

DESOBSTRUIR O CORPO: A RENEGOCIAÇÃO DO TRAUMA NO PROCESSO DO BAILARINO-PESQUISADOR-INTÉRPRETE

Elisa Massariolli da Costa (Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza –
CEETEPS)¹

Graziela Estela Fonseca Rodrigues (Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP)²

RESUMO

Este trabalho pretende recobrar um recorte de estudos apresentado na Tese de Doutorado “A dinâmica do parto no processo criativo do método Bailarino-Pesquisador-Intérprete (BPI): um aprofundamento sobre a relação entre diretora-intérprete e sua importância no nascimento da dança”, defendida e orientada pela primeira e segunda autoras desta comunicação, respectivamente. Dentre os diversos aspectos abordados no decorrer desta pesquisa, quer-se enfatizar, aqui, a importância do desenvolvimento pessoal do bailarino-pesquisador-intérprete e do papel da diretora na condução desse processo, visando-se alcançar uma qualidade artística de excelência. O método BPI, por ter uma abordagem fenomenológica nos seus laboratórios corporais, garante um espaço de acolhimento para o conteúdo inerente ao intérprete e, muitas vezes, no decorrer do processo, o corpo revela mobilizações sensíveis provenientes de experiências traumáticas. Abre-se, portanto, a possibilidade de desprocessamento e elaboração desses traumas, não com o intuito de transformá-los em cena mas, sim, diante da necessidade de liberar o corpo para o conteúdo criativo em si. Na Tese mencionada, ao olhar a relação diretora-intérprete a partir de diferentes pontos de vista, uma vez vivenciando-a como intérprete e sob a direção artística da profa. Dra. Graziela Rodrigues, a bailarina-pesquisadora-intérprete pôde experimentar um processo de desvelamento, desprocessamento e reelaboração de um trauma, apoiada por dinâmicas e laboratórios cuidadosamente planejados pela diretora. Nessa trajetória, ao explicar as diversas etapas de renegociação do trauma e o que isso proporcionou em termos do desenvolvimento do processo criativo, encontrou-se no método terapêutico *Somatic Experiencing* (SE), criado

1 Professora no Ensino Médio e Técnico de Dança do Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza, Doutora em Artes da Cena, bailarina-pesquisadora-intérprete e pesquisadora integrante do Grupo de Pesquisa Bailarino-Pesquisador-Intérprete (BPI) e Dança do Brasil.

2 Professora Titular da Universidade Estadual de Campinas, DACO-IA. Doutora em Artes, psicóloga, bailarina, atriz, diretora de espetáculo, roteirista. Criadora do Método BPI (Bailarino-Pesquisador-Intérprete).

pelo Dr. Peter Levine, abordagens que levam a uma compreensão psicofisiológica do trauma a qual possui semelhanças na maneira como se compreende e se lida com esse tema no método BPI. A profa. Dra. Graziela Rodrigues, criadora do método BPI, já havia traçado paralelos entre essas metodologias em publicação anterior, nos Anais da ABRACE de 2013. Na presente comunicação, pretende-se retomar esses diálogos, levando-se em consideração os desdobramentos do processo criativo vivenciado durante a elaboração da Tese mencionada, preservando-se as devidas diferenças entre o propósito criativo trazido pelo método BPI e o propósito terapêutico que é o foco do SE.

PALAVRAS-CHAVE

Bailarino-Pesquisador-Intérprete (BPI); Processo Criativo; Direção em Dança; Trauma; Experiência Somática (SE).

ABSTRACT

This paper intends to bring some of the studies presented in the Doctoral Thesis "The dynamics of birth in the creative process of the Dancer-Researcher-Performer Method (BPI): a deepening into the director-performer relationship and its importance in the birth of the dance", that was defended and supervised by the first and second authors of this communication, respectively. Among the several aspects discussed during this research, we want to emphasize the importance of the personal development of the dancer-researcher-performer and the role of the director in conducting this process, aiming to reach an artistic quality of excellence. Because of the BPI method has a phenomenological approach in its dance laboratories, it guarantees a welcoming space for the interpreter's inner content, once that the body can reveal sensitive mobilizations arising from traumatic experiences during the creative process. Therefore, it opens up the possibility of renegotiating and elaborating these traumas, not with the intention of transforming them into a scene, but rather, in order to free the body for the creative content in itself. When looking at the director-interpreter relationship from different points of view, once I experienced it as an interpreter and under the artistic direction of the Prof. Dr. Graziela Rodrigues, I was able to experience a process of discovering, renegotiating and elaborating a trauma, supported by dynamics and laboratories carefully planned by the director. In this trajectory, when explaining the various stages of trauma renegotiation and what this provided in terms of the development of the creative process, we have found in the *Somatic Experiencing* therapeutic method (SE), created by Dr. Peter Levine, some approaches that lead to a psycho physiological understanding of trauma in a similar way

as we understand it in the BPI method. Prof. Dr. Graziela Rodrigues, creator of the BPI method, had already drawn parallels between these methodologies in a previous publication, in the 2013 ABRACE Conference Proceedings. Now, in this paper, we intend to recover these dialogues, taking into account the development of the creative process experienced during the elaboration of the mentioned Thesis, preserving the due differences between the creative purpose brought by the BPI method and the therapeutic purpose that is the focus of the SE.

