

---

## Editorial / Dossiê Temático

### Somática da Voz: conhecimento corporalizado na experiência integrada voz-movimento

Por Diego Pizarro e Sulian Vieira Pacheco

#### *Respirando*

*Nascemos com uma inspiração.*

*Morremos com uma expiração.*

*Cada respiração marca um momento da nossa vida.*

*A respiração é um terreno expandido para a percepção, o sentimento e o pensamento.*

*É a fonte que dá origem à nossa voz.*

*Ela responde, armazena e orienta todas as nossas memórias.*

*É o recipiente para a nossa história de experiência.*

*É o nosso recurso para a transformação<sup>1</sup>.*

Bonnie Bainbridge Cohen

(abril de 2024)<sup>2</sup>

Dentre os aspectos - artesanais por natureza - da práxis do campo da Somática estão habitar, padronizar/repadronizar, despertar, modular e intensificar os processos orgânicos inerentes à vida, e que podem regular os ciclos sensoriomotores de forma eficiente, confortável (livre de dores) e adaptável para as necessidades de cada pessoa e suas coletividades.

O chamado de Bonnie Bainbridge Cohen (1941-) - criadora do sistema somático Body-Mind Centering<sup>SM</sup> (BMC<sup>SM</sup>)<sup>3</sup> - para a respiração como fonte da vida, origem da expressão vocal e terreno experiencial da percepção e da memória aponta para a inequívoca realidade holística da integração total de que somos feitos. Um dos convites que envolvem esta prática é conectar-se de fato com a *respiração celular*, isto é, um processo químico que acontece na célula

---

<sup>1</sup> No original: “*Breathing* / We birth with an inbreath. / We die with an outbreath. / Each breath marks a moment of our life. / Breathing is an expansive ground of perception, feeling, and thought. / It is the wellspring that gives rise to our voice. / It responds, stores, and guides all of our memories. / It is the vessel for our history of experience. / It is our resource for transformation”.

<sup>2</sup> Copyright © 2024 Bonnie Bainbridge Cohen, utilizado com autorização. Esta epígrafe foi ofertada exclusivamente a este dossiê temático por Bonnie Bainbridge Cohen, a pedido das pessoas editoras.

<sup>3</sup> Body-Mind Centering<sup>SM</sup> (BMC<sup>SM</sup>) “é um sistema somático desenvolvido pela terapeuta ocupacional e dançarina estadunidense Bonnie Bainbridge Cohen e por seus/suas colaboradores/as. Essa prática envolve experiências profundas com o desenvolvimento da criança (Corporalização do Desenvolvimento do Movimento), os sistemas corporais (Anatomia Corporalizada) e a Embriologia Corporalizada, bem como as inter-relações psicofísicas de todos esses aspectos. É um território poético de cura e descobertas sobre si e o mundo que realiza uma cartografia dos tecidos corporais e repadronização por meio de: toque, movimento, som e voz” (Pizarro, 2020, p. 69).

viva. A integração da respiração interna (pulmões-coração-células) com a respiração externa (atmosfera-vias aéreas-pulmões), nutrindo-se do oxigênio do mundo e alimentando o mundo com gás carbônico, pode ser entendida com a ideia de que o mundo está em nós e nós estamos em todo o mundo (Bainbridge Cohen, 2014, 2015a, 2015b). Esta conexão profunda com o ambiente exerce um papel fundamental na compreensão dos processos somáticos como uma experiência ecológica em potencial. No nível celular, a respiração é fonte de energia, motilidade e comunicação pelos fluidos. Nossa voz sonora nasce com a respiração.

Neste dossiê temático, que aqui se apresenta pelo desejo de dialogar sobre/com a Somática da Voz, buscamos abrir e ampliar a conversa a fim de que a noção contemporânea expandida de Somática continue fazendo parte da pesquisa e da práxis vocal nacional e internacionalmente, aumentando o conhecimento sobre o tema e ampliando suas perspectivas e aplicações. É uma busca nossa, pessoas editoras deste dossiê, conhecer quais pesquisas e pessoas pesquisadoras têm se envolvido com o tema, mesmo quando não denominam o que fazem com o termo Somática.

