

VOZ e CENA

v. 05, n.º 01, jan-jun/2024

ISSN: 2675-4584



Sumário

Editorial / Apresentação _____	04
Editorial / Dossiê Temático _____	06
Expediente _____	15

Dossiê Temático “Somática da Voz” - Artigos

Trajetória e conceituação do Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller e sua aplicabilidade no teatro <i>Domingos Sávio Ferreira de Oliveira; Lídia Becker</i> _____	18
I touch-I breathe-I move-I voice-I speak: Somatic logos toward social care <i>Christina Kapadocha</i> _____	34
Moving Our Voices for Strength and Justice, Somatically <i>Martha Hart Eddy</i> _____	52
A dimensão psicofísica do ator na Técnica Linklater de voz <i>Danilo Souto Pinho</i> _____	75
Introdução à obra de Arthur Lessac em contexto pedagógico universitário <i>Maria Regina Tocchetto de Oliveira</i> _____	88
Para se aproximar de uma canção: Duetos Pedagógicos <i>Carlos Henrique Barto Júnior; Letícia Carvalho</i> _____	113
corpoVoz_ espaço: a arte do corpo vivo com som e movimento <i>Edith Marlis de Camargo Mosberger; Ana Paula Dassie-Leite; Robson Rosseto</i> _____	133
Sobre a Experiência Mística e Somática nas Rodas de Danças da Paz Universal <i>Márcia Virgínia Araújo</i> _____	156

Artigos - Fluxo Contínuo

Um olhar Bakhtiniano sobre a construção vocal de pessoas com diversidade de gênero
Isadora Bitencourt _____ 185

Dossiê Temático “Somática da Voz” - Traduções

Sobre a prática de Integração Voz-Movimento: despertando ressonância no corpo em movimento
Diego Pizarro _____ 207

CompoSing consciência: abordando a Somaestética através da Voz e do Yoga
Sulian Vieira _____ 223

Registros Audiovisuais

A Máquina Desejante
João Lucas; César Lignelli _____ 251

Editorial / Apresentação

por César Lignelli, Daiane Dordete, Meran Vargens e Tiago Mundim

No primeiro semestre de 2024, vivemos no Brasil uma tragédia climática no sul do país de dimensões superlativas e sem precedentes em nossa história recente. Por outro lado, uma greve nacional dos servidores técnico-administrativos e depois de professores da maioria das universidades públicas e institutos federais brasileiros assolou nosso dia-a-dia. Naturalmente esse contexto afeta a logística da Revista Voz e Cena que tem íntima relação com inúmeras IES das 5 regiões do país.

Mas, com resiliência, seriedade, alegria e esperança, seguimos firmes no percurso no qual, de fato, acreditamos. No volume 5, número 01 de 2024, da *Revista Voz e Cena* é apresentado o dossiê temático *Somática da Voz* que foi engendrado com muita dedicação e sagacidade pelo comitê editorial formado por Diego Pizarro, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB) - Campus Brasília e por Sulian Vieira Pacheco, Universidade de Brasília (UnB).

Em seu conjunto, este número conta com 9 artigos (8 do dossiê temático e 1 do fluxo contínuo) e 2 traduções que também fazem parte do dossiê temático (1 artigo e 1 entrevista traduzidas do inglês para o português respectivamente por Sulian Vieira e Diego Pizarro) além de 1 registro audiovisual no fluxo contínuo.

Apesar da robustez desse número, percebemos possibilidades concretas, assim como a importância, de ainda avançar nesta seara. Desta feita, em comum acordo com o comitê editorial do dossiê temático *Somática da Voz* teremos em nosso próximo número sua continuidade em *Somática da Voz 2*, inaugurando na *Revista Voz e Cena* a presença de dois dossiês temáticos em um mesmo número.

Considerando as autorias e coautorias dos manuscritos que integram as diversas seções deste número, tivemos a participação direta de 18 pessoas, vinculadas a instituições das 4 regiões do Brasil, além de pesquisadoras que mantêm relações com instituições de Nova York e do Reino Unido. Neste número foram escritos 2 artigos originalmente em língua inglesa por pesquisadoras emblemáticas da *Somática da Voz*. Temos também a publicação de 2 artigos, 1 registro audiovisual e 2 traduções de autoria de pessoas atualmente filiadas a Instituições de ensinos da região Centro-Oeste, 2 artigos da região Nordeste, 2 artigos da região Sudeste e 1 artigo da região Sul.

Para além dos artigos detalhados no Editorial/Dossiê Temático, temos a seção de fluxo contínuo que apresenta o artigo intitulado *Um olhar Bakhtiniano sobre a construção vocal de pessoas com diversidade de gênero*. Isadora Bitencourt relaciona a materialidade fônica da voz à subjetividade de quem fala e traça uma reflexão sobre a voz da pessoa transgênero como uma de suas formas de identificação. Compreende a voz como índice do sujeito da enunciação e a identifica como uma forma instantânea de revelação do gênero em transição. A partir das proposições de Bakhtin, aborda a questão social da linguagem e reconhece os efeitos de sentido produzidos e projetados pela singularidade da voz de uma pessoa, que impactam em sua identidade de gênero.

Na seção de registros audiovisuais encontra-se um compilado de desenhos, fotografias, esquemas de dispositivos cenográficos, textos e links (áudios, vídeos, dramaturgia e *clipping*) da peça-concerto-instalação *A Máquina Desejante* de João Lucas e César Lignelli. Cabe destacar que a dupla desenvolve parcerias há aproximadamente 10 anos no âmbito do grupo de pesquisa *Vocalidade & Cena* (CNPq) e têm tido como resultado tanto a publicação de artigos científicos e livros, quanto a composição de espetáculos cênico-musicais.

Deixamos por aqui também nosso agradecimento ao PPG-CEN/UnB e à CAPES pelo apoio institucional, aos integrantes da *Rede Voz e Cena* e às nossas parcerias interinstitucionais via professoras e professores atuantes nos cursos técnicos, de graduação e de pós-graduação em Artes Cênicas da Universidade de Brasília (UnB), da Universidade Federal Grande Dourados (UFGD), da Universidade Federal do Acre (UFAC), da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), da Universidade Federal da Bahia (UFBA), da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), da Universidade Estadual de São Paulo (UNESP), da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC), da Escola de Arte Dramática (EAD/ECA/USP), da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), da Universidade Federal de Uberlândia (UFU) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) e da Universidade Federal de São João Del Rei (UFSJ).

Por fim, reiteramos a importância da leitura e da utilização de nossos artigos, sobretudo em pesquisas relacionadas às sonoridades e às artes da cena, para que possamos dar continuidade à revista e, cada vez mais, melhorar a qualidade de nossas publicações.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.55045>

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 transformação¹.

Bonnie Bainbridge Cohen

(abril de 2024)²

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 CenteringSM (BMCSM)³ - 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

¹ 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”.

² 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.

³ Body-Mind CenteringSM (BMCSM) “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)⁴.

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

⁴ 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 BMCSM, 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 BMCSM, 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 traduções⁵, temos a entrevista, originalmente em língua inglesa, realizada por Christina Kapadocha com a nova-iorquina radicada em Amsterdã, Patricia Bardi, uma pioneira da integração do sistema somático BMCSM 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*).

⁵ 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. Corrobora 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^a. 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/vozcenv5i01.55046>

Expediente

Universidade de Brasília

Reitora: Márcia Abrahão Moura

Vice-Reitor: Enrique Huelva Unternbäumen

Instituto de Artes

Diretora: Fátima Aparecida dos Santos

Coordenador do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas: Érico José

Editor-chefe

César Lignelli (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - ORCID

Editoras Associadas

Daiane Dordete Steckert Jacobs (Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC, Florianópolis/SC, Brasil) - ORCID

Meran Muniz da Costa Vargens (Universidade Federal da Bahia - UFBA, Salvador/BA, Brasil) - ORCID

Tiago Mundim (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - ORCID

Conselho Editorial

Adriana Fernandes (Universidade Federal da Paraíba - UFPB, João Pessoa/PB, Brasil) - ORCID

Ana Cristine Wegner (Université de Poitiers - UP, Poitiers, França) - ORCID

César Lignelli (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - ORCID

Claudia Echenique (Pontificia Universidad Católica de Chile - PUC/Chile, Santiago, Chile) - ORCID

Daiane Dordete Steckert Jacobs (Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC, Florianópolis/SC, Brasil) - ORCID

Domingos Sávio Ferreira de Oliveira (Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, Rio de Janeiro/RJ, Brasil) - ORCID

Eugênio Tadeu Pereira (Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Belo Horizonte/MG, Brasil) - ORCID

Fernando Manuel Aleixo (Universidade Federal de Uberlândia - UFU, Uberlândia/MG, Brasil) - ORCID

Giuliano Campo (Ulster University - UU, Belfast, Irlanda do Norte) - ORCID

Janaína Träsel Martins (Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, Florianópolis/SC, Brasil) - [ORCID](#)

Jane Celeste Guberfain (Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, Rio de Janeiro/RJ, Brasil) - [ORCID](#)

Leonel Martins Carneiro (Universidade Federal do Acre - UFAC, Rio Branco/AC, Brasil) - [ORCID](#)

Marcos Machado Chaves (Universidade Federal da Grande Dourados - UFGD, Dourados/MS, Brasil) - [ORCID](#)

Meran Muniz da Costa Vargens (Universidade Federal da Bahia - UFBA, Salvador/BA, Brasil) - [ORCID](#)

Mônica de Almeida Prado Montenegro (Escola de Arte Dramática|Escola de Comunicações e Artes|Universidade de São Paulo - EAD|ECA|USP, São Paulo/SP, Brasil) - [ORCID](#)

Rose Mary de Abreu Martins (Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, Recife/PE, Brasil) - [ORCID](#)

Sulian Vieira (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - [ORCID](#)

Tiago Porteiro (Universidade do Minho - UMinho, Braga/Minho, Portugal) - [ORCID](#)

Wânia Storolli (Universidade Estadual Paulista - UNESP, São Paulo/SP, Brasil) - [ORCID](#)

Wendell Kettle (Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, Recife/PE, Brasil) - [ORCID](#)

Comitê Editorial - Dossiê Temático “Somática da Voz”

Diego Pizarro (Instituto Federal de Brasília - IFB, Brasília/DF, Brasil) - [ORCID](#)

Sulian Vieira (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - [ORCID](#)

Pareceristas *ad hoc* (v. 05, n.01, 2024)

Ciane Fernandes (Universidade Federal da Bahia - UFBA, Salvador/BA, Brasil) - [ORCID](#)

Diego Pizarro (Instituto Federal de Brasília - IFB, Brasília/DF, Brasil) - [ORCID](#)

Sulian Vieira (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - [ORCID](#)

Tiago Mundim (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - [ORCID](#)

Editoração Gráfica

Tiago Mundim (Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasil) - [ORCID](#)

Ilustração da Capa

João Lucas - joaolucasmusic@gmail.com

Apoio Financeiro

CAPES - Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

Contatos

Universidade de Brasília - Instituto de Artes
Secretaria do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas
Prédio Multiuso I, Bloco A, sala AI 15/2
Campus Universitário Darcy Ribeiro
CEP 70910-900, Brasília-DF-Brasil
Telefone: +55 61 3107-6134 - E-mail: revistavozecena@gmail.com
<https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

Trajatória e conceituação do Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller e sua aplicabilidade no teatro

Domingos Sávio Ferreira de Oliveiraⁱ

Lídia Beckerⁱⁱ

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, Rio de Janeiro/RJ, Brasilⁱⁱⁱ

Resumo - Trajetória e conceituação do Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller e sua aplicabilidade no teatro

O Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller desenvolveu-se a partir de uma experiência com pessoas cegas. A percepção dos demais sentidos (audição, tato, olfato e paladar) enriqueceu o universo simbólico da comunicação e facilitou a compreensão das palavras por meio de imagens internas e toque. A sensibilidade corporal foi o eixo de todo o seu trabalho, que entende a movimentação do corpo e projeção da voz como a manifestação de uma presença física, uma energia que toca o interlocutor, produz efeitos e traz um significado. Um trabalho corporal-vocal situado no tempo e no espaço, que dialoga intensamente com a expressão artística. O objetivo é pontuar os conceitos do Método e discutir sua aplicabilidade no teatro.

Palavras-chave: Sentidos. Sensibilidade Corporal. Voz. Tempo. Espaço Cênico.

Abstract - Construction and concepts of Beuttenmüller Method and its applicability on performing arts

The Beuttenmüller Method has been developed after an experience with people in blindness. Comprehension of the symbolic universe was enriched as the internal images were proposed by stimulating their other senses (audition, tact, scent, taste). Corporeal sensibility became the axe of her vocal studies where movement and voice projection represent a physical energy that touches the interlocutor and comes with a real meaning. Beuttenmüller proposes a corporeal and vocal work under space and temporality references, which inspires a deep dialogue with Performing Arts, this being the reason its applicability to the theatre is discussed hereby.

Keywords: Senses. Corporeal Perception. Voice. Time. Theatrical Space.

Resumen - Trayectoria y conceptualización del Método Espacio-Direccional-Beuttenmüller y su aplicabilidad al teatro

El Método Espacio-Direccional-Beuttemüller nació de una experiencia con personas ciegas. La percepción de los otros sentidos (oído, tacto, olfato y gusto) enriqueció el universo simbólico de la comunicación, haciendo más fácil entender las palabras, a través de imágenes y tacto. La sensibilidad se convirtió en el eje de toda su obra al comprender el movimiento corporal y la percepción de la voz como manifestación de una presencia física, una energía que toca al interlocutor, produce efectos y aporta significado. Una obra cuerpo-vocal situada en el tiempo y el espacio. Nuestro objetivo es resaltar los conceptos principales que estructuran el Método y discutir su aplicabilidad al teatro.

Palabras clave: Sentido. Sensibilidad Corporal. Voz. Tiempo. Espacio Escénico.

Introdução

O Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller desenvolveu-se a partir de uma experiência de comunicação com pessoas cegas. Glorinha Beuttenmüller (1925-2024) percebeu que a compreensão do universo simbólico das palavras que não conheciam e das coisas que não podiam enxergar se enriquecia por meio de imagens internas, pelo toque e pelo processamento dos demais sentidos, a saber: audição, tato, olfato e paladar. Essa perspectiva estabeleceu um referencial muito intenso com o corpo, tornando-se o eixo fundamental de sua proposta de trabalho corporal-vocal.

Seu método ensina a lidar com corpo e voz de forma prazerosa e consciente, desde o contato interpessoal do sujeito até os parâmetros da movimentação de seu corpo no espaço. Entende a movimentação do corpo e a projeção da voz no espaço como a manifestação de uma presença física, cuja energia se propaga e toca o interlocutor, trazendo significado. Assim,

Os movimentos básicos de locomoção são aqueles mediante os quais uma pessoa se desloca de um ponto para outro dentro de um espaço. O movimento básico de som é todo aquele que deriva da locomoção física de uma pessoa, o que se pode extrair da sua movimentação. A sonoridade é a resposta ao impulso de deslocamento do corpo através do espaço (Beuttenmüller; Laport, 1992, p.73).

Apropriando-nos da cadeia proposta pela Teoria da Comunicação - emissor > receptor > emissor - (Jakobson, 1995, p. 77-78) podemos dizer que o ator produz efeitos no espectador. É o fenômeno de presença que “acontece, em parte, porque o espectador acha-se como atravessado pelas vibrações da voz” (Roubine, 1990, p.22) em cena. A concepção de um trabalho corporal-vocal situado no tempo e no espaço dialoga intensamente com as condições de trabalho inerentes à expressão artística. Porque o ser humano é sentimento, é sentido, é sensação. E os exercícios do Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller são realizados com sentimentos, sentidos e sensações. Sem essa vivência, tornamo-nos padronizados e não compreendemos a essência de nossa própria voz - é preciso dar à palavra imagem, cor e vibração. Por exemplo, que imagem tem o amor? Que cheiro tem o amor? Que barulho faz o amor? Que gosto tem o amor? Que forma é o amor? As respostas estão no modo de sentir, no corpo multissensorial e na respiração.

O objetivo deste artigo é pontuar os conceitos que estruturam o Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller e discutir a sua aplicabilidade ao teatro.

A trajetória

Glorinha define-se como terapeuta da fala e defende a ideia de que é preciso falar com o corpo inteiro. Sua visão de comunicação está intimamente ligada com o corpo:

Meu nome é Maria da Glória Beuttenmüller, mas todos me conhecem como Glorinha Beuttenmüller. O diminutivo foi ideia minha. Acho Maria da Glória um nome muito gordo, e não me vejo gorda. Também penso que “Glória” é uma palavra forte demais. Acho que Glorinha me cai bem melhor: emagrece e me faz a justiça devida (Beuttenmüller apud Raposo, 2003, p.15).

Uma verdadeira legião de amigos e clientes manifesta carinho e admiração. Seu feitiço lhe valeu os mais curiosos apelidos: “Pronto-socorro da voz”, “Parteira e salvadora de todos os artistas”, “Bruxa da comunicação”, entre outros. Seu trabalho tem uma aura revolucionária e reveladora, visto que influenciou o trabalho de composição corpo-vocal de muitos profissionais da voz. A citação *ipsis litteris* que segue foi extraída de uma entrevista dada aos autores deste artigo, revelando o quanto Glorinha foi inovadora (revolucionária) no trabalho de voz. Indagada acerca da preparação vocal na tragédia grega, respondeu:

[...] a tragédia é mais um som grave. Então você não pode fazer exercícios de voz pra tragédia com a vogal [i], de jeito algum. Você tem que fazer com [u] e com [o]. Porque o [o] serve pra tudo. Por que? É redondo como o mundo e nós estamos no mundo vocal. É círculo, o [o]. Não há nada linear na vogal [o] com esse envolvimento. Então nós fazemos pra tragédia exercícios com vogal e exercícios separando. Por exemplo: o exercício era assim: *tróia*. Você vai: [o], [i], [a] ... *tróia* ... Pensando, não, sentindo sempre que a tragédia é sangue, tragédia são inimizades, tragédia é ferocidade, tragédia são palácios enormes, onde tem uma vibração, chão de mármore ou de pedra. Então nós temos sempre [...] o elemento sentido. Que elemento pra dar a vibração? [...] Elementos pra dar a vibração são: paredes de pedra, o chão de pedra. Já mármore é diferente de pedra, porque mármore é mais frio que a pedra, então nós temos que ver todas as sensibilidades térmicas (Beuttenmüller, 2006).

Desse modo, pode-se dizer que a sensibilidade foi a palavra decisiva na construção do seu método.

Glorinha descende do Nordeste arraigado nas primeiras décadas do século XX, mas teve uma educação incomum. Seus avós maternos geraram 15 mulheres e 3 homens e o avô decidiu:

“[...] aos homens, bastava aprender a ler e contar, para administrar os bens da família; às mulheres caberia fazer um curso superior pois, caso não encontrassem um bom marido, teriam futuro garantido” (Beuttenmüller apud Raposo, 2003, p. 19).

Tendo vivido algum tempo no sul do país, nasceu no Rio de Janeiro por acaso, pois sua mãe, durante a gravidez, aqui viera para tratar-se. Por conta do ofício de seu pai como fiscal de consumo, viveu em constante nomadismo, o que lhe proporcionou o convívio com inúmeros sotaques e regionalismos. Aos sete anos, de volta ao Rio de Janeiro, a mistura de pronúncias em sua fala era tanta, que recorda: “ninguém mais entendia o que eu falava” (Beuttenmüller, 2006). Uma espécie de sensação de desconforto ficou marcada para sempre e pode ter sido, quem sabe, uma inspiração, um caminho.

O início deu-se pelo gosto da poesia que, àquela época, estudava-se nas classes de declamação. Como menina de família burguesa, foi estudar violino na Escola de Música, atual Universidade Federal do Rio de Janeiro. Inscreveu-se no curso Arte de Dizer, destinado a cantores, na intenção de aperfeiçoar sua habilidade de falar em público. Glorinha vivia então como declamadora de poesias em eventos sociais e artísticos.

Entretanto, sua percepção aguçada pressentiu, aqui no Brasil, os ventos da modernidade, “uma corrente de pensamento que se preocupava em interpretar, antes de dizer bem” (Aslan, 1994, p.6). O encontro com Lília Nunes, professora de impostação de voz, gerou um relacionamento duradouro. Glorinha foi sua assistente na antiga Federação das Escolas Isoladas do Estado da Guanabara (FEFIEGS), depois Federação das Escolas Isoladas do Rio de Janeiro (FEFIERJ), hoje Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), onde desenvolveu seu próprio método de trabalho.

Na década de 1960, uma mulher, cega de nascença, culta, porém, tímida ao falar, pediu-lhe ajuda profissional para preparar uma palestra:

- Não sou mutilada. Apenas não enxergo. Preciso que alguém me ensine as palavras que desconheço. Você não precisa me explicar o que é o sol. O sol tem calor, eu o ‘vejo’ e sinto. Mas não sei como é a lua... E por isso, não sei falar a palavra ‘lua’ com verdade..., intuí eu lá comigo mesma. Logo vi que o problema era tátil, uma coisa de pele (Beuttenmüller apud Raposo, 2003, p.31).

Por conta de sua veia poética, Glorinha retrucou-lhe que a lua é morna e inspira os namorados. Como a tal moça cega dera mostra de ter compreendido bem a sua explicação, prosseguiram com a palavra respingos: “Seguindo a mesma intuição, molhei a mão e espalhei

algumas gotas de água sobre ela, que me entendeu perfeitamente. Naquele momento nascia o método” (Beuttenmüller apud Raposo, 2003, p.32).

O Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller compreende a voz como uma extensão do corpo situado no tempo e no espaço, que expressa o universo da linguagem e da emoção humanas. Naquele dia, Beuttenmüller intuiu que a palavra é mais do que um conjunto de sons organizados e, desta reflexão, construiu o alicerce de seu futuro trabalho: a palavra tem forma, cheiro e cor - *gestalt* que ela chamou de escultura sonora. O resultado gerou um convite do Instituto Benjamin Constant para ensinar pessoas cegas a desenvolver a fala. Pelo que consta, não foi tarefa fácil:

Uns tinham a voz hipocinética, para dentro, com medo do espaço que não viam, outros a tinham estridente, hipercinética, agredindo este mesmo espaço. Outros problemas comuns entre eles eram a dislalia, que é a dificuldade de falar por troca de fonemas, a dislexia, que é a troca de fonemas e grafemas na leitura e na escrita, a disfemia, ou gagueira, e as disfonias, ou rouquidão (Beuttenmüller apud Raposo, 2003, pp. 32-33).

A autora deu-se conta de que a falta da visão interferia nos objetos do espaço, bem como sua posição em relação a outros objetos e fez o rastreamento das noções de distância, velocidade e direção, ou seja, da tridimensionalidade. A ausência de visão elimina essas percepções, portanto a pessoa cega nunca poderá perceber integralmente o espaço que a cerca: "Dispondo apenas do sentido do tato para a exploração do espaço, o cego enfrentará uma tremenda limitação, uma vez que o tato é analítico e a visão é sintética" (Beuttenmüller, 2006). A estimulação de outros sentidos pareceu-lhe uma forma de suprir essa carência. Em busca de maior embasamento, formou-se no primeiro curso superior de Foniatria do Brasil, na Associação Brasileira Beneficente de Reabilitação (ABBR). Nascia a cientista.

Voz e fala envolvem duas dimensões didaticamente distintas: fisiológico-funcional e linguística. Glorinha Beuttenmüller estuda a voz como um fenômeno que se propaga no ar a partir do corpo vivo e expressivo, levantando questões importantes em relação à acústica e às dimensões do ambiente físico, contexto que, entendemos, se aplica amplamente ao estudo da voz no teatro. Seu profundo conhecimento sobre o funcionamento do aparelho fonador, aliado a uma abordagem interdisciplinar com a linguística, em particular com a fonética, foram os subsídios necessários para desenvolver um trabalho eficiente no meio artístico - primeiro na rádio, depois no teatro e na

televisão. Submetendo as pessoas a tratamentos inusitados, foi construindo essa fama de fazer milagres, criando novas abordagens de aplicação de seu método, sobretudo no que se refere à projeção da voz no espaço e ao desenvolvimento do magnetismo da presença cênica.

O Método

Conhecer o aparelho fonador é imprescindível. A dimensão fisiológico-funcional visa sanar ou amenizar as consequências de situações congênitas ou de alterações vocais decorrentes do mau uso da voz. Etimologicamente, a fisiologia refere-se ao estudo da natureza, entendendo-se como tal o que ocorre espontaneamente, sem causa aparente. E a ser assim, “A ciência reconhece duas doutrinas fisiológicas operantes: a mecanicista analisa as partes para chegar ao todo e a holística pretende conhecer o organismo como um todo, através da síntese dos elementos” (Douglas, 2002, p.31).

Este trabalho/conhecimento enfoca os meandros do universo linguístico contido no fenômeno da comunicação.

Para Saussure (1985), *Langue* (língua) é um conjunto sistemático de elementos que servem à representação mental, portanto, um fato social, um repertório abstrato do idioma que paira sobre uma determinada comunidade linguística. *Parole* (linguagem/fala) estuda as suas variantes, de ordem individual ou social, sem mudança de significado, ou seja, a forma como cada indivíduo se apropria da língua para se expressar. Enquanto *langue* é presa a um código, *parole* é uma comunicação livre que, ao mesmo tempo, concretiza a língua, manifestando suas duas faces: significante (imagem acústica, conjunto de sons organizados) e significado (imagem conceitual). O fenômeno da comunicação acontece quando o amálgama dessas duas dimensões produz um sentido. Cada vez que um homem diz alguma coisa a outro homem, ocorre um ato de fala, sempre concreto. O número de representações concretas expressas nos diversos atos de fala é infinito, mas os recursos gramáticos e semânticos da língua são limitados: “o poder da linguagem consiste precisamente na possibilidade de expressar, com meios limitados, todas as ideias e suas associações” (Troubetzkoy, 1964, p.25).

“Sentir, isso é o mais importante de tudo” (Beuttenmüller, 1992, p.29). Processamos as informações por meio de vivências e memórias. A experiência sensorial permite que o sujeito perceba o ponto e o modo de articulação em seu corpo, para poder em seguida materializar o fonema, representação mental daquele som. Na comunicação, o sujeito exercita os sons linguísticos, produzindo sua forma particular e única de expressão, ou seja, a sua *parole*. Pode-se afirmar que o Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller está fortemente embasado nos conceitos linguísticos, particularmente no que se refere às fonéticas fisiológica, articulatória e estilística.

Distingue-se também pela abordagem do trabalho corporal-vocal inserido no espaço e no tempo, adaptando-se, portanto, ao uso da voz no espaço cênico. Além de fornecer subsídios para o ator dominar os processos fisiológicos em cena, sem prejuízo da voz, Beuttenmüller conceitua: “espaço é o lugar de atuação do ator” (Beuttenmüller, 2006). Sua compreensão de espaço é essencial para a preparação corporal-vocal no teatro, pois facilita a distribuição harmoniosa da voz no ambiente cênico. A partir do método, Oliveira define:

O espaço pessoal vai da pele para dentro, sendo o lugar onde guardamos as nossas vivências. Desse espaço, o intérprete retira tudo que precisa para conduzir a voz e o gesto. Eventuais tensões corporais ou quaisquer outras barreiras interferem na fluência da voz no espaço. O *espaço parcial* é aquele ocupado pelo corpo sem que haja locomoção. Sua ocupação máxima acontece com os braços e as pernas abertas, e, a mínima, na posição fetal, a dificultar a extração sonora. O *espaço sonoro* representa as sensações que se extrai do espaço pessoal, ultrapassando o espaço parcial, para atingir o *espaço global-total*. Uma contração corporal pode inibir a voz, aprisionando-a nos espaços pessoal ou parcial, razão que justifica os abusos vocais, desencadeando alterações como rouquidão, dor e até perda da voz. O *espaço global-total* é a representação de todo o espaço alcançado pela voz do ator (Oliveira, 1997, p.51).

A acústica da fonação explica o direcionamento do som em sua propagação no espaço - ondas mecânicas tridimensionais. Beuttenmüller cria o conceito de *núcleo sonoro*, como a representação do ponto central para onde o som vocal deverá ser direcionado, a fim de envolver todo o ambiente. Numa palavra, o *abraço sonoro* - a sensibilidade do ator para envolver a plateia com o som projetado de seu corpo.

O ponto definido como *núcleo sonoro* é determinado pelo interior da arquitetura teatral. A partir do encontro das paredes são traçadas diagonais imaginárias cuja inserção

caracteriza o *núcleo sonoro*. Portanto, cada vez que o ator se move, há um deslocamento desse ponto, fazendo com que “o som tome a forma do espaço a ser atingido” (Beuttenmüller, 1992, p.24), isto é, o espaço público. Esse conceito de diretividade da voz tem implicações profundas na aplicação do método para o trabalho vocal no teatro. A autora discorre ainda sobre a dimensão temporal, demonstrando que a voz pode ser direcionada para o presente, passado e futuro, e explica:

Em primeiro lugar, temos que controlar os nossos pés. Precisamos sentir os pés firmes, sentir o cóccix, ter consciência dele na base de nossa coluna vertebral. Também é preciso sentir o próprio umbigo, que é a nossa primeira cicatriz. Se falamos com o corpo inteiro, é importante lembrar que nossas costas representam o nosso passado, o umbigo, nosso presente e a largura do ombro, nossa abertura para o futuro (Beuttenmüller, 1992, p.59).

Oliveira sintetiza sua abordagem sobre o método:

A voz colocada no presente soa frente à boca do emissor, em tessitura média e cômoda. A voz no passado deve deslocar o foco de projeção para um ponto imaginário, situado atrás do corpo do emissor. Utiliza uma tessitura média, porém deve-se buscar características fonéticas que revelem uma tentativa de lembrar de uma ação passada, como a técnica do prolongamento das vogais e da inserção de pausas expressivas. A voz colocada no futuro desloca o foco de projeção para um ponto distante do ator, fazendo uso de uma tessitura mais aguda e, quase sempre, mais intensa. O tempo de reverberação do som no espaço, a partir do momento em que a fonte sonora deixa de existir, aumenta em função do volume da sala (Oliveira, 1997, p.55).

O método ressalta a importância das condições de reverberação do espaço cênico para melhor adequação da produção vocal e melhor audibilidade da voz do ator. Além da colocação do *núcleo sonoro*, Beuttenmüller cita os três níveis de trabalho corporal-vocal:

O nível baixo é constituído pela cintura pélvica, pernas e pés, sendo a região utilizada para as emissões mais graves. O nível médio é representado pelo plexo solar, de fundamental importância para a emissão vocal, já que abriga os principais mecanismos respiratórios, que constituem matéria-prima da voz. O nível alto reúne pulmões, cintura escapular, braços, cotovelos, antebraços e mãos. (Beuttenmüller, 1995, p.12) Parte superior: é a cabeça. Importante zona ressonancial, pois nela se encontram as saídas para os sons produzidos pelo aparelho fonador (Beuttenmüller, 1992, p.49).

A parte superior, representada por cabeça e pescoço, constitui a principal zona de ressonância da voz. O ator precisa exercitar-se na arte de perceber o espaço para poder desenvolver o fascínio de sua presença cênica. Sob a ótica do Método

Espaço-Direcional-Beuttenmüller isso pressupõe ter bem abertos todos os canais perceptivos - visão, audição, tato, olfato e paladar. Cada uma das partes do corpo adquire importante função no conjunto que gera a expressividade.

Os olhos são órgãos de importância fundamental para desenvolver o pensamento simbólico a partir do espaço que enxergam. Beuttenmüller comparou a privação da visão das pessoas cegas à situação do bebê neonato, que tem na vida intrauterina uma visão tátil. Essa reflexão fundamenta a síntese do seu método. Os ouvidos são instrumentos poderosos para dimensionar a capacidade de reverberação da voz no espaço, a percepção do tempo, do ritmo e da inflexão. A percepção - visual, auditiva, tátil, olfativa e gustativa - representa a possibilidade de absorção de *inputs* que contribuem para a internalização simbólica do mundo. Portanto, pelos sentidos percebemos um turbilhão de estímulos que permeia a cultura dos países, integrando o repertório linguístico presente nas entrelinhas do discurso verbal: a moral da história, a essência - no teatro, o subtexto, pontuado por Stanislavski - o texto, representado pelo conjunto de palavras escritas pelo autor, e o subtexto, uma espécie de mensagem subliminar contida nas entrelinhas do texto, desenvolvida pelo ator, com seu potencial dramático (Stanislavski, 1986).

O Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller considera que a sonoridade é a resposta ao impulso de deslocamento do corpo através do espaço. Vários exercícios são propostos no sentido de experimentar a produção de sonoridade com deslocamento corporal, resgatando movimentos básicos de locomoção como rastejar, engatinhar, andar, correr e pular, entendidos como movimentos de estruturação das bases do pensamento cognitivo. Todo o trabalho está estruturado na busca de equilíbrio.

O corpo humano tem um eixo de sustentação. Cada pequena parte emite sinais que comunicam: “pés, mãos, quadris, ombros, braços, rosto, cabeça - tudo em nós fala!” (Weil, 1999, p.55). O que o método corrobora:

Os pés são a nossa base: sua elegância reflete a movimentação do corpo e preserva o alinhamento do eixo corporal. Pés e pernas representam uma porção importante do conjunto corporal, contendo o mais longo e volumoso dos ossos, o fêmur e uma polia que forma a articulação da patela. Os quadris representam o centro de equilíbrio do corpo. Devem estar alinhados com os ombros nos seus pontos extremos de forma que a coluna vertebral possa alongar-se, sustentando toda a parte superior: tórax, braços, ombros, cabeça e pescoço. O tórax guarda o

sistema brônquio-pulmonar, fonte de abastecimento de oxigênio. Os ombros, diretamente relacionados com a sustentação do tórax, localizados bem junto à cabeça e ao olhar, emitem sinais evidentes daquilo que se passa internamente e sofrem as sequelas dos processos de tensão em várias cadeias musculares (Beuttenmüller, 1992, p.36).

Quando estamos tensos, retesamos os ombros, assim como o movimento respiratório. Pelo pescoço, responsável pela sustentação da região cervical, passam os principais nervos e artérias de nosso corpo. Qualquer desvio nessa região provoca dor intensa e pode desencadear distúrbios posturais:

A flexibilidade do pescoço interfere na emissão vocal pois, além da função de sustentação, o pescoço rege igualmente toda a movimentação da cabeça, permitindo que se mova na direção horizontal e vertical, ampliando sensivelmente os campos de visão e audição do ser humano (Beuttenmüller, 1992, p.36).

Finalmente, os braços, elemento mais marcante do gestual, de grande importância na comunicação, reforçam e enriquecem o sentido das palavras. Em suas extremidades, as mãos. Se um aperto de mãos é caloroso, somos impelidos a buscar o contato ocular com o interlocutor, e ocorre um movimento de aproximação. Comunicação é propagação de energia.

Principais conceitos do Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller

A obra de Glorinha Beuttenmüller tem um potencial transformador. Não se trata de um trabalho teórico, ainda que esteja sustentado em bases sólidas. Não propõe uma leitura passiva. Trata-se de obra prática, que exige do leitor disciplina e tenacidade “através de exercícios informativos, nunca corretivos” (Beuttenmüller, 1992, p.3).

O método está essencialmente voltado para a percepção, entendida como “o resultado da organização nervosa e cerebral do ser humano, treinada nos primeiros anos após o nascimento, permitindo a identificação e interpretação das impressões recebidas pelos sentidos” (Beuttenmüller, 1992, p.97).

Acreditando que a qualidade dos diferentes estímulos interfere sensivelmente na expressividade corporal-vocal do ator, Beuttenmüller propõe uma visão integrada do corpo com os cinco sentidos, estimulando todo o sistema perceptivo a promover maior

consciência corporal: “o corpo em sua plena função vital leva a um estado de alerta consciente e relaxado, sem o qual não seria possível o uso correto da voz e do movimento corporal” (Beuttenmüller, 1992, p.29). O Método Espaço-Direcional-Beuttenmüller se fundamenta na seguinte síntese: “Espaço-visão / Visão-tato à distância / Tato-visão próxima”, pois que “devemos tocar sonoramente as pessoas por meio de um abraço sonoro, sentindo a imagem das palavras” (Beuttenmüller, 1995, p.103), que se explica pela dimensão espacial atribuída aos sentidos humanos. A visão e audição são sentidos de distância; o tato, paladar e olfato, sentidos de proximidade. Há ainda os sentidos profundos: cinestésico, estático e orgânico, essencialmente ligados ao movimento e ao equilíbrio. Registramos um de seus preciosos conselhos: “O ator deve ter todos os seus sentidos bem adestrados, para que a mensagem seja apreendida pelo público. O público não quer ter trabalho. Ele quer ver, ouvir, saborear, apalpar” (Beuttenmüller, 1992, p.103).

No conjunto das obras são encontrados conceitos estruturais do método, interpretados e descritos pelos autores deste artigo. Seguem, abaixo:

Espírito científico

Curiosa, seu verdadeiro espírito científico não hesitou em buscar conhecimento aprofundado na aproximação com a ciência. Engrandeceu seu trabalho e ousou promover uma discussão multidisciplinar entre a sapiência milenar dos médicos e as intuições e vivências recolhidas de suas experiências práticas com o corpo e a alma humanos.

Generosidade

Considera que a voz é um presente generoso que se dá ao outro e que é preciso querer doar para ter boa voz. Parece oportuno ressaltar o caráter perseverante na busca do conhecimento sutil e afetuoso do ser humano, após anos a fio da mais pura, desinteressada e generosa observação.

Prazer

Considera que a emissão vocal deve ocorrer com prazer, mínimo de esforço e máximo rendimento. É preciso aprender a buscar uma tessitura confortável, falando sem machucar as estruturas envolvidas.

Perspectiva individual

Cada pessoa tem uma representação interna do mundo, portanto, ninguém deve falar igual ao outro. Nada de metas preestabelecidas cujo resultado é a rigidez e o esforço. Movimentos desenvolvidos a partir de um estado de concentração e de autoconhecimento tornam-se mais naturais, mais orgânicos e, certamente, serão diferenciados. Assim como o corpo pode produzir nuances de posturas, a voz também tem sensualidade, naturalidade e precisa estar identificada com a personagem. Oliveira o define muito bem:

O ator precisa tirar de sua voz o que ela tem de melhor (matizes, nuances, voracidade, suavidade) como um verdadeiro instrumentista que manipula com virtuosidade o seu instrumento musical. É, assim, um instrumentista da voz. Expressaria melhor: é um compositor vocal (Oliveira, 2004, p.1)

Segundo Nunes “bons atores reconhecem que voz e dicção são fatores primordiais para elevar o nível de sua arte [...] uma boa voz tem dado a muitos a felicidade de emocionar e entusiasmar seus ouvintes” (Nunes, 1976, p.14). A voz tem um sentido altamente individualizado. É a expressão única das qualidades vocais de cada pessoa. Portanto cada ator deve pesquisar em seu próprio corpo o seu jeito próprio de se expressar.

Relaxamento

A linguagem do corpo e da voz é uma associação integrada de funções motoras e sensitivas. Para melhor aproveitamento das possibilidades físicas e vocais, imprescindíveis ao profissional do palco, o corpo e a voz devem ser treinados no sentido de obter movimentos flexíveis. Parece-nos interessante a reflexão sobre inércia, movimento e relaxamento:

Muitos supõem que relaxar é sinônimo de ficar inerte, distanciado, isolado. O relaxamento é muito pelo contrário, um estado dinâmico, em que tomam parte corpo e mente e só existe quando começamos efetivamente a sentir as partes do corpo. O isolamento é uma condição incompatível com o trabalho do ator que, num palco, jamais poderá perder a consciência de si mesmo e de sua integração no grupo (Beuttenmüller, 1992, p.7).

Aponta-se uma importante conexão com a visão renovadora de Angel Vianna, profissional da dança que, na esteira dos movimentos revolucionários da década de 1960, foi pioneira na utilização da locução expressão corporal no Brasil. Ao contrário

das práticas corporais tradicionais, que visavam à construção do corpo em ação, Vianna preocupava-se intensamente com o corpo em repouso, pois considerava que, livre de tensões, ele poderia tornar-se mais expressivo (Teixeira, 1998).

Tônus & Tom ótimo

Assim como o corpo precisa de determinado vigor necessário para entrar em ação e de controle para relaxar, também a voz possui seu tom ótimo, um tipo de emissão que flui de um corpo livre de tensões, em uma tessitura confortável, que permite melhor domínio do malabarismo vocal necessário à vida do ator.

Equilíbrio interno e externo

Seus estudos sobre anatomia e fisiologia do corpo humano apontam para uma visão integrada do movimento como base para o equilíbrio: “Qualquer distúrbio no equilíbrio postural se reflete em alterações no comportamento geral, com inevitáveis reflexos no aparelho vocal” (Beuttenmüller, 1992, p.81). A falta de equilíbrio tem reflexos, inclusive, sobre a capacidade de atenção e os estados de ansiedade. Estreitamente ligado à emoção, o movimento corporal fala de um estado interior. Pessoas com o emocional perturbado não apresentam bom equilíbrio corporal. “Não é por outro motivo que as pessoas com graves problemas psicológicos são chamadas de desequilibradas, pois perdem o seu equilíbrio interior” (Beuttenmüller, 1992, p.82).

Tridimensionalidade

O corpo do ator não é uma fotografia em duas dimensões. Ele tem vários lados, frente, lateral e costas, e todas essas dimensões devem ocupar o espaço cênico, assim como a voz deve realizar o *abraço sonoro*, alcançando todas as direções (Beuttenmüller, 2006).

Temporalidade

Se falamos com o corpo inteiro, é importante lembrar que o movimento e o gesto vocal devem, a partir de técnicas específicas, sugerir a noção de temporalidade, trazendo a sensação de presente, passado e futuro. A percepção do tempo está vinculada à percepção corporal, sendo a emissão e a diretividade da voz elementos

valiosos para o enriquecimento do conteúdo e a compreensão do texto teatral.

Conclusão

Uma vida dedicada a melhor compreender o ser humano, pode-se afirmar que aí se instala um tênue limite entre o papel de educadora e de terapeuta. Embora se apresentasse como terapeuta da palavra, Glorinha foi uma revolucionária, invadindo a alma de seus clientes, todos unânimes em reconhecer as profundas modificações que o trabalho realizado promoveu em suas vidas. Seus maiores clientes foram artistas, jornalistas, políticos e advogados; profissionais altamente envolvidos com a verdade na comunicação.

Por várias décadas reuniu-se, à sua volta, um grupo profissional especializado, para elaboração e renovação constante do seu método, com resultados inequívocos, particularmente na construção do trabalho do ator: “uma herança da modernidade que persiste como complemento de excelência para a formação de atores no teatro contemporâneo” (Bento, 2004, p.1).

O ensinamento de Glorinha Beuttenmüller é redentor. Exercício fundamental para o fortalecimento da presença cênica, ensinou o sujeito a sentir o corpo e a voz a fim deles fazer uso a favor de sua expressividade, a constituir uma contribuição significativa para a interdisciplinaridade entre a Fonoaudiologia e as Artes Cênicas.

Referências

- ASLAN, Odette. **O ator no século XX**. São Paulo: Perspectiva, 1994.
- BENTO, Maria Enamar. **Angel Vianna: a pedagoga do corpo**. Local: Programa de Pós-graduação/ Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, 2004. Tese (Doutorado em Artes Cênicas).
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha. **Entrevista concedida a Lídia Becker e Domingos Sávio Ferreira de Oliveira**. Rio de Janeiro, maio 2006.
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha. **O despertar da comunicação vocal**. Rio de Janeiro: Enelivros, 1995.
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha; LAPORT, Nelly. **Expressão vocal e Expressão corporal**. Rio de Janeiro: Enelivros, 1992, 1995.
- DOUGLAS, Carlos Roberto. **Fisiologia aplicada à Fonoaudiologia**. São Paulo: Robe Editorial, 2002.
- JAKOBSON, Roman. **Linguística e Comunicação**. São Paulo: Cultrix, 1995.
- NUNES, Lília. **Cartilhas de Teatro. Manual de voz e dicção**. Brasília: Serviço Nacional de Teatro. Ministério de Educação e Cultura, 1976.
- OLIVEIRA, Domingos Sávio Ferreira de. **A Explosão da Voz no Teatro Contemporâneo: uma análise espectrográfica computadorizada da voz de grande intensidade no espaço cênico**. Local: Programa de Pós-Graduação/Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, 1997. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas).
- OLIVEIRA, Domingos Sávio Ferreira de. **A Voz e o Teatro**. In: VALLE, Mônica G. M. (org.) **Voz Diversos Enfoques em Fonoaudiologia**. Rio de Janeiro: Revinter, 2002. 41- 59
- OLIVEIRA, Domingos Sávio Ferreira de. **Voz na Arte: uma contribuição para o estudo da voz falada no teatro**. In: GUBERFAIN, Jane Celeste (org.). **Voz em Cena**. Volume 1. Rio de Janeiro: Revinter, 2004. 1-19.
- PAVIS, Patrice. **A análise dos espetáculos**. São Paulo: Perspectiva, 2003.
- RAPOSO, Alexandre. **O que é ser Fonoaudióloga**. Memórias Profissionais de Glorinha Beuttenmüller. Rio de Janeiro: Record, 2003.
- ROUBINE, Jean-Jacques. **A arte do ator**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1990.
- SAUSSURE, Ferdinand de. **Curso de linguística geral**. São Paulo: Cultrix, 1985.
- STANISLAVSKI, Constantin. **A construção da personagem**. Rio de Janeiro: Civilização

Brasileira, 1986.

TEIXEIRA, Letícia. *Conscientização do movimento: uma prática corporal*. São Paulo: Caioá, 1998.

TROUBETZKOY, Nicolas Sergueevitch. *Principes de Phonologie*. Paris: Librairie Klincksieck, 1964.

WEIL, Pierre. *O corpo fala*. Petrópolis: Vozes, 1999.

Artigo recebido em 15/05/2024 e aprovado em 21/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.53927>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Domingos Sávio Ferreira de Oliveira - Professor Titular da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Pós-Doutor em Artes Cênicas (UnB), Doutor em Letras/Estudos Linguísticos (UFF), Mestre em Artes Cênicas (UNIRIO) e Especialista em Voz (Título concedido por mérito pelo Conselho Federal de Fonoaudiologia). Graduado em Artes Cênicas (UNIRIO), Fonoaudiologia (IBMR) e Letras (PUC-Rio). Professor das disciplinas de Voz do Bacharelado em Atuação Cênica. Professor colaborador do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da UNIRIO. Membro participante da REDE Voz e Cena. dsavio@unirio.br.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5477018486215637>
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0120-6989>

ⁱⁱ Lídia Becker - Professora Doutora do Departamento de Fonoaudiologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Especialista em Voz (CFFa.), Mestre em Artes Cênicas (UNIRIO) e Doutora em Artes Cênicas (UNIRIO). Graduada em Fonoaudiologia (IBMR) e Letras (PUC-Rio). lidia.becker@gmail.com.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1004477177156800>
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7999-2759>

ⁱⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



I touch-I breathe-I move-I voice-I speak: Somatic logos toward social care

Christina Kapadocha ⁱ

East 15 Acting School, University of Essex - Loughton, United Kingdom ⁱⁱ

Abstract - I touch-I breathe-I move-I voice-I speak: Somatic logos toward social care

This article advances the author's concept of *somatic logos* as an inter-embodied *praxical* framework that facilitates interrelations between individual and collective voices. It draws from her Practice-as-Research (PaR) project *From Haptic Deprivation to Haptic Possibilities* and uses the project's *Are We Still in Touch?* group workshops as a case study. The workshops investigate how self-directed touch (initiated and managed by oneself) can support one's sense of care, wellbeing, and creative expression amidst societal shifts catalyzed by the pandemic. Research findings suggest that somatic listening to the self extends to an inter-embodied sense of care with potentials for broader societal impact.

Keywords: Somatic logos. Somatic Listening. Social care. Inter-embodiment. Practice-as-Research.

Resumo - Eu toco-Eu respiro-Eu movo-Eu vocalizo-Eu falo: Logos somático rumo à assistência social

Este artigo desenvolve o conceito da autora de logos somático como um enquadramento prático intercorporalizado que facilita as inter-relações entre vozes individuais e coletivas. A autora se baseia em seu projeto de Prática como Pesquisa (PaR), *From Haptic Deprivation to Haptic Possibilities*, e utiliza as oficinas em grupo do projeto *Are We Still in Touch?* como estudo de caso. As oficinas investigam como o toque autodirigido (iniciado e gerido pela própria pessoa) pode apoiar o senso de cuidado, bem-estar e expressão criativa em meio às mudanças sociais catalisadas pela pandemia. Os resultados da investigação sugerem que a escuta somática a si próprio se estende a um sentido intercorporalizado de cuidado com potencial para um impacto social mais amplo.

Palavras-chave: Práticas somáticas. Logos somático. Assistência Social. Intercorporalização. Prática como Pesquisa.

Resumen - Toco-respiro-me nuevo-vocalizo-hablo: logos somáticos hacia la atención social

Este artículo desarrolla el concepto de la autora de logos somático como un marco práctico intercorporalizado que facilita las interrelaciones entre voces individuales y colectivas. La autora se basa en su proyecto de Práctica como Investigación (PaR), *From Haptic Deprivation to Haptic Possibilities*, y utiliza los talleres grupales de *¿Are We Still in Touch?* como estudio de caso. Los talleres investigan cómo el contacto autodirigido (iniciado y gestionado por la propia persona) puede fomentar una sensación de cuidado, bienestar y expresión creativa en medio de los cambios sociales catalizados por la pandemia. Los hallazgos de la investigación sugieren que la escucha somática a uno mismo se extiende a un sentido intercorporalizado de cuidado con el potencial de un impacto social más amplio.

Palabras clave: Prácticas somáticas. Logos somático. Asistencia social. Intercorporalización. Práctica como Investigación.

Introduction

This sharing on somatic listening through the sense of touch is intentionally a solo practice designed to be part of your reading experience. You could always use the same steps and principles to advance the following study into partnering within your professional setting.

For now, find a comfortable position wherever you are and as you receive these words, whether sitting, lying, or standing; you may not have to change anything. When you find comfort and support, my invitation is for you to notice that organically and in whichever physical shape you have chosen, you are in physical contact with the space around you and your own body.

To unpack this, first move your attention to the points of contact between your body and the space, including furniture and objects you may be in contact with. Allow yourself to change your position whenever you need to and release your weight to the unfolding points of contact. The invitation is to develop an active dialogue with the space without collapsing. Ask yourself: Can I actively release my weight to the holding of the space? Can I breathe through the body-to-space points of contact as if the space is also breathing with me? How do I receive this as physical and visual invitation? The space as a breathing partner that holds me. Do I notice any shift in my breathing? Try to focus on the simplicity of it. From the rising and falling, opening and closing movement of your lungs to the wholeness of your body as a breathing organism using as anchors of attention the points of contact with the space. Observe. Take your time, this is an experiential study, not an exercise.

When ready, move your attention to the points of contact with your own physicality. Let's call these body-to-body points of contact. They can be hand to hand, hands to body, or other surfaces coming into relation. For instance, the back of your lower arm with the top of your thigh; your inner thighs or your feet meeting each other. Once again, the invitation is to witness how you come into contact with your physical self, noticing qualities and materials as you may as well observe the dialogue with the skins of your clothes. Ask yourself: how does it feel to be held by myself? Can I also breathe through these points of contact as my skin is breathing? You are breathing from your lungs and you are breathing from your skin. When attuned to one or more points of contact, allow them to move you into a form of sequencing that is guided by unfolding body-to-body points of contact. The sequence is: I touch-I breathe-I move. When available, add the awareness of body-to-space points of contact too and notice where the movement wants to arise from.

Eventually, you may observe that voicing naturally emerges as you breathe or move more actively. You can consciously work with the qualities of this voicing by allowing yourself to sound through the points of contact that move you. This is an integrated cycle that now goes: I touch-I breathe-I move-I voice. In principle, there is no hierarchy between each step and they manifest together. But because this is a study, feel free to give yourself as much time as you need before producing sound. I recommend you begin with a subtle humming bringing your lips softly together while widening the inner space of your mouth cavity, before expanding to more open sounding such as vowels. Play with the qualities, the volume, the pitch, and the depth of your voice as if you can actually mold it through touch like a sculptor, as if you can touch your voice. Try not to have expectations for the sound you produce. Instead, focus on the sensations that have been activated and observe how this may affect your voicing and listening as full-body and multisensory acts.

You can unpack this study further by unpacking principles in your touch and how they converse with your voicing and listening using the following questions:

- From where is the physical contact activated? What is the actual source of touch? My hands or other surfaces of my skin body such as my back or my feet? Can this full-body awareness help me move my vocal attention to the wholeness of my body as well, instead of overfocusing on my vocal system as a separate entity?
- What happens when I travel my attention from small to larger points of contact? For instance, from the tips of my fingers to lying on my side body. Can I also voice through this tactile choreography noticing different sound responses?
- What happens if I focus on pressure? I recommend you begin with zero pressure, as if you do not want to make any change, before playing with different levels of pressure and witness how this might further inform your voicing through body-to-body and body-to-space points of contact.
- What happens if I focus on tactile movement? It can be rubbing, brushing, tapping, patting, stroking, stamping, sliding, rolling. It can also be active stillness. There is always stillness in movement and movement in stillness. How does my movement affect my voicing and vice versa?
- What if I now bring everything together releasing my attention into a form of voicing-through-touch improvisation? How do I sense my own voice? How do I listen to myself?

When ready, you can start speaking through your present attention while moving, during transitions, or moments of active stillness. You can start by saying “I touch and...”. Keep listening to yourself through the wholeness of your skin body and your tactile relation to the space. Allow rest to arise when you feel that your

study is complete. What do you want to say now? You may wish to take this further into writing. Do you sense some form of continuity?

This brief practice, serving as an experiential opening to this discussion, is inspired by my research methodology as a theatre and somatic practitioner-researcher, which I have introduced as Somatic Acting Process. It draws from the way I use touch as a research method in my work within and outside performance contexts, including the embodiment of text in acting. More specifically, this solo study is informed by my Practice-as-Research (PaR) project *From Haptic Deprivation to Haptic Possibilities*. The project began as a response to COVID-19 physical-distancing guidelines in actor training and theatre environments and has grown to a wider research investigation on the impact of personal or self-directed touch on care, wellbeing, and creative expression in communities. It involves the in-person group workshops *Are We Still in Touch?* that have been taking place in different formats since November 2022 at various community, arts, and health hubs such as the artist-led Siobhan Davies Studios in South London, The LightHouse and Gardens community center and in collaboration with Women's Health's Café in East London.

As part of the workshops, participants voice creative writing, invited as a reflective expression of the offered touch-based practice with the suggested opening "I touch and...".¹ The objective is not for the participants to perform their writing but, as proposed in the opening study, to experience the interconnectedness of their listening and speaking as inextricable components of their integrated and diverse somatic experiences within the group. Thus, even when not physically in touch with others, touch in this project and article serves as a lens for investigating speaking that goes beyond the production of individual cognitive thoughts. Instead, in conjunction with an expanded form of listening, both listening and speaking become an interconnected, inter-embodied, and multisensory experience.

The exploration of voicing, speaking, and listening as embodied phenomena is not new in somatic or somatically inspired practices. In 2020, I introduced a comprehensive

¹ You can watch one such section from the workshop offered at the Siobhan Davies Studios on Sunday July 2, 2023 clicking on the following link: <https://bit.ly/45GRw7y>. The link is set to start in the beginning of the specific part of the workshop (1:02:47-1:11:42). Two of the creative reflections shared as part of the specific event are used in the section *Somatic logos as inter-embodied methodology* of this article. Please note that the sound quality of the space is not the best but hopefully you should be able to follow. The link also covers the full length of the specific workshop that combined the formats of an interactive group workshop and a participatory performance.

account of how somatic methodologies interact with voice studies and practice research in the edited collection *Somatic Voices in Performance Research and Beyond* (Kapadocha, 2021a) and the new field of Somatic Voice Studies. Throughout the collection, voicing is approached as an innate part of somatic inquiry that cannot be disconnected from breathing, imagery, movement, each voicer's interaction with their environment (physical and sociopolitical), and others. In my understanding and professional experience of various performance-oriented approaches to voice, speaking, and singing, what distinguishes somatic methodologies to voicing, as discussed in the *Somatic Voices* volume, is an overall different approach to voice expertise. This approach can allow space for individual and multivocal awareness, reflection and generation of embodied knowledge toward multidisciplinary research that advances performance studies but also expands beyond them. Diverse somatic voicing is also discussed as being in constant flux with somatic listening without problematically separating the experiencing of voicing and listening, voicers and listeners.

In this article, I expand upon these dynamics by discussing somatic listening, voicing, and speaking as one concept through the prism of touch in the Haptic Possibilities project and the concept of *somatic logos*. To do so I use as a case study the *Are We Still in Touch?* workshops and the research insights gathered from the activities up to now. I situate the practice offered in the workshops in relation to my Integrative Bodywork and Movement Therapy (IBMT) somatic training and the use of touch in other somatic methodologies. The theoretical ideas emanating through this praxis, according to Robin Nelson's definition of praxis as "theory imbricated within practice" (Nelson, 2013, p. 5), are primarily analyzed in this article based on Maurice Merleau-Ponty's notion of "flesh" in embodied phenomenology, Sara Ahmed's and Jackie Stacey's definition of inter-embodiment in feminist theories, Ben Macpherson's somaesthetic analysis and Anita Chari's somatic resonance in voice studies.

I further develop the concept of *somatic logos*, introduced in my contribution to the *Somatic Voices* project, by examining self-directed somatic attention, intention, and self-listening in contexts beyond training and performance as part of the Haptic Possibilities project.² This application of *somatic logos* not only deepens the theoretical framework but also provides empirical evidence of its potential social impact, particularly in relation to broader educational, wellbeing, and therapeutic contexts. Through this examination, it becomes

² For a discussion on the project in actor training, see my article *Tactile renegotiations in actor training: what the pandemic taught us about touch* (Kapadocha, 2023, pp. 201-215).

evident that *somatic logos* within formal somatic inquiry, even when experienced with attention to the self, is an innately inter-embodied experience that can foster care and inclusivity in diverse communities, leading to wider societal impact. As a result, this article contributes to voice, performance, and somatic studies as well as to urgent social discussions on diversity, inclusivity, and discourses on embodiment, care, and wellbeing, especially in the wake of societal shifts driven by the pandemic.

Somatic voicing and listening through touch

The somatic field of study, otherwise known as somatics or Somatics, was first introduced by the practitioner and scholar Thomas Hanna (1928-1990) toward the end of the twentieth century (1976). As Don Hanlon Johnson points out, somatics as an umbrella term was “designed to coax together a fragmented community of innovative and revolutionary teachers who had managed to craft methods of sensory awareness, touch, breathing, sounding, and moving” (2018, p. 23), including the work of F.M Alexander (1869-1955), Irmgard Bartenieff (1900-1982), Moshe Feldenkrais (1904-1984), and Ida Rolf (1896-1979). Martha Eddy also points out the common “somatic tools of touch, movement (including the movement of the breath), vocalization and language to further awareness” (2016, p. 15, original emphasis), while mapping the evolution of somatic practices through three generations and incorporating European, Asian, and African influences. Theoretically, the discourse of somatics is underpinned by Hanna’s redefinition of the Greek word *soma* as one’s experienced instead of objectified bodymind (1970), challenging philosophical problematics of body-mind dualism in western philosophy. This foundational understanding of somatics sets the stage for exploring how these principles are applied and expanded in contemporary practices.

Building upon the somatics discourse through critical perspectives of polyvocality, the Somatic Voices project aimed at bringing together approaches that are traditionally situated in the somatic field with practices beyond commonly recognized somatics. Focusing on the in-between of touching, voicing, and listening for the purpose of this article, touch stands out as a throughline and method of investigation in various practices such as Alexander Technique, Body-Mind CenteringSM (BMCSM) by Bonnie Bainbridge Cohen, IBMT by Linda Hartley, Shin Somatics by Sondra Fraleigh, Body and Earth by Andrea Olsen, and

Voice Movement Integration (VMI) by Patricia Bardi. Notably, political theorist and somatic practitioner Anita Chari, as part of the project, refers to how self-directed touch in Emily Conrad's Continuum Movement is used to facilitate the perception of individual vocal resonance and simultaneous perception of somatic resonance as intercorporeal experience that renders the work "a critical vocal-movement practice for conceptualizing embodied democratic practices" (2021, p. 199). Through her research, Chari contributes to the discussion on the continuity between voicing and listening toward sociopolitical change, highlighting the interrelational nature of somatic resonance emanating through individual vocal resonance.

The voicing-listening interconnectedness through touch in my practice research originates in actor training, especially my movement-based classes at East 15 Acting School in London. From the somatics lineage, this ongoing investigation is highly influenced by my IBMT Diploma training as it dialogues with extensive conservatoire training in acting and singing and professional expertise in performing arts and artistic research. Listening through touch in IBMT develops upon BMCSM principles of mutuality between the one who touches and the one who is touched. Bainbridge Cohen notices: "When we touch someone, they touch us equally. The subtle interplay between body and mind can be experienced clearly through touching others. The art of touch and repatterning is an exploration of communication through touch" (2011, p.10).

Touch in BMCSM, and subsequently IBMT, is practiced through various qualities and pressures in relation to the structures of different body systems such as one's skin, muscles, or bones. It begins with *cellular touch* or contact at a *cellular level*, what I am referring to as *zero pressure* in the opening study. This non-directive touch is intended to allow openness in the communication and forms the basis toward moving and voicing. As a practitioner-researcher working with and through touch, this attention instilled in me a highly critical awareness of how senses overlap and the understanding that there is not a single touch, one way to offer and experience it. Nevertheless, if listening and voicing through touch is an innately intercorporeal process, what happens when we cannot be in physical proximity with others, as happened during the pandemic?

The above question activated my practice research through touch in a different way, leading to the Haptics Possibilities project. The premise of the research is that human bodies can experience own touch leading to the question: what if we dwell more deeply in the

details of touch through self-directed attention? Specifically, the *Are We Still in Touch?* workshops unpack a *reading* of what touch can be and how it can support a sense of self-care, wellbeing, and creativity based on five main principles:

1. The source of physical contact (i.e. focusing on whether the touch is activated through hands or other areas of one's skin body).
2. The actual points of contact prompting an interplay between smaller and larger skin surfaces (i.e. as mentioned in the opening study, from fingertips to one's side body).
3. Pressure and different levels of pressure starting from no pressure at all.
4. Tactile movement such as rubbing, brushing, tapping, patting, stroking.
5. Contact with the space that also integrates all the previous principles (i.e. different levels of pressure with the space can be explored through negotiating weight by either lightening the spatial support, releasing, or balancing weight; tactile movement with the space can manifest as simply walking, sliding, stamping, or rolling).

In comparison to the opening study that summarizes the practice for brevity, in the workshops, the principles are first investigated in the hands as the most common source of touch before moving to the integration of one's whole skin body as the largest source and sense organ for touch. As mentioned above, some form of self-directed touch is already used in other practices, such as Continuum, as a learning and self-listening tool. Moreover, scientific research in behavioral psychology and cognitive neuroscience has shown that self-directed touch modulates body ownership, affect, and bodily self-awareness (Boehme; Olausson, 2022; Bellard *et al.*, 2022). My research adds to these perspectives by: investigating in practice how self-directed touch can be somatically analyzed; foregrounding somatic attention to detail and subtle sensation; shaping a flexible methodology and principles that can be tailored to different sensory needs and environments; making the practice accessible within community-oriented settings; infusing it with and fostering creativity.

Over two years and seven group workshops, insights have been gathered by seventy-two participants from different age groups and sectors, among whom health and specialist care workers, wellbeing advisors, artists, arts/movement trainers, educators, and therapists. Responses to the practice have been collected through questionnaires, including the prompt for creative writing mentioned in the opening of the article, facilitated group sharing and

discussion. The activities have been documented using video or audio recordings. In resonance with the scientific findings mentioned above, the participants, among others, have discovered that their own touch can provide comfort, security, and emotional support, leading to a sense of empowerment and self-sufficiency. They have also shared a re-appreciation for the role of touch in fostering empathy and intimacy with others.

Especially through the participants' verbal sharings and spoken creative writing, it has become obvious that the attention to the self in the practice does not foster at all "hierarchies of capitalist individualism" (Pezzullo, 2020, p. 507). On the contrary, most individuals who have participated in the project thus far have expressed connections to more caring and inclusive social interactions, whether with family members, friends, or with people they encounter in their professional lives. I suggest that this inter-embodied understanding emerges because of the continuity between somatic self-listening and speaking through touch in the work. Moreover, the practice provides a container for verbal expression to emerge from a place of somatic attention and intention that goes beyond theoretical or cognitive formations of thinking. Instead, I suggest that it cultivates knowledge and a sense of logos that is innately somatic.

Somatic logos as an inter-embodied methodology

I identify *somatic logos* as a holistic concept of perception and communication that integrates embodied and cognitive thinking, senses, and moving-voicing-speaking expression through critical perspectives of inter-embodiment and plurality. Previously, I discussed the concept in relation to touch-based partner work in actor training, framing it as an interrelational and multisensory listening methodology between actors as well as between actors and trainers (Kapadocha, 2021b, p. 155-168). In this article *somatic logos* further challenges distancing issues between voicers and listeners and the separation between voicing-speaking-listening within community-oriented settings. The Haptic Possibilities project offers insights that expand the concept beyond actor training, exploring its potential as an inter-embodied methodology for broader social impact through diverse applications of care. It proposes that caring and subtle attention to the self inherently includes empathic and caring interrelations with others, addressing broader issues of *desomatized* individualism and isolation.

Theoretically, *somatic logos* builds upon Maurice Merleau-Ponty's intercorporeal understanding of "logos as flesh". Flesh in the phenomenologist's discourse is discussed as an "exemplar sensible" that is simultaneously sensible and sensate (Merleau-Ponty, 1968, p. 135-139). In the article *Merleau-Ponty's Logos: The Sens-ing of Flesh*, Gail Stenstad writes: "Flesh is the elemental movement which gives rise to all carnal, dimensional beings. We, too, are dimensional beings, [...] having a 'mind' which is the invisible inside of our visible outside, a fold or hollow in our flesh, in which we open onto the flesh of the world" (Stenstad, 1993, p. 56). Stenstad describes the philosopher's approach to logos as "gathering of flesh, gathering of comprehension, gathering of words in speech" (1993, p. 58).

"Gathering" suggests the in-between of the flesh-world relationship, indicated in Merleau-Ponty's interconnection of flesh and logos, attributing to the term embodied and interrelational perspectives. Moreover, Merleau-Ponty's take on flesh as at once sensible and sensate and his concept of the reversibility of touch (1968, p. 142), explain how self-directed touch in the discussed practice can allow a dynamic experience even if not in direct physical contact with others (i.e. I touch and I am touched) and the overlapping in sense perception (i.e. listening through touch). According to a workshop participant's creative sharing: "I touch and I connect. I touch and I remind myself that I am human. I touch and I feel internally. I touch and I understand. I touch and I belong".

The participant's words encapsulate the essence of an inter-embodied and multisensory experience. Building on this, my notion of *somatic logos* extends Merleau-Ponty's concept of *fleshiness* by highlighting interrelational plurality and the significance of difference. This advancement resonates with feminist perspectives on inter-embodiment that acknowledge the philosopher's invaluable contribution to embodied thinking while also criticizing "the universalism of Merleau-Ponty's phenomenology of the body" (Ahmed; Stacey, 2004, p. 6). This problematic does not leave space for differentiation, including cultural, social, physical, and vocal. To address this criticism, in the introduction of the edited collection *Thinking Through the Skin* (2004), Sara Ahmed and Jackie Stacey define inter-embodiment as "a way of thinking through the nearness of other others, but a nearness which involves distancing and difference" (2004, p. 7).

Ahmed's and Stacey's concept of distancing highlights a second problematic aspect in Merleau-Ponty's idea of *fleshiness*. This issue relates to body ownership and identity, suggesting that Merleau-Ponty's notion of always being in oneness with others does not

allow for a critical negotiation of distancing. Therefore, there is a significant contribution in the nature of the *Are We Still in Touch?* workshops that creates space for the shaping of one's own *somatic logoi* within a broader sense of relationality and what *being with* an environment, including the space and the others, may feel like. In the words of another workshop participant³:

I touch and I am restored. I map my body and I paint myself into presence. I come into contact with the space through my skin and I blend with my environment; it's relational and there is only beautiful reciprocity. I paint on the canvas of the space with my living, breathing skin, and I come alive on a deeper level, somatically expanding out into an awakening, a waking up from mind trance. I let my body lead and do what it loves. It loves moving and dancing and coming into contact with, coming into connection with, coming into relationship with, so pure and innocent, this holy, sacred, sweet, loving conversation. I come alive again. Sunlight pours into my skin, hallelujah.