KEYWORDS

Dancer-Researcher-Performer (BPI); Creative Process; Dance Direction; Trauma; Somatic Experiencing (SE).

A pesquisa de Doutorado que embasa a presente comunicação teve como propósito elucidar aspectos relevantes acerca da relação entre diretora e intérprete no processo do método Bailarino-Pesquisador-Intérprete (BPI). Para isso, a primeira autora desta comunicação, orientada pela segunda, percorreu diferentes ações metodológicas no intuito de deflagrar aspectos essenciais da atuação da diretora no referido método, os quais embasam a coerência almejada e desenvolvida ao longo do processo. Tais ações metodológicas envolveram observar diretoras do BPI dirigindo diferentes intérpretes; concomitantemente, foi proposto que a pesquisadora fizesse assistência de direção em processos que estavam ocorrendo nesse método, para poder vivenciar a função de diretora. Constou deste projeto a realização de pesquisas de campo com as parteiras tradicionais de etnia Pankararu, na perspectiva do eixo *Coabitar com a Fonte* do BPI, com o intuito de cumprir dois propósitos deste projeto: 1) o aprofundamento de uma analogia que é, por vezes, feita no método BPI, na qual se diz que a diretora age, junto ao intérprete, tal qual age uma parteira junto à parturiente; 2) o processo criativo pelo qual passou a pesquisadora, a partir desse coabitar, para se colocar na relação estudada na perspectiva de intérprete. Tais ações, que compuseram a metodologia do trabalho deste projeto, foram de caráter prático-teórico, no qual se assumiu o papel de artista-pesquisadora-participante. A Tese de Doutorado foi desenvolvida a partir da descrição e análise de cada uma dessas ações, procurando-se evidenciar as conexões e os entrelaçamentos entre elas, em diálogo com autores e autoras pertinentes a este trabalho.

Dentre todas as frentes de estudo mencionadas para que se desse a pesquisa de Doutorado, o processo criativo vivenciado diretamente pela pesquisadora – e dirigido pela orientadora – foi essencial para que se pudesse destrinchar aspectos de maior delicadeza

e sensibilidade pelos quais se passa no processo do BPI. Esse método, por ter uma abordagem fenomenológica nos seus laboratórios, garante um espaço de acolhimento para o conteúdo inerente ao corpo e, muitas vezes, no decorrer do processo, o corpo revela mobilizações sensíveis provenientes de experiências traumáticas. O BPI considera que o amadurecimento criativo e expressivo depende do desenvolvimento da pessoa como um todo, incluindo seu equilíbrio físico, emocional e psíquico. Uma vez que a dança, no BPI, é elaborada de uma maneira em que depende de um percurso interno do artista – as sensações, emoções e o imaginário que habitam o movimento – considera-se necessário um processo de auto investigação e autoconhecimento sem o qual não seria possível trafegar por esses sentidos de forma integrada e segura.

Segundo Rodrigues (2013, p. 3), ainda que não seja intencional, experiências traumáticas acabam, muitas vezes, por se apresentar imperiosamente em vivências e processos criativos em dança. Devido a esse fato, a autora afirma “que o método BPI assume este espaço, o de contato com aspectos pessoais do Intérprete em processo” (*ibid.*). Rodrigues (*ibid.*) continua apontando que “estes conteúdos não irão resultar em criação artística, serão conscientizados e elaborados, possibilitando um corpo novo e expressivo a partir do qual a criação se dá” (*ibid.*). Na pesquisa realizada sobre a relação entre diretora e intérprete, chegamos à conclusão que, para elucidar as nuances e delicadezas presentes nesses momentos, de renegociação³ com o trauma, o ideal seria fazê-lo através do meu próprio processo, para não expor uma terceira pessoa. Portanto, a criação na qual me coloquei como intérprete, dentre muitos aspectos, permitiu que pudéssemos adentrar nesse universo do desprocessamento do trauma no corpo com maior abertura e profundidade, a partir de descrições e narrativas realizadas na primeira pessoa do singular e primeira pessoa do plural, uma vez que muito do desenvolvimento percorrido envolveu diretamente a relação entre diretora e intérprete. As descobertas e descrições que foram reveladas ao longo do processo criativo mencionado estavam sendo constantemente analisadas e postas em diálogos junto a outras publicações do método

3 O termo renegociação aqui é usado conforme a definição de Levine (2012), como um ato de retrabalhar uma experiência traumática, e não de revivê-la. Segundo o autor, as terapias que focam sua abordagem na revivência e recordações traumáticas levam os pacientes a “desenterrar lembranças traumáticas e dolorosas e descarregar as emoções associadas a essas recordações (...). Tais abordagens catárticas não cumprem as expectativas porque costumam reforçar as sensações de colapso e o sentimento de desamparo” (*ibid.*, p. 171). Renegociar, portanto, seria um outro caminho, que não implica em reviver a experiência, mas, sim, atravessar de forma gradual e cuidadosa algumas sensações e emoções presentes no corpo, saindo do congelamento hipo ou hipertônico e restabelecendo as respostas saudáveis de orientação, luta ou fuga.