O termo Somática (*Somatics*) é um neologismo criado pelo estadunidense Thomas Hanna nos anos 1970 para designar práticas corporais não convencionais preocupadas com a integração de múltiplas dimensões da existência: física, mental, emocional, energética, espiritual e outras (Pizarro, 2020; Fernandes; Pizarro; Scialom, 2024). A empreitada de Hanna (1970, 1976) visava nomear um possível novo campo de conhecimento agrupando diferentes sistemas, métodos e técnicas preocupados com a saúde e a expressão, modulados pela mudança de hábitos nocivos, repadronização e reconfiguração postural e expressiva, além da noção holística vivencial de corpo como totalidade.

A Somática na atualidade pode ser compreendida como um campo contemporâneo transdisciplinar de conhecimentos, advindo de experiências de corpos vivos em inter-relação com fatores biológicos, psicológicos, sociais, ambientais e políticos, em movimentos e práxis que vêm sendo desenvolvidos na pesquisa acadêmica já há várias décadas. De vocação transdisciplinar, isto é, afeita à complexidade, à diversidade e à multidimensionalidade, a Somática vai além dos métodos, sistemas e técnicas estabelecidos no mundo euro-americano a partir da virada do século XIX. “Reconhecendo sua origem branca e europeia, percebe-se um deslocamento da Somática na atualidade, na contramão de modelos fechados, dualistas, homogêneos, unívocos, capacitistas, racializantes e classistas, num caminho contracolonial.” (Fernandes; Pizarro; Scialom, 2024).

Acrescente-se a isso a experiência ancestral de integração holística total de movimento e voz de povos nativos e seus modos de vida que têm sido inspiração de diversos praticantes somáticos e artistas da cena. Tais povos, em confluência (Bispo dos Santos, 2023), têm se articulado em pesquisa e criação artística para estabelecer a existência de outros modos de estar no mundo a partir de saberes contracoloniais, num posicionamento genuinamente somático, desde sempre.

Dentre os usos e abusos do termo Somática atualmente, destaca-se sua apropriação indiscriminada para nomear quaisquer tipos de práticas corporais, mesmo que não estejam conectadas com as pedagogias, metodologias e técnicas somáticas. O termo passou a ser usado nas artes do corpo e nas práticas alternativas de saúde para nomear tudo o que se refere ao corpo, geralmente o corpo físico. Fato que, se observado somente dessa dimensão unívoca, retira a Somática do seu terreno de ação total, que considera a integração das diferentes dimensões de corpos (físico, mental, emocional, energético, espiritual, da alma, entre outros, conforme já mencionado) para novos acontecimentos de ação no mundo.

A voz é acontecimento potencial dos *somas* humanos e tem sido tema de debates e tensionamentos de pesquisas nas Artes Cênicas com mais ênfase nas duas últimas décadas envolvendo práticas somáticas. O livro editado por Christina Kapadocha, por exemplo, *Somatic Voices in Performance Research and Beyond* (2021) agrupa pessoas pesquisadoras internacionais, majoritariamente do norte global, que discutem, apresentam e introduzem seus movimentos práticos com a voz e as metodologias somáticas, emergindo de experiências com dança, atuação e preparação cênicas. Os temas tratados confirmam a diversidade do campo da Somática na pesquisa vocal, ao lidar com perspectivas afrodiáspóricas, estudos sobre a diversidade sexual e de gênero, além de pessoas com deficiência.