I propose that the *fleshiness* in the participants' words and voices as they digest and express the experiencing of the practice affirms somatic attributes of *logoi*. These attributes relate to what Ben Macpherson identifies as somaesthetic vocality which "is experienced by means of the ontological primacy of somatic sensation over cognitive understanding" (2021, p. 222). The concept of somaesthetic vocality, which prioritizes somatic sensation over cognitive understanding, aligns with the experiential nature of the practice and its *somatic logoi*, where words emerge through experiencing rather than merely or primarily cognitive processing. Macpherson adds to his analysis by highlighting the corporeal nature in the voicing-listening continuity stating: "If vocality is corporeal at the point of the production, negotiated by means of the primacy of the body, then listening must also, a posteriori, be a corporeal act" (Macpherson, 2021, p. 222). Somatic sensation and negotiation in the workshops are navigated through specific somatic attention and intention which prompt a different sense of self-listening and a revisited sense of caring.

³ I would also recommend witnessing how the participant shares the following writing in the provided video recording of the workshop (1:04:15-1:05:40), particularly noting how she suggests *being with* through her physical-vocal expression.

Somatic logos toward a caring *social soma*

Anthropologist Brenda Farnell, in her book *Dynamic Embodiment for Social Theory* (2012), tracks the modern development of social science based on what she identifies as two “somatic turns”. According to Farnell, the first somatic turn, established in the 1970s, “moves us from disembodied social science to a focus ‘on the body’” (2012, p. 4). It was shaped around “the work of Michael Foucault, Pierre Bourdieu, a range of feminist theorists, and an interdisciplinary, postmodern, phenomenological valorization of the sensuous” (Farnell, 2012, p. 4). The second somatic turn, situated in the twenty-first century, “offers a theoretical enrichment of the earlier phase by re-positioning the moving body to a theoretically adequate account of embodied social action” (Farnell, 2012, p. 4).

A turn toward social attention has also taken place within somatics under the theme of “social somatics”. According to Eddy: “Social somatics implies taking context, culture, and relationships into account whenever practicing and applying somatic education. It can also include striving for somatic education models to become embedded in all aspects of life and actively counter inequalities” (2016, p. 233). At the same time, Eddy (2016, p. 236-238) addresses issues in this endeavor such as the cost of somatic practices and access to space. Criticism on the field of somatics adds issues of exclusion and the privilege of whiteness (Drury, 2022). In my somatically inspired work, I address these issues by adopting the critical interrogation of a PaR framework, fostering multidisciplinary and intercultural discussions (in resonance with the nature of this Special Issue) and specifically, as part of the Haptics Possibilities research project, by collaborating with community-oriented contexts and spaces.

To return to somatic voice studies, Chari, discussing social and political possibility in the vocal and somatic practices of Continuum, notes that “such practices open subjects up to a perception of intercorporeal space, decentering the bounded, atomized forms of subjectivity predominant in neoliberal society” (Chari, 2021, p. 209). Through the lens of Romand Coles’ notion of receptive resonance in political theory, Chari talks about “receptive resonance practices” as the ones that “create space for the perception of the possibility of new forms of collective subjectivity” (2021, p. 209). In line with this, and through empirical research instead of theoretical analysis, the Haptic Possibilities practice and its underlying concept of plural *somatic logos* can be situated within the context of receptive resonance. This resonance

“opens and intensifies ‘acknowledgement’ of others - which is as much a condition for agonistic negotiation as it is a condition for more harmonious processes” (Coles *apud* Chari, 2021, p. 208).

The set intention of the project has been the facilitation of self-care, wellbeing, and creative expression, especially amidst the social challenges imposed by the pandemic, including isolation and wellbeing struggles. The new form of collective subjectivity that has come up as part of the research according to the participants’ responses, suggests immediate impact as a shift of individual and collective awareness. It also recommends that the project and its future development can lead to wider societal impact. This broader impact relates to how the insights and changes experienced by participants in the project can potentially shape and benefit larger communities and practices. For instance, the integration of touch awareness and the offered methods into various professional practices can enhance the quality of services provided across fields. As participants incorporate these insights into therapy, education, arts, health, wellbeing, and specialist care, the overall quality of these services could improve.

As indicated in the practice that opens this article, I propose that this new caring possibility has been prompted by shifting somatic attention to the self through touch. The intention is self-care and expression through clear points of contact and a *fleshy* connection to the space. So when the invitation for speaking comes up, it comes from a place of inter-embodied *fleshiness* and a sense of *somatic logos* that connects sensing, thinking, speaking, and listening. To evidence this, I would like at this point to weave in one such moment from my latest workshops (April to June 2024) in East London, in collaboration with The LightHouse and Gardens community center. I use present tense to facilitate the reconnection.

After the practice and a written reflection, I open the space for verbal reflection and, if desirable, the sharing of the participants’ creative writing. A male English teacher of color who works at an adult school speaks about how he felt that he let all his defenses down and how for him “just being who you are worked”. In response, among others, I bring the relation to the present sociopolitical climate and he goes “I wrote a little poem actually”:

I touch and feel
 I expand and grow
 Like a petal I push forward
 I meet the sun of myself
 Use my hand to push out
 A stem, a flower, a root
 I have roots, yet I am mobile

I have many parts, yet I am whole
I am skin, bone, muscle
Yet I am none of these

The group is moved and grateful for the sharing. I echo the last two verses. I say that I feel resonance with his words and with how “the speaking is an extension of the experience”. Another participant from China gets teary, she feels seen, she exclaims “it’s such a great poem” and we all laugh with kindness.

I think the moment speaks for itself on many different levels related to a sense of self, race, geographies, and transcultural generations. It also brings cohesively together the theoretical components used in this article through the prism of touch and the concept of *somatic logos*. From Merleau-Ponty’s *fleshy* relation to the self and the world, to Ahmed’s and Stacey’s inter-embodied sense of nearness through distanciation and difference, Macpherson’s somaesthetic vocality and listening, and Chari’s somatic resonance toward receptive resonance. The gist is that when individual attention is brought to the self through somatic, critical, and plural awareness, it organically expands to the diverse voices of the *social soma*.

Closing reflections

In my present critical reflections, I recognize that a key aspect of the immediate impact of the *Are We Still in Touch?* workshops and the future potential of the involved practice comes from the project’s PaR framework. Shaping and sharing the practice within the container of a research project with community orientation allows for the activities to become accessible to people with no previous experience of relevant work as well as to participants who wish to further grow their own practice.⁴ At the same time, the *Are We Still in Touch?* practice is not offered as a one-off workshop but as a methodology that can grow in the participants’ personal and professional lives. For instance, in relation to the moment described above, I suggested that some elements of the practice could be examined in the participant’s English classes, even if it may feel challenging, as it could strengthen the adult students’ confidence and voices.

⁴ The first year the workshops were financially supported by a University of Essex UK Research and Innovation (UKRI) Participatory Research Fund and the second year by East 15 Acting School Research.

In follow-up communication, participants have already shared a shift in decision-making about their wellbeing and how this extends to their professional life as well. A drama teacher in secondary education shared in an email:

I believe without realizing it then, this experience aided some decisions I made later on regarding my health. Revisiting it allowed me to once again pause and connect with what I achieved during this time [of the workshop] and where I am now, a more accepting and loving phase of myself and my journey. One more thing that I believe that I still use in my practice, even with my students, is exploring physical touch and its impact and proxemics when devising theatre or exploring physical theatre.

Moving forward, I envision collaboration with more targeted groups of participants from the fields of arts, technology, health and wellbeing, education, and accessibility practices toward the advancement of inclusive participation within and outside theatre environments. Through public engagement activities such as further workshops and interactive performances inspired by the nature of the project, the recruitment of participants will aim at explicitly facilitating dialogue between artistic research and other disciplines. This will support knowledge exchange, promoting a deeper understanding of the project's potential applications in educational, wellbeing, healthcare, and accessibility contexts. By integrating touch awareness and somatic principles into these domains, I anticipate a ripple effect that could enhance the quality of services and foster a more soma-centered, compassionate and inclusive society.

To bring this article to a close, in this piece of somatically activated writing and somatically intended reading, I discussed how touch-based self-listening and voicing-speaking in my research strengthens a sense of care, wellbeing, and creative expression. Using the *Are We Still in Touch?* workshops as a case study, I presented how this somatic attention and intention is not constrained to the self in an individualistic manner but extends to an inter-embodied and relational awareness with potentials for wider social change. I conceptualized these observations based on an inter-embodied and plural approach to logos, identified as *somatic logos*. Somatic logos does not disconnect voice-speech and listening from sensorimotor perception and allows in-between dynamics with others and one's environment, including the integration of sociopolitical conditions. The notion was analyzed through phenomenological and feminist approaches to embodiment along with perspectives in somatic voice studies.

Ultimately, the Haptic Possibilities project serves as a testament to the potential of somatically inspired critical practices and research methodologies in addressing contemporary social challenges. By fostering a sense of interconnectedness and nurturing diverse voices within the *social soma*, it demonstrates that such approaches can contribute to more caring and inclusive communities. Through interdisciplinary integration and empirical evidence gathered from the workshops, this study reveals new dimensions of *somatic logos*, enhancing its relevance and possible applicability in diverse fields such as education, therapy, and social care. These advancements position *somatic logos* as a valuable praxical tool for considering and supporting care and inclusivity in various community settings. The ongoing development of this project will continue to explore and expand its possibilities, driving forward the integration of the devised methods into diverse disciplines and wider applications.

Referências

- AHMED, Sara; STACEY, Jackie. Introduction: dermatographies. In: AHMED, Sara; STACEY, Jackie (eds.). **Thinking through the skin**. London: Routledge, 2004. pp. 1-17.
- BAINBRIDGE COHEN, Bonnie. Introduction to Body-Mind Centering. In: MILLER, Gill Wright; ETHRIDGE, Pat; MORGAN, Kate Tarlow (eds.). **Exploring Body-Mind Centering: an anthology of experience and method**. Berkeley, California: North Atlantic Books, 2011. p. 3-11.
- BELLARD, Asleigh et al. Vicarious ratings of self vs. other-directed social touch in women with and recovered from Anorexia Nervosa. **Scientific Reports**, v. 12, article n. 13429, August 2022. Available at: <https://doi.org/10.1038/s41598-022-17523-2>. Accessed in: June 21, 2024.
- BOEHME, Rebecca; OLAUSSON, Hakan. Differentiating self-touch from social touch. **Current Opinion in Behavioral Sciences**, Elsevier, v. 43, p. 27-33, February 2022. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2021.06.012>. Accessed in: June 21, 2024.
- CHARI, Anita. Vocal resonance and the politics of intercorporeality. In: KAPADOCHA, Christina (editor). **Somatic voices in performance research and beyond**. Abingdon, Oxon: Routledge, 2021. p. 198-211.
- DRURY, Lindsey. What's in a name? Somatics and the historical revisionism of Thomas Hanna. **Dance Research Journal**, Cambridge, Cambridge University Press, v. 54, n. 1, p. 6-29, April 2022.
- EDDY, Martha. Introduction and overview: the what and why of somatic education. In: EDDY, Martha. **Mindful movement: the evolution of the somatic arts and conscious action**. Wilmington, North Carolina: Intellect, 2016. p. 3-20.
- FARNELL, Brenda. **Dynamic embodiment for social theory: 'I move therefore I am'**. Abingdon, Oxon: Routledge, 2012.
- HANNA, Thomas. **Bodies in revolt: a primer in somatic thinking**. New York, Holt Rinehart and Winston, 1970.
- HANNA, Thomas. The field of somatics. **Somatics: Journal-Magazine of the Bodily Arts and Sciences**, Novato, California, Novato Institute for Somatic Research and Training, v. 1, n. 1, p. 30-34, Autumn 1976.
- JOHNSON, Don Hanlon. Introduction: borderlands. In: JOHNSON, Don Hanlon (ed.). **Diverse bodies, diverse practices: towards an inclusive somatics**. Berkeley, California: North Atlantic Books, 2018. p. 7-26.
- KAPADOCHA, Christina (ed.). **Somatic voices in performance research and beyond**. Abingdon, Oxon: Routledge, 2021a.
- KAPADOCHA, Christina. Somatic logos in physiovocal actor training and beyond. In: KAPADOCHA, Christina (ed.). **Somatic voices in performance research and beyond**. Abingdon, Oxon: Routledge, 2021b. p. 155-168.

KAPADOCHA, Christina. Tactile renegotiations in actor training: what the pandemic taught us about touch. *Theatre, Dance and Performance Training*, Abingdon, Oxon, Routledge, v. 14, n. 2, p. 201-215, June 2023.

MACPHERSON, Ben. The somaesthetic in-between: six statements on vocality, listening and embodiment. In: KAPADOCHA, Christina (ed.). *Somatic voices in performance research and beyond*. Abingdon, Oxon: Routledge, 2021. p. 212-226.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *The visible and the invisible*. Translated by Alphonso Lingis, edited by Claude Lefort. Evanston, Illinois: Northwestern University Press, 1968.

NELSON, Robin. *Practice as research in the arts: principles, protocols, pedagogies, resistances*. Basingstoke: Palgrave Macmillan, 2013.

PEZZULLO, Pheadra. Resisting Carelessness. *Cultural Studies*, Abingdon, Oxon, Taylor and Francis, v. 36, n. 3, p. 507-509, December 2020.

STENSTAD, Gail. Merleau-Ponty's logos: the sens-ing of the flesh, *Philosophy Today*, v. 37, n. 1, p. 52-61, 1993.

Artigo recebido em 30/06/2024 e aprovado em 21/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54583>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Christina Kapadocha (PhD) is a London-based theatre and somatic practitioner-researcher, a Registered Somatic Movement Educator, and the founder of Somatic Acting Process®. She is a first-class Greek National Theatre (GNT) Drama School (Dip. Acting, 2008) and East 15 Acting School (MA Acting International, 2011) graduate under a full-time scholarship. Christina has been working as an actress, director, and movement director in Greece and the UK since 2007, and she was awarded a fully funded PaR PhD from Royal Central School of Speech and Drama (RCSSD) in 2016. Currently, she is a Lecturer in Movement for Acting and Research at East 15 Acting School, University of Essex. Her practice-research projects and publications focus on the contributions of somatically inspired practices to theatre-performing environments and beyond. She is the editor of *Somatic Voices in Performance Research and Beyond* (Routledge, 2021) and an associate editor for the *Theatre, Dance and Performance Training* journal. contact@christina-kapadocha.com.

Personal website: <https://christina-kapadocha.com/>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6243-7617>

ⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Moving Our Voices for Strength and Justice, Somatically

Martha Hart Eddy ⁱ

Teachers College, Columbia University, New York City, USA

Moving on Center School for Participatory Arts and Somatic Research, San Francisco, USAⁱⁱ

Abstract - Moving Our Voices for Strength and Justice, Somatically

Drawing on her lineage of somatic movement studies, the author shares her methodologies and motivations for including somatic approaches in health, art and educational settings. Focusing on the power of vibration in healing, whether it be through vocalization or larger body movement, Eddy describes how *somatic sounding* influences her system: Dynamic Embodiment and how she is influenced by her work partner with whom she co-founded Moving On Center School of Participatory Arts and Somatic Research, Carol Swann. She studied with early pioneer Irmgard Bartenieff, PT, CMA and graduate Luminary – Bonnie Bainbridge Cohen, Occupational Therapist, Certified Movement Analyst, and Master Somatic Movement Educator. She goes on to interview her co-founder of Bay Area Moving On Center, Carol Swann who developed VocalMotion, teaching a combination of voicework and larger everyday and cultural movement.

Keywords: Somatic sounding. Vocalization. Cultural voices. Singing. Somatic movement education.

Resumo - Movendo Nossas Vozes Somaticamente para Força e Justiça

Baseando-se em sua linhagem de estudos do movimento somático, a autora partilha as suas metodologias e motivações para incluir abordagens somáticas em ambientes de saúde, arte e educação. Concentrando-se no poder da vibração na cura, seja através da vocalização ou de movimentos corporais mais amplos, Eddy descreve como a *sonorização somática* influencia o seu sistema denominado de Corporalização Dinâmica, e como ela é influenciada por sua parceira de trabalho Carol Swann, com a qual fundou a *Moving on Center School of Participatory Arts and Somatic Research*. Ela estudou com a pioneira Irmgard Bartenieff (Fisioterapeuta e Certificada como Analista do Movimento Laban – CMA) e com a grandiosa Bonnie Bainbridge Cohen, Terapeuta Ocupacional, CMA e Educadora do Movimento Somático. Neste texto, a autora se fundamenta em entrevista realizada com Carol Swann, cofundadora de seu projeto *Moving On Center* na Baía de São Francisco, Califórnia, que desenvolveu o *VocalMotion*, ensinando uma combinação de trabalho vocal com movimentos cotidianos e culturais mais amplos.

Palavras-chave: Sonorização somática. Vocalização. Vozes Culturais. Canto. Educação do Movimento Somático.

Resumen - Moviendo nuestras voces somáticamente por la fuerza y la justicia

Basándose en su linaje de estudios del movimiento somático, la autora comparte sus metodologías y motivaciones para incluir enfoques somáticos en entornos de salud, arte y educación. Centrándose en el poder de la vibración en la curación, ya sea a través de la vocalización o de un movimiento corporal más amplio, Eddy describe cómo los *sonidos somáticos* influyen en su sistema nombrado Corporalización Dinámica y cómo está influenciada por su compañera de trabajo Carol Swann, con quien fundó la *Moving on Center School of Participatory Arts and Somatic Research*. Estudió con la pionera Irmgard Bartenieff (Fisioterapeuta y Analista Certificada del Movimiento Laban – CMA) y con la gran Bonnie Bainbridge Cohen, Terapeuta Ocupacional, CMA y Educadora del Movimiento Somático. En este texto, la autora se basa en una entrevista realizada a la cofundadora de su proyecto *Moving On Center* en la Bahía de San Francisco, California, Carol Swann, quien desarrolló *VocalMotion*, enseñando una combinación de trabajo vocal con movimientos cotidianos y culturales más amplios.

Palabras clave: Sonido somático. Vocalización. Voces culturales. Canto. Educación del movimiento somático.

Introduction

We need to move to speak or sing. We need to move to think – there is even a fancy word for it: Embodied Cognition. Embodied Cognition is a term that emerged from philosophy, anthropology and neuroscience that basically recognizes that we need to move to think. Our entire bodies, not just our brains are involved with forming images, thoughts and sourcing emotions (Varela *et al*, 1991; Bell, 2024). While we move we are often finding words. Movement is vibration, so is sound. Our first utterances express our feelings. At any one second it could be satisfaction, delight, hunger, discomfort or disappointment. We also learn from our first utterances – sounds resonate and move our bodies, and these sounds and movements come to have deep meanings, often similar and other times varying from culture to culture. They form into a communication of experience, conveyed through sound and sometimes specific words.

Just as sound is a type of vibration, vocalizing is a type of movement. In my work developing the Somatic Movement Therapy Training (SMTT) beginning in 1990 – now called Dynamic Embodiment[®] SMTT, I teach different uses of movement, touch and dialogue for emotional and physical vitality and expression. As part of this training, I weave in much of what I had developed as a form of somatic dance entitled BodyMind DancingSM (BMDSM). Whether working with everyday movers, actors, dancers, writers, businesspeople or poets, as examples, the movements served to awaken body awareness, motivate action with diverse feelings, and bring health to whatever areas of the body the movement studies attended to. It is now a codified system of over thirty movement/dance sequences as well as dozens of movement explorations, also sometimes referred to, especially by Body-Mind CenteringSM practitioners as somatizations. Like Dynamic Embodiment, BodyMind DancingSM uses movement, touch and meaning-making approaches from four major sources – Authentic Movement, Bartenieff Fundamentals of Movement, Body-Mind CenteringSM, and Laban Movement Analysis (Movers & Shapers, 2018; Eddy; Smith, 2021).

There are different ways that I have worked with the voice over the years. My first exposure to using my voice (besides singing gospel music and Spanish songs every Sunday at church with my family in East Harlem) began with performing postmodern choreography where we would speak while dancing. For example, with the Laura Foreman Dance Company, we would count to 100 as we moved through the Museum of Modern Art

sculpture garden (Probst, 1973), or shouting sounds as we ran across the Commons of Cooper Hewitt Museum. It feels totally connected to these early performance experiences that my favorite type of choreography has always been storytelling with a combination of words, vocalization and movement. Indeed, by the late 1980s I was speaking and singing on stage telling my life story of crossing borders – the sensations as a child, teenager and young adult of shifting attention as I moved across 96th street from my Life in East Harlem to the many resources we had in New York City's Upper East Side – schools, restaurants and the 92nd Street YMHA – now called 92NY.

From 1974 through the 80s I learned more about the voice and movement from Irmgard Bartenieff, physical therapist and creator of the curriculum to become certified as a Movement Analysis using Laban theories (Graduates of the full 500 hour training CMA, CLMA, GCLMA). Her own work, the Bartenieff Fundamentals, uses sounds from Indian culture. She taught how to breathe three-dimensionally with *shape support* (allow the torso to grow and shrink in different directions in response to the breath) influenced by her reading about the chanting that one might experience in yoga. The practice involves noticing the shape our body makes as we sound each of the vowels sounds, with a particular awareness of the widening, lengthening and deepening that happens with these respective sounds – *eeeeee*, *ahhhh*, and *oooo* (Eddy; Smith, 2021). This vocalization was used to help *shape support*, also called *internal shaping*. We spent time finding out how sounds can help support posture, support the internal organs, and the different shapes our body takes in different emotional and expressive states. For instance, if we feel great, we might notice that we're keeping the head up, widening in the chest, feeling an expansiveness and opening upward towards the sky. This ability to expand or shrink in different shapes or forms in the torso is how the internal breath and related sounds supports how we present ourselves to the world. Our postural shape supports our voices and words in what feelings we are expressing. In Dynamic Embodiment, we further elaborated with source material from Bonnie Bainbridge Cohen. During Bainbridge Cohen's early 1970s year of study with Irmgard Bartenieff her cohort explored how breath and sound relates to dimensions, planes and the Space Harmony scales of Rudolf Laban. The E sound widens the mouth, and the pursing of the lips forward creates the oooh sound, and sliding these together we can feel the combination of sounds merging into a new sound. Bainbridge Cohen investigated this deeply for her final certification program and has written a book on the topic (Bainbridge Cohen, 2015).

When working with shaping sounds or moving our torsos and limbs with spatial awareness, what we call Space Harmony, we often work with polarities and spatial pulls. These are bodily stretches from different muscular attachments or body parts that set up a tensile force. This process is also known as bio-tensegrity (Levin, 2021; Eddy; Smith, 2021; The Fascia Guide, 2023). When your lips project forward you can also feel how the sound is coming from the back of your throat. Hence there's a forward and back continuum - from the back of the upper vocal chamber, specifically from the oral pharynx to the lips. The tips of the lips are the most forward and the back of the pharynx, behind the mouth, is the furthest back point of tension. By finding the sound that supports the resonance of this front to back depth in the mouth and beginning of the upper throat we find a deep open space in the sagittal dimension. This shape and space can then be echoed in other parts of the body. For example, we often need to open the breath through the chest to allow for vibration to move anywhere further down in the torso. Even before that, we need to open the full neck including the vocal chamber of the larynx in the mid-throat region. If there is a closure at any part it is like pressing down on a string to make a different note, rather than finding all the support for a specific sound. If we close the glottis of the throat we create the vocal diaphragm. We can also shift the resonance of the neck by closing the glottis and breathing out while speaking - it is one way of making a raspy sound.

When we allow any diaphragm (vocal, thoracic, or pelvic floor) to merge the intentionality of deepening or widening, with the plunger action of the diaphragm going down, we help to create a vacuum for the influx of air. As the breath exits from the upward doming of the thoracic diaphragm, there is also a narrowing and lengthening component. Of course, the thoracic diaphragm's critical action is downward to create that vacuum for oxygen to fill the alveoli of the lungs. When we allow for a deep diaphragmatic inhale we can also massage down into the pelvic bowl and through the back and the front of the lower torso. One can imagine or sense the cylinder shape of the torso and that this entire container is being massaged by the breath. It is wonderful to then discover the awesome sounds that emerge when you let the roof of your mouth open away from the jaw, let out a long sound from the up and down pulls of the upper and lower jaw. See if it helps you vibrate higher or lower than you've already heard, felt or moved. This aaah sound supports lengthening. Making sounds by consciously shaping the mouth and matching the shape in the torso can provide a huge opening for many people. It is particularly helpful to practice

these shape changes and bio-tensegrities to support exhalation. This supports a more resonant sound. Remember, sound is made when we're breathing out. It's close to impossible to make much sound when breathing inward.

Activity: Please take a moment and try this movement and sounding. It can sound a bit like a gasp, so when you encourage people to exhale and vocalize you're also encouraging deeper elongation of both the sound and the breath.

Added to getting deeper and moving into length is a type of full shaping of the inside of the body. Once we learn to fill our cylindrical body, our personal instrument of sound, with air and vocalization, you can choose which type of shape to be in (long, round, flat, spiralic = we say in Laban language - the shape of a pin, a ball, a wall, or a screw). In everyday life these shape changes often happen unconsciously, in response to an interaction - with a person or a task or a feeling. We are constantly allowing our bodies to form into whichever shape reflects our mood, our feelings. For instance, if feeling a little tired, chests might collapse downward. On the other hand, the breastbone might move forward and be uplifted while looking up and filling the chest with air. Then we could feel wide in the front and narrow in the back and in so doing have a feeling of elation or lightness. We might feel happiness or a bit of joy. Much of our language follows these correspondences of what our bodies are doing based on what's being felt inside the body. We also have sounds with different tones of voice that reflect different feelings, and related movement. In Dynamic Embodiment we continue to explore different shapes while sounds, or in silence with awareness of the *inner shaping* of the breath. One way to ensure that we were breathing is to make sounds during this time.

Martha's development of 3-Dimensional Breath and Sounding strategies

I met Bonnie Bainbridge Cohen, who created Body-Mind CenteringSM, circa 1975. I quickly was drawn to how she used vocalization to help us feel and activate our organs. Sensing the organs is a fantastic way to support posture and inner shaping. She had learned from her private studies with a Yogi Ramirah who had recently come to New York from India. This experience taught her that you could vibrate the organs each distinctively bringing them into a healthy vitality. She taught us to use different tones in the voice to change the tonicity of the organs. We learned and felt that when organs found their volume that it changed the surrounding musculature, mostly softening tension. For me, this fits so beautifully with the shaping that I learned from Irmgard Bartenieff and other teachers of Bartenieff Fundamentals. It turned out Bainbridge Cohen had recently spent a year studying with Bartenieff as well. Her approach with *organ support* brought another level to the experience that how we shape our body is also expressing our moods. How powerful it can be to allow for postural change, not just at the level of our muscles and bones, but literally from our organic selves, from the organs. This awareness of how movement could support our health and vitality of our organs, was echoed across different holistic health methodologies, resonating with Chinese medicine and meridians and their links to specific organ energies, and then also to nature energies – the five elements. Irmgard Bartenieff had been learning QiGong in Hawaii with a master there. QiGong, like Tai Chi (Yeung *et al.*, 2018) can help with internal regulation and is a method of body-mind awareness, cultivating a stronger connection to self and others.

Vocalizing and sounding with different pitches and different resonances happens in two specific ways:

1. Shaping the mouth very carefully while finding a pitch that matches the depth of where you are aiming to vibrate;
2. Bringing breath and oxygen to the body in general but doing so through *volumizing*.

Volumizing is a word I use to say I'm going to feel the internal support of my body with awareness of the breath moving in all three dimensions – length, depth and width, and each organ has a happy and whole feeling.

The result is having a well-supported posture and the capacity to express different postures, and thereby different feelings and emotions in a deeply organic way. I use this continually in my private practice and in the teaching of Dynamic Embodiment Practitioners. In Dynamic Embodiment vocal work, I blend principles from Irmgard Bartenieff as well as her embodied approaches to Rudolf Laban's Space Harmony. Space Harmony seeks to move our bodies three-dimensionally in and around and through three-dimensional space in systematic harmonious ways. I discovered that this exploration of harmonic spatial pulls is a type of neuromotor challenge integrating reflexes for equilibrium with somatic awareness. The mover can be aware of both being upright as well as the inevitability of sometimes falling, inclining, leaning or needing to catch oneself. This deeply embodied process of resonance begins with gravity's vibration and our physical aliveness, melded with the study in quantum mechanics I engaged with as an undergraduate student in 1978. At this time, I was enrolled in a course entitled *Nature loves to Hide*, taught by Lee Smolin, the great cosmological physicist who was a peer and a guide (Smolin, 2007) mentored in turn by Herb Bernstein. What they meant by "nature loves to hide" is that anything in the world feels like it's solid because it's made of particles, but every particle can also be perceived as waves. Waves can be most easily perceived as waves of light (hot and cooler) or sound, but they also exist in movement vibration which is what vocalization is. This study made it so clear that sounds vibrate physical and emotional tension patterns, helping to transmute what feels stuck or overly solid. Particles move into light or sound, or any type of wave as needed. Waves patterns are like water – more fluid, more mobile. Hence the interaction of waves and particles are two sides of the same coin signifying that we have choice at any moment. This helps me understand ways to support myself, and people I do work with. Vocal exploration exemplifies the Laban theme that life is a constant interaction of *stability and mobility*. At times we stabilize, concretizing when needed. When we need to be strongly present and manifest in the world, creating and solidifying our ways of speaking, chanting, singing is helpful. At other times we need to get fluid, relax, find our wavelike nature, and allow life to flow. This is mobility.

I went on to name my work Dynamic Embodiment to represent this dynamism of Laban/Bartenieff Movement and the deep embodiment practices of Body-Mind CenteringSM (Bainbridge Cohen, 2012, 2018; Hartley, 1994; Eddy 2017; Eddy; Smith, 2021). I had first named my amalgam system before anyone was using the term somatic movement - the

Somatic Movement Therapy Training (SMTT). Then as somatic movement therapy got to be known through the hard work of many people active with the professional association - International Somatic Movement Education and Therapy Association (ISMETA), I realized that my dream had come true. Somatic movement therapy was becoming a generic term. Once that somatic movement was a known concept, albeit still a fairly new profession in many countries, I gave my work a new name - Dynamic Embodiment Somatic Movement Therapy Training DE-SMTT.

Dynamism in movement involves working with vibration. These phenomena show up in our new book *Dynamic Embodiment of the Sun Salutation: pathways to balancing the chakras and the neuroendocrine system* (2021). This book, written together with Shakti Smith, really celebrates vibratory patterns as energy systems that flow through our bodies. The piezoelectricity that we generate through pressure in our bones or muscles can be viewed as either particles or waves. My approach to Laban studies is not just being facile as a mover but also about not being overly static. The goal is to access times of stabilization and avoid being blocked in one or more areas of the body. This involves being ready for change at any moment - being prepared to be more vibrational or to be more porous or fluid as solid. A particle that is porous with membranes that can change what they let in or out has clear boundaries about is also mutable. This is one reason why a truly celebrated aspect of my work is applying and expanding on Body-Mind CenteringSM into forms like BodyMind DancingSM and Moving For Life.

I have been developing movement sequences for moving the circulating fluids of the body in concrete supportive patterns for almost 50 years. Graduates of DE-SMTT have also chosen to engage with the fluids as a baseline. Centering the fluids in our body as a source of wave-like patterns of vibrations that move resulted in a sequence of patterns using the different rhythms of the fluids in concrete movement directions and shapes. By varying directions in logical sequences, one is hovering in the domain of developing harmonious movement. Laban created movement scales to get us oriented in all directions in space. My fluid phrase or sequence is part of the language and repertoire of BodyMind DancingSM. I also taught this sequence to the Instructors of Moving For Life, who work with elders with chronic illnesses, people with cancer. The combination of breath, movement and specific balanced vacillations in space is described by students as bringing vitality to the organs. The breath is key in this. We make sounds as part of the fluid that serve as a pump to squeeze the

interstitial fluid. It sounds like slurping, involving squeezing of the mouth and face and then opening and widening the whole face.

I chose the sound PAH for the exhale after a squeezing of the body fluids. In the BMD Fluid phrase, we next move the synovial fluid – the joint fluid. Not only do we vibrate the limbs as in a shimmy, but we vibrate the Jaw, the mouth and sometimes if comfortable, the tongue. We jiggle the joints in order to move the fluids in the sacs of each joint. And as you shake the bones you shake the fluid, and you activate varying the pressure in that area. Any movement helps move the hydrostatic forces that are present. Shifting brings more mobility to the very parts of our body that we need to mobilize.

From interstitial fluid movement to synovial fluid leads to swing-like rhythm of the venous flow of the blue blood back to the heart, the flow of the blood that has valves - it has a kind of swoosh kind of returning a waltz-like rhythm. So, in Body-Mind CenteringSM we learned these nuances and we asked questions. I often asked the questions: what is the viscosity of that fluid? What is the container of that fluid? What is the pump of that fluid? With that information we can put together what the rhythm of that fluid is. Then like the organs, I allowed a sound to match these elements. What is this sound of a swinging pulse? It has an up down up, or down up down, or down up up, or up up down wave like rhythm. This reflects a shift with gravity, falling and rising. For me, that became a swooshing that can be sung as a kind of seesaw song – Whoosh, laa, laa – whoosh laa laa. Or a bit more active – Da da daah, de da, de da. Each vibrational pattern aligns with the receding of the venous blood into the valves and then reinitiating to return back to the heart. Of course, our movement includes swings too.

The cerebral spinal fluid (CSF) is another important fluid that bathes the brain and spinal cord, protecting it. It emerges from the spaces in the brain, the ventricles, flowing downward inside the spinal column. It is contained in a sac called the dura mater. The sound for supporting the CSF matches its rhythm – a quiet, slow, monotone hiss or long soft sound. In other words, the CSF moves in a steady pace that is almost timeless and quite contemplative. Silence can be the accompaniment to long ongoing movements in one direction. However, hissing, breathing out in an ongoing flow, or a sort of whispered eeeee, or aaahh sound can help remind us to really move slowly and without any rhythmic fluctuations. When this at least six – twelve second cycle is repeated with no changes of

rhythm, the related sounding process helps us to become timeless entering a meditative space.

This process of finding the sound vibration of a body part or specific set of tissues can be transferred to any part of the body – bones, muscles and glands (Eddy; Smith, 2021). Toning can happen from within, or from a practitioner making sound, sometimes very close to the desired tissue or even on the body. Babies often love this type of interaction – being *toned* into. There is a communication that is instant – just as color and light move through us instantly.

I could go on and on with all the ways we use sound in Dynamic Embodiment Somatic Movement activities whether in a private session or a movement class or a performance. However, I would feel remiss if I didn't share the influences of my colleague, Carol Swann and what she has brought to the somatic field through a lifetime of work.

Carol and I started an educational non-profit organization – Moving On Center – in the Bay Area of California in 1994. We began at the Malonga Center (formerly the Alice Arts Center) in downtown Oakland where the sounds of the music and dance of the African diaspora greeted us each day, all day. We both felt at home with this welcome. I am delighted to share from a two hour interview I conducted with Carol Swann (2024).

Carol's Early Life and the Power of Singing

Carol's deep understanding of the unifying and expressive power of the voice stems from her unique upbringing in an intentional political community in the 1960s. Instead of watching TV or being glued to phones, people in her community sang and folk danced together, learning songs and dances from various cultures, including the Balkans, Northern and Eastern Europe, and the African American tradition of freedom songs and spirituals.

I grew up folk dancing with those different cultural sounds and songs including those from my own culture, which included freedom songs. We also learned spirituals and sang them in rounds. We sang (into the 70s and 80s and onward) because in the political community, folk singing was intentionally brought in at times for political activism, bringing people together as it had been done in the civil rights movement (Swann, 2024).

Carol's early experiences taught her the power of collective singing to unify people, lift spirits, and serve as a form of nonviolent action during complex times. She began teaching folk dancing and songs to groups at the age of 15, and even worked with individuals privately,

helping them find their powerful, expressive voices, which she has continued to do for another five decades!

Integrating Developmental Movement with Vocalizing

As Carol deepened her studies of somatic practices like the Alexander Technique, Body-Mind CenteringSM, and Bartenieff Fundamentals she began to integrate principles of spinal aliveness as well as developmental movement with her approach to vocalizing. Each of these systems have a neuromotor perspective that is developmental. Each recognizes that engagement in movement references coordination patterns that we go through in learning to roll, crawl, sit, stand and walk. Carol realized that the body and voice are intrinsically integrated, and that one can access the voice in a pure sort of way by engaging with these infant and early childhood developmental movement patterns.

The more I got into improvising with my body, the more I realized that the body and voice are connected, how can I think otherwise? [...] I begin to utilize Bonnie's developmental work, which starts with a class I called the Developmental Voice class. It uses the sequence of being in the womb, coming out of the womb, related to what you teach, Martha (Swann, 2024).

In her Developmental Voice class, Carol guides students through embodied experiences of prenatal and early childhood development, reconnecting them with the primal, uninhibited voice that emerges naturally from a fluid, supported body. By returning to a state of *baby-ness*, students can bypass cultural conditioning and judgments about what makes a *good* or *bad* voice.

An Improvisational Approach to Exploring Voice-Body Connection

Central to Carol's teaching is an improvisational, non-judgmental approach that invites students to explore the full range of their voices without imposing a particular technique or ideal sound. She creates safe, supportive spaces where people can make ugly, beautiful, and everything-in-between sounds, discovering the intrinsic connection between vocal expression and physical sensation. "I'm more interested in spirit and am in awe of the impact of what it can do for social movements. This positive effect can be for the person singing or sounding, for myself as a facilitator, for communities, for the world. Now I don't separate 'voice and body' at all." (Swann, 2024).

Carol often begins with guided improvisations that encourage students to make sounds from a place of felt sensation and emotional impulse, rather than predetermined ideas of what singing *should* sound like. She draws on her extensive toolkit of exercises from different somatic modalities to help people address habitual patterns of tension and discover new possibilities in their voices.

The Healing Potential of Vocalizing

For Carol, vocalizing is not only a means of creative expression and playful exploration, but also a powerful tool for healing and transformation. Like many somatic vocalists, she sees the voice as a bridge between the conscious and unconscious, the mind and the body, and believes that sounding can help to release deep-seated emotions, traumas, and blockages.

Sound just evokes and invokes such deep, unconscious stuff that you can't name it until maybe it's worked on. It can be like, all of a sudden, people burst into tears. Why that happens doesn't matter. For those of us who are somatic therapists, we are comfortable with letting it rip. And just maybe we'll find out if there's meaning to it, or maybe not (Swann, 2024).

Carol is comfortable with letting feelings ripple and like me helps people to get bodies and emotions moving, sometimes moving out as a release or integration of stress or trauma. She and I have both been involved in Embodied Conflict Transformation work for many years. Carol's conflict transformation work has a strong root in the Mindell Process work of Conflict Facilitation (Mindell; Mindell, 2024). My involvement with embodied conflict

management came from teaching for Resolving Conflict Creatively Program (RCCP) in the NYC public schools together with Educators for Social Responsibility and then with the Morningside Center for Teaching Social Responsibility. I went on to do my doctoral research (Eddy, 1998) on excellent school programs that used movement to teach natural and automatic responses to conflict and violence. Carol also studied Hakomi, another form of Body Psychotherapy that is used to enhance communication and emotional awareness. Hakomi is the root system for Pat Ogden's SensoryMotor Psychotherapy work which also often partners with Peter Levine's Somatic Experiencing trauma recovery work. Pat Ogden helped to found the Hakomi Method with Ron Kurtz the author of *Body-Centered Psychotherapy: The Hakomi Method* (1990). My work in NYC included trauma recovery as well, working at the three Ground Zero public schools after the 9/11 attack on the World Trade Center. I have since developed numerous programs like Moving Toward Peace, Conflict Resolution and Community Building through Movement and Dance, Embodied Approaches to Violence Prevention (Eddy, 1998; Eddy, 2010; Eddy, 2015; Eddy 2016; Eddy, 2017; Eddy *et al.*, 2020).

In Carol's classes and private sessions, she often witnesses profound shifts and openings as people give voice to previously unspoken or unacknowledged aspects of themselves. She sees this as a natural extension of the developmental process, in which babies and young children freely express their needs, desires, and emotions through sound before language takes over. And she knows how to work with large groups expressing themselves as individuals or as cohorts. This is particularly supported by the *World Work*, a branch of the Process work of Arnie and Amy Mindell (2024): "I think there's a way in which people get stuck in thinking, 'I can't use my voice unless I learn to read music and take it seriously.' I just sang because I'm more interested in spirit and the impact of what a singing spirit can do for social movements."

From her studies with me at Moving On Center and other great teachers, and directly with Bonnie Bainbridge Cohen, Carol also emphasizes the physical benefits of vocalizing from a Body-Mind CenteringSM perspective. As this essay began, with BMCSM we explored how we can create vibrations that resonate through the bones, organs, and tissues of the body, promoting circulation, releasing tension, and stimulating the nervous system (Bainbridge Cohen, 2012; Eddy, 2021). Carol often incorporates touch and hands-on work to help students find more ease, support, and freedom in their voices.

Cultural and Social Justice Dimensions of Collective Singing

Throughout her life and work, Carol has witnessed the transformative power of collective singing in various cultural and social justice contexts. She sees group vocalizing as a way to honor and celebrate cultural diversity, build solidarity across differences, and mobilize communities for change. “Sounding and singing has been a way of nonviolent action to bring people together, and hold this unity, as well as to lift people's spirits in complex times. Across all the times of humanity there are songs – for giving birth, for healing, for rituals, especially in traditional cultures.” (Swann, 2024).

Carol is mindful of the need to respect and acknowledge the origins of the songs and chants she brings into her work, and to avoid cultural appropriation. She recognizes that many traditional societies have maintained a deep integration of voice, movement, and spiritual practice, which Western culture has largely lost touch with. “This to me, is what I've been calling the contemporary somatic practices. They are ways in which our white Western culture has been trying to reconnect back to the body, whereas other cultures have continued to connect.” (Swann, 2024).

At the same time, Carol sees the reclamation of the voice as a crucial aspect of empowerment and liberation for marginalized and oppressed groups, particularly women and people of color. She notes that finding one's authentic voice and speaking truth to power is an act of resistance against forces that seek to silence or erase certain voices.

Partnership with Martha Eddy and Advocating for Voice in Somatics

In her decades-long friendship and collaboration with Martha, Carol has found a kindred spirit who shares her passion for integrating voice, movement, and somatic awareness. Together, they have taught workshops and retreats that explore the intersection of Body-Mind CenteringSM, VocalMotion, Dynamic EmbodimentSM, and other modalities, creating rich and transformative experiences for participants. When things get tough in community – whether in class, or a rehearsal, or in developing an activist project – there is always the possibility to pause and sing together.

I think the reason we coalesce so well is we both really don't have a system (of set techniques). We have a creative process that meets people in their individual kind of soul. And it's improvisation with a big toolkit coming out of many, many

different trainings that we've done and with this toolkit, you know, we address each individual or group based on what we see is in front of us (Swann, 2024).

Carol and Martha have been vocal advocates for the inclusion of voice work within the larger field of Somatics. They see vocalizing as an essential part of the human experience that deserves equal attention alongside movement, touch, and other somatic practices. By bringing voice to the forefront, they hope to contribute to a more holistic and integrated approach to embodiment and healing.

I think voice is yet to be lifted up in relation to all these connections. There are obviously others doing this work, but we can name on the fingers of our hands about 10 people or programs that are really doing deep voice work from a somatic perspective. Some others besides VocalMotion that come to mind are the Alexander Technique, Bartenieff Fundamentals breath work, Body-Mind CenteringSM & Dynamic EmbodimentSM organ and gland balancing, Fitzmaurice Voicework, Linklater Technique, Patricia Bardi's VoiceMovement Integration, Resmaa Menakem's VIMBAs, and the Roy Hart Method. Carol Swann's VocalMotion seeks to give voice to every manner of authentic expression and given its location within Moving On Center (MOC) and Carol's development of the Socially Conscious Body, it also seeks to give voice to oppressive forces. It can be infused into MOCs work with Theatre of the Oppressed¹ as well.

The Alexander Technique is one of the oldest forms of somatic education. It emerged when actor F. M. Alexander (1869-1955) lost his voice, and no medical professional could help him. He spent many hours in front of a mirror and discovered that his *bodily use* was impacting his vocal chamber. With becoming aware of posture, and actively releasing the weight of his head from a downward pull he was able to regain his ability to speak again, especially with the range needed for acting. He then developed a method to teach others this embodied educational process. He is known for giving lessons to the highly influential educator John Dewey (1859-1952), whose philosophy led to student centered constructivist learning (Eddy, 2017).

Bartenieff Fundamentals of Movement is the work of Irmgard Bartenieff, physical therapist, dancer, co-founder of dance therapy, dance anthropologist with musicologist Alan

¹ The Theatre of the Oppressed is a theatrical form elaborated initially in Brazil by theater practitioner Augusto Boal beginning in the 1950s. Later it expanded to Europe and other places. Boal was influenced by educator and theorist Paulo Freire and his practices on the pedagogy of the oppressed. See: <https://transatlantic-cultures.org/en/catalog/trajectoires-intercontinentales-du-theatre-de-l-opprime>. Access in: 10 July 2024.

Lomax, and creator of the Laban Institute of Movement Studies. She studied with Rudolf Laban and created the only 500 hour curriculum to become a Movement Analyst based on the fullness of his theoretical and practical work. Initially she partnered with the Dance Notation Bureau that teaches LabanNotation. She felt the need for the principles behind his analysis to be conveyed.

Bonnie Bainbridge Cohen, founder of Body-Mind CenteringSM, studied with Irmgard Bartenieff and became a Certified Movement Analyst. Her students, myself (Martha Eddy) and Patricia Bardi have created programs, Dynamic Embodiment (Eddy; Smith, 2021) and VoiceMovement Integration respectively, which use voice as an integral part of the work. This is true of most other Body-Mind CenteringSM derived somatic movement training programs.

As Carol continues to teach and inspire others with her unique approach to vocal embodiment, she remains committed to the simple yet profound belief that everyone has a right to express themselves fully and authentically through their voices. By creating spaces where people can rediscover the joy, power, and wisdom of their own sounds, she is helping to heal not only individuals but also communities and the world at large.

Carol Swann's Early Life and Influences on Somatic Vocal work

In reflecting on Carol's life experience and somatic expertise here are some highlights:

- Growing up immersed in folk singing and dancing, exposed Carol (and many others from cultures who are not afraid of the body) early on to the power of collective vocalization and how it can build community and lift spirits, especially in challenging times. This laid an important foundation for our later work which is still active in challenging white hegemony and referred to as Social Somatics (Eddy, 2017; Grant 2023; Leguizamon; Grant *apud* Eddy, 2017).

- Studying Alexander technique and contact improvisation opened new realizations about the bodymind connection and how habits, tension, pain etc. can restrict the body's natural expressiveness. This informed Carols' approach to helping others free their voices including one system she called VocalMotion.

Here are some components of VocalMotion:

- Understanding that the Global South has kept singing and dancing or music and movement as interrelated as the communities themselves are. Western culture tends to separate and specialize abilities (scientist, mathematician, artist etc.), losing sight of the inherent human need to express through the integrated body and voice. Carol's work aims to reconnect people to the unity of the body as expressed using both sound and movement.

- Improvisation and play are key elements used to help people get out of their heads. "When you add the voice to your exploratory play it forces a shedding of inhibitions. Many people rediscover the raw, instinctual voice they had as babies before it became repressed."

Carol's modeling of a wide range of sounds using vocal abstraction gives *permission* to unexpected as well as familiar vocal expression. I'll never forget how Carol's annual workshop retreat called Outfall, a wonderful movement festival in the nature of the California hills, got me singing a highly distorted and passionate version of *Sitting at the Dock of the Bay* (1968) as sung by Otis Redding ((Sittin'On), 2012). I began walking and singing and then continued dancing/moving/performing in a hot tub as the sun set. It lives inside of me as a visceral experience of being witnessed in community and being free to find new forms of meaning and beauty.

Perhaps because of her training in the Alexander Technique, Carol also teaches that alignment is crucial – when the spine is elongated and supported, the breath is free, and the whole body can resonate optimally the voice moves with ease, as does the body. But habits of misalignment, tension and compression (physical and emotional) block this. My own viola playing gave me a tactile sense of how physical resonance in a body can be adjusted by where the compression is – just as the pressure of fingers alters the pitch of vibration and the resulting sound. In the larger instrument of the body, which enables greater resonance, we can have very cut-off voices because of the tension we hold in the head, the neck, the breath, and just about anywhere in the torso.

Here, I would like to thank Carol, for shaping an interconnectedness of voice, body, alignment, emotion, play and expression as a model for everyone interested in the whole person. This is fascinating work that she pioneered over many years to help people reclaim their fullest selves. Carol's choice to integrate the voice with somatic work, whether it's in individual or group sessions focused on physical or social healing, is something I've always really respected. More and more people are doing this now, but Carol was one of the first. Carol makes clear that the power of the moving voice and moving body is always integrated.

David Darling, cellist with Paul Winter Consort, would always say “Music is MOVEMENT” (Winter, 2021).

Hopefully these stories provide pictures or memories of sensations, feelings, and thoughts of your own vocalization. Our somatic approaches developed before and during our partnership with Moving On Center have been shaped by letting the voice naturally respond to and express the body's emotional needs. We made space with Heart Circles for silence, for singing and even occasional screaming to allow for personal and collective expression. We have had many accountability discussions to support how this expression makes a difference in the world – when is it just expressing privilege and when is it moving an agenda of agency forward. We discovered how spontaneous child-like vocalizing exemplifies this freedom, before it often gets cut-off in adulthood. And we encourage our *inner child* energy to heal and continue to be creative and bring new visions into the world.

Our graduates are carrying these visions forward and spawning their own. We have graduates, colleagues and faculty who do somatic voice work, somatic vocalization, embodied singing, as well as toning into the body, also exploring chanting as well as silence. Of course, just as bringing somatic movement work into the world has been challenging, the choice to bring vocalizing into a classroom or performance has often been challenging in many public and institutional settings. It goes against Northern European Christian cultural inhibitions, and related academic models to open one's voice without a well thought out cortical plan. The idea of just letting emotion and expression out through the voice can feel audacious in some settings, distracting in others, and scary in yet others. However, once inhibitions are loosened, effects are felt – with tissues softened where there was tension, when a voice emerges that is strong and confident it becomes clear that what has always been integrated in Indigenous cultures is an important resource for all people everywhere wanting to heal, discover, feel power, or open to vastness of the space we sound into. As discussed, in Dynamic Embodiment we use skills and principles from Body-Mind CenteringSM (BMCSM) together with others from the explorations of Irmgard Bartenieff and the Laban Movement Analysis community that she spawned. These myriad approaches lead to an unlimited number of explorations through every centimeter of the body and with different relationships with the environment. We are aware that the context of interpersonal dynamics and environmental conditions are huge influences on what we say and when we choose to remain silent or even *stuff our voices*. Carol Swann has developed her own methods

from Hakomi, Process work, the Alexander Technique and years of singing, both liberation songs, and songs of joy and love from diverse cultures.

My own vocal play has led us in new avenues as well. In Dynamic Embodiment Somatic Movement Therapy, like in BMCSM, we spend time to resonate through the organs and glands (Eddy; Smith, 2021), and actually through every tissue of the body, to release stress, integrate the learning from trauma, to activate quiet or numb places, as well as to shift into joy, humor and playfulness. This shifting is most clear in our dancing together. In other programs I created – both Moving For Life (somatic fitness for older adults, and cancer survivors or people of any age with chronic conditions) and BodyMind DancingSM (somatic dance expression and technique), we use the principles of Dynamic Embodiment to dive in deeply with the voice, often sounding rhythms and pitches of different body parts and physiological systems. The BodyMind DancingSM Fluid Phrase takes us through each of the body's circulating fluids, which correlate to different moods. In this signature Fluid Phrase Certified Teachers of BodyMind DancingSM and their students sing and dance without judgment into states of cellular contemplation and presence (accessing the cellular fluid for support often stepping out in silence or stating in one's mother tongue – *I am here*). Next we activate interstitial squeezing and expanding of our *muscle pump*, actively moving in spiralic patterns in order to massage deep into as many parts and layers of the body as possible. We use a slurping sound followed by a big EE-AH sound to widen and lengthen in the coronal/vertical plane. Synovial fluid in the joints is loosened by wiggling freely in any pattern while making a vibratory shaking sound. When we engage with the venous flow of carbon dioxide filled *blue blood* returning to the heart I suggest swinging of arms, legs and torso at different tempos but as much as possible with a $\frac{3}{4}$ time beat. This is followed by slowing down to a monotone rhythm of movement of ongoingness representing the cerebro-spinal fluid. This rhythm is particularly healing. When one's movement is led by a personal experience of the cerebro-spinal fluid's monotone timeless rhythm the nervous system settled and we can shift into a mostly quiet or slow hissing contemplative state. Like mindful walking, moving with the rhythm can become mindful dancing or lengthening of muscles. Finally, we get bouncy and fun-filled with the heart's bloodful energetic red blood $\frac{4}{4}$ beat. Here we sing or count out loud. We interact with one another speeding up in order to raise the heart and breath rate, moving the blood to wherever it is needed in the body. I set this rhythm inside Rudolf Laban's most basic scale – the Dimensional scale (Bartenieff, 1980). Our

goal is to take these rhythms into any direction we want to move in or shape, knowing they can support any mood or mindstate we want to claim. The different rhythms are easy to shift especially when supported by movement and sound, allowing for facility of spirit and interaction.

The BodyMind DancingSM Fluid Phrase is just one somatic vocalization tool, a ritual of community transformation. There are as many ways to use our voice as there are people, feelings, and sounds. In this lineage of vocalization as taught at Moving On Center by Carol Swann and myself, everyone's gifts are celebrated, and play is too! From this childlike state of shifting rhythms, we often evolve into a state of gratitude, thankful for the sacredness of our bodies, including our amazing voices. This ability to change state through movement and sound exploration and improvisation underlies conflict transformation, social somatics, finding voice in the face of oppression and coming together in harmony during troubled times.

There's something about accessing people in their baby-ness which includes play. Playing is important in how we develop as children. Play teaches us so much about life. In fact, Emilie Conrad [founder of the Continuum Method] talks about how play is how we figure out relationships. Play's how we choreograph. Play is how we come to do everything and that includes playing the voice (Swann, 2024).

Referências

BAINBRIDGE COHEN, Bonnie. **Basic Neurocellular Patterns: exploring developmental movement**. El Sobrante, California: Burchfield Rose, 2018.

BAINBRIDGE COHEN, Bonnie. **Sensing, Feeling and Action: the experiential anatomy of Body-Mind Centering®**. The collected articles for Contact Quarterly dance journal 1980-2009. 3rd edition. Northampton, MA: Contact Editions, 2012.

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

BARTENIEFF, Irmgard; LEWIS, Doris. **Body Movement: coping with the environment**. New York: Gordon and Breach Science Publishers, 1980.

BELL, Morris. International Symposium on Embodied Cognition: Greetings and Opening Remarks. 2024. 1 video (15 min). Published by the channel Yaleconferencesandevents3885. Available at: <https://youtu.be/Mhlq0dsuJKc?si=J93RmHrYMrLu2icU>. Accessed in: June 20, 2024.

CONRAD, E. **Life on Land: The story of Continuum, the World-Renowned Self-Discovery and Movement Method**. Berkeley: North Atlantic Books, 2007.

EDDY, M. Early Trends: Where Soma and Dance Began to Meet – Keeping the Meeting Alive. In: WHATLEY, S.; BROWN, N. G.; ALEXANDER, K (Eds.). **Attending to Movement: Somatic Perspectives on Living in this World**. Axminster, England: Triarchy Press, 2015.

EDDY, M. **The Role of Physical Activity in Educational Violence Prevention Programs for Youth**. Ann Arbor, MI: UMI Press, 1998.

EDDY, M.; BLATT-GROSS, C.; EDGAR, S. N.; GOHR, A.; HALVERSON, E.; HUMPHREYS, K.; SMOLIN, L.; *Local-level Implementation of Social Emotional Learning in Arts Education: Moving the Heart through the Arts*. **Arts Education Policy Review**, n. 122, v. 3, p. 193-204, 2020. Available at: [10.1080/10632913.2020.1788681](https://doi.org/10.1080/10632913.2020.1788681). Accessed in: May 1, 2024.

EDDY, Martha. **Mindful Movement: The Evolution of The Somatic Arts and Conscious Action**. paperback edition. Bristol, UK: Intellect Press, 2017.

EDDY, Martha. The Role of the Arts in Community Building. **Currents**, Northampton, MA, v. 13, n. 1, p. 5-9, Winter 2010.

EDDY, Martha. Dancing Solutions to Conflict: Field-Tested Somatic Dance for Peace. **Journal of Dance Education**. v. 16, n. 3, p. 99-111, 2016. Available at: <https://doi.org/10.1080/15290824.2015.1115867>. Accessed in: May 1, 2024.

EDDY, Martha; SMITH, Shakti Andre. **Dynamic Embodiment of the Sun Salutation: Pathways to Balancing the Chakras and the Neuroendocrine System**. London: Handspring Publishing, 2021.

GRANT, Sam. Social Somatics. 2023. 1 video. Published by the Somatic Movement Summit website. Available at: <https://somaticmovementsummit.com/program/55070>. Accessed in: May 2, 2024.

HARTLEY, Linda. **Wisdom of the Body Moving: an introduction to Body-Mind Centering**. Berkeley, CA: North Atlantic Books, 1994.

KAPADOCHA, Christina (Ed.). **Somatic voices in performance research and beyond**. Abingdon, Oxon: Routledge, 2021.

KURTZ, Ron. **Body-centered Psychotherapy: The Hakomi Method : The Integrated Use of Mindfulness, Nonviolence, and the Body**. Mendocino, CA: LifeRhythm, 1990.

LEVIN, Stephen M. **The Biotensegrity Archive**. [S.l.], 2021. Available at: <https://biotensegrityarchive.org/biotensegrity.html>. Accessed in: June 15, 2024.

MINDELL, Amy; MINDELL, Arnold. **Worldwork in Action. Anny and Army Mindell's website**, 2024. Available at: <https://www.aamindell.net/worldwork-applications>. Accessed in: June 17, 2024.

MOVERS & SHAPERS: A Dance Podcast. Podcast #67. Person interviewed: Martha Eddy. Interviewer: Erin Carlisle Norton. Montclair, NJ: July 2018. Available at <https://themovingarchitects.org/movers-shapers-martha-eddy/>. Accessed in: June 30, 2024.

PROBST, Kenneth. **The Laura Foreman Dance Company performing *Spaces (collage IV)* in the Abby Aldrich Rockefeller Sculpture Garden**. June 1, 1973. 1 photograph. Available at: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=10157753466037281&set=pcb.10157753467347281>. Accessed in: June 30, 2024.

SITTIN' ON. **The Dock Of The Bay**. [S. l.], 2012. 1 video (2min46s). Published by RHINO channel. Available at: <https://youtu.be/rTVjnBo96Ug?si=MaOMG4Mdu7EPOIeQ>. Accessed in: July 2, 2024.

SMOLIN, Lee. **The Trouble with Physics: The Rise of String Theory, the Fall of a Science, and What Comes Next**. Boston: Mariner Books, 2007.

SWANN, Carol. [Interview given to] Martha Eddy. by Zoom. Friday, May 10, 2024.

VARELA, Francisco J.; THOMPSON, Evan.; ROSCH, Eleanor. **The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience**. Massachusetts: MIT, 1991.

WINTER, Paul. *A Tribute to David Darling*. 2021. Paul Winter website. Available at: <https://paulwinter.com/rememberingdavid/>. Accessed in: May 1, 2024.

YEUNG, Albert; CHAN, Jessie S. M.; CHEUNG, Joey C.; ZOU, Liye. Qigong and Tai-Chi for Mood Regulation. *The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*. Washington, DC, v. 16, issue 1, p. 40-47, Winter 2018. Available at: <https://doi.org/10.1176/appi.focus.20170042>. Accessed in: June 30, 2024.

Artigo recebido em 30/06/2024 e aprovado em 13/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54584>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Martha Hart Eddy - MSMT, RSDE, CMA, EdD, & Licensed Teacher of Body-Mind CenteringSM since 1984, is an author (*Mindful Movement & Dynamic Embodiment of the Sun Salutation*), international speaker, applied physiologist, and award-winning entrepreneur, who has led research, created certification programs (Dynamic Embodiment somatic movement therapy, the somatic dance system BodyMind DancingSM and somatic fitness program Moving For Life). Moving For Life is also now a non-profit organization which she co-founded. Five years earlier, in 1994 she also co-founded Moving On Center with Carol Swann, a master of voice and somatic therapy. Eddy maintains a private practice applying Dynamic Embodiment SMT for people with brain challenges, cancer, back pain, personal and professional expression, and most other body-mind and trauma-informed needs. These endeavors integrate biobehavioral approaches, diverse somatic therapies, the arts, and a social justice lens, involving social emotional learning. This work can be therapeutic, educational or coaching, always informed by her neurodevelopmental approach to stress and trauma experiences, integrating and shifting energies for greater well-being. She is currently an Honorary Professor for Teachers College, Columbia University in the Department of Biobehavioral Sciences. drmarthaeddy@gmail.com .

Personal website: <https://drmarthaeddy.com/>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0168-9570>

ⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



A dimensão psicofísica do ator na Técnica Linklater de voz

Danilo Souto Pinho ⁱ

Instituto Federal do Ceará - IFCE, Limoeiro do Norte/CE, Brasil ⁱⁱ

Resumo - A dimensão psicofísica do ator na Técnica Linklater de voz

O trabalho vocal de quem atua não começa com a voz em si, mas num mergulho no interior do seu corpo, numa jornada psicofísica que conecta respiração e som inicial aos impulsos primários. Quando a voz é, enfim, evocada e o som inicial amplificado dá-se início ao processo de liberação da voz natural através dos lábios, da cabeça e da coluna vertebral. Pretendo abordar a dimensão psicofísica na Técnica Linklater de voz, tendo como recorte, para esta comunicação, o trabalho preliminar desenvolvido nas três etapas iniciais da progressão: a consciência do corpo; a consciência da respiração; e o toque do som. A metodologia de pesquisa orienta-se pela análise teórica e pela tradução comentada.

Palavras-chave: Voz. Atuação. Técnica Linklater. Psicofísico. Natural.

Abstract - The psychophysical dimension of the actor in the Linklater Voice Technique

The actor's vocal work does not begin with the voice itself, but with a dive inside his body, on a psychophysical journey that connects breathing and initial sound to primary impulses. When the voice is finally evoked and the amplified initial sound takes place, the process of releasing the natural voice through the lips, head and spine begins. I intend to address the psychophysical dimension in the Linklater voice technique, taking as a focus, for this communication, the preliminary work developed in the three initial stages of the progression: body awareness; awareness of breathing; and the ringing of sound. The research methodology is guided by theoretical analysis and commented translation.

Keywords: Voice. Acting. Linklater Technique. Psychophysical. Natural.

Resumen - La dimensión psicofísica del actor en la Técnica de Voz de Linklater

El trabajo vocal del actor no comienza con la voz en sí, sino con una inmersión en el interior de su cuerpo, en un viaje psicofísico que conecta la respiración y el sonido inicial con los impulsos primarios cuando finalmente se evoca la voz y el sonido inicial amplificado le da el proceso de. Comienza soltando la voz natural a través de los labios, la cabeza y la columna. Pretendo abordar la dimensión psicofísica en la técnica de voz de Linklater, tomando como foco, para esta comunicación, el trabajo preliminar desarrollado en las tres etapas iniciales de la progresión: conciencia corporal; conciencia de la respiración; y el repique del sonido. La metodología de la investigación se guía por el análisis teórico y la traducción comentada.

Palabras clave: Voz. Interino. Técnica Linklater. Psicofísico. Natural.

Introdução

O método Linklater de voz propõe uma emocionante jornada vocal para o ator que, inicialmente se volta mais para uma prática pessoal de treinamento, dirigida para a liberação de sua voz natural, através de uma expansão física e mental de si mesmo. O treinamento é organizado através de exercícios introdutórios e outros mais avançados, sempre a partir de uma progressão, que é um trajeto predeterminado, quase litúrgico, realizado através de 15 etapas, onde todo o processo vocal - a necessidade de se comunicar, a respiração, o som inicial, a ressonância e a articulação - é recriado. A ideia é persuadir o ator a substituir o jeito inconsciente de perceber o funcionamento da sua voz, por um outro modo mais consciente, mais direto e anatomicamente mais preciso, tendo como princípio, 'o máximo de rendimento sob o mínimo de esforço'. Em suma, a voz do ator é uma voz treinada para responder aos impulsos dos pensamentos e das emoções.

O Método criado inicialmente por Iris Warren em Londres a partir da década de 30, se desenvolve fortemente a partir da década de 60, através de Kristin Linklater, que não só aprofundou, expandiu e reorganizou alguns dos elementos internos da progressão, mas criou um trabalho, para além da progressão, conhecido como: 'Som e Movimento', que funciona como uma ponte entre o treinamento pessoal de liberação da voz natural do ator e o treinamento poético, mais voltado para a construção de uma cena. Nessa ponte, o som e o movimento convergem entre si criando condições para que o ator possa finalmente 'incorporar a linguagem'. Após a liberação da voz natural do ator, a arte do corpo e a arte da palavra se encontram para a criação de uma performance solo realizada geralmente a partir de um texto de Shakespeare.

A dimensão somática - integração corpo/mente, os estados de ser, e a noção de corpo vivo - está presente em toda a extensão da técnica Linklater de voz. Entretanto, é no trabalho preliminar da técnica, em que a voz ainda não se faz presente, que um terreno fértil é cultivado para ela: conectando o corpo/mente e a respiração aos impulsos primários; e enraizando o som inicial no diafragma. A integração corpo/mente e a noção de corpo vivo, são abordadas de maneira complexa na técnica Linklater de voz, e operam como uma condição para a produção de uma voz livre e natural. Em seu livro, no entanto, Kristin Linklater se refere a integração corpo/mente e a noção de corpo vivo, usando o termo 'psicofísico'. Vou adotá-lo para o corpo desse artigo.

Preciso abrir um parêntese antes de prosseguir, para dizer a você que venho me aproximando da técnica Linklater de Voz desde 2014, através de seu livro *Freeing the Natural Voice*; através de encontros presenciais com Kristin Linklater em seu centro de voz na Escócia em 2017 e 2018; e entre 2019 e 2023 através de aulas particulares com Judith Shawn (EUA) e Ben Joiner (ING), dois especialistas da técnica Linklater de voz. Nos próximos anos pretendo concluir as duas últimas etapas da formação como professor designado da técnica Linklater de voz. Tenho o teatro como morada, sou graduado em fonoaudiologia e professor de voz de um curso de licenciatura em teatro.

A voz natural

A voz natural é transparente, ela revela sem descrever, os impulsos internos das emoções e dos pensamentos, direta e espontaneamente¹.

Kristin Linklater

Pretendo abordar a dimensão psicofísica na técnica Linklater de voz, tendo como recorte, para esta comunicação, o trabalho preliminar desenvolvido nas três etapas iniciais da progressão: a consciência do corpo; a consciência da respiração; e o toque do som. Nessas etapas iniciais a voz do ator ainda não está presente, pois o foco principal está na sua integração corpo/mente, em retirar o controle da sua musculatura externa, em conectar a respiração aos impulsos internos e em sentir o som no interior do corpo através do tato e da visão tendo no comando, a imaginação.

A voz natural encontra o seu ímpeto nos impulsos, não sendo causa de si mesma. Assim, o foco inicial do treinamento vocal do ator, é menos na voz e mais num lugar que a antecede, onde ele cria e recria o impulso que vai produzir o som inicial. Nessa antessala, por assim dizer, onde ainda é silêncio, está a respiração agindo de modo reflexo e livre, como num bocejo. A respiração natural, que é ao mesmo tempo, impulso e pensamento, é despertada por um suspiro de alívio que, funciona como uma chave, que conecta a respiração do ator aos seus impulsos internos, criando condições adequadas para a chegada do som verdadeiro, na esteira de um suspiro de alívio que agora se deixa sonorizar e se fazer sentir no diafragma e no assoalho pélvico. Essa conexão da respiração e do som inicial aos impulsos primários, só é possível através de um relaxamento da musculatura mais profunda do corpo, conquistado através de um alinhamento e de um fortalecimento da coluna vertebral.

¹ Linklater, 2006, p.08, tradução nossa.

O porquê da voz não funcionar

A voz do ator perde sua espontaneidade quando, diante de um estímulo, não responde mais de forma reflexa, fazendo com que o comportamento vocal entre em curto-circuito pelos impulsos secundários. Um hábito é formado quando esses impulsos secundários ficam superdesenvolvidos apagando o efeito dos impulsos primários (Linklater, 2006, p.19, trad. nossa).

Segue Linklater,

Quando um bebê nasce, um exército de impulsos primários é acionado para mantê-lo vivo, ativando instantaneamente o diafragma e os intercostais, que começam a bombear o ar para dentro e para fora dos pulmões. Para o bebê essa primeira experiência ao nascer é uma questão de vida ou morte. Para além disso, o bebê para sobreviver sente uma *Ânsia*² no interior de sua pequena barriga, que sinaliza estar com fome. Tendo uma conexão neural com o mecanismo respiratório e agindo diretamente sobre os pulmões e a laringe a *Ânsia* produz um pequeno gemido que logo em seguida se transforma num choro estridente (Linklater, 2006, p.20, trad. nossa).