BPI, bem como outras áreas do conhecimento, especialmente na relação com autores da psicologia e dos estudos do trauma, os quais serão apresentados ao longo deste artigo, dando-se ênfase para o método terapêutico *Somatic Experiencing* (SE).

No SE, criado pelo Doutor em Biofísica Médica e Psicologia Peter Levine, há abordagens que levam a uma compreensão psicofisiológica do trauma que são semelhantes à maneira como se compreende e se lida com esse tema no método BPI, guardadas as devidas diferenças entre um método que visa o processo terapêutico e o outro que visa o processo criativo. Todavia, entendemos que essas duas dimensões humanas – a cura e a arte – podem se conversar, considerando-se as devidas especificidades. Rodrigues, em comunicação para a ABRACE (2013), já havia escrito sobre semelhanças entre essas metodologias e, neste momento, retomando aspectos trabalhados em Costa (2016), pretendemos dar continuidade a esses diálogos.

Segundo Levine (2012, p. 25), a metodologia do SE “ajuda o paciente a desenvolver a consciência e o domínio de suas sensações físicas e de seus sentimentos”. Semelhantemente, em processos criativos no método BPI, encontramos que:

Rastrear as sensações e sentimentos desconfortáveis, e até assustadores, são essenciais para se atingir um corpo pleno de vida e é com este corpo identificado pelo fluxo dos sentidos⁴ que se quer dançar (RODRIGUES, 2013, p. 1).

Importante ressaltar que o fato de se adentrar em um processo criativo nesse método não significa, necessariamente, que vivências relacionadas ao trauma irão vir à tona. No entanto, quando o processo ocorre em profundidade, não há como não se esbarrar em aspectos relacionados à vivência pessoal da intérprete.

Levine (1997, 2012) nos diz que o trauma não está no evento, mas, sim, registrado no corpo, por meio de desencadeamentos psicofísicos no sistema nervoso periférico autônomo, devido a uma situação em que a pessoa se sentiu “encurralada” e seu sistema não pôde completar uma resposta de luta ou fuga. Essa resposta incompleta resulta em uma energia que fica “presa” no corpo, gerando congelamentos hipo ou hipertônicos do sistema nervoso e acarretando, muitas vezes, em reações crônicas que envolvem questões psicofisiológicas. Esse ponto de vista é essencial pois tanto o trauma quanto a

4 Segundo Rodrigues (2010, p. 111), a técnica dos sentidos, presente no método BPI, se dá por meio de “circuitos de imagens, sensações, emoções e movimentos, não importando a ordem com a qual eles se apresentem. É um referencial para o intérprete trafegar em seu corpo um conteúdo que se tornará consciente”. De maneira semelhante, no SE, temos também um circuito de mapeamento de sentidos denominado SIBAM (Sensations, Images, Behavior, Affects and Meaning), que também é um referencial para que a pessoa possa rastrear seus conteúdos internos (LEVINE, 2012, pp. 132-146).

possibilidade de lidar com ele encontram-se entranhados na nossa estrutura psicofísica e muito se pode fazer com relação a isso através do movimento e da sua correspondência interna – o circuito de imagens, sensações e emoções presentes no mover.

Para discorrer mais profundamente sobre esses temas, tomamos então o processo criativo vivenciado durante a pesquisa de Doutorado, em que atuei como intérprete dirigida pela profa. Dra. Graziela Rodrigues, por meio do qual podemos discorrer como a diretora, no BPI, atua para conduzir o intérprete na renegociação com experiências traumáticas. Infelizmente, nesta comunicação, não será possível narrar o processo como um todo, em seus detalhes, então daremos prioridade aos momentos de laboratórios em que foram vivenciadas experiências de elaboração e renegociação de traumas que se manifestaram no corpo.

