

FERREIRA, Júlia. **Entre o corpo e o papel: investigação sobre a influência da respiração na formação técnico-artística do bailarino contemporâneo.** Campinas: UNICAMP. Estudante do curso de Graduação em Dança – IA – UNICAMP; Bolsista FAPESP; Silvia Maria Geraldí. Artista da dança (intérprete-criadora).

### RESUMO

A presente pesquisa tratou de um estudo prático-teórico sobre a respiração e sua relação com a formação técnico-artística do bailarino contemporâneo. Fundamentando-se em métodos de Educação Somática, o processo de pesquisa, bem como a análise dos resultados, buscou articular três eixos: a compilação de estudiosos relacionados ao tema, os laboratórios práticos individuais e o entrelaçamento entre teoria e prática. O último eixo da pesquisa proporcionou à pesquisadora uma crescente consciência da imagem corporal e maior fortalecimento e qualidade ativa do centro do corpo, o que pôde ser conquistado através do trabalho com a respiração. Por fim, esse estudo, de cunho qualitativo, se apoia em processos metodológicos pós-positivistas, vertente investigada pelas autoras Jill Green e Susan Stinson que fundamentam a pesquisa.

**Palavras-chave:** Respiração. Educação Somática. Dança Contemporânea.

### ABSTRACT

This research dealt with a practical and theoretical study on breathing and its relationship with the technical-artistic training of the contemporary dancer. Based on methods of Somatic Education, both the process of research and analysis of results looked for gathering three axes: the compilation of scholars related to the subject, individual laboratories and the connection between theory and practice. The last axis of research provided a growing awareness of body image for the researcher and a major strengthening and active quality of the body center, which was achieved through the work with the breathing. This study of qualitative nature still relies on post-positivist methodological processes, investigated by the authors Jill Green and Susan Stinson that base this research.

**Keywords:** Breath. Somatic Education. Contemporary Dance.

Essa pesquisa tratou um estudo teórico-prático sobre a respiração e suas relações com o corpo que dança. Dentro da Graduação em Dança da Unicamp, um dos componentes trabalhados através da dança contemporânea e de recursos da Educação Somática é a relação respiração-movimento, com foco no refinamento da percepção corporal como meio para aquisição de uma melhor organicidade do corpo em movimento. Uma das perguntas que norteou esse estudo foi: A respiração pode levar a uma facilitação da organização postural e da apropriação técnico-corporal no decorrer de um processo de aprendizagem? A pesquisa teve como principais objetivos a compilação bibliográfica de estudos que abordam o tema, a realização de laboratórios práticos para aprofundamento e ampliação do entendimento no corpo e, por fim, a análise crítica dos resultados alcançados.

A pesquisa da relação entre respiração e movimento dançado partiu do levantamento de artistas da dança moderna ocidental que tiveram na respiração um princípio marcante para a elaboração de seus sistemas didáticos

de dança. A partir daí, abriram-se caminhos para pesquisar como a respiração tem sido abordada por algumas técnicas contemporâneas de dança, sobretudo aquelas com as quais tenho tido contato na graduação em dança.

Tendo como enfoque a experiência realizada nos laboratórios, a discussão teórica foi se construindo a partir do processo prático, como forma de fundamentar e refletir sobre os resultados alcançados. Sylvie Fortin (2006), ao discutir as contribuições da auto-etnografia para a pesquisa em artes, afirma que a melhor compreensão da prática artística pode se dar através do vínculo do pensamento com a ação do praticante, princípio metodológico que norteou todo o processo de trabalho.



Figura 1 - Demonstração de uma das experiências realizadas na pesquisa

Os materiais investigados em laboratório foram resgatados das disciplinas da graduação e de parte da literatura selecionada para esse projeto, com enfoque no trabalho somático do Método Feldenkrais (1977). Os laboratórios se tornaram um espaço de estudo e aprofundamento das aulas e de conceitos técnicos/somáticos provenientes dos estudos teóricos. Paralelamente, ocorreu o registro escrito e visual das práticas efetuadas, abrangendo também entrevistas com as professoras das disciplinas que cursei durante o projeto.

Como resultados da pesquisa, destaco que minha crescente consciência sensório-motora deve-se ao processo de investigação que tenho vivenciado, tornando mais clara minha imagem corporal e possibilitando uma crescente apropriação do meu corpo e movimento, o que venho conquistando através da respiração.

A partir da dinâmica de trabalho baseada nos três eixos citados – levantamento bibliográfico para compilação de conceitos, os laboratórios corporais e a relação teoria e prática –, a pesquisa ajudou-me a desenvolver qualidades crescentes em minha postura, na relação movimento/respiração, na precisão, fluxo e intenções de movimento, entre outras, abrindo espaço para que ocorresse uma melhora da bailarina-intérprete, que já se encontra em franco processo de modificações.

A organização de fotos e vídeos, realizada a partir da experiência corporal, tornou-se um material de pesquisa importante, tanto para aprofundamento das práticas como para documentação e comunicação do processo, podendo inclusive ser compartilhado com outros pesquisadores interessados no assunto. Outro caminho encontrado para a composição do laboratório foram as criações dos meus próprios exercícios e de novas matrizes

a serem testadas – experiência que pretendo dar continuidade e que, acredito, será de grande relevância para a construção do meu ser artista/educadora da dança.

#### **Referências Bibliográficas**

FORTIN, Sylvie. Contribuições possíveis da etnografia e da auto-etnografia para a pesquisa na prática artística. Revista Cena 7. Periódico do programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Instituto de Artes – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2006, p. 77-88.

FELDENKRAIS, Moshe. Consciência pelo movimento. 4.ed. São Paulo: Summus, 1977.