Linklater ilustra esse processo de curto-circuito dos impulsos primários quando um hábito é formado, com a história do biscoito com gotas de chocolate.

Imagine uma criança aos três anos de idade, brincando com seus brinquedos à tarde enquanto a mamãe, o papai ou o cuidador estão na cozinha preparando o jantar. A criança sente uma *necessidade* de vida ou morte por biscoito com pedaços de chocolate. A criança corre para a cozinha com toda a força da *Ânsia* estimulando seu corpo e sua voz. “*Eu quero biscoito! Me dá um biscoito com gotas de chocolate!!! Biscoito com gotas de chocolate!! Biscoito com gotas de chocolate!*”

Fica fácil imaginar a mamãe, o papai ou o cuidador, contendo essa algazarra. A reação provavelmente seria: “Pare com esse barulho horrível. Você não vai ganhar um biscoito com gotas de chocolate de jeito nenhum. A não ser que aprenda a pedir educadamente. Quando você parar de gritar e disser ‘por favor’ e ‘obrigado’ numa voz amável então, talvez, você possa ganhar um biscoito”.

No dia seguinte, talvez, a garotinha ou o garotinho esteja brincando no final da tarde e mais uma vez sente a *necessidade*, vida ou morte, de um biscoito com gotas de chocolate. A criança rapidamente se recorda da lição do dia anterior. A *Ânsia* é reprimida; a respiração perde a conexão com o centro da *Ânsia*. A *necessidade*, juntamente com a respiração, encontra refúgio na parte superior dos pulmões bem longe do perigoso centro da *Ânsia* e foram redirecionadas para uma série de músculos acima da garganta. Um pequeno sorriso emerge; lábios, língua e mandíbula se deslocam da *necessidade*, a voz não ressoa mais pelo corpo inteiro com a reverberação de uma luta pela vida, mas flui amável e inofensivamente para o alto no interior das bochechas e da cabeça. A criança caminha cuidadosamente até a cozinha e diz num tom alto e claro de uma doçura sedutora, “Se eu for um garotinho muito bonzinho e disser muito obrigado, posso ganhar um biscoito com gotas de

² Na tradução da palavra ‘pang’, temos: dor, pontada e sofrimento. Entretanto, optei pelo termo ‘*Ânsia*’, inspirado na tradução em espanhol: ‘La Liberación de la voz natural’, de Antonio Ocampo.

chocolate, querida Mamãe ou Papai ou Cuidador? Por favor, por favor, por favor.” E Mamãe ou o Papai ou o Cuidador diz: “Que garotinha ou garotinho legal que você é. Você aprendeu a falar educadamente. Aqui estão dois biscoitos com gotas de chocolate!”

O organismo da criança aprendeu a seguinte lição importantíssima na comunicação: siga o caminho dos impulsos neurofisiológicos secundários para sobreviver (Linklater, 2006, p.21, trad. nossa).

Esse curto-circuito pode ser observado na perspectiva da respiração, por exemplo, quando o ator se acomoda a um modo de respirar que é confortável, mas que geralmente limita sua respiração à região superior do peito. Assim, quando um hábito é formado o ator abdica de um modo natural de respirar, perdendo o contato com os impulsos primários e com as regiões mais profundas do seu corpo, onde o diafragma e os músculos intercostais podem se movimentar mais ativamente. Esse hábito, gera maior esforço laríngeo; impede o aprofundamento do som no corpo e a voz de se comportar de modo reflexo, perdendo assim a sua espontaneidade.

Pretendo agora detalhar cada uma das etapas que constituem o trabalho preliminar da técnica Linklater de voz, e que obedecem a uma ordem causal entre elas.

A consciência do corpo

O ponto de partida dos trabalhos convida o ator a desenvolver a capacidade de “perceber hábitos e de registrar novas experiências”, tendo em vista um processo de mudança onde os velhos hábitos que orientam suas vozes serão desalojados, e substituídos por novas experiências, que trazem consigo um novo olhar - mais consciente e mais detalhado - sobre o funcionamento da voz.

A força da gravidade se impõe de imediato nos puxando para baixo, e o ator precisa ter consciência do peso de seu corpo, dividido igualmente sobre os seus pés. Linklater (2006, p.32), menciona Feldenkrais para reforçar uma ‘lei da natureza’ em que: “a estrutura esquelética deve se contrapor à força da gravidade, deixando os músculos livres para o movimento.” Portanto, a responsabilidade pelo peso e pela estruturação do corpo é do esqueleto, que se contrapõe à gravidade suspendendo o corpo, tendo a coluna vertebral como eixo estruturante, e a cabeça acima flutuando para o alto como um balão.

Para Linklater, quando ficamos de pé, o calcanhar e as duas bolas do peito de cada pé formam o tripé, onde o peso do corpo será distribuído, dando suporte à tíbia que, por sua vez,

permite destravar o joelho acima e dar suporte ao fêmur, que finalmente conecta toda a perna no soquete do quadril. A região do quadril que está diretamente conectada às pernas, sofre forte ação da força da gravidade que lhe puxa para baixo. Entretanto, a região mais superior do quadril, se conecta à coluna vertebral através do sacrum, num movimento para cima, acionado pela força de suspensão, que alonga a coluna até a última vértebra do pescoço - ao nível do nariz e dos ouvidos - e a cabeça que, por sua vez flutua em direção ao teto.

Esses dois movimentos simultâneos e em direções opostas, abrigados pelo quadril, alongam a coluna vertebral em toda sua extensão à medida que o cóccix é puxado levemente para baixo enquanto toda a coluna cresce flutuando para cima. Quando esses dois pontos extremos da coluna, se voltam para direções opostas - o cóccix a favor da força da gravidade e o atlas a favor da força de suspensão, criando um alongamento ao longo das vértebras - temos o alinhamento da coluna vertebral.

Sem o alinhamento da coluna vertebral a musculatura não ficará livre para o movimento. Para Linklater:

quando a região lombar está fraca, [...] a musculatura do abdômen é forçada a sustentar o corpo ficando impedida de responder às necessidades da respiração; da mesma forma quando a região torácica não assume seu trabalho de sustentar as costelas e a cintura escapular, os músculos das costelas são obrigados a assumir a responsabilidade de sustentar a parte de cima do peito, ficando indisponíveis para a respiração intercostal; e finalmente, quando as vértebras do pescoço não estão alinhadas, todo o canal por onde a voz viaja fica distorcido. Com um pescoço fraco, os músculos da mandíbula, da língua, da laringe, e até mesmo os lábios e as sobrancelhas se encarregam de sustentar a cabeça, prejudicando a livre passagem do som. Uma coluna vertebral forte, flexível e bem alinhada, é o ponto de partida essencial para uma respiração livre e uma voz livre (Linklater, 2006, p.32, trad. nossa).

Os braços se juntam a esse movimento contrário à força da gravidade, e flutuam em direção ao teto. Quando o torso e os braços se erguem ao máximo, as mãos, então, relaxam, e caem cedendo à força da gravidade, seguidas dos antebraços e dos braços. A cabeça e o pescoço se juntam a esse movimento de queda, levando consigo todo o torso, que se deixa cair, vértebra por vértebra, ficando de cabeça pra baixo, pendurado pelo cóccix. Nesse ponto, de maior relaxamento do torso, a coluna começa a se reerguer vértebra por vértebra, primeiro a região lombar, em seguida a região torácica e, finalmente as vértebras do pescoço, resultando na flutuação da cabeça.

Agora de olhos fechados e de pé, o ator calmamente faz uma visualização interna guiada pelo olho da mente, que viaja através do corpo indo da cabeça aos pés, e de volta,

através das pernas e do torso, transferindo a energia necessária para manter-se de pé, dos grandes músculos externos para a coluna vertebral, que cresce para o alto contra a força da gravidade.

A prática desses exercícios pretende desalojar alguns hábitos musculares; transferir o foco dos grandes músculos exteriores, para a camada mais profunda da musculatura que sofre maior influência das forças reflexas; perceber o contraste entre tensão e relaxamento em partes do corpo fáceis de localizar, como base para depois perceber as tensões em regiões mais inacessíveis como a parte posterior da língua, o centro do diafragma, e o lábio superior, para em seguida ser capaz de liberá-los dessas tensões habituais (Linklater, 2006, p.4, trad. nossa).

Para Linklater, trata-se de um relaxamento específico, voltado para a realização de um objetivo, em que a mente se mantém ativa o tempo todo. Sobre relaxamento, diz Linklater (2006, p.41): “nosso objetivo é a remoção das tensões desnecessárias, deixando os músculos livres para responderem aos impulsos sem o curto-circuito criado pelo hábito”. Uma nova percepção de relaxamento é sugerida ao ator, em que ele ‘dialoga com os seus ossos’; se estrutura no seu esqueleto; remove as tensões desnecessárias de seus músculos, e estimula o movimento reflexo na musculatura mais profunda, conhecida como musculatura proprioceptiva.

A consciência da respiração

O resultado do relaxamento é um corpo reorganizado e mais preparado para responder aos impulsos, também, no nível respiratório. A partir desse corpo reintegrado podemos iniciar a exploração da respiração. O objetivo é conectar a respiração aos impulsos primários, criando condições ideais para abrigar uma respiração mais livre e mais profunda. De acordo com Linklater (2006, p.41): “você não pode imitar um reflexo. A respiração natural é reflexa, e para recuperar sua potência reflexa, o único trabalho que você pode fazer é remover as tensões restritivas e prover uma diversidade de estímulos”.

A técnica Linklater de voz propõe uma dinâmica respiratória voltada para o ator, operando como uma chave de acesso consciente aos seus impulsos internos. Para Linklater,

O trabalho do ator exige uma busca consciente pela espontaneidade. A musculatura respiratória do ator deve ser capaz de capturar as rápidas mudanças de pensamentos e de sentimentos geradas por um estado de espírito criado pela imaginação. O ator que valoriza a expressão da verdade, desvia o foco do controle respiratório dos músculos, para os impulsos (Linklater, 2006, p.44, trad. Nossa).

Com o foco nos impulsos o ator é convidado a observar sua respiração, através do olho de sua mente, mas sem o controle exterior dos músculos, deixando as forças reflexas assumirem o comando. Respirando pelo nariz o ator observa as pausas, entre a entrada e a saída do ar, no ritmo natural de sua respiração, então, lambe os lábios e começa a respirar através da boca. Nesse ponto, o ator e a sua respiração são uma coisa só, ou seja, ao liberar a respiração, ele libera a si mesmo. A partir dessa subjetivação da respiração, o ator permite ao diafragma abrigar um gentil suspiro de alívio, que se integra ao ciclo respiratório. O ator respira suspirando de alívio, e o fluxo aéreo em forma de suspiro de alívio é redirecionado do centro do corpo para a frente da boca. E finalmente, o alívio se aprofunda até o assoalho pélvico do ator.

De acordo com Linklater, para que o ator compreenda melhor o suspiro de alívio, deve aprender a ‘ceder’, tomando como aliada a força da gravidade. Nesse jogo entre corpo, mente e gravidade, o ator deixa o braço flutuar para o lado até ficar paralelo ao chão, enquanto percebe que é a sua mente que mantém seu braço erguido. E quando a mente do ator cede, o seu braço cai repentinamente e sem controle. Em suma, diz Linklater (2006, p.52): “A consciência corpo-mente nos mantém de pé contra a força da gravidade. Sem a consciência, caímos. Quando a mente ‘cede’ e a gravidade assume o comando a energia é liberada. A ideia é transferir essa experiência para o suspiro de alívio”.

Na prática, o ator internamente relaxado, dá boas-vindas a um grande suspiro de alívio, enquanto ergue seu braço até ficar paralelo ao chão; e quando a mente cede, fazendo o braço cair repentinamente, o suspiro de alívio é liberado sem ser empurrado, no desejo de escapar. Para Linklater, a gravidade ensina a mente a ceder. O suspiro de alívio, também pode ser de tamanho médio, pequeno, e até minúsculo, expressando o tamanho de um pensamento, que é um impulso/pensamento. Quando o ator exercita sua respiração através do suspiro, ele se conecta aos impulsos, e através do alívio, o ator acessa as suas emoções.

O suspiro de alívio é a primeira chave para destrancar as portas de acesso aos centros primários de impulsos e reabrir as rotas neurofisiológicas entre cérebro e corpo. [...] Exercitar o suspiro de alívio significa exercitar a conexão entre sentimento e pensamento, respiração e voz. A habilidade de criar e recriar o impulso-causal é parte da arte do ator (Linklater, 2006, p.51, trad. Nossa).

Agora que a coluna vertebral oferece o suporte necessário à respiração natural, que agora é alimentada por suspiros de alívio autênticos, o ator pode dar boas-vindas ao som inicial. Mais precisamente o ator pode tocar no som, usando o seu tato e a sua imaginação.

O Toque do Som

Para Linklater a voz natural é livre de racionalidade, por isso se alimenta melhor dos sentidos do tato e da visão, ambos mobilizados por imagens e tendo no comando a imaginação. A escuta condiciona o ator a perceber sua voz, mais pela via auditiva (via aérea) do que por via interna (via óssea), reforçando uma divisão entre o seu intelecto e as suas emoções. Nesse arranjo, ‘a emoção é censurada pelo intelecto ao invés de moldada por ele’. Já através do tato sentimos as vibrações no interior do corpo, nas camadas mais profundas da musculatura, que são contíguas ao osso, e mais sensíveis aos atos reflexos pois estão sob o comando involuntário do cérebro.

Para Linklater (2006, p.66): “O Toque do Som é um exercício de imaginação ancorado no aqui/agora.” Kristin Linklater reforça o quanto essa dimensão do aqui/agora é fundamental na jornada do ator, e se inspira no trabalho do neurocientista Antonio Damasio, que acredita que a consciência é criada nas interações entre corpo e emoção, e que há uma consciência nuclear básica que, fornece ao organismo um senso de si mesmo na perspectiva do aqui/agora, tornando-o vivo e alerta, e operando como um trampolim para a criatividade. Tal noção de consciência nuclear é ponto de partida, tanto para a expansão da consciência, quanto para o exercício da imaginação, e opera como um alicerce para a chegada do som inicial na jornada vocal do ator.

Sobre a imaginação no trabalho vocal do ator, diz Linklater:

O imaginário é a linguagem do corpo. A imaginação é a linguagem da atuação. Quando você emprega regularmente o imaginário no trabalho vocal, você produz uma conexão corpo-mente que desloca a imaginação da cabeça para o interior do corpo. As imagens despertam sentimentos que acionam os impulsos e as ações. A imaginação na cabeça não tem muita utilidade para o ator, já a imaginação quando é incorporada se torna uma ferramenta de atuação (Linklater, 2006, p.66, trad. nossa).

Integrando o corpo-mente e conduzindo a imaginação para o interior do corpo, a técnica Linklater prepara uma recepção imagética para a chegada do som inicial:

O ator também pode visualizar o interior do seu corpo, como se fosse uma piscina natural, calma e profunda, com a superfície dela na altura de seu diafragma e as profundezas da piscina na sua região pélvica. Correntes subterrâneas vindas de baixo da terra, através de suas pernas, alimentam a piscina. Sua coluna vertebral é como se fosse uma grande árvore enraizada nas bordas da piscina. A superfície da piscina é banhada pela luz do sol. Visualize uma pequena imagem de si mesmo em pé na borda da piscina, observe seu próprio reflexo, iluminado pelo sol na superfície da piscina, que reflete uma imagem ampliada de sua face, que olha para cima com

um pequeno sorriso em direção ao seu próprio rosto. Seus lábios estão abertos (Linklater, 2006, p.68-69, trad. nossa).

Quando a imagem da piscina natural ficar clara no corpo/mente do ator, a piscina de água se torna uma piscina de vibrações, de onde emerge uma bolha de vibração: “hah”. O ar é repostado e, então, emergem da superfície da piscina duas bolhas de vibração: “hah-hah”. E finalmente o ator produz um som contínuo: “ha-a-a-a-ah”, alimentado por um suspiro de alívio, e visualiza internamente uma fonte de vibrações que se ergue do subsolo, saltando para fora, através da sua boca. O ator toca no som através de um suspiro de alívio que se deixa sonorizar tendo como ponto de fusão a região central do diafragma.

Para Linklater,

a voz funciona melhor tendo o centro do diafragma como o ponto de fusão entre a respiração e o som. Imaginar, por exemplo, que o som vem do meio do corpo, ajuda a remover o esforço extra da garganta. Esta experiência torna-se a pedra de toque da verdade, e de uma fala natural. [...] Você não pode sentir o diafragma, mas ao imaginá-lo, você pode influenciar sua ação, além de afiar e sensibilizar a conexão da mente com o som (Linklater, 2006, p.71, trad. nossa).

Para Linklater, o sentido do toque do som está em sentir e, se possível, visualizar o som internamente, deslocando o foco da escuta exterior do som, para a sua causalidade que está nos impulsos internos. Diz Linklater (2006, p.73): “O som toca o centro do diafragma como resultado da imagem e do pensamento. Você não fabrica o som – o som acontece como resultado do impulso/pensamento causal”.

A jornada de sentir e imaginar o som no interior do corpo se aprofunda, e para Linklater o ator pode sentir as vibrações ainda mais fundo, através da conexão que existe entre o diafragma e o seu assoalho pélvico. Algumas posições são especialmente férteis para experimentar a conexão entre respiração, voz e impulsos, se ancorando na força da gravidade para drenar mais tensões e atingir um relaxamento interno mais profundo. Deitado, o ator traz suas coxas até o seu peito, em seguida, as pernas caem relaxadas para o seu lado direito, enquanto vira sua cabeça em direção oposta, num alongamento diagonal do torso. Nessa posição, o ator primeiro experimenta sentir a respiração na região inferior da pelve, através de um grande suspiro de alívio, que flui através do canal diagonal - que vai do soquete do quadril até a boca - mas sem som. Em seguida, o ator repete a mesma experiência, com as coxas e o quadril completamente relaxados para o lado esquerdo, e a cabeça voltada para a direção oposta. O exercício avança com o ator adicionando vibrações no alongamento diagonal, alternando os lados do corpo. As vibrações são alimentadas por novos impulsos, trazendo

suspiros sonorizados ainda maiores que se tornam um rio de alívio, nascendo no assoalho pélvico e fluindo pelo torso através de um longo e amplo canal diagonal, até chegar na boca e ser liberado para fora, livre de obstáculos: Ha-a-a-ah

Eis o sentido do Toque do Som para o ator - não focar no som, mas na imagem e no pensamento. Sentir o som pelo tato, visualizando o centro de seu diafragma como o ponto de fusão entre o ar, o som e as emoções. Não fabricar o som, mas investir em criar e recriar o seu impulso causal, se ancorando numa nova experiência de respirar através de suspiros de alívios autênticos e sempre renovados. O produto desse encontro será um som verdadeiro, cultivado no território da verdade, onde reside o 'Eu' do ator. Linklater (2006, p.6), faz referência a Iris Warren, que dizia aos seus atores: "Eu quero ouvir você e não a sua voz".

Na revisão expandida para a segunda edição em 2006, o Toque do Som, além de ser a terceira etapa da progressão, passou a ser apresentado por Kristin Linklater como o primeiro capítulo de seu livro, em substituição do termo 'O processo de liberação', presente na edição de 1976. O que mostra um valor maior dado ao Toque do Som na sistematização de sua técnica. No primeiro capítulo consta: a consciência do corpo; a consciência da respiração; o toque do som; a liberação das vibrações: lábios, cabeça e coluna vertebral; a liberação dos canais: mandíbula, língua e palato mole; e a consciência da garganta. E equivale à primeira metade da progressão, onde a técnica se debruça no processo de liberação da voz natural ancorada no sentido da verdade implícito no toque do som.

A título de ilustração, a segunda parte da progressão se dedica à construção da escada de ressonância, que é composta pelas seguintes etapas: desenvolvendo e fortalecendo a voz: ressonadores do peito, da boca, e dos dentes; liberando a voz do corpo; poder respiratório; ressonador do seio nasal; ressonador do nariz; extensão; ressonador do crânio, e articulação.

Conclusão

Procurei destacar a dimensão psicofísica do ator na técnica Linklater de voz na perspectiva do corpo, da respiração e do som inicial. Abraçar o método Linklater como um todo em detalhes, não é o propósito e não caberia nessa comunicação. Focar apenas numa parte de um todo tão robusto é arriscado, porém é compensado pelo valor que a dimensão psicofísica tem dentro da técnica Linklater de voz, e que está ricamente concentrada nas três primeiras etapas da progressão.

A progressão permanece sendo a viga mestra de sustentação da técnica, com o seu percurso em torno de 15 etapas. O presente artigo abraça aproximadamente 20% da progressão, e corresponde ao espaço que a técnica dedica à construção de um alicerce psicofísico, que vai dar sustentação à liberação da voz do ator. A dimensão psicofísica é, portanto, uma condição para a produção de uma voz natural, que não hesita em se comportar de modo reflexo e espontâneo, pois é treinada para responder aos impulsos dos pensamentos.

A progressão é organizada de modo concatenada, obedecendo a uma ordem causal rigorosa, em que cada etapa herda os elementos desenvolvidos nas etapas anteriores: o toque do som, por exemplo, é respaldado pela respiração natural, que por sua vez se sustenta na coluna vertebral. Todas as demais etapas, portanto, dependem organicamente desse trabalho preliminar, e se até o toque do som a voz estava ausente, todas as etapas seguintes da progressão se debruçam sobre a voz: na liberação da voz natural respaldada pelo Toque do Som; e na construção de uma escada de ressonância, constituída de 12 degraus, que correspondem à extensão vocal da fala do ator.

Sempre que estou diante de um ator durante um trabalho de voz, me oriento a partir de dois parâmetros fundamentais: a verdade e a beleza. Tem que ser bonito e tem que ser de verdade. E mais, posso num devaneio compreender a sinceridade como um critério de beleza. Nada mais bonito do que ser sincero. E que ser profundamente sincero é o talento do grande ator. O problema primordial do ator, nesse contexto, é ser falso. O problema da verdade na expressão da voz do ator é curioso. A voz não sendo causa de si mesma, ela reflete. Reflete num comportamento quase lunar, quem é o sujeito e qual o seu estado de espírito. Não tem como o sujeito estar em pânico e a sua voz expressar paz e tranquilidade, pois tanto a expressão quanto a voz sofrem influência direta do inconsciente. Nesse processo de subjetivação, o ator aprende a se revelar e a se libertar através de sua voz, se apropriando de um senso de verdade, ao tocar o som no fundo do seu corpo.

Referências

CRONIN, Bernadette; CROWLEY, Regina. **Kristin Linklater**. London: Routledge, 2023.

DAMASIO, Antonio. **The feeling of what happens: body and emotion in the making of consciousness**. New York: Harvest Books, 2000.

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

KAPADOCHA, Christina. **Somatic voices in performance research and beyond**. London and New York: Routledge, 2021.

LINKLATER, Kristin. **Freeing the natural voice: Imagery and art in the practice of voice and language**, New York: Drama Publisher, 2006.

Artigo recebido em 30/06/2024 e aprovado em 28/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54569>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Danilo Souto Pinho - Mestre em artes cênicas pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Graduado em fonoaudiologia. Professor de Voz e atuação no curso de licenciatura em teatro do Instituto Federal do Ceará. Ator e diretor de teatro. Áreas de interesse: Técnica Linklater de Voz; Mímica corporal dramática. soutopinho@yahoo.com.br.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5140831959432459>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1299-6701>

ⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Introdução à obra de Arthur Lessac em contexto pedagógico universitário

María Regina Tocchetto de Oliveira ⁱ
Universidade Federal da Grande Dourados - UFGD, Dourados/MS, Brasil ⁱⁱ

Resumo - Introdução à obra de Arthur Lessac em contexto pedagógico universitário

Este artigo apresenta um recorte do relato sobre a experiência pedagógica descrita na tese *O Estado de Sintonia para a atuação articulado a partir de elementos do Treinamento Kinesensic de Lessac*, defendida na UFBA, em 2020. Enfatiza a contribuição de estudantes do Curso de Artes Cênicas da UFGD, ao partilharem seus depoimentos sobre a experiência vivenciada numa disciplina eletiva do curso, que conjugou o viés somático com dinâmicas de corpo-voz. Ao adaptar aspectos da obra do pesquisador estadunidense em contexto universitário brasileiro, foi possível conjugar conteúdos de corpo, voz e atuação, que tendem a aparecer separados, devido à estrutura curricular do curso.

Palavras-chave: Arthur Lessac. Educação somática. Corpo-voz. Energias corporais e vocais. Curso de Artes Cênicas.

Abstract - Introduction to Lessac's work in a university pedagogical context

This article presents an excerpt from the report on the pedagogical experience described in the thesis *The State of Tuning for Acting articulated from elements of Lessac's Kinesensic Training*, defended at UFBA, in 2020. It emphasizes the contribution of Performing Arts students of UFGD by sharing their testimonies about their experiences in an elective discipline that combined aspects from the somatics field and body-voice dynamics. By adapting aspects of the American researcher's work in a Brazilian university context, it was possible to combine body, voice and acting content, which tend to appear separate, due to the course's curricular structure.

Keywords: Arthur Lessac. Somatic education. Body-voice. Body and vocal energies. Performing Arts Course.

Resumen - Introducción a la obra de Arthur Lessac en un contexto pedagógico universitario

Este artículo presenta un extracto del relato de la experiencia pedagógica descrita en la tesis *El estado de sintonía para la performance articulada a partir de elementos de la Formación Kinesense de Lessac*, defendida en la UFBA, en 2020. Destaca el aporte de los estudiantes del Curso de Artes Escénicas de la UFGD, al compartir sus testimonios sobre su experiencia en una asignatura optativa del curso, que combinó el sesgo somático con la dinámica cuerpo-voz. Al adaptar aspectos del trabajo del investigador estadounidense en el contexto universitario brasileño, fue posible combinar contenidos de cuerpo, voz y performance, que tienden a aparecer separados, debido a la estructura curricular de la carrera.

Palabras clave: Arthur Lessac. Educación somática. Cuerpo-voz. Energías corporales y vocales. Curso de Artes Escénicas.

Introdução

Este artigo é um relato de experiência, elaborado originalmente como parte da tese¹ de doutorado *O Estado de Sintonia para a atuação articulado a partir de elementos do Treinamento Kinesensic de Lessac*, defendida na Universidade Federal da Bahia (UFBA), em abril de 2020.

O recorte feito para participar desta edição da Revista Voz e Cena tem como principal objetivo partilhar alguns depoimentos de estudantes ao vivenciarem dinâmicas introdutórias à proposta de treinamento corporal e vocal do estadunidense Arthur Lessac (1909-2011), em diálogo com o Campo da Somática e da atuação teatral. Arthur Lessac foi artista, pedagogo e pesquisador da área da voz, da fala e do movimento humanos. O Instituto Lessac de Treinamento e Pesquisa: *Lessac Training & Research Institute (LTRI)*² é a instituição que divulga sua obra e atualiza sua pesquisa.

O trabalho aqui reportado foi realizado através da disciplina eletiva³ *Organicidade Corpóreo-vocal da ação: uma abordagem baseada no Treinamento Lessac*, ministrada por mim, no Curso de Artes Cênicas da Faculdade de Comunicação, Artes e Letras (FALE), da Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD), no primeiro semestre letivo de 2017.

Durante as aulas, eu fazia perguntas para a turma sobre suas impressões das práticas realizadas, pedindo que focassem sua atenção na conscientização das sensações surgidas em cada momento. A elaboração individual das experiências foi entregue por escrito em forma de comentários ao final das aulas ou de relatórios finais da disciplina. Todos os trechos retirados dos depoimentos dos e das estudantes foram transcritos *ipsis litteris*, com a devida autorização para publicação. A análise deste material foi feita de forma reflexiva, para pensar a adaptação da abordagem de Arthur Lessac em contexto universitário brasileiro.

Os encontros semanais aconteciam aos sábados pela manhã, no Núcleo de Artes Cênicas da FALE. Vinte e três estudantes se matricularam, entre os quais, dezessete do curso de Artes Cênicas, de turmas diferentes, cinco do Curso de Letras (FALE) e um do Curso de Direito (FADIR).

A natureza do Treinamento *Kinesensic* de Lessac abrange áreas distintas do conhecimento ligadas à fala, à voz e ao corpo humanos, de forma a promover o bem-estar

¹ A tese foi orientada pela Profa. Dra. Hebe Alves.

² Para maiores informações, pode-se consultar o site <https://www.lessacinstitute.org/arthur-lessac>.

³ Com a mudança do projeto pedagógico do Curso de Artes Cênicas, em 2023, esta disciplina eletiva entrou para o rol de disciplinas optativas, a ser oferecida com intervalo de dois anos.

peçoal, a expressividade e a qualidade da comunicação. O princípio da semelhança humana fundamenta as atividades do Instituto Lessac de Treinamento e Pesquisa (LTRI): “Somos todos iguais estruturalmente e organicamente. Nós variamos em dimensão e somos totalmente diferentes em experiência”⁴ (SA Workshop, 2019). Esta perspectiva universalista, que ressalta a diversidade experiencial humana, exige atenção especial quando se trata de partilhar um conhecimento entre culturas diferentes. Desta forma, penso que a transposição, ou adaptação da abordagem de Arthur Lessac a práticas artístico-pedagógicas brasileiras deve contar com a contribuição do *feedback* dos indivíduos brasileiros que as experimentam e as conscientizam pela primeira vez. Por esta razão, na disciplina mencionada, utilizei tanto a escuta da fala compartilhada em grande grupo, quanto de maneira individual, como fonte de reflexão e produção do saber comum.

A obra do autor é complexa e sua perspectiva do trabalho vocal é holística, integrando aspectos sensório-motores, mentais, emocionais e espirituais. O reconhecimento da união corpo-mente, da Sabedoria Corporal⁵, que revela o organismo humano como um ambiente vivo e ecológico de cultura pessoal, onde todos os sistemas de processamento interagem com vistas ao bem-estar e à constante relação de troca com o meio justifica seu vínculo com o Campo da Somática.

As abordagens somáticas consideram o indivíduo em seu contexto cultural a partir do modelo holístico sob a perspectiva da primeira pessoa, validando assim o conhecimento que emerge da vivência corporal subjetiva para pensar, de modo integrado, a mente humana de um corpo vivo em contato sinérgico com o ambiente (Grebler; Pizarro, 2018, p. 9).

De acordo com Lessac, o ambiente interno (organismo humano individual) tem uma inteligência própria que pode ser acessada através do processo de sentir. A percepção e a consciência sobre o próprio funcionamento autorregulativo permitem a confiança no potencial curativo e criativo, liberando o indivíduo de forçar-se além dos limites considerados saudáveis, quando o faz para aderir a padrões de comportamento competitivos e imitativos. O respeito a si e ao outro inicia pelo cuidado e pela potencialização do corpo como *soma*. O corpo é considerado como *soma*, segundo Fernandes (2015), quando, em 1976, Thomas Hanna

⁴ Em inglês no original: *We are all alike structurally and organically, we vary in dimension, and are totally different in experience*. Este princípio de trabalho consta em apostila entregue em 06/01/2019, no primeiro encontro dos participantes do Workshop intensivo de Lessac *Kinesensics* (LK) de 2019, na África do Sul (*2019 South African Lessac Kinesensics (LK) Intensive*), realizado na Universidade de Pretória. Todas as traduções do inglês foram feitas pela autora do artigo.

⁵ Em inglês no original: *Body Wisdom* é o principal assunto e título do livro de Arthur Lessac, de 1978 – *Body wisdom, the use and training of the human body*.

reinterpreta “as palavras gregas *soma* (o corpo em sua completude) e *somatikos* (corpo vivido) como corpo experienciado e regulado internamente” (Fernandes, 2015, p.12).

Em Lessac, as energias, conforme ele as identificou, serão linguagem e canal de uma experiência de aprendizado e troca constante com o ambiente externo de forma que as faculdades instintivas, mentais, emocionais, corporais e espirituais estejam integradas, estimulando a expressividade, sem que esta se adeque a um modelo previamente determinado.

Ao invés de um aprendizado quantitativo, competitivo e árduo em busca de um modelo, a somática se baseia em um contexto de aprendizado receptivo e perceptivo, facilitando a conexão sensorial através da pausa dinâmica e do refinamento do esforço muscular integrados no todo da pessoa e do ambiente (Fernandes, 2015, p. 13).

A vinculação da obra de Lessac com o campo da Somática foi um de meus objetivos na pesquisa de doutorado e na prática realizada na disciplina eletiva. No aquecimento das aulas, agreguei aos princípios deste Treinamento algumas lições de Moshé Feldenkrais⁶ e exercícios de Antiginástica propostos por Thérèse Bertherat⁷. Como o espaço para a presente comunicação é limitado, omiti o trabalho e as reflexões acerca destas lições e exercícios, assim como as dinâmicas especificamente ligadas à atuação teatral. Da mesma forma, fica apenas anunciada a complexidade da proposta pedagógica vocal de Lessac, motivo pelo qual é internacionalmente reconhecido. Neste relato o foco recai especialmente sobre algumas dinâmicas relacionadas à integração corpo-mente-voz, através da exploração de energias corporais e vocais⁸.

Foi com grata satisfação que acolhi a notícia da aprovação do Treinamento Lessac Kinesensics pela Associação Internacional de Educação e Terapia do Movimento Somático (ISMETA)⁹, em 2023.

⁶ Moshé Feldenkrais (1904-1984) nasceu no antigo Império Russo (hoje Ucrânia). Desenvolveu estudos sobre a anatomia, a neurofisiologia e o movimento humanos, de forma autodidata. Elaborou uma técnica de educação somática baseada na consciência pelo movimento.

⁷ Thérèse Bertherat (1931-2014), fisioterapeuta francesa, criou a prática corporal da Antiginástica, a partir de seu estudo com Françoise Mézières (1909-1991).

⁸ Para maiores informações relativas às dinâmicas que experimentei como pedagoga, artista e membra do LTRI, indico meus escritos que estão nas referências. Um interessante artigo, contido no v. 4, nº 01 da Revista *Voz e Cena*, escrito pela pesquisadora Valéria C. M. Rocha também aborda aspectos do Treinamento *Kinesensic* de Lessac. *O prazer em dançar a voz e o contato Improvisação: possibilidades para uma Voice Jam Session* conjuga a pedagogia de Lessac, entre outras referências, com a dança de contato improvisação de modo que o intérprete exerça autonomia sobre o processo técnico da voz.

⁹ The International Somatic Movement Education and Therapy Association.

Treinamento *Kinesensic* de Lessac ou Lessac *Kinesensics*¹⁰

De acordo com Lessac, o Treinamento *Kinesensic* é um processo sensorial neurofisiológico “onde as qualidades de energia são fisicamente sentidas, percebidas e então sintonizadas e usadas na expressão criativa”¹¹. (LESSAC, 1997, p. 3). O termo *Kinesensic* contém os seguintes conceitos: “[...] *kine* para movimento ou motilidade; *esens* para essência básica, natureza, espírito e estudo da sensação; *sens* (ou *sensing*) para a correta identificação de pistas, sinais, linguagem e mensagens internas e *sic* para ocorrências familiares”¹² (Lessac, 1997, p. 273).

No meu entender, o Treinamento *Kinesensic* ensina-nos a identificar os sinais emitidos dentro do nosso ambiente interno, quando funcionamos de forma plena e natural e a registrá-los, para depois utilizá-los como instruções orgânicas. Diferente do controle voluntário, que implica certa relação entre sujeito (eu) e objeto (meu corpo/comportamento), as instruções orgânicas surgem como respostas às necessidades do momento, promovendo o bem estar no organismo. “Instrução orgânica é exatamente o que parece - o corpo lhe ensinando ao invés de você tentar exercer controle sobre seu corpo”¹³ (Kinghorn; Lessac, 2014, p. 13).

Segundo Lessac (1978, p. 34), nosso ambiente interno pode experimentar e identificar sete diferentes energias, assim agrupadas: as energias corporais que são *Buoyancy*, *Radiancy* e *Potency*, as vocais que são Consonantal, Estrutural e Tonal e a energia de Interenvolvimento¹⁴.

Eventos familiares como bocejar, espreguiçar, suspender o movimento com leveza, chacoalhar e vibrar o corpo são considerados pelos autores Kinghorn e Lessac, como “analgésicos naturais”¹⁵, que podem “[...] auxiliar a aliviar a dor e [...] a neutralizar o estresse, as sensações de peso e moleza, o desconforto, a pressão, o cansaço e mesmo a falta de

¹⁰ O Instituto Lessac atualmente tem usado os dois termos com o mesmo significado. A distinção se refere mais ao interesse do público, sendo o Treinamento *Kinesensic* ligado aos interesses artísticos e pedagógicos e Lessac *Kinesensics* relacionado ao público mais geral, em sua busca de bem-estar e auto-conhecimento.

¹¹ Em inglês no original: *where energy qualities are physically felt and perceived, then tuned and used for creative expression.*

¹² Em inglês no original: *[...] kine, for movement or motion; esens for the basic essence, nature, spirit, and study of sensation; sens (or sensing) for the actual identifying and dealing with internal cues, signals, language, and messages; and sic, for familiar occurrence.*

¹³ Em inglês no original: *Organic instruction is exactly what it sounds like - the body teaching you instead of you attempting to exert control over your body.*

¹⁴ *Consonantal NRG*, *Structural NRG*, *Tonal NRG* e *Interinvolvement NRG*, respectivamente, por nós traduzidas como energias consonantal, estrutural, tonal e de interenvolvimento. O acrônimo NRG é formado pelas consoantes da palavra eNeRGy, que representa também a sigla de Neurological regenerative growth (crescimento regenerativo neurológico).

¹⁵ *Analgésicos naturais do corpo* foi a tradução escolhida para *the body's natural pain relievers.*

criatividade¹⁶. (Kinghorn; Lessac, 2014, p. 18). Estas ações, além de aliviarem a tensão e a dor, revigoram o indivíduo e são as bases das energias corporais, conforme trabalhadas por Lessac.

Buoyancy corresponde à sensação de leveza e flutuação [...]. *Radiancy* equivale a uma espécie de excitação celular, muscular, motivadora, que faz o corpo vibrar, sacudir sutilmente ou explosivamente, igualmente sem esforço, sem críspação, como se estivéssemos elétricos, divertidos e ao mesmo tempo relaxados, personificando a agilidade física e o estado de disposição da alegria. *Potency* é a sensação de força muscular, sem o correlato do esforço, do peso, do excesso de tensão e da contração muscular que caracterizam a força bruta; é a energia que vem do espreguiçamento e do bocejo muscular, quando o corpo absorve grande quantidade de oxigênio e naturalmente se alonga, expandindo-se, experimentando uma força elástica, flexível e potente (Oliveira, 2008, pp. 12-13).

Lessac identifica a vida vocal como um prolongamento do corpo e da experiência emocional, caracterizando-se pela conjugação de uma complexa rede de estados energéticos ligados à produção da fala. A energia consonantal é a energia criada através da maneira como as consoantes são produzidas. Para efeito exploratório e associativo, as consoantes são identificadas por Lessac com os instrumentos de uma orquestra, que conferem ao discurso inteligibilidade, clareza, variação e musicalidade (Lessac, 1997, p. 63-121)¹⁷. A energia tonal é a produção de um tom concentrado e confortável, pela condução da vibração sonora através dos ossos, desde o palato duro até o crânio, que depois alcança o mundo exterior, através da condução do ar (Lessac, 1997, pp. 122-158). A energia estrutural é a apropriação refinada do evento natural do bocejo, quando este configura uma projeção da postura facial, evitando a retração da musculatura facial. O que advém daí é a forma de um megafone invertido, dentro do espaço bucal, que ajusta o formato da boca à produção de cada vogal, através da conjugação das variações na musculatura dos lábios, na aproximação e afastamento das arcadas dentárias e na manutenção do espaço interno conseguido pela sensação do megafone invertido (Lessac, 1997, pp. 160-183).

Todos estes estados energéticos se manifestam de forma integrada. Estão aqui mencionados de forma separada para efeito de estudo e reflexão.

A integração corpóreo-vocal em Lessac pode ser melhor entendida através do Interenvolvimento:

¹⁶ Em inglês no original: [...] *to help relieve pain. [...] to help counteract stress, heaviness, floppiness, discomfort, pressure, tiredness or even lack of creative awareness.*

¹⁷ No que concerne à energia consonantal, esta exploração é desenvolvida ao longo de 58 páginas do livro referido. Já para a energia tonal o tema é explorado entre as páginas 122 e 158. E, por último, a energia estrutural tem seu desenvolvimento desde a página 160 até a página 183.

O estado energético de interenvolvimento diz respeito à comunicação orgânica do nosso ambiente interno com o externo. É a necessidade de se relacionar que impulsiona o indivíduo a sintetizar todos os seus sistemas de experiência interna em direção aos seus objetivos, suas necessidades, sem estar auto-consciente do uso que faz de seus estados energéticos ou dos outros elementos estéticos e expressivos que otimizam sua performance (Oliveira, 2008, p. 52).

Dinâmicas desenvolvidas na disciplina *Organicidade Corpóreo-vocal da ação - uma abordagem baseada no Treinamento Lessac*:

O corpo como uma pequena esfera em movimento

De acordo com o LTRI, o corpo como pequena esfera é uma postura que pode ser realizada quando se está deitado no chão, com os joelhos dobrados e aproximados do peito. Cada mão apoia-se em concha em cima de cada joelho. A princípio, a cabeça está encostada no chão, e o queixo próximo ao peito. O início da prática se dá com a exploração do equilíbrio ao se rolar o corpo, ora para um lado, ora para outro. Depois, começa-se o movimento apenas para um lado, em câmera lenta, para o corpo rolar como uma bola compacta. A linha da coluna vai se arredondando, com o erguimento do pescoço e a aproximação da cabeça em direção ao centro do corpo. A curvatura da coluna se aprofunda.

A superfície do corpo tomada como circular pode rolar, num processo contínuo chamado de *contiguous continuity*¹⁸ (LTRI, 2019), onde a pressão em um ponto de contato do corpo, vai passando de forma contígua e contínua para o próximo ponto e, assim, sucessivamente. O impulso respiratório e o equilíbrio causado pela força antigravitacional sentida pelo corpo na forma de esfera contribuem para a descoberta da fluência no movimento.

Apresento um trecho do depoimento do estudante J.A.R., que aborda esta dinâmica realizada na aula do dia 27/05/17, pela perspectiva do estudante:

Iniciou-se a aula com exercícios buscando simultaneamente o relaxamento e a consciência espaço-temporal da respiração. Deitado sobre um colchonete, com o queixo repousado sobre o peito, e encolhendo os dois joelhos como que abraçados pela mão, fiquei num formato fetal ou de concha e, suavemente, movimenteie para um lado, suavemente repito, e depois para outro. A noção do tempo psicológico parece alterar. Tudo parece estar em câmera lenta. O tempo e o espaço. Mas a respiração,

¹⁸ A experiência da sensação tátil em continuidade contígua se relaciona com o movimento no corpo quando resulta da conectividade molecular, criando uma fluência de energia.

que é lenta, é, no entanto, intensa e parece expandir. O corpo que está em contato com o colchonete (tórax, ventre) sendo nítida a respiração o que, pela oxigenação, não dá para sentir peso ou desconfortável aderência ao piso/colchonete. Ao contrário, o corpo parece ter a leveza de um pêndulo. Ah, a energia que se vai experimentando e acumulando durante os exercícios parece que eventualmente se perde com a interrupção da aula, com o intervalo. Melhor dizendo, um corpo energizado tende a continuar energizado e sofre o contraste quando é interrompido. Talvez a força de interrupção seja a força ou a prova da energia interrompida. Força e beleza da energia (J.A.R., 57 anos, 5º semestre, Bacharelado, Curso de Artes Cênicas).

Acima, o estudante relata sua experiência com o movimento da pequena esfera que, nesta oportunidade, ele não realiza como um deslocamento feito de giros completos sobre si, mas como uma oscilação de um lado para o outro. E faz referência à oxigenação ocasionada por uma respiração lenta, intensa e que se expande, de forma a causar uma sensação de ausência de peso, embora grande parte da superfície de seu corpo esteja em contato com o chão. Reflete sobre o aumento da energia e a quebra da experiência da aula com a chegada do intervalo. E parece tirar proveito da descoberta. Pergunta-se: o desconforto pessoal causado pela interrupção da sintonia energética seria a prova da existência da energia? A força da interrupção sentida seria a força da energia em transformação?

A partir de sua indagação, podemos refletir com Kinghorn e Lessac baseados no aporte científico. “Energia é a capacidade de causar mudanças ou de realizar trabalho. Está envolvida sempre que ocorre uma alteração na matéria. Energia não pode ser criada ou destruída; só pode ser transformada de uma forma em outra”¹⁹ (Kinghorn; Lessac, 2014, p. 33). Segundo os autores, sua transformação pode ser sentida psicofisicamente, por exemplo, quando se converte de energia potencial para cinética e vice-versa:

[...] você pode sentir o fluxo e refluxo das mudanças de temperatura e do movimento em seu corpo. [...] Sua respiração e o batimento cardíaco também podem ser sentidos, embora em um nível mais sutil de consciência. Ainda mais sutil é a emoção. Amor e ódio produzem mudanças físicas e químicas em seu corpo, ambas indicando energia cinética (Kinghorn; Lessac, 2014, p. 33-34)²⁰.

Assim também acontece com os analgésicos naturais do corpo, que serão as bases para o treinamento das energias corporais elencadas por Lessac. Bocejar, tremelicar e suspender o

¹⁹ Em inglês, no original: *Energy is the capacity to cause change or to do work. It is engaged anytime an alteration in matter occurs. Energy cannot be created or destroyed; it can only be transformed from one form into another.*

²⁰ Em inglês, no original: *[...] you can sense the ebb and flow of temperature changes and motion in your body. [...] Your breathing and the pumping of your heart can be felt, too, though on a subtler level of awareness. Even more subtle is emotion. Love and hate produce physical and chemical changes in your body, both of which indicate kinetic energy.*

corpo como se flutuasse implicam movimentos que criam diferentes temperaturas e sensações no corpo. “Sempre que você os [estes movimentos] ativa, você inicia uma mudança na matéria do seu corpo porque está usando energia”²¹ (Kinghorn; Lessac, 2014, p. 34).

Descobrir por experiência que as energias corporais se transformam e, conseqüentemente, que o comportamento do momento associado a elas também se transforma, pode ser libertador. Porque, neste contexto, estamos falando de energias que atravessam os indivíduos em conexão com todos os aspectos do seu ser. Eu penso em quão potencializadora pode ser esta descoberta na vida de qualquer pessoa, e especialmente na vida de um estudante de teatro.

As energias corporais e o estado de Interenvolvimento

Os estados básicos de energia corporal podem ser pensados como elementos de uma linguagem corporal, pois além das funções autorreguladoras que promovem vitalidade, agilidade, relaxamento e equilíbrio psicossomático, infundem diferentes qualidades ao movimento e às ações corporais e vocais. São a maneira como nos comunicamos, na troca invisível, mas perceptível, de emanações que acontecem entre as pessoas, e na troca constante com o ambiente em geral.

Buoyancy, *Radiancy* e *Potency* são experiências corporais que podem ser ampliadas, distribuindo sua sensação pelo corpo todo e através da voz. Também pode-se dizer que o ambiente interno dos indivíduos contempla constante transformação das energias elencadas por Lessac, criando uma possibilidade infinita de variação através da gradação de um estado energético a outro.

No texto que segue, a estudante L.P.B.L. discorre seu ponto de vista sobre o trabalho com as energias, elaboradas por Lessac e desenvolvidas em aula.

Preciso iniciar dizendo que está sendo um prazer conhecer Lessac e as energias corpóreas - vocais. O corpo humano é expressivo por si só, as energias estão em nossos corpos, veias, olhos, órgãos em todos os momentos das nossas vidas mas, por desatenção ou falta de interesse deixamos elas passarem batido e isso me causou um espanto quando comecei a estudar e entender a simplicidade e honestidade de cada uma.

O inter envolvimento é usado desde o primeiro segundo de vida, quando nasce um bebê, nasce uma vida, um coração que bate pulsa causando a relação entre ele o

²¹ Em inglês, no original: *Whenever you engage them, you initiate change in your body's matter because you are using energy.*

cérebro e o corpo, a primeira sensação de conforto de um bebê no colo da mãe já é a primeira percepção de inter envolvimento sem ter sequer o entendimento do propositor, mesmo que você não queira se comunicar com alguém o inter envolvimento está presente.

Vejo o quanto as energias foram usadas durante exercícios, lembro do meu primeiro dia de eletiva, não conhecia a maioria das pessoas que estavam em sala e isso me fez sentir acanhada de início - e com muito radiancy interior, mas exterior era tensão/potency. Eu não tinha ideia de que ali eu já estava trabalhando as minhas energias, quando fizemos os jogos com as bolas indicando o nome do colega tinha sempre todas as energias presentes, ora no riso descontrolado de quem errava o nome da pessoa (radiancy), ora decisivo no momento de jogar a bola com precisão (potency), ora com leveza pra ir buscar a bola no alto (boyancy) e a todo momento criando uma relação com a bola, com o grupo e com o espaço (inter envolvimento).

Entender de fato que corpo e voz caminham juntos mudou minha concepção de criação, o corpo também é texto, o corpo também é fala mas a presença de palavras verbais, o corpo tende a se esconder pra dar *ênfase* no texto dito, porém a fala só existe e só se expressa através de um corpo que sente, de um corpo vivo e presente, portanto um vai de encontro com outro, um depende do outro.

Nunca em hipótese alguma vou deixar de dizer que o nosso estudo é diário - meu subconsciente grita essa frase a todo momento - e isso me faz acreditar que é só o começo, que meu megafone invertido só vai *funcionar* e ser compreendido se eu praticar, as energias só vão ser entendidas se eu me conscientizar.

Escrevo esse relatório dentro de um ônibus, indo pra minha cidade e acaba de acontecer uma cena que me serviu muito de exemplo cotidiano das energias. As luzes estavam apagadas e a maioria das pessoas já estavam dormindo - que ao meu ver usavam boyance, e de uma hora pra outra uma mulher deu um grito - usando potency - e todos nós ficamos assustados e apreensivos com o grito de espanto dela - *readincing* - no fim, ela só estava tendo um pesadelo que acabou *influenciando* as pessoas de dentro do ônibus com a suas energias, afirmando pra mim o quanto as energias estão presente em todos os lugares e não só no estudo do ator para sua construção (L. P. B. L., 23 anos, 1º semestre, Artes Cênicas).

É interessante como a estudante elenca vários aspectos do Treinamento *Kinesensic* neste depoimento. A primeira constatação é de que as energias, desenvolvidas numa disciplina do curso de Artes Cênicas, se manifestam em todos os momentos da vida de qualquer pessoa. Não é um atributo que se restringe ao trabalho do ator. No entanto, como atriz, é preciso compreendê-las e praticá-las diariamente, para que *funcionem*. Esta percepção da estudante de que o trabalho com as energias é mais o de percebê-las e conscientizá-las, revela a essência do treinamento proposto.

O autor atesta que o ambiente interno de cada pessoa é feito de uma riqueza potencial que é inerente e está disponível a ela. Mais do que aprender técnicas artificiais de como comportar-se profissionalmente e socialmente, é preciso aprender as lições do nosso próprio organismo, quando este funciona de forma saudável.

A estudante mencionou o espanto ao vislumbrar a simplicidade e honestidade de cada uma das energias trabalhadas. Relaciono estas duas características com o aspecto autoeducativo do treinamento proposto. As *ferramentas* para o aprimoramento da performance são simples e familiares, tão íntimas que causam surpresa. Fenômenos corriqueiros como espreguiçar, tremelicar, suspirar, cantarolar, divertir-se e infinitas outras formas e estados que nos acontecem são a base de um aprendizado que só pode ser feito de si para si mesmo. É por isso que Lessac chamou a sua proposta de um novo processo de aprendizado, pois revertia a noção de aprendizado imitativo e de supervalorização da apreensão intelectual em um aprendizado psicossomático voltado para o ambiente interno individual.

Mesmo sendo um aprendizado cuja fonte é familiar, não significa que possa ser negligenciado, como salienta a estudante L.P.B.L. ao dizer: *por desatenção ou falta de interesse deixamos [este conhecimento] passar batido e que nosso estudo é diário*. O autor propõe o processo de sentir para ter acesso a este conhecimento familiar, íntimo e individual, pois acredita que a aderência a modelos de comportamento externos causam conflito ao ambiente interno. Este, por natureza, tem condições de equilibrar-se de forma harmônica (Lessac, 1978, p. 15). É desta forma que Lessac e Kinghorn exemplificam o processo de sentir com o aprendizado do bebê, desde o rastejar ao caminhar (Kinghorn; Lessac, 2014, pp. 12-13). Lessac ressalta como a sabedoria natural disponível nos primeiros meses de vida de um bebê e depois na infância vai sendo obscurecida com o passar da idade na adaptação do indivíduo à sociedade (Lessac, 1978, p. 14).

A compreensão desta sabedoria também é exemplificada pela estudante, ao mencionar a percepção da energia de interenvolvimento já presente na primeira sensação de conforto de um bebê no colo da mãe, mesmo sem proposição ou entendimento sobre o fato.

A questão é como revitalizar esta sabedoria, pois não se pode voltar à infância. Lessac adverte que justamente é a consciência disponível no adulto e menos evidente na criança que pode reequilibrar nossa condição de maturidade (Oliveira, 2008, p. 23).

A resposta também é dada pela estudante quando diz que *as energias só vão ser entendidas se eu me conscientizar*. Há um trabalho a ser feito, mesmo que seja o de olhar para si. E não é um trabalho pequeno, há um processo a ser trilhado que envolve a atitude da pessoa para consigo e para com os outros.

O reconhecimento e liberação do potencial de sabedoria natural só pode ser acessado de forma não conflitiva, com a aceitação de si em cada momento da experiência.

O processo do sentir como um treinamento vai incidir na ênfase detectada pela aluna, quando percebe a unicidade entre corpo e voz, sendo a evidência de um aspecto ou outro uma questão de ênfase. É isto que o treinamento faz: num primeiro momento, dá-se ênfase a cada energia, detectando em que fenômenos normalmente cada uma acontece, percebendo como funciona na intimidade e na singularidade individual. Depois, amplia-se a experiência destas sensações, em diferentes ações e, na sequência, relacionam-se estes novos registros criados com o engajamento da pessoa na relação com o ambiente externo. Este processo causa transformação dos padrões de comportamento habitual e cria novas autoimagens, que geram, por sua vez, novas possibilidades de expressão e comunicação.

Nos três depoimentos dos e das estudantes a seguir, fica patente a descoberta de que as energias, conforme apresentadas em aula, já estavam disponíveis a eles e elas, e de que percebê-las, agora, com esta nova consciência é já uma forma de acessá-las.

Então começamos a trabalhar a voz, as emoções e as energias corporais através dos diálogos, foi o momento ápice dos nossos encontros, até mesmo porque era principalmente isso que você queria nos passar. No começo eu pensei “caraca, mas onde eu vou usar isso?”, algo que, com o tempo eu percebi que eu não “iria” usar, eu já usava, o tempo todo, mas sem conhecimento algum.

Fui apresentada então as três energias: a leveza do *buoancy*, a vibração corporal que o *radiancy* nos proporciona e a fabulosa força proveniente do esforço muscular, como o bocejo, o *potency*. Tive conhecimento do quanto às usava em meu dia a dia e nunca havia pensando que isso tinha algum nome; comecei a reparar então que eu estava cercada por elas praticamente todo o tempo, e houveram dois momentos em que eu pensei “nossa, que incrível”: o primeiro, como já relatei, foi ao levantar do chão usando a força do bocejo, consegui um impulso enorme e quase não precisei fazer esforço pra ficar em pé; e o segundo foi quando pensei no milhões de vibrações que passavam pelo meu corpo no dia 08 de março de 2015, foi nesse dia que saiu a lista dos aprovados no vestibular, acredito que, das sete horas da manhã até umas oito e meia o meu corpo estava repleto de *radiancy* e eu nem desconfiava disso (F. C., 19 anos, 5º semestre, Letras).

Creio que usarei cada energia no meu dia a dia, na verdade, sempre estiveram presentes, só que agora de uma forma diferente, sei como usá-las a meu favor... (E. E., 20 anos, 5º semestre, Letras)

Em exercícios cênicos, colocamos em prática todas essas energias a serem usadas em uma elaboração de cena, como transparecer isto de forma sutil e sem muito esforço e como usar do nervosismo para transformar essa sensação em algo proveitoso em cena. A energia está ali, não é algo a ser acionada, ela simplesmente está ali, é só uma questão de percepção e como usar isso “propositalmente” (L.O., 21 anos, 5º semestre, Artes Cênicas).

A conquista do bem estar

O treinamento *Kinesensic* aposta na confiança sobre as capacidades individuais para restaurar o equilíbrio interno e o equilíbrio com o ambiente externo. Esta confiança é o resultado de um processo de aprendizado, que inicia na conscientização de como o corpo funciona quando se sente bem.

É a justa apreciação da sensação energética que pode instruir o indivíduo a manter ou conquistar as qualidades de leveza, vigor, vitalidade, descontração, graça e equilíbrio.

Nas minhas duas primeiras aulas me aprofundei nas atividades propostas. Desconectei-me do mundo. Consegui realizar a tão difícil tarefa de esquecer os problemas. Sim, consegui. O estado energético de *Buoyancy* me proporcionou isso. Mais ainda: em casa prestes a ter uma crise de pânico lembrei-me dos preceitos abordados em aula e tentei fugir de toda aquela angústia. Felizmente, me desconectei do mundo. A primeira vez em meses consegui sair de uma crise. Realmente os estados energéticos identificados por Lessac não se prendem apenas a um determinado âmbito (A.D.F., 20 anos, 5º semestre, Direito).

Nos primeiros encontros eu fiquei um pouco receosa, pois tinha medo de não conseguir realizar os exercícios por conta do sobrepeso, mas você [...] sempre aceitou o que eu conseguia o que eu podia oferecer... Outra coisa que eu adorei participar foi de todas as danças, como era bom começar um sábado de manhã dançando e sorrindo e depois de dançar e dançar, se jogar no chão e sentir o corpo vibrando, pulando, querendo jogar toda aquela energia para fora. Eram sensações incríveis (F.C., 19 anos, 5º semestre, Letras).

O depoimento a seguir atesta a aquisição de um vocabulário sobre a expressividade com os estados energéticos e também a sinergia criada pela relação e afetação mútua dos atores e atrizes, ao improvisarem com as energias corporais.

Manter a energia gera um motor dentro de mim para manter o corpo ativo. Após o jogo do diretor - um exercício de improvisação que orientei, eu fui contagiado com a energia da outra pessoa que estava em *radiancy*. Foi como diluir um pouco a minha energia. Aí fiquei em *potency* com um pouco de leveza (M.A.P.D., 25 anos, 7º semestre, Artes Cênicas).

Acredito que se é possível perceber os momentos em que as variadas energias se transformam em nosso comportamento psicofísico e espiritual, então podemos interferir com nossa atenção e de forma orgânica neste processo. Isto é, podemos fazer escolhas. Não escolhas apartadas do processo de sentir, não comandos para controlar o nosso comportamento, mas receber de nós para nós mesmos *instruções orgânicas*, como Lessac sugere.

Sendo orgânicas, serão geradas para o bem-estar ou para o melhor funcionamento possível de todo o nosso ser, ao fazermos aquilo que estamos fazendo.

Sobre as energias vocais

Conforme mencionado na Introdução, como parte do Treinamento *Kinesensic* de Lessac, as energias vocais se dividem em três: consonantal, estrutural e tonal. Nos *workshops* do LTRI, para introduzir a exploração da energia consonantal, os instrutores utilizam um diapasão, fazendo-o vibrar e, então, encostando-o nos dentes e na face dos participantes, para que sintam a vibração do som. O forte zunido e a intensa sensação física percebida introduz na relação de aprendizagem a máxima do pensamento de Lessac sobre o treinamento da voz: Ao invés de ouvir nossa voz apenas com o ouvido externo, devemos sentir sua produção, colocando nossa atenção em sentir onde e como vibra a voz na cavidade bucal (Kinghorn; Lessac, 1997, pp. 122-124) e em como o nosso organismo por inteiro se sintoniza com esta experiência.

Quando a musicista, cantora e *Master Teacher* do Treinamento Lessac Nancy Krebs ministra aulas nos *workshops*, ela toca o violino e vai passando entre os participantes, para que todos possam tocar na caixa de ressonância do instrumento, experimentando a música com o ouvido externo e, também, com a sensação da vibração ao alcance da mão.

Estes exemplos são os primeiros passos para os e as participantes sentirem e reconhecerem a materialidade da vibração sonora e, também, estimularem a comparação deste instrumento musical ao aparato vocal. Na prática, esta comparação subscreve uma metáfora básica usada na obra de Arthur Lessac (1978). Ele compara o organismo humano a um violino Stradivarius, para relacionar a excelência deste instrumento artístico às potencialidades humanas e desdobra esta metáfora, comparando as consoantes com os instrumentos de uma orquestra, na sua riqueza de potencialidades vibratórias e sonoras.

A maneira que descobri para estimular a consciência da vibração natural passível de ser sentida na produção da voz e a comparação das consoantes com os instrumentos da orquestra foi organizar uma *visita guiada* com a regente da orquestra da Universidade Federal da Grande Dourados - Thaís Costa - convidando os alunos à galeria da Coordenadoria de Cultura - COC da UFGD, onde ficam guardados os instrumentos musicais.

Nesta aula especial, realizada em 10/06/2017, Thaís tocava alguns instrumentos e eu indicava como a abordagem de Lessac relacionava as consoantes da fonética inglesa com os instrumentos musicais. Não fizemos a adequação dos instrumentos à fonética brasileira. Criamos, informalmente, algumas hipóteses sobre isto, mas o mais importante foi a descoberta dos alunos que relacionaram o corpo como *caixa de ressonância* ao tocar nos instrumentos, ouvindo seu som e sentindo sua vibração.

O objetivo da aula foi encontrar no nosso corpo os instrumentos e fazer do nosso corpo instrumento. Fomos descobrindo juntos qual consoante cabia em cada instrumento testando as descobertas de Lessac. Ouvimos um pouco de cada instrumento que tinha na sala e encontramos a consoante dele. Fiquei em êxtase ao perceber o quanto era parecido o som da consoante com o do instrumento. Testamos quais instrumentos eram as vogais surdas e sonoras e lembro a energia de agitação que tomou a sala quando o “p” e “b” bateram muito certo com os xilofones e bumbo. Finalizamos lendo alguns poemas e jogadas de palavras (B.G.R., 19 anos, 1º semestre, Artes Cênicas).

Hoje tivemos a presença da Thaís, regente da orquestra da UFGD, para nos ajudar com base nos seus conhecimentos com instrumentos musicais, sobre como podemos afinar a nossa *caixa instrumental*, notar a caixa de ressonância, como são as vibrações, onde ocorrem no instrumento e depois, testar em nós mesmos. Tivemos um contato muito bom com o violoncelo, no qual pudemos tocar, sentir e apreciar, para executar melhor o exercício. Vimos as consoantes sonoras e as surdas com V e F, D e T, Z e S, comparamos nossas vozes, nas mesmas vocalidades com as de alguns instrumentos, como o violino, violoncelo, flauta transversal, caixa sinfônica, surdo, bumbo sinfônico, xilofone e viola. Ao executar o exercício ao som de V, pude notar uma vibração na região do pescoço, nas bochechas, no nariz e na testa, porém ao som de F nenhuma vibração ocorreu. Ao som de N senti vibrar na região do palato alveolar do céu da boca e nas bochechas. Já ao som de M vibrou mais na região dos lábios e no nariz. Foi uma boa experiência, valeu a pena fazer esta aula na COC. É muito bom experimentar e comparar nossas caixas de ressonância com as de um instrumento musical, ajuda na percepção vocal (V.A.D.S., 22 anos, 5º semestre, Artes Cênicas).

O estudante M.A.P.D. descreve a conexão feita por ele entre estratégias para desenvolver as diferentes energias vocais:

Na aula passada (10/06/2017) foi o encontro de nossas cordas vocais com os instrumentos da orquestra. Foi incrível como cada som identificado nos instrumentos se formavam em nós. O som que mais marcou como mais perceptível foi o P no instrumento Bumbo. Uma identificação que considero importante foi que: no momento em que fomos tocar com as mãos o violoncelo, a Thaís [Thaís Costa - a regente da orquestra/UFGD] estava com uma nota grave e a vibração do instrumento estava por toda as extremidades, e quando ela foi para uma nota aguda, a vibração se concentrou no centro do instrumento. E toda essa sensação eu sinto quando faço o I/Y do Y-buzz. Notas graves - maior vibração na região do palato duro e notas agudas - a concentração vai ao céu da boca (M.A.P.D., 25 anos, 7º semestre, Artes Cênicas).



Figura 1 - Thaís Costa tocando violoncelo e estudantes sentindo as vibrações do instrumento para perceber a metáfora musical da orquestra de consonantes (10/06/2017), Dourados (MS).



Figura 2 - Thaís Costa tocando violoncelo e estudantes sentindo as vibrações do instrumento para perceber a metáfora musical da orquestra de consonantes (10/06/2017), Dourados (MS)

Assim como as energias corporais e o estado de interenvolvimento acontecem sinergizados, as energias vocais também se conjugam, simultaneamente, na complexa *vida vocal* (Lessac, 1997, p. 03). O seu aprendizado é que inclui o momento em que as múltiplas sensações vibratórias, consonantais e vocálicas são percebidas separadamente, ou, de forma enfatizada.

A percepção e conscientização desta experiência faz parte do chamado processo autoeducativo em Lessac (Lessac, 1978, p. 20). Com esta memória sensorial conscientizada

pode-se retomar o caminho e recriar as condições da experiência sensível, quando as qualidades energéticas vocais funcionaram da melhor maneira.

O *Y-buzz* e o megafone invertido

Em sua pesquisa sobre a voz ressoante em alunos de teatro, a fonoaudióloga brasileira Viviane Barrichello Lindstrom (2007) explorou a abordagem de ressonância proposta por Lessac. E esclarece o procedimento utilizado:

Uma das estratégias propostas por Lessac - o chamado Y-Buzz, é descrito como a emissão da semivogal /y/ do inglês somada à sustentação da vogal /i/ longa. Lessac recomenda que se busque por uma vibração que ocupe a porção alveolar do palato duro, propagando-se pelos ossos nasais e testa. Para isso, é necessária a posição do megafone invertido, descrito em outros trabalhos como ajustes de faringe expandida e estreitamento anterior da cavidade oral com uma leve protrusão dos lábios (Verdolini-Marston et al., 1995; Smith et al., 2005). No método Lessac, o Y-Buzz é praticado em sua sustentação, transformando-se em um guia tonal (tonal guide). Na medida em que o falante percebe a região da face em que sua voz brilha mais, a sensação do Y-Buzz é transportada à fala encadeada (Barrichello-Lindstrom, 2007, p. 16).

A emissão da semivogal *y* não é um evento próprio da língua portuguesa, e mais especificamente, da sua versão fonética brasileira. Mas pode-se fazer a transição desta semivogal para a vogal *i* - que é um evento familiar da fonética brasileira. Pode-se dizer que existe certa familiaridade na cultura brasileira, a partir da influência da cultura americana, com palavras da língua inglesa, como, por ex., *yes* e *you*. Utilizei esta familiaridade com o objetivo de fazer a transição da semivogal *y* para a vogal *i*, plenamente adequada para o desenvolvimento desta exploração.

A assunção da vogal *i* como ressoante na adaptação para o português do procedimento *Y-buzz* foi atestado pela pesquisa de Barrichello e pela observação feita pela *Master Teacher* Deborah Kinghorn, quando dirigiu o primeiro *workshop* do Instituto Lessac, realizado no Brasil, no ano de 2015, em Dourados (MS), que foi coordenado por mim, com o apoio da Universidade Federal da Grande Dourados.

As outras condições para a experiência com o *Y-buzz* são o formato do megafone invertido na estrutura bucal, a manutenção da sensação de bocejo, isto é, sua constante retomada durante a experiência, para que os efeitos salutareis desta ação energizante e relaxante estejam presentes na produção do tom vibrante.

A ideia do megafone é usada por sua função na amplificação do som, que ressalta a amplificação natural feita pela anatomia humana da produção vocal. Mas é sua imagem invertida, igualando sua embocadura menor com a protrusão labial e sua abertura maior voltada para dentro, que garante o aumento do espaço interno na boca.

O trabalho com a vibração causada pela exploração com o *Y-buzz*

Começamos a trabalhar a voz com o megafone invertido. Divertidíssimo, relaxa os pontos em volta da boca, chega a dar sono. Sempre que trabalhamos a voz eu tendo a enrijecer o pescoço. Apesar de eu estar gripada e o exercício ser puxado, minha garganta não doeu, o que me levou a perceber que quando uso a voz com suavidade não tem tanto esforço (B.G.R., 19 anos, 1º semestre, Artes Cênicas).