O processo criativo aqui abordado foi desenvolvido a partir de pesquisa de campo realizada na terra indígena Pankararu (PE) e, após coabitar com as parteiras tradicionais desta etnia por 3 meses e realizar dezenas de laboratórios de criação, incorporou-se a personagem Maria da Conceição, trazendo à tona sentidos de concepção e nascimento junto a simbologias presentes na pajelança e encantaria inerentes à cosmologia da etnia pesquisada. Maria da Conceição tem fluxos de movimentos muito dinâmicos, considerando as forças invisíveis que circulam nas aldeias e terreiros Pankararu. Seu movimento é marcado pela alegria, vontade de caminhar no mundo, e muitos giros e espirais de intensidades e percursos diversos no espaço. Ela também traz uma força de benção e cura quando assume os papéis de parteira e parturiente, em uma dinâmica de cuidar dos corpos abertos e despedaçados de mulheres de partos longos e difíceis, buscando desviar da morte e fazer valer a força da vida. Todos esses conteúdos eram resultantes da interação de aspectos pessoais da intérprete junto àquilo que foi experienciado ao longo das pesquisas de campo.

A dinamicidade de Maria da Conceição sempre foi muito marcante, portanto, ficou evidente quando, durante o processo, o corpo parecia travar e não conseguir adentrar nos seus fluxos. Eu sentia suas forças invisíveis e espirais presentes no meu espaço de laboratório, mas não conseguia me mover com elas. A diretora logo deflagrou: “há algum conteúdo seu aí, Elisa, para o qual precisaremos olhar”. O corpo pára de fluir. O processo criativo atravanca. Maria da Conceição havia me feito adentrar em camadas do meu corpo que eu ainda não conhecia.

Houve, então, um laboratório em que o corpo modelou uma sensação vivida na minha infância, da qual eu não tinha consciência (não me lembrava), e era permeada de

sensações e sentimentos difíceis e complexos. À medida que aquelas experiências emergiam, a diretora acompanhava, fazendo perguntas no intuito de que eu tomasse consciência do que se passava comigo, para que eu pudesse ter a experiência nas minhas próprias mãos e compreendê-la a partir das sensações corporais desencadeadas por ela. Não importava, naquele momento, se os detalhes eram reais ou imaginados. Era necessário olhar para como aquilo ficara registrado no corpo. Independentemente da realidade factual ou não, as sensações, emoções, imagens e movimentos manifestados corporalmente eram contundentes. Sobre o estudo da memória e a experiência advinda dela, Cyrulnik (2013, p. 57) diz que:

O trabalho integrador da memória explica a frequência das falsas lembranças, o que não quer dizer mentira. Podemos nos lembrar de um acontecimento que nunca ocorreu. Tal recordação utiliza fragmentos de memória de imagens e de palavras para dar uma forma consciente a uma sensação implícita: “Eu me lembro de que de repente ele me maltratou, está na minha memória” não quer dizer necessariamente que ele me maltratou de fato, mas me vem à consciência de que basta estar ao lado dele para ter a impressão de ser maltratado. A falsa lembrança testemunha um sentimento real.

Eu sentia, com clareza, meu corpo passando por determinadas situações que geravam sensações e emoções bastante desagradáveis, expressas em movimentos contundentes, mas que vinham à minha memória em imagens fragmentadas, associações difusas e flashes nublados de lugares e de pessoas.

Enquanto eu vivenciava esse desprocessamento no corpo, a diretora trabalhava com afinco no sentido de manter uma atitude acolhedora, ao mesmo tempo em que procurava proporcionar a consciência dos fatos, utilizando-se de perguntas sobre o que ocorria; assim, eu poderia verbalizar o que estava sentindo e ter alguma clareza do que se passava. Além disso, ela frequentemente me alertava para eu não me perder na emoção, incentivando-me a manter um esforço no sentido de estar consciente – vivenciando o processo, mas sem entrar em catarse, pois esta sobrecarrega o sistema nervoso e não favorece a consciência e a renegociação do trauma. Havia uma linha tênue entre estar com consciência da emoção, conduzindo-a de modo a sentir as sensações que gerava no corpo e entregar-me completamente, sendo tomada por ela. A condução da diretora era feita de modo que eu pudesse me manter na primeira atitude: da consciência sobre as sensações do corpo, sem me perder na emoção ou, tampouco, suprimi-la. Uma noção semelhante de trabalho de consciência da emoção é encontrada em Levine (2012, p. 305), em que ele afirma que “os sentimentos acessados pela consciência corporal, em vez de descarga emocional, nos trazem o tipo de mudança duradoura que tanto desejamos”. O autor faz

questão de diferenciar “repressão/supressão” de “detenção/contenção” (*ibid.*, p. 300) afirmando que:

(...) com contenção, a emoção se modifica, transformando-se em um “contorno” diferente, baseado na sensação, com sentimentos mais suaves que se metamorfoseiam em uma consciência sentida corporalmente, e de forma cada vez mais profunda, de “estar bem” (*ibid.*, p. 287).