Pessoas que desenvolveram sistemas somáticos no último século, como Bonnie Bainbridge Cohen, Moshé Feldenkrais e Frederick Matthias Alexander, por exemplo, ampliaram as práticas vocais a partir de suas propostas somáticas, integrando arte, saúde, filosofia e educação. Seu intento, contudo, não parece ter sido desenvolver uma técnica vocal, nem mesmo uma técnica vocal para a cena. O trabalho vocal nessas práticas somáticas tende a ser um convite para a integração do som e da voz a fim de propiciar o restabelecimento de capacidades sensoriomotoras outrora perdidas e/ou para regular funções e despertar a consciência corporal pela integração movimento-voz. Feldenkrais precisou reaprender a caminhar, após ter perdido essa capacidade (Paparo, 2021), Alexander precisou reaprender a falar, após ter perdido a voz em seu trabalho de ator, Bonnie Bainbridge Cohen investigou a

fundo a voz e sua expressão espacial (interna e externa) (Dynamics, 201?a, 201?b), especialmente porque começou a falar somente aos quatro anos de idade e sempre teve dificuldades com a palavra falada. A presença do trabalho vocal nestes casos parece funcionar de fato como fundamental para a integração total das capacidades humanas.

Os princípios somáticos desenvolvidos em cada sistema somático é que têm sido utilizados por profissionais das Artes Cênicas em variados contextos para criar procedimentos vocais de treinamento e composição para a cena. Linklater (*apud* McAllister-Viel, 2021) afirma, por exemplo, que a influência de Alexander é inegável em muitos trabalhos vocais desenvolvidos desde a criação de sua técnica somática e expansão no século XX. Então, entre micromovimentos e impulsos somáticos, mover e vocalizar / vocalizar e mover tem sido uma prática deveras presente em diferentes iniciativas e experimentos de pesquisa, conforme podemos visualizar na amostra de textos publicados aqui neste dossiê.

As tensões, ou mesmo oposições, entre a voz e o movimento, presentes ainda no campo das Artes Cênicas, vêm sendo desafiadas pelas perspectivas que compreendem o lugar de ambos no corpo em todas as suas dimensões. Ao compreender voz e movimento como potências criativas do corpo, podem ser exploradas as singularidades de suas intervenções no mundo. As práticas somáticas nos permitem superar a captura da voz exclusivamente pelo campo da linguagem verbal, em sua dimensão cognitiva: a voz humana resulta do corpo, age no e com um corpo e outros corpos. As dimensões cinéticas, sonoras, afetivas e cognitivas configuram a potência vocal. A sua existência nasce em movimentos aparentemente invisíveis para passar a ser movimento acústico. Os movimentos respiratórios podem, simultaneamente, configurar impulso para a vocalização, gesto e deslocamentos.

As forças visíveis e invisíveis que atuam somaticamente no movimento e na voz, carregam todo o mundo vivido da pessoa atuante. A experiência corporal com movimento e voz é multidimensional por natureza; como afirma Sondra Fraleigh, “O corpo nunca é só um corpo. E a voz nunca é só a voz” (Fraleigh, 2021, p. 37)<sup>4</sup>.

Considerando a urgência das perspectivas somáticas da voz no atual contexto de pesquisas, pedagogias e práticas, este dossiê abriu-se para receber trabalhos envolvendo, mas não limitados, aos seguintes temas: A presença da voz nas pedagogias, metodologias e técnicas somáticas; Voz e Somática em processos das Artes Cênicas; Voz dançada e dança vocal; práticas contracoloniais de experiências vocais e somáticas; sistemas somáticos e práticas vocais; performance e performatividade em associações entre Somática e voz; prática

---

<sup>4</sup> No original: “*The body is never just the body. And the voice is never just the voice.*”

como Pesquisa a partir de técnicas e explorações somáticas vocais; criação e composição coreográfica e cênica a partir da integração entre Somática e voz; abordagens vocais transculturais em diálogo com práticas somáticas.