Com a introdução da voz, sinto meu nariz e testa vibrando como se tivesse um celular na minha boca (L.P.B.L., 23 anos, 1º semestre, Artes Cênicas).

No fim a voz é relaxante, sentir a vibração de toda a cabeça, me deixa tonta, mas relaxa bastante. Quando estamos de gatinho dá para sentir com muito mais força a vibração no céu da boca (B.G.R., 19 anos, 1º semestre, Artes Cênicas).

O megafone invertido me desafia porque é um exercício que exige respiração, foco, trabalha a musculatura facial e também o som da voz. Dessa forma fica muito mais fácil trabalhar com as vogais e também com as consoantes, eu mesmo não havia passado por essas experimentações dentro da pesquisa da voz e foi muito bom porque me ajuda muito na fala, na respiração e nesse conjunto de corpo e voz (F.L.S., 27 anos, 7º semestre, Artes Cênicas).

Neste último depoimento, o estudante F.L.S. faz a descoberta, de que o megafone invertido, geralmente usado para estimular a energia tonal e a formação das vogais também facilita o trabalho com as consoantes. O interessante deste fato é que eu não indiquei diretamente este caminho, cuja funcionalidade só percebi no *workshop* intensivo realizado na Universidade de Pretoria, na África do Sul, em janeiro de 2019.

O *Call*

O *Call*, que em inglês significa chamado, é uma dinâmica de desenvolvimento da energia tonal. Uma das explorações feitas nos *workshops* promovidos pelo Instituto Lessac é o jogo cênico com o chamado feito pelos vendedores de rua às pessoas, na forma de um anúncio de seus produtos. A princípio, por instinto e necessidade, os vendedores desenvolvem uma emissão com menos esforço vocal, já que usam a voz de forma intensa durante longas horas por dia.

O *Call* é desenvolvido com a sensação do bocejo, a estrutura do megafone invertido e o formato flexível para a emissão da vogal *o*, em diferentes alturas. O sentido para o uso desta estrutura pode ser encontrado com a situação imaginária e interativa da venda de produtos, ora anunciando-os, ora vendendo-os, ora passando do chamado ao canto.

Enquanto o *y-buzz* é explorado com uma forma facial reduzida e com um espaço mínimo entre os dentes, a técnica do *Call* requer uma postura frontal mais completa, uma sensação de bocejo mais definida e, portanto, um espaço maior entre os dentes. O *Call* é precisamente isso - um Chamado - mas é um Chamado arredondado e robusto, um Chamado ressoante, um Chamado rico, um Chamado Cantante; um Chamado livremente liberado; é um Chamado que sempre revela um comportamento envolvido e conectado (Lessac, 1997, p. 137)²².

Esta estratégia que, num primeiro momento, pode distorcer as vogais das palavras com sua aproximação à estrutura bucal para emissão da vogal *o*, se destina a criar um evento familiar de intensa energia tonal. O próximo passo da experiência é conscientizar a energia tonal produzida na fala comum, usando a memória sensorial para reproduzir de forma sutil as condições do trato vocal experimentadas durante o jogo de exploração do *Call*.

O *Call* é sempre governado por uma característica sensação vibratória ressoante - um sentimento tonal totalmente concentrado - que expande os níveis técnicos e emocionais da voz; as qualidades mais sutis da articulação das vogais são secundárias. Em suas formas complementares, os exercícios de *y-buzz* e *Call* são projetados para explorar as qualidades ressoantes da sua voz e colocar essas qualidades a serviço de sua voz falada, de sua atuação e de seu funcionamento diário. Enquanto o *y-buzz* é explorado como uma forma facial reduzida e com um espaço mínimo entre os dentes, a técnica de *Call* requer uma postura frontal mais completa, uma sensação de bocejo mais definida e, portanto, um espaço maior entre os dentes (Lessac, 1997, p. 137)²³.

Utilizei várias explorações adaptando os *chamados* relativos à fonética inglesa para o português. Nos comentários abaixo, dois estudantes descrevem a consciência adquirida com o trabalho do *Call*:

Depois desse primeiro momento nós fizemos uma pequena encenação pronunciando as palavras com o formato do megafone invertido e cada um de nós tinha que vender

²² Em inglês no original: *While the y-buzz is explored with a reduced facial form and shape and with minimal space between the teeth, the Call technique requires a fuller forward facial posture, a more definite yawn feel, and, therefore, a wider space between the teeth. The Call is precisely that – a calling out – but it is a rounded, robust Call, a ringing Call, a rich Call, a singing Call, a freely liberated Call; it is a Call that always reveals involved, connected behaviour.*

²³ Em inglês no original: *The call is always governed by a characteristic vibratory, ringing sensation – a fully concentrated tonal feeling – that expands the technical and emotional ranges of the voice; the subtler qualities of vowel articulation are secondary. In their mutually complementary ways, both the y-buzz and the call exercises are designed to explore the resonant qualities of your voice and put these qualities at the service of your singing voice, your speaking voice, your acting, and your everyday functioning.*

alguma coisa, eu vendi bolo, sempre dando ênfase na vogal “o”, foi uma sensação diferente porque no dia-a-dia nós não conseguimos perceber a musculatura do rosto e perceber também que a face treme e o palato duro vibra conforme pronunciamos as palavras (C.M.L., 21 anos, 7º semestre, Letras).

Na parte vocal trabalhamos a energia tonal, ressonâncias e partes vibracionais, com o intuito de uma projeção mais potente viva e natural. O *Y-buzz* trabalhado, forma uma energia vocal presente e irradiante, essas são algumas sensações que tenho ao trabalhar. O *call* referenciado como dos vendedores ambulantes, que utilizam do megafone invertido e verticalmente uma sensação dentro da boca, resultando assim uma tonalidade mais limpa, e energizada (M.A.P.D., 25 anos, 7º semestre, Artes Cênicas).

A transformação do hábito

A abordagem de Lessac inclui uma proposta de enfrentamento dos automatismos ligados à expressividade, pois muitas vezes, sentimos como espontâneo ou natural aquilo que fazemos de modo automático. O processo de sentir, conforme formulado pelo autor, trabalha para garantir que nosso organismo elabore sinais e pistas fidedignos sobre sua condição geral. Só assim poderá gerar instruções orgânicas que adequem nosso comportamento a um ótimo funcionamento (Lessac, 1978).

Explorar como soam os fonemas separadamente, experienciar sua singularidade em sintonia com outros elementos do treinamento, como o alinhamento postural, a vitalização simultânea ao relaxamento e as qualidades das energias corporais, é uma maneira de interromper o hábito automático da fala, além de criar novos eventos familiares.

Estes novos eventos familiares, criados em condições de bem-estar e disponíveis pela memória, podem vir à tona como resposta de si para si, transformando-se em instruções orgânicas, que beneficiam a performance vocal comunicativa.

No comentário a seguir, há uma breve descrição que ajuda a exemplificar a qualidade expressiva promovida pelo trabalho com as energias vocais e corporais.

Além disso tudo sobre o corpo tiveram aulas a serem trabalhadas a parte vocal, onde prestamos atenção no som de cada letra e como ela sai da nossa voz, novamente foi dar foco a coisas que estamos acostumadas a fazer de modo automático, acredito que isso melhorou a nossa pronúncia das palavras, lidar com cada letra separada e criar sensibilidade a isso, não apenas devorar as palavras, dar a cada palavra o seu tempo real necessário para ser dita, sem pular nenhuma letra, fora isso trabalhamos projeção vocal, e descobrimos algo muito útil com a ideia do *megafone invertido*, eu descobri que tenho muita dificuldade nesse aspecto e que a minha consciência de projeção é diferente daquela que eu consigo passar aos outros em cena, tomo nota para mim mesma, que preciso trabalhar melhor isso... Mas sinto que entrei de uma maneira, digo isso sobre meu vocal e minha corporeidade, e hoje

em dia com base nas energias apresentadas por Lessac, tenho uma maior consciência sobre os dois, e sobre os meus pontos fortes e fracos, penso que isso foi o principal para mim, é um novo ponto de partida, que agora sei o que preciso trabalhar mais em mim mesma, a evolução é constante, sempre, mas as vezes não sabemos por onde começar, e sinto que agora eu tenho uma ótima ideia do que buscar trabalhar (E.M.S, 20 anos, 5º semestre, Artes Cênicas).

A estudante conscientiza um hábito próprio de *devorar as palavras*. E que, *dar foco* a isto, na forma de *criar sensibilidade* a cada letra em separado, contribuiu para dar a cada palavra o seu tempo necessário para ser dita.

O importante a ressaltar é a sua percepção de que a palavra pode ser sentida na sua dimensão energética, através de sua constituição fonética.

Os eventos familiares conquistados com as explorações poderão se tornar instruções orgânicas, instintivas, quando a estudante precisar responder aos estímulos do ambiente externo relativos à ação vocal.

Sobre a importância de trabalhar a voz como dinâmica corpóreo-vocal

Energia vocal - trabalhamos com exercícios de consoantes, para sentir a diferença das vibrações corporais, sendo nítido que as nasais, se bloqueadas as narinas, é impossível exercitá-los. Verifiquei também que a posição da língua é diferente entre o “M” e o “N”. Percebi que a dimensão corpóreo-vocal representa uma unidade incindível. Tomei consciência do quanto o corpo - matéria - influencia o imaterial - som (embora sua reverberação possa ter ondas quantificáveis) (J.A.R., 57 anos, 5º semestre, Artes Cênicas).

Na parte da voz eu também me vi bem a vontade e ao mesmo tempo inseguro e foi interessante sentir isso porque o consciente nos faz achar que já estamos bem habituados a certas coisas quando de repente somos compreendidos por nós mesmos ou outras pessoas que ainda há mais, tem algo a ser investigado e aplicado, e a voz me fascina porque ela também é corpo, também faz movimento e suas vibrações também partem desse corpo e desse ser e não é somente das cordas vocais como imaginamos (F.L.S., 27 anos, 7º semestre, Artes Cênicas).

Achei muito interessante o depoimento deste estudante, pois consegue intuir a voz como vida vocal, conforme promovida pelo Treinamento *Kinesensic*, como um fenômeno holístico, que integra várias dimensões. Primeiro, ultrapassa a barreira binária entre corpo e voz e diz que voz é corpo, mas esta condição não é estática, pois diz que voz faz movimento, portanto, que a voz age com sua produção de energia. Além disso, diz que as vibrações das cordas vocais partem também “desse corpo”, revelando a experiência que teve ou que observou nos colegas sobre a sinergia produzida pelas vibrações que são vocais e,

simultaneamente, corporais, e, ainda, que partem da subjetividade e da essência da pessoa que as produz, pois são vibrações *desse corpo e desse ser*.

Eu diria, usando a metáfora musical utilizada por Lessac, que quando ouvimos uma pessoa falar, o que ouvimos ou sentimos é o impacto da sinfonia toda; suas condições momentâneas de harmonia ou desarmonia. Ouvimos e sentimos a voz do outro e a nossa como uma sincronização de todas as energias vocais, corporais e, nos termos de Kinghorn e Lessac (2014), as espirituais.

O livro *Essencial Lessac: Honoring the Familiar in Body, Mind, Spirit* (2014), escrito nos últimos anos de vida de Arthur, em parceria com a *Master Teacher* Deborah Kinghorn, contém pela primeira vez na obra do autor a menção ao amor e à alma como energias. Como na disciplina eletiva eu não abordei esta questão, também não irei aqui aprofundá-la. A minha articulação discursiva segue a experiência dos assuntos abordados nos *workshops* em que participei e, nessas oportunidades, tais energias não foram desenvolvidas ou mencionadas como conteúdos práticos. Mencionei as energias espirituais seguindo, talvez, um *feeling* despertado pela escrita do estudante, de acordo com o comentário apresentado.

Colheita de aprendizados

A reflexão desenvolvida com os depoimentos de estudantes ao cursarem a disciplina *Organicidade corpóreo-vocal da ação: uma abordagem baseada no Treinamento Lessac* fez-me perceber a importância de oferecer uma disciplina optativa com viés somático. Os conteúdos de corpo, voz e atuação, geralmente separados para enfatizar as ementas de disciplinas do curso de Artes Cênicas da UFGD ganharam fluidez nesta ocasião, de forma a promover uma experiência mais integrada.

Como pedagoga, tive a chance de ampliar no tempo e no espaço a vivência de certos procedimentos que considero fundamentais para as e os estudantes de teatro, e que pelas necessidades postas pela grade curricular, torna-se difícil, às vezes, aprofundá-los. Entre estes procedimentos está a oportunidade para a escuta de si, sem a pressão vivenciada pelos prazos e antecipação de resultados, ligados ao engajamento dos e das estudantes nas montagens de cenas e nos espetáculos curriculares. Ou, ainda, pelo automatismo direcionado ao alcance das notas finais.

Percebo que na prática de aula, *demorei-me* nos momentos iniciais, chamados de aquecimento, mas que considero a busca da sintonia para o estado criativo, quando se coloca a atenção no reconhecimento das potencialidades que emergem do ambiente interno, em equilíbrio com o externo. Considero este um momento anterior ou diferente ao do estabelecimento das comparações competitivas que fazemos conosco mesmos ou com os outros, frente às expectativas e obrigações comumente relacionadas à atuação teatral.

Os princípios somáticos do Treinamento *Kinesensic* estiveram subjacentes nas aulas de sábado de manhã. A noção de corpo em Lessac é ampla e abarca a inteira subjetividade vivenciada como conexão corpo-mente. A maneira como cada estudante se engajou na exploração corpóreo-vocal foi a base para a construção de um conhecimento sobre si, a partir das dinâmicas ministradas em sala de aula. O fator pedagógico de *Lessac Kinesensics* reflete o autoconhecimento erigido através do processo de sentir. O aprendizado das novas condições posturais, respiratórias, de maior equilíbrio entre relaxamento e tonificação foi estimulado pelo reconhecimento das sensações percebidas no ambiente interno.

Para esta abordagem existe um sentido de harmonia interna que fornece *feedback* ao sujeito, sobre sua apreciação do que lhe acontecesse, no momento presente. E, assim, capacita o sujeito a elaborar suas respostas na relação de troca com o ambiente e a fazer escolhas. Foi desta forma que o trabalho com as energias corporais e vocais forneceu possibilidade de reconhecer habilidades já existentes, familiares, mas que não estavam conscientizadas. Ao serem desenvolvidas, tornaram-se linguagem expressiva e sinalizaram o potencial de comunicação, revelando, também, a capacidade de transformação individual.

Muitos depoimentos dos e das estudantes atestam que era bom sentir as energias e suas conexões internas. Ao conscientizarem suas sensações, sentiam-se disponíveis, transpassados por intensa energia, que irradiava para o ambiente externo. Este estado geral, que inclui a percepção da vitalidade e do relaxamento, a meu ver, parece manter um equilíbrio fértil para o desempenho de ações tanto artísticas, como cotidianas.

Um dos aprendizados que tive ao ministrar a disciplina foi perceber que a abordagem do Instituto Lessac criava uma demanda na pedagogia. Sentia que para sintonizar com o conteúdo a ser ministrado, deveria mudar sutilmente meu hábito didático. Minha atitude se tornava mais suave, mais compreensiva, pois ao desenvolver os elementos da abordagem, eu os deveria estar experimentando. E se o trabalho com as energias, conforme identificadas por Arthur Lessac mescla leveza, potência e agilidade sem esforço excessivo, então minha

performance como professora adequava-se a um ajuste contínuo para respeitar a individualidade das e dos estudantes e, ao mesmo tempo, provocá-los, para a manutenção do estado de curiosidade e jogo.

Referências

BARRICHELO-LINDSTROM, Viviane. **Voz ressoante em alunos de teatro: correlatos perceptivo-auditivos e acústicos da emissão treinada Y-Buzz de Lessac**. 2007. Dissertação de Mestrado - UNIFESP, PPG em Distúrbios da Comunicação Humana, São Paulo.

FERNANDES, Ciane. Quando o Todo é Mais que a *Soma* das Partes: somática como campo epistemológico contemporâneo. **Rev. Bras. Estud. Presença**, Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 9-38, jan-abr 2015. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/presenca/article/view/47585/32478> . Acesso em: 13 abr. 2019.

GREBLER, Maria Albertina Silva; PIZARRO, Diego. **A somática e as artes da cena: fricções da experiência e sua influência no ensino superior e na cultura contemporânea - parte I**. Repertório, Salvador, ano 21, n.31, p. 8-24, 2018.2. Disponível em: <https://portalseer.ufba.br/index.php/revteatro/article/view/28986> . Acesso em: 10 nov. 2019.

KINGHORN Deborah; LESSAC, Arthur. **Essential Lessac: honouring the familiar in body, mind, spirit**. Barrington, NH: RMJ Donald Fine Books and Plays, 2014.

LESSAC, Arthur. **Body Wisdom: The Use and Training of the Human Body**. New York: Lessac Research, 1978.

LESSAC, Arthur. **The use and training of the human voice**. New York: McGraw-Hill, 1997.

OLIVEIRA, Maria Regina Tocchetto de. **As Energias Corporais no Trabalho do Ator**. 2008. 103f. Dissertação (Mestrado em Estudos de Teatro) - Faculdade de Letras, Universidade de Lisboa, Lisboa. 2008. Disponível na Biblioteca Carlos Barbosa do Instituto de Artes da UFRGS.

OLIVEIRA, Maria Regina Tocchetto de. **O estado de sintonia para a atuação articulado a partir de elementos do Treinamento Kinesensic de Lessac**. 2020. 230 f. Tese (Doutorado) - Escola de Teatro, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2020.

OLIVEIRA, Maria Regina Tocchetto de. Arthur Lessac: um ensaio sobre as energias corporais no treinamento do ator. **R. bras. est. pres.**, Porto Alegre, v. 3, n. 2, p. 582-600, maio/ago. 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-26602013000200582&lng=en&nrm=iso&tlng=pt . Acesso em: 15 out. 2016.

ROCHA, Valéria Cristina Machado. O prazer em dançar a voz e o Contato Improvisação: possibilidades para uma Voice Jam Session. *Revista Voz e Cena* - Brasília, v. 04, nº 01, janeiro-junho/2023 - pp. 257-270. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>. Acesso em: 30 mar. 2024.

SA WORKSHOP, Pretoria. *Principles of Lessac Kinesensic Training*. Prepared for South Africa Workshop January 2019. From *Body Wisdom* by Arthur Lessac, 2019.

Artigo recebido em 29/06/2024 e aprovado em 11/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54558>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Maria Regina Tocchetto de Oliveira (Gina Tocchetto) - fez pós-doutorado na área da Direção Teatral em 2023 na UFRGS. É Doutora pela UFBA (2020), Mestre em Estudos de Teatro pela Universidade de Lisboa (2008) e Bacharel em Interpretação Teatral pela UFRGS (1991). É professora adjunta do Curso de Artes Cênicas da UFGD e facilitadora certificada pelo Instituto Lessac de Treinamento e Pesquisa (LTRI). mariatocchetto@ufgd.edu.br.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2447369043799397>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6645-4281>

ⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Para se aproximar de uma canção: Duetos Pedagógicos

Carlos Henrique Barto Júniorⁱ

Universidade Federal de São João Del-Rei - UFSJ, São João del Rei/MG, Brasil

Leticia Carvalhoⁱⁱ

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, Rio de Janeiro/RJ, Brasilⁱⁱⁱ

Resumo - Para se aproximar de uma canção: Duetos Pedagógicos

Este artigo reflete sobre a importância do diálogo e da colaboração entre pesquisadores para o constante questionamento das práticas pedagógicas no campo da voz e da cena. Para isso, relatamos como se deu o encontro entre as vozes autoras em junho de 2023 e como este fato proporcionou um dueto pedagógico em sala de aula na disciplina denominada Voz no Teatro Musicado I, ministrada na Escola de Teatro da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), de agosto a novembro do mesmo ano. Discutiremos as intersecções entre as dimensões técnicas, somáticas e contracoloniais da voz e as possíveis desconstruções sobre a prática da voz no contexto do ensino teatral contemporâneo.

Palavras-chave: Voz. Canto. Teatro. Pedagogia Vocal. Pedagogia Teatral.

Abstract - To get closer to a song: Pedagogical Duets

This article reflects on the importance of dialogue and collaboration between researchers to constantly question pedagogical practices in the field of voice and scene. For this purpose, we report how the meeting between the author voices took place in June 2023 and how this fact provided a pedagogical duet in the classroom in the discipline called Voice in Musical Theater I, taught at the Theater School of the Federal University of the State of Rio de Janeiro (UNIRIO), from August to November of the same year. We will discuss the intersections between the technical, somatic and countercolonial dimensions of the voice and the possible deconstructions on the practice of the voice in the context of contemporary theater education.

Keywords: Singing. Theater. Vocal Pedagogy. Theatrical Pedagogy.

Resumen - Para acercarse a una canción: Duetos Pedagógicos

Este artículo reflexiona sobre la importancia del diálogo y la colaboración entre investigadores para cuestionar constantemente las prácticas pedagógicas en el campo de la voz y la escena. Para ello, relatamos cómo se desarrolló el encuentro entre las voces autoras en junio de 2023 y cómo este hecho propició un dúo pedagógico en el aula en la disciplina denominada La Voz en el Teatro Musical I, impartida en la Escuela de Teatro de la Universidad Federal del Estado de Río de Janeiro (UNIRIO), de agosto a noviembre del mismo año. Discutiremos las intersecciones entre las dimensiones técnicas, somáticas y contracoloniales de la voz y las posibles deconstrucciones sobre la práctica de la voz en el contexto de la educación teatral contemporánea.

Palabras clave: Voz. Canto. Teatro. Pedagogía Vocal. Pedagogía Teatral.

Este artigo é um relato de experiências, um cruzamento de duas vozes autoras em busca de um dueto pedagógico e um chamado para se aproximar da canção. A canção a qual nos referimos aqui, é aquela artesanania composta de notas e acordes, mas também aquela outra, composta de visões de mundo e sutilezas, modos de existir.

O texto será dividido em três momentos: no primeiro, compartilharemos como se deu o nosso *encontro mítico* às margens do Rio Guamá, em Belém do Pará, encontro este que redimensionou a nossa percepção sobre as dimensões plurais das nossas vozes. No segundo momento, faremos menção ao nosso segundo encontro, já em outro Rio, no âmbito de uma sala de aula, para trabalhar a voz e a cena de uma turma do curso de teatro da UNIRIO/RJ¹. E no terceiro e último momento, indicaremos algumas noções sobre o trabalho prático com a canção e apontamentos sobre possíveis atualizações no modo de conduzir práticas vocais na sala de aula.

I - Voz e Rios, VOZERIOS

O Seminário *Voz e Cena* é uma iniciativa da Rede de Pesquisa *Voz e Cena* e acontece desde o ano 2012. Trata-se de um evento anual que reúne pesquisadoras/es desta área de várias partes do Brasil, com o objetivo de nutrição mútua e integração entre as práticas e os saberes da pedagogia vocal. Em 2023, o evento aconteceu de 19 a 23 de junho, em Belém do Pará. Nesta ocasião, mais de 20 profissionais puderam compartilhar em um fluxo universidade-comunidade, experiências com estudantes, artistas e mestres e mestras de saberes locais, diversos temas relacionados às suas - nossas - vozes.

O encontro, que neste ano tinha como provocação *voz-e-rios entre a cidade e a floresta*, nos ofereceu um convite para desconstruir nossas práticas educacionais, mergulhando nos saberes locais do povo ribeirinho, em sua ancestralidade e em sua oralidade. Tal experiência nos deu condição de discutir quais seriam as rupturas necessárias em relação às perspectivas tradicionais de ensino de voz e cena e como poderíamos relacionar técnicas e territorialidades, valorizando a pluralidade de saberes e reconhecendo a importância da interculturalidade no processo educativo.

Nestes dias de trabalho intenso e também de integração com os nossos propósitos, todas as experiências acabavam se tornando terrenos de pesquisa: os banhos no rio, as

¹ Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO.

travessia dos barcos, os bailes de carimbó, a alimentação compartilhada e as muitas vozes convocando uma programação que se destinava a pensar não só a questão laboral da voz, mas sobretudo *o cuidado com a pessoa que vocaliza*.

Neste processo somático, integrativo, ora conduzido pela voz de Mãe Rita de Oxum e pelo Tambor de Mina Nagô, ora pelas pessoas da Rede, (re)pensamos nossos posicionamentos enquanto sujeitos no mundo e profissionais da educação, sobretudo no que diz respeito a uma pedagogia vocal mais comunitária. Entre conversas, banhos de ervas e cantos de cura da encantaria amazônica, pudemos constatar o quão urgente é reposicionarmos enquanto sociedade, para *adiar o fim do mundo*, conforme nos aponta Ailton Krenak.

Nosso tempo é especialista em criar ausências: do sentido de viver em sociedade, do próprio sentido da experiência da vida. Isso gera uma intolerância muito grande com relação a quem ainda é capaz de experimentar o prazer de estar vivo, de dançar, de cantar. [...] A minha provocação sobre adiar o fim do mundo é exatamente sempre poder contar mais uma história. Se pudermos fazer isso, estaremos adiando o fim (Krenak, 2019, p. 26-27).

Neste contexto, com os corpos abertos para tecer *mais uma história para contar*, o nosso aprendizado começava desde o despertar do sol, com os cantos dos pássaros que eram apreciados em silêncio e entre olhares de gratidão.

E as lições eram tomadas não só em conferências ou palestras, mas também quando o cuidador do local dizia que o rio é como uma pessoa, que é importante adentrarmos neste espaço com respeito, tal como faríamos com alguém a quem prezamos muito. Ou à noite, quando o mesmo nota que alguém dormiria na rede e conta, com riqueza de detalhes, como e quais eram os *encantados* que porventura esta pessoa poderia *ouver*². Para cada um deles, havia a associação com um aspecto natural – o vento, o cair das folhas, o som animalesco... Tal mitologia, tão rica e por vezes distante do conhecimento tecnicista e euro-hegemônico da voz, personifica a natureza de forma encantada, dando um nome e logo uma voz a estas imagens, uma das lições mais sutis e *reconfiguradoras* que recebemos neste espaço, em um sentido de posicionamento e expressão no mundo em que habitamos.

Estar em um território tão vasto de simbologias e importâncias históricas, como o norte do país, agiu em nossos corpos sudestinos como um desvelar constante, uma sensação de *como eu não estive aqui antes?* ou *por que me negaram saber disso?*. Uma sensação de uma certa traição, de desonestidade, de renúncia involuntária. Inversamente potencial, é o

² Expressão que une os verbos ouvir + ver (Chion, 2011).

encantamento que *coletividade + território*³ geraram, em um constante fluxo do rio, de voz e rios, muitos vozerios.

Neste sentido, o encontro operou em nós, vozes autoras deste texto, um constante estado de contato com muitas outras vozes, pessoais e compartilhadas, sempre misturadas como as águas daquele rio, sempre acessadas pelo desejo de encontro, em cada espaço da imersão, em cada atividade, em cada travessia, em cada acaso depois da chuva da tarde.

Se considerarmos que é importante repensar as pedagogias vocais, sintonizando-as com a diversidade dos nossos territórios e saberes e com as urgências do mundo atual e que neste encontro tivemos representantes de diversas universidades do país, podemos constatar que iniciativas como essas, nos provocam a retomar o sentimento de comunidade - tão comprometido na lida competitiva acadêmica - e questionar o que já está estabelecido ao longo dos anos nos campos epistemológicos da voz. Isso interferirá, naturalmente, nas muitas pessoas que serão conduzidas por tais profissionais.

Logo, investir em uma proposta contracolonial para o ensino da voz, para além de uma abordagem apenas tecnicista, é um grande desafio que nos convida a “ter coragem de ser radicalmente vivos” (Krenak, 2020, p. 59) e demonstra que estamos, a passos lentos, entendendo que essa virada epistemológica, ainda que tardia, não tem volta.

Por contracolonial, nos alinhamos com o que propõe o mestre quilombola Antônio Bispo dos Santos, ou Nêgo Bispo, quando sugere em seu livro *Colonização, quilombos, modos e significados* (2015), uma abordagem alternativa: em vez de buscar o desenvolvimento, conceito que frequentemente nos aliena, deveríamos buscar o envolvimento, como forma de enfrentamento à face implacável e paradoxal do capitalismo que se revela cotidianamente em nossos corpos e em nossas subjetividades, neste ritmo de exploração desmedida, devastação ambiental, conflitos armados e instabilidades crônicas que têm marcado nossos tempos.

Nota-se que os espaços de vivências, de enfrentamento coletivo, de juntar vozes para contemplar dúvidas ou para passar um tempo juntas, para se entender pertencente, poderia ser uma prática mais frequente nos espaços de formação, para além do protocolar. Essas vivências geram redes de ideias, posicionamentos, atitudes vocais no mundo. Fortalecem os

³ “O território não é apenas o resultado da superposição de um conjunto de sistemas naturais e um conjunto de sistemas de coisas criadas pelo homem. O território é o chão e mais a população, isto é, uma identidade, o fato e o sentimento de pertencer àquilo que nos pertence. O território é a base do trabalho, da residência, das trocas materiais e espirituais e da vida sobre as quais ele influi” (Santos, 2006, p. 97).

sujeitos a partir de trajetórias em diálogo, faz com que os saberes, acadêmicos ou não, viajem territórios e vocalizem outras existências.

II - Vozes outras que viajam do rio ao Rio

Após a vivência em Belém, percebemos que nosso diálogo, no que diz respeito às pedagogias para se *aproximar da canção*, residia em entender a voz - e logo, o canto -, não só como materialidade sonoro-acústica, mas principalmente, como uma plataforma de manifestar-se no mundo, reconhecer as suas referências, o seu território de origem, dialogar com as suas habilidades e limitações. Pudemos então confrontar as pedagogias que identificávamos em nossas experiências anteriores, fossem elas práticas, concretas, ou reféns de discursos opressores de um desejo criativo - esta mítica que muitas vezes trata de *fetichizar* a voz como um instrumento que não pode falhar e por vezes é silenciada.

Faz-se importante esta sinalização, uma vez que o trabalho docente e acadêmico, quando consolidado, muitas vezes se mostra endurecido, *impermeável* para outros olhares. A nossa proposta de um dueto pedagógico veio para deixar porosa e viva a presença desses condutores nas práticas artístico-pedagógicas daquele semestre, na UNIRIO, na relação entre a professora regular de uma disciplina de voz e o estagiário de doutorado desta mesma escola e universidade.

Nosso foco residia em manter um constante estado de conexão com o que vivenciamos no Seminário e jogar com o que já conhecíamos estar estabelecido em termos de metodologia prática, sem deixar de seguir em constante escuta com as urgências do mundo atual (como nos diz Krenak, já citado) e de cada voz-território que se juntaria a nós. E assim, tecer possibilidades para a pedagogia da voz na formação para artistas, mas que não estivessem atreladas somente ao sentido produtivista e mercadológico, que pudessem também ser um espaço de inquietude e cuidado de si.

Conhecer uma turma no início de um semestre é como o início de um processo de montagem com um elenco que ainda não está entrosado, não tem vivências e vocabulários comuns. Para nós, fazia sentido que o primeiro contato com estudantes de graduação daquele período estivesse repleto de espaços de escuta, acolhimento e a possibilidade de, desde o início, mostrar que tudo - desde os termos normalmente utilizados - que envolvesse voz, fala e canção, seria colocado em movimento, retirado de um pensamento do senso comum e olhado

com certo *estrangeirismo*, a fim de tecermos uma busca legítima na direção de um conhecimento encarnado. Ou seja, era-nos caro que a turma percebesse que traríamos para *corposvozes* as experiências de som e musicalidade, em vez de oferecer teorias e fórmulas sabidamente importantes.

Ao longo do curso, regendo em dueto a disciplina Voz no Teatro Musicado I, muito rapidamente encontramos convergências em nosso léxico de trabalho e, pela sintonia que já havíamos detectado anteriormente, esta comunicação se dava de modo muito afetivo e intercambiante, permitindo intervenções respeitosas e complementares durante as abordagens.

Um dos princípios fundadores do nosso trabalho em duo foi considerar os *inacabamentos da voz*, a voz como um rio caudaloso que recebe visitas de outras águas a todo instante, que ora está turvo, ora está cristalino e que, para o exercício de atuar – em cena e no mundo – não carece de ser perfeita, robótica. É também um trabalho sobre autoconhecimento, manutenção da sensibilidade e da potência criadora, uma vez que o trabalho *maquinal* da voz, já está sendo feito pelas IA's (Inteligências Artificiais).

III - Para se aproximar de uma canção

A importância de enunciar

É importante considerar, no estudo da voz cantada no teatro, que a canção é um campo de saber que além de seu elemento poético e artístico, carrega consigo uma riqueza de significados culturais, sociológicos e históricos. Ela, como objeto de prática e de estudo, pode nutrir a consciência sobre registros históricos, expressões de identidade cultural, veículos para saberes tradicionais e políticos e atuar como espelho de preocupações sociais. Aproximar-se de uma canção, vai além de aprender as suas notas e acordes, passa também pelo território de compreender as complexidades da condição humana e obter reverberações sobre a sua experiência plural e dinâmica.

Sendo assim, ao propor práticas cantadas, é importante não desconsiderar todo o campo associativo que pode suscitar uma canção. Trazê-lo para o jogo favorece a nutrição estética e imaginativa da formação dos/das alunas e pode promover uma consciência ética, ao mesmo tempo. Ou seja, uma enunciação da pessoa que canta, no espaço em que canta.

Investir em práticas que sustentem uma busca constante de referências pessoais e imaginários diversos e na relação dessas com a produção vocal, nos pareceu providencial para entender o caminho da matéria cantada para a construção de estruturas estéticas, como cenas, composições ou células performativas. Deste modo, os princípios passavam por expandir o estado de escuta que permite o contato com a história pessoal, com o corpo interlocutor e com o espaço da ação. A premissa visava assim, humanizar cada vez mais o ato de conduzir práticas vocais e também a forma como pesquisar a voz e suas vocalidades com o intuito de enunciar a pessoa que vocaliza.

Neste sentido, é importante sensibilizar a atenção para enunciados que habilitem a pessoa que vocaliza como ela é, um ser múltiplo, atravessado por múltiplas forças e que pode de certo modo, neste momento de estudo, diminuir as suas expectativas e desistir de uma excelência, uma vez que não sendo máquina, o seu corpo passará por interferências que nem sempre são controláveis.

Por exemplo, é usual em aulas práticas de teatro começar as atividades solicitando que a turma encontre um lugar no espaço e com o corpo alongado, deitado ao chão, que as pessoas estejam atentas à respiração. Uma das funções desta prática é gerar um estado de auto conexão, de voltar-se para si e liberar as interferências externas que de algum modo possam *perturbar* a atenção que o trabalho solicita. Contudo, nota-se que a tentativa muitas vezes é ilusória, posto que não somos tão programáveis assim e haverá pensamentos invadindo tal concentração, ainda que a busca por um estado meditativo seja desejada.

[...] um primeiro passo seria tomar exercícios meditativos não como procedimentos ou técnicas isoladas, mas como parte de uma estratégia de modificação de hábitos e modos de percepção que alteram nossa relação com o mundo e conosco mesmos, buscando uma apreensão mais aguda da realidade. Na tradição budista, a meditação é vista como parte de um processo de desenvolvimento de qualidades do corpo-mente que abrem espaço para insights transformadores do praticante. Neste sentido, ela se relaciona com uma questão importante para vários artistas contemporâneos: a relação arte-vida e as transformações dos modos de existência (Quilici, 2018, p.3).

Portanto, o que propomos é que não ignorem esses possíveis pensamentos invasivos, mas que tomem consciência de que focar nisso será uma fuga de propósito. E solicitamos que *como uma nuvem que chega e passa*, deixemos que passem. Enunciados como este habilitam a pessoa que está em prática a se entender como múltipla e não ignorar uma parte do que também constitui a sua voz: o pensamento, o espaço imaginativo, que também é criador de realidades.

Outro exemplo destes enunciados são as frases *sem pressa e sem preguiça*, utilizada por uma de nós, ou *tudo pode, menos qualquer coisa*, utilizada pela outra (voz). Também consideramos frases que habilitam, que abrem possibilidades. A primeira considera que você enquanto praticante pode tomar o seu tempo de descoberta, sem, contudo, esquecer que está em uma prática coletiva e que, portanto, precisará equilibrar o uso do tempo com o coletivo. A segunda valida que o processo de investigação é aberto, plural, agregador, mas que necessita de um filtro que avalia o que é necessário para aquele momento, para aquela atividade e exige de quem pratica uma tomada de decisão alinhada com o seu propósito.

Consideramos ainda que questionar os enunciados cânones para o trabalho vocal é extremamente importante, se queremos operar a partir de uma pedagogia mais integrativa, contracolonial, que reconheça diversidades e que esteja interessada em horizontalizar os saberes e não somente repetir o que já está cristalizado.

Fundar a voz na relação

Geralmente, nas disciplinas em que se trabalha a voz e sua expressividade, os recursos técnicos são colocados em prioridade e avaliados como requisito de adequação ou não adequação daquele *corpovoz*⁴ para um trabalho cantado. Notamos que existe um comportamento usual que privilegia este campo de saber sobre o que seria o espaço relacional da voz, termo utilizado pela pedagoga italiana Francesca Della Monica, que reconhece que os aspectos técnicos são importantes, mas não são suficientes para construir uma *zona de contágio* daquele/a que canta para aquele/a que assiste (Della Monica; Maletta, 2015).

Neste sentido, podemos investigar como trabalhar os princípios musicais fundantes da canção a partir da relação corpo x espaço e não somente a partir da relação matéria sonora x convencionalidade-racionalidade, ou seja, de acordo apenas com os códigos convencionados pelo campo da música.

Nesta ocasião, já nas primeiras aulas, a turma era convidada a vasculhar em seu repertório pessoal qual seria a compreensão que já possuíam sobre os elementos técnicos da canção, tais como melodia, ritmo, pulso, harmonia. Pedíamos que falassem livremente, sem julgamentos, sobre o que sabiam/imaginavam/tinham escutado sobre esses termos/conceitos.

⁴ As vozes autoras optam por usar o termo *corpovoz* em vez de corpo e voz em separado, para destacar a interconexão indissociável entre essas duas dimensões.

E, à medida que a partilha avançava, a condução trazia noções estabelecidas e provocações práticas para experimentá-las. Nesta abordagem, é o corpo integrado que vivencia tais princípios, experimenta as sensações encarnadas e, assim, aprende a se perguntar quando algo não funciona dentro da variedade de entendimentos que as palavras como pulso, ritmo, tonalidade, melodia, harmonia, letra, etc, podem suscitar. Como por exemplo, quando a Profa. Letícia Carvalho costuma dizer em suas aulas: “Chamamos esta determinada nota de ‘dó’ porque em algum momento alguém convencionou que este som, a partir da sua frequência, deveria se chamar assim. É um acordo.”

Havia uma preocupação na condução de questionar as palavras que, em um vocabulário comum, foram sendo convencionadas no trato pedagógico e artístico da canção. A partir de qual processo eu posso definir o conceito de pulso musical? Através de uma frase memorizada ou corporificando este conhecimento? Situar a turma em uma roda, provocá-los/las a bater os pés de forma sincrônica e evocar o imaginário de uma prática, por exemplo, pode me ajudar a explicar-experienciar o que é o pulso de uma canção?

Um caminho para isso seria fazer associações e convidar que cada estudante pudesse fazer as suas referências sobre os conceitos abordados e, coletivamente, a turma encontrasse um denominador comum para unir vocabulário, definição e integração da cognição racional com os outros impulsos deste corpo que cria.

Isso não tem a ver com isentar-se de oferecer ao grupo noções claras, mas com estimular o pensamento através do ato praticado, contando também com o que chamamos de memória corporal. Tal como fazem as Mulheres Cantadeiras do Vale do Jequitinhonha em Minas Gerais⁵, que cantam e fazem abertura de vozes – artifício tido no campo da música como prática refinada – sem terem estudado em uma aula formal de canto os conceitos de melodia ou harmonia.

Trata-se de elaborar, enquanto docentes, modos de condução que estejam visando uma construção de saber que seja plural, integrada com as territorialidades e que vise uma enunciação de si que não se encerra em termos e conceitos, mas que se firma no fazer prático. Traremos a seguir algumas de nossas experimentações neste sentido.

⁵ Documento de acesso exclusivo em meio eletrônico (Mulheres do Jequitinhonha, 2024).

Atuar nas muitas vozes de nós

A partir dos relatos e princípios divididos nesta partilha textual, que segue nos alimentando para abrir imaginários sobre o que é a construção vocal do sujeito e sobre o que mais pode provocar o profissional da voz e da cena, para além da técnica estigmatizada, trazemos abaixo alguns exercícios que referenciam como conectamos nossas práticas durante este período de dueto pedagógico, sem deixar de considerar as águas passadas, mas mirando em afluências futuras.

Nos encontros daquele semestre, as aulas sempre começavam com uma prática em roda, que batizamos de *Roda dos Nomes* e, aos poucos, se tornava um rito de cumplicidade e trabalho coletivo. A noção de horizontalização sempre esteve presente. A primeira prática consistia em bater as palmas das próprias mãos e logo depois encontrar as palmas das pessoas que estão a seu lado, criando um pulso constante de som de palmas. Em sentido horário da roda e quando as mãos do/da jogador/a encontram as mãos das pessoas nas laterais, cada um/a diz seu próprio nome em voz alta, um/a por vez. Na segunda rodada, sem que haja pausa, todos/as chamam cada nome da roda a *uma só voz*. Trata-se de uma preparação de *corpovoz* para a aula e, também, uma ação de integração, de mobilizar a atenção para o ato de realizar algo coletivamente. O ato de *chamar o nome* de cada integrante da roda, convoca também a pessoa para participar daquele acontecimento, construindo-o coletivamente.

O exercício do Nicolás

Nas primeiras do curso, um estudante - chamado Nicolás - questionou se era correto 'imitar' as vozes e o jeito de cantar dos/das intérpretes que ele admirava. Foi, na ocasião, um ótimo mote para uma discussão acerca da imitação, do cantar junto e de precisar (ou não) buscar um jeito próprio de cantar. Os comentários das pessoas presentes, apontavam para algo como a necessidade de ter alguma identidade vocal.

Foi então proposto à turma que cada pessoa trouxesse uma canção que conhecesse relativamente bem para, em sala de aula, cantar junto com a gravação, buscando reproduzir o máximo de detalhes que aquela voz estaria mostrando. Colocávamos então a canção para

tocar numa caixinha de som e foi curioso ver como cada pessoa estabelecia uma relação própria com esta fonte sonora.

Algumas pessoas ficavam com a caixa de som em mãos, próxima ao ouvido. Outras deixavam a caixa bem à sua frente mas sem segurá-la. Ainda havia as pessoas que colocavam a fonte sonora atrás de si. Sem exceção, assistimos pessoas estabelecendo uma abertura da escuta (Carvalho, 2019) que fez surgir sonoridades vocais e também movimentações corporais (mesmo bastante sutis) diferentes das que conhecíamos, cotidianamente, naqueles corposvozes.

Há uma ativação de uma *atitude vocal* específica quando a/o cantante encontra uma brecha no território vocal já construído pela/o intérprete original e começa a se permitir *revelar-se*. À princípio, a atenção está completamente voltada para esta ação que é imitar, mimetizar a canção nos mínimos detalhes. Aos poucos, com a segurança, o terreno firme, os pés bem calçados na canção e na situação que cantar sendo vista/o exige, a pessoa que soa a canção entrega-se para a atividade, rompe com o bloqueio de buscar apenas acertar parâmetros técnicos, pois tem ali ao lado, de mãos dadas, a canção escolhida, um caminho já conhecido, uma aventura prazerosa para encampar. E sem se dar conta, começa a trazer pequenos impulsos corporais de relaxamento, que destacam a espontaneidade de sua expressividade. Foi bastante surpreendente constatar que a grande maioria das pessoas que experimentaram a atividade, trouxeram – sem deixar de dialogar com a gravação – nuances e cores variadas para o espaço.

Uma espécie de *soltura comprometida* acontece, sem se desconectar da tarefa, mas trazendo uma pulsão de vida, um encantamento, um imã para quem assiste e também para quem faz, já que esta imantação vai permitir que a/o cantante desfrute de suas descobertas, gere espaços de contentamento enquanto habita a canção e deixe que suas vozes à visitem.

Além do que testemunhamos acontecer nos instantes em que a canção era reproduzida e, simultaneamente, cantada pelo/a estudante, foi possível abordar a questão do que comumente é chamado de *identidade vocal*, aquilo que deveria ser singular de cada voz/pessoa. Algo como um grão imutável e inato, a grande joia a ser descoberta pelo/a artista. Com a prática deste que chamamos de *Exercício do Nicolas*, fica claro que somos capazes de *organizar*, em alguma medida, as sonoridades de nossas vozes – de nosso canto – para experimentar uma

ou outra forma de emissão. E somos, portanto, passíveis de escolha em relação a essa identidade vocal que pode, inclusive, ser modificada, transformada, re-organizada de acordo com o desejo do/a artista a cada momento de sua vida, a cada obra a ser interpretada, a cada trecho a ser vocalizado.

Sem pressa e sem preguiça tudo pode, menos qualquer coisa

Nesta seção do texto, optamos por apresentar cada voz deste duo, em separado. Sendo assim, as localizaremos como Voz 1 e Voz 2, a partir das notas de rodapé. Para não perdermos o desejo de nos mantermos próximos a você que lê, utilizaremos a primeira pessoa, que como compôs Gilberto Gil (2006), “soa como eu sou”.

Voz 1⁶

Algumas questões têm sido fundamentais no meu trabalho investigativo com a voz, no intuito de localizar o sujeito em seu *território vocal*, algumas delas, pude trabalhar neste dueto pedagógico. São elas: o que é voz para você? Como você reconhece a sua voz hoje? (Relatos, traumas, qualidades, defeitos). Quais aspectos moldaram/moldam o seu território vocal? (Relatos de escola técnica, experiências em família, na escola ou em grupo.) Como você deseja a sua voz? O que te dizem sobre a sua voz?

Os princípios que estavam sendo investigados durante as ações que menciono acima eram: produção vocal a partir do estado de contato, espaço relacional, propósito/compromisso, atitude no mundo/protagonismo na sua narrativa e engajamento ético. Questionava-me durante a observação da turma, como seria importante manter, mesmo em exercícios mais técnicos, tais noções.

Perguntava-me também sobre como seria trabalhar a voz em uma aula que não é de voz. E porque convenciamos que estudar a voz é uma necessidade apenas de atores e cantores e não de outros profissionais da voz como os professores de educação básica que apresentam constantemente questões e enfermidades no trato vocal. Para além do uso técnico, não seria a voz, a nossa possibilidade simbólica de se enunciar no mundo?

⁶ Carlos Henrique Barto.

O que me parece urgente nas aulas de voz (e de teatro em geral) é abrir espaço para o reconhecimento do território pessoal, para firmar o chão antes de começar a caminhar. A exigência a que estamos submetidos de vislumbrar a virtuosidade antes de se reconhecer é bastante daninha e trato disso em minha dissertação *Território Inseguro: Práticas para um canto relacional na formação vocal do ator* (Barto Júnior, 2020), quando menciono o modo de conduzir uma aula de voz que muitas vezes bloqueia o/a aluno/a ao invés de liberá-lo/a para a expressão.

Não se trata de ser anti técnica, mas sim de reinterpretar a palavra técnica – modo de fazer, procedimento. Logo, há muitos modos de chegar em um *resultado*. Não necessariamente decorando as notas musicais, não necessariamente sabendo nomear os intervalos entre as notas ou entendendo fisiologicamente que as pregas vocais quando estão mais relaxadas geram sons graves e quando estão estiradas geram sons agudos.

O que quero registrar aqui é que há muitas formas de se aproximar da canção e, logo, de se conectar com a consciência vocal para o trabalho de criação cênica. Enquanto professores, condutores de um processo de descobertas, cabe a nós entendermos de que forma cada pessoa acessa este imaginário, essas nomenclaturas. Cabe a nós fertilizar estes imaginários para que cada pessoa busque o seu modo de se conectar com este trabalho autônomo e possa acessá-lo no momento em que lhe for necessário.

Por isso defendo a ideia de que as atividades, ações, exercícios ou práticas vocais devem estar sempre conectadas à premissa de autonomia ou protagonismo, mas não em um lugar de performance do ego, e sim em um sentido de refletir sobre ser, sobre se posicionar, sobre encontrar na voz um lugar para enunciar a sua existência no mundo e ser, cada quem, a pessoa capaz de defender a sua própria narrativa e de encontrar no trabalho artístico uma função a ser investigada. Realizar a voz no espaço, deixá-la acontecer, a partir de parâmetros ou de descobertas, mas sem necessariamente exigir a todo custo sintonizar-se com o discurso canônico ou unilateral.

Com isso me refiro a estas vozes que vamos reproduzindo ao longo de nossas trajetórias enquanto profissionais da voz. Essas vozes muitas vezes são vozes de controle e reforçam este lugar de não alcançado. Minha voz precisa ser bela, afinada, interessante? Depende da proposta e do propósito.

E se trocarmos estes adjetivos por: voz consciente, autônoma, emancipada, porosa, disponível? Talvez trabalhando sob essa ótica, cheguemos, inclusive no estabelecido como

resultado satisfatório, porque ocorre um processo de habilitação a partir da experimentação, do autoconhecimento.

Junto ao estado de construir confiança, está também a possibilidade de pensar em uma *pré-voz*, que seria entender de onde fala essa voz e qual é o contentamento gerado por contar com esta possibilidade de manifestá-la no mundo.

É por isso que no primeiro momento que tive contato com a turma referida neste texto, indaguei-os/as perguntando o que é voz, como vocês a vêem e como gostariam que ela fosse. No intuito de tomar consciência sobre este *território vocal* que é movido por muitas forças distintas e que conta com muitas sutilezas, particularidades, bloqueios, traumas, enfim, vida e movimento.

Ao final do semestre, retornei com as perguntas à turma. Até aqui, houve mudanças? Houve alterações na escuta? Como está a relação da sua voz consigo mesmo, com a outra pessoa, com o texto, com a canção, com outro instrumento musical? Respondo tais questões com a frase de uma das alunas, que na ocasião tomei nota em meu caderno. Ela diz o seguinte: “Perguntar sobre a minha voz, me localizou de dentro para fora. E o que está dentro está em jogo e em relação com o que está fora”. Não seria este o processo de produção vocal? Ar que enche os pulmões e ao retornar pela traqueia, encontra a palavra gerada pelo cérebro e produz as mais diversas formas na língua, nos lábios e nos dentes?

A dimensão somática aqui reside em considerar que a voz como elemento de estudo é a integração de diversas outras pesquisas *sobre si*, não necessariamente iniciadas no campo artístico, neste caso teatral ou musical, mas também em campos como o espaço social, cultural e relacional de cada corpo. Isso nos possibilita *olhar para a voz*, algo que não se vê, e escanear os seus processos de formação, para além dos sentidos acústicos e biológicos.

Esta atitude de pesquisa *sobre si*, além de somática, age de forma contracolonial, já que se fundamenta em práticas contra hegemônicas, como o ato de pensar *sobre si* dentro de coletividades, a partir das multiplicidades históricas, políticas e sociais de cada território, elaborando estas vozes desde suas *pré-vozes* até à sua produção e uso.

Voz 2⁷

O processo em uma sala de aula do curso de Bacharelado em Atuação Cênica para lidar com o ensino-aprendizagem de voz e canto traz inúmeros questionamentos sobre possibilidades além de dogmas e conceitos do campo estritamente musical. A vivência musical - seja num contexto mais formal ou mesmo num ambiente mais íntimo, familiar - de cada pessoa que frequenta o curso é bastante distinta. Enquanto algumas nunca estiveram nem perto de algum instrumento musical, outras conviveram com aulas formais de teoria musical, canto e/ou técnicas de instrumentos desde pequenas. Cada turma é um universo de possibilidades. Assim como cada pessoa o é.

Particularmente, vim de uma trajetória no campo da música onde tive acesso ao conhecimento formal de teoria e instrumentos, assim como de técnicas de canto. E, como artista da cena - onde são muitos os vetores que se atualizam constantemente -, percebia que faltava algo para integrar as informações racionais com tudo o que eu sentia, no meu corpo, ao cantar. Fosse em cena ou não.

Sendo assim, ao lidar como condutora de processos expressivos com *corposvozes* de jovens que escolheram estudar Artes Cênicas, entendi que o conhecimento racional das regras musicais não poderia estar dissociado da experiência encarnada das sensações que a vivência musical suscita. E fui procurando entender quais tipos de práticas trariam a possibilidade de que fossem experimentadas de forma integrada, sem hierarquização.

A proximidade com práticas somáticas já estabelecidas - como o GDS⁸, Técnica de Alexander⁹ e métodos como o de Angel Vianna¹⁰ e também o Método Herz¹¹ - me faziam acreditar que o pensamento integrado poderia ser possível no ensino/aprendizagem de voz e canto. E foi na prática pedagógica, ao longo dos últimos 20 anos em salas de aula, salas de ensaio e/ou em estúdios de gravação (de áudio ou audiovisual), que percebi que a integração

⁷ Leticia Carvalho.

⁸ Método criado nos anos 60 pela fisioterapeuta e osteopata belga Godelieve Denys Struyf, focado na leitura precisa do gesto, da postura e das formas do corpo.

⁹ Desenvolvida no final do século XIX por Frederick Matthias Alexander (1869-1955), um ator australiano renomado, para lidar com problemas de voz e respiração em função de suas constantes apresentações teatrais.

¹⁰ Método criado pela bailarina, coreógrafa e pesquisadora do movimento Angel Vianna (Belo Horizonte, 1928) que propõe que a consciência corporal seja conquistada em primeira instância, para que então a dança possa acontecer.

¹¹ Método criado pela cantora, professora e pesquisadora de voz Angela Herz, que traz uma sistematização de ressonâncias da voz a serem trabalhadas, cada uma, isoladamente e com especial atenção à escuta do som que trazem e às modificações que cada sonoridade traz como experiência ao corpo.

das sensações - corporais-vocais-rationais-musicais - é que trazia a possibilidade de um conhecimento encarnado, capaz de modificar a experiência de estar no mundo, a cada pessoa.

Neste dueto pedagógico que se estabeleceu em 2023, nos propusemos a perceber a expressão como única em cada *corpovoz*. E permeada por vetores de todas as naturezas que atravessam o indivíduo: corporal, mental, emocional, energética e espiritual. Assim, fomos conhecendo, investigando, provocando aqueles/as jovens que nos confiaram suas possibilidades expressivas sonoras e/ou cinéticas, cênicas ou não, numa grande dança somática-performativa.

Saliento que o uso desse novo termo híbrido – “somático-performativo” - não decorre da busca por inventar um novo paradigma ou modelo a ser seguido. Muito pelo contrário, surge de uma necessidade real de diluir fronteiras entre campos artificialmente separados que atrapalham o fluxo da vida, da arte e da pesquisa. Assim, essa terminologia busca legitimar uma abordagem aberta, inclusiva e em constante transformação. Apesar de trazer o conforto da aceitação, essa abordagem propõe o desafio como estímulo ao crescimento ou mudança, tanto quanto o fazem a educação somática, a dança-teatro e a performance. A Pesquisa Somático Performativa fundamenta-se na educação somática e na performance para criar um arcabouço das artes cênicas para as artes cênicas, em diálogo ilimitado com outras áreas do conhecimento (Fernandes, 2012, p. 82).

Em consonância com o que nos traz Fernandes na citação acima, a mostra das cenas finais da disciplina Voz no Teatro Musicado I, no semestre em questão, nos trouxe um grande leque de estéticas de encenação. A proposta pedagógica era a de que houvesse música cantada em alguma célula criativa. Daí surgiram brincadeiras com neologismos que tentassem dar conta do que estava sendo solicitado, dado que o nome *cena* parece trazer, em si, uma determinada forma já conhecida.

Sugestões de nomes como *célula performativa*, *proposta de encenação*, *cênula* (mistura de cena com célula), habitaram as possibilidades de desconstrução de um pensamento encapsulado em propostas colonizadas de expressão cênica.

Dentre as apresentações tivemos cortejos cantados pelos jardins da universidade, cenas com canções do universo do teatro musical americano, uma performance que misturava cores e sons - intitulada *que cor tem esse som?*

Que as reverberações dessas vozes continuem nos próximos semestres letivos, mesmo que o estagiário, agora, já esteja em novos cantos. E que aqueles/as estudantes, artistas, levem consigo a experiência de que o canto pode trazer inúmeras possibilidades, potencializando sensações, relações, espaços internos e externos.

REVERBERAÇÕES FINAIS

Ao conduzir uma aula de práticas vocais em um curso de teatro, é importante notar quais são as reais condições e o que elas permitirão atingir. Um semestre é um tempo bastante curto para desenvolver técnicas de uma estética lírica¹² ou *belting*¹³ por exemplo, com uma turma de 30 alunos.

Então, o que percebemos estar dentro da possibilidade real, é despertar para a consciência e a experimentação da voz, bem como o entendimento de que a vocalidade ou o território que se constrói a partir da voz, é gerador de conhecimento, posto que parte de um sem fim de referências estéticas, sociais, culturais e históricas e isso precisa ser considerado, mais do que desenhar a voz como dentro de um molde pré-estabelecido pelo mercado.

Cada aluna, cada aluno, depois de experimentar e conhecer as múltiplas possibilidades vocais para o trabalho criativo, poderá eleger a estética que lhe convier, a necessidade de um estudo específico surgirá mediante o trabalho proposto seja por uma montagem, seja por um produto.

Em espaços de trabalho como estes, onde a voz é muitas vezes vista como objeto que precisa estar organizado para funcionar de acordo com um parâmetro - uma noção instrumental, da qual buscamos nos afastar -, é importante se perguntar: *O que é estar organizado/a para cantar?* Para além de alinhar a coluna, perceber o movimento diafragmático, há *outros vetores* que precisam estar organizados. E um deles, talvez o mais importante, é o espaço de confiança, o espaço relacional entre professor/a, aluno/a e companheiros/as e territórios.

Estar à vontade, se sentir acolhido/a, perceber que todos/as estão em processo, compartilhar dúvidas. Parece óbvio, mas muitas vezes o processo de trabalho com a voz ignora estes princípios por estar muito direcionado ao acerto técnico, musical.

Parece que o que tem nos movido é a interrogante multidisciplinar de como cantar uma canção ajuda a elaborar a pessoa que canta? A construir a sua narrativa, a afirmar seus imaginários na própria vida. As múltiplas ficções e fricções a que vamos nos fixando no dia a dia e que nos ajudam a entender nossos propósitos, dar sentido aos nossos desejos e manter a nossa pulsão de vida (Freud, 2010).

¹² Encontrada nas óperas.

¹³ Encontrada nos musicais anglófonos.

Nota-se que para se aproximar de uma canção, (entendendo canção como obra, como narrativa, como composição e logo, como expressão de subjetividades) antes de entender as suas dificuldades técnicas, é preciso estar aberto para a relação. Como se a canção fosse também uma pessoa que joga, um organismo vivo que pergunta e quer resposta, que lida com o tempo e também com o espaço. Que afeta.

É mesmo a noção de jogo (Pereira, 2018) um dos princípios fundantes para trabalhar a voz. Quando a aula de voz é apenas uma repetição de exercícios unilaterais que não permitem este estado de porosidade, de inacabamento, de incerteza, a própria prática se cristaliza em si mesma, é repetitiva, pode produzir resultados musculares, mas reduz a possibilidade de fertilidade imaginativa. E pode facilmente se perder quando outros fatores, previsíveis ou não, invadem essa complexidade que chamamos *pessoa*.

Pode-se citar como exemplo a grande diferença entre ir a uma academia e trabalhar com os halteres e pesos ou ir a uma aula de dança. A ludicidade, o campo associativo de imaginários possíveis é ativado a partir de atividades que exigem da pessoa convocar a sua criatividade. Se não há nada para ser criado, se a receita já está pronta e a série e sua repetição não te exigirão mais do que executar movimentos, naturalmente o seu nível de relação com a autonomia (vocal, no que estamos pensando aqui), com a criação de subjetividades, será outro. Manifestar-se através da voz é sempre sobre enfrentamentos. Sejam eles técnicos, estéticos, políticos ou poéticos.



Arquivo pessoal. O estagiário conduz a prática *Cantar a pessoa*

Referências

- BARTO JÚNIOR, Carlos Henrique. **Território Inseguro: Práticas para um canto relacional na formação vocal do ator**. Minas Gerais: PPGAC da Universidade Federal de São João del Rei, 2020. Dissertação (Mestrado em Artes da Cena).
- CARVALHO, Leticia. **Um Canto que é Escuta**. Rio de Janeiro: Synergia, 2019.
- CARVALHO, Leticia. O Método Herz de Técnica Vocal: os primeiros movimentos de uma pesquisa. *Voz e Cena*, v. 1, n. 01, pp. 22–32, 2020. DOI: 10.26512/vozcen.vli01.31548. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/article/view/31548>.
- CHION, Michel. **A audiovisão: som e imagem no cinema**. Lisboa: Texto & Grafia, 2011.
- FERNANDES, Ciane. **Movimento e Memória: manifesto da pesquisa Somático-Performativa**. Anais Eletrônicos Portal Abrace, Anais do VII Congresso da ABRACE. Porto Alegre, 2012. Disponível em: http://www.portalabrace.org/viicongresso/completos/territorios/Ciane_Fernandes_-_Movimento_e_Mem_ria.pdf. Acesso em: 16/05/2024
- FREUD, Sigmund. **Além do princípio do prazer**. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.
- GIL, Gilberto. **O som da pessoa**. Compositor: Gilberto Gil e Bené Fonteles. In: Gil Luminoso. Biscoito fino, 2006. Spotify (1:25)
- KRENAK, Ailton. **Ideias para adiar o fim do mundo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.
- MALETTA, Ernani; MONICA, Francesca della. **Os espaços que promovem uma dramaturgia da ação vocal**. Revista do Programa de Pós-graduação em Arte da UnB, Brasília, v. 14, n. 1, jan./jun. 2015.
- MULHERES DO JEQUITINHONHA. **Vale do Jequitinhonha**. 7 mai. 2024. Instagram @mulheresdojequitinhonha. Disponível em <https://www.instagram.com/p/C6q9xTnOHSS/>. Acesso: 20 de maio de 2024.
- PEREIRA, Eugênio Tadeu. **Práticas lúdicas na formação vocal em teatro**. 2a. ed. São Paulo: Hucitec, 2019.
- QUILICI, Cassiano Sydow. **Artes performativas, modos de percepção e práticas contemplativas**. PÓS:Revista do Programa de Pós-graduação em Artes da EBA/UFMG. v.8, n.15: mai.2018. Disponível em <https://eba.ufmg.br/revistapos>
- SANTOS, Milton. **Por uma outra globalização: do pensamento único à consciência universal**. 13. ed. Rio de Janeiro: Record, 2006.

Artigo recebido em 30/06/2024 e aprovado em 21/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54582>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Carlos Henrique Barto Júnior - Ator, cantor, professor de teatro e pesquisador. Doutorando em Artes Cênicas pelo Programa de Pós Graduação em Artes da Cena na Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro -RJ. Doutorando Sanduíche/ CAPES na Universidad de la República em Montevideo - Uruguay, pela Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades. Mestre em Artes da Cena pelo Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal de São João del Rei (UFSJ). Licenciado e bacharel em Teatro pela UFSJ, com extensão na Universidad Mayor - Chile e formado no Curso de Preparação para Atores da Cia. Teatro da Pedra, credenciado pelo SATED -MG. Tutor no Curso de Licenciatura em Teatro da Universidade Federal da Bahia. Integra o Grupo de Pesquisa Filosofia Pop - Tecnologias Digitais da Voz nas Artes e na Filosofia na UNIRIO e também, como colaborador externo, o grupo de pesquisa e extensão CASA ABERTA - Música, Memória e Formação do Ator (UFSJ-MG). Desenvolve sua linha de investigação sobre voz, vocalidades e territorialidades, tendo como perspectiva os seus "modos de fazer" e "modos de existir". kaikebq@hotmail.com .

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4876479255263110>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8456-3318>

ⁱⁱ Leticia Carvalho - Professora do Departamento de Interpretação da UNIRIO desde 2017. Doutoranda do PPGAC/UNIRIO, Mestre em Artes Cênicas pela mesma instituição, com a dissertação "Um Canto que é escuta: uma investigação da unidade corpo/voz no ator que canta". Possui pós-graduação Latu Sensu em Sociologia e Cultura pela PUC-Rio e graduação em Comunicação Social habilitação Jornalismo pelas Faculdades Integradas Hélio Alonso. Área de atuação e interesse: o ensino/aprendizagem e a performance da voz falada e cantada. Atua como cantora e preparadora vocal de cantoras, cantores, atrizes, atores e espetáculos teatrais. leticia.moura@unirio.br .

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9006498635375667>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8355-8979>

ⁱⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



corpoVoz_espço: a arte do corpo vivo com som e movimento

Edith Marlis de Camargo Mosbergerⁱ

Ana Paula Dassie-Leiteⁱⁱ

Robson Rossetoⁱⁱⁱ

Universidade Estadual do Paraná - UNESPAR, Paranavaí/PR, Brasil^{iv}

Resumo - corpoVoz_espço: a arte do corpo vivo com som e movimento

Este artigo parte das reflexões de uma pesquisa de mestrado em andamento, cujo objetivo é investigar o desenvolvimento da voz para a cena, por meio da integração de três eixos principais: a abordagem somática BMCsm (Body-Mind Centeringsm) como ferramenta para a estruturação corporal e conhecimento anatômico experienciado, a Pedagogia e Fisiologia Vocal, e o jogo improvisacional em coro, denominado “Campo de Visão”. A pesquisa visa à integração, à criatividade e ao desenvolvimento de habilidades corpoVocais, com especial atenção à singularidade e os processos criativos dos artistas.

Palavras-chave: Voz em cena. Integração. Somática. Campo de Visão. Criatividade.

Abstract - bodyVoice_space: the art of the living body with sound and movement

This article is part of the reflections of an ongoing master's research project, which aims to investigate voice training for the stage, by integrating three main axes: the BMCsm (Body-Mind Centeringsm) somatic approach as a tool for body structuring and experienced anatomical knowledge, Vocal Pedagogy and Physiology, and the improvisational choir game “Campo de Visão” (Field of Vision). This research project seeks integration, creativity and bodyVoice skill development, with special attention to the uniqueness and creative processes of the artists.

Keywords: Voice on stage. Integration. Somatics. Campo de Visão (Field of Vision). Creativity.

Resumen - cuerpoVoz_espacio: el arte del cuerpo vivo con sonido y movimiento

Este artículo forma parte de las reflexiones de un proyecto de investigación de maestría en curso, cuyo objetivo es investigar el desarrollo de la voz para la escena, mediante la integración de tres ejes principales: el enfoque somático BMCsm (Body-Mind Centeringsm) como herramienta para la estructuración corporal y el conocimiento anatómico sentido, la Pedagogía y Fisiología Vocales, y el juego de improvisación en coral “Campo de Visão” (Campo de Visión). La investigación busca la integración, la creatividad y el desarrollo de habilidades cuerpoVoz, con especial atención a la singularidad y los procesos creativos de los artistas.

Palabras clave: Voz en escena. Integración. Somática. Campo de Visão (Campo de Visión). Creatividad.

Introdução

A única constante na voz é seu caráter variável e irregular. (Davini, 2019, p. 103)

Este artigo busca refletir sobre ideias pedagógicas que conduzem ao desenvolvimento da corpoVoz¹ individualizado no processo formativo das dos artistas da cena, integrando arte, criatividade, educação, saúde e aspectos filosóficos. Como acessar e explorar as infinitas possibilidades da expressão vocal, vocalidades e sonoridades tanto no âmbito individual quanto no coletivo de maneira criativa e segura? O caráter híbrido dos espetáculos cênicos e a enorme diversidade no campo das performances e acontecimentos artísticos que vêm surgindo nas últimas décadas fazem crescer a demanda de interpretações e atuações específicas. A interdisciplinaridade é uma constante; bailarinas.os e atrizes.atores cantam, performers dançam e falam, musicistas e músicos atuam. Em muitas montagens cênicas na atualidade, a classificação artística não se define facilmente. A necessidade de uma preparação corpoVocal específica para cada projeto artístico se torna evidente, assim como a busca por novos caminhos pedagógicos participativos. Apesar da grande quantidade de estudos sobre as técnicas da voz falada e cantada, é necessário expandir o campo de exploração do corpo em relação à voz e ao espaço, para que o conhecimento em torno da voz em cena possa, literalmente, ganhar cada vez mais corpo.

A partir do Campo de Visão, sistema de improvisação em coro criado e desenvolvido por Marcelo Ramos Lazzaratto² na Cia. Elevador de Teatro Panorâmco, este artigo derivado de uma pesquisa mais abrangente³, pretende investigar a possibilidade de usar o jogo improvisacional em coro Campo de Visão como dispositivo para desenvolver a criatividade e habilidades corpoVocais para a cena, além de fomentar conteúdo e suporte para as.os artistas no tema corpoVoz_espaco⁴. Nesta investigação propomos o Campo de Visão como método

¹ Termo criado por Edith de Camargo, autora deste artigo, como proposição da voz enquanto produção vocal corporal.