Sem a contenção, Levine (*ibid.*, p. 277) aponta que: “em vez de sentir as emoções, transformamo-nos nelas; somos engolidos por elas”. No BPI, de forma semelhante, segundo Rodrigues (2013, p. 4):

(...) tem-se observado que a condição de estar com os canais desobstruídos favorece para que a emoção não tome conta do corpo. O intérprete sente a emoção, sem entrar em catarse, pois ele está no fluxo do movimento, o que requer um dinamismo das transformações de imagens em movimento. No trânsito pelos canais internos, ao converter sentimento em movimento, a emoção é encurralada, oportunizando que se tome consciência dela.

Durante o meu processo, portanto, apesar do desconforto de atravessar emoções difíceis, havia também um certo alívio de fazer circular tais experiências. Esse alívio justifica-se a partir da perspectiva de Levine (2012, p. 29), em que ele afirma que se pode viver uma faculdade restauradora se conseguirmos desenvolver a “capacidade de encarar certas sensações físicas e sentimentos desconfortáveis e assustadores sem permitir que eles se apossam de nós”.

Com relação ao estado de percepção pedido ao longo de um processo como esse, poderíamos aprofundar seu esclarecimento com o auxílio da fenomenologia da percepção que, conforme apontado por Nóbrega (2008, p. 142), “não é uma representação mentalista, mas um acontecimento da corporeidade e, como tal, da existência”. A autora descreve que “para compreender a percepção, a noção de sensação é fundamental” (*ibid.*, p. 141), que “sensações são compreendidas em movimento” (*ibid.*, p. 142) e continua:

A percepção está relacionada à atitude corpórea. Essa nova compreensão de sensação modifica a noção de percepção proposta pelo pensamento objetivo, fundado no empirismo e no intelectualismo, cuja descrição da percepção ocorre através da causalidade linear estímulo-resposta. Na concepção fenomenológica da percepção a apreensão do sentido ou dos sentidos se faz pelo corpo, tratando-se de uma expressão criadora, a partir dos diferentes olhares sobre o mundo (*ibid.*).

A percepção, assim compreendida, é exercitada e aprimorada pelo bailarino-pesquisador-intérprete em todas as etapas do processo criativo, e é algo que irá, secundariamente, mudar sua relação com o corpo na sua vida como um todo.

Importante lembrar que, de acordo com o modo de proceder no método BPI, essas questões pessoais só foram investigadas e desprocessadas uma vez que o corpo as manifestou, sem que houvesse uma intenção prévia. Aquele era um momento em que eu estava trabalhando com afinco no processo e com confiança e sintonia junto à diretora, propiciando que essa imersão ocorresse. Também podemos dizer que as características da personagem – de dinamização, pulsão de vida, abrir caminhos, alegria e outros traços que denotam sua “fortaleza” – eram possibilitadoras de uma base firme a partir da qual era possível olhar para aspectos mais difíceis. Naquele momento, a dinâmica de vida e de regeneração presentes em Maria da Conceição faziam parte de mim e me ajudavam a reencaminhar experiências traumáticas. A força da personagem vinha como um recurso⁵ para driblar o trauma, ao mesmo tempo em que o trauma só pôde vir à tona devido à força da personagem.

Trazemos esse tema em uma pesquisa em Artes da Cena pois vemos a importância de que certos aspectos, compreendidos como inerentes a um corpo em processo criativo, sejam desmistificados. No BPI, a diretora irá lidar com o desprocessamento corporal de experiências traumáticas, uma vez que esse método diz respeito ao que consideramos como corpo existencial, para o qual buscamos olhar em sua integridade, dentro de uma perspectiva fenomenológica. Para estarmos por inteiro no corpo, é preciso integrar à consciência as experiências dolorosas e suas faltas. Trata-se de assumir que o trauma é parte da experiência corporal humana. Reconhecer isso no campo das artes e lidar com essas questões proporciona, por fim, uma liberação do corpo e do movimento, um artista inteiro em cena e portas abertas para um processo criativo arrojado, ousado e expressivo.

No BPI, o processo consiste em uma proposta de “desenvolvimento da identidade corporal do artista que faz parte do processo de criação e pesquisa” em um “intenso trabalho interior da pessoa no contato com as sensações, sentimentos, imagens e movimentos” (RODRIGUES, 2013, p. 1). Dentro dessa perspectiva, a situação pela qual passei no processo criativo era recorrente dentro desse método. No entanto, tratava-se de aspectos muito difíceis que eu estava vivenciando, os quais não seria possível elaborar e renegociar sem a condução de alguém que tivesse um *know how* nesse tipo de situação.

5 O **recurso** é um aspecto presente na metodologia do SE, no intuito de restabelecer o sistema nervoso diante da ruptura gerada pelo vórtice de ativação do trauma, e pode ser “qualquer coisa que nos conecte com uma capacidade mais profunda de organização (...). Âncoras internas ou externas que ajudam (...) a sentir-se mais calmo e menos ativado, para obter as capacidades necessárias para manejar o processo de renegociação sem ser desarmado” (FOUNDATION FOR HUMAN ENRICHMENT, 2007, p. 23).

