

LEAL, Daiane Fonseca. Somático/Sistêmico em Inte(g)ração. Salvador: Universidade Federal da Bahia. Pós-Graduação em Artes Cênicas, Mestrado, Orientadora: Ciane Fernandes. Professora, Performer.

### **RESUMO:**

O presente trabalho debate aspectos desenvolvidos na pesquisa de mestrado em Artes Cênicas, cujo tema associa a Educação Somática e a Abordagem Sistêmica no processo criativo do artista cênico. Tendo em vista que o artista cênico tem como matéria prima estados emocionais, observa-se como os conceitos integração, interação, auto regulação e impulso podem se aliar aos processos criativos de maneira colaborativa. Para isso, esta pesquisa se utiliza da teoria geral dos sistemas (Bertalanffy), em associação a conceitos como impulso, tecnologia interna e autoregulação buscando contribuir para discussões sobre o contexto cênico relacionado à expressão e às emoções do ator.

**Palavras- chave:** Educação Somática: Abordagem Sistêmica: Artista Cênico: Expressividade, Impulso.

### **ABSTRACT:**

A this paper discusses some aspects of the process of researches in the Performing Arts master degree. Master's thesis concerns the use of Somatic Education and the Systems Approach methods in the creative process of the scenic artist. Considering that the scenic artist has as raw material emotional states, we see how the concepts of integration, interaction, self-regulation and impulse can combine the creative processes in a collaborative way. This study uses the "general systems theory" (Bertalanffy), in association with concepts like impulse, internal technology and autoregulation, seeking to contribute to discussions about the scenic context related to the expression and the actor's emotions.

**Key words:** Somatic Education; Systems Approach; Scenic Artist; Expressiveness; Impulse.

A conceituação do termo impulso passa por diversas possibilidades e desdobramentos. Geralmente, nas práticas em teatro ele é acionado/mencionado de forma a contar com o entendimento intuitivo do ator/atriz. O objetivo deste trabalho é observar como o impulso faz parte de processos intrínsecos ao organismo e carrega em si variantes pertinentes ao “impulsionado”, ou seja, ao indivíduo que se move, compreendido como relacional, isto é, sempre em adaptação com um meio em constante mudança. Portanto, falar de impulso é falar também de buscas e descobertas pessoais corporais e psíquicas num todo interacional. Passa por questões que dizem de aspectos concretos do corpo físico no continuum *espaçotempo*, mas também por necessidades abstratas, desejos, vontades, esforços; tangíveis ao movente. Como salienta Hanna, o SOMA é constituído de matéria e energia, portanto, estas instâncias físicas e abstratas não são isoladas, mas, pelo contrário, estão em constante troca e constituição recíproca. Este artigo utiliza, ainda, de recursos autobiográficos, unindo minha experiência como atriz e pesquisadora a alguns conceitos da abordagem somática (HANNA, 2003.) e sistêmica (BERTALANFFY, 1975).

Em primeira instância sigo através de uma imagem sensorial que mapeia o impulso como: o ponto de partida da ação ou movimento. Esta definição esta em consonância com a categoria da Eukinética ou dinâmica de movimento, criada por Laban no século passado, em colaboração com a dançarina Mary Wigman. A partir das aulas com Wigman, Mary Starks Whitehouse desenvolveu o método somático do Movimento Autêntico, que parte do princípio de perceber e ser levado por este impulso interno, inclusive de olhos fechados e em dupla. Assim, estas são minhas principais referências com relação a impulso - Laban e Whitehouse – criadores de abordagens que venho praticando desde a graduação em teatro. Impulso é o primeiro estalo que ocorre no organismo prontificando-o para agir. Esta ação está condicionada ao continuum dinâmico Interno/Externo (LABAN,1978.), ou seja, o corpo em relação ao ambiente.

Imaginemos uma criança que se perde da mãe e de repente a reencontra. Certamente ao longo dessa experiência essa criança muda de frequência cardíaca, de ritmo respiratório, de sentimento e, por fim, de expressão. Uma

situação externa (ambiente) causa ajustes internos (organismo), que, em alguma medida é devolvido através de expressões do corpo ao meio. A criança ao sair da mensagem interna de perigo, demonstra para a mãe o medo o qual passou, gerando na mãe um sentimento de alerta. E assim sucessivamente, uma informação é transformada e mediada entre corpo e ambiente. Nesse caso o corpo da criança e o da mãe são organismos que funcionam como sistemas abertos (BERTALANFFY, 1978) sua principal característica é a capacidade de trocar informações.

Tanto o somático quanto o sistêmico defendem que o todo é mais que a soma das partes (FERNANDES, 2014), negando dessa forma a visão mecanicista e seguindo por uma perspectiva holística (WODRUFF, 1998). No caso da mãe com o filho, por ser uma situação real, os corpos reagem com seus instintos de defesa e sobrevivência. Eles interagem com a situação apoiados no medo da perda, contudo, é o que o medo provoca que funciona como impulsionador da ação de chorar, procurar, achar, acalmar. Na medida em que conseguimos codificar tais etapas e reproduzi-las, encontramos o fundamento do trabalho do ator. Contudo, o impulso não está somente vinculado a estímulos externos.