² Lazzaratto é graduado em Interpretação pela USP e doutor pelo Instituto de Artes da Unicamp, onde é professor. Publicou os livros *Campo de Visão: exercício e linguagem cênica* (2011) e *Campo de Visão: um exercício de alteridades* (2022).

³ Pesquisa de mestrado de Edith de Camargo, sob orientação de Robson Rosseto e Ana Paula Dassie-Leite, na Universidade Estadual do Paraná - UNESPAR.

⁴ Termo criado por Edith de Camargo, autora deste artigo, para abarcar a voz enquanto produção vocal corporal, incluindo o fenômeno acústico do som da voz e as camadas relacionadas a expressão corpoVocal.

para pesquisar o potencial sonoro e de vocalidades individualmente e no coletivo. A proposta busca oferecer às/os estudantes das artes do corpo e da voz um aprendizado híbrido que estimula a construção de um pensamento prático-teórico corpoVocal, transcendendo a dicotomia entre corpo e voz que perdurou por muitos anos. O presente artigo se propõe contribuir para as pesquisas da área sobre Campo de Visão, na medida em que acrescenta reflexões sobre a voz, de um modo não só prático⁵, como também técnico.

O tripé fundante, composto pelo Campo de Visão, BMC e Pedagogia Vocal, integra ética, estética, poesia, experiência, e técnica. Seu propósito é valorizar a expressão corpoVocal das/os estudantes e capacitá-las/os a fazer escolhas tanto na expressão corpoVocal, como na definição estética de seus estilos de atuação. De acordo com Davini (2019), é preciso fugir de um campo de formação que atribui o êxito das/os alunas/os à habilidade de reproduzir estilos interpretativos antigos ou com fortes referências estilísticas coloniais, como por exemplo a tradição do teatro shakespeariano para atrizes e atores. Segundo ela, muitas formas experimentais de criação livre têm surgido nos últimos anos, porém muitas carecem de sistematização do conhecimento. “De fato, os modelos estabelecidos em relação à produção da voz e da palavra, aceitos e eficientes durante décadas, pareciam ter-se tornado ineficazes” (Davini, 2019, pp. 113-114). Segundo Davini, por falta de um registro sistemático consistente, os supostos novos estilos e sua originalidade tornam-se bastante discutíveis. Davini também identifica problemas nas propostas com perfis exploratórios, porque estas carecem de reformulação adequada e, muitas vezes, perdem-se em um trajeto circular. Porém, ela enxerga um caminho equilibrado:

É possível pensar em uma terceira tendência que, implementando um referencial técnico independente de qualquer opção estética prévia, aponte para a flexibilização dos recursos do corpo na performance. Possibilitando modos de atuação fluidos, que não contrariem ou sobrecarreguem a produção da voz e da palavra na performance, esta tendência objetiva um domínio técnico que, em lugar de se orientar para a reprodução de estilos, propicia a configuração de novos lugares de vocalidade e de mecanismos de controle da produção de sentido em cena (Davini, 2019, p. 115).

Em consonância com a ideia de Davini sobre modos de atuação fluidos e experimentação vocal, o Campo de Visão, juntamente com o suporte das vivências corporalizadas do BMCsm, oferece um espaço aberto para explorar novas dimensões de corpo, voz, movimento e gesto, permitindo o desenvolvimento de uma prática corpoVocal que

⁵ Edith de Camargo, que configura na autoria deste artigo, desenvolve seu conceito de corpoVoz e corpoVoz_espaco tendo também como referência sua prática de mais de 25 anos de atuação como artista, educadora, pedagoga vocal, na qual integrou a abordagem somática BMCsm (Body-Mind Centeringsm)⁵.

abrange expansão tanto no âmbito da pesquisa de repertório, quanto na corporalização de conteúdo teórico-técnico. Aqui emerge um ambiente fértil de experiência, aprendizado e integração.

A pesquisa prática-teórica corpoVoz_espço apresenta três eixos fundantes, conforme apresentado abaixo.

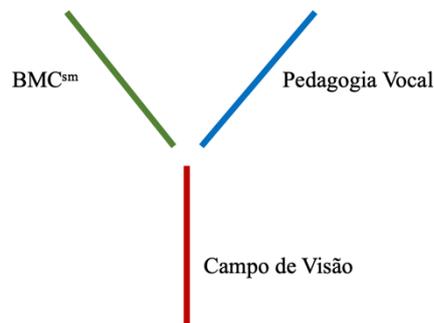


Figura 1 - Tripé fundador da pesquisa

Fonte: Ideograma criado pela autora Edith de Camargo, 2023.

A prática do Campo de Visão, junto da metodologia de aprendizagem somática BMCsm para o estudo da corporeidade e estruturação corpoVocal (evidenciando a anatomia e fisiologia experienciada), e a pedagogia e acústica vocal encontram-se na experiência da percepção que se dá através das modalidades sensoriais, principalmente auditiva, visual, motora, e somato-sensitiva. Essa abordagem se desenvolve através das sensações, ou seja, pela experiência de si mesmo, sem desconsiderar o mundo ao redor. O BMCsm valoriza a diversidade de corpos e não ambiciona homogeneizá-los, ao contrário de outras práticas, o que é de extrema importância no estudo da corpoVoz_espço, onde a autopoiesis (Maturana; Varela Garcia; Acuña Llorens, 1997)⁶ é um pressuposto. É fundamental que cada pessoa seja acolhida com suas características e peculiaridades pessoais, culturais e de gênero.

Diferente de outras abordagens somáticas, o *Body Mind Centering* não propõe um método centrado em exercícios corporais codificados, através dos quais se operaria uma reorganização do corpo na direção de um uso sensorio-motor mais adequado previamente estabelecido. Trata-se aqui de uma aprendizagem eminentemente experimental através da qual o corpo compreendido em sua ontogênese perpétua explora os seus próprios meios de constituição tanto materiais e energéticos, quanto formais. Esta aprendizagem ocorre por meio da focalização senso-perceptiva sobre uma ou várias estruturas anátomo-fisiológicas (regiões teciduais constitutivas da matéria-corpo em sua pluralidade) implicadas num movimento determinado e em relação com o meio circundante (Lima, 2017, p. 169).

⁶ Autopoiese ou autopoiesis (do grego auto “próprio”, poiesis “criação”) é um termo criado na década de 1970 pelos biólogos e filósofos chilenos Francisco Varela e Humberto Maturana para designar a capacidade dos seres vivos de produzirem a si próprios (Maturana; Varela Garcia; Acuña Llorenz, 1997).

Conhecer-se e aprender através de e junto com outros é uma das premissas da proposta corpoVoz_espço, ou seja, na alteridade como conexão e inspiração. Reconhecer-se numa estrutura parecida, fortalecendo-se na singularidade e ao mesmo tempo estreitar os laços com o coletivo. Na sequência evidenciamos alguns aspectos do Campo de Visão e do BMCsm, e como sua combinação se reflete na corpoVoz_espço, fornecendo *insights* e possíveis conexões no trabalho de desenvolvimento vocal com artistas.

Campo de Visão - o que é?

Porque, antes dos resultados, me interessam a latência, os impulsos, os mistérios que gestam e anunciam a vida.
(Lazzaratto, 2009, p.28)

Campo de Visão é uma pesquisa em interpretação teatral e linguagem cênica criada por Marcelo Lazzaratto, que está em constante desenvolvimento ao longo dos últimos 30 anos. Desde o ano 2000, Lazzaratto e a Cia. Elevador de teatro Panorâmico têm trabalhado incansavelmente nele como estratégia de processo de criação de espetáculos, assim como meio de preparação das.dos atrizes.atores na busca de personagens e do corpo perceptivo. É um jogo improvisacional, cuja base é a mimese no sentido mais nobre da palavra; homenagear movimento e gesto da.do colega através da imitação de forma rigorosa, porém respeitando suas características individuais. O jogo inicia-se com as.os jogadoras.es posicionadas.os em forma de U, no *ponto zero*. O ponto zero descreve um estado corporal de tranquilidade e conexão consigo, com o ambiente e com os outros. Um corpo disponível para agir em qualquer momento, em prontidão e concentração poética. É um estado de escuta corporal; da pele para o espaço de dentro. Ninguém pode olhar diretamente no olho das.dos colegas. O desafio é estar plenamente presente no ato da recepção do estímulo e da ação, sempre aberto para o contágio estético-sensível.

O Campo de Visão é simples por não apresentar muitas regras, mas sua dinâmica é bastante complexa. De acordo com Lazzaratto (2011), existem duas regras básicas no Campo de Visão: 1) Movimentar-se somente quando algum movimento estiver ou entrar em seu campo de visão. 2) Assim que perceber o movimento, é preciso colocar-se no mesmo sentido, na mesma direção daquele.a que está gerando o movimento. O jogo sempre conta com

uma.um líder, um coro, e um.uma condutor.a. que pode interferir no jogo com sugestões e elementos cênicos nos momentos precisos e necessários para realimentar e impulsionar o jogo, e exerce o tão precioso papel do olhar de fora. Lazzaratto define a proposta da seguinte maneira:

Trata-se de um exercício de Improvisação Teatral, coral, no qual os participantes só podem movimentar-se quando algum movimento gerado por qualquer ator estiver ou entrar em seu campo de visão. Os atores não podem olhar olho no olho. Eles devem ampliar sua percepção visual periférica e, através dos movimentos, de suas intenções e pulsações, conquistar naturalmente uma sintonia coletiva para dar corpo a impulsos sensoriais estimulados pelos próprios movimentos, por algum som ou música, por algum texto ou situação dramática (Lazzaratto, 2011, pp. 41-42).

O Campo de Visão pode ser jogado de muitas maneiras, e objetivos diferentes podem ser estabelecidos em cada jogo. Pode-se trabalhar com tema (abstrato ou cotidiano), objeto, texto, palavra, poema, música, gesto, voz e movimento, ou mesmo abordagens livres e espontâneas. O jogo pode proporcionar:

- potencialização do *jogo* teatral
- ampliação da percepção do *outro* e da noção espacial
- ampliação do repertório gestual e imagético
- estímulo à *escolha* criativa
- exercício de alteridades
- relação entre movimento e ritmo
- relação entre movimento e objeto
- relação entre movimento e palavra
- relação entre coro e protagonista
- reflexão entre indivíduo e coletividade
- reflexão entre a metonímia e a metáfora no que diz respeito ao trabalho do ator (Lazzaratto, 2022, pp. 46-47).



Figura 2 - Prática do exercício de Campo de Visão
Fonte: Mai Fujimoto⁷, 2023.

⁷ Fotografia realizada durante o encontro do grupo de pesquisa CorpoVoz_Espaço no Teatro Laboratório da FAP - TELAB, da Universidade Estadual do Paraná – Unespar, campus de Curitiba II.

O Campo de Visão não se trata de um treinamento, embora sirva para exercitar-se nas diversas camadas que envolvem a interpretação. Ele é um constante exercício de percepção de si próprio e do grupo (propriocepção, interocepção, exterocepção). Os sentidos e a sensibilidade são requisitados o tempo todo. “Somente com esse corpo sensível é que o ator abre instintivamente as válvulas da intuição, que passa a ser uma grande companheira dos sentidos” (Lazzaratto, 2009, p. 30). A imaginação dá suporte à sensibilização, preenche a ação, e tem um grande poder poético. Uma das estratégias propostas por Lazzaratto para trabalhar a imaginação é o uso de objetos imaginários reais ou abstratos. A inspiração pode vir da morfologia, do material, do peso, da temperatura, da memória que se criou em relação ao objeto, etc., como os objetos também podem servir de narrativa imagética ou sensorial para a exploração investigativa na busca da personagem. Cada elemento novo que entra no exercício do Campo de Visão tem o potencial de desdobrar as possibilidades de conexão e interfere, ou melhor, enriquece o imaginário das.dos jogadoras.es, assim como muda a dinâmica cênica.

A função do.da condutor.a tem um papel essencial no jogo, não somente por poder interferir diretamente na dramaturgia do improvisado, seja com objetos ou direções cênicas, mas também por ser observador.a das.dos jogadoras.es. O olhar de fora contribui para dinâmica do jogo como um todo e, individualmente, para a percepção proprioceptiva que ajuda às.aos artistas a entender a própria posição no espaço. Esse olhar de fora não precisa ser necessariamente uma pessoa, pode ser algo de fora que ‘nos olha’. De acordo com Lazzaratto (2022), “esse algo pode ser o outro, a plateia ou pode ser qualquer coisa que você imagine”. Mesmo que as.os jogadoras.es aos poucos, com a prática continuada, adquirem a habilidade de pulsar dentro mas também ‘vêm e se vêem de fora’, não substitui o.a condutor.a, por ele.ela ter uma função central no jogo.

Quando o ser humano é percebido de fora, do ponto de vista de um terceiro, o fenômeno do corpo humano é percebido [...]. O soma, sendo percebido internamente, é categoricamente distinto de um corpo, não porque o sujeito é diferente, mas porque o modo de percepção é diferente - é a propriocepção imediata - um modo de sensação que fornece dados únicos (Hanna *apud* Fortin, 2002, p. 128).

É pelos sentidos que recebemos todas as informações do ambiente externo. O jogo é um campo de ampliação de percepção. Por não termos o estímulo da visão direta, os sentidos de posição e movimento têm um papel essencial. Propriocepção e cinestesia se misturam: o sentir do ambiente na pele, das pessoas posicionadas ou em movimento, locomovendo-se pelo espaço, o movimentar-se junto, as informações que chegam ao cérebro sobre como e onde nosso corpo se encontra no espaço, em que postura, em quais posições, e as sensações que temos por todo o corpo. De acordo com Souza (2021, p. 117), a habilidade de conscientizar as informações sensoriais, decorrentes do posicionamento e do deslocamento do corpo no

espaço, pode ser treinada, e se aprende e se refina com a prática e o direcionamento intencional da nossa atenção. Klein⁸ também defende que a cinestesia deve ser praticada e desenvolvida assim como os outros sentidos:

A cinestésica está relacionada à minha ideia de que existe uma compreensão corporal, um conhecimento interno que pode ser desenvolvido da mesma forma que desenvolvemos ou ajustamos nossos outros sentidos externos: visão, olfato, tato, paladar e audição. A cinestésica seria o nosso 6º sentido, o sentido que nos diz onde e como existimos no nosso ambiente interno e como nos conectamos e nos relacionamos com o nosso ambiente externo (Klein, 2013, p. 32).⁹

O Campo de Visão torna-se campo de percepção ação, estimulando um estado de presença aumentado, um corpo em potência latente, integrando as coisas de dentro e as coisas de fora. Trata-se de um organismo vivo no coletivo, onde a diversidade gera riqueza em conteúdo, experiência, pensamento e afeto. Nele, a técnica e o conteúdo se entrelaçam. As/os jogadoras/es se impregnam de tudo e são impregnadas/os ao mesmo tempo. Estar em relação é uma essência do jogo, e é uma característica do corpo vivo, seja nas relações internas ou externas. O Campo de Visão é um lugar ideal para o exercício da presença e da alteridade.

Sentir, perceber e agir¹⁰

Sentir e perceber são aspectos fundamentais do nosso sistema somático e interferem diretamente na resposta da ação. A ação, de acordo com Pees (2016, p. 34), é gerada pelos nossos sistemas corporais, e “organizada pelo sistema somatossensorial, visual ou vestibular”. Segundo Pizarro (2020, p. 344), “sentir, perceber e agir, residem no cerne da vivência com o material e como estamos em comunicação e interpretação constante com o mundo”. Há sempre uma leitura, um filtro. A capacidade de interpretar o mundo ao nosso redor e agir de acordo com nossas percepções é um instinto básico essencial para a sobrevivência e faz parte da construção de uma vida significativa. Os aspectos sensório-motores, assim como as noções

⁸ Susan Klein é fundadora e diretora da Susan Klein School of Movement and Dance. Ela vem desenvolvendo Klein Technique™ desde 1972. Seu trabalho foi fortemente influenciado por Bonnie Bainbridge Cohen, Barbara Vedder, Irmgard Bartenieff, Fritz Smith, e J.R. Worsley.

⁹ Tradução livre do original: “Kinesthetics is related to my idea that there is a body-felt understanding, an internal knowing that can be developed in the same way we develop or fine tune our other external senses: sight, smell, touch, taste, and hearing. Kinesthetics would be our 6th sense, the sense that tells us where and how we exist in our internal environment and how we connect and relate to our external environment. It needs to be developed in the same way we develop all our other senses”.

¹⁰ *Sentir, Perceber e Agir: educação somática pelo método Body-Mind Centering®* (2015) é o título do livro de autoria de Bonnie Bainbridge Cohen, lançado pelo Sesc São Paulo. Título original: *Sensing, Feeling and Action: the experiential anatomy of Body-Mind Centering* (1993).

de sentido de posição e de sentido de movimento permeiam tanto a educação somática BMCsm, como também o Campo de Visão. No Campo de Visão, o presente é constantemente vivenciado, percebido e interpretado devido ao fluxo contínuo do jogo e sua linguagem dialógica entre o indivíduo e o coletivo. O novo que se instaura a cada momento gera novas possibilidades e escolhas. Através da prática, a consciência sensorial naturalmente desencadeia uma autonomia de movimento e escolhas cênicas, que devem ser genuinamente tomadas. Rosseto confirma:

Ao longo do aprendizado proporcionado pelas experiências com o Campo de Visão, vivenciado no papel de espectador, ator e professor, constatei que tal exercício aguçou as percepções do corpo e desenvolveu uma autonomia interior relativa à capacidade de assumir atitudes e decisões baseadas em discriminações sensoriais. De fato, as impressões sensoriais instigaram a releitura da realidade objetiva, sob o salto sensível perceptivo, e revelaram novas abordagens, outras visões, sobre as temáticas exploradas (Rosseto, 2014, p. 173).

Perceber é apreender conhecimento de forma não intelectual. Isso não significa que não haja inteligência; pelo contrário, perceber implica muita atividade celular e é parte do ato criativo. A palavra *perceber* deriva do latim. *Percipere*: per (por meio de) + cipere (sentir), aprender por meio do sentir. Aristoteles (2002) já defendia que nada vai à mente sem ter passado pelos sentidos¹¹. (Camargo, 2021). A atividade cerebral gasta muito mais energia para processar estímulos perceptivos do que para atividades intelectuais conscientes. De acordo com Klein (2013, p. 32), o conhecimento cinestésico precisa ser desenvolvido da mesma forma que desenvolvemos ou ajustamos nossos outros sentidos externos¹².

Bainbridge Cohen, em seu curso *online* mais recente¹³, discorre sobre o cérebro/sistema nervoso central como órgão da percepção e propõe exercícios através dos quais o cérebro recebe o estímulo a partir das células. Como, por exemplo, sentir o lado esquerdo do corpo incluindo o hemisfério esquerdo do cérebro, pisando no pé esquerdo. Aos poucos transferir o peso para o lado direito, e repetir esse processo várias vezes para depois desse balanceamento achar o equilíbrio interno do centro. O exercício tem o suporte da ideia da notocorda¹⁴ que estabelece a orientação da linha mediana do corpo e a simetria bilateral. O fortalecimento da

¹¹ "Nihil est in intellectu quod prius non fuerit in sensu". Frase atribuída a Aristóteles, pelos escolásticos e autores como S. Tomás de Aquino.

¹² Tradução do original: "It needs to be developed in the same way we develop all our other senses."

¹³ Bonnie Bainbridge Cohen (BMCsm) no curso *Transforming Stress into Calm and Confusion into Clarity by Embodying Key Embryological and Neural Pathways* (trad. livre: Transformando estresse em calma, e confusão em clareza, corporalizando as principais vias embriológicas e neurais. Março de 2024.

¹⁴ A notocorda forma-se a partir da linha primitiva e tem como função definir o eixo do embrião, que serve de base para a formação da coluna vertebral.

noção do centro pode gerar segurança e liberdade em relação ao espaço. A consciência celular é uma experiência direta, tranquila, sem mapeamento consciente, o cérebro é o último a saber. Segundo Bainbridge Cohen (2015, p. 279), “há um conhecimento completo. Há um entendimento tranquilo. Desse processo de corporalizarão surgem sentimento, pensamento, testemunho, compreensão. A fonte desse processo é o amor”.

A partir de conhecimentos da anatomofisiologia da respiração e das bases respiratórias da produção da voz (Behlau; Azevedo; Madazio, 2001), fazemos um convite para experimentar o caminho da respiração: Deito no chão, sento nos meus ísquios ou entro em contato com o chão na vertical, relaxo a língua, as narinas se abrem e sinto o ar entrar pelas três cavidades nasais (inferior, mediana e superior), a nasofaringe, orofaringe, laringofaringe. O ar passa pela glote, descendo pela traqueia, chegando aos pulmões direito e esquerdo, que se expandem tridimensionalmente. Passa pelos brônquios e bronquíolos em bifurcações cada vez mais numerosas, cada vez mais finas, o diafragma abaixa, os espaços intercostais se abrem. Sinto as costas longas e largas. O movimento pode ser sentido até o fundo da bacia, ou quem sabe, até o contorno da pele. O ar agora chegou nos alvéolos, onde acontece a troca gasosa e onde, através da circulação sanguínea, o oxigênio é levado para o coração que, continuamente bombeia o sangue oxigenado para todo corpo. É nos alvéolos onde inicia a respiração interna, celular, e onde termina a respiração externa. Na expiração o diafragma sobe, voltando ao seu leito, calibrando a pressão do ar. O fluxo do ar na expiração pode se tornar voz, vibração, ar sonorizado. Som, do sussurro ao grito, exigindo um tônus adequado para cada palavra, emoção e intensão. Os pulmões condensam-se até um novo fluxo de ar entrar, o diafragma baixar e o movimento da expansão acontecer novamente. São sobreposições de múltiplos acontecimentos, e não ações que acontecem em partes. Somos corpo, voz e espaço.

O método BMCsm, além de ser muito eficiente na recuperação de indivíduos com lesões ou problemas de saúde, é uma forma de conhecimento do corpo e do movimento que proporciona um melhor entendimento do conjunto de movimentos que ocorrem no corpo simultaneamente. Conforme Pees (2010, p. 186), “os sistemas corporais no BMC propiciam, ampliam e favorecem uma melhor corporalização. Desse modo, ampliam a percepção, levando a uma maior apropriação do conhecimento, na relação entre corpo e ambiente propiciando o

equilíbrio corporal”. A corporalização passa pela experiência¹⁵, que é única e singular para cada sujeito enquanto pesquisador.a e criador.a de si. “Somos laboratórios da percepção criativa. A Somática nos convida a irmos fundo nesse laboratório celular, vibrátil, poético, e descobriremos as performatividades inatas de nossa inteligência natural”. (Pizarro, 2020, p. 372).

A corporalização é um processo de ser, um convite ao encontro com nós mesmos; a consciência das células sobre si mesmas. De fato, é um processo amoroso.

A arte de ser e estar no mundo

A ontogênese desenvolve-se a partir da união de um óvulo e um espermatozoide, dando origem a uma célula única, o zigoto. O zigoto então se divide, gerando duas células que, por sua vez, se dividem novamente, resultando em quatro células, oito, assim por diante, seguindo um processo de divisões celulares sucessivas que conduzem ao desenvolvimento embrionário e, posteriormente, ao desenvolvimento do organismo completo. Os somas começam a ser e estar na mais originária forma de nossa criação.

Os somas são seres vivos e orgânicos que você é nesse momento, nesse lugar que você está. O soma é tudo o que você é, pulsando dentro dessa membrana frágil que muda, cresce e morre, e que foi separada do cordão umbilical que unia você - até o momento da separação - há milhões de anos de história genética e orgânica dentro desse cosmos [...] (Hanna, 1972, p.28).

Soma em grego significa corpo; corpo vivo. *Soma* é pulsação, fluxo, receber e expelir energia, é tônus e relaxamento. *Soma* não é algo estático, mas sugere flexibilidade e movimento, um corpo vivo em constante transformação. O norte-americano Thomas Hanna¹⁶ definiu o termo *Educação Somática* pela primeira vez, quando publica seu artigo “*What is Somatics?*”, nos anos 1970. Segundo Hanna, *Educação Somática* é “a arte e ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio ambiente. Esses três fatores vistos como um todo agindo em sinergia” (Vieira, 2015, p. 130) . O estudo interdisciplinar inclui a

¹⁵ A palavra “experiência” vem do latim *experiri*, provar (experimentar). A experiência é em primeiro lugar um encontro ou uma relação com algo que se experimenta, que se prova. Experiência é o que nos passa, ou o que nos acontece, ou o que nos toca, e não o que passa, acontece ou toca. (Larrosa, 2002, p.21-25)

¹⁶ Thomas Hanna (1928-1990) Professor de filosofia e teórico do movimento que cunhou o termo somática em 1976. Ele chamou seu trabalho de Hanna Educação Somática.

descoberta pessoal, a consciência do corpo com os seus movimentos e sensações, e abre também as portas da percepção para outros e para o ambiente.

Educação Somática é um termo atual, nasceu na Europa e América do Norte, entre os séculos XIX e XX, surgido para qualificar diversas práticas que trabalham com o soma, nome dado à percepção e consciência que cada pessoa possui acerca de seu próprio corpo-mente. Sua abordagem de educação busca trazer a teoria para a experiência, enfatizando a 'corporalização' do conhecimento, ou seja, o processo de tornar o conhecimento uma parte de nosso soma. Para tanto, diversas técnicas e ferramentas de aprendizado são utilizadas, como o movimento somático, o estudo de anatomia e fisiologia, o trabalho com imagens, a visualização, a sonorização e o toque (Taylor *apud* Silva, 2013, p. 18).

A abordagem somática é uma forma de exploração do *mundo corpo* que, para as/os artistas da cena, é a matéria prima, a matéria primeira. Ela sugere um caminho de estar na experiência singular tanto num processo investigativo, assim como no criativo, sem excluir o que acontece ao redor; a percepção artística age por meio de todos os sentidos e tecidos. Estar na experiência e relacionar-se são qualidades essenciais para os três eixos que formam a ideia de corpoVoz_espço, cujo foco é a transdisciplinaridade, estimulando a flexibilização e a multiplicidade de recursos corpoVocais. Inclusão e relação; entre eu e você, o grupo, o propósito, a técnica, o público, a sociedade, o tempo, os povos, as plantas, o espaço, os animais, as árvores, as florestas, os planetas... *Soma*: a arte de ser corpo vivo e co-existir de forma possível e criativa?

Nossa voz, um *tudojuntomisturado*¹⁷, expressa o que somos, com todos os atravessamentos que permeiam nossa vida. O que absorvemos do mundo, processamos, e devolvemos para o espaço, compondo relações, criando vínculos, formando ambientes. A voz é multidimensional; expressamo-nos em múltiplas formas, com múltiplas possibilidades de sonoridades e gestos a cada momento. A voz é viva, é corpo, é vibração, é fluxo, um fenômeno acústico, um processo neuro-sensorial-motor que se relaciona com nosso corpo físico-emocional de um jeito natural ou construído. A voz para a cena abrange policamadas verbais, linguísticas e extraverbais. Visuais e invisíveis. Sonoras e silenciosas. O silêncio pulsante é o primeiro signo da linguagem falada, o silêncio fundante, como Eni Orlandi (2007) nomeia esse tempo no espaço livre, que contém todas as vozes e todas as palavras.

Vazio cênico é latência - no palco o nada aparece, silêncio se escuta. E você imerso nesse campo de forças, nesse sistema nervoso, nessa massa de rastros passados e futuros, presenças passadas e futuras. E você experimentando a textura desse vazio-pleno, incorporando e esculpindo essa latência. E lembrar e imaginar e evocar e

¹⁷ Termo usado na plantação da agrofloresta, criada por Ernst Goetsch (2007).

inventar e atentar para corpos que contigo se comunicam, que através de ti se comunicam. O teu corpo, esse palco. O corpo, esse palco fluido (Fabião, 2010, p. 322).

Nesse *corpo palco* infinito, futuro e passado ao mesmo tempo, a audição tem um papel principal. Ela é um sentido não voluntário, portanto, lida com muitos sons fora do espectro de interesse e precisa ser trabalhada para diferenciar o ouvir passivo da *escuta ativa* (Schafer, 1991). O reconhecimento dos sons que fazem parte da paisagem sonora (Schafer, 1991) do ambiente tem se mostrado um exercício eficiente para a limpeza do ouvido. Perceber de onde vem o som, qual é a fonte sonora, a intensidade e de que maneira o som se sobrepõe faz da escuta uma ação. A educação sonora pode começar por diversos caminhos. Para este estudo, propomos entender e experimentar primeiramente os quatro parâmetros musicais: duração, altura, timbre (qualidade sonora) e intensidade. Nestas categorias encontramos o ritmo, a melodia, os formatos das cavidades do trato vocal com seus articuladores, as nuances das intenções, os volumes diferentes, a prosódia, etc.

As diversas camadas que preparam o artista cênico para compreender a complexidade da ação dramaturgical formam uma verdadeira polifonia teatral. De acordo com Maletta (2021), entender os mecanismos da composição faz a cena ganhar vida. Francesca Della Monica¹⁸ comenta no prefácio do livro *Atuação polifônica*, de Ernani Maletta:

Para a voz, torna-se possível, portanto, fazer encontrar os seus fios verbais e extravertais com aqueles do movimento corpóreo, com a estrutura geométrica que as ações desenham no espaço, com a rítmica e os timbres que a luz vai articulando na cena, com o elóquio iconográfico do corpo, com o gesto musical e instrumental. E que desse encontro derive uma complexidade perceptível como um unicum, tornado eloquente pela articulação interna da multiplicidade (Della Monica, 2021, p. 17).

Cada artista é compositor.a de sua música da fala e do canto, é singular na expressão corpoVocal, assim como é na forma e estrutura. Tirar as palavras do papel é dar *vida* e som ao signo, transformando-o em outros signos, formando a multiplicidade de significados. “A língua é o interpretante de todos os outros sistemas, lingüísticos e não-lingüísticos” (Deleuze; Guattari, 1995, p. 78). Falar ou cantar para ser ouvido é estar a serviço da imaginação, da poesia, do mundo sensível. Falamos e cantamos para formar imagens e memória. Múltiplas musculaturas acionam-se para pronunciar uma simples palavra ou letra, mecanismos e órgãos formam uma engrenagem polirrítmica. Desta orquestra, fazem parte não apenas os pulmões, a

¹⁸ Artista, cantora e pedagoga italiana, considerada uma das mais importantes pesquisadoras no campo da voz para cena; criadora da metodologia Arqueologia da voz.

laringe, as pregas vocais e o diafragma, mas todos os articuladores da boca, língua, dentes e lábios, toda a motricidade orofacial, além do corpo se movendo no espaço, jogando com a gravidade que atua na atmosfera do nosso planeta: o corpo palco, o corpo vivo.

O enunciado em devir gera uma expectativa de escuta e um ajuste de tónus específico no corpo. De acordo com Spritzer (2020, p. 41), “temos um repertório de escuta que nos faz criar sons e vozes e ambientes ao mesmo tempo em que nos faz reconhecer espaços e timbres. É desse repertório que nasce a composição vocal do ator e é o que sustenta a imaginação do ouvinte”. Escutamos o humor, a intenção e emoção do.a locutor.a. Mesmo de olhos fechados imaginamos a estatura, o gênero ou a personalidade da pessoa. Ouvidos treinados são capazes de perceber como o sistema fonador é utilizado durante a produção sonora. Fonagy (1967)¹⁹ demonstrou que somos capazes de visualizar os movimentos labiais de um.a falante apenas ouvindo sua voz (apud Sundberg, 2022, p. 213). Somos ouvintes criativos.

A.O artista da cena é parte da obra em questão, seja teatro, dança, ópera, canção, performance ou música instrumental. Sua percepção, experiência e conhecimento são parte do processo criativo que refletem maioritariamente na obra de arte. A singularidade de cada artista consiste na organização desses dados. O corpo põe à luz a intimidade que tem consigo mesmo e com a obra. Pintoras.es estudam cores, formas e proporções, artistas cênicos investigam e experimentam os e com os corpos, em silêncio ou vocalizando; o ser humano se funde com o instrumento de trabalho. A.O artista faz-se arte, sempre em processo, sempre inacabado.

O caminho da construção corpoVoz_espço não é um caminho linear, é um jogo permanente de estabilidade e instabilidade, um percurso que depende do desejo pessoal ou da natureza estética de um projeto. O ser vivo em processo integrativo de si e do redor. A filosofia sul-africana *Ubuntu* traduz esse sentimento em significado e palavra. A palavra tem origem na língua Zulu e significa que uma pessoa é uma pessoa através de outras pessoas, indicando que não somos ilhas isoladas, mas sim, seres interconectados. Ubuntu é humanidade. A humanidade referida entende-se num contexto coletivo em contraste com o individualismo predominante em muitas sociedades ocidentais, onde a busca pelo destaque individual é uma constante. O Campo de Visão revela-se uma estratégia exemplar nesse sentido, um espaço

¹⁹ Fónagy, Ivan. “Hörbare Mimik” (trad. mímica audível), *Phonetica*, 1967.

livre onde tudo pode acontecer, onde os contrastes são inspiração, um convite para o compartilhamento, a generosidade, e o desenvolvimento humano ético e estético.

corpoVoz_espço

O espaço faz parte da estrutura do ser humano desde a gastrulação (terceira semana de gestação). Os três folhetos embrionários, ectoderme, endoderme e mesoderme formam juntos o espaço, o saco vitelino e amniótico. De acordo com Bainbridge Cohen (2015), o espaço vazio é a primeira corporalização, antes de corporalizar a estrutura. Ela afirma que, “em toda a nossa história embriológica, estamos em uma sequência de espaços. Mas não somente ocupamos o espaço; nós criamos espaço” (2015, p. 288). Essa perspectiva ressalta a importância do vazio como um estágio inicial no processo de formação corporal, onde a criação de espaço é fundamental.

O espaço é a fonte da criação, seja no universo, no corpo ou nas artes cênicas. No vazio surge tudo, o espaço como uma potência vital. Nosso corpo anseia por espaço - espaço pessoal, corporal, mental e emocional. Gerar novos espaços no corpo significa aliviar os apertos da vida, as tensões, liberar os fluxos energéticos presos, contidos, que afetam o corpo. A ideia de espaço na terminologia corpoVoz_espço ultrapassa os limites do corpo físico, abrangendo também a acústica da sala ou o espaço onde nossa voz ressoa, como também o espaço inter-relacional artista-espectadores, e o espaço lógico-projetivo, o espaço da história, o espaço da criação. O espaço mistura-se com a essência da expressão.

“O que é voz?”, pergunta Sundberg²⁰ no primeiro capítulo do livro *Ciência da Voz* (2022). Pergunta tão ampla e difícil de responder. Diante à insatisfação de uma breve resposta, ele resolve abandonar temporariamente as reflexões e dedicar-se às propriedades objetivas do estudo da voz.

Assim, decidamos que a palavra “voz”, neste livro, será empregada para designar os sons gerados pelo sistema fonador quando as pregas vocais estiverem em vibração ou, mais precisamente, pelo fluxo de ar pulmonar que é primeiramente modificado pelas pregas vocais em vibração e depois pelo trato vocal, e por vezes também pela cavidade nasal. Assim, “voz” passa a significar o mesmo que som vocal. As propriedades da voz dependem em parte das características morfológicas do sistema fonador e, em parte, do modo como ele é utilizado (Sundberg, 2022, p. 21).

²⁰ Johan Sundberg, cientista da voz, é professor emérito de acústica musical no Instituto Real de Tecnologia em Estocolmo, Suécia; doutor honoris causa na Universidade de York, Reino Unido, e na Universidade Nacional de Capodistriana de Atenas, Grécia.

A fonação é a base técnica da comunicação verbal, permitindo que os sons sejam formados e articulados em palavras compreensíveis, e refere-se ao processo fisiológico de produção da voz. Sundberg (2022) opta por apresentar em primeiro momento uma visão ampla sobre o sistema fonador, seu funcionamento e como as propriedades da voz são determinadas, para depois entrar nas propriedades subjetivas. A voz propicia um ponto de encontro entre ciência e arte, e se torna delicada e instigante por conta disso; ela não se resume à ciência, nem à técnica, ela transborda permanentemente para todas as direções possíveis, filosóficas, psicológicas, prosódicas, etc. Na voz poética, o conceito não se impõe apenas no plano do logos, “mas se faz espaço cambiante e prismático de sensações e sentidos, de experiências múltiplas verbi-voco-sensório-corporais” (Matos, 2018, p. 178). A voz surge e mostra-se onde menos a procuramos. Ela habita silêncios e gestos, olhares e sorrisos. Se cala, é calada, é perdida e achada. Se esconde e se exhibe, estrapola e transgride na sua multidimensionalidade.

A voz para cena acontece no nosso *mundo corpo* ou *corpo palco*, acima mencionado. O BMCsm nos oferece uma pedagogia cartográfica, gerando em primeiro lugar conhecimento estrutural e energético de si, intimidade corpo-espço, e oportunidade de reorganizar o movimento. Todos os sistemas propõem conhecimento e inspiração, porém, alguns são mais essenciais para o estudo da corpoVoz em cena: o sistema ósseo, o sistema dos órgãos, o sistema muscular com ênfase nos músculos que envolvem a respiração e a fonação, o sistema nervoso parassimpático e simpático, os fluídos, e os sentidos. A anatomia experienciada facilita o acesso ao entendimento e à corporalização dos movimentos internos no uso da voz. Os princípios iniciais usados nesta pesquisa são:

1. Ceder, empurrar, alcançar e trazer para si²¹ (BMCsm)
2. Apoio precede movimento, ou estabilidade dá suporte a mobilidade (BMCsm)
3. A relação da estrutura (continente) e tecidos moles (conteúdo) (BMCsm)
4. O Hara²² como centro que polariza enraizamento (peso) e liberdade (leveza/levidade) (Riesch (1972) e Aikidô)
5. Diafragmas (vocal, torácico e pélvico) em relação à fonação (BMCsm, Pedagogia vocal)
6. Organização dos sentidos (roda das percepções) e relação com o mundo (BMCsm)
7. Padrões Neurocelulares Básicos (PNBs) para compreensão da ontogenética (BMCsm)

²¹ Original em inglês: yield, push, reach and pull.

²² Termo em chinês, significa o centro da terra em cada pessoa, equivalente ao Ki em japonês.

Os sistemas corporais são interligados e interdependentes. A estrutura óssea é um tecido corporal extremamente vivo, nele se formam os glóbulos vermelhos e a maior parte dos brancos. É o tecido mais denso, mais profundo, e que demora mais tempo para se formar. O sistema esquelético promove estabilidade, locomoção e dá ao corpo a forma básica. Ao entrar em contato com o sistema ósseo, estabelecemos o principal apoio gravitacional, e desenvolvemos noções de peso e leveza, noções relevantes no entendimento da corpoVoz. Através do alinhamento, a força da gravidade pode fluir pelo corpo e a energia circular livremente. O chão se torna nosso aliado valoroso.

O sistema respiratório envolve o corpo todo promovendo uma sinfonia de movimentos que afeta o organismo de maneira profunda. A estrutura óssea pelo movimento das costelas, ossos torácicos e do hióide, o sistema orgânico pela expansão e condensação contínua dos pulmões, movimento que pode ser percebido sutilmente até a pele; sensação suscitada pela respiração celular. A respiração externa inicia no sistema muscular, no diafragma torácico, que divide a caixa torácica da cavidade abdominal, e cujo movimento encadeia o movimento dos órgãos viscerais, e pode ser percebido até o fundo da bacia. O diafragma é o músculo mais flexível do corpo, responsável pelo controle da saída do ar. Ele está conectado ao psoas, que, por sua vez, está ligado às pernas, e cujo tecido bio-inteligente se conecta ao sistema nervoso influenciando nosso estado de humor. Estudos recentes consideram o psoas um órgão de percepção “composto de tecido bio-inteligente que incorpora literalmente nosso desejo mais profundo do sobreviver e florescer, ou seja, ele é o mensageiro primário do sistema nervoso central, por isso também é considerado um porta-voz das emoções” (Anuardo, 2017). O entendimento do processo respiratório, assim como a movimentação do diafragma, organiza a corpoVoz e promove apoio para uma expressão fluida.

A medida que cada sistema contribui de forma independente para o movimento de corpomente, sua interdependência resulta em uma estrutura completa, oferecendo suporte para a atuação e presença cênica nas diversas qualidades de expressão.

Os principais fluidos, além do sangue, são a linfa, o fluido sinovial, intercelular (intersticial), e cerebrospinal. Eles são um sistema de transporte e filtragem, sempre em transformação, passam por diferentes membranas e interagem com diferentes substâncias. 70% do nosso corpo é água. A água conhece estados pesados como um rio até a leveza do vapor, assim como nosso corpo, toque, e estado mental conhecem essas dinâmicas. Podemos

traçar um paralelo com nossa voz que tem diferentes modos de fonação, dos mais leves aos mais firmes, gerando qualidades vocais diversas; lembrando que cada fluido tem seu próprio ritmo, densidade e velocidade, assim como o som de nossa expressão vocal.

As breves linhas acima, sobre um tema tão vasto e rico, são escassas. Poderíamos ter citado qualquer sistema corporal para elucidar que cada um deles, na sua função e feitura, nos proporciona um potencial inesgotável para a exploração sonora e rítmica. Através das vivências somáticas e do conhecimento corporalizado abre-se um campo de conexão íntima entre matéria, vibração e som. Nosso corpo, na sua anatomia e fisiologia, torna-se pura inspiração para experiências corpoVocais. Cada sistema oferece características particulares que, ao serem exploradas, podem oferecer estímulos resultando em vocalidades surpreendentes. Sons e qualidades vocais nascem de forma livre, porém com apoio corporal específico.

Considerações finais

Somos corpoVoz em movimento. Para os Kaluli da Nova Guiné, “a água é para a terra o que a voz é para o corpo. A voz conecta as muitas partes do corpo; pela ressonância na cabeça e no peito, o corpo todo está sempre presente no fluxo da voz, assim como as conexões da terra estão sempre presentes no fluxo da água”²³ (Feld, 1994, p. 4). Essa analogia destaca a complexidade e a beleza do processo da comunicação corpoVocal, desde a inspiração inicial até o impacto das palavras nas.nos ouvintes e espectadoras.es. É um lembrete poético de como nossas palavras têm uma jornada singular, moldada por nossos corpos, desejos, memórias e experiências, e ao final tornando-se parte da experiência e compreensão de outras pessoas. Assim como a água nasce da fonte, filtra e percorre a terra e chega ao mar, nossa voz faz o percurso da respiração, e passa pela fonte e filtros²⁴ para chegar no mundo, no espaço da comunicação, nas.nos espectadoras.es e ouvintes, formando conteúdo, sentido, novas ideias e sonhos.

²³ Tradução livre do original: “Water is to land what the voice is to the body. The voice connects the many parts of the body; by resounding in the head and chest, the full body is always present in the “flow” of the voice, just as the connections of land are always present in the “flow” of water”.

²⁴ Fonte-filtros são as características anatômicas e fisiológicas do trato vocal e as ressonâncias dos sons originados dos pulsos glóticos.

As experiências corporais estruturantes com princípios do BMCsm promovem integração entre o conteúdo teórico e experienciado. Na integração, corporalizamos o conhecimento celularmente e atingimos nossa imensidão interna, material e imaterial, o corpo inteiro.

Isso significa entender que a consciência celular é a própria inteligência inata dos corpos vivos. Salienta-se, ainda, que corpo inteiro significa a corporalização das diversas nuances e dimensões que formam a realidade corporal: corpo físico, corpo mental, corpo energético e corpo emocional, relacionando-se com corpo da alma e corpo espiritual. Falar em conhecimento somático significa afirmar que o conhecimento corporal é atravessado por camadas variadas e complexas da existência humana (Pizarro, 2020, pp. 143-144).

A expressão cênica corpoVocal envolve a expressão humana, a representa, a recria de mil formas e vai muito além de processos técnicos e fisiológicos da produção corpoVocal. Queremos ser, ver e encontrar pessoas vivas. Sentir-nos vivas e vivos. Esse corpo vivo evidentemente é de todas.os, mas pode ser uma ferramenta potente no estudo das artes cênicas, pois o corpo é palco da teatralidade humana.

Efetivamente, o sistema fonador é composto por três partes: respiratória (pressão aérea), laríngea (aproximação e vibração das pregas vocais) e ressonantal/articulatória (amplificação sonora nas cavidades do trato vocal como faringe, boca e nariz e moldagem sonora pelos articuladores como língua e lábios). Os espaços internos e externos misturam-se na produção corpoVocal. O espaço lógico-projetivo, o espaço da relação, o espaço da história a ser contada, narrada, expressada, cantada, funde-se ao espaço físico, à corpoVoz. O corpo vocal e sonoro em fluxo constante, sem se fixar em lugar nenhum; uma dança. De acordo com Dias Matos (2018, p. 174): “A voz, mutante por natureza, é parte do corpo que não se reduz a um espaço, mas alonga e prolonga esse corpo, locus de origem, referência. Nesse movimento sinuoso, trapaceira, a voz se desdobra em *perpetuum mobile*”. A expressão corpoVocal é um movimento contínuo, um processo que se refaz num eterno *continuum* na troca corpo-mundo.

A criatividade, o aprender e o ensinar permeiam esta pesquisa por meio do estudo, da troca constante com o coletivo, da escuta integral, corporal e auditiva, da experiência intensa, do respeito ao próprio corpo e da relação com outros corpos em sua diversidade. O processo é singular, mesmo dentro do coletivo, e pode fortalecer a autenticidade artística das.dos participantes, além do autoconhecimento e criação de repertório.

O Campo de Visão e a pesquisa corpoVoz_espaco se encontram num constante exercício de acontecer, de estar presente. O jogo é *soma*; corpo e improviso nascem das

infinitas possibilidades de expressão. Corpos são afetados e afetam outros corpos em tempo real nas mais diversas camadas do ser. Justamente isso acontece no jogo cênico onde se fala da vida, dos prazeres e das mazelas de estar vivo, em potência maior. Segundo Lazzaratto:

A radicalidade e a força da escolha criativa é escolher sem excluir, seja o que for. Quando entendemos isso tocamos de fato nos problemas humanos, vivemos sim em contradição e o ator, na cena, não pode deixar de conviver com essa angústia e com essa alegria, porque talvez isso seja de fato a sua arte (Lazzaratto, 2011, p. 60).

O corpo cênico é um corpo em estado sensível, atento a si próprio, aos outros e ao meio. É um corpo não-cotidiano, desautomatizado, disponível para o devir, tonificado na medida da exigência da cena. Este corpo atento e disponível está altamente conectado consigo mesmo, interagindo com todas as percepções e corpos possíveis a cada instante. Podemos afirmar que é um corpo em pleno estado fenomenológico, essencialmente, a arte do corpo vivo, uma expressão contínua de existência, transformação e consciência. O corpo se é na fisicalidade e a transcende, tornando-se um veículo de experiência e percepção, refletindo a profundidade da existência humana em cada movimento e som.

Referências

- ANUARDO, Ana. Psoas, o músculo da alma. **Blog Instituto Mood**. 2017. Disponível em: <https://www.institutomood.com.br/blog/psoas-o-musculo-da-alma/>. Acesso em: 05 maio 2024.
- ARISTOTELES. **Aristotele Metafísica**. Trad. Proprietà Rusconi Libri. São Paulo: Edições Loyola, 2002.
- BAINBRIDGE COHEN, Bonnie. **Sentir, Perceber e agir: Educação somática pelo método Body-Mind Centering®**. Tradução de Denise Maria Bolanho. São Paulo: SESC, 2015.
- BEHLAU, Mara; AZEVEDO, Renata; MADAZIO, Glauçya. **Anatomia da laringe e fisiologia da produção vocal**. In: BEHLAU, Mara (Org.). **Voz: O Livro do Especialista**. Vol. 01. Rio de Janeiro: Revinter, 2001. p. 01-51.
- CAMARGO, Marcos H. **Arte e pensamento estético**. Londrina: Syntagma Editores, 2021.
- DAVINI, Silvia Adriana. **Cartografias da voz no teatro contemporâneo**. Tradução de Patrícia Cohan. Brasília: Universidade de Brasília PPGCEN, 2019.
- DELLA MONICA, Francesca. Prefácio. In: MALETTA, Ernani. **Atuação Polifônica: Princípios e Práticas**. Belo Horizonte: UFMG, 2021.
- FABIÃO Eleonora. Corpo cênico, estado cênico. **Revista Contrapontos**, vol. 10 - n. 3 - p. 321-326. set-dez 2010.
- FELD, Steven. From Ethnomusicology to Echo-Muse-Ecology: Reading R. Murray Schafer in the Papua New Guinea Rainforest. **The Soundscape Newsletter**, Burnaby, Canada, Simon Fraser University, n. 8, p. 4-6, jun. 1994.
- HANNA, Thomas. **Corpos em revolta: a evolução - revolução do homem do século XX em direção à cultura somática do século XXI**. Tradução de Vicente Barreto. São Paulo: Edições MM, 1972.
- KLEIN, Susan. **Klein Technique™ Book, Susan Klein School of Movement and Dance**. New York City, NY: 2005, 2013.
- LAZZARATTO, Marcelo Ramos. **Campo de Visão: exercício de linguagem cênica**. São Paulo: Escola Superior de Artes Célia Helena, 2011.
- LAZZARATTO, Marcelo. **Campo de Visão: um exercício de alteridades**. Campinas: Unicamp, 2023.
- LAZZARATTO, Marcelo. O Campo de Visão e o Corpo-Perceptivo. **Olhares - Revista da Escola Superior de Artes Célia Helena**, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 28-32, 2009.

LIMA, Patrícia, de. Pistas somáticas para um estudo da corporeidade: uma aprendizagem das sensações. **Fractal: Revista de Psicologia**, Fortaleza, Universidade Federal do Ceará, v. 29, n. 2, p. 168-176. maio.-ago. 2017.

MALETTA, Ernani. **Atuação Polifônica: Princípios e Práticas**. Belo Horizonte: UFMG, 2021.

MATOS, Edilene. Memória, Corpo e Voz: teatralidade das poéticas vocais. In: ASSUNÇÃO, Luiz; MELLO, Beliza Áurea de Arruda (orgs.). **Paul Zumthor: Memórias das Vozes**. São Paulo: Assimetria, 2018.

MATURANA R., Humberto; VARELA GARCIA, Francisco J; ACUÑA LLORENS, Juan. **De máquinas e seres vivos: autopoiese: a organização do vivo**. 3.ed. Porto Alegre: Artes Medicas: 1997.

ORLANDI, Eni Puccinelli. **As formas do silêncio, no movimento dos sentidos**. Campinas: UNICAMP. 2007.

PEES, Adriana Almeida. **Body-Mind Centering®: a dança e a poética nas linhas dançantes de Paul Klee**. Rio de Janeiro: Livros Ilimitados, 2016.

PIZARRO, Diego. **Anatomia corpoética em (de)composições: três corpus de práxis somática em dança**. 2020. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) - Universidade Federal da Bahia, Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Salvador, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/32962>. Acesso em: 28 fev. 2024.

RIESCH, Annelise. **Lebendige Stimme: Stimmbildung für Sprache und Gesang**. Deutschland: Schott & Co Ltd, 1972.

ROSSETO, Robson. O Exercício Campo de Visão na Formação do Espectador-artista-professor. **Revista Científica - FAP**, Curitiba, v. 14, n. 1, p. 91-112, jan./jun. 2016.

SCHAFFER, Murray. **O Ouvido Pensante**. São Paulo: UNESP, 1991.

SILVA, Rosemeri Rocha da. **Uno, mapa de criação: ações corporalizadas de um corpo propositor num discurso em dança**. 2013. Tese (Doutorado) - Universidade Federal da Bahia, Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Salvador, 2013. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/27495>. Acesso em: 15 mar. 2024.

SOUZA, Beatriz Adeodato Alves de. **Dança como forma material de pensamento: tessituras entre fazer e saber**. 2021. Tese. (Doutorado). Universidade Federal da Bahia, Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Salvador, 2021. Disponível em <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/32729>. Acesso em 19 jun. 2024.

SPRITZER, Mirna. Poética da Escuta. **Revista Voz e Cena**, Brasília, v. 01, n. 01, p. 33-44, jan-jun. 2020.

SUNDBERG, Johan. *Ciência da Voz: Fatos sobre a Voz na Fala e no Canto*. Tradução de Gláucia Lais Salomão. São Paulo: Universidade de São Paulo, 2ª reimp., 2022.

TOMATIS, Alfred. *The ear and language*. Trad. Billie M. Thompson. Canadá: Moulin Publishing, 1993.

UESHIBA, Morihei. *BUDÔ, Ensinaamentos do Fundador do Aikidô*. Tradução de Paulo C. de Proença. São Paulo: CULTRIX, 1991.

VIEIRA, Marcilio Souza. Abordagens somáticas do corpo na dança. *Rev. Bras. Estud. Presença*. Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 127-147, jan./abr. 2015. Disponível em <https://www.seer.ufrgs.br/presenca>. Acesso em: 20 mar. 2024.

Artigo recebido em 17/06/2024 e aprovado em 21/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54351>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Edith Marlis de Camargo Mosberger - Mestranda em Artes no Programa de Pós-Graduação em Artes (PPGARTES) da Universidade Estadual do Paraná - UNESPAR e Licenciada em música pela Universidade Claretiano. Educadora do Movimento Somático BMCsm, pedagoga vocal e preparadora de corpo e voz para atores e cantores. É ministrante de cursos com princípios de BMCsm (BodyMindCentering) como “CORPO & VOZ - Anatomia experienciada” e “corpoVoz_ espaço no Campo de Visão”. edithdecamargo@gmail.com.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2247953146762635>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5089-467X>

ⁱⁱ Ana Paula Dassie-Leite - Fonoaudióloga pela Universidade Metodista de Piracicaba/UNIMEP (2003). Mestre (Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP) e Doutora (Universidade Federal do Paraná-UFPR) em Saúde da Criança e do Adolescente. Atualmente, é professora do Colegiado de Licenciatura em Teatro da Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR), Campus Curitiba II, e professora permanente do Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Desenvolvimento Comunitário (PPGDC) da Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), Campus Irati. ana.dassieleite@unespar.edu.br.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3809146489362995>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6574-296X>

ⁱⁱⁱ Robson Rosseto - Doutor em Artes da Cena pela Universidade Estadual de Campinas-UNICAMP e Mestre em Teatro pela Universidade Estadual de Santa Catarina-UDESC. Professor do Programa de Pós-Graduação em Artes (PPGARTES), do Curso de Licenciatura em Teatro e Diretor do Centro de Artes da Universidade Estadual do Paraná-UNESPAR, Campus de Curitiba II. Líder do Grupo de Pesquisa Arte, Educação e Formação Docente (CNPq/UNESPAR). robson.rosseto@unespar.edu.br.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2190838870076391>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7905-9819>

^{iv} This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Edith Marlis de Camargo Mosberger; Ana Paula Dassie-Leite; Robson Rosseto.
corpoVoz_ espaço: a arte do corpo vivo com som e movimento.

Dossiê Temático - Artigos - Revista Voz e Cena - Brasília, v. 05, nº 01, janeiro-junho/2024 - pp. 133-155.

ISSN: 2675-4584 - Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

Sobre a Experiência Mística e Somática nas Rodas de Danças da Paz Universal

Márcia Virgínia Araújoⁱ
Universidade Federal de Pernambuco - UFPE - Recife/PE- Brasilⁱⁱ

Resumo - Sobre a Experiência Mística e Somática nas Rodas de Danças da Paz Universal
Nos anos de 1960 surgiu um movimento inspirado na dança moderna norte-americana e no misticismo do som hindu, conhecido como Danças da Paz Universal. Este estudo aborda esse fenômeno a partir da noção de integralidade corporal, investigando os efeitos gerados pelo gesto vocal. Os relatos de experiência da autora e estudiosos praticantes analisam processos que combinam dança e canto destacando suas dimensões somáticas abrangentes, encontradas na harmonia espacial dos gestos sonoros, na homeostase proporcionada pela vibração corporal, sonora, vocal e coletiva, assim como nos níveis psíquicos dos arquétipos e símbolos resultantes do encontro místico entre as culturas ocidental e oriental.

Palavras-chave: Dança. Voz. Cantos. Somática. Misticismo do Som.

Abstract - About the Mystical and Somatic Experience in the Dance Circles of Universal Peace

In the 1960s, a movement inspired by North American modern dance and the mysticism of Hindu sound emerged, known as Dances of Universal Peace. This study approaches this phenomenon from the notion of bodily integrity, investigating the effects generated by the vocal gesture. The experience reports of the author and practicing scholars analyze processes that combine dance and singing, highlighting their comprehensive somatic dimensions, found in the spatial harmony of sound gestures, in the homeostasis provided by body, sound, vocal and collective vibration, as well as in the psychic levels of archetypes and symbols resulting from the mystical encounter between Western and Eastern cultures.

Keywords: Dance. Voice. Chants. Somatics. Sound Mysticism.

Resumen - Sobre la Experiencia Mística y Somática en los Círculos de Danza de la Paz Universal

En la década de 1960 surgió un movimiento inspirado en la danza moderna norteamericana y el misticismo del sonido hindú, llamado Danzas de la Paz Universal. Este estudio aborda este fenómeno desde la noción de integridad corporal, investigando los efectos que genera el gesto vocal. Los relatos de experiencia del autor y de los estudiosos analizan los procesos que combinan la danza y el canto, resaltando sus dimensiones somáticas integrales, encontradas en la armonía espacial de los gestos sonoros, en la homeostasis proporcionada por la vibración corporal, sonora, vocal y colectiva, así como en los niveles psíquicos de arquetipos y símbolos resultantes del encuentro místico entre Occidente y Oriente.

Palabras clave: Danza. Voz. Cantos. Somática. Misticismo Sonoro.

Introdução

“Eu canto, eu danço, o eterno êxtase de ser”
Ruth Saint Denis¹

Voz dançada ou dança vocal? Dança-música? Como tratar essas manifestações vocais-gestuais interculturais que estão difundidas em várias partes do mundo? Quem vive essa experiência com as danças da paz, parece sentir algo mais do que a harmonia da dança, da voz cantada e do som instrumental, na medida em que seus efeitos atuam de maneiras diferentes nos círculos coletivos e individualmente. Assim como na tese que deu origem a este artigo (Araújo, 2008), estou tratando as Danças da Paz Universal como rituais de danças-músicas, cujo repertório inclui várias tradições, em especial, as nativas do Oriente Médio, consideradas como práticas de oração corporal, nos fazendo experimentar a diversidade e a comunhão presentes na sabedoria de povos antigos, *hokhmah*, e assim perceber o estado de presença interior, o qual permite recuperar qualidades de nossa vida psíquica.

Meu percurso com o que podemos chamar de espiritualidade plural foi iniciado através da pesquisa sobre voz e movimento na Chapada Diamantina-Bahia², iniciando por vivenciar cânticos provenientes do xamanismo, cuja etnografia me levou às demais canções presentes no repertório das Danças da Paz Universal, com danças coreografadas contemporaneamente para as frases sagradas. As danças são geralmente em círculos, com música instrumental ao vivo, com passos simples, e com a repetição de células rítmicas, vocais e de movimentos e gestos, muitas delas passando por pares, cuja repetição permite que os aspectos espirituais se juntem aos aspectos somáticos, na medida em que há padrões harmonizadores, que estão presentes tanto nas melodias, quanto nos fonemas das frases, quanto nos gestos. Esses cânticos são frases de conteúdo esotérico encontrado, por exemplo, no cristianismo, no judaísmo, no sufismo islâmico, entre outras tradições, e são justamente a parte que foi eliminada dos ensinamentos, que continuou sendo passada pela oralidade. Como exemplo podemos citar as danças cantadas que Jesus Cristo fazia com os apóstolos, bem

¹ Trecho do poema “Luminous Dance”(1920), de Ruth St Denis, utilizado numa dança da paz em homenagem aos ancestrais, cujo nome é “The eternal ecstasy of being”, coreografia e composição musical de Anahata Iradah. Ver mais no CD “Let the beauty we love”. Partitura disponível no site www.dancesofuniversalpeace.org.

² Encontrei as Danças da Paz Universal durante o trabalho de campo no doutorado em Artes Cênicas (UFBA, 2004 a 2008), sob orientação de Ciane Fernandes, tendo Zelice Peixoto como mentora. Tive uma noção mais completa da rede universal das Danças da Paz durante o II Encontro das Danças da Paz que a mesma realizou, em 2006. A partir de 2010, tive Anahata Iradah como mentora, que me certificou como líder em 2014, e no momento acompanha minhas atividades como mentora em treinamento. Existem grupos de Danças da Paz em 37 países. Para saber quais países e regiões, seguem os links <https://www.dancesofuniversalpeace.org/port/wwregcontacts.shtm> e <https://peacedance.mn.co/members>

como as que existiam séculos antes de Cristo, referentes às tradições da grande-mãe ou divina sabedoria, bem como danças inspiradas nos textos do Gênesis.

Saadi, nome sufi de Neil Douglas-Klotz (1996, 1999), autor das obras *Sabedoria do Deserto* (1996) e *Orações do Cosmos* (1999) e criador da dança cantada Pai/Mãe do Cosmos, baseada no Pai Nosso em aramaico, falou durante o retiro de Semana Santa de 2024 na Ecoaldea Atlântida, em Cali, na Colômbia: “Jesus disse que a vida é simples. Precisamos nos conectar com nossa alma e com o mundo, sem precisar de crença ou credo”. Por isso as canções do repertório das Danças da Paz Universal (DUPs)³ permitem aos participantes retornar às suas almas (*hurah*), e retornar à fonte *criadora*. Neste retiro de treinamento nas DPU, a atividade principal foi justamente esta dança criada por Saadi, que a cada dia aprofundava o significado de uma ou duas frases da oração original para, em seguida, dançarmos. Seu esforço maior foi o de que através da experiência as pessoas pudessem sentir, através da emissão de sons e fonemas, a luz dentro delas, pelos sentidos, nos olhos, no coração, nos pés. Saadi, também estudioso da psicologia somática, se refere ao termo *soma* como algo que “aponta para um sistema de conexão unificada entre o que o campo da psicologia geralmente chamada de mente, emoções, consciência corporal e preocupações espirituais” (Douglas-Klotz, 1997, p. 64).

Em aramaico, *ser humano* é aquele que esquece, daí uma das frases da oração original, que equivale a “não nos deixe cair em tentação”, refere-se justamente ao esquecimento de que estamos temporariamente nesses corpos humanos: “não permitas que as coisas superficiais nos iludam, mas liberta-nos de tudo o que nos detém”. Dessa maneira, poderemos estar cada vez mais maduros e no momento presente, para servir à nossa comunidade. *Love, Serve and Remember* é o nome de uma canção composta por John Astin (2003), coreografada por Shivadam Parvati em 2014, baseado no conselho do guru Maharaji (Ame a todos, sirva a todos e lembre-se de Deus⁴) e representa o que o sufismo considera como o propósito da humanidade.

³ <https://www.dancesofuniversalpeace.org/>

⁴ Como consta na partitura com a metodologia da referida dança do repertório norte-americano: <https://www.dancesofuniversalpeace.org/leaders/resourcedir/pdfs/Love,%20Serve%20and%20Remember.pdf> Originator-approved write-up collected by Dances of Universal Peace North America

Arte-ritual inspirada na Dança da Paz

Tenho procurado, nesse percurso de vida e de pesquisa, compreender os conteúdos ritualísticos e somáticos que envolvem voz e movimento, e tenho percebido a presença de muita energia, de vitalidade, vivendo coletividades, de mãos dadas, com vozes cantantes e corpos girantes, inspiradoras das elaborações cênicas de dança e performances rituais. Nesse sentido, me vem a lembrança de três performances inspiradas em algumas deusas da tradição da grande mãe, que foram abraçadas por um cordão de três metros e meio, à semelhança do *tasbih* sufi, habitualmente utilizado para as repetições dos nomes árabes de Deus ou *Zikrs* (vide figuras 1 a 3).



Figura 1 - *In-Corpo- OraSom* - Márcia Virgínia e mulheres participantes da oficina Corpo-Ritual com o Grupo Totem (Aldeia, Camaragibe, 2013)

Estas performances de canto e dança aconteceram como desdobramentos uma da outra, tendo como inspiração inicial, o exercício com o *tasbih* de mil contas que acontecia nos retiros no Vale do Capão, que a cada dois anos, desde 2006, aprofundava mais a tradição sufi, tanto nas danças coreografadas para orações sufi, quanto nas práticas da escola Sufi Shakur, ligada à Sufi Ruhaniat International⁵.

⁵ Sobre a Sociedade Ruhaniat, ver em <https://www.ruhaniat.org/index.php/archive-home/archive-home2>

Antes de trazer esses elementos rituais para a cena, considerei o fato de que a cena artística estaria deslocada do contexto original, considerando também a liberdade no uso do repertório musical para além das práticas sufi..



Figura 2 - *Impermanência* - Angélica Costa e Márcia Virgínia (UFPE, 2014)

Uma questão frequente neste percurso com as danças cantadas é se é possível vivenciar todo esse conteúdo e repertório sem estar necessariamente vinculado a uma dessas religiões, direcionando o foco de religião para espiritualidade. Além disso, surge a questão de como a ciência tem abordado esse objeto de pesquisa, cujas palavras e sons carregam significados e sentidos tão profundos, indo além da objetividade predominante no Ocidente e considerando a influência dominante de estudos orientalistas, reducionistas e colonialistas.

Para a primeira questão, comecei a encontrar as respostas por ocasião do isolamento forçado que tivemos no período crítico da pandemia de Covid, quando me perguntei onde estava esta sabedoria que nos acompanhava na presença do coletivo, desde que passamos a nos encontrar, cantar, dançar, tocar, e sobretudo a pesquisar e criar através das janelas das telas, tendo que sentir a energia do grupo de maneira virtual?



Figura 3 - *Ventre* - Angélica Costa, Simoni Lyro e Márcia Virgínia (Escola Municipal de Arte João Pernambuco (Recife, 2014)

Os retiros anuais presenciais, durante o período de isolamento, se transformaram em *lives* pelo zoom, ou celebrações de espetacularidade plural com grande número de pessoas, como foi o caso da *Noche Mágica*, organizada em Bogotá, que reuniu cerca de duzentas pessoas, a maior parte da América Latina. Independente de religião, as DUP são práticas de canto e dança, organizadas, mas ao mesmo tempo espontâneas, cada líder ou focalizador oferecendo seu canto, seu instrumento, para centenas de praticantes, que interagem uns com os outros, mesmo sem falarem a mesma língua. A cada encontro nas telas do zoom, deixava mais clara a

necessidade que tínhamos de cantar mais nesse momento de nossas vidas, de perda de vitalidade, por conta da pandemia.

Houve um tempo em que se curava através dos sons da fala, mas nos desligamos dessa força enorme vitalizante. Parece que naquele período de pandemia, ficou mais forte a necessidade de nos religar a estas forças através da consciência. Assim, parece que a noção de espiritualidade plural pode ser uma resposta para o não desejo de pertencimento a qualquer dogma ou doutrina, uma vez que seria uma questão de percepção dos efeitos gerados pelas sensações físicas, efeitos estes de auto regulação corporal, de harmonia e integração, que por si só seriam suficientes para que cada pessoa se sentisse pertencendo ao todo do universo, do cosmos e ao planeta, e como consequência, pertencendo e incluindo todos os reinos em si, tendo como suporte, a força do coletivo, dos grupos humanos, atuando esteticamente juntos, através das danças cantadas e orações corporais.

Em relação à segunda questão, considero que esteja sempre sendo respondida de maneiras diferentes, numa tentativa de superação de todos os conflitos provenientes das apropriações culturais, desafios linguísticos e estudos sobre a espiritualidade do oriente, a partir da visão da cultura de paz, considerando também as influências culturais provenientes dos povos do oriente médio no nordeste do Brasil, o que justifica a nossa identificação com as dimensões sonora e mística das tradições.

Uma possível resposta pode ser encontrada em Douglas-Klotz (1999, p. 28): “Todas as grandes tradições contemporâneas do Oriente Médio - judaica - cristã e islâmica - originam-se de uma mesma fonte, de uma mesma terra e provavelmente de uma mesma língua”. Assim, grande parte do repertório das danças da paz provém do idioma árabe, em especial, as diferentes qualidades dos noventa e nove nomes de Allah, recitados no Sufismo, uma corrente mística do Islã.

É sabido também que a colonização do Brasil pelos portugueses trouxe justamente a reconstrução da cultura medieval ibérica, grande parte muçulmana, mourisca, dos chamados árabes batizados cristãos. Mouro era o nome como os cristãos ibéricos chamavam os primeiros muçulmanos que chegaram no nordeste do Brasil, com a colonização portuguesa: Mouros africanos, mouros árabes, mouros ibéricos, bem como os mouros escravizados

africanos. A influência islâmica na cultura nordestina permanece nos tempos atuais, conforme Mansur Peixoto (2024), em seu canal História Islâmica⁶.