Segundo Cyrulnik (2004, p. 209), um dos principais fatores de resiliência na superação de “uma grande provação” é a possibilidade do “encontro com uma pessoa significativa”, que oportuniza a transformação por germinar, na pessoa traumatizada, “o desejo de sair dessa”. Com relação a isso, pode-se dizer que, nesse processo, a diretora foi uma tutora de resiliência (CYRULNIK, 2013, p. 197). A diretora, cujo amparo esteve presente a todo momento, tornava-se invisível, aparente, acalentadora, acolhedora ou instigadora, conforme se fazia necessário. A sintonia empática na qual ela entrou comigo, nas ocasiões de renegociação com o trauma, foi um fator central à experiência. No BPI, a diretora coloca-se aberta, exposta e vulnerável, na atitude de buscar sentir o que o intérprete está sentindo e de suportar (no sentido de dar suporte) as dificuldades dele.

Recorrendo novamente ao SE, vemos que há similaridades no que diz respeito às ações da diretora e do terapeuta. Este, segundo Levine (2012, p. 45), se colocaria em relação ao outro de forma análoga a uma parteira, ou a um xamã:

O que é necessário aqui é um processo cooperativo e restaurador pelo qual o médico atua como um guia que ajuda e orienta, como faz uma parteira. Um médico que insista em preservar seu papel assegurado de “curador saudável” se manterá apartado, defendendo-se contra a suprema impotência que espreita, feito uma assombração, a vida de todos nós. (...)

[Nas] tradições xamânicas, (...) aquele que cura e aquele que sofre se unem para revivenciar o pavor enquanto invocam forças cósmicas para se libertar das garras dos demônios. O xamã é sempre iniciado primeiro, mediante um encontro profundo com sua impotência e seu sentimento de estar despedaçado, antes de assumir o manto de curador. Tal preparação pode sugerir um modelo de acordo com o qual os terapeutas contemporâneos primeiro reconheçam seus traumas e feridas emocionais e depois se reconectem com eles.

Trazendo essa analogia para o BPI, a diretora também precisa ser “iniciada” no encontro profundo com sua impotência e suas angústias, precisa conhecê-las, suportá-las e saber lidar com elas para poder, posteriormente, cuidar do processo artístico, que leva em conta também o interior de outras pessoas. Na relação corpo a corpo que ocorre nos laboratórios entre diretora e intérprete, há uma “ressonância corporal” que, segundo Levine (2012, p. 132) “forma a base da sintonia empática necessária para a construção de relacionamentos íntimos”. Essa intimidade – seja na relação terapeuta-paciente ou diretora-intérprete – não é aquela pertencente aos acontecimentos e às relações provenientes de contatos cotidianos, mas, proveniente de uma abordagem que “possibilita um rastreamento íntimo e profundo das múltiplas camadas e texturas da totalidade da experiência” (ibid., p. 133).

Dentro do processo criativo mencionado, dado a partir da relação entre diretora e intérprete, após a consciência e desprocessamento no corpo de experiências traumáticas, a diretora cada vez mais buscava conduzir a minha atenção para as forças provenientes da personagem Maria da Conceição, que me auxiliavam a contornar e a transmutar as sensações e sentimentos desconfortáveis. Nesse sentido, ficava evidente que, embora fosse importante refletir sobre e investigar os aspectos relacionados ao trauma, não havia a necessidade de remexer demasiadamente os fatos ou forçar qualquer imersão nas sensações e emoções difíceis. A profa. Dra. Graziela Rodrigues, durante o processo, apontava que:

*[Com relação aos conteúdos difíceis enquanto sensações e emoções] Não é bom ficar muito tempo lá, a não ser que haja uma necessidade disso. Porque é muito fácil a gente ficar na angústia. Difícil é sair da angústia. Então, nesse ponto, não é ficar na angústia, é dar vazão para algum desenvolvimento, entendeu? A gente não tem como ficar isento, sem angústia, sem nada. Isso não existe. O que a gente pode conseguir é um nível de equilíbrio, de concentração – a angústia está lá, e nós podemos lidar com ela. Não tem como arrancar isso. (...)
Tudo aquilo que está tocando no nosso ponto fraco ou em algum ponto ainda difícil, é uma dádiva para refletir sobre isso. É uma oportunidade para refletir e iluminar algo que ainda esteja obscuro. Mas não há a necessidade de ficar lá, porque toda vez que lidamos com aspectos obscuros, há um desgaste. Esse equilíbrio tem que ser mantido. (...)⁶*