A somática valida o discurso no qual o corpo é compreendido em sua completude - SOMA (HANNA, 2003) – *locus* vivo da experiência. Além disso, SOMAS são interrelacionais, isto é, um não só depende do outro, mas complementa o outro, de forma a desconstruir a divisão de partes reafirmando a visão integrada do todo. Portanto, na aplicação prática do conceito SOMA, a Educação Somática desenvolve o trabalho corporal observando, também, questões psíquicas, comportamentais, padrões ditos predominantemente mentais ou internos ao indivíduo que reverberam na atitude de presença do ator e em suas possibilidades expressivas. Nesse contexto conceitos que visam o desenvolvimento da tecnologia interna (BOLSANELLO, 2011), como por exemplo, a escuta ativa, a desconstrução da dinâmica erro/acerto, presença, movimento como experiência, passam a ser considerados na preparação para a cena. Ou seja, o treinamento corporal leva em consideração regulações emocional/mental no trabalho de corpo do ator.

Já a visão sistêmica aponta a perspectiva de como observar situações e contextos relacionais, ou em interação. O jogo é um exemplo do funcionamento sistêmico, onde uma ação desencadeia a situação, que puxa outra ação e assim por diante. Para melhor explicar o que nos interessa no pensamento sistêmico podemos mencionar três leis que direcionam estudos sobre essa ótica. São eles: Todo sistema tende a buscar por equilíbrio dinâmico; Todos os sistemas possuem uma ordem; Todo sistema pertence e está em interação com outros sistemas. Bert Hellinger, psicoterapeuta alemão, tem aplicado tais leis em procedimentos terapêuticos transpessoais utilizando a relação de ver/ser visto como processo de repadronização. Estas leis sistêmicas assemelham-se a algumas características dos SOMAS, como descritas por Hanna:

Todos os *somas* são processos holísticos de estrutura e função, em constante troca entre matéria e energia; *somas* tendem simultaneamente a homeostase e equilíbrio enquanto tendem à mudança e desequilíbrio, num paradoxo que caracteriza e produz a vida; (...); todos os *somas* crescem numa alternância entre funções adaptativas analíticas e sintéticas rumo à diferenciação; *somas* coordenam suas partes holisticamente, intencionando seu crescimento, diferenciação e integração. (Hanna APUD FERNANDES, 2014, pp.82-83)

Bertalanffy (1975) em sua Teoria Geral dos Sistemas considera que todo organismo é um sistema e, portanto encontra em seu funcionamento uma organização entre as partes. No corpo humano, por exemplo, cada órgão tem um lugar, o que constrói o sentido de ordem. É importante considerar que a ordem das partes no organismo está diretamente conectada com sua função no mesmo. Saber sobre o lugar e importância no sistema constrói o sentido de pertencimento, que no caso mobiliza o jogador. Para finalizar, o sistema busca por equilíbrio dinâmico, logo quando uma parte não cumpre sua função ou sai de seu lugar, o sistema encontra uma forma de reorganizar-se suprimindo suas necessidades.

A visão sistêmica considera as partes para explicar o todo levando em consideração a interação entre as mesmas, mas tendo como objetivo final a integração. Este também é um aspecto fundamental na Educação Somática, como pode ser visto na obra de Irmgard Bartenieff:

O que é crítico para a compreensão dessas percepções [de movimento] é que elas sejam compreendidas como um todo – sem fragmentação. Mudança em qualquer aspecto muda a configuração total. Obviamente, a experiência do ser como um todo transcende a consciência de partes específicas, mas compreender as partes ajuda-nos a recriar o todo, a reanimar sua mobilidade e brincar/jogar harmoniosamente com um ambiente em mudança contínua (Bartenieff apud Bartenieff; Lewis, 1980, p. x),

Embora a somática e o sistêmico façam caminhos particulares, ambos se encontram no objetivo de reconhecer a totalidade dos corpos, indivíduos, grupos etc. Na prática de teatro observo como as duas abordagens podem entrar em consonância no trabalho corporal para a cena, ajudando a aperfeiçoar os processos de interação cênica.

Ao praticar exercícios corporais da linhagem do teatro físico, observei que havia uma discordância entre eu e o professor com relação ao termo impulso. Nessa ocasião o professor tocava diferentes partes do meu corpo e dizia para que eu seguisse o impulso. Ele se referia ao próprio toque como impulso, enquanto eu procurava reverberações internas em mim e aguardava as reações corporais que dessem apoio para o desenvolvimento da ação. Nesse caso, a partir do treinamento somático, através de métodos como Movimento Autêntico e da técnica Fundamentos Bartenieff, mapeava impulsos como sensações corporais que me dessem motivo para o movimento/ação. Contudo o professor me interrompia alegando que eu não havia seguido o impulso. Com um pouco de conversa, entendemos que falávamos de caminhos diferentes utilizando um mesmo conceito. Confesso que fiquei incomodada com o fato de ter que seguir caminhos prontos, no qual o impulso era predominantemente externo à minha decisão. Encontramos aí um impasse, eu não queria abandonar a autonomia somática e ele desejava aplicar determinado efeito cênico.