Refletindo sobre o aspecto místico da cultura oriental, encontro em Tostes (2019) a observação de que a colonização ocidental criou um estereótipo do oriente, como sendo místico, em contraposição à racionalidade ocidental, deixando clara a relação de poder. O oriente é visto pelo pensamento patriarcal ocidental, como feminino e irracional, e portanto, numa perspectiva mística, colonizada. Essa versão estereotipada leva sempre à negação do Outro, quando se trata de construção de identidade, diálogo inter-religioso ou até mesmo de criação artística. “A mera inclusão de algumas vozes simbólicas, sem considerar fundamentalmente as pressuposições e os esquemas epistemológicos atuantes não é a verdadeira diversidade” (Swamy *apud* Tostes, 2019, p. 103).

Seria um outro estudo para compreender se, e de que maneira essa relação entre oriente e ocidente é colonizadora no contexto das DUP, sobre a qual tenho uma noção apenas enquanto praticante, o que já compreende uma vasta experiência corporal e de vida interior, através de símbolos e arquétipos profundos, que fazem parte do processo de individuação. Arquétipos são núcleos de energia, fonte primária de energia, fonte dos símbolos psíquicos. Símbolos são representações transformadoras de energia, mostrando um material do inconsciente, que precisa ser integrado à consciência. Para Carl Gustav Jung, citado por Elisabeth Zimmermann (2020),

Existe uma ligação entre a consciência e o inconsciente que, por um lado, conduz à dimensão puramente espiritual ou psíquica, e, por outro, à dimensão corporal e material. Quando nos movimentamos na direção do espírito, o inconsciente se torna o inconsciente psíquico; quando nos movimentamos na direção do corpo, ele se torna o inconsciente somático (Jung *apud* Zimmermann, 2020, p. 171).

Esta citação de Jung ressoa com minha jornada como artista, pesquisadora e arteterapeuta, à medida que exploro a ritualidade, mergulhando na corporalidade e espiritualidade, especialmente através do envolvimento da voz e do movimento.

⁶ Ver a respeito no vídeo: As marcas da Civilização Islâmica no Nordeste Brasileiro (2024) (<https://www.youtube.com/watch?v=LaEFipmPalw>)

Contextos ancestrais das Danças da Paz

No momento me atendo ao contexto histórico do que considero ser um contato interétnico inspirador, para compreender mais o universo das DUPS, colocando um breve histórico da influência oriental na dança artística ocidental, enfatizando o aspecto ritualístico e místico de seus conteúdos, ou seja, o ritual como arte e método de criação.

Podemos observar que ao longo da história ocidental “oficial” da arte da dança, os escritores apontam vários períodos em que a dança mostra-se predominantemente ritualística, como é o caso na Idade Média, da dança macabra, absorvida pelo teatro religioso medieval europeu, ou das danças de fertilidade, condenadas pela igreja. Sabemos que o ritual, enquanto manutenção social, atravessa o tempo, e o ritual na estética teatral é conteúdo recorrente, mas parece que foi nos movimentos modernistas que o mesmo foi utilizado de maneira assumida como um recurso cênico. Houve épocas de apropriação temática do ritual para uma elaboração coreográfica, como na dança moderna americana e européia, nas várias versões de *A Sagração da Primavera*, música originalmente composta por Stravinsky e coreografada por Vaslav Nijinsky (1889-1950), Maurice Béjart (1927-2008), até Pina Bausch (1940-) [...]. O diálogo entre o Oriente e o Ocidente enfatizou o aspecto ritualístico tanto na dança alemã quanto na dança norte-americana. Os elementos étnicos de culturas diferentes contribuíram para dar sentido e significado às práticas e pesquisas de movimento. Ruth St. Denis (1879 - 1968) e seu parceiro Ted Shawn (1891-1972) fundaram a Denishawn Dance Company em 1915, especializada em danças orientais indianas, japonesas e chinesas. Com Martha Graham (1894 - 1991), os norte-americanos puderam conhecer os rituais dos seus nativos indígenas (em *Frontier*), além de outras tradições mais antigas da Europa, como a judaica. Antes disso, Graham dançou o papel da índia *Xochitl*, numa peça coreografada por Ted Shawn, baseada nas culturas maia, asteca e tolteca.

Laban viu as danças e exercícios corporais dos dervixes (muçulmanos da Herzegovina), uma experiência que teria duradoura influência na sua visão de dança, especialmente a imagem dos dervixes giradores. Laban pesquisou as bases espaciais espirais que dariam consistência ao movimento giratório. É sabido que Rudolf Laban e Mary Wigman (1886-1973) conseguiram tornar a dança uma arte independente. Junto com Laban, estudou artes do Oriente, inclusive ritmos e instrumentos (instrumentos de sopro arcaicos, tambores hindus, gongos de Bali). A importância que dava às vibrações musicais também levou Laban a pesquisar os sons dos tambores mexicanos. Somado a isso, seu trabalho baseado na dança-som-palavra explorava todo o potencial de expressividade do movimento, onde a ação vocal também estava incluída.

Outro aspecto de ligação entre o oriente e o ocidente, é o fato citado por Christine Greiner (2000) de que já no século XX, artistas japoneses ensinaram técnicas orientais para artistas ocidentais, assim como houve uma renovação da dança e teatro japoneses através do contato com o ocidente [...]. Greiner mostra a profunda relação entre a dança do teatro Nô e a dança expressiva alemã (Laban e Wigman), e posteriormente entre o Butô e a dança alemã pós-moderna (Suzanne Linke). Tanto Mary Wigman como Suzanne Linke utilizavam elementos dessa tradição ritualística, ancestral, trabalhavam com as forças da natureza e dançavam com a terra (Araújo, 2008, p. 46).

Nos Estados Unidos, as influências das danças religiosas e das técnicas do Oriente foram de fundamental importância na mudança de concepção de corpo e de dança. As coreografias de Ruth Saint-Denis mostram o uso das danças orientais como base para o trabalho de dança moderna-contemporânea. A técnica criada por ela acentua gestos e posturas de braços, mãos, e rosto, inspirada no sentido espiritual encontrado entre os hindus, na vitalidade da dança do ventre, ou entre os japoneses, no teatro Nô. Suas danças individuais eram criadas a partir de figuras divinas, entre elas, Maria, mãe de Jesus. Apesar da ênfase na forma, sua intenção era revelar os movimentos do espírito, através das vibrações musicais. Embora a estética de suas performances seja considerada exótica e extravagante (Banes *apud* Araújo, 2008), seu método de visualização musical levava em consideração os diferentes estados de ânimo das notas e frases da estrutura musical, na elaboração das danças. Ruth St. Denis tinha desejo de formar um grupo cujas danças fossem acessíveis aos não dançarinos, para que pudessem partilhar esse sentimento de unidade. Ainda que não tenha realizado este propósito, ela é considerada a avó das Danças da Paz Universal, por ter descoberto as danças como expressão de prece e do sagrado, tendo desenvolvido algumas coreografias junto com o teólogo e sufi Samuel Lewis - Ahmed Murad Chishti (1886-1971), que por sua vez continuou desenvolvendo esse caminho à sua maneira. St. Denis tentou criar esse movimento com Ted Shawn trinta anos antes de Lewis, que reconheceu e honrou esse desejo:

Minha fada madrinha, por assim dizer, Ruth St. Denis, aprovou todos os meus planos, e antes de ela deixar o mundo eu havia começado minhas “danças da paz universal”. Comecei com danças dervixes, depois com danças indianas. Agora estou pronto para restaurar ou iniciar danças místicas cristãs (Lewis, 1993, p. 13).

E assim surgiram as Danças da Paz Universal (DPU), na década de 1960, na Califórnia, por uma necessidade de aprofundar a possibilidade de comunhão e oração que existe no ato de dançar. Embora o termo original seja Danças da Paz Universal para se referir ao corpo inteiro de seu trabalho, Lewis também se referia a outros nomes que incluíam vários tipos de danças espirituais: danças dos dervixes, danças mânticas, danças angelicais e danças dos mistérios. Junto às danças estão as práticas de caminhares meditativos, com respirações relativas aos elementos, planetas e ao zodíaco.⁷

⁷ Para os praticantes, há um guia de estudo cujo título é Danças de Fundação e Caminhares: Danças da Paz Universal, um manual para Mentores, Professores certificados e alunos, publicado pela Sufi Islamia Ruhaniat Society, 1975, 1980 e depois pela rede internacional de danças da paz, PeaceWorks International Network for the Dances of Universal Peace, 2001.

A unidade na diversidade de tradições culturais marcou o repertório, de maneira que o próprio Samuel Lewis (1993) inicia o primeiro capítulo de seu livro justificando a relação das Danças da Paz com as danças *ghost* dos indígenas Arapaho. Assim como os dançarinos fantasmas nativos norte-americanos, os primeiros dançarinos da paz em São Francisco focaram seus movimentos e vozes para trazer paz e justiça para a Terra. A dança inspirada As palavras da Dança Fantasma Arapaho (*we circle around, the boundaries of the Earth/circulamos ao redor, os limites da Terra*) ecoavam por um salão lotado de pessoas que cantam, dão as mãos e se movem em círculos concêntricos. Como os dançarinos *Ghost* originais, esses dançarinos concentravam seus movimentos e vozes em trazer paz e justiça à Terra. “É uma das cerca de 300 Danças da Paz Universal que invocam todas as principais tradições da humanidade - uma forma não elitista de dança sagrada que visa trazer o ‘movimento pela paz’ ao planeta” (Lewis, 1993, p. 17).

Vale ressaltar a preocupação de Lewis com a política e a guerra que estão relacionadas à espiritualidade do Oriente Médio, considerando ainda o grau de intervenção ocidental. Douglas-Klotz (1996) conta que Samuel Lewis, que nasceu judeu e estudou a fundo o misticismo judaico junto com seu trabalho sufi, estudou a espiritualidade da região profundamente e viveu nela por vários anos, apresentou vários planos de paz em suas conversas com líderes espirituais judeus e muçulmanos. Seu esforço de paz era o de tentar mudar a atmosfera espiritual, semântica, econômica, ecológica e cultural, visando inclusive a recuperação do deserto, cujas fronteiras e limites passaram a ser impostas pelos interesses estratégicos da Europa e dos Estados Unidos. Tal intervenção, tinha como principal exercício de paz, especialmente entre israelenses e árabes, o de comer, orar e dançar juntos.

Além da missão de propagar as danças como fonte de paz profunda, o Centro das Danças e Treinamento, criado por Douglas-Klotz, em 1982, na Califórnia, retoma o desejo de Samuel Lewis, de reatamento da tríade “Atuação-Liturgia-Ritual”. Para ambos, o ideal seria que essas danças fossem a própria religião de homens e mulheres livres, e que pudesse prover um fórum livre de celebração do que de melhor e mais profundo as tradições sagradas têm proporcionado à humanidade.

O aspecto ritual das DUP fica evidente quando se compreende que se trata de iniciação mística, embora livre de qualquer dogma. De acordo com Hazrat Inayat Khan⁸ (*apud* Douglas-Klotz, s/d.), “iniciação”, em um sentido mais amplo, significa a escolha para dar-se um passo em direção não conhecida. A transmissão das Danças da Paz Universal é geralmente feita nos moldes da tradição oral, ou seja, como as músicas são cantadas, recomenda-se que não sejam ensinadas através de gravações. É uma maneira de valorizar a prática da transmissão direta entre os mentores e os *mentees*, considerando que o aprendizado exige uma formação sistematizada, com sessões regulares ou imersões prolongadas, para o treinamento de líderes e mentores, que se tornam associados à rede internacional (DPU). Está em curso a formação de uma rede Brasil de DUP, considerando a grande quantidade de brasileiros praticando há mais de 30 anos.

O repertório tem crescido de acordo com a cultura de cada país, e no caso dos brasileiros, muitos têm desenvolvido coreografias honrando as três principais matrizes formadoras da cultura brasileira: a indígena, a africana e a portuguesa. Como já foi dito, muitas dessas canções tradicionais foram incorporadas ao movimento universal de Danças da Paz Universal. Já as canções provenientes do Oriente são escritas em aramaico, judaico, árabe ou hebraico. Algumas foram traduzidas para várias línguas, inclusive o português, ou simplificadas pelos tradutores, tornando-as mais legíveis e audíveis para nós, ocidentais. Durante os seminários e retiros de DPU há momentos em que apenas o canto, inclusive na língua de origem é evidenciado, geralmente acompanhado de instrumentos de percussão, prescindindo de qualquer outro movimento corporal, tamanha a beleza das melodias (vide figura 4).

⁸ Nascido em Baroda, Índia, numa família musical, fez iniciação ainda jovem nas quatro linhagens da Índia, em especial a Ordem Chishti. Ele foi encarregado por seu mestre a viajar para o leste e harmonizar as duas culturas, como representante das tradições musicais nativas Sufis Chishti, levando com ele a mensagem de amor, harmonia e beleza que era tanto a quintessência do ensinamento sufi quanto uma abordagem revolucionária à harmonização da espiritualidade do oriente e do ocidente, inspirada no despertar da humanidade para a divindade interior. Ver mais em Douglas-Klotz (2008).



Figura 4 - Ecoaldeia Atlântida- Colômbia - Semana Santa de 2024

Observamos a presença da ritualidade mística nessas rodas, especialmente pelo caráter coletivo, em uníssono, em que o movimento é acompanhado pela voz cantada, e eventualmente pelo acompanhamento de música ao vivo, sendo que o corpo atua nos dois registros de movimento, ao mesmo tempo sonoro e gestual. Na área da dança artística, Rudolf Laban observou que a voz é uma manifestação do movimento corporal, de maneira que a separação que fazemos aqui entre voz e movimento não é inteiramente correta, mas que nas danças da paz, estes registros (vocais/gestuais) acontecem de maneira independente, embora sincronizadas.

A somática na conexão corpo-voz

Muitas pesquisas e técnicas que abrangem a relação entre som e movimento, são advindas das contribuições da Educação Somática, justamente por propor uma aproximação holística da aprendizagem, sendo definida como “a arte e a ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio ambiente, estes três fatores sendo vistos como um todo agindo em sinergia” (Hanna In: Fortin, 1998, p. 40). A partir desse paradigma, quando tratamos do corpo como conhecimento artístico, nos deparamos com situações de aprendizagem e autoconhecimento. O produto poético é sempre resultado de algo que se modificou nas pessoas, e não apenas num nível de treinamento técnico ou de preparação corporal ou de qualidade expressiva, mas algo em sua corporeidade como um todo.

Nas discussões sobre os processos cênicos corporais, musicais, é comum a reflexão sobre a superação de dualidades, na busca de integrar o que parece ser mais relativo a um polo ou outro da existência humana, por exemplo, o que seria mais onda ou mais partícula. É sabido que a voz pode ser vista tanto como onda quanto como partícula, dependendo do contexto em que é analisada. Quando projetada a voz se torna onda sonora, cujas vibrações emitidas consistem em movimento de partículas (átomos e moléculas). Portanto, a voz pode ser analisada sob ambos os aspectos da dualidade. A voz falada ou cantada pode transitar pelos polos mais densos e sutis da matéria, dos sons mais graves ao mais agudos, colaborando com o movimento no sentido de que possamos atingir estados de consciência meditativos. A voz cantada nesse contexto ritual das DPU integra aspectos somáticos, tanto corporais quanto psíquicos-espirituais.

Podemos compreender esse fenômeno a partir da noção de integralidade corporal, considerando a percepção dos efeitos de harmonia gerados pelo gesto vocal, que atua na vida física e psíquica. Experimentei essa sensação de integralidade com a italiana Gratzia Annunziata, que trouxe para Recife, em 2002, o método de um discípulo de Moshe Feldenkrais (1904-1984), François Combeau, criador da Associação *Le Geste Vocal*, que desenvolveu seu próprio método, praticando e pesquisando todas as formas de expressão que passam pelo movimento e a voz.

Para Combeau, o gesto vocal é um ato global de nossa vida física e psíquica. Há comportamentos vocais, corporais e respiratórios adaptados e outros inadaptados ao contexto. As diferentes técnicas vocais são respostas a situações e contextos específicos, quer sejam sociais, culturais, profissionais, religiosos. A nossa voz é uma radiação que emana da nossa pessoa profunda. O método de Combeau permite que cada um encontre sua expressão gestual-vocal individual a partir da consciência de si mesmo no ambiente. A coordenação entre o movimento e a respiração e o som da voz é inicialmente realizada lentamente e gradativamente a velocidade dos movimentos varia, de tão lento, até tão rápido quanto possível (Araújo, 2008, p. 97).

Na prática somática da Body-Mind CenteringSM, assim como na prática com o gesto vocal nas DUP, tive a percepção de integralidade, pois ambas abordam a experiência de dentro para fora, explorando as sensações das vibrações, sejam densas ou sutis. Essas práticas, ainda que sejam coletivas, buscam aprofundar os conteúdos mais internos. No BMC, a sonorização atua junto com a respiração em cada órgão, glândula ou fluido, abrindo espaço interno e levando o corpo a mover pelo espaço externo. Nas DPU, o som pode ser sentido no coração, que geralmente conduz o movimento e assim aprofunda a passagem de ar para dentro e fora dos pulmões, ampliando a respiração abdominal, na medida em que cantamos

repetidamente as frases sagradas. Podemos observar as variações das sensações que ocorrem no corpo, ao repetir dezenas de vezes a mesma frase sonoro-gestual, que parece se situar na dimensão da vibração.

A vibração é considerada, pela abordagem do Body-Mind Centering (BMC)SM o primeiro padrão pré-vertebrado de desenvolvimento do movimento humano, e está relacionado às ondas sonoras e luminosas que atingem toda matéria. No BMC⁹ há o entendimento de que os padrões de vibração formam ondas de movimento das partículas gerando fluxo e refluxo de energia, alternando condensação e expansão. Através da vibração experimentamos nosso lugar dentro do campo da existência, nos sentimos seguros ou inseguros, em harmonia ou desarmonia.

O músico e filósofo indiano Hazrat Inayat Khan (1882-1927)¹⁰, trouxe para o ocidente o misticismo do som do oriente, e com ele, a ideia de que quem entende as vibrações, entende o que é a vida e o ser humano, formado não apenas de vibrações, mas rodeado por elas. Algumas vibrações são percebidas pela alma, outras pela mente e pelos olhos.

A mística nas danças da paz universal

“As Danças trabalham de dentro para fora, não de fora para dentro”
Samuel Lewis¹¹

Embora dando ênfase na história da dança, posso destacar a relação muito antiga do ser humano com o canto, seja cantos rituais, cantos de trabalho, os cantos de amor e de morte, e os cantos circulares, alguns destes conhecidos como mantras. Termo usado por Cecília Valentim (2016), *cantos circulares* podem designar tanto o canto gregoriano da tradição cristã, como o Zikr, na tradição Sufi, entre outras tradições, inclusive Guarani.

Esses cantos transformam dissonância em consonância, a incoerência em coerência e dissolvem as interferências que geram distorções em nosso padrão original, e restauram a vibração, onde somos puramente nós mesmos, compondo uma vibração maior do que todas as outras (Valentim, 2016, p. 24).

⁹ Conteúdo no módulo sobre Padrões Neurológicos Básicos, do Programa de Formação em Educador Somático no Brasil, abordagem criada por Bonnie Bainbridge Cohen (1941- presente): The School for Body-Mind CenteringSM. São Paulo, mimeo, 2017.

¹⁰ Vale ressaltar que Hazrat Inayat Khan iniciou o criador das danças da paz no Sufismo. Ver mais em: <https://peacedance.mn.co/posts/dances-of-universal-peace-the-ancestors-of-dances-of-universal-peace>

¹¹ Citado por Douglas-Klotz no site <https://dancesofuniversalpeace.org/aboutdancetimeline.shtm>

Ainda que haja uma diversidade de tradições no repertório das DPU, há uma ênfase nas danças provenientes do sufismo, atualmente transmitida por Douglas-Klotz, influenciando os atuais professores-mentores das Danças da Paz. Para ele, o Sufismo não é religião, não é filosofia, nem misticismo no sentido comum desta palavra, mas uma maneira de experimentar a realidade como sendo o próprio amor. O Sufismo nunca pertenceu a nenhuma raça ou religião, mas pode ser considerado como a essência de todas as religiões, embora tenha uma relação íntima com o Islã. A palavra *islam* significa *entrega* para a Realidade e a palavra *sufismo* significa *sabedoria*. Saadi escreve sobre sua preocupação em aprofundar esta tradição espiritual através das danças:

Nosso trabalho com as danças é mais que uma simples miscelânea de movimentos e cantos populares vindos de todo o mundo. Empenhamo-nos para evitar esse “garimpo do cultural sagrado” indicativo dos recentes movimentos da Nova Era (New Age), que é somente a contrapartida psíquica para o que a sociedade ocidental vem fazendo com os recursos da Terra e com os povos nativos (indígenas). É importante contar a história da nossa própria linhagem, para preservar o valor da transmissão sagrada, tornando-a uma causa comum com a dos outros herdeiros da sabedoria nativa (Douglas-Klotz, s/d, p. 4).

Samuel Lewis (*apud* Douglas-Klotz) amplia ainda mais a questão da identidade de um sufi, quando diz:

Estou há quase trinta anos no caminho sufi, [...]. O caminho parece resiliente o suficiente. Em nossa linhagem você poderia realmente ser judeu Sufi, um Sufi Cristão, um Sufi Muçulmano, até mesmo um Sufi agnóstico. Isso pode ser uma heresia para algumas pessoas, mas é assim que é o nosso caminho (Douglas-Klotz, 2004, p. 24).

Existe uma ciência sufi do misticismo do som que habilitou Lewis a escolher as frases sonoras na construção das primeiras Danças da Paz, com a função de preencher o corpo com ressonância e com o sentimento genuíno de cada tradição. O essencial é que os dançarinos deixem que as frases sagradas atuem por si mesmas, levando-os para a dimensão da sensação, a cada repetição das frases mânticas, em grande parte melódicas e ritmadas. Considerando que a expressão da voz é também respiração, é fácil perceber as mudanças sutis na respiração originadas por cada rodada de dança. A música, especialmente quando acompanhada de tambor e violão, acentua o ritmo da frase sagrada e cada participante pode sentir seu corpo enraizado e ao mesmo tempo, leve. “Se seus pés estão plantados na terra, então sua cabeça pode estar nas alturas” é uma frase referente ao êxtase, noção contida nas dez indicações ou chaves de como dançar (PeaceWorks International Network for the Dances of Universal

Peace 2001, p. 20) As chaves são: escutar, sentir, concentrar na frase sagrada, simplicidade musical, liberdade de parar e recomeçar, mover juntos, observar a respiração, êxtase, devoção, silêncio anterior e posterior à dança, agradecimento.

Aqui a noção de devoção é diferente da concepção ensinada pelas religiões organizadas do passado. Mais do que a devoção a algum mestre ou a qualquer livro, é a história dentro de nosso ser que importa. A devoção é um dos requisitos para as práticas, as quais podem radicalmente transformar a nossa realidade subconsciente. A simplicidade e profundidade sonora das frases musicais e as maneiras de dançar podem ser observadas nos exemplos que se seguem a título de ilustração:

1. Hokhmah Allatu (PeaceWorks International Network for the Dances of Universal Peace 2001, p. 190).

Palavras: tradicionais

Música: Neil Douglas-Klotz

Movimentos: Neil Douglas-Klotz e Kamae A. Miller

Esta é a quarta de uma série de danças que utilizam frases de antigas fontes do Oriente Médio, na idealização de várias faces da Grande Deusa. Esta Dança usa o nome de Sabedoria Sagrada/Sentido Sagrado em hebraico (Hokhmah), muitas vezes conhecida por seu nome grego Sophia, bem como uma forma cananéia do nome para Unidade Sagrada (Allatu), literalmente 'Unidade aqui e agora'. Essa dança utiliza um círculo externo, o qual forma o espaço no qual parceiros ou pequenos grupos se movimentam:

1. *Hokhmah Allatu Hokhmah Allatu*

2. *Hokhmah Hokhmah*

3. *Allatu*

Hokhmah Allatu

(Key of Dm, Open Tuning)

Hokh - - - mah Al - - - la - tu,

(Spoken) Hokh-mah Hokh-mah Al - la - tu, Hokh-mah Hokh-mah Al - la - tu

Hokh - - - mah Al - - - la - tu, Al - la - tu,

Hokh-mah Hokh-mah Al - la - tu Hokh-mah Hokh-mah Al - la - tu

Figura 5 - partitura de uma das canções do ciclo nativo do Oriente Médio

Frase 1. Círculo externo: Passo à direita, os quadris se movem formando a 'figura oito' e liderando o movimento. Frase 2. Círculo interno: Dançarinos de frente um para o outro em pares ou grupos. Com passos laterais em sentido anti-horário, as mãos se unem de baixo para cima, até a altura do coração, suavemente em cada repetição de *Hokhmah*, simbolizando o encontro da comunidade na mesa da santa sabedoria, relacionada ao florescimento na primavera. Frase 3. As mãos se abrem em direção ao parceiro ou grupo.

2. *Pai Nosso em aramaico - Pai/Mãe do cosmos* (vide PeaceWorks International Network for the Dances of Universal Peace 2001, p. 157)

PRIMEIRA LINHA - Abwoon d'bashmaya

(Key of Cm, OpenTuning)

A - bwoon d' ba - shm - a - ya, A - bwoon d' ba - shm -
 Al - la - ha, Al - lah, E - lo - him, E - lat, — Al - la - ha, Al - lah, E -
 a - ya, A - bwoon d' ba - shm - a - - ya, A -
 lo - him, E - lat, Al - la - ha, Al - lah, E - lo - him, E - lat, —
 bwoon d' ba - shm - a - - ya, A - a - ya, A -
 Al - la - ha, Al - lah, E - lo - him, E - lat.
 bwoon, A - bwoon, A - bwoon, Hayy! A -



Originator-approved write-up collected by
Dances of Universal Peace International

2017
MLCA

Figura 6 - partitura primeira linha da oração Pai Nosso em Aramaico

Em resumo, temos 3 fases de movimentos: Fase 1 - Abwoon d'bashmaya: 1. Abwoon 2. d'ba 3. Shmaya 1. De mãos dadas em círculo, inclinamos a parte superior do tronco (na altura do coração) e baixamos a cabeça na direção do peito, cantando para o coração. 2. Levantamos a cabeça e a parte superior do tronco. Os movimentos 1 e 2 expressam simbolicamente a relação individual com a Unidade divina e são baseados nas formas tradicionais de oração corporal do Oriente Médio. 3. Seguindo o coração, a parte superior do tronco traça um arco em forma de meia-lua ou cálice da esquerda para a direita, enquanto damos um passo lateral para a direita. Na repetição da frase, o círculo vai para à esquerda e damos um passo para a

esquerda também. Quando o líder sente que a energia foi estabilizada e o grupo entrou em harmonia, dá o comando para que o círculo vá só para à direita, progredindo.

FASE 2 (Contra-melodia) - Alhada Allah Elohim Elat. Refere-se aos nomes de Deus em aramaico (Allaha), árabe (Allah), hebraico (Elohim) e na língua antiga de Canaã (Elat). Esses nomes sagrados do nativo islamismo, cristianismo, judaísmo e do antigo Canaã (o matriarcado primitivo) e da tradição babilônica, todos derivam da mesma raiz, ou EL AL, que significa "o Uno" apontando assim para a Unidade divina subjacente de toda a criação, bem como o mistério de sua Fonte. 4. Todos continuam com os mesmos movimentos de 1 a 3.

FASE 3 - "Abwoon, Abwoon, Abwoon, Hayye" 5. Abwoon 6. Abwoon 7. Abwoon 8. Hayye (Vida!) 5. Enquanto vamos para a direita, movemos a cabeça em forma de uma cruz. De mãos dadas, virar a cabeça em direção ao ombro direito, enquanto o pé direito dá um passo lateral para direita. 6. Virar a cabeça para a esquerda, enquanto o pé esquerdo se junta ao pé direito. 7. Erguemos a cabeça, olhando para cima, ao mesmo tempo que damos um passo para a direita (com o pé direito). 8. Baixamos a cabeça na direção do coração, enquanto o pé esquerdo dá um passo para a direita para se juntar com o pé direito. Em resumo, a gestualidade dessa linha ou frase contém a verticalidade no gesto da palavra *Abwun* e a horizontalidade na altura do coração, no movimento relativo à palavra *d'bwashmaya*. Veremos adiante como cada som ou fonema possui variados significados no idioma original.

A mística e a somática da voz e respiração

Um aspecto interessante a observar é a relação entre os estudos da somática da voz e da respiração ocidental e as práticas de respiração orientais espiritualistas. Apesar das diferenças de metodologias, o objetivo principal é o de autoconhecimento e consciência corporal. Douglas-Klotz (1997) compreende que as raízes latinas da palavra espiritual deriva da palavra respiração, de maneira que algumas escolas espirituais incluem em suas práticas vários tipos de respiração, entre elas, a Yogue, a Vipassana, Zen meditação e práticas de respiração sufi. Ao comparar as atitudes em relação à consciência da respiração entre as escolas espirituais e as abordagens de principais pioneiros da psicologia somática ocidental, como Elsa Gindler, Wilhelm Reich, Gerda Alexander e F. M. Alexander, este autor observa

que as diferenças são mais uma questão de ênfase do que de substância. Sobre a relação entre o espiritual e a respiração, ele escreve¹²:

[...] cada experiência, terapia ou prática envolve a consciência proprioceptiva e/ou cinestésica da respiração em um corpo humano. Uma vez treinada, essa consciência pode levar a efeitos somáticos observados e descritos, porém interpretados. A partir de um ponto de vista científico social, o corpo humano é o campo comum de tal auto-estudo (Douglas-Klotz, 1997, p. 65). Nas tradições do Oriente Médio, especialmente naquelas que dizem respeito a textos em hebraico, aramaico ou árabe, a mesma palavra (ruach, hebraico; ruha, aramaico; ruh, árabe) pode ser traduzido como “respiração”, “vento”, “ar” ou “espírito” e indica uma conexão entre a alma e a Unidade divina. A termo diferente nessas línguas (nephesh, hebr.; naphsha; aram.; nafs, Árabe.) também pode ser traduzido como “respiração”, mas implica o eu pessoal ou subconsciente que ainda não percebeu totalmente sua conexão com o divino (Douglas-Klotz, 1997, p. 71).

[...] poderia definir a espiritualidade como o campo de estudo que investiga a prática, experiência ritual e fenomenológica em contraposição à experiência religiosa crença, teologia e organização. Embora a academia muitas vezes veja espiritualidade como um sub-ramo dos estudos religiosos, pode-se também considerá-la a base primária a partir da qual a “religião” em sua concepção ocidental desenvolvido. Apropriadas ao presente tópico, as raízes latinas da palavra espiritual derivam da palavra respiração. Entre as escolas espirituais, uma pode incluir vários tipos de respiração: Yogue, Vipassana e Zen meditação e práticas de respiração sufi (Douglas-Klotz, 1997, p. 64).

Em todas as modalidades pesquisadas pelo autor, há um entendimento da não separatividade entre respiração e corpo, respiração e a mente, mente e corpo, considerando a importância de uma mudança espiritual-emocional integrada, para o pleno uso da respiração livre das tensões habituais. Nesse sentido, as práticas, da maneira como acontecem, com o uso pleno da voz, seja ela falada ou cantada, aliada ao ritmo e a movimento em uníssono, tem permitido aos praticantes o sentimento de harmonia, de homeostase e autorregulação, na medida em que utilizam a respiração de maneira natural e ao mesmo tempo sagrada. As coreografias também equilibram diferentes dimensões espaciais ao alternar entre verticalidade, horizontalidade e sagitalidade. Isso se manifesta tanto nos movimentos das partes do corpo (cabeça, tronco, braços, pernas) quanto nas direções dos deslocamentos em círculos ou fileiras. Entendendo a própria somática como uma área integrativa, nesse contexto, a experiência somática nas danças da paz transcende as percepções físicas corporais ligadas à expressão vocal, abrangendo aspectos da corporeidade energética e espiritual, especialmente os existenciais, os quais fazem parte da pesquisa artística.

¹² Tradução livre do texto original em inglês.

Como venho aprofundando a experiência com o sufismo não apenas no repertório das Dups, e mais recentemente, com a tradição *Naqshbandi*, tenho percebido que aquele som sagrado, respiração e corporalização do som pelo movimento, são essenciais. Um exemplo de exercício meditativo nas práticas matinais sufi *Naqshbandi* com os nomes de Deus/Allah - *Ya-Hai/Ya-Hu* (Ó vivente, Ó Ele) que são recitadas, como foco na respiração e no movimento de alternância do corpo para os lados, cuja repetição no círculo, permitem gerar energia de paz e harmonia pessoal. Já na meditação sufi, presente nas danças da paz, pode ser usada tomando como base os chakras: Inspira com *Ya-Hayy* (energia vital universal), passando por cada centro de energia, de cima para baixo e expira com *Ya-Nur* (aquele cuja luz ilumina o coração), subindo até o topo da cabeça. Ou pode ser entoado os nomes *Ya Shafi/Ya Kafi* (Divino sanador, poder de sanção¹³), associados a cada elemento da natureza.

No texto *A conversation with Neil Douglas-Klotz* (2004), o autor descreve sua experiência com as práticas do sufismo¹⁴, onde trabalhou com a consciência corporal, com a respiração e com o movimento, como uma forma de dança ou movimento. Estava se referindo às Danças da Paz Universal, onde não há apenas a própria experiência, mas também uma possibilidade de estar em relacionamento com os outros. Ao experimentar as práticas ele ia se tornando mais consciente do que estava acontecendo dentro dele, das emoções e também de suas sensações somáticas. Sentiu-se desafiado a integrar essas sensações, de maneira diferente como tinha vivenciado em outras práticas espirituais que chamou de “desincorporadas”, as quais falavam principalmente sobre sair de seu corpo.

Seu corpo era o problema. Pare seus pensamentos e saia do seu corpo. A direção principal da prática parecia ser atirar sua consciência através de seu chacra coronário e saia. Isso resolveria seus problemas.. Os sufis foram na outra direção. Eles disseram: “Abra seu coração e seu coração integre todas essas dimensões da sua experiência”. [...] Os sufis tinham sua própria linguagem para isso, e assim eles foram capazes de me recompor e me ajudar a integrar essas experiências e estados de consciência durante vários anos e depois trazê-los na vida cotidiana (Douglas-Klotz, 2004, p. 23).

¹³ Há diversas canções ou danças-músicas que remetem ao tema de cura, em várias tradições, como por exemplo, os Kyries do cristianismo: *Kyrie Eleison, Christe Eleison* – Senhor tende piedade de nós, Cristo tende piedade de nós ou tenha misericórdia, ou me deixe ser um instrumento de misericórdia. As frases *Ana, Elna, Rafanalá* e *Ali v'er ehnu-lah* referem-se à profeta Miriam e aos processos de cura a ela relacionados. Ela representa nossa conexão com a fonte profunda do Fluxo Divino Feminino.

¹⁴ Este autor diz que, historicamente, os Sufis não eram adeptos de qualquer escola de interpretação do Corão e isto não agradou aos fundamentalistas, de maneira que alguns países islâmicos proibem práticas sufi. Compreende, portanto, a existência da linhagem dos dervixes sufis contemporâneos, como mantenedores de uma tradição que sobrevive à margem de qualquer religião dogmática oficial.

Seu entrevistador comenta que, diferente dos movimentos espirituais considerados como Nova Era, que mostravam uma inclinação para buscar as elevações espirituais e tentar escapar da vida cotidiana, a espiritualidade saudável deve de alguma forma nos fazer mais presentes no mundo, mais disponíveis, mais envolvidos no ser humano.

Encontrei em Hazrat Inayat Khan (1991) a afirmação que os iniciados no sufismo são como estudantes de música, na medida em que treinam tanto a voz quanto o ouvido na harmonia da vida. “O treino da voz consiste em estar atento a cada palavra falada, seu tom, ritmo, significado e adequação à ocasião” (Inayat Khan, 1975, p. 136). A música, em especial, o canto é considerado um alimento de alma, tamanho o mistério que guarda em suas variadas manifestações, pois são feitas de vibrações, que contêm muitos segredos. “As vibrações da música libertam a alma e tiram da pessoa todo o peso que a mantém presa” (Inayat Khan, 1975, p. 2).

Comparada à música instrumental e ao movimento corporal, Hazrat Inayat Khan diz que a música vocal é considerada mais elevada porque é natural, passa pelo coração, vem diretamente da alma, como a respiração. “A voz possui todo o magnetismo que falta a um instrumento, pois a voz é o instrumento ideal no qual todos os demais instrumentos se baseiam ao serem fabricados” (Inayat Khan, 1975, p. 147).

Neste sentido, ao observar o papel dos sons da fala na geração de vibrações e harmonia, compreendo que é necessário que haja algum movimento corporal, ainda que interno, para que a fala ou o canto seja expressado, considerando todo o sistema respiratório-fonador com seus órgãos, mas também ao experimentar a potencialização desta expressão vocal, quando aliada ao movimento corporal gestual mais amplo. Recorrendo aos fundamentos da Antroposofia¹⁵, percebo que a relação entre movimento e som da voz é a base da Eúritmia¹⁶ da fala e tonal, mas também em seus aspectos artísticos, pedagógicos e curativos. A relação intrínseca entre o movimento e o som da música instrumental, ou entre os fonemas de uma poesia e o gesto, fazem da eúritmia uma abordagem de percepção do espaço interno e externo.

O fenômeno da fala nos permite observar a plasticidade dos fonemas e da língua enquanto músculo. As consoantes têm o princípio escultor e dão a forma, e as vogais têm a

¹⁵ Antroposofia é o nome dado à Ciência espiritual criada pelo filósofo e educador Rudolf Steiner (1861-1925).

¹⁶ A Eúritmia foi desenvolvida desde 1912, na Alemanha, sob a orientação e criação do filósofo e educador austríaco Rudolf Steiner (1861-1925).

fluidez, atuando nas funções dos órgãos e dos sentimentos. Os exercícios eurítmicos¹⁷ (Kirchner-bockolt, 2009) utilizam-se das vogais, dos fonemas, de desenhos de formas (retas e curvas), ritmos, polaridades, tridimensionalidade do som, atuando com deslocamentos e movimentos de corpo inteiro, com ênfase nos gestos de braços e mãos. Verbo é uma ação, algo em movimento, que nos remete também a imagens, melodias, sentimentos. Se há diferença entre som e tom, no canto unimos os fonemas ao tom, gerando a melodia, a harmonia e o ritmo, sendo então as vozes, vozes de corpo inteiro.

Em ambas as práticas aqui citadas (DPU e Euritmia) considera-se que a força vital vem do cosmos e que a vivenciamos através do movimento, seja sonoro ou gestual. Quando falamos ou cantamos, refazemos essas forças espirituais plasmadoras das forças vitalizantes humanas.

O Pai Nosso em Aramaico (*Aramaic Prayer of Jesus*) (Douglas-Klotz, 1999, p. 32):

Abwun d'bwashmaya
Nethqadash shmakh
Teytey malkuthakh
Nehweyntzeyyanach aykanna d'bwashmaya aph b'arha.
Hawvlan lachma d'sunqanan yaomana,
Washboclan khaubayn wakhtahayn aykana daph khan shbwoqan l'khayyabayn.
Wela tahla l'nesyuna Ela patza min bisha.
Metol dilakhie malkutha wahayla wateshbukhta
l'ahlam almin.
Ameyn.

Segue a tradução em português:

Ó força procriadora! Pai-Mãe do Cosmos
Focaliza tua luz dentro de nós, tornando-a útil.
Crea Teu reino de Unidade, agora
O Teu desejo Uno atue então com o nosso,
assim como em toda luz e em todas as formas.
Dá-nos todos os dias o que necessitamos em pão e entendimento.
Desfaz os laços dos erros que nos prendem, assim como nós soltamos as amarras com que aprisionamos a culpa de nossos irmãos.
Não permitas que as coisas superficiais nos iludam,
mas liberta-nos de tudo o que nos detém.
De ti nasce toda vontade reinante, o poder e a força viva da ação,
a canção que se renova de idade a idade e a tudo embeleza.
Verdadeiramente - poder a esta declaração-
que possa ser o solo do qual cresçam todas as minhas ações.
Amém

¹⁷ Euritmia se escreve de maneira diferenciada (com um 'r' apenas), diferente da palavra Eurritmia, criada por Dalcroze.

Podemos compreender de que maneira essas forças vitalizantes atuam durante a vivência da oração cantada e dançada do Pai Nosso em Aramaico (Pai-Mãe do Cosmos), a partir da análise de cada frase, fonema ou som, feita por Douglas-Klotz (1999). Samuel Lewis queria começar duas revoluções antes de morrer: a primeira seria começar as DUP para melhorar o diálogo entre Oriente e Ocidente, e a segunda seria através do Pai Nosso em aramaico, mas este ele não conseguiu realizar, e deixou para seu discípulo fazê-lo. No seu livro *Orações do Cosmos*, Douglas-Klotz (1999 p. 30) escreve que as palavras aramaicas de Jesus ecoam através das eras e “tocam âmago de nossos dilemas e questionamentos”, pois tais palavras nos confrontam com o Cristo Cósmico. Nesta obra o autor apresenta cada frase em aramaico, comparando-a com a versão bíblica, além de apontar a qualidade das letras e fonemas, quando respiradas e pronunciadas em cada oração corporal.

Bem distinto do grego, o aramaico não tem divisões rígidas entre meios e fins ou entre qualidades internas e ações externas. Ambas as polaridades estão sempre presentes. Quando Jesus refere-se ao “reino dos céus”, este reino está sempre dentro e em volta de nós.

Aquelas fronteiras arbitrárias do grego entre “mente”, “corpo” e “espírito” não existem. Além disso, da mesma maneira como as línguas irmãs - hebraico e árabe - o aramaico pode expressar diferentes níveis de significado. [...] Por exemplo, a mesma palavra pode ser traduzida por “nome”, “luz”, “som” ou “experiência” “Céu” em aramaico não é um conceito metafísico, mas apresenta a imagem “da luz e do som resplandecendo através de toda criação”¹⁸ (Douglas-Klotz, 1999, p. 19).

Cada linha da oração tem, por sua vez, desdobramentos que ampliam os significados. Como exemplo disto, podemos citar a primeira linha, descreve nosso nascimento na Unidade: *Abwun d'bwashmaya*, que no evangelho bíblico de Mateus foi traduzido por “Pai Nosso que estais no céu”, mas em aramaico tem as seguintes interpretações:

*Ó força procreadora! Pai/Mãe do cosmos,
Tu creas tudo o que se move na luz.
Ó Tu! Respiração viva de tudo o que existe,
Creador do som vibrante que nos toca.
Respiração de todos os mundos,
ouvimos o Teu respirar - dentro e fora - em silêncio.
Fonte do som: no troar e no murmúrio,
na brisa e no tornado, ouvimos o Teu Nome.
Radiância Única: Tu resplandesces dentro de nós,
fora de nós - até na escuridão - quando nos lembramos.
Nomes dos nomes, nossa pequena identidade
se desdobra em Ti e Tu a devolves, como lição.
Ação sem palavras, potência silenciosa,
onde ouvidos e olhos despertam, aí o céu advém.*

¹⁸ Do latim *creator*.

Óforça procreadora! Pai/Mãe do cosmos.

Este autor dá mais exemplos da riqueza do aramaico ao analisar cada palavra da primeira linha da oração *Abwun d'bwashmaya*. Em resumo, *Abwoon* pode ser traduzida como a luz e som do propósito individual saudável e profundo do coração, a manifestação através de mim unindo céu e terra, todos os mundos visíveis e invisíveis. “de acordo com a ciência mística dos sons e das letras, que é comum tanto para o hebraico como para o aramaico, a palavra *Abwun* vai além de nossos conceitos mutáveis de “masculino” e “feminino” e aponta para o processo cósmico de dar à luz” (Douglas-Klotz, 1999, p. 35). Cada letra tem um som e significado:

A - O absoluto, o ser único, fonte de todo poder e estabilidade [...].

bw - um nascer, uma criação, um fluxo de bênçãos, como do dentro deste Uno para nós.

u - A respiração ou o espírito que carrega este fluxo, ecoando o som do respirar e incluindo todas as forças que agora chamamos magnetismo, vento, eletricidade, e mais. Este som é ligado à frase aramaica *rukha d'qudsha* que, mais tarde, seria traduzida como “Espírito Santo”.

n - A respiração da vibração criativa do Uno ao tocar e interpenetrar a forma [...]. Este som ecoa na terra, e o corpo vibra ao entoar lentamente o nome do todo: *Ah-bw-u-n* (Douglas-Klotz, 1999, p. 37).

O resto da frase completa a moção divina da criação. Em *d'bwashmaya* a raiz central encontra-se no meio - *shm*. Desta raiz é derivada a palavra *shem* que pode significar luz, som, vibração ou palavra. Na oração corporal sugerida pelo autor, ao inspirar e entoar o som *abwun*, observamos a maneira como este som ressoa em nosso corpo, como os batimentos cardíacos, respiração, peristalse, ou seja, as atividades que acontecem sem nossa atenção. na dança em círculos, fazemos movimentos verticais com a cabeça, para a diagonal direita e depois esquerda. ao expirar o som *d'bwashmaya*, sentimos como a respiração volta a toda a criação. “Nossa respiração alimenta as plantas e a respiração delas nos alimenta. O intercâmbio nos une a Deus” (Douglas-Klotz, 1999, p. 39). Essa palavra traz o gesto horizontal iniciado pelo coração de pêndulo da esquerda para a direita e retorna.

Assim como na palavra *d'bwashmaya*, a segunda linha da oração *Nethqadash shmakh*, na qual é sugerido inspirar ou inalar *Nethqa* e exalar *dashmack*, o radical *sham* contém ao mesmo tempo luz e amor e ao entoar a palavra em aramaico *Nethqadash shmakh*, podemos sanar no coração qualquer coisa que necessitamos. O restante da oração vai nos levando do Eu ao Nós e nos faz refletir sobre nossa condição humana e ao mesmo tempo cósmica, considerando que o efeito do “místico” não é mistificar, mas levar-nos a um melhor relacionamento com o cosmos.

A importância dos aspectos dança e música reside na sua capacidade integrativa e organizadora nas práticas rituais de dança da paz. Neste ponto da jornada, marcada pela constante mutação e repadronização da experiência com as danças da paz, percebo que os gestos sonoros se transformam em expressões do corpo em sua totalidade, vozes de corpo inteiro. Ainda sinto o suporte dos diversos círculos concêntricos de pessoas reunidas, que se configuram como mandalas no espaço, facilitando a abertura para uma nova integração entre o inconsciente e o consciente. Novos começos e finais inconclusivos combinam com a seguinte poesia de Rumi encontrada em Marcelo Porto (1992):

*Quando as ondas do pensamento surgem
do Oceano da Sabedoria
Assumem as formas do som e da fala
Estas formas de fala morrem e nascem de novo
Estas ondas voltam outra vez ao Oceano
A forma nasce dO que não tem forma
E segue, porque Em verdade a Ele regressamos*

Rumi, poeta e Mestre Sufi do século XIII

Referências

ARAÚJO, Márcia Virgínia Bezerra de. **Gestos Cantados: uma proposta em dança-coral a partir de princípios rituais**. Tese (Doutorado) Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2008. Salvador, PPGAC, UFBA, 2008..

ARAÚJO, Márcia Virgínia Bezerra de. Voz e movimento: pedagogia do corpo mântico In: ALEIXO, Fernando; MARTINS, Janaina; JACOBS, Daiane Dordete [orgs.]. **Práticas e Poéticas Vocais**. Uberlândia: EDUFU, 2016, vol. 2, pp. 27-58. Disponível em https://www.academia.edu/8516061/Voz_e_Movimento_Pedagogia_do_corpo_m%C3%A2ntico

BAINBRIDGE COHEN, Bonnie. **Padrões neurológicos básicos de desenvolvimento**. Apostila de curso. Programa de Educador Somático. São Paulo: School for Body-Mind Centering, 2017. Não publicado.

DOUGLAS-KLOTZ, Neil. **O Livro Sufi da Vida. 99 trilhas do Coração para o Dervixe Moderno**. Eugene, Oregon: Escola Sufi Shakur, 2008.

DOUGLAS-KLOTZ, Neil. **Sabedoria do Deserto**. Rio de Janeiro: Record, 1996.

DOUGLAS-KLOTZ, Neil. **Orações do Cosmos: Reflexões sobre as palavras de Jesus em aramaico**. São Paulo: Triom, 1999.

DOUGLAS-KLOTZ, Neil. **The Natural Breath: Towards Further Dialogue Between Western Somatic and Eastern Spiritual Approaches to The Body Awareness of Breathing**. In: *Religious Studies and Theology*. Saskatoon: University of Saskatchewan. Volume 16, Number 2, pp. 64-79, december 1997. Disponível em https://www.academia.edu/65106554/The_Natural_Breath_Towards_Further_Dialogue_Between_Western_Somatic_and_Eastern_Spiritual_Approaches_to_the_Body_Awareness_of_Breathing?sm=b&rhid=28725368392. Acesso em: 15, jul, 2024.

DOUGLAS-KLOTZ, Neil. **A conversation with Neil Douglas-Klotz**. *Spirituality and Health International*. © Whurr Publishers Ltd: Volume 5, Issue 1, 2004, . Disponível em https://www.academia.edu/110362096/A_conversation_with_Neil_Douglas_Klotz. Acesso em: 15, jul, 2024.

DOUGLAS-KLOTZ, Neil. **Danças da Paz Universal: Missão Sagrada e Transmissão. Um relato sobre Centro das Danças e Treinamento (1982 - 1992)** s/d. Não publicado. Disponível em <http://www.bahaistudies.net/asma/dancesofuniversalpeace.pdf>. Acesso em: 15, jul, 2024. Acesso em: 15, jul, 2024.

FORTIN, Sylvie. **Educação Somática: novo ingrediente na formação prática em dança**. In: *Cadernos do Gipe-Cit n. 2*, pp. 40-55, nov 1998.

KIRCHNER-BOCKOLT, Margarete. **Elementos Fundamentais da Eurytmia Curativa**. São Paulo: Antroposófica, 2009.

INAYAT KHAN, Hazrat. **A mensagem sufi: a vida interior, o objetivo da vida, o misticismo do som**. Porto Alegre: FEEU, 1975.

INAYAT KHAN, Hazrat. **Excerpts from Hazrat Inayat Khan, The Mysticism of Sound and Music**. Geneva: The International Headquarters of the Sufi Movements, 1991. Disponível em <https://www.dancesofuniversalpeace.org/ResourceDir/Articles/Excerpts%20Mysticism%20of%20Sound%20and%20Music.pdf>. Acesso em: 15, jul, 2024.

LEWIS, Samuel L. **Spiritual Dance and Walk: An Introduction to the Dances of Universal Peace and Walking Meditations of Samuel Lewis**. California: Peace Works, International Center for the dances of Universal Peace, 1993.

PeaceWorks International Network for the Dances of Universal Peace. **Foundation dances & walks: Dances of Universal Peace. A Manual for Mentors, Certified Teachers and Mentees**. Seattle, WA: Copyright, 3rd revised edition, 2001. Acesso em: 15, jul, 2024.

PEIXOTO, Mansur. **As marcas da Civilização Islâmica no Nordeste Brasileiro (2024)** Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=LaEFipmPalw>. Acesso em: 20, jun, 2024.

PORTO, Marcelo Firpo de Souza. **Razões do Verbo e outros ciclos poéticos**. Rio de Janeiro: Fractal. Ed., 1992.

STEINER, Rudolf. *Euritmia Terapêutica*. São Paulo: Antroposófica, 2012.

TOSTES, Angelica. Múltipla pertença, identidades e o diálogo ocidente-oriental no pós-colonialismo. In: TOSTES, Angelica; RIBEIRO, Cláudio Oliveira [orgs.]. *Religião, Diálogo e Múltiplas Pertenças*. São Paulo: Annablume, 2019.

VALENTIM, Cecília. A arte do Ser cantante. In: ALEIXO, Fernando; MARTINS, Janaina; JACOBS, Daiane Dordete [orgs.]. *Práticas e Poéticas Vocais*. Uberlândia: EDUFU, 2016, vol. 2, pp. 15-25.. Acesso em: 15, jul, 2024.

ZIMMERMANN, Elizabeth. Individuação em contato com o corpo simbólico. In: ZIMMERMANN, Elizabeth [org.]. *Corpo e Individuação*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011, pp. 155-203. Coleção reflexões junguianas.

Artigo recebido em 11/06/2024 e aprovado em 21/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54297>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Márcia Virgínia Araújo - Professora do curso de Licenciatura em Dança da UFPE. Formação continuada em Pedagogia Waldorf (Associação Pedagógica Waldorf do Recife). Certificada pela School of Body-Mind Centering -BMC . Formação em andamento em Arteterapia. Certificada pela Internacional Network for the Dances of Universal Peace. Formação continuada em Danças Circulares. Participa do Projeto Girando nos Parques do Recife, como focalizadora de Danças Circulares. Pesquisa as áreas de Educação Somática, dança e saúde, metodologia e ensino de dança, voz e movimento, danças e cânticos de tradições espirituais. Coordena o grupo de Pesquisa "CORPO-CONEXÃO: Estudos do Movimento Somático na arte da Dança, na Educação e na Saúde", com as linhas de pesquisa Educação Somática, Pedagogias do Corpo e Processos de Criação; Terapias pelo movimento: corporeidades e coletividades contemporâneas. marcia.baraujo@ufpe.br.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9078732874183056>
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8873-7380>

ⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Um olhar Bakhtiniano sobre a construção vocal de pessoas com diversidade de gênero

Isadora Bitencourt ⁱ

Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, Porto Alegre/RS, Brasil ⁱⁱ

Resumo - Um olhar Bakhtiniano sobre a construção vocal de pessoas com diversidade de gênero

A voz é multifacetada, compreendendo sua materialidade fônica e a subjetividade do falante. Ela é única para cada indivíduo e serve como índice de presença na enunciação. Para pessoas transgênero, a voz é uma característica marcante do gênero em transição e uma queixa frequente na clínica fonoaudiológica. Embora haja uma lacuna nos estudos sobre a voz na linguística, filosofia e outras áreas, existem aproximações entre voz e linguagem. Este trabalho reflete sobre a voz transgênero como ferramenta de identificação, usando Bakhtin e o Círculo, focando nas relações sociais que permeiam o discurso dessa população. Serão abordadas entonação, vozes sociais, alteridade e corpo grotesco, com vinhetas clínicas para análise teórica dos efeitos da voz na identidade de gênero, alinhando-se às teorias bakhtinianas e destacando a voz na constituição do sujeito falante.

Palavras-chave: Voz. Discurso. Transgênero. Bakhtin. Social.

Abstract - A Bakhtinian look at the vocal construction of people with gender diversity

The voice is multifaceted, encompassing its phonic materiality and the speaker's subjectivity. It is unique to each individual and serves as an index of presence in enunciation. For transgender people, the voice is a notable characteristic of transitioning gender and a frequent complaint in speech therapy clinics. Although there is a gap in voice studies within linguistics, philosophy, and other fields, there are connections between voice and language. This work reflects on the transgender voice as a tool of identification, using Bakhtin and the Circle, focusing on the social relations in this population's discourse. Intonation, social voices, alterity, and the grotesque body will be addressed, with clinical vignettes for theoretical analysis of the effects of voice on gender identity, aligning with Bakhtinian theories and highlighting the voice in the constitution of the speaking subject.

Keywords: Voice. Speech. Transgender. Bakhtin. Social.

Resumen - Una mirada bajtiniana a la construcción vocal de personas con diversidad de género

La voz es multifacética, comprendiendo su materialidad fónica y la subjetividad del hablante. Es única para cada individuo y sirve como índice de presencia en la enunciación. Para las personas transgénero, la voz es una característica notable del género en transición y una queja frecuente en las clínicas de fonoaudiología. Aunque hay una laguna en los estudios sobre la voz en la lingüística, la filosofía y otras áreas, existen aproximaciones entre voz y lenguaje. Este trabajo reflexiona sobre la voz transgénero como herramienta de identificación, usando a Bajtín y el Círculo, enfocándose en las relaciones sociales que impregnan el discurso de esta población. Se abordarán la entonación, las voces sociales, la alteridad y el cuerpo grotesco, con viñetas clínicas para el análisis teórico de los efectos de la voz en la identidad de género, alineándose con las teorías bajtinianas y destacando la voz en la constitución del sujeto hablante.

Palabras clave: Voz. Discurso. Transgénero. Bajtín. Social.

Introdução

Pensar a voz pode parecer tarefa fácil do ponto de vista fisiológico, se for apenas considerada como onda sonora formada a partir do ar expulso pelos pulmões atravessando as pregas vocais. No entanto, como significar a voz? Eis o desafio lançado nesta reflexão. Fato é que a voz figura um objeto multifacetado e escorregadio, o qual não se esgota numa única área do conhecimento. Entretanto, há um ponto em comum a todas as áreas que se interessam pela voz: ela pertence ao ser humano em sua mais íntima singularidade.

No presente artigo, dediquei-me a refletir acerca de uma temática que mobilizou minha posição enquanto fonoaudióloga clínica de um ambulatório dedicado ao acolhimento de pessoas Trans, travestis e não binárias. As queixas relacionadas à voz de pessoas em transição de gênero ultrapassaram as barreiras físicas e acústicas as quais são objeto de conhecimento da fonoaudiologia. Para que o debate fosse possível, foi realizada uma análise sobre a relação voz e linguagem, a qual permite estabelecer uma concepção de sujeito que busca identificação através da voz.

Foi na tentativa de “(des)epistemologizar¹ a clínica”, utilizando um termo de Sofia Favero (2020), que a discussão proposta mergulhou nos estudos da linguagem, a fim de refletir sobre a queixa de voz trazida pelas usuárias do ambulatório de uma forma que contemplasse todas as vozes sociais² que estavam contidas em seus discursos.

As discussões sobre despatologização têm ampliado uma compreensão específica de cidadania para travestis e pessoas trans, de disputa e resgate a conceitos como autonomia e normalidade. Tais discussões geralmente se dão através do entendimento de que o enquadre psiquiátrico é capaz de produzir determinados contextos de vulnerabilidade, pois patologizar é um “fazer” que não se encerra na clínica. Pelo contrário, entende-se que a “patologia do gênero” diz respeito a um cenário bastante amplo, no qual estão situados os sujeitos do processo terapêutico, os operadores de saúde e os aparatos institucionais. Assim, é pouco prudente desenvolver um debate sobre despatologização que se reduza às paredes de um consultório, tampouco às diretrizes inscritas nos códigos psiquiátricos e psicológicos, uma vez que ela se refere a um quadro histórico e social (Favero, 2020).

Desenvolver contrapontos a um protocolo nosológico preestabelecido passou a ser o maior desafio dentro da clínica fonoaudiológica. Como tratar pessoas que não estão

¹ A autora, trans e psicóloga, como ela se apresenta, propõe o termo “(des)epistemologizar a clínica” numa tentativa de visão despatologizadora do ambiente clínico como forma de acolher o sujeito. “Nesse sentido, não basta agir acima do “objeto”, sendo necessário criar algo para lidar com uma linha de pensamento. Em outras palavras: é preciso superar a despatologização do gênero e caminhar em direção a uma despatologização epistemológica” (Favero, 2020).

² Conceito Bakhtiniano que será abordado ao longo do presente estudo.

doentes? Através da escuta de histórias, apresentadas tendo a voz como ferramenta de enunciação, de presença e sofrimento, foi iniciado o percurso de uma atuação pautada na subversão da norma.

Para Paul Zumthor, o lugar da voz é a linguagem. Em uma de suas teses sobre a voz, o medievalista afirma:

[...] a voz é uma subversão ou uma ruptura da clausura do corpo. Mas ela atravessa o limite do corpo sem rompê-lo; ela significa o lugar de um sujeito que não se reduz à localização pessoal. Nesse sentido, a voz desaloja o homem de seu corpo. Enquanto falo, minha voz me faz habitar a minha linguagem (Zumthor, 2018, pp. 83- 84).

O cerne desta discussão é justamente o local que a voz pode ocupar junto à linguagem, visto que ela se faz presente no ato enunciativo, logo, não podem ser vistas de forma dissociada. Assim como Zumthor afirmou em suas obras, outros estudiosos da linguagem também apontaram a presença da voz em suas mais variadas faces. Neumann (2016) reconhece o desafio de trazer a voz como objeto dos estudos da linguagem, mas afirma que a voz se torna, portanto, “o lugar privilegiado da constituição de subjetividades” e que essa é uma “constatação que questiona a sua consideração simplesmente enquanto som”. A voz não está sozinha, assim como não pode ser considerada neutra e tampouco apenas emissão acústica. A voz é inesgotável e percorre caminhos teóricos nas mais diversas áreas de conhecimento, contudo, não há como detalhar a voz sem fazer uso da linguagem.

Há que se beber de outras fontes, outras ciências, para dar conta da aproximação entre voz e linguagem que estamos propondo neste estudo, visto que os estudos da linguagem apresentaram certo silenciamento em relação à voz. Talvez um “transbordamento disciplinar”, como sugere Flores (2019), explique o fato da voz ter sido excluída dos estudos da linguagem em geral e da linguística em particular.

As disciplinas linguísticas que poderiam se deixar tocar pela voz - a fonética e a fonologia são exemplos disso - nada mais fazem do que desviar, na abordagem que dão ao tema, da realidade dos falantes em favor de uma abstração - o sistema fonológico de uma língua, as dimensões articulatória, auditiva e acústica da voz. O linguista, quando pensa falar em voz, limita-se ao fonema, à prosódia, ao suprasegmental etc (Flores, 2019, p. 252).

O autor e professor de linguística afirma que a questão relacional e singular da voz passa despercebida aos estudos da linguagem, pois “o gesto de reconhecimento da vinculação da voz ao falante é exatamente o mesmo que a exclui da linguística” (Flores, 2019, p. 254). Ou seja, os traços de individualidade do falante, percebidos na voz, travam um embate no horizonte linguístico, com o qual, até então, o linguista não estava

acostumado a lidar. O mais próximo que a linguística chegou da singularidade do falante foi através dos estudos prosódicos. As demais disciplinas linguísticas “desviam da realidade do falante em favor da abstração, seja da língua como sistema, seja do falante como mero *enunciador, locutor, emissor* etc.” (Flores, 2019, p. 255, grifos do autor).

Dito isso, nossa busca itinerante por um espaço para a voz, em específico a voz da pessoa Trans, acabou por encontrar abrigo no horizonte dos estudos bakhtinianos. A concepção de linguagem desenvolvida pelo hoje denominado Círculo de Bakhtin, um grupo de intelectuais russos, parte do que está materialmente expresso, do linguístico para o translinguístico, visto que vai além do sistema. A língua parte do solo social e se contextualiza a partir disso, constituindo o sujeito.

Os pressupostos do dialogismo, entendido como a principal base das formulações do Círculo de Bakhtin, são relevantes para a fonoaudiologia e sua prática. Faz todo sentido, sob um olhar clínico integrativo, utilizar uma concepção de linguagem que se desenvolve sob uma perspectiva que entende que a linguagem acontece de fato nas relações entre os sujeitos. Para Bakhtin, o enunciado, que é sempre passível de resposta, contempla o sentido, sendo necessário considerar o horizonte social e o contexto sócio-histórico ideológico para a construção desse sentido, extrapolando os limites da língua-sistema. Isso parte de um entendimento da língua em funcionamento, enquanto veículo de significações ideológicas (Bakhtin, 2016; Volóchinov, 2018), sendo utilizada pelo sujeito, diferentemente de uma análise que considera os signos em um sistema fechado (Cardoso, 2002).

A fonoaudiologia, por ser considerada uma ciência da comunicação, se beneficia de um olhar clínico para o funcionamento das relações sociais em que considera que diversos são os fatores que impactam diretamente um sintoma. A proposta de acolhimento do sujeito dentro de seu contexto social e suas relações, como propuseram os intelectuais russos, interessa muito a esse estudo, pois apesar de existirem pesquisas que correlacionam dialogismo e fonoaudiologia (Cardoso, 2002; Santana; Santos, 2017; Oliveira, 2021), colocando o paciente como sujeito de discurso e protagonista dentro da clínica, há um escasso arcabouço teórico que explore o sujeito com diversidade de gênero.

Voz Trans: patologizando identidades

Em sua obra *Um corpo estranho: ensaios sobre sexualidade e teoria queer*, Guacira Lopes Louro (2021) inicia o debate com uma interessante narrativa acerca dos “viajantes pós-modernos” e utiliza a metáfora da viagem para refletir sobre trajetórias e novas formas de ver o mundo. Para a autora, a repressão dos corpos já não é completamente suficiente para conter os “aventureiros ou desviantes”, aqueles e aquelas que subvertem às regras impostas por uma matriz heterossexual (Louro, 2021, p. 17). Viajar, metaforicamente, por entre as identidades, pode ser entendido como se colocar à deriva, à margem, quando o centro se torna um local desconfortável à sua existência. Os *viajantes* de Louro (2021) são detentores do contraste, da subversão e dos confrontos. A transitoriedade desses sujeitos acaba por confundir as regras na tentativa de cruzar fronteiras.

É possível recorrer a essas representações para pensar, também, os sujeitos transgressivos de gênero e sexualidade. Esses sujeitos, frequentemente, recusam a fixidez e a definição das fronteiras e assumem a inconstância, a transição e a posição “entre” identidades como intensificadoras do desejo (2021, p. 21).

Os corpos dissidentes acabam sendo agenciados em relação às normas de gênero impostas, vendo-se obrigados a cumprir papéis sociais definidos por uma superfície de subjetivação linear dentro de um sistema controlador. O título desta seção se refere à voz das pessoas Trans, mas achamos por bem mapear a inscrição dos sujeitos nessa redoma que se articula no interior das relações de poder e que se instauram por meio da linguagem. A busca por uma adequação vocal passa por esse desejo, que aqui não afirmo ser determinista ou por escolha, de ser compatível à identidade com a qual o sujeito se percebe.

Ao estabelecer como objetivo último da transição a possibilidade de ‘passar por cis’, a experiência da passabilidade como horizonte normativo acaba por definir e aplicar valores aos corpos e, por conseguinte, aos próprios sujeitos, explicitando relações de hierarquia. O uso de hormônios ganha contornos em um cenário que intensifica competições e atualiza relações de poder (Pontes & Silva, 2017).

A utilização de hormônios, como citado acima, bem como outras ferramentas anexadas à produção de corporalidades, resulta num sujeito que “é ao mesmo tempo um produtor e um intérprete de signos, sempre implicado em um processo corporal de significação, representação e autorrepresentação” (Preciado, 2008).

A voz, por ser uma importante marca da expressividade de gênero, não escapa de um movimento representativo. O processo de transição de gênero encontra diversos obstáculos pelo caminho, sendo a voz uma das principais características físicas que

dificulta e até impede que as pessoas sejam reconhecidas de acordo com sua identidade de gênero. Como bem afirmam os autores Barros Filho *et al.*, (2004, p. 99), “O tipo de punição para quem infringe uma norma fonética é, na grande maioria das vezes, social. Um olhar de repreensão. Uma desaprovação verbal”. Fatores importantes que geram desconfortos no processo de enunciar a própria voz.

Os mesmos autores, numa abordagem que propõe a construção social da voz tal qual estamos exercitando nesse estudo, tecem importante crítica ao “biologismo presumido” a partir do qual a voz é estudada, em que sua produção acaba sendo relegada institucionalmente a causas de ordem orgânica. Situações patológicas são descritas quando a manifestação vocal é vista como desviante. Ao longo da produção científica da fonoaudiologia foram sendo desenvolvidos estudos com enfoque nas estruturas do aparelho fonador e suas características anatomofisiológicas, parecendo mais eficiente estabelecer as causas de determinadas manifestações vocais a partir de uma categorização do saber hegemonicamente centralizado na medicina. Saber esse que relegou a voz a um quase esquecimento de sua produção como aprendizado oriundo da socialização. São raras as análises sobre o uso social da voz (Barros Filho *et al.*, 2004).

De acordo com Moog e Sund (2021), dentro da comunidade de pessoas transgênero, não binária e expansiva de gênero, a voz é um fator importante e até 96% dos indivíduos relatam experimentar incongruência entre voz-gênero em algum momento. Além da disforia causada por essa incompatibilidade entre a voz esperada para determinado gênero, a saúde mental dessa população vulnerável é extremamente afetada por esse aspecto.

A voz nos estudos linguísticos

Um de nossos objetivos é entender os caminhos pelos quais se pode conceber a voz como objeto a ser abordado dentro dos estudos linguísticos. Dessa forma, pensamos que a voz não se limita apenas a ser o espaço que identifica as unidades linguísticas elementares, mas sim o abrigo de diferentes efeitos de sentido sobre o falante. A filósofa Adriana Cavarero problematiza a ausência da voz nos estudos, tanto filosóficos, quanto linguísticos. A autora menciona que o *logos* perdeu a voz (2011, p. 50), numa crítica à desvocalização do discurso, sobretudo com prejuízo do plano acústico da palavra. Flores (2019, p. 252) menciona que “o linguista quando pensa falar em voz, limita-se ao fonema”, visto que as disciplinas linguísticas

que traçam alguma aproximação com a voz - a fonética e a fonologia - limitam-se a transcrever e descrever a fala desvinculada de sua origem sonora. Ou seja, “a voz como som em processo é apagada a fim de ser concebida como dicção cuja materialidade constitutiva reside na estrutura gramaticalmente ordenada das palavras” (Souza, 2014).