Como resultado da chamada de trabalhos, enquanto acionamos nossos pares para submeterem suas reflexões de pesquisa, lidamos com diversas situações, dentre elas o receio de diversas pessoas pesquisadoras em escrever sobre o aspecto somático de suas práticas sem serem formados em algum método somático específico. Tal realidade parece reafirmar a necessidade de existência deste dossiê *Somática da Voz*, para podermos vislumbrar ultrapassar limites e amarras disciplinares e permitir que o aspecto somático de nossa práxis se manifeste em toda sua inteireza. Perguntas que surgiram em nós com este trabalho de edição de pesquisas a serem publicadas englobam: Até onde os trabalhos vocais continuam sendo somáticos? O que é somático nesses trabalhos? O próprio conteúdo e os princípios que utiliza? A metodologia de trabalho? Ou, ainda, a pedagogia em uso que é somática? De que modo os processos vocais de composição para a cena têm sido somáticos ou têm buscado a cultura somática em seus procedimentos? Precisaremos de outro dossiê para continuarmos ensaiando reações razoáveis a estas perguntas.

De todo modo, as pessoas pesquisadoras que puderam materializar em textos uma reação ao nosso chamado, ajudaram a formar um interessante compilado de pontos de vista com o tema em questão.

Domingos Sávio Ferreira de Oliveira e Lidia Becker homenageiam Maria da Glória Cavalcanti Beuttenmüller (Glorinha Beuttenmüller) em *Trajetória e conceituação do Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller e sua aplicabilidade ao teatro*. Descrevem o caminho que a fonoaudióloga brasileira percorreu desde suas experiências com pessoas com deficiência visual até a compreensão das diferentes formas de percepção do corpo como substância de sua proposta. Oliveira e Becker destacam a integração entre movimento, voz e presença física temporal e espacial com intensa relação com os desafios de atuação para o teatro.

Christina Kapadocha, que trabalha entre a Grécia e o Reino Unido, oferece, com seu artigo *I touch-I breathe-I move-I voice-I speak: Somatic logos toward social care*, uma escrita intencionalmente somática para discutir o fortalecimento do sentido de cuidado, bem-estar e expressão criativa por meio do autotoque, da escuta somática, da vocalização e da fala. Apoiando-se em seu estudo de caso com uma série de workshops ministrados por ela desde novembro de 2022 em contextos variados, defende que a Somática não está confinada ao self

de maneira individualista, mas sim de forma intercorporalizada, estendendo-se para uma consciência relacional e potencial para transformações sociais mais amplas.

A experiente educadora somática nova iorquina, Martha Hart Eddy, em *Moving Our Voices for Strength and Justice, Somatically*, descreve os procedimentos vocais que desenvolve no sistema somático de sua autoria, *Dynamic Embodiment*, a partir da Análise de Movimento Laban, dos Fundamentos Corporais Bartenieff e do BMC<sup>SM</sup>, e segue em reflexão sobre como o trabalho vocal somático pode ser capaz de transformar realidades sociais. A autora dialoga com uma entrevistada, Carol Swann, sua companheira de trabalho na Escola *Moving on Center*, em São Francisco, Califórnia, que compartilha sua prática VocalMotion, combinando práticas vocais com movimentos de perspectiva cultural e cotidiana.

Danilo Souto, fonoaudiólogo, preparador vocal e professor do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará, dispõe um recorte sobre a proposta de formação vocal da professora de atuação, atriz e diretora de teatro escocesa Kristin Linklater em *A Dimensão Psicofísica do Ator na Técnica Linklater de Voz*. A partir da obra *Freeing The Natural Voice*, ainda sem tradução à língua portuguesa, apresenta a progressão inicial da *Técnica Linklater* em três etapas: a “consciência do corpo”, a “consciência da respiração” e a etapa que culmina em vocalizações chamadas “toque do som”. As duas primeiras etapas permitem recuperar os impulsos primários para acessar o que Linklater nomeia como “voz natural”.