Na perspectiva somática os corpos constroem bases técnicas para administrar as demandas externas correlacionadas com suas próprias demandas. Trata-se do ator se colocar como sujeito de toda e qualquer demanda, e definir suas prioridades, mesmo que esteja subordinado a uma partitura corporal, por exemplo. Com essa regulação o ator construirá pontos de apoio para a criação cênica num processo autônomo. Sistemicamente essa autonomia gera o sentimento de pertencimento, pois sua expressão é reconhecida. O que

ocasiona em reconhecer seu lugar no grupo e na cena e posteriormente na relação de trocas e na dinamização do equilíbrio possibilitando posturas menos competitivas e mais colaborativas, ou ainda mais honestas diante as dificuldades do processo. Os atores precisariam reconhecer um ao outro como parceiros que buscam algo em comum.

Na abordagem da Educação Somática, em exercício parecido proposto pela técnica Fundamentos Bartenieff, o foco é a experiência do movimento para aquele que é tocado, é ele quem define o percurso, de forma que quem toca se adapta ao percurso proposto chegando a um processo de comunicação e sensibilização de um para o outro. Sua ação passa a estar condicionada ao que ele pode oferecer e não a um ideal estabelecido antecipadamente. Tais princípios amenizam a ansiedade, dando espaço para que os atores estejam inteiros na interação proposta pela cena. Neste contexto a postura, a crença ou a demanda muda todo o percurso da criação, desde a atitude cênica dos atores, passando pelo resultado estético e chegando a comunicação com o público.

Como atriz que busca interação e integração no impulso/ação/movimento, tem sido importante mapear corporalmente o impulso numa percepção de critérios abertos. O fato de ter passado por experiências em que o impulso foi desenhado cognitivamente através de exercícios somáticos que apoiavam a investigação, construiu referências de minhas próprias sensações corporais, sendo este um território para o qual sempre volto. Neste caminho percebo como ocorre o impulso em meu próprio corpo, a partir da escuta ativa de meus processos internos e de como me torno auto reguladora em determinadas etapas das interações, ou ainda, como sou guiada por dinâmicas coletivas ou individuais. Nisso compreendo o treinamento corporal do ator pautado no reconhecimento dos instintos e padrões individuais, na percepção e conexão com os impulsos ou pulsões (FERNANDES, 2014) para posterior desdobramento de signos que criam sentido coletivamente. A interação com o outro passa por uma construção corporal impulsionada no indivíduo, que ressoa e impulsiona o parceiro. O contínuo Interno/Externo desencadeia na interação. Trata-se de um treinamento corporal como sistema aberto e, ainda sim, de impulsos individuais.

## REFERÊNCIAS:

BOLSANELLO, Debora Pereira. A Educação Somática e os Conceitos de Descondicionamento Gestual, Autenticidade Somática e Tecnologia Interna. *Motrivivência*, nº36, 2011, pp.306/322.

BARTENIEFF, Irmgard E LEWIS, DORI. *Body Movement. Coping with the Environment*. Langhorne: Gordon & Breach Science Publishers, 1980.

BERTALANFFY, Ludwig Von. *Teoria Geral dos Sistemas*; trad. Francisco M. Guimarães. 2º ed. Petropolis, Vozes; Brasília, INL, 1975.

FERNANDES, Ciane. *O Corpo em Movimento: O Sistema Laban/Bartenieff na Formação e Pesquisa em Artes Cênicas*. 2. ed. (revisada e aumentada), 2006.

FERNANDES, Ciane. Como se Move o que Nos Move? *Variações Autênticas, Padrões Cristal e Pesquisa Somático-performativa*. *Movement News*, fall 2012, pp.68-83.

FERNANDES, Ciane. *Pesquisa Somático-Performativa: Sintonia, Sensibilidade e Integração*. In: *Art Research Journal*. UFRN, v.1, n.2, 2014, pp.76-95.

FERNANDES, Ciane. *Perforgrafias: Pulsões Espaciais Somático-Performativas*. In: *Revista A.DNZ (Universidad de Chile)*, n.1, vol.1, 2014, pp.60-71.

FERNANDES, Ciane. Quando o Todo é Mais Que a Soma das Partes: somática como campo epistemológico contemporâneo. In: *Rev. Bras. de Estud. Presença*, Porto Alegre, v.5, n.1, p. 9-38, jan./abr. 2015.

HANNA, Thomas. *The Field of Somatics*. *Somatics: magazine-journal of the bodily arts and sciences*, v. I, n. 1, p. 30-34, autumn 1976. Disponível em: <http://somatics.org/library/biblio/htl-fieldofsomatics> . Acesso em: 02 de março de 2015.

LABAN, Rudolf. *Domínio do Movimento*. Lisa Ullmann, org. São Paulo: Summus Editorial, 1978.

WOODRUFF, Dianne. "Treinamento na Dança: Visões Mecanicistas e Holísticas". In: *Estudos do Corpo. Cadernos do GIPE-CIT*, n. 2 (novembro, 1998), 31-39. trad. Leda Muhana.