A propósito dos estudos que acusam um silenciamento da voz nos estudos linguísticos, já é possível perceber certa conciliação em pesquisas mais recentes que buscam rastros de presença da voz. Neumann (2018) aponta para a potencialidade de se pensar na singularidade da voz a partir do trabalho do linguista Émile Benveniste. Ao pensar a voz a partir do domínio semântico, ou seja, do discurso (Benveniste, 2006, p. 65) é possível buscar sustentação teórica para pensar na porção singular da realização vocal, ao passo que “a ordem semântica se identifica ao mundo da enunciação e ao universo do discurso” (Benveniste, 2006, p. 66). Sobre a enunciação, o linguista aponta que ela acontece quando a língua é posta em funcionamento através de um ato individual. “O mais imediatamente perceptível e o mais direto - embora de um modo geral não seja visto em relação ao fenômeno geral da enunciação - é a realização vocal da língua” (2006, p. 82). Embora Benveniste atente para uma prática científica que busca “eliminar ou atenuar os traços individuais da enunciação fônica” ele chama atenção para o fato de que “para o mesmo sujeito, os mesmos sons não são jamais reproduzidos exatamente, e que a noção de identidade não é senão aproximativa mesmo quando a experiência é repetida em detalhe” (2006, p. 83). Ou seja, os traços e as marcas da voz e de suas potencialidades estão impressas nas mais variadas teorias linguísticas e, como menciona o semioticista Herman Parret (2002, p. 23), “tudo dependerá evidentemente da definição de voz que se precisará construir, na sua relação com a sonoridade e com o ruído”.

Conforme ressaltado por Surreaux (2013), a fonologia como área da linguística que trata dos aspectos sonoros da língua foi amplamente abordada por Ferdinand de Saussure em seu primeiro curso de linguística geral. Saussure, considerado um dos precursores na área, se dedicou à organização da língua enquanto sistema abstrato de regras e convenções, em busca de conferir cientificidade à abordagem adotada para investigação linguística. O mestre genebrino deixou em seu legado diversas pistas fônicas que, através dos estudos sincrônicos e diacrônicos de uma língua, são possíveis de serem captadas pelos pesquisadores. Milano (2015) destaca que

o fato fonológico para Saussure é sustentado pela consideração simultânea da produção do som e do efeito que ele produz. Para tanto, o mestre enlaça na unidade fonema a relação entre o som e a significação. [...] Ou seja, o laço entre a realização articulatória e o efeito causado no ouvido pela produção sonora vem a

resultar na noção de impressão acústica, elemento integrante da definição de signo linguístico. É possível depreendemos dessa constatação o fato de que Saussure, ao definir a unidade com a qual trabalha o linguista, considere simultaneamente os aspectos concretos e abstratos da porção significante do signo linguístico (Milano, 2015).

Assim como a autora reconhece que Saussure indica caminhos metodológicos sobre o aspecto fônico das línguas, outros pesquisadores partem em busca, de forma concreta ou abstrata, das marcas deixadas nos estudos linguísticos que possibilitem interpretações acerca de pistas sonoras, acústicas, vocais etc.

O sujeito se constitui na voz

O linguista francês Émile Benveniste, em seu ensaio “*Da subjetividade na linguagem*”, afirmou que “é na linguagem e pela linguagem que o homem se constitui como sujeito”, e nesse exercício de singularidade do ato enunciativo é que, assim como propôs Kloss (2018), queremos destrinchar a voz como um índice de presença do sujeito na linguagem. Ainda que essa presença seja recente, pois como afirma Flores (2019, p. 248) “a voz humana é uma desconhecida tanto dos estudos da linguagem em geral quanto dos estudos da linguística em particular”, foi na linguagem que encontramos possibilidades de entender a voz com outro olhar. Contudo, não estamos tratando de qualquer voz, assim como não pedimos licença a qualquer linguística. O paradoxo traçado neste estudo vai ao encontro de uma potencialidade vocal que compõe um corpo em transição, um corpo Trans. A linguagem que comporta sujeitos divergentes considerando seu ambiente social de realização é uma linguagem aberta a receber o falante em seu contexto integral, corpo-voz-sociedade-história. Assim como Surreaux (2006) olhou para o sintoma apresentado pela linguagem em funcionamento como uma forma singular do sujeito se manifestar, entendendo que a falha é um modo de aproximação e presença, nosso entendimento da voz que não atinge as expectativas do ouvinte vai pelo mesmo caminho. Essa falta/falha não caracteriza patologia. O filósofo italiano Corrado Bologna, em sua obra sobre a metafísica e antropologia da voz, afirma:

Antes mesmo que a linguagem comece e se articule em palavras para transmitir mensagens na forma de enunciados verbais, a voz sempre se originou, existe um potencial de sentido, vibra como um fluxo indistinto de vitalidade, pulsão confusa de querer-dizer, de exprimir, isto é, de existir. Sua natureza é essencialmente

física, corpórea; relaciona-se com a vida e a morte, com a respiração e o som; é emitido pelos mesmos órgãos que presidem a nutrição e a sobrevivência (Bologna, 1992, p. 23).

Para o autor, antes de ser um suporte e um canal de transmissão das palavras através da linguagem, “a voz é um grito imperioso de presença”, responsável, entre outras coisas, por identificar aquele que enuncia, ao que conclui também o medievalista Paul Zumthor: “a voz utilizando a linguagem para dizer alguma coisa, se diz a si própria, se coloca como presença” (Zumthor, 2005, p. 63).

O presente estudo entende a voz a partir de uma capacidade socialmente orquestrada de representar o mundo, “dependente da singularidade dos encontros, dos interlocutores, dos instantes e locais de interlocução”. A voz que aqui é apresentada não se afasta do social, visto que ela é responsável por identidades que estão em constante confronto com outras vozes. O discurso, local onde a voz encontra espaço para se expressar, acontece nas relações sociais entre enunciados e enunciatários.

O sujeito de discurso não reproduz simplesmente o mundo social em que está situado, tampouco somente o reflete. O material semiótico contido no discurso é rearticulado a cada nova enunciação, sendo inédito a cada novo ato, transformado, recriado e refratado

Refração é atualização criativa. Uma potência atualizada, que ganha forma, no instante. Enunciar um discurso é sempre atualizar uma potência discursiva [...] Para isso, a voz. *Potência fonética atualizada* (Barros Filho *et al*, 2004, p. 98, grifos nossos).

O conceito de refração aqui mencionado refere-se ao que diz Volóchinov em *Marxismo e Filosofia da Linguagem* e nos leva a considerar pegar de empréstimo os conceitos dessa teoria desenvolvidos pelos membros do Círculo de Bakhtin. A enunciação é capaz de representar uma determinada realidade, e quando refratada no discurso, ressignifica seu sentido. Portanto, o extrapolamento de sentidos necessário para significar a voz, em especial a voz Trans, faz apelo a esse exercício de deslocamento teórico, buscando significar os sujeitos no ambiente social.

O Círculo de Bakhtin e a conceitualização da voz

Mikhail Miháilovitch Bakhtin (1895-1975) foi um filósofo da linguagem de origem russa, cujas discussões e teorias relacionadas à literatura e à linguagem têm, até hoje, grande importância e relevância nos estudos discursivos, dentre outras muitas áreas de interesse. Bakhtin fez parte de um grupo de intelectuais, chamado hoje de Círculo de Bakhtin. Boa parte dos integrantes nasceu em meados de 1890 e se reuniu regularmente entre 1919 e 1929. O grupo constituía-se de profissionais de diversas áreas do conhecimento, sendo Mikhail M. Bakhtin, Valentin N. Volóchinov e Pavel N. Medviédev os três de maior interesse para o nosso estudo. O arcabouço teórico-reflexivo desenvolvido pelos membros do Círculo foi difundido em grande escala numa transdisciplinaridade de campos de saber, como na linguística, na literatura, na psicologia, na antropologia, na educação, entre outros. Os percalços enfrentados por eles, como a prisão e o exílio de Bakhtin no Cazaquistão e as mortes prematuras de Volóchinov e Medviédev refletiram na circulação das obras e no debate de suas ideias. A publicação das obras, assim como a disputa pela autoria, foram bastante tumultuadas. O terreno do pesquisador que trabalha com as produções do Círculo é bastante instável, pois é comum se deparar com textos incompletos e certa confusão na cronologia das obras, na tradução e na não linearidade das produções (Faraco, 2009, p. 11-15; Grillo, 2017, p 7-8).

Os intelectuais mergulhavam em discussões filosóficas e críticas de autores contemporâneos a eles, e como acrescenta Faraco (2009, p. 14), a paixão pela linguagem invadiu os interesses do Círculo, sendo debatidas algumas correntes de estudo muito importantes naquele contexto histórico - e que ainda hoje são importantes nos estudos sobre a linguagem. Desse modo, portanto, os autores do Círculo debatiam sobre o caminho percorrido pela linguística até aquele momento e quais as implicações dessas ideias para os estudos sobre a língua/linguagem³.

Uma das críticas que tecem Bakhtin e Volóchinov tem relação com a ideia de sistema enquanto um fenômeno objetivo. Não estamos afirmando que não havia sistematização no funcionamento discursivo bakhtiniano, mas sim que a originalidade de seu pensamento

³ Para os autores, língua e linguagem possuem uma mesma palavra de origem russa - *iazik* - e as autoras Sheila Grillo e Ekaterina V. Americo ora traduzem como língua, ora como linguagem, a depender do contexto (N.T. Volochinov, 2019, p. 234).

estava justamente na análise dessa sistematicidade sob a ótica do discurso cotidiano. Para Volóchinov (2017) o sentido de uma palavra varia segundo o contexto e os sujeitos sociais envolvidos no discurso.

A consideração da avaliação social é necessária justamente para compreender a formação histórica do tema e das significações que o realizam. A formação do sentido na língua está sempre relacionada com a formação do horizonte valorativo do grupo social (2017, pp. 237-238).

Outra perspectiva bakhtiniana, trazida por Brait (2005, p. 26), demonstra que para o mestre russo a especificidade das ciências humanas é o fato de seu objeto ser o texto (o discurso), ou seja, as ciências humanas se voltam para o homem. A autora também menciona que ao extrapolar alguns limites da linguística, sua teoria ficou conhecida como teoria do discurso (metalinguística)⁴. Isso quer dizer que Bakhtin esboçou como eixo de seu pensamento o traço heterogêneo constitutivo da linguagem e, para isso, mergulha nas mais variadas epistemologias. Isso quer dizer que Bakhtin esboçou como eixo de seu pensamento o traço heterogêneo constitutivo da linguagem e, para isso, mergulha nas mais variadas epistemologias. Importante fazer um gancho sobre a questão da metalinguística, pois ao defini-la, Bakhtin entendia a filosofia como externa à linguagem e a todas as outras ciências, situando-a em um “entre-lugar”.

As funções sociais e ideológicas são caras a Bakhtin, pois, para ele, importava conhecer o sujeito que dá vida à dialogicidade contida nas formas de organização do texto, interpretando e compreendendo. Para ele, o dialogismo é constitutivo da linguagem, de tal forma que só concebe o discurso que ocorre entre dois interlocutores, pelo menos. Como sugere Orlandi (2005, p. 39), não é de se admirar que Bakhtin trabalhe conjuntamente com a língua, a literatura e o social. O sujeito, para Bakhtin, nunca pode ser considerado em um contexto isolado e individual, pois o dialogismo estabelece que a interação verbal está no centro das relações sociais.

Apesar de não ter se ocupado diretamente da oralidade, priorizando a literatura, Bakhtin refere-se frequentemente a temas relacionados à fala, voz e entonação. A concepção de linguagem para Bakhtin considera o uso da língua em seu funcionamento real. A materialidade real que aborda considera o locutor e o direcionamento da mensagem. Todos os elementos envolvidos são analisados dentro de um contexto social, histórico e

⁴ Beth Brait, na mesma obra, menciona que Todorov prefere os termos translinguística e pragmática, mas que “optou-se por teoria do discurso”.

ideológico. Isso vale tanto para os elementos verbais como não verbais. Médviedev (2012) afirma que a avaliação social não é atributo somente da poesia, mas sim da palavra viva que compõe o enunciado concreto e singular. Bakhtin, assim como Médviedev, não aceita um enunciado dotado de significado que não passe pelo crivo da avaliação social. Para o autor, o acontecimento da linguagem é definido a partir das relações dialógicas que estabelecem o sentido entre os enunciados na interação verbal. O diversificado percurso reflexivo dos autores configura uma heterogeneidade dos graus de representação da linguagem no mundo, as quais buscaremos traçar um breve panorama e uma síntese das ideias mobilizadas por eles.

Topologia vocal: mapeando a presença da voz no Círculo de Bakhtin

A questão social, a partir da palavra alheia (vozes alheias), está sempre permeando os discursos. Para Véronique Dahlet⁵ (1997), um dos conceitos centrais do pensamento bakhtiniano é o de voz, que vai permitir definir, a partir do dialogismo, a polifonia⁶ da palavra. Ela acrescenta:

[...] é interessante notar essa atitude terminológica que consiste em recorrer ao registro metafórico da voz para circunscrever esse objeto-palavra do qual nem a semântica sincrônica ou diacrônica, nem a dupla conotação/denotação, nem a sociolinguística dariam conta. Assim sendo, o pensamento de Bakhtin está imerso num universo acústico, saturado de vozes, em uma relação dialógica concordante ou discordante (Dahlet, 2005, p. 250).

A autora ainda menciona que para Bakhtin “é pela mediação da entonação que o corpo e especialmente os órgãos da fonação são despertados” (Bakhtin, 2015, p. 255), ou seja, mesmo sem falar na voz propriamente dita, Bakhtin acaba frequentemente evocando-a em seus textos.

No último texto da vida de Bakhtin, publicado em 1975, *Por uma metodologia das ciências humanas*, o autor reafirma sua ideia sobre a impossibilidade de um enunciado que não subentenda o sujeito, pois para ele “O objeto das ciências humanas é o ser *expressivo e falante*” (2017, p. 59). Bakhtin (2016, p. 113) afirmou que “A compreensão sempre é prenhe de resposta. Na palavra do falante há sempre um elemento de apelo ao ouvinte, uma diretriz

⁵ Dahlet esclarece que o sentido de voz em Bakhtin tem um significado metafórico, visto que não se trata propriamente da emissão sonora, mas de uma memória semântico-social depositada na palavra.

⁶ O conceito de polifonia foi pensado por Bakhtin na análise da obra de Dostoiévski, onde sustentava a ideia de que todo texto é composto por diversas vozes e é um objeto heterogêneo que se reconfigura a partir de outros textos que o precederam, dialogando com eles e retomando-os.

voltada para a sua resposta”. Esses dois objetos, a voz (aqui no sentido de expressão vocal) e a linguagem, podem servir como ferramenta que possibilita exercer uma relação entre dois (ou mais) seres sociais. A voz está ganhando espaço dentro dos estudos das ciências humanas.

Dentro do dispositivo bakhtiniano não faltam elementos instigantes para a questão da voz debatida nesse estudo. A problemática proposta é a de interrogar a voz e sua capacidade de significar para o outro. De minha parte como autora-fonoaudióloga, atuando como porta-voz dessa possibilidade de construção etnográfica⁷ de uma voz em transição, reparo a necessidade de estabelecer um entrelaçamento de questões teóricas que sustentem o movimento do uso da voz para falar da própria voz. Flores (2015) discorre sobre a capacidade do sujeito comentar sobre a voz, propriedade metalinguística utilizada para atribuir sentido à materialidade significativa da língua.

Tal atribuição de sentido é, segundo penso, um *contorno* que o falante faz acerca de algo que não é evidente na língua, a sua materialidade, a respeito do que ele parece não ter a mesma familiaridade que tem quando o que está em causa é o signo em sua função de signo (Flores, 2015, grifos do autor).

Faz todo sentido para esse estudo pensar na elaboração do autor referido, pois é justamente sobre comentar os elementos da língua que justifica a capacidade de um sujeito enunciar sobre a sua voz ou a voz de outro. Assim como a noção de acabamento bakhtiniana, a qual veremos mais à frente, o exercício linguístico de contorno [de sentido] nada mais é que um testemunho da experiência do falante enquanto falante-ouvinte. Nessa concepção, para enunciar o falante utiliza sua voz e se situa nessa condição de falante através do contorno de sentido (Flores, 2015). Até aqui caminhamos em equidade com a formulação do autor sobre a materialidade da voz, entretanto, chegamos numa bifurcação de pensamentos para seguir por um caminho que abraça e acolha o social, a um ponto que nos permita entender as implicações para a voz Trans.

⁷ Flores (2015) discorreu sobre uma antropologia da enunciação, que visa abordar a propriedade metalinguística da língua, onde o falante é o etnógrafo de sua própria língua. Esse artigo foi fundamental para levantar questionamentos sobre uma reflexão linguística da voz.

Envozeirar as identidades

Os relatos e os desconfortos identitários de pessoas Trans com suas vozes, vivenciados na clínica ao longo dos últimos anos testemunharam sobre a questão da voz Trans de forma tão íntima que, a partir disso, estabeleci questionamentos e dediquei maior atenção ao tema. Colocar a voz de pessoas Trans no centro de uma discussão suscita, através da materialidade ideológica dos diálogos, um exercício de ativismo político de ordem sociocultural.

Parte-se do pressuposto que a voz é completa e complexa ao mesmo tempo, ela não falta a esses sujeitos e não deve ser pensada de maneira isolada, fora de contexto, sem considerar a totalidade dos aspectos que a envolvem, especialmente quando se trata de sujeitos cujas vivências no mundo e pertencimento social são diretamente ligadas à voz.

Adentrando a reflexão entre voz e gênero, adotamos a perspectiva de David Azul (2014; 2016), em que o autor estabelece a noção de *situações vocais de pessoas com diversidade de gênero*, e questiona a normatividade na caracterização de vozes humanas em relação às vozes generificadas.

Quando pensamos na singularidade da voz humana facilmente caímos na tendência de admitir que as características vocais já predizem um gênero, sem analisar criticamente tal suposição, assumindo que a voz obrigatoriamente reflete o gênero de uma pessoa. Estamos facilmente convencidos, como afirma Azul (2013), de que a nossa percepção das diferenças no tom de voz de homens e mulheres tem origem em um fenômeno natural, causado biologicamente pela anatomia. Assim como propõe o autor, entendemos o gênero vocal como produto de uma negociação da interação entre falante e ouvinte, “de modo que tanto o gênero vocal como a natureza deste processo de negociação, variam de acordo com o parceiro de conversação e o contexto cultural” (Barros, 2017). A partir dessa interação, justifica-se o uso do termo “situação vocal”, pois entende-se a voz numa posição não estática, flexível e influenciada pelo contexto do acontecimento discursivo.

Seguindo a visão de que o gênero de uma voz é resultado de um comportamento ou de um fazer, e não das características biológicas das pessoas, não apenas o falante, mas também o ouvinte, são vistos como ativamente envolvidos na generificação da voz humana (Azul, 2013). Retomando a questão de acabamento para Bakhtin, numa lógica de validação e aceitação a partir do outro, podemos encaixar o ouvinte (ou interlocutor) como participante ativo do processo. A atribuição de gênero refere-se a práticas de percepção,

interpretação, encaminhamento e abordagem por meio das quais se dá a existência de uma pessoa em termos da nossa compreensão de gênero, e então a classificamos como membro de um determinado grupo (Azul, 2016). Esses sentidos não surgem de modo imediato, mas refletem e refratam a realidade.

Há sempre um conflito que se instaura no momento em que uma pessoa Trans, por exemplo, ao falar, causa desconforto pelo tom de sua voz ser incongruente com a aparência física. O estranhamento de si, a partir do outro, começa na relação conflituosa que o outro propõe quando coloca em dúvida a identidade daquele sujeito. E isso causa um efeito na pessoa que enuncia. De algum modo, esses discursos vão sendo repetidos, incorporados nas relações discursivas e se tornam rotineiros, levando os sujeitos a negar aspectos importantes de sua identidade (como a voz) para serem aceitos. A partir do produto das relações entres seres, que são sempre sociais, como nos diz Bakhtin, há uma valoração que ocorre através da voz. Esse objeto sinfônico carrega a potência de impor sua presença manifestada na sonoridade.

Disfonias e disforias

“*Essa voz não me representa*”. “*Minha voz entrega que sou Trans*”. Há muitas vozes que ecoam nesses relatos, pois podemos perceber que a motivação para essa não aceitação da própria voz parecer ter um caráter alteritário. Tentar definir uma voz é como tentar aprisioná-la, assim como são aprisionados os corpos de pessoas Trans. A voz está presente e isso é inegociável, assim como suas identidades. A voz anseia por libertação, quase como um fluido que escapa por todos os lados. Esse anseio começa a ficar explícito em outros diálogos que chegaram até mim: “*Eu tenho vontade de mudar minha voz, mas não muito, só um pouco assim*”. “*Eu até gosto da minha voz, eu só não gosto quando eu falo e me olham estranho*”. Ou seja, o olhar e o julgamento do outro parecem incomodar mais do que o tom de voz propriamente dito. O embate entre essas diversas vozes sociais atravessa o discurso, ao passo que elas mesmas demarcam algumas posições enunciativas em contradição, visto que ora relatam incômodo com sua situação vocal, ora jogam o incômodo para o acabamento dado pelo outro, aquele que julga, condena e alimenta ações preconceituosas contra elas.

Assim, o sujeito trans se constrói pela assimilação de várias vozes sociais, que remetem a determinações socioculturais em torno do discurso médico, ou seja, remetem às configurações assumidas por esse discurso ao longo da história (Sousa, 2020, p. 9).

O discurso médico a que o autor se refere faz parte das forças de unificação que entram em conflito numa arena ideológica de disputa dos sentidos, assim como o discurso religioso, político etc. Da mesma forma que indica Bakhtin (2015, p. 48) sobre o discurso concreto (enunciado) quando encontra o objeto para o qual se volta, já o encontra difamado, contestado, avaliado, envolvido pelos discursos alheios que já externalizaram opiniões, pontos de vista, avaliações e acentos a seu respeito.

Visto que a linguagem coloca a interação verbal como fator crucial na formação da consciência, Bakhtin entende a língua como veículo de significações ideológicas que emerge a partir da interação verbal entre sujeitos e entre discursos. Nossas vivências são propiciadas, desse modo, pela interação verbal. O ser humano é formado na relação de alteridade e todas as suas ações e papéis em diferentes aspectos da sociedade são influenciados por discursos alheios e por vozes sociais. Por conseguinte, Bakhtin descreve a forma como o discurso nos permite compreender que nossa participação em diferentes áreas da vida social define nossa identidade, como avaliamos os outros e como pensamos que eles nos avaliam, o que desencadeia um ciclo contínuo de (re)construção de identidades (Pinheiro, 2008).

Um atravessamento de vozes

A linguagem, para Bakhtin (2002, p. 89), é um produto da atividade humana coletiva, refletindo todos os aspectos da vida social, no qual o discurso é sempre orientado para uma resposta. A “minha voz alheia”, como sugere o autor Mozdzenski (2010), refere-se à importância do discurso do outro em nosso próprio discurso, o que demonstra a não neutralidade dos discursos. A voz carrega sentidos que vão além do aspecto sonoro, pois nos remonta às singularidades dos sujeitos, ao papel social que estes representam. Dessa forma podemos reconhecer alguém apenas pela voz em virtude do peso identitário confiado às características vocais.

Sob a ótica bakhtiniana, essa mescla de vozes sociais pode ser melhor visualizada no modelo de *situações vocais* de Azul (2016), conforme já mencionamos, pois o autor avalia as situações de comunicação e a influência das expressões de gênero nas identidades vocais.

Uma emissão vocal associada à expressão de gênero, não necessariamente está sob o controle da pessoa que fala e, mais que isso, as interpretações dadas a esta expressão dependem do interlocutor e da própria situação de comunicação. Assim, o modelo entende que o interlocutor no momento da interação de comunicação influencia a discursividade expressa através da voz e dos maneirismos (Barros, 2017).

Os atravessamentos impostos durante a interação social influenciam o modo como o locutor move seu corpo e seu aparelho fonador, de forma a sincronizar sua expressão de gênero de acordo com a situação vocal em que se encontra, buscando uma conformidade entre a expressão de gênero e a expressão vocal. Essa negociação entre os envolvidos no processo dialógico varia de acordo com o parceiro de conversação e a situação/local em que se encontram (Barros, 2017).

Nossas hipóteses e formulações sobre a voz são preenchidas pelas ideias do Círculo de Bakhtin numa tentativa de elaborar um entendimento a um questionamento similar ao que David Azul (2013) elaborou em seu artigo denominado *How Do Voices Become Gendered?*⁸. O autor realizou um itinerário teórico buscando a origem das exigências binárias sobre a voz. Visto que pessoas com diversidade de gênero desafiam a norma padrão de um sistema social hegemônico e binário, talvez a resposta do sistema e da sociedade seja justamente devolver para esses sujeitos uma nova forma de normatização “uma vez que não se poderia transpassar a estrutura binária na medida em que se mantivessem traços de ambiguidade quanto ao gênero que se deseja vivenciar” (Bitencourt; Santos, 2019). Sabemos que as possibilidades de apresentação das identidades são infinitas, pois os corpos são capazes de performar o que quiserem. É essa ilusão de liberdade que exige uma reação do sistema social, que instaura sobre a voz uma ideia de distúrbio vocal onde as características sexuais da voz estão em desacordo com a identidade de gênero do falante (Azul, 2013). Todo discurso é constituído a partir de discursos alheios que antecederam ou sucederão o acontecimento do enunciado, sempre orientado para uma resposta, como refere Bakhtin (2016, p. 113). Tais discursos estão, além disso, em uma relação direta com aquele a quem o enunciado se endereça - um diálogo (no sentido mais amplo) entre discursos e entre interlocutores, permeados pela cultura.

Em um estudo realizado por Azul e Hancock (2020) os autores trazem à tona uma conceitualização da diferenciação social do falante (em termos de gênero, idade, etnia, saúde e doença) a partir de algo que precisa ser praticado e produzido, diferentemente de

⁸ “Como a voz se torna generificada?” (Tradução minha).

uma consideração biológica ou natural. Essa lógica construcionista proposta pelos autores se reflete nas noções de identidade, voz e comunicação. A estrutura da investigação se baseou no conceito de “agência”⁹, entendido como a capacidade de agir, e foi abordado a partir de uma perspectiva antropológica e linguística. Isso significa dizer que a interação entre o comportamento vocal do falante, as atribuições categóricas dos ouvintes e as normas de gênero impostas moldam o gênero vocal do falante. Da mesma maneira, para Bakhtin, a própria natureza da interação é da ordem da entonação, uma vez que “o uso da voz exprime a avaliação social” (Dahlet, 2005, p. 252).

As tonalidades dialógicas preenchem um enunciado e devemos levá-las em conta se quisermos compreender até o fim o estilo do enunciado. Pois nosso próprio pensamento — nos âmbitos da filosofia, das ciências, das artes — nasce e forma-se em interação e em luta com o pensamento alheio, o que não pode deixar de refletir nas formas de expressão verbal do nosso pensamento. O enunciado do outro e a palavra do outro, conscientemente percebidos e distinguidos em sua alteridade, e introduzidos em nosso enunciado, incutem-lhe algo que se poderia qualificar de irracional do ponto de vista do sistema da língua. A entonação é um fato particularmente sensível e se refere sempre a mais além do contexto (Bakhtin, 1997, p. 318, grifos do autor).

O molde aplicado às exigências vocais advém desses valores que emolduram a significação dos signos em uma dimensão axiológica. No caso da produção vocal de pessoas Trans, a voz nem sempre é um elemento suficiente de convencimento para o outro. De acordo com Azul e Hancock (2020), dependendo das forças socioculturais que moldaram os falantes, ouvintes e profissionais ao longo de suas vidas, os falantes podem se engajar em diferentes práticas de uso da voz, focando na produção de diferentes características vocais, mesmo que se identifiquem com a mesma categoria de gênero. Os ouvintes podem atribuir gêneros diferentes à mesma voz, e os profissionais terão diferentes entendimentos de como deve soar uma voz que representa um determinado posicionamento de gênero para o locutor, influenciando nas práticas profissionais.

Essa compreensão da voz como um produto discursivo é consistente com as teorias sociais e culturais do gênero, que enfatizam a importância da interação social na construção das identidades de gênero. A ideia de que o gênero é uma realização social sugere que não há nada intrinsecamente masculino ou feminino na voz. Em vez disso, a atribuição de um gênero à voz é uma prática social que pode variar dependendo do contexto cultural e social em que ocorre. Essa compreensão também destaca a complexidade e fluidez das

⁹ Sobre o conceito de agência, ver Serejo e Reis (2017).

identidades de gênero, em oposição a uma visão binária e fixa do gênero como masculino ou feminino.

Reflexões finais

Neste estudo, analisamos a construção vocal de pessoas com diversidade de gênero com base nos estudos bakhtinianos, os quais abordam a linguagem como um enunciado que reflete e refrata o meio social por meio de signos ideológicos. Com essas noções, propomos subverter o olhar fonoaudiológico sobre a voz, traçando sua trajetória como objeto de estudo em diversas áreas do conhecimento. Entendemos o sujeito como constituído pelo uso da linguagem, enxergando na voz um índice de presença do sujeito (Kloss, 2018).

As inquietações sobre a voz se materializaram em queixas identitárias de pessoas trans sobre o desconforto com uma voz incongruente com seu gênero atual. O desejo de pertencer a um padrão socialmente estabelecido leva essa população a buscar atendimento fonoaudiológico, esperando alcançar timbres vocais que se encaixem na classificação binária de gênero. Observamos como o olhar clínico pode potencializar o sentimento de não pertencimento, visto que essas pessoas não se identificam com o gênero atribuído ao nascer e têm suas existências negadas quando apresentam características incongruentes, como no relato “minha voz entrega que sou trans”.

As discussões teóricas do Círculo de Bakhtin sobre linguagem e as considerações acerca da avaliação social no processo das relações dialógicas nos apoiaram na busca de uma nova perspectiva para a construção vocal de pessoas com diversidade de gênero. Compreendemos que essa construção é, sobretudo, social. A visão bakhtiniana (Brait, 2005) nos sustentou teoricamente para questionar a situação vocal (Azul, 2016) de pessoas trans.

Analisamos, assim, como as vozes se tornam generificadas por imposições sociais, considerando os impactos da avaliação social (Volóchinov, 2017) sobre corpos grotescos - termo utilizado por Bakhtin (1993) - e que desafiam o sistema social e suas normas. Embora Bakhtin relacione a voz a pontos de vista e não à expressão vocal (Dahlet, 2005; Bubnova, 2011), ele elaborou conceitos que nos permitem interpretar a atribuição do gênero vocal (no sentido de identidade).

Referências

- AMORIM, Marília. Cronotopo e exotopia. In: BRAIT, Beth. (Org.). **Bakhtin: outros conceitos-chave**. 2. ed. São Paulo: Contexto, 2012, pp. 95-114.
- AZUL, David. Gender-related aspects of transmasculine people's vocal situations: insights from a qualitative content analysis of interview transcripts. **International Journal of Language & Communication Disorders**, v. 51, n. 6, pp. 672-684, 2016.
- AZUL, David; HANCOCK, Adrienne B. Who or what has the capacity to influence voice production? Development of a transdisciplinary theoretical approach to clinical practice addressing voice and the communication of speaker socio-cultural positioning. **International Journal of Speech-Language Pathology**, v. 22, n. 5, pp. 559-570, 2020.
- AZUL, David. How do voices become gendered? A critical examination of everyday and medical constructions of the relationship between voice, sex, and gender identity. In: **Challenging popular myths of sex, gender and biology**. pp. 77-88, 2013.
- AZUL, David. **Phononostalgia: A fictocritical investigation into discordant notions of 'voice' in speech and writing**. TEXT, v. 15, n. 1, p. 1-23, 2011.
- BAKHTIN, M. O autor e a personagem na atividade estética. In: BAKHTIN, M. **Estética da criação verbal**. Trad. do russo Paulo Bezerra. 5.ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2003.
- BAKHTIN, M. O autor e o herói. In: BAKHTIN, M. **Estética da criação verbal**. Trad. do francês Maria Ermantina Galvão G. Pereira. 2.ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 1997.
- BAKHTIN, M. **Problema da obra de Dostoiévski**. Tradução, notas e glossário de Sheila Grillo e Ekaterina Vólkova Américo. 1. ed. São Paulo: Editora 34, 2022. 384 p.
- BAKHTIN, Mikhail. **Teoria do romance I: A estilística**. Tradução, notas e glossário de Paulo Bezerra; organização da edição russa de Serguei Botcharov e Vadim Kójinov. São Paulo: Editora 34, 2015.
- BAKHTIN, Mikhail Mikhailovich. **Para uma filosofia do ato responsável**. Pedro & João Editores, 2017.
- BAKHTIN, Mikhail. **A cultura popular na Idade Média e no Renascimento: o contexto de François Rabelais**. Trad. Yara Fratechi Vieira, 7. ed. São Paulo: Editora HUCITEC, 1993.
- BAKHTIN, Mikhail. **Os gêneros do discurso**. Paulo Bezerra (Org., Trad., Posfácio e Notas); Notas da edição russa: Seguei Botcharov. São Paulo: Editora 34, 2016.
- BARROS, Alana Dantas. **A relação entre a voz e expressão de gênero: a percepção de pessoas transexuais**. [Dissertação de mestrado] Brasília, 2017.

- BENVENISTE, Émile. **Problemas de Linguística Geral II**. Campinas, SP: Pontes, 2006 [1965a], p. 68-80.
- BRAIT, Beth. Alteridade, dialogismo, heterogeneidade: nem sempre o outro é o mesmo. *Revista Brasileira de Psicanálise*, v. 46, n. 4, p. 85-97, 2012.
- BUBNOVA, Tatiana; BARONAS, Roberto Leiser; TONELLI, Fernanda. Voz, sentido e diálogo em Bakhtin. *Bakhtiniana: revista de estudos do discurso*, v. 6, p. 268-280, 2011. Campus Araraquara, 2017.
- CAVARERO, Adriana. **Vozes plurais: filosofia da expressão vocal**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2011.
- DAHLET, V. A entonação no dialogismo bakhtiniano. In: BRAIT, Beth (Org.). **Bakhtin, dialogismo e construção do sentido**. Campinas: Editora da Unicamp, 2005.
- DE BARROS FILHO, Clóvis; LOPES, Felipe; BELIZÁRIO, Fernanda. A construção social da voz. *Revista FAMECOS*, v. 11, n. 23, p. 97-108, 2004.
- FARACO, Carlos Alberto. **Linguagem & Diálogo: as ideias linguísticas do círculo de Bakhtin**. São Paulo: Parábola Editorial, 2009. 168 p.
- FAVERO, Sofia Ricardo. (Des) epistemologizar a clínica: o reconhecimento de uma ciência guiada pelo pensamento cisgênero. *Revista Brasileira de Pesquisa (Auto) biográfica*, v. 5, n. 13, p. 403-418, 2020.
- FLORES, Valdir do Nascimento. **A voz como objeto de uma antropologia da enunciação**. Working papers em linguística, Florianópolis, SC. Vol. 19, n. 2 (ago./dez. 2018), p. 35-53, 2018.
- KLOSS, Nina Paim. **Voz: um índice da presença do sujeito na linguagem no contexto da clínica dos distúrbios de linguagem**. [Dissertação de mestrado] Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2018.
- LOPES, Guacira L. **Um corpo estranho**. Ensaios sobre sexualidade e teoria queer. 3. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2021.
- MEDVIÉDEV, P. **O Método Formal nos Estudos Literários**. Trad. Sheila Grillo e Ekaterina Vólkova Américo. São Paulo: Contexto, 2012.
- MILANO, Luiza. **Fonético e fonológico em Saussure: o lugar do fônico no Curso de Linguística Geral**. *Eutomia*, v. 1, n. 16, p. 245-258, 2015.
- NEUMANN, Daiane. **Ensaio sobre a voz**. *Linguagem em (Dis) curso*, v. 18, p. 235-252, 2018.
- PARRET, H. **La voix et son temps**. Bruxelles: Éditions De Boeck Université, 2002.
- PRECIADO, Paul B. **Manifiesto contrasexual**. Anagrama, 2016.

SOUSA, Claudemir et al. A construção do sujeito trans nas vozes sociais que atravessam o discurso médico em A garota dinamarquesa. *Diálogo das Letras*, v. 9, p. e02014-e02014, 2020.

SPARGO, Tamsin. *Foucault e a teoria queer: seguido de Ágape e êxtase: orientações pós-seculares*. Belo Horizonte: Autêntica, 2017.

SURREAUX, Luiza Milano. O rastro do som em Saussure. *Nonada: letras em revista*, v. 1, n. 20, p. 285-295, 2013.

VOLÓCHINOV, Valentin. *A palavra na vida e a palavra na poesia: ensaios, artigos, resenhas e poemas*. Organização, tradução, ensaio introdutório e notas de Sheila Grillo e Ekaterina Vólkova Américo. São Paulo: Editora 34, 2019.

ZUMTHOR, Paul. *Performance, recepção, leitura*. São Paulo: Ubu Editora, 2018.

Artigo recebido em 30/06/2024 e aprovado em 28/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54578>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Isadora Bitencourt - Fonoaudióloga graduada pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Atualmente Mestre e Doutoranda em Estudos da Linguagem pelo Programa de Pós Graduação em Letras da UFRGS. Pós Graduada em Intervenções Assistidas por Animais. Possui especialização em Atenção ao Paciente Crítico pelo programa de Residência Multiprofissional em Saúde do Grupo Hospitalar Conceição. Realizou estágio optativo em terapia da fala no Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão - Portugal. Foi PICCAP do Hospital de Clínicas de Porto Alegre realizando aperfeiçoamento em avaliação e reabilitação de disfagia. Compôs a equipe do Ambulatório Trans de Porto Alegre/SMS. Atualmente é fonoaudióloga da Prefeitura Municipal de Alvorada, atuando no Centro Municipal Educacional de atendimento ao autista de Alvorada. isaannes@gmail.com.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3679354827274959>

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-7705-4302>

ⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Sobre a prática de Integração Voz-Movimento: despertando ressonância no corpo em movimento

Christina Kapadocha ⁱ

East 15 Acting School, University of Essex - Loughton, Reino Unido

Patricia Bardi ⁱⁱ

Amsterdã, Países Baixos

Tradução: Diego Pizarro ⁱⁱⁱ

Instituto Federal de Brasília - IFB, Brasília/DF, Brasil

Universidade Federal da Bahia - UFBA, Salvador/BA, Brasil ^{iv}

Resumo - Sobre a prática de Integração Voz-Movimento: despertando ressonância no corpo em movimento

Esta é uma tradução em língua portuguesa da entrevista realizada por Christina Kapadocha com Patricia Bardi por ocasião de sua pesquisa sobre Somática da Voz em Performance. O foco é compreender como Bardi define seu trabalho corpóreo-vocal como expressão do movimento somático. A artista e praticante somática 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*)¹

Palavras-chave: Dança Vocal. Movimento Somático. Corporalização vocal. Presença corpóreo-vocal. Body-Mind CenteringSM.

Abstract - On Voice Movement Integration (VMI) practice: awakening resonance in the moving body

This is a translation into Portuguese language of the interview carried out by Christina Kapadocha with Patricia Bardi on her research on Somatics of Voice in Performance. The focus is to understand how Bardi defines her vocal-physical work as expression of the somatic movement. The artist and somatic practitioner informs about her work tools based on the embodiment of organs with movement and vocalization, in addition to delimiting the dimensions that complete the training she offers in her four-year program, combining what she calls Vocal Dance, Voice Movement Integration (VMI) and Vital Movement Integration Bodywork (VMIB).

Keywords: Vocal Dance. Somatic Movement. Vocal embodiment. Vocal-physical presence. Body-Mind CenteringSM.

¹ Entrevista publicada originalmente no livro *Somatic Voices in Performance Research and Beyond* (2021), pela Routledge, Abingdon, Oxon, organizado por Christina Kapadocha, pp. 50-60. Tradução realizada e publicada com autorização da autora e da entrevistada, com aval da editora.

Resumen - Sobre la práctica de Integración Voz Movimiento (VMI): despertar la resonancia en el cuerpo en movimiento

Esta es una traducción al portugués de la entrevista realizada por Christina Kapadocha a Patricia Bardi con motivo de su investigación sobre Somática de la Voz en la Performance. El objetivo es comprender cómo Bardi define su trabajo corpóreo-vocal como expresión del movimiento somático. La artista y practicante somática informa sobre sus herramientas de trabajo basadas en la corporalización de órganos con movimiento y vocalización, además de delimitar las dimensiones que completan la formación que ofrece en su programa de cuatro años, combinando lo que ella llama Danza Vocal (*Vocal Dance*), Integración Voz Movimiento (*Voice Movement Integration - VMI*) y Trabajo Corporal de Integración del Movimiento Vital (*Vital Movement Integration Bodywork - VMIB*).

Palabras clave: Danza Vocal. Movimiento somático. Corporalización vocal. Presencia corporal-vocal. Body-Mind CenteringSM.

Patricia Bardi ocupa uma posição significativa no desenvolvimento da integração da voz e do movimento somático. Como uma das primeiras protagonistas da área, ela vem desenvolvendo e aprimorando sua compreensão e prática há mais de quarenta anos. Originalmente uma dançarina, ela combinou em suas explorações informações científicas com uma compreensão somática rigorosa e um talento criativo em dança. Os frutos de suas descobertas são seu programa educacional credenciado, Integração Voz-Movimento (VMI - *Voice Movement Integration*)², e sua abordagem singular de atuação com improvisação, intitulada Dança Vocal (*Vocal Dance*), que é, ao mesmo tempo, um método de treinamento e sua própria prática de atuação cênica.

Uma nota à pessoa leitora (Christina Kapadocha)

Enquanto testemunhava um workshop realizado por Bardi na East 15 Acting School em Londres (17 de novembro de 2018) como parte do projeto deste livro³, fui atraída pelas palavras rítmicas e rimadas da praticante: “Deixe o som e a ação terem alguma interação” (Bardi, 2018a). Essa interação diversificada está no cerne do material a seguir, desenvolvido com base nas respostas escritas de Bardi às minhas perguntas, combinadas com documentação em vídeo e pensamentos transcritos após o workshop. Em ressonância com a identidade geral do volume, minhas intenções como testemunha do nosso processo interativo não foram apenas trazer à tona a originalidade e as contribuições inovadoras da prática de Bardi, mas também como ela pode interagir e informar perspectivas teóricas sobre voz e somaticidade. Para facilitar sua navegação ao longo desta narrativa cruzada, integro algumas notas à pessoa leitora no corpo principal do texto.

² Vide o website: <http://patriciabardi.com/>

³ Refere-se ao livro em que a entrevista foi publicada originalmente.

A formação de uma artista de dança-voz

Christina Kapadocha (CK): Poderíamos começar com você nos contando brevemente sobre sua experiência? Estou interessada na sua ligação com a dança e em como a voz surgiu na sua prática.

Patricia Bardi (PB): Em 1972, ao concluir meus estudos universitários em psicologia em Nova York, comecei a perseguir o sonho de minha vida de aprender a dançar. Desde o início fui atraída pela atuação cênica experimental e improvisada e queria absorver o máximo possível de influências diversas. Assim, ao longo de cinco anos participei de uma ampla gama de aulas de dança, incluindo: técnica de dança moderna com Nancy Meehan, uma solista de Erick Hawkins; balé com Colette Barry e Susan Klein; improvisação e criação de danças com Trisha Brown; e composição com Daniel Nagrin. Além disso, a interação direta com os primeiros praticantes seminais do Contato-Improvisação, como Lisa Nelson e Steve Paxton, teve uma influência profunda no meu desenvolvimento.

Em 1974, enquanto estudava dança com Nancy Meehan, fui apresentada à Bonnie Bainbridge Cohen e seu trabalho na época sobre alinhamento corporal. Fiquei intrigada com a descrição de sua abordagem e posteriormente juntei-me ao seu primeiro grupo de formação de professores de Body-Mind CenteringSM (BMCSM) em Nova York. Isso me levou, em 1977, a trabalhar individualmente com Bonnie para preparar os cursos que ela estava ministrando em seu primeiro programa de certificação em BMCSM, em Northampton, Massachusetts. Esta maravilhosa oportunidade proporcionou-me uma experiência inestimável e em primeira mão sobre o que significa pesquisar a presença corporal e a sua relação com a integração do movimento somático. Além disso, ao mudar-me para Londres, comecei a minha longa associação com o excepcional osteopata e educador Ernest Keeling, que tem sido uma influência seminal na minha compreensão do significado do toque e da integração física na minha prática somática.

O trabalho somático inicial sobre a anatomia experiencial de Bainbridge Cohen incluía o trabalho com os órgãos. Isto teve um efeito significativo na minha integração de movimentos e influenciou a minha abordagem à dança. Experimentei como era importante incluir uma compreensão profunda da consciência corporal interna na minha dança. O mundo interno do corpo estava se abrindo para mim, conduzindo-me através de uma crescente

consciência da respiração, do apoio respiratório e da anatomia vocal até o início da minha aventura criativa com a voz.

Nas minhas primeiras experiências com a voz, lembro-me nitidamente do momento - no meu treino de dança em Nova Iorque com a coreógrafa Miki Goodman - quando percebi que o som, para mim, era um instrumento corporal. Meu objetivo na época era trazer uma totalidade de consciência corporal para minha dança. As questões que surgiram foram: “Por que estou deixando de fora a capacidade da minha respiração e do meu som? Por que estou em silêncio?” Essa nova visão expandiu minhas explorações. Trazer a voz para minha dança foi surpreendente e revigorante. Eu não era mais uma dançarina silenciosa e comecei a me tornar uma artista de dança-voz.

Minha primeira prática de dança com voz era intuitiva e baseada em minha prática solo. Fiquei interessada em fazer minhas próprias danças e comecei a explorar o potencial dos órgãos para influenciar minha linguagem de movimento. Ao incluir o som nesta exploração, experimentei um novo nível de vitalidade, direção e percepção sensorial. Essas explorações se tornaram minhas primeiras Danças Vocais. Nesse ponto, a voz tornou-se um elemento-chave na minha prática de movimentos somáticos - abrindo um novo caminho para a minha criatividade e autodesenvolvimento.

A exploração dos órgãos como fonte da interação dança-vocal

CK: Você mencionou que começou a explorar o potencial dos órgãos quando começou a fazer suas próprias Danças Vocais. Você poderia explicar o que quer dizer com isso? Por que especificamente órgãos e como isso é possível na prática?

PB: Originalmente, a minha investigação sobre a presença dos órgãos incluía a voz como um meio de encorajar respostas mais sintonizadas. Eu era uma dançarina convencional e o uso da voz não fazia parte do meu treinamento de dança. Inicialmente meu objetivo era integrar o som para estimular a presença de órgãos na minha experiência de movimento. Isso criou uma experiência sensorial diferente em minha fisicalidade, que influenciou significativamente meu vocabulário de movimento. Através desta pesquisa inicial, pude sentir como a voz tinha a capacidade de integrar a minha atenção e intenção de forma muito mais profunda e rica do que trabalhar apenas com movimento. Trazer a consciência dos órgãos, incluindo o impacto vibracional do som, transformou minha experiência de movimento.

Através desta exploração, descobri que os órgãos são um volume interno tridimensional, que preenche o espaço do nosso torso, uma presença interna rítmica, móvel e pulsante. Como dançarina movedora, eu percebia como o peso interno e fluido dos órgãos participava do meu movimento e da minha expressão vocal; e percebi que esta consciência sensorial era uma ponte para as funções autônomas subcorticais e, portanto, capaz de influenciar as minhas capacidades musculoesqueléticas e conscientes.

Essa exploração interativa teve um forte destaque em minha atuação em dança solo. Através da consciência dos meus órgãos, consegui conectar-me com o diálogo interno dos meus pensamentos e sentimentos. O que surgiu foi o potencial de trazer a voz para a minha capacidade de interagir e me expressar mais diretamente com músicos ou interpretar um personagem. Promoveu a minha capacidade de articular o meu ponto de vista através do som e da linguagem, o que transformou a abstração da dança em outra camada de significado e expressão. As fronteiras entre teatro, dança e música foram se dissolvendo e surgiu uma abordagem interdisciplinar mais nítida e completa.

Nesse ponto, conduzi uma investigação aprofundada sobre a ciência anatômica e fisiológica do corpo. A partir dessa base de conhecimento, investiguei meus próprios sistemas corporais através do movimento e do som. Partindo destas descobertas pessoais, desenvolvi os métodos e práticas para o meu programa de Integração Voz-Movimento. Trabalhando com pessoas estudantes, incluindo artistas cênicas, educadoras de movimento e terapeutas, descobri que é essencial oferecer e orientá-las através de uma série de movimentos somáticos bem definidos e práticas de voz, a fim de desenvolver esta consciência interdisciplinar e alerta. É importante orientar esta prática corpóreo-vocal para despertar a sensação de um corpo ressoante movendo-se ativamente no espaço. Meu programa educacional somático, portanto, fornece à pessoa participante uma compreensão rigorosa da anatomia, fisiologia, desenvolvimento motor humano e percepção para construir uma base de integração ativa do movimento com a voz em uma experiência de corpo inteiro (Figura 01).



Figura 01 - Workshop com Patricia Bardi em East 15 Acting School, Londres, 17 de novembro de 2018.
Fonte: Vivianna Chiotini.

À pessoa leitora: Para mais informações sobre a prática, veja o vídeo do trabalho de Patricia Bardi (2018b) - vídeo de trabalho com os órgãos. Acessível através do site Routledge Voice Studies (RVS)⁴. Documentação de Vivianna Chiotini.

De uma prática cênica a uma prática de ensino

CK: Então, como a sua Dança Vocal se desenvolveu de uma prática cênica para um processo de treinamento?

PB: À medida que as pessoas estudantes começaram a ficar mais interessadas em experimentar e aprender como combinar voz e movimento, desenvolvi as ferramentas para comunicar a minha prática. Eu estava viajando por toda a Europa ensinando movimentos somáticos a pessoas dançarinas, bem como realizando minhas Danças Vocais. Tornei-me cada vez mais consciente de quão essenciais eram as interconexões entre essas práticas para mim e para as pessoas que eu ensinava. Fui inspirada a conceber um programa de formação educacional que ensinasse sistemática e rigorosamente às pessoas artistas e aspirantes como desenvolver o seu corpo, voz e movimento através da prática somática. O programa foi desenvolvido como um curso de quatro anos em que as pessoas graduadas se tornam

⁴ Link de acesso aos vídeos referidos no livro *Somatics of Voice in Performance and Beyond* (2021), de Christina Kapadocha. Disponível em: <https://routledge-textbooks.com/textbooks/routledgevoicestudies/somatic-voices.php>. Acesso em: 23 jun. 2024.

educadoras-terapeutas e profissionais do trabalho corporal qualificadas no movimento somático.

Minha prática solo de Dança Vocal foi a fonte para o desenvolvimento da prática coletiva de Dança Vocal, que é um componente-chave do programa. É uma prática criativa que visa libertar a voz para estar plenamente viva e refletida na vitalidade expressiva e no movimento ativo. Trazer respiração e voz para a experiência de movimento integra um novo nível de atenção sensorial e influencia a intenção motora das pessoas estudantes. Elas descobrem que a respiração e a voz alinhadas com o movimento são um unificador profundo da consciência interna e da expressão ativa. É uma integração de dança, voz e linguagem, ao mesmo tempo que combina elementos composicionais com o imediatismo da improvisação.

No contexto de uma apresentação cênica interativa ao vivo, esta combinação abre o potencial para que novas descobertas e inovações do material surjam e se aprofundem. Ao envolver-se neste processo somático e responder às qualidades e variações de fluxo, ritmo e textura que fluem através do corpo, a presença vocal surge de um estado corporal elevado de consciência e inspira uma ressonância de sentimento, pensamento e ação na pessoa atuante.

À pessoa leitora: Ao retornar à página do livro, você poderá assistir a um vídeo sobre como a praticante incluiu a prática específica em seu workshop. Veja o vídeo de Patricia Bardi (2018c) - *Vocal Dance*. Documentação de Vivianna Chiotini. A edição do vídeo acompanha o desenvolvimento da prática do trabalho em grupo para o trabalho em parceria e depois de volta ao grupo.

CK: Como você descreveria a integração de som, movimento e linguagem em seu ensino?

PB: No meu entendimento, a própria natureza do som enquanto se move em um espaço acústico é livre de gravidade. A ressonância do som é sentida no corpo como uma fluidez vibracional movendo-se igual e plenamente em todas as dimensões. Enquanto o movimento do corpo tem de interagir com a gravidade, o som é uma força viva que anima a presença celular (atenção plena e sem esforço) e esta sensação de fluidez é potencialmente recebida por todo o corpo. A vibração do som pode mover-se mais livremente dentro do corpo, com menos tensão e esforço, influenciando a nossa atenção sensorial.

Funcionalmente, os circuitos neurais dos olhos, o sistema vestibular e os receptores dos sentidos de propriocepção conectam-se diretamente ao cerebelo, modulando nosso esforço de movimento e coordenação. Procuro trazer a consciência interna do fluxo de movimento estimulado pelo som para informar e guiar o movimento pelo corpo. Dentro deste processo de escuta interativa e ativa, a pessoa atuante torna-se mais consciente de como todo o seu corpo - mãos, olhos, ouvidos, coluna vertebral, caixa torácica, pélvis e pés - está recebendo e se avivando. Assim, o som que as pessoas geram influencia a presença do movimento e também o reverso, possibilitando que a qualidade da sensação no movimento influencie os vocais interativos.

Dentro da interação corpóreo-vocal da Dança Vocal, a linguagem escrita e falada torna-se um elemento potente. A interação da linguagem com o movimento impacta profundamente na informação sensorial que o corpo está experimentando. Isto se deve aos muitos níveis de atividade cerebral que são despertados no processo - consciente, cortical, imaginativo, associativo subconsciente, memória profunda e filtros poéticos. Estas áreas despertadas ativam um mundo simbólico que incorpora a memória e a sensação como fonte e conjunto de imagens, refletindo a história pessoal e a experiência sentida. Esta é uma informação que a mente cortical não retém prontamente, mas recebe ativamente do poder associativo das imagens, da memória e da presença corpóreo-vocal. Isto promove um manancial de novas fontes de criatividade e desencadeia novos padrões de resposta corpóreo-vocal.

Delineando a Integração Voz-Movimento como treinamento somático

CK: Você já falou sobre a Dança Vocal como uma parte importante do seu programa de treinamento somático. Você poderia também descrever como apoia ainda mais as respostas corpóreo-vocais dentro das vertentes adicionais do seu treinamento VMI?

PB: No âmbito do desenvolvimento contínuo da minha Pesquisa Guiada pela Prática, em 1993 fundei o Programa de Certificação de Prática Somática VMI, em Amsterdã. O programa atrai um grupo diversificado de pessoas estudantes de diferentes origens e idades, incluindo artistas cênicas - dançarinas, atores/atrizes e cantoras - pessoas educadoras e terapeutas do movimento, fonoaudiólogas e fisioterapeutas, profissionais de saúde holísticas, psicoterapeutas corporais, pessoas professoras de Pilates e ioga. O treinamento combina

Dança Vocal com Integração Voz-Movimento (VMI) e Trabalho Corporal de integração do Movimento Vital (VMIB). Essas três vertentes estão inter-relacionadas, mas distintas na forma como abordam a presença corpóreo-vocal.

A Dança Vocal é uma abordagem expressiva criativa, enquanto o VMI visa a autoconsciência e a integração vocal-corporal. Esta apoia o desenvolvimento de habilidades perceptivas, observacionais e expressivas a partir de uma presença interna que informa o nosso autoconhecimento. Este encontro da pessoa consigo mesma emerge de práticas somáticas bem definidas, acumulativas e progressivas que integram a compreensão holística de cada um dos sistemas corporais. A prática do VMI incorpora a Respiração Ativa, um aspecto fundamental do trabalho que integra sequências de movimentos guiados, respiração de corpo inteiro, ritmos corporais e voz.

A terceira vertente, VMIB, é uma técnica de trabalho corporal e processo terapêutico que as pessoas estudantes desenvolvem para aplicação em sua prática profissional. Ela se concentra em protocolos específicos para cada sistema corporal, incorporando toque com as mãos e habilidades de repadronização corporal para trabalhar diretamente com a experiência corporalizada de outra pessoa. Ao receber este nível de toque sensível, juntamente com a sequência de movimentos guiados, a pessoa praticante orienta a pessoa participante a abrir os seus filtros perceptivos para novas arenas de percepção sensorial com o corpo todo. O núcleo interligado de todas as três vertentes é como vivemos e percebemos através da nossa presença corpóreo-vocal e como isso melhora o nosso sentido central de identidade.

CK: Parece-me que a palavra somática na sua prática sugere uma combinação de linhagens e processos com noções de percepção, expressão e autoconsciência. Você tem usado o termo para descrever seu trabalho enquanto praticante somática contemporânea que se concentra principalmente na interação corpóreo-vocal. Como você identificaria a noção de somática em seu trabalho?

PB: Como enquadramento referencial, a palavra somática não surgiu no vernáculo do entendimento comum e como campo especializado até os anos 80 e 90. As pessoas perguntariam o que somática significa e, se eu mencionasse a palavra *psicossomática*, a lacuna na compreensão seria preenchida. Antes de a somática ser especificamente identificada como um campo, as pessoas profissionais da dança e do movimento, inclusive eu, viam a exploração de processos internos como um recurso potente, seja para guiar nosso senso de corporalização, seja como uma ferramenta bem-vinda para desenvolver as nossas capacidades

criativas com mais nitidez, ou uma fonte de *insights* sobre nossa capacidade de movimento e expressão. Ao trabalhar com as pessoas estudantes integrando voz com movimento através de práticas somáticas guiadas, comecei a moldar a minha visão sobre como diferentes tradições culturais desenvolveram os seus ritmos e expressão através do corpo.

CK: Então, se bem entendi, a somática na sua prática inclui, entre outros, a consciência de diversas expressões culturais? Você se concentrou nessa visão relacionada à cultura em seu trabalho?

PB: No início do meu desenvolvimento, visitei frequentemente o Museu Jacques Marchais de Arte Tibetana, localizado em Staten Island, Nova Iorque. Fiquei encantada ao ver as expressões multifacetadas das esculturas tibetanas. Enquanto morava em Massachusetts, assisti a um concerto do extraordinário cantor do sul da Índia, Subbalakshmi. Este foi o meu primeiro encontro com a música vocal indiana, o que me emocionou e inspirou profundamente. Quando me mudei para Londres, o espectro de música e dança indiana oferecido por lá ampliou bastante minha curiosidade e interesse.

No início dos anos 80, recebi uma bolsa do Arts Council England e conduzi um projeto de pesquisa sobre música vocal do norte da Índia. Foi uma experiência inestimável e incomensurável estudar voz e observar a cultura musical indiana. Os resultados foram uma performance que teve lugar em Pune e Deli e um filme sobre a minha investigação, para o qual colaborei com jovens cineastas indianos. Ser exposta a uma forma não-ocidental de música e dança abriu para mim uma perspectiva totalmente nova sobre expressão e presença. As danças indianas originaram-se nas danças do templo e têm uma relação direta com a música e a linguagem gestual dos *mudras*. Uma das influências mais importantes foi ver como a voz e o movimento abordavam o espaço. Houve uma resposta muito mais articulada sobre como cada som e movimento se relacionava com o uso do espaço. Pessoalmente, nunca tinha experimentado esta especificidade no estilo cultural ocidental de expansividade, de preencher o espaço disponível, iniciando para fora sem a sensação de retorno. Esta experiência teve um efeito duradouro na minha abordagem corpóreo-vocal, sem tentar imitar ou incluir conscientemente elementos da cultura indiana.

CK: Percebo isso claramente pela maneira como você desenvolveu sua linguagem em torno da inter-relação entre voz e espaço. Isto também traz à mente o espaço interno da presença corpóreo-vocal e dos sistemas corporais que você mencionou antes.

PB: A chave aqui é observar como o movimento somático aumenta a capacidade da voz além da produção vocal para uma experiência sentida mais completa, que tem o poder de informar e desenvolver o senso de identidade de uma pessoa mais profundamente.

Uma abordagem somática que inclui os órgãos e os processos subconscientes do sistema nervoso informa a anatomia funcional da voz e também melhora a ressonância e o poder vocal para expressar-se de forma mais direta. O processo informa nosso senso de identidade e alinha nossa consciência do movimento com mais precisão. Anatomicamente falando, sabemos que o cérebro está conectado aos órgãos através do sistema nervoso autônomo (SNA), sustentando nosso equilíbrio homeostático através do nervo vago. Estruturalmente, o volume interno e a tridimensionalidade dos órgãos ocupam o espaço interno do tronco rodeado pelos músculos do centro de força do corpo.

Ao nos conectarmos somaticamente a essa interação interna, podemos acompanhar mais plenamente as possibilidades físicas e emotivas de nossas vozes. Esta potencialidade, na minha perspectiva, abre uma dimensão de conteúdo emocional que se sente diretamente e sem interpretação. Como a voz artística é convencionalmente transmitida por meio de música ou texto, ela já carrega algum tipo de interpretação. Quando estamos mais alinhados com a riqueza de uma presença física mais completa nas nossas vozes, para além da anatomia funcional, podemos trabalhar mais diretamente com os nossos recursos internos, encontrando a nossa própria voz corporal original.

CK: Entendo o que você quer dizer com a própria voz corporal original enquanto testemunha da sua prática. Também estou curiosa sobre as escolhas dos sons em suas Danças Vocais, pois elas trazem para mim mais uma vez qualidades culturais ou interculturais⁵.

PB: Mais uma vez, não se trata de tentar imitar a *world music*, mas, na minha observação, a *world music* tem uma fonte visceral, porque emerge da experiência no corpo. A música e a vocalização se desenvolveram através da dança e do movimento. Assim, ao trabalhar com diferentes ritmos e qualidades de som e movimento, você chega a algumas tradições reconhecíveis da música mundial sem copiá-las. Esta é uma orientação muito diferente, pois a qualidade da voz e a qualidade do ritmo estão interagindo com a presença corporal. Não é prescrito no sentido de “o que eu seleciono?”. É essencialmente sobre a

⁵ Você pode querer retornar ao vídeo já mencionado sobre a prática em grupo de Dança Vocal de Bardi em relação a esta questão.

experiência sentida - o que está envolvendo a presença, qual ritmo, qual qualidade de sons está sendo estimulada e sustentada.

Eu incorporo polirritmos vívidos como trampolim e enquadramento inicial para que as pessoas tenham a chance de desenvolver suas habilidades vocais e integrar suas habilidades de movimento vocal. À medida que as pessoas se familiarizam com o modo como trazem ativamente a sua voz para o espaço, podem ampliar a experiência através da improvisação na interação coletiva e descobrir um espectro muito maior de como podem se relacionar com o som, o ritmo, a sintaxe e até mesmo as texturas do som. O enquadramento vocal inicial pode ser potencialmente uma limitação, mas à medida que a experiência interativa se desenrola, posso orientá-las a alargar o seu alcance e a experimentar mais livremente a sua expressão. Num coletivo experiente que trabalha com improvisação de forma compositiva, os papéis de movers e de criadores de som estão constantemente misturados e o público pode não distinguir entre quem está se movendo e quem está vocalizando. A paisagem sonora que surge desse ímpeto do corpo por meio do movimento também é uma resposta às qualidades do fraseado vocal. Pode ser uma interação muito dinâmica e emocionante. É uma forma híbrida que lhe confere a sua qualidade e o seu gênero.

Mais possibilidades de interação som-ação

CK: Penso que no apoio a esta qualidade dinâmica residem também as potencialidades multidisciplinares do seu trabalho. Você mencionou que a voz artística é convencionalmente transmitida por meio de música ou texto. E quanto a outros artistas, como pessoas dançarinas, para quem a voz não é tradicionalmente integrada na sua formação e expressão?

PB: Vejo a atividade da respiração e da voz como um genuíno unificador de atenção e intenção para todos os artistas criativos que usam os seus corpos como um instrumento de expressão. Mas, de todos os mundos de expressão artística, a pessoa dançarina é de fato a mais *silenciosa*. Por que essas pessoas não deveriam ter mais experiência de respiração e voz em sua formação? Por que ficar de fora do elo vital da voz em sua consciência e expressão? Para mim, *ter voz* é uma metáfora para comunicar quem somos e o que sabemos com clareza e autenticidade. A voz é a nossa assinatura sonora e o nosso veículo para a forma como apresentamos as nossas ideias e como partilhamos a nossa compreensão com o mundo. Ao

trabalhar com a respiração corporalizada como fonte silenciosa do som, a relação entre a consciência da respiração e a presença vocal envolve-se num *continuum*; ela orienta e informa nossa capacidade de nos expressarmos.

A opção das pessoas dançarinas usarem a voz na apresentação artística é secundária ao impacto central do seu trabalho integrativo corpóreo-vocal - libertar a respiração, construir suporte respiratório e aceder ao poder da voz na definição e refinamento da sua presença física. Abordar e identificar a voz como uma experiência corporal ativada através da presença física ajuda a dissolver os medos da pessoa dançarina em usar a voz. O feedback que uma voz somática pode dar não é silenciado e inibido. Em vez disso, oferece a possibilidade de uma presença corpórea mais vívida que aumenta a consciência da autocapacitação criativa. Ter uma relação com a sua voz dá à pessoa dançarina uma capacidade mais clara e maior acesso para conhecer, expressar e articular os seus pensamentos e sentimentos.

CK: Focando no autoempoderamento e dado que você se identifica como uma artista feminina de dança e voz, também estou pensando em como sua prática poderia interagir com os escritos de filósofas feministas como Julia Kristeva (1984) e Hélène Cixous (1986). Como você vê seu trabalho contribuindo para as discussões modernas sobre a inclusão do *soma* vocal feminino?

PB: Um tema central em todo o meu trabalho artístico tem sido questionar e abrir as fronteiras do papel tradicional atribuído ao arquétipo feminino. Inicialmente, ter a coragem de seguir a dança veio diretamente da participação num grupo de mulheres de sensibilização que chamamos de Grupo de Autodesenvolvimento, em Nova Iorque. Meu trabalho com voz na dança começou de um lugar ingênuo e evoluiu ao longo dos anos para uma abordagem somática definida que integra voz com movimento, abrindo novas fontes de consciência e autoconhecimento para mulheres e homens. Estas são ferramentas de empoderamento para todos.

Para as mulheres, a plena corporalização da sua voz e da presença corporal é fundamentalmente importante para alcançar plenamente a igualdade e a liberdade de expressão no mundo. Ela sente seu poder: tem confiança e capacidade de expressar quem ela é; sabe o que observa e entende com habilidades mais articuladas. Ela tem a coragem de ser ouvida e também vista e se conhece mais plenamente. Ela pode reconhecer e ter consciência

da mulher que é, dentro da presença de seu corpo físico-vocal⁶. Vejo meu trabalho como parte de uma onda emocionante de pensamento e prática transformacional envolvendo o corpo, que dá às mulheres novas ferramentas para conhecer e viver sua força.

Referências

- BARDI, P. **Organ work video**. 2018b. 1 vídeo (5:06). Publicado pelo website Routledge Voice Studies. Disponível em: https://routledgetextbooks.com/textbooks/routledgevoicestudies/somatic_voices.php. Accessed in: 23 jun. 2024.
- BARDI, P. **Vocal Dance video**. 2018c. 1 vídeo (3:31). Publicado pelo website Routledge Voice Studies. Disponível em: https://routledgetextbooks.com/textbooks/routledgevoicestudies/somatic_voices.php. Accessed in: 23 jun. 2024.
- BARDI, P. **Workshop on Voice Movement Integration (VMI) [workshop]**. East 15 Acting School-London, 17 de novembro de 2018a.
- CIXOUS, H.; CLÉMENT, C. **The Newly Born Woman**. Tradução de Betsy Wing. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1986.
- GRANT, Sam. **Social Somatics**. 2023. 1 vídeo. Publicado pelo website Somatic Movement Summit. Disponível em: <https://somaticmovementsummit.com/program/55070>. Acesso em: 02 maio 2024.
- HUSSEIN, N. (org.). **Rethinking New Womanhood: Practices of Gender, Class, Culture and Religion in South Asia**. Cham, Switzerland: Palgrave Macmillan, 2018.
- KAPADOCHA, C. (org.). **Somatic Voices in Performance Research and Beyond**. Abingdon, Oxon: Routledge, 2021.
- KRISTEVA, J. **Revolution in Poetic Language**. Tradução de Margaret Waller. New York: Columbia University Press, 1984.
- PHIPPS, A. **The Politics of the Body: Gender in a Neoliberal and Neoconservative Age**. Cambridge: Polity Press, 2014.
- THREADCRAFT, S. **Intimate Justice: The Black Female Body and the Body Politic**. New York: Oxford University Press, 2016.