Em *Introdução à obra de Arthur Lessac em contexto pedagógico universitário* a atriz e professora universitária Gina Tochetto comunica os resultados de uma aproximação à proposta do Treinamento *Kinesensic* de Arthur Lessac junto ao curso de graduação para a formação em Artes Cênicas na Universidade Federal da Grande Dourados, Mato Grosso do Sul. O repertório de exercícios do treinamento vivenciado pelos participantes da disciplina ministrada por Tochetto, com ênfase nas energias corporais trabalhadas por Lessac - *Buoyancy, Radiancy, Potency e Inter-Involvement* -, é apresentado como abordagem holística para o trabalho vocal que propicia aprendizado orgânico. As vivências das pessoas participantes são cuidadosamente consideradas e revelam a experiência com distintos saberes ligados à voz, à fala e ao corpo que favorecem a expressão criativa e o bem-estar.

No texto *Para se aproximar da canção: Duetos Pedagógicos*, Letícia Carvalho e Carlos Henrique Barto Júnior, convidam - por meio de uma narrativa somático-sensorial - a conhecer parte de uma vivência compartilhada por ambos em ambientes amazônicos paraenses preservados que despertou no duo o desejo de desenvolver uma experiência pedagógica

colaborativa para a experiência com o ensino de canto no curso de Artes Cênicas da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. O dueto pedagógico, no jogo polifônico das singularidades, constata a necessidade de ampliar as escutas de si, da turma, do espaço e tempo das pessoas participantes da experiência pedagógica. Reconhecem a necessidade de identificar os repertórios musicais e as vivências de cada pessoa participante da disciplina em questão, estimulados por proposições somáticas, que resultaram em uma prática pedagógica sintonizada com propósitos contracoloniais.

Edith Marlis de Camargo Mosberger, Ana Paula Dassie-Leite e Robson Rosseto apresentam o cerne da pesquisa de mestrado em andamento da musicista suíça e educadora somática radicada no Brasil, Edith de Camargo, em *corpoVoz espaço: a arte do corpo vivo*. A pesquisa busca unir corpo, criatividade e o desenvolvimento de habilidades vocais pela integração de princípios do BMC<sup>SM</sup>, a pedagogia e fisiologia vocal e o Campo de Visão - um jogo improvisacional em coro.

No artigo, *Sobre a Experiência Mística e Somática nas Rodas de Danças da Paz Universal*, Márcia Virgínia Bezerra de Araújo, professora do curso de Licenciatura em Dança da Universidade Federal de Pernambuco, apresenta o movimento de Danças da Paz Universal (DPU), mostrando como seus aspectos místicos e somáticos promovem uma espiritualidade plural. A autora demonstra, a partir da experiência com as DPUS em diferentes contextos e grupos, a integração de respiração, som, voz, palavra, movimento e dança nesta prática surgida na década de 1960, na Califórnia, EUA, unindo em seu repertório diversas tradições culturais, que marcam o desejo de aprofundamento na comunhão e oração pelo ato de dançar.

Na seção de traduções<sup>5</sup>, temos a entrevista, originalmente em língua inglesa, realizada por Christina Kapadocha com a novaiorquina radicada em Amsterdã, Patricia Bardi, uma pioneira da integração do sistema somático BMC<sup>SM</sup> com práticas vocais, na cena e fora dela. Em seu depoimento, Bardi define seu trabalho corpóreo-vocal como expressão do movimento somático. Ela informa sobre suas ferramentas de trabalho a partir da corporalização dos órgãos com movimento e vocalização, além de delimitar as dimensões que completam a formação que oferece em seu programa de quatro anos, combinando o que ela denomina de Dança Vocal (*Vocal Dance*), Integração Voz-Movimento (*Voice Movement Integration - VMI*) e Trabalho Corporal de integração do Movimento Vital (*Vital Movement Integration Bodywork - VMIB*).

---

<sup>5</sup> Agradecemos à Ciane Fernandes pelo apoio na escolha dos trabalhos a serem traduzidos para publicação neste Dossiê Temático.