Semelhantemente, no SE, vemos que: “Coisas demais, cedo demais, ameaçam devastar a frágil estrutura do ego e a personalidade adaptativa. É por isso que o ritmo com que as pessoas resolvem o trauma deve ser gradual e desconcentrado” (LEVINE, 2012, p. 73). Esses aspectos podem ser também abordados, dentro do SE, de acordo com os conceitos de **titulação** e **pendulação**. O termo titulação é usado para “indicar o processo gradual, feito em etapas, de renegociação com o trauma” (*ibid.*, p. 85) e faz analogia a uma reação química que, se misturada repentinamente, causaria uma explosão mas, se de forma titulada, a mesma mistura for produzida gota a gota, seria criada uma reação neutralizadora, sem a explosão. Já a pendulação diz respeito ao ritmo inato do sistema nervoso de contração e expansão, que oscila entre as sensações e emoções assustadoras das vivências traumáticas e os recursos necessários para contrabalanceá-las e gerar um equilíbrio, com sensações de alívio e fluidez (LEVINE, 2012, pp. 81-84; ROSSI, 2016, p. 78).

6 Falas da diretora transcritas a partir dos laboratórios realizados durante a pesquisa.

Portanto, de modo semelhante aos processos de titular e pendular utilizados no SE, no BPI há, por parte da diretora, um maior investimento na investigação e desenvolvimento dos conteúdos criativos. Contudo, nos momentos em que o corpo entrava em movimentos desconfortáveis ou sentimentos difíceis relacionados à minha história pessoal, isso era imediatamente acolhido pela diretora e conduzido de forma a trazer consciência do que se passava. Sobre isso, a profa. Dra. Graziela Rodrigues apontou, durante o processo criativo:

*Trabalhar essas questões pessoais vai propiciar um melhor fluxo em relação à criação junto a este campo (Pankararu); mas o campo também vai possibilitar o equilíbrio do seu processo pessoal. É um campo bem forte! Quer dizer, toda a pesquisa de campo, em qualquer processo, ajuda, mas esse é bem específico, por estar preenchido dessas dinâmicas de cura, entre outras coisas. (...)
Cada vez que você voltar a isso, você estará elaborando alguma coisa. Elaborar é o que? É você expressar aquilo que está lá no fundo; não só expressar, mas compreender um pouquinho mais. É você liberar um pouco mais da angústia, compreendendo o que está se passando com o seu corpo.⁷*

Portanto, seguindo essas premissas, os laboratórios foram conduzidos pela direção com o devido espaço para minhas necessidades pessoais, mas, contudo, seu foco foi, de fato, no desenvolvimento criativo da personagem, que avançou, trouxe à tona novos conteúdos e deu mais precisão e elaboração àquilo que emergiu em fases anteriores do processo criativo. Nesse desenvolvimento, minha percepção e consciência dos processos psicofísicos que eu vivenciava foram ampliando a experiência da resiliência.

No processo criativo do BPI, há uma condução da direção com o intuito de possibilitar a resiliência do intérprete, que envolve manter o equilíbrio e visitar as partes obscuras, de forma titulada e pendulada, suportando certas sensações difíceis, com o objetivo de compreender um pouco mais sobre as reações corporais. Segundo Levine (2012, p.131), “(...) as pessoas que são mais resilientes, e encontram mais paz na vida, aprenderam a tolerar as sensações extremas adquirindo a capacidade de ter autoconsciência reflexiva”. Ainda, segundo esse autor (*ibid.*, p. 259):

Talvez a razão mais concreta para você prestar atenção em seu corpo é que ele é uma ferramenta que está disponível para resolver diversos sintomas físicos, emocionais e psicológicos. Porém, essa ‘cura’ não é um tratamento no sentido tradicional. Não é um mero alívio dos sintomas. Em vez disso, é uma descida para dentro das partes de nosso ser que nos são estranhas, com as quais talvez preferamos não lidar – as partes de nós mesmos das quais nos separamos em algum momento e ‘escolhemos’ deixar fora de vista e alcance. Elas estão escondidas no mundo da não-experiência.

7 Falas da diretora transcritas a partir dos laboratórios realizados durante a pesquisa.

O BPI, portanto, propõe que reintegremos essas partes esquecidas no âmbito da experiência corporal, tornando-nos mais inteiros, com maior liberdade e plasticidade ao criar. Nesse sentido, no processo criativo abordado, a partir do olhar para as sensações e sentimentos que estavam presos no mundo da não-experiência, foi se estabelecendo um “ritual de regeneração”, proporcionando que os conteúdos trazidos pela personagem dinamizassem e iluminassem essas partes esquecidas da história da intérprete.

Aos poucos, os conteúdos criativos tomaram todo o espaço, intensificando-se e afastando-se, cada vez mais, de um âmbito estritamente pessoal. Os movimentos ganhavam mais dinamicidade e as emoções de angústia, antes predominantes, quase não apareciam mais.

