminho da individuação*. In. ZIMMERMANN, Elisabeth (org.) *Corpo e Individuação*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009. p. 39-100.