Charulatha Mani, cantora australiana nascida na Índia, em *CompoSing consciência: Abordando a Somaestética através da Voz e do Yoga* questiona o recato e a estaticidade cinética estabelecida na música *Karnatik* do sul da Índia contemporânea, resultante do processo de colonização britânico. Expõe a essência da *Somaestética*, proposta por Richard Shusterman, como uma filosofia em ação que reconhece o desenvolvimento da consciência do movimento e da voz como forma de manter e/ou redefinir valores socioculturais. Mani associa os princípios fundamentais da *Somaestética* às filosofias do yoga e da consciência corporal no som vocalizado e percebido nos processos composicionais e de performance do canto no duo *Sonic River*. Como um achado de sua pesquisa, reconhece seu devir ativista contracolonial em sua busca por princípios *somaestéticos* para a composição da música *Karnatic*.

A variedade de abordagens, localidades, contextos, interesses e aplicações cobertas pela amostra deste dossiê demonstra a diversidade própria da expressão vocal humana em suas diferenças culturais. Corroborra também com a noção expandida de Somática na contemporaneidade, localizando ações individuais, conectadas pelo interesse coletivo na integração movimento-voz. Esperamos que mais pesquisas sejam compartilhadas a fim de ampliar o espectro do que podemos denominar como Somática da Voz.

## Referências

BAINBRIDGE COHEN, Bonnie. **Breathing & Vocalization**. Apostila de curso de formação. Textos escritos de 1988 a 2006. Amherst, MA: The School for Body-Mind Centering®, 2014.

BAINBRIDGE COHEN, Bonnie. **The Mechanics of Vocal Expression**. El Sobrante, CA: Burchfieldrose, 2015b.

BAINBRIDGE COHEN,. **Sentir, perceber e agir: educação somática pelo método Body-Mind Centering®**. Tradução de Denise Maria Bolanho. São Paulo: Edições Sesc São Paulo, 2015a.

BISPO DOS SANTOS, Antônio. **A terra dá a terra quer**. São Paulo: Ubu Editora/Piseagrama, 2023.

DYNAMICS of breathing: a Body-Mind Centering approach to embodied anatomy. Bonnie Bainbridge Cohen. El Sobrante, CA: Burchfield Rose Publishers, (201?b). DVD, 5 discos (483 min.), son., color

DYNAMICS of vocalization: a Body-Mind Centering approach to embodied anatomy. Bonnie Bainbridge Cohen. DVD, 6 discos (579 min.), son., color. El Sobrante, CA: Burchfield Rose Publishers, (201?a).

FERNANDES, C.; PIZARRO, D.; SCIALOM, M. **Prática como Pesquisa, Somática e Ecosystem Performance**. São Paulo: Giostri, 2024.



FRALEIGH, Sondra. Never just the body: Etudes between voice and dance. In: KAPADOCHA, C. (org.). **Somatic Voices in Performance Research and Beyond**. New York: Routledge, 2021. p. 37-50

HANNA, Thomas. **Bodies in revolt: a primer in somatic thinking**. 2<sup>a</sup>. edição. Novato, CA: Freeperson Press, 1985 [1970].

HANNA, Thomas. The field of somatics. **Somatics: magazine journal of the bodily arts and sciences**, Novato, CA, v. 1, n. 1, p. 30-34, outono, 1976. Disponível em: <https://somatics.org/library/htl-fieldofsomatics>. Acesso em: 16 dez. 2019.

MCALLISTER-VIEL, Tara. (Re)considering the role of touch in “re-educating” actors’ body/voice. In: KAPADOCHA, C. (org.). **Somatic Voices in Performance Research and Beyond**. New York: Routledge, 2021. p. 115-129.

PAPARO, Stephen. Voicing with awareness: an introduction to the Feldenkrais Method. In: KAPADOCHA, C. (org.). **Somatic Voices in Performance Research and Beyond**. New York: Routledge, 2021. p. 89-97.

PIZARRO, D. **Anatomia Corpoética em (de)composições: três corpus de práxis somática em dança**. 2020. 446 f. il. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) - Escola de Teatro, Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas, Universidade Federal da Bahia - UFBA, Salvador, 2020.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.55046>