Não há como descrever aqui os inúmeros conteúdos corporais após o desprocessamento e integração dessas vivências traumáticas, mas ressalta-se a força de vida e a dinamicidade presentes nas movimentações da Maria da Conceição, que ganharam em intensidade, qualidade de movimentos e apuramento dos sentidos e significados após a renegociação do trauma. Conforme apontado por Rodrigues (2013, p. 5): “o Processo, quando vivido em profundidade, reverbera na cena com um sentido corporal de estar com o corpo carregado de eletricidade, fato este relatado por várias intérpretes que trilharam este caminho” – e era exatamente dessa forma, carregada de eletricidade, que eu me sentia quando investida de Maria da Conceição.

Com o intuito de revelar uma parcela das forças, paisagens e movimentos que inundaram o corpo ao longo do processo criativo, finaliza-se, aqui, uma síntese dos sentidos trazidos pela personagem, como um modo de evidenciar as potencialidades presentes nas poéticas que foram abertas ao longo desse percurso:

As forças vórtices – forças do invisível – de Maria da Conceição levam e deslevam, desvelam outras dimensões da realidade e Maria da Conceição vai e desvai, desvira, se encarna, bate o pé no chão e chama as forças do povo dela – tem um mundaréu que é vivo por debaixo do chão. Eles vivem nela, a impulsionam e ela sai sorradeira, faceira, tilintando e vibrando. Chacoalha-se toda. Dentro da sua alegria ela sabe que, a qualquer hora, pode chegar um trabalho pesado. Ela já espera por isso, pois está acostumada. Maria da Conceição é moça véia de guerra e não sente medo, ela chama o seu batalhão! Tem um batalhão lutando junto, por isso ela não se espanta. Sabe que não fica sozinha mesmo quando parece estar só. Maria da Conceição luta entre a vida e a morte. Ela é pela vida, mas, às vezes, precisa enfrentar a morte que assola os corpos das mulheres. Ela se esforça para incentivá-las a lutar.

A força em espiral estava lá antes da criação do mundo e continua depois que o mundo acaba, não para nunca. Espaço pulsante, cheio e muito vivo. Dali vem a Maria da Conceição⁸.

REFERÊNCIAS CITADAS

COSTA, Elisa M. **A dinâmica do parto no processo criativo do método Bailarino-Pesquisador-Intérprete**: um aprofundamento sobre a relação diretora-intérprete e sua importância no nascimento da dança. 340 p. Tese (Doutorado em Artes da Cena) – Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, 2016.

CYRULNIK, Boris. **Corra, a vida te chama**. Traduzido por: Rejane Janowitz. Rio de Janeiro: Rocco, 2013.

CYRULNIK, Boris. **Os patinhos feios**. Traduzido por: Monica Stahel. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

FOUNDATION FOR HUMAM ENRICHMENT. **Apostila de Somatic Experiencing Iniciante Módulo I**. Boulder: FHE, 2007.

LEVINE, Peter A. **Uma voz sem palavras: como o corpo libera o trauma e restaura o bem-estar**. Traduzido por: Carlos Silveira Mendes Rosa e Cláudia Soares Cruz. São Paulo: Summus, 2012.

LEVINE, Peter A.; FREDERICK, Ann. **O despertar do tigre: curando o trauma**. Traduzido por: Sonia Augusto. São Paulo: Summus, 1999.

NÓBREGA, Terezinha P. Corpo, percepção e conhecimento em Merleau-Ponty. In: **Estudos de Psicologia**. v.13, n.2, Natal: UFRN, 2008, pp.141-148. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/epsic/a/4WhJkzJ77wqK6XCvHFwsqSD/?lang=pt>>. Acesso em 12/08/2021 às 12:23.

RODRIGUES, Graziela E. F. Bailarino-Pesquisador-Intérprete (BPI) e a dança do Brasil. In: NAVAS, Cássia; ISAACSSON, Marta; FERNANDES, Silvia. (Org.). **Ensaio em Cena**. Salvador: ABRACE, 2010. pp.108-116.

RODRIGUES, Graziela E. F. O corpo identificado pelo fluxo dos sentidos. In: **Anais digitais...** VII Reunião Científica de Pesquisa e Pós-Graduação em Artes Cênicas – ABRACE, 2013. Disponível em: <<https://www.publionline.iar.unicamp.br/index.php/abrace/article/view/2807>>. Acesso em 12/08/2021 às 12:11.

ROSSI, Cornélia P. Efeitos na vida pessoal e profissional de alunos da Experiência Somática (SE) ao término do curso do nível iniciante. In: ROSSI, Cornélia P. *et.al.* (Org.). **Diálogos estendidos com a Experiência Somática (SE)**. São Paulo: Scortecci, 2016.

⁸ Síntese realizada a partir de descrições diversas da personagem presentes na Tese de Doutorado (COSTA, 2016) abordada. Para acesso a imagens desta pesquisa, ver o vídeo resultante disponível em: <<https://youtu.be/7DseDXaJjig>>. Acesso em 12/08/2021 às 11:53.