⁶ Isto não pretende confinar a feminilidade na sua biologia universal, mas reconhece a intrincada política da quarta onda do feminismo. Ver, entre outros, Phipps (2014), Threadcraft (2016), Hussein (2018).

Tradução recebida em 30/06/2024 e aprovada em 21/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54579>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Christina Kapadocha - Pesquisadora PhD, artista de teatro e praticante somática radicada em Londres; é Educadora do Movimento Somático Registrada na ISMETA e fundadora do Somatic Acting Process®. É graduada na primeira turma de interpretação teatral do *Greek National Theatre* (GNT) (2008) e Mestre pela *East 15 Acting School* (2011). Trabalha como atriz e diretora de movimento na Grécia e no Reino Unido desde 2007, tendo realizado um doutorado com bolsa integral na *Royal Central School of Speech and Drama* (RCSSD) em 2016. Atualmente, é professora na *East 15 Acting School*, Universidade de Essex. Organizou o livro *Somatic Voices in Performance Research and Beyond* (2021) e é editora associada da revista *Theatre, Dance and Performance Training*. contact@christina-kapadocha.com.

Personal website: <https://christina-kapadocha.com/>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6243-7617>

ⁱⁱ Patricia Bardi - Fundadora/diretora do Programa de Certificação de Prática Somática VMI que combina Dança Vocal, Integração Voz-Movimento e Trabalho Corporal de Integração do Movimento Vital, em Amsterdã - um programa credenciado em educação do movimento somático e prática de saúde natural. Bardi realizou diversas turnês, ensinando e atuando em festivais internacionais, universidades e escolas de teatro em toda a Europa, América do Norte e Ásia. Recebeu o *London Arts Choreographer Award* e criou o *Organ Rebalancing*, um treinamento corporal avançado credenciado. É membra fundadora da *School for Body-Mind Centering*SM (EUA) e do *Chisenhale Dance Space*, de Londres, além de ser registrada como Terapeuta do Movimento Somática pela ISMETA. info@patriciabardi.com.

Personal website: <https://patriciabardi.com/>

ⁱⁱⁱ Diego Pizarro - Artista da dança e do teatro. Professor efetivo da Área de Dança do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília (IFB), desde 2010, onde coordena o grupo de pesquisa CEDA-SI - Coletivo de Estudos em Dança, Somática e Improvisação. Realizou pesquisa pós-doutoral (2022-2023) sobre Somática da Voz na Universidade de Brasília, bolsista CAPES/BRASIL. É professor permanente do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal da Bahia (PPGAC/UFBA), desde 2022, onde também finalizou o Doutorado (2020), com período sanduíche na *University of North Carolina at Greensboro* (UNCG, 2019), supervisionado pela Dra. Jill Green. Recebeu o Prêmio Capes de Tese 2021 na área de Artes, com o trabalho *Anatomia Corpoética em (de)composições: três corpus de práxis somática em dança*. É professor certificado em *Body-Mind Centering*SM e outras aventuras somáticas. diego.pizarro@ifb.edu.br.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9234283915775043>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8655-0489>

^{iv} This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



CompoSing consciência: abordando a Somaestética através da Voz e do Yoga

Charulatha Maniⁱ

Australian National University, ANU, Canberra/NSW, Austrália

Tradução: Sulian Vieiraⁱⁱ

Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasilⁱⁱⁱ

Resumo - CompoSing¹ consciência: abordando a Somaestética através da Voz e do Yoga

Este artigo² relaciona os princípios fundamentais da somaestética com questões prementes no campo da voz na música Karnatik, a música do sul da Índia. Ao fazê-lo, revela processos composicionais e de canto de uma perspectiva corporal, entremeando juntos as filosofias do yoga e da consciência corporal no paradigma pragmático do som vocalizado e percebido. Ao corporalizar a música baseada em raga, a autora questiona a convenção estabelecida em relação ao movimento e ao gesto na música Karnatik. Os processos criativos na composição e corporalização no contexto da composição musical, *Sonic River*, são desdobrados em conjunto com posturas de yoga que se relacionam ao contorno melódico da composição, e relatos da experiência vivida registradas em diário. Uma análise crítica desses informantes produz um quadro de quatro eixos para auxiliar na compreensão do papel crucial da consciência corporal na realização e inspiração de uma expressão artística plena e livre, particularmente no contexto da voz.

Palavras-chave: CompoSing. Soma. Música Karnatik. Voz. Composição. Yoga.

Abstract - CompoSing awareness: approaching Somaesthetics through Voice and Yoga

This paper aligns the fundamental principles of somaesthetics with pressing issues in the field of voice in Karnatik music, the music of Southern India. In doing so, it unpacks both compositional and singing processes from a bodily perspective, weaving together the philosophies of yoga and body awareness into the pragmatic paradigm of vocalized and perceived sound. By embodying raga-based music, the author interrogates established convention in relation to movement and gesture in Karnatik music. The creative processes in the composition and embodiment of the context of the musical composition, *Sonic River*, are unpacked in conjunction with yogic poses that align with the composition's melodic contour, and accounts of lived experience as journal entries. A critical analysis of these informants yields a four-pronged framework to aid in the understanding of the crucial role of body awareness in achieving and inspiring a fulfilling and free artistic expression, particularly in the context of voice.

Keywords: CompoSing. Soma. Karnatik music. Voice. Composition. Yoga.

¹ Nota: Trata-se de expressão cunhada pela autora que denota “um estado de criação de música por meio da prática vocal que está em sincronia com um modo de consciência composto”.

² Este artigo foi publicado originalmente em: MANI, Charulatha. CompoSing Awareness: Approaching Somaesthetics Through Voice and Yoga. *The Journal of Somaesthetics*, Dinamarca, Aalborg University, v. 5, n. 2, p. 67-85, 2019. Disponível em: <https://journals.aau.dk/index.php/JOS/article/view/3334/3140> - Acesso em: 01 abr. 2024.

Resumen - CompoSing conciencia: acercándose a la Somaestética a través de la Voz y el Yoga

Este artículo alinea los principios fundamentales de la somaestética con cuestiones urgentes en el campo de la voz en la música Karnatik, la música del sur de la India. Al hacerlo, analiza los procesos compositivos y de canto desde una perspectiva corporal, entrelazando las filosofías del yoga y la conciencia corporal en el paradigma pragmático del sonido vocalizado y percibido. Al corporalizar la música basada en raga, la autora cuestiona las convenciones establecidas en relación con el movimiento y el gesto en la música Karnatik. Los procesos creativos en la composición y la corporalización del contexto de la composición musical, *Sonic River*, se analizan junto con posturas yóguicas que se alinean con el contorno melódico de la composición y relatos de experiencias vividas como anotaciones en el diario. Un análisis crítico de estos informantes produce un marco de cuatro frentes para ayudar a comprender el papel crucial de la conciencia corporal para lograr e inspirar una expresión artística libre y plena, particularmente en el contexto de la voz.

Palabras clave: CompoSing. Soma. Música Karnatik. Voz. Composición. Yoga.

Introdução: Maneiras de reconhecer o corpo

De acordo com as teorias da fenomenologia estabelecidas por Merleau-Ponty (2013), a compreensão em um nível corporalizado, pré-reflexivo prefigura a cognição e a intelectualização que se segue. Tal abordagem desafia o ditame cartesiano da dualidade corpo-mente, que se baseia na capacidade independente da mente de analisar, elaborar estratégias e aprender/entender até fenômenos experimentados, como abstrações (Descartes, 1975). As teorias da fenomenologia assumiram a primazia nas disciplinas emergentes da pesquisa artística em música e estudos de voz ao longo das últimas décadas, sobretudo para pavimentar o caminho para uma melhor compreensão de como a música é ouvida, percebida, compreendida, expressa e conceituada. Os campos da ciência cognitiva e da neurociência foram inundados ao longo das últimas décadas com teorias definitivas que privilegiam o corpo como o local do conhecimento, incluindo a “mente corporalizada” de Lakoff e Johnson (1999) e “o cérebro de um corpo com mente” de Antonio Damasio (1994). Posteriormente, a materialidade de um “corpo sociosemiótico”, cuja consciência e percepções pré-condicionadas derivam, por um lado, de suas incrustações culturais e, por outro, de sua significação e comunicação com a sociedade e o ambiente imediatos, surgiu como um nó fundamental de estudo (Waskul; Vannini, 2006) no campo da corporalização.

Uma vertente revigorante da filosofia corporalizada na ação que surgiu recentemente é a somaestética de Richard Shusterman. Ele descreve isso de forma muito simples: “Significa colocar o corpo onde está a boca; para fazer o que é preciso e não apenas falar” (Shusterman, 2012, p. 4). A somaestética, em essência, é uma filosofia em ação que transcende a teoria e se sustenta através de abordagens autoaperfeiçoadas, culturalmente contingentes e práticas para desvendar a estética criada e percebida pelo corpo (Shusterman, 2012, p. 4). A terminologia e a teoria da somaestética de Shusterman assentam numa base de cerca de duas décadas, e tem-se debruçado sobre o condicionamento corporal, a consciência corporal e os processos reflexivos/corretivos de autoaperfeiçoamento iterativo, como formas abrangentes de adotar uma filosofia de vida centrada no corpo; uma forma de melhorar os processos e os resultados em todos os contextos.

Uma abordagem somaestética alinha-se notavelmente à modelagem do corpo e ao condicionamento mental, não como compartimentos, mas como um todo reconfigurado. Além disso, para os indivíduos participantes, a somaestética é uma filosofia pragmática que também

gera um ciclo de feedback sociocultural autorrefinado com o mundo fenomenológico. Esta filosofia é imaginada por Shusterman de forma rizomática e transcontextual, utilizando ferramentas como o yoga, o Método Feldenkrais e a Técnica Alexander, e tem encontrado uma ampla aplicação em domínios tão variados como a aprendizagem, a dança e, recentemente, o canto (Tarvainen, 2018a, 2018b). A teórica da investigação artística Darla Crispin (2013, p. 59) utiliza a palavra “rizomaticamente” para descrever a forma expansiva como os tentáculos da prática artística se estendem ao domínio da investigação artística e vice-versa. Quando eu uso esta palavra no contexto atual, pretendo comunicar que a propagação de ideias em uma abordagem somaestética é muitas vezes irregular, interessante, e em forma de treliça, ao mesmo tempo, proporciona uma estrutura de apoio que evolui e se reajusta de forma dinâmica.

De acordo com Shusterman (2012, p. 42), a percepção somática preocupa-se notavelmente com a importância da consciência dos movimentos corporais de uma pessoa na ação e como ação - a disciplina é direcionada para o desenvolvimento da consciência do movimento como uma ferramenta para explorar a formação do corpo por forças e hábitos socioculturais, e as funções paradoxais do corpo como guardião e desestabilizador desses valores socioculturais. Como Heinrich (2018, p. 6) observa: “O vocabulário da somaestética parece ser capaz de envolver e facilitar essa nova demanda por estética e conhecimento”, sendo a novidade liderada pelos fundamentos filosóficos pragmáticos do campo da somaestética. Tal novidade convida a exploração através do som e do corpo, como prática composicional criativa liderada pela voz em que a construção do conhecimento emerge de estar esteticamente sintonizada com o corpo. Chamo essa exploração de *CompoSing*, um estado de criação de música por meio da prática vocal que está em sincronia com um modo de consciência composto (ou seja, calmo e sintonizado com seu estado corporal).

Contextualizando Soma em um Paradigma Vocal Intercultural

O privilégio do corpo como primeiro receptor, processador e produtor de conhecimento cultural em contextos performativos tem sido inestimável no campo dos estudos da voz e do som, com acadêmicos influentes desde Barthes (1977), passando por Cavarero (2005) e Dolar (2006), até Järviö (2006) e Thomaidis (2013) (para citar apenas alguns), explorando novos caminhos para associar a voz, os seus modos de manifestação e

significado, e a sua importância, ao corpo vivo que está inextricavelmente ligado a ela. O caminho que ligou a consciência corporal ao som para Pauline Oliveros foi a escuta (Bell; Oliveros, 2017). Para Thomaidis (2013), era sua prática fisiovoal, que ele reaproveitou como uma ferramenta na sua formação da pessoa que atua/canta. Para Järviö (2006), foi a conexão sentida do corpo cantante com o aparato vocal em movimento, bem como à função de ser pedagogo. Seria, portanto, seguro interpretar que a consciência corporal é relacional; da mesma forma, o som é relacional - o ato de soar é fisicamente impossível sem um ambiente físico que permita sua propagação como ondas longitudinais.

O corpo sente as ecologias das práticas e ontologias em torno dele; ele também se sente, como *a tese da reversibilidade* de Merleau-Ponty (2013, p. 130-155) estabelece. Ao produzir o som, a voz, justamente descrita por Dolar (2006) como “a carne da alma, a sua materialidade intransponível”, sente-se a si própria, sendo simultaneamente a primeira mensageira e a primeira receptora do estímulo sonoro em relação ao corpo. Relata ao corpo, recebe do corpo, e é aquele “corpo truncado” a que Dolar (2006) se refere. A estética do som da voz está, portanto, inextricavelmente ligada à estética do corpo, *soma*. Como uma cantora de música Karnatik do Sul Índia, eu gradualmente vim a entender que meu som vocal e os sons que eu ouço são espelhos que refletem as dores e prazeres experimentados pelo meu corpo - ao mundo como voz e de volta ao meu próprio corpo, para ser inscrito nele como um indelével “marcador somático” de som (Hunter, 2013).

***Sonic River*: Conteúdo, Justificativa e Questionamentos**

Este artigo descreve o processo de interrelação corpo-som como testemunhado através da lente da somaestética. Baseio-me em literatura e filosofias em culturas e disciplinas, minhas próprias experiências como compositora/praticante vocal. Uso uma peça de música para duas vozes que recentemente compus e gravei, *Sonic River* (maio de 2019) como ponto focal para este estudo. Para o texto de *Sonic River*, baseei-me no conhecido mantra *Shanti* (cântico para a paz) do mais antigo *Upanishad* (escritura védica) em sânscrito, o *Brihadaranyaka Upanishad* (canto 1.2.28) O texto é o seguinte:

Asatoma sadgamaya Tamasoma jyotirgamaya Mrityorma amritam gamaya Om Shanti, Shanti, Shantihi.

[Do irreal me leve ao real, Das trevas me levam à luz, Da morte me levam à imortalidade, Paz, Paz, Paz.]

A gravação foi vocalizada em um estilo Karnatik por mim e minha irmã, Srimathumitha Mani, uma cantora profissional na vertente Karnatik que também é uma instrutora de yoga certificada. Através deste artigo, identifico e compartilho certos destaques das fases de concepção e apresentação deste trabalho, adotando a somaestética como lente, ferramenta e justificativa.

Ao longo desta exposição, baseio-me no papel do *soma* no contexto da voz na música Karnatik, a música clássica do Sul da Índia. A ligação de uma filosofia de consciência corporal e de reconhecimento com uma prática de canto que tem restrições tradicionais levanta problemas, particularmente em relação à situação política e social da voz feminina na prática do canto Karnatik. Para que o leitor possa compreender a gravidade de abordagens corporalizadas na música Karnatik, ofereço algum contexto aqui. Ao considerar a música Karnatik, deve-se considerar o status da forma em três períodos muito distintos na história - pré-colonial, colonial e pós-colonial.

De forma breve, uma comunidade de mulheres cantoras-dançarinas conhecidas como *devadasis* foram historicamente as pioneiras desta forma de arte, tendo difundido o seu estilo de música personificado por todo o mundo já no século XVIII. O corpo cantante era central para a música e dança Karnatik na prática, especificamente no contexto de artistas do templo feminino. Com a onda de colonização britânica da Índia, de um lado, um sentido vitoriano de propriedade e modéstia passou a ser imposto à mulher indiana e, por outro, um movimento nacionalista liderado pelas classes altas educadas (*brâmanes*) assumiu a responsabilidade de procurar ativamente um meio cultural para propagar o espírito nacionalista que, nessa altura, estava ligado ao patriarcado - tanto do ponto de vista indiano quanto britânico. A música Karnatik tornou-se o meio através do qual as mulheres brahmin (e os homens) simbolizariam a cultura indiana, os valores e a moral. No caso das mulheres, esses valores foram instados pelos machos, como a cantora/ativista T. M. Krishna (2013) explica.

Em meados do século XX, após um complexo processo legislativo, as *devadasis* foram privadas de seus direitos de cantar e dançar nos templos, e seus rituais anteriores de dedicação no templo foram abolidos. Embora esta legislação tenha posto fim a certas instituições indesejáveis na prática *devadasi*, como a dedicação de crianças aos templos e o abuso delas por homens poderosos da comunidade, também obliterou o papel do corpo performativo no contexto da música Karnatik feminina. Em suma, na era pós-colonial, continuou a haver uma purificação da corporeidade sob a forma de decoro de palco, e a

música Karnatik foi higienizada de quaisquer práticas somáticas anteriores. Reconhecer os sentidos corporais da forma artística, de acordo com os envolvidos no renascimento nacionalista, significava permitir que a fraqueza da carne se manifestasse (Weidman, 2006). Esta situação não era ideal, uma vez que os intérpretes desta música Karnatik revisada pertenciam à casta superior e tinham de ser respeitáveis - sendo que a respeitabilidade elevada está diretamente ligada a um distanciamento da voz em relação ao corpo. A voz de Karnatik, a partir deste ponto da história, tornou-se emblemática do virginal - era para ser pura, intocada pelo soma um tanto corruptível. Uma noção de pureza tornou-se muito importante (e, portanto, problemática), especificamente no contexto das mulheres atuantes.

Na atual estrutura de Karnatik kackeri, a pessoa cantora está sentada em uma plataforma erguida no palco, central e de pernas cruzadas. O microfone é colocado na frente da pessoa que canta em um suporte, e ela canta nele a partir desta posição sentada. As pessoas acompanhadoras estão sentadas em ambos os lados de quem canta, e no geral há pouco espaço para movimento e gesto, exceto das mãos e da cabeça. Para além disso, as expressões faciais que são normalmente observadas estão mais relacionadas com o esforço de cantar do que com a expressividade inerente aos sons. Para artistas da geração mais jovem, como eu, que desejam se mover e se expressar enquanto cantam, que desejam desfrutar plenamente sensorialmente do som, não há realmente nenhum meio para fazê-lo. Embora eu reconheça que a consciência corporal não está meramente relacionada ao movimento ou gesto percebido abertamente e pode abranger aquelas minúcias de movimentos internos que acontecem durante o canto, bem como aqueles momentos de quietude, eu acho que a negação do corpóreo se tornou um problema na música Karnatik, e que ela se vincula estreitamente com o quadro classista e elitista que infelizmente a sustenta. Esta questão da liberdade gestual e da falta dessa liberdade das mulheres atuantes é uma das poucas questões prementes que levantei em minha tese de doutorado, e abordei através da própria arte - de uma perspectiva corporificada e intercultural (Mani, 2019a).

Sentindo o corpo orgânico: Um caso de voz de Karnatik

Eu expandi ainda mais o contexto, apenas para situar a importância e a defesa que o reconhecimento da dor corporal e do prazer em cantar Karnatik traz a este artigo. A natureza espiritual da música Karnatik foi demasiado enfatizada durante a reformulação nacionalista da música Karnatik, e a pureza impessoal da voz como veículo divino para atingir a divindade foi realçada, como que para compensar a perda do envolvimento corporal. O corpo foi denominado como um fenômeno menor, bastante superficial, em comparação com a verdade mais profunda do *brahman* (a alma).

No entanto, seria parcimonioso sugerir que o envolvimento corporal está faltando na música Karnatik. Pelo contrário, o papel da voz, dentro e como movimento do aparelho vocal, incluindo a glote e a laringe, é notavelmente evidente na forma como os vários Ragas (tipos de melodia Karnatik) e ornamentos típicos deles (*gamakas*) são apresentados (Durga, 1983). Por exemplo, no caso do *brigha*, uma ornamentação característica da música Karnatik conhecida por sua qualidade extremamente rápida, as diminuições vocais caem em valores de notas fracionárias e se espalham brilhantemente como uma inflorescência de som, exemplificando a integração eficaz do *prana* (força vital como respiração), por um lado, com a laringe em movimento rápido e os fechamentos glóticos que a acompanham, por outro. Da mesma forma, na voz Karnatik, um som ressonante é normativo, e a laringe se eleva quando o tom aumenta, diferentemente da cultura ocidental da voz operística na era romântica e depois dela.³ Esses movimentos que residem por trás do verniz do corpo cantante voltado para fora são, contudo, raramente mencionados em aulas de música com um guru ou em apresentações. Um estudante de música Karnatik é, portanto, deixado a empreender uma jornada pessoal solitária para perceber as atividades em seu corpo, e muitas vezes tal "sintonização" consciente do corpo é considerado como a inimiga da apresentação artística espontânea. A apresentação artística é considerada por muitos um guru, como aquele que está a serviço de uma tradição e técnica musical maior; como aquele que precisa transcender o corpo que distrai.

O lugar do corpo nos discursos atuais sobre a voz de Karnatik é indiscutivelmente limitado a mapear o surgimento da voz para os vários *chakras yogic* (centros de energia) no

³ Richard Wistreich (2000) desdobra este aspecto do movimento laríngeo como uma diferença chave entre os estilos pré-romântico e romântico do treinamento vocal ocidental. Ver também Mani (2019b, p. 410–417) para uma análise comparativa da voz ocidental e da voz de Karnatik, relacionando ambos também com o movimento.

corpo. O *chakra vishuddhi*, localizado na garganta, conhecido popularmente no Ocidente como o “chakra da garganta” está associado com a voz, e composições bem conhecidas de Karnatik, como Sobillu Saptaswara de Thyagaraja, servem para restabelecer nas mentes dos ouvintes e artistas que o corpo é um receptáculo que permite o fluxo de energia sonora divina através de seus *chakras* (e, portanto, não deve ser considerado como um recipiente de prazer e consciência sensorial). Por exemplo, Thyagaraja nesta linha de *Sobillu mapeia* o som vocal para a anatomia:

Nabhi, hrd, kantha, rasana, nasadula entho, sobhillu saptaswara

[Desde o umbigo, até a garganta, a cavidade nasal e através da boca emanam as sete notas primárias da música].

Após a leitura e exame das tendências em estudos vocais na música Karnatik, e com base no valor de três décadas de aprendizagem, condicionamento, e performance no campo, cheguei a entender que a consciência corporal e o foco corporal no contexto do canto Karnatik são pouco mencionados em contextos pedagógicos, performativos ou acadêmicos. Quando são, são discutidos com veneração, às vezes como meios de transcendência (próximos à classificação de Järviö (2006, p. 69) do “corpo cantante subjetivo”), e em outros momentos através das lentes de saúde vocal e fisionomia (ou seja, em termos do que Järviö (2006, p. 69) se refere como “corpo objetivo”) raramente em seu papel irrefutável como o único portador mais poderoso de sentimento sensorial corporalmente experimentado em uma pessoa atuante (próxima à classificação de Järviö (2006, p. 69) de “corpo orgânico”). Percebi que as abordagens para manter o som vocal impessoal, de todas as formas possíveis, são as únicas que são aceitas e propagadas no atual sistema orientado pelo patriarcado. Experiências corporais vividas de participação na produção musical raramente são reconhecidas ou compartilhadas na música Karnatik, muito menos escreve-se sobre elas em contexto acadêmico. Em parte, isso pode ser devido ao fato de que o “corpo orgânico cantante” é deixado de lado em detrimento da voz preeminente e “descorporalizada”, como observa a antropóloga cultural Amanda Weidman (2006), especialmente no contexto do corpo cantante feminino Karnatik. Essa ignorância da experiência corporal sentida é sintomática de uma questão maior - um sentimento de vergonha associado ao corpo atuante feminino, como afirma o nicho bastante limitado, mas poderoso, da literatura Karnatik crítica (Krishna, 2013; Weidman, 2006).

Em abordagens como as de Jacques Dalcroze, no entanto, as experiências corporais são um agregado do som e dos movimentos corporais, e antecipam eminentemente a

compreensão musical - afetivamente e como movimento (Juntunen; Hyvönen, 2004). Nessa linha de abordagem, a cinestesia tem um lugar de destaque na sensação e na comunicação do som. Em meu estudo anterior de 2018, demonstrei uma conexão entre o auditivo, visual e cinestésico na comunicação de Karnatik Raga usando uma ferramenta personalizada, o *RagaCurve*, e combinando-a efetivamente com o gesto da mão (Mani, 2018a). Como parte de meu estudo de doutorado (2016-2019), em dois estudos de caso diferentes, aproveitei a função do canto *soma* como ponto de referência na produção musical intercultural entre a ópera antiga e a música karnatik (Mani, 2018b; 2018c; 2019a). Ao refletir sobre esses projetos, agora percebo que posso ter conferido à somaestética o poder do ativismo, instando-o como uma ferramenta para ilustrar um meio através do qual uma abordagem feminista à voz de Karnatik pode ser realizada.

Trabalhei com ópera intercultural partindo da premissa de que minha voz está muito enraizada em minha conexão corporal com o mundo - como uma mulher de cor e atuante corporalizada. Os afetos induzidos em mim e em minhas respostas corporais a esses afetos ligados à minha expressão vocal. A temperatura exterior e a forma como a minha pele se sentia ligada à minha voz. O contorno traçado pela ponta dos meus dedos no ar enquanto eu processava a raga ligada à minha consciência vocal - como respiração, como raspagens, como sons, e inflexões microtonais típicas dos processos de ornamentação musical Karnatik (*gamakas*). Eu diria que meu som vocal se tornou a instância efêmera da intensidade do meu soma neste mundo. Esforço-me conscientemente para não considerar meu corpo como um canal para o divino por meio da voz. Além disso, assegurei-me de não atribuir o som a nenhuma prática do yoga ou à crença de que ele poderia estar ligado à energia divina, *kundalini*, subindo como *nada* (som). Tudo isso pode muito bem ser verdade para a voz, mas para mim, como atuante afetiva interessada no potencial intermodal do som (Küssner; Leech-Wilkinson, 2014), o som vocal começava e terminava com meu corpo, pois ele o abraçava e permitia que ele se propagasse, ensinasse e aprendesse; pois ele permaneceu enraizado neste mundo de prazer sensorial e dor. Dentro desse abraço corporal, a energia vital, o sopro da vida circunda - como *prana*, como Järviö (2006, p. 70) faz alusão justamente ao se referir ao contexto védico do som vocal.

Curiosamente, Thyagaraja, o famoso compositor-santo Karnatik, escreveu:

prana anala samyogamu valla
pranava nadamu sapta swaramulai bhava

[O fogo da energia vital como a respiração
Dá origem ao som primordial (nada) - formando sete notas e emoções associadas.]

A palavra operativa que convida a comentar na linha de texto acima é *bhava*, significando emoção. Este texto reconhece que um fator psicofísico mais profundo que é sentido, processado e refletido como som pelo corpo da pessoa cantora, está em jogo no contexto de *soar*, e inevitavelmente envolve o som em uma esfera principalmente corporal.

Etimologia: *Soma*

Uma breve discussão e esclarecimento do significado da palavra *soma* é justificada aqui, não menos devido à natureza intercultural do assunto deste artigo. Enquanto *soma* em seu *avatar* grego se refere ao corpo vivo que está muito enraizado no mundo, *soma* em Sânscrito é um termo védico que se refere a algumas coisas diferentes. Em primeiro lugar, a seção *Soma Mandala* no *Rig Veda* (considerado como o mais antigo dos *vedas*, com mais de 4000 anos) refere-se ao *soma* como uma bebida ritual. A planta da qual o *soma* é extraído também é referida como o próprio *soma*. *Soma* também se refere à lua, e outras divindades hindus, incluindo Shiva (*someshwara/ somanatha*). Aparentemente, na superfície, não há vínculo etimológico entre a noção grega de *soma*, o corpo, e sua conotação sânscrita, no entanto, um estudo mais profundo pode ser justificado nesta questão, dada a história de proximidade entre as duas civilizações antigas. Por exemplo, a planta e o suco produzido a partir da planta são ambos *soma* - a causa e o efeito resultante. Um paralelo pode ser desenhado entre o corpo e o som - o produtor e a produção - *soma*. Por essa lógica, o som é o suco do corpo, e é a essência em si mesma; um *soma* tangível, fabricado para ser sentido e experimentado ciclicamente pelo corpo, como a fonte e produto de estar ciente.

Uma compreensão sociosemiótica do *soma* também é necessária aqui, particularmente no contexto de um corpo cantante mergulhado nas tradições culturais da música Karnatik, agora se aventurando no domínio da música intercultural. Como observa Waskul e Vannini (2006, p. 10): “Apesar de sua natureza biológica essencial, assim que o corpo se torna objeto de discurso, ele é investido de significado simbólico e valor simbólico - valor-uso, valor-sinal,

valor-troca... através do funcionamento de uma ordem discursiva e material”. O som produzido, sentido e processado por essa soma de significantes culturais é gravado nesse *soma* com sua própria assinatura sociossemiótica. Em um paradigma interacionista de criação musical intercultural, uma combinação de respostas corporais socioculturalmente contingentes ao som e respostas sonoras à consciência corporal se propagam em uma combinação de respostas em cascata entre si - criando ondulações que, acredito, estabeleceram um ecossistema de “filosofia da criação musical intercultural”, para mim, em diálogo com uma “filosofia do canto corporalizado” (Montero, 2006, p. 976).

Hábito Corporal, Voz e Mapeamento para a Somaestética Vocal

Publicações recentes no campo da musicologia cultural que se baseiam nonexo entre som, sentidos corporais, materialidade e significação incluem as de Eidsheim (2015) e Neumark (2010). Somando-se a este corpus muito valioso está o trabalho emergente de Anne Tarvainen, uma das poucas pesquisadoras que atualmente trabalham na junção única do canto e da somaestética. Tarvainen (2018a, p. 121) tenta definir o contexto para a voz e os princípios somaestéticos que aqui residem conjuntamente; ela observa: “A somaestética vocal estará interessada nas sensações corporais de como é vocalizar.”

Ao propor uma direção para a somaestética vocal, Tarvainen (2018a, p. 122) observa “Em vez de focar nos fatos acústicos ou fisiológicos na vocalização, sugiro que a somaestética vocal priorize o estudo e cultivo das experiências corpo-vocais - a perspectiva interna da vocalidade humana”. Ela propõe que as dimensões afetivas e emocionais da vocalização sejam ativadas quando se volta o foco para as sensações corporais no “ato de cantar”. Ela continua a notar: “Tomar consciência dessas mudanças [no foco corporal enquanto canta] e aprender a usá-las conscientemente é uma das lições que a somaestética pode nos ensinar.” (2018a, p. 134). Com base no apelo de Anne Tarvainen (2018b, p. 105) para uma “diversidade de experiências e corpos” como um meio de “ampliar e democratizar” o canto, posso estar oferecendo uma abordagem para responder à seguinte pergunta, que tem sido uma questão controversa na voz de Karnatik há mais de um século: como podemos democratizar o canto de Karnatik para que seja uma forma de expressão estética que está evoluindo, equitativa, sem gênero, e corporalizada - para que as dimensões afetivas e emocionais da voz prosperem?

Ao cultivar um hábito corporal de ligar vocalização ao gesto e movimento corporal unificado, olhei para o vasto corpo de literatura sobre a corporalização, canto e suas interseções com as ideias de Shusterman de consciência corporal. Eu queria me sintonizar com minhas sensações corporais - pré-fisiovoicalidade como percepção somática - para trabalhar neles, resistindo, assim, aos hábitos e padrões restritivos pré-formados que eu achava que até então tinham prejudicado meu canto livre. Shusterman (2012, p. 66, 189) argumenta que até mesmo a hostilidade racial é um fenômeno incrustado que se constrói ao longo do tempo devido à experiência corporal e não necessariamente ao raciocínio prático. Cantar para mim, em minha mente, sempre foi um processo dinâmico; no entanto, fui moldada por uma construção social patriarcal controladora no campo da música Karnatik, e meu corpo estava habituado a essas regulamentações socioculturais - uma sensação de voz descorporalizada estava enraizada em mim, conforme descrevi em Mani (2017). Essas regulamentações impediram que as mulheres artistas reconhecessem e se sentissem confortáveis com seus corpos no campo da música indiana. Para questionar esses hábitos incrustados e ainda mais, para adquirir um senso de reconciliação e paz com meu corpo de cantora e para explorar as implicações das dimensões corpo-mente da prática yogue no canto, recorri à somaestética como uma abordagem para a peça musical *Sonic River*. O principal objetivo deste estudo é aplicar a somaestética como uma ferramenta para acessar as sensações corporais relacionadas à vocalização e, além disso, como uma chave para desbloquear a consciência da conexão entre yoga e música, estando assim consciente do corpo. O estudo também tem como objetivo estabelecer a liberdade gestual e sensorial no canto Karnatik e demonstrar as correspondências interculturais e intermodais proporcionadas pela somaestética como disciplina. Pois, como Eidsheim (2015, p. 124) pede: “Há outra maneira de pensar sobre a significação [do corpo sonoro] em relação às ações do corpo” e, por meio da somaestética, procurei explorar essa maneira.

Metodologia

Baseando-me em Tarvainen (2018a, 2018b), nesta última parte deste ensaio, compartilho as sensações corporais afetivas e motoras que senti ao compor e cantar em conjunto *Sonic River*. Ao fazer isso, descrevo a quem lê, como essas realizações derivadas do corpo se tornaram *loci* de aprendizado e autoaperfeiçoamento na minha vida como cantora. Além disso, como expliquei anteriormente, o próprio ato de reconhecer e compartilhar essas sensações corporais no canto foi terapêutico e libertador para mim como cantora Karnatik, e propõe uma advertência contundente para a comunidade acadêmica e de atuação artística mais abrangente - uma maneira de se envolver com o ativismo feminista usando a somaestética vocal como ferramenta.

Para que a metodologia desvendasse o processo de criação e canto de *Sonic River*, eu me referi às várias ideias apresentadas nos materiais da *Somatics Toolkit* (caixa de ferramentas somáticas) recentemente disponibilizados por Spatz (2019). Eu estava cada vez mais em sintonia com meu corpo e havia desenvolvido o hábito de registrar meus sentimentos corporais por meio de minha imersão nos processos somáticos. Empreguei esse método para registrar minhas impressões - por meio dos processos de composição e gravação. Também me baseei em um estilo de escrita experimental de fluxo livre como minha forma característica de expressão nos diários. Tive conversas reflexivas com Srimathumitha sobre sua interpretação da percepção do som com base no yoga, consultei suas anotações no diário e as analisei em busca de temas-chave com base em suas ressonâncias com minhas próprias reflexões percebidas. Ela também começou a escrever um diário regularmente e compartilhou suas ideias comigo durante alguns meses, enquanto aguardávamos a gravação conjunta. Compus a peça entre janeiro e fevereiro de 2019, e junto com Srimathumitha, cantei e gravei o trabalho em maio de 2019. Minhas anotações no diário muitas vezes se desdobravam em histórias autoetnográficas do meu corpo face a face com a realidade sonora (Bartleet; Ellis, 2009). O som cantado e o impulso recebido, em justaposição, realimenta uns aos outros como uma troca dialógica sobreposta entre dois espíritos afins. Como Shusterman (2013, p. 8) observa:

A defesa da formação somática para a sabedoria e a virtude é ainda mais marcante nas tradições filosóficas asiáticas, onde o autocultivo inclui uma dimensão corporal distinta desenvolvida através da prática ritual e artística (ambos concebidos em termos altamente incorporados) e através de treinamento especificamente somático (como disciplinas de respiração, yoga, meditação Zen, e artes marciais) estimular a harmonia adequada entre corpo

e mente, o comportamento condizente e a habilidade superior para a ação apropriada.

A imersão de Srimathumitha no yoga e minha composição personificada no estilo Karnatik se enquadram nas categorias identificadas em Shusterman (2013). Entretanto, este artigo não trata apenas de reivindicar os aspectos positivos dessa tradição, mas de questionar e frustrar os aspectos controladores dessa tradição, conforme expresso na seção anterior sobre as atitudes predominantes em relação ao corpo de pessoas que cantam Karnatik. Em relação a determinados pontos-chave da narração na análise a seguir, fiz referência a um marcador de tempo da gravação. Ouvir o áudio⁴ nesses marcadores de tempo específicos enquanto lê a narrativa/reflexão que fala sobre ele pode ajudar o leitor a se orientar em nossos mundos de sensações corporais, reajuste, redescoberta, habituação e aprendizado.

Análise: Reflexões e Percepções dentro e a partir do Processo Criativo

Usando as sensações corporais como lente central, apresento minha análise em quatro temas: Reajuste, redescoberta, habituação e aprendizado (ver Figura 1). Esses temas naturalmente se desdobraram como Srimathumitha e eu viajamos em direção à realização de *Sonic River*, em conjunto, e acessamos nossos mundos sonoros e somáticos até então inexplorados. Elas foram derivadas de uma análise temática das observações do diário reflexivo que resultaram do exame do *self* durante os processos de “chegada” (ao corpo por meio da respiração, do escaneamento corporal e da conscientização) e de “entrega” (permitindo que o *self* se sensibilize com as ecologias), conforme entendido a partir da *Somatics Toolkit* (Spatz, 2019; Ashley, 2019), e de reflexões de várias etapas do escaneamento do corpo.

Ao situá-los na literatura relevante, pude ter uma visão tridimensional do prisma processo-produto-sentidos na seção de análise dos quatro temas principais que foram identificados aqui como reajuste, redescoberta, habituação e aprendizado. Observei uma ordem cronológica em seu desdobramento; no entanto, é preciso observar que vários microelementos que formaram a estrutura processual passaram por esses estágios de maturidade de forma gradual, o que tornou o efeito macro em cascata, em vez de monotonamente linear.

⁴ Nota: segue o link para [Sonic River](#).

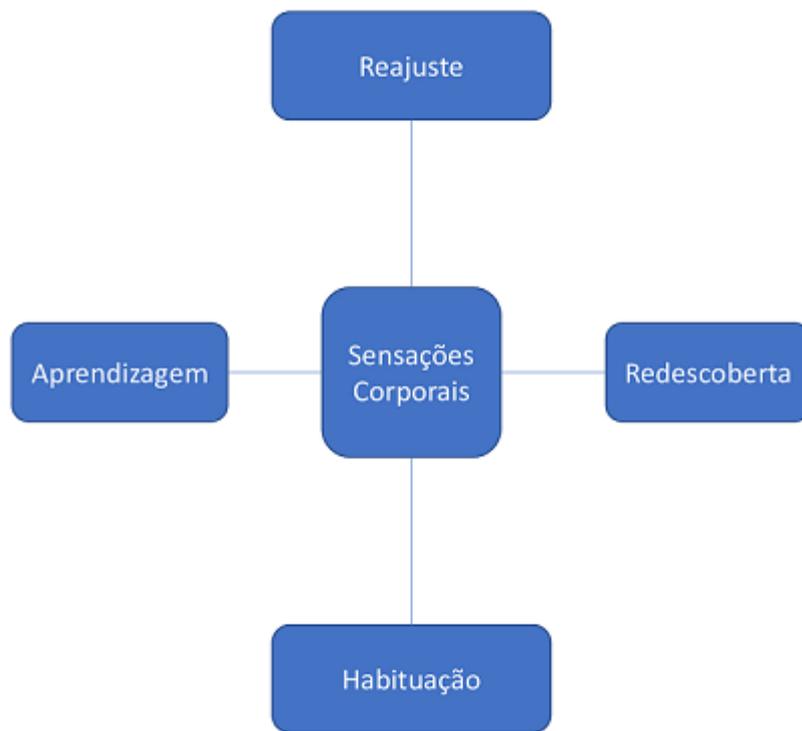


Figura 1: Estrutura de análise para *Sonic River* em composição musical, emissão vocal e fluxo yogue.

1. Reajuste

Shusterman (2012, p. 327-330) propõe a ideia de propriocepção consciente (no contexto da dança), o cultivo de uma capacidade de se informar sobre os próprios movimentos e uma consciência de como várias práticas - como o escaneamento corporal e a prática corpórea reflexiva - podem melhorar a capacidade de se concentrar no próprio corpo. Descobri que quando me concentrei no meu corpo e nas suas respostas ao que estava experimentando como som, o canto tornou-se mais livre. Eu não era mais escrava de minhas limitações vocais, das regras convencionais do sistema Karnatik kacceri que me deixavam enraizada no chão em uma posição sentada, e das dúvidas em minha mente que questionavam minha aptidão físico-vocal para executar uma passagem complexa. Meu registro no diário, datado de 2 de fevereiro de 2019, demonstra meu estado de espírito no momento da composição.

Descobri, em muitos casos, que a complexidade da passagem se tornou trivial em comparação com a alegre fluidez que a consciência do movimento musical do meu corpo me proporcionava. Enquanto para Pauline Oliveros a audição de sons e minúcias sonoras se tornou uma fonte de conforto corporal, para mim, a consciência e o relaxamento por meio da consciência corporal e da propriocepção se traduziram em uma sensação comparável de conforto e fluidez no canto.

Minha anotação no diário feita durante a época do *CompoSing* (um termo que cunhei e expliquei anteriormente como uma forma de composição por meio do canto e da consciência corporal como ferramentas) produz uma frase operativa: *sem sentido*, na seguinte anotação do meu diário datado de 13 de fevereiro de 2019:

*Onde estou no contorno da raga? - Eu não sei. Qual é o ornamento que está florescendo? - Eu não sei. Estou alegremente e inconscientemente alheia a qualquer coisa, exceto ao meu bom e velho corpo. O tronco e os braços são os arautos, as mãos que se erguem como se estivessem se inspirando nas profundezas do universo para reunir, com amor, uma energia visceral, são um receptáculo de nada - o som divino defendido pelo corpo.
Tudo ok... Tudo bem ser apenas música. Para permitir, dar, ceder, sentir, abraçar, fluir, cair, render-se e, em seguida, assumir o controle sem força. Com apenas intenção sem esforço nascida de estar ciente.*

Para mim, o *CompoSing* se tornou uma maneira de abordar a criatividade por meio da voz, da compreensão corporalizada da melodia e da moderação por meio da consciência corporal e sensorial. A somaestética foi a chave que desbloqueou esta experiência holística, um sentido de compor não só a música e estar ciente do texto, mas também compor e condicionar o corpo em sintonia com o som. Na passagem registrada acima, eu também referencio a noção de “ceder” na prática somática, baseando-me no trabalho de Tamara Ashley em (2019) com o *Somatics Toolkit*. Em todos os meus anos como cantora de Karnatik, eu desejava romper com a tradição, mas não havia planejado o caminho para isso. Por meio dessa prática, descobri que estava me permitindo vivenciar esse redesenho dos horizontes de liberdade de estado a partir dos intervalos de esforço, cedência e reajuste.

2. Redescoberta

A redescoberta, para mim, aconteceu em dois níveis: a descoberta de meu idioma musical novamente, usando minha consciência corporal como ferramenta, e a compreensão das relações mais profundas que eu nutria, até então não reconhecidas por mim mesma, com minha voz. Durante a fase de composição, eu começava minhas sessões estendendo os braços o máximo possível e adotava as posições de guerreiro - estendendo o tronco e energizando as pernas e a coluna vertebral. Em seguida, eu me reagrupava e entrava no guerreiro invertido; como eu fluía de um modo de ser para outro, eu imaginaria a raga sob consideração, *Saramati*, como espaço (Mani, 2014). A terça menor e a sexta menor da raga definem a gama fundamental. Eu pensava neles como meus nós gêmeos enquanto me aquecia no espaço que

eles metaforicamente envolviam. Ao imaginar esse espaço como minha extensão corporal, eu me conscientizaria do contorno do raga como gesto e da ascensão e queda das sílabas sânscritas em suas formas longas (*dirgha*) e curtas (*hrsva*) como posturas-chave que conectam a trajetória do raga, de acordo com o estudo de Godøy (2017) sobre as qualidades gestuais da música.

Imaginei e compus as harmonias para a linha vocal como cânone. Eu os sentiria como ondas de calor e luz percorrendo meu corpo. A natureza intercultural do trabalho se desdobrou nesta dimensão. À medida que me aventurei nos domínios ocidentais da harmonia, contraponto, movimento contrário e uma forma de “rondas”, percebi que quem eu tinha me tornado - pesquisadora de música migrante em um conservatório australiano - tinha me habituado a novas abordagens da minha própria música. Indico o registro no diário, datado de 23 de fevereiro de 2019, como um exemplo eficaz da correspondência intermodal que ocorreu entre meu corpo, meu som imaginado e minha voz, nesse paradigma intercultural:

Sinto a música como espaço, como profundidade, como textura, como substância gelatinosa mutável, como o surf no oceano e como fótons de luz. Eu mergulho neste mar de música. Meu soma é um com o efêmero.

Como posso explicar a intimidade dos sentimentos da música no meu coração. Eu dou lugar às lágrimas em puro abandono. Eu choro sem obstáculos. À medida que as lágrimas fluem, penso na beleza esquiva da música. Enquanto eu canto minha visão está embaçada com lágrimas. Penso: "Se ao menos eu pudesse compreender esta beleza através do filme das lágrimas!" Mas não posso - não através de palavras, não como lágrimas, não através dos símbolos musicais. Só através da ação, sentindo-o como movimento, como espaço, como partículas de energia consciente, posso tentar.

A natureza essencialmente monódica (uma única linha de som de cada vez) da voz humana tem suas vantagens e limitações. A vantagem é que ele permite ouvir o som produzido e imaginar esse som como uma camada em um cenário musical maior que um único corpo musical pode apenas imaginar. A limitação é que a materialidade das outras camadas sonoras não pode ser produzida *in situ* por um mesmo corpo. O corpo então depende apenas da cognição corporalizada para “espelhar” as outras camadas, por si só (Cox, 2011). Esta forma de olhar para a música ocidental harmonizada era nova para mim, devido à minha formação Karnatik baseada essencialmente em monódias (Krishna, 2013), mas considere isso como uma oportunidade de evocar uma consciência intermodal em minhas habilidades de som e audição. Às vezes, eu usava um acompanhamento de piano para criar um espaço sonoro vertical - uma variedade de cores tonais. Uma consciência combinada do corpo, do raga e dos efeitos que o canto e a harmonização produziram nas dimensões afetivas e emocionais de minha existência na época, juntos, informaram a composição ([disponível aqui](#)).

3. Habituação

Um tema chave que surgiu como um produto crítico da análise foi a habituação, particularmente para Srimathumitha, que estava forjando essas conexões mente-corpo-música através do yoga. Antes da gravação da peça, compartilhei minha interpretação vocal e uma partitura com ela. Furneci meu esboço vocal como uma gravação caseira feita com uma *tanpura*⁵ ao fundo. Eu estava interessada em saber como ela percebeu o som, dada sua experiência de yoga e prática sonora corporalizada. Enquanto eu me voltei para o meu corpo para me ajudar a compreender o potencial sonoro da combinação do antigo texto sânscrito (*shabda*) e sua relação com a raga Saramati e harmonia, ela havia notado que “se aproximaria do trabalho em primeiro lugar através de sua escuta corporal e movimentos, como posições yogues, e depois” o realizaria através de sua voz. Nas primeiras semanas de envolvimento com a composição, Srimathumitha refletiu em seu diário datado de 4 de março de 2019:

Yoga em si significa yuj ou um bind. É um estado de ser. Não sendo dispersados, mas simplificados. Eu ouço meu corpo, eu entro em um estado de Pratyahara (ajustando os sentidos para dentro e não para fora). Quando o faço, o ruído é muito menor e o que resta para mim é a música e o meu estado de ser único.

Em paralelo, eu tinha sintonizado meus sentidos - táteis, cinestésicos, até olfativos - para despertar minha relação com o contorno Raga (Harrison, 2019). Como Shusterman (2012, p. 4) observa, foi um caso de sintonizar “a filosofia de alguém através do próprio exemplo corporal, expressando-a através do seu modo de vida”. Até então, a música e o canto eram separados do meu estilo de vida e da minha identidade corporal. Por meio desse envolvimento experimental, posso ter encontrado uma maneira de vincular essas esferas de identidade pessoal e profissional. Em seguida, Srimathumitha escreve sobre o processo que ela empreendeu para desvendar *Sonic River* (entrada datada de 10 de março de 2019):

Quando ouvi Sonic River sendo cantada com as harmonias, inicialmente senti paz e fluxo. Eu então imaginei-o como uma personificação sonora da minha consciência corporal e compus um fluxo yogue para ele. Como eu fiz isso, meu corpo cantou.

⁵ A *tanpura* é um instrumento característico da música indiana. A tônica, a quinta e as notas da oitava (*swaras*) soam em sucessão umas às outras por meio desse instrumento dedilhado e dão origem a um substrato-zona para a produção musical.

No mesmo registro, ela continua a compartilhar as correspondências de sua prática yogue com a abertura da peça como *Om Shreem*, audível no intervalo de tempo 2" a 22":

Eu continuei voltando ao peito abrindo asanas (posições). Para mim, esta peça facilitou a abertura do Anahata (Chakra do Coração). A peça abre com Om Shreem. Tradicionalmente, o Shreem dirige-se diretamente à Deusa Lakshmi, que está sentada em uma flor de lótus rosa. Simboliza o poder feminino e um fluxo muito poderoso da energia feminina. O florescimento do lótus está associado à abertura do coração e é exatamente isso que me veio à mente quando eu fluía corporalmente para Sonic River. Eu me tornei o lótus em um mar de som.

Mantras (cânticos sânscritos) como o *Shreem* são sons antigos especificamente projetados que constituem sílabas que atuam em *chakras* corporais específicos. Eles criam vibrações que agem e fortalecem o *prana* (força vital) naquele local específico no corpo. O *Shreem* é um desses mantras que se refere à abundância, graça, beleza, no entanto, sua ativação sonora (para Srimathumitha) está ligada à exploração corporal. Um fluxo yogue *vinyasa* está sendo comparado ao fluxo do contorno musical (registro no diário datado de 12 de março de 2019):

Posições de abertura do tórax como Anjaneyasana (Figura 2), Eka Pada Vyagarasana (Figura 3), Bhujangasana e Natrajasana (Figura 4) encontraram automaticamente seu caminho no meu corpo. Em vez de apenas minha mente estar imersa no canto, agora meu corpo estava ativamente engajando e expressando as notas, sons e todas as diferentes emoções que eu senti. Acho que esse é um espaço muito sagrado e visceral para os cantores entrarem.



Figura 2: Deslizar para cima através de oitava inspira Anjaneyasana para Srimathumitha

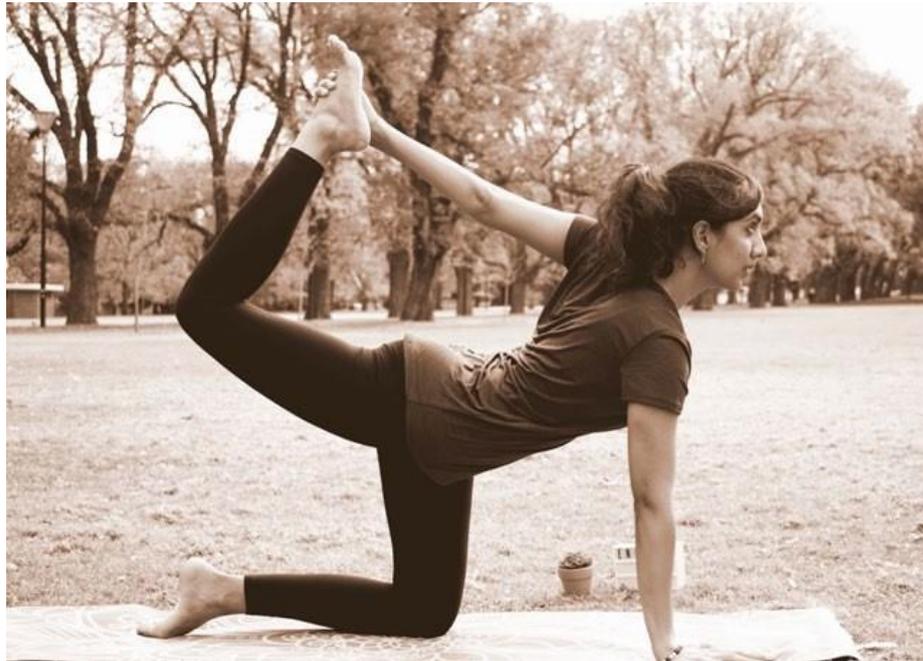


Figura 3: *Eka paada vyaagrasana* (pose de tigre de uma perna)



Figura 4: *Natarajasana* (a posição do bailarino) é uma ascensão do corpo em sintonia com o som

4. Aprendizagem

Por meio do enfoque do aprendizado, analisei os momentos em que Srimathumitha e eu nos sentíamos estabilizadas e centradas, exalando a sensação de termos assimilado os principais resultados de nossa jornada com a *Sonic River* até então. De minha parte, senti uma grande sensação de bem-estar e estabilidade emocional ao compor essa peça, bem como ao gravar a versão final dela nas vozes de Srimathumitha e minha. Durante a composição, as harmonias entre o segundo e o quinto graus da escala costumavam me dar calafrios. Lembro-me de sentir a onda de calor em minha pele naqueles momentos de excitação durante a fase de composição. As sessões de composição às vezes aconteciam em meu jardim. Era a estação chuvosa aqui em Brisbane, e este registro do diário datado de 24 de fevereiro de 2019, contextualiza a minha maior consciência sensorial:

Eu me sinto terra fria enquanto toco a lama. A quinta mais baixa se infiltra no meu ser como uma raiz tomando forma. É de fato a harmonia do corpo-terra. Eu me curvo para a frente. Estou encorajada pela textura da terra. Estou ciente de sua umidade em meus dedos. Eu me estabilizo e abraço a quinta parte inferior, viajando com a coluna vertebral voltada para cima. Meus pés penetram profundamente no solo. Estou enraizada, e cresço.

A parte que captura sonoramente os momentos descritos no registro do diário acima ocorre entre 47" e 1'05". Esses momentos na gravação são seguidos por 30 segundos de ausência de voz - o tambura sozinho preenchendo o espaço auditivo. Em paralelo, Srimathumitha descreve seu trajeto corporal da parte final da peça (2'10" em diante até o final) para o Anjaneyasana (ver Figura 1)

As harmonias se traduziam em imaginar meu corpo entrando em uma bela posição. O Anjaneyasana me inspirou ao final de Sonic River, onde meu corpo espelha o deslizamento ascendente da raga da segunda para a oitava. Ele ultrapassa a oitava, apenas para retornar a ela e se unir. O fluxo na Anjaneyasana é semelhante. À medida que os braços se erguem, sinto o peito se abrindo. Minha garganta se sente aberta. Meus braços estão levantados. Um belo arco para trás se desenvolve a partir da parte inferior das costas. O quadril também está aberto.

Depois de alguns dias mergulhando na peça, ela observou (registro no diário datado de 27 de fevereiro de 2019):

Meu corpo está tão sintonizado em seguir o som e o som está tão sintonizado em seguir o corpo. Isso forma um belo ciclo de ouvir a mim mesma. Não se trata de alcançar nada, mas de estar no melhor estado possível de existência física e mental em um determinado momento.

Durante a gravação final, Srimathumitha e eu conversamos sobre nossas jornadas singulares na peça, comparando anotações em várias seções e absorvendo a totalidade da experiência. Nós duas acessamos as memórias multissensoriais integradas ao corpo

(Harrison, 2019, p. 8-9). Ela frequentemente revisitou suas fotografias de *asana*. Esta gravação final ([disponível aqui](#)) é compartilhada no contexto deste artigo e contém as memórias entranhadas de processo. Ele faz referência às filosofias fisiovocais da voz, conforme testemunhado no trabalho de estudos da voz e estudos do som pela acadêmica Nina Sun Eidsheim (2015), embora de forma sutil. A interação entre a voz, o som, o corpo e seu estado de ser, por meio do qual ele alcança o conforto e a performatividade, surge como um local fascinante para pesquisas futuras em somaestética, estudos do som e estudos culturais..

Conclusões

Em suma, a ideia-chave de Shusterman (2012, p. 26) de que o corpo é “o instrumento básico de toda a performance humana, nossa ferramenta das ferramentas, uma necessidade para toda a nossa percepção, ação e até mesmo pensamento” foi explorada através da composição liderada por voz e canto na peça *Sonic River*. Usando essa experiência como lente, eu poderia sugerir que se uma pessoa compositora/cantora tivesse que expressar uma filosofia de vida como prática, ou uma estética de viver como um ser único, então a abordagem aqui compartilhada poderia ser um exemplo plausível e eficaz. O caráter do som como um agregado de pensamento, percepção, movimento e afeto, veio a marcar as filosofias de assuntos musicais e oralmente transmitidos, incluindo os *vedas*, através de uma ampla variedade de culturas. Shusterman (2013) diferenciou entre somaestética analítica, pragmática e prática em seu notável ensaio. Esses paradigmas distintos da somaestética podem ser mapeados para a produção de som e música. No mesmo ensaio, ele apresenta um caso claro para a somaestética como uma filosofia de ponte entre a teoria e a prática, principalmente porque a disciplina atualmente emergente estuda “o corpo vivo, sensível e senciente”, teoricamente, ao mesmo tempo em que desenvolve métodos para implementar abordagens práticas para “aprimorar habilidades somáticas específicas de performance”. Através da “compreensão e consciência somáticas” (Shusterman, 2013, p. 16). Situando essa afirmação no contexto atual, ao adotar uma maior sensibilidade em relação ao *soma* - enquanto componho e canto com maior consciência - acredito que posso ter alcançado um maior senso de realização, como artista-acadêmica que aborda a pesquisa sobre criatividade usando seu corpo como ferramenta central.

Por meio dessa jornada, também pude questionar o patriarcado estabelecido na música Karnatik do sul da Índia através do idioma do movimento, dentro do som (como harmonia) e por meio do som (como o movimento do canto e do corpo engajado no yoga). O conhecimento corporal marca a pesquisa artística, “pesquisa feita por artistas dentro, através ou por meio de sua prática artística” (Kirkkopelto, 2017, p. 134). Como artista-pesquisadora cuja prática está muito enraizada na voz e em sua vocalidade incorporada, descobri que a somaestética pode ser um método, um produto e uma lógica. Pois, como observa Lilja (2015, p. 56), “na pesquisa artística não há métodos padrão. Temos uma grande aceitação de métodos específicos individuais ou de certos gêneros e a variação de métodos ao longo do tempo durante o processo de trabalho e pesquisa.” A somaestética tem um bom aliado na pesquisa artística e vice-versa. Com base em minhas experiências neste estudo, recomendo que a prática da performance musical Karnatik abra suas portas para abordagens somáticas para se libertar das convenções impostas que tornaram sua identidade bastante dissociada do corpo. Também recomendo mais pesquisas sobre as interseções férteis que identifiquei aqui, ou seja, pesquisa artística e somaestética, e canto e o yoga. Este artigo prevê uma aplicação maior e mais gratificante da somaestética nos contextos da música, dos estudos da voz e dos estudos do som.

Agradecimentos

Um reconhecimento sincero às contribuições da cantora e praticante de yoga Srimathumitha para este esforço criativo. Também gostaria de agradecer aos engenheiros de gravação do *Surang Studios*, em Chennai, Índia, pela mixagem e masterização de *Sonic River*.

Referências

- ASHLEY, Tamara. Yielding as an ecologically sensitive and somatic practice. In: KIEFT, Eline *et al.* **Somatics Toolkit blog**. [S. l.], 8 mar. 2019. Disponível em: <http://somaticstoolkit.coventry.ac.uk/yielding-as-an-ecologically-sensitive-and-somatic-practice/>. Acesso em: 29 jun. 2024.
- BARTHES, Roland. **Image - music - text**. Tradução de S. Heath. London: Fontana, 1977.
- BARTLEET, Brydie-Leigh.; ELLIS, Carolyn. (orgs.). **Music autoethnographies: Making autoethnography sing/making music personal**. Brisbane: Australian Academic Press, 2009.
- BELL, Gelsey.; OLIVEROS, Pauline. Tracing voice through the career of musical pioneer: A conversation with Pauline Oliveros. **Journal of Interdisciplinary Voice Studies**, v. 2, n. 1, p. 67-78, 2017.
- CAVARERO, Adriana. **For more than one voice: Toward a philosophy of vocal expression**. Stanford, CA: Stanford University Press, 2005.
- COX, Arnie. Embodying music: Principles of the mimetic hypothesis. **Music Theory Online**, v. 17, n. 2, p. 1-24.
- CRISPIN, Darla. From territories to transformations: Anton Webern's Piano Variations Op. 27 as a case-study for research in-and-through musical practice. In: ASSIS, Paulo; BROOKS, William; COESSENS, Kathleen. (orgs.). **Sound and score: Essays on sound, score and notation**. Leuven, Belgium: Leuven University Press, 2013. pp. 47-60.
- DAMÁSIO, António Rosa. **Descartes' error: Emotion, reason and the human brain**. New York, NY: Grosset/Putnam, 1994.
- DESCARTES, René. **The philosophical works of Descartes**. Vol. 1. London: Cambridge University Press, 1975 [1931].
- DOLAR, Mladen. **A voice and nothing more**. Cambridge, MA: MIT Press, 2006.
- DURGA, Kumari. Indian literature on vocal abuse. **Asian Music**, v. 15, n. 1, p. 1-10, 1983.
- EIDSHEIM, Nina Sun. **Sensing sound: Singing and listening as vibrational practice**. Durham and London: Duke University Press, 2015.
- GODØY, Rolf. Key-postures, trajectories and sonic shapes. In: LEECH-WILKINSON, Daniel.; PRIOR, Hellen. (orgs.). **Music and shape**. New York, NY: Oxford University Press, 2017. p. 4-29.
- HARRISON, Klisala. The social potential of music for addiction recovery. **Music & Science**, v. 2, pp. 1-16, 2019.
- HEINRICH, Falk. Introduction: Somaesthetics and its Nordic aspects. **Journal of Somaesthetics**, v. 4, n. 1, p. 4-6, 2018.

HUNTER, Kate. The cognitive body. In: REEVE, Sandra. (org.). **Body and performance**. Exeter: Triarchy Press, 2013. p. 163-175.

JÄRVIÖ, Paivi. The life and world of a singer: Finding my way. **Philosophy of Music Education Review**, v. 14, n. 1, p. 65-77, 2006.

JUNTUNEN, Marja-Leena.; HYVÖNEN, Leena. Embodiment in musical knowing: How body movement facilitates learning within Dalcroze Eurhythmics. **British Journal of Music Education**, v. 21, n. 2, pp. 199- 214, 2004.

KIRKKOPELTO, Esa. Searching for depth in the flat world: Art, research and institutions. In: IMPETT, J. (org.). **Artistic research in music: Discipline and resistance**. Leuven: Leuven University Press, pp. 134-148, 2017.

KRISHNA, Thodur. Madabusi. **A southern music: The Karnatik story**. Noida: Harper Collins, 2013.

KÜSSNER, Mats; LEECH-WILKINSON, Daniel. Investigating the influence of musical training on cross-modal correspondences and sensorimotor skills in a real-time drawing paradigm. **Psychology of Music**, v. 42, n. 3, pp. 448-469, 2013.

LAKOFF, George; JOHNSON, Mark. **Philosophy in the flesh: The embodied mind and its challenge to western thought**. New York: Basic Books, 1999.

LILJA, Efva. (2015). **Art, research, empowerment: On the artist as researcher**. Stockholm: Regeringskansliet, 2015, p. 55-69.

MANI, Charulatha. A rare treat. **The Hindu**, Chennai, 14 fev. 2014. Disponível em: <https://www.thehindu.com/features/metroplus/a-rare-treat/article5688935.ece>. Acesso em: 29 jun. 2024.

MANI, Charulatha. Approaching Italian gorgie through Karnatik brigha: An essai on intercultural vocal transmission. **Theatre, Dance and Performance Training**, v. 10, n. 3, p. 410-417, 2019b.

MANI, Charulatha. CompoSing Awareness: Approaching Somaesthetics Through Voice and Yoga. **The Journal of Somaesthetics**, Dinamarca, Aalborg University, v. 5, n. 2, pp. 67-85, 2019. Disponível em: <https://journals.aau.dk/index.php/JOS/article/view/3334/3140> - Acesso em: 01 abr. 2024.

MANI, Charulatha. Customised pedagogical tools to aid aural-oral transmission: RagaCurve and gesture. **Finnish Journal of Music Education**, v. 21, n. 1, p. 31-54, 2018a.

MANI, Charulatha. **Hybridising Karnatik music and Early Opera: A journey through voice, word, and gesture**. 2019. Tese (Doutorado em Artes Musicais) - Griffith University, Brisbane, Australia, 2019a. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10072/386762>.

- MANI, Charulatha. Monteverdi reimagined - L'Orfeo from a Carnatic perspective. 2018b. 1 vídeo (39min41s). Publicado pelo canal @isaipayanam. Disponível em: <https://youtu.be/9szMfVtHQmQ>. Acesso em: 29 jun. 2024.
- MANI, Charulatha. Singing across cultures: An auto-ethnographic study. *International Review of the Aesthetics and Sociology of Music*, v. 48, n. 2, p. 245-264, 2017.
- MANI, Charulatha. The Thiruppavai Project: Karnatik Viruttam meet Recitar Cantando. 2018c. 1 vídeo (10min21s) Publicado pelo canal @isaipayanam. Disponível em: <https://youtu.be/8cx4KmwnM4>. Acesso em: 29 jun 2024.
- MERLEAU-PONTY, Maurice. *Phenomenology of perception*. NY: Routledge, 2013.
- MONTERO, Barbara Gail. Proprioception as an aesthetic sense. *Journal of Aesthetics and Art Criticism*, v. 64, n. 2, p. 231-242, 2006.
- NEUMARK, Norie. Introduction: The paradox of voice. In: Neumark, Norie.; GIBSON, Ross.; LEEUWEN, Theo van. (orgs.). *Voice: Vocal aesthetics in digital arts and media*. Cambridge: The MIT Press, 2010. p. 15-33.
- SHUSTERMAN, R. *Thinking through the body: Essays in somaesthetics*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2012.
- SHUSTERMAN, Richard. Body and the arts: The need for somaesthetics. *Diogenes*, v. 59, n. 1-2, p. 6-20, 2013.
- SHUSTERMAN, Richard. *Body consciousness: A philosophy of mindfulness and somaesthetics*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2008.
- SPATZ, Ben. (2019). Core practice 1 - Body basics: Arriving. In: KIEFT, Eline *et al.* *Somatics Toolkit Core Practice*. [S. l.], 18 mar. 2019. Disponível em: <http://somaticstoolkit.coventry.ac.uk/>. Acesso em: 29 jun. 2024.
- TARVAINEN, Anne. Democratizing singing: Somaesthetic reflections on vocalicity, deaf voices, and listening. *Pragmatism Today*, v. 9, n. 1, p. 91-108, 2018b.
- TARVAINEN, Anne. Singing, listening, proprioceiving: Some reflections on vocal somaesthetics. In: R. SHUSTERMAN, Richard. (org.). *Aesthetic experience and somaesthetics*. Leiden & Boston: Brill, 2018a. p. 120-142.
- THOMAIDIS, Konstantinos. The vocal body. In: REEVE, S. (org.), *Body and performance*. Exeter: Triarchy Press, 2013. p. 85-98.
- WASKUL, Dennis. D.; VANNINI, Phillip. (orgs.). *Body/embodiment: Symbolic interaction and the sociology of the body*. New York, NY: Routledge, 2006.
- WEIDMAN, Amanda. *Singing the classical, voicing the modern: The postcolonial politics of music in South India*. Durham, NC: Duke University Press, 2006.

WISTREICH, Richard. Reconstructing pre-romantic singing technique. In: POTTER, John. (org.). *The Cambridge companion to singing*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2000. pp. 178-191.

Tradução recebida em 30/06/2024 e aprovada em 21/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54574>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ Charulatha Mani - Doutora pela Universidade Nacional da Austrália e cantora de música *Karnatik* australiana, nascida na Índia. Tem realizado shows *Karnatik* desde 1999. Seu foco de estudos tem sido o papel da música na vida dos migrantes e refugiados; o papel da música na saúde e no bem-estar; contextos perinatais e canto; movimento musical, ornamentação e gesto na música *Karnatik* do sul da Índia e do início do barroco. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Charulatha-Mani>. Acesso em: 21 jul. 2024.

ⁱⁱ Sulian Vieira - É Doutora em Arte pela Universidade de Brasília (2013), Mestra em Applied Theatre pela University of Manchester-RU (1999) e Bacharel em Interpretação Teatral pela Universidade de Brasília (1995). É professora Adjunto da Departamento de Artes Cênicas da Universidade de Brasília, onde, desde 2002, atua ministrando disciplinas dos eixos de voz, palavra e atuação nos cursos de graduação. No Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas pesquisa e orienta pesquisas na área de Artes, com ênfase em Teatro, atuando principalmente nos seguintes temas: vocalidades e formação de atores e professores, gêneros performáticos (teatro, poesia e narrativa) e a questão do estilo nos processos pedagógicos e estéticos para o teatro contemporâneo. Foi Coordenadora do Curso de Licenciatura em Teatro na modalidade UAB da Universidade de Brasília (2015-2022) curso no qual tem atuado também como professora desde 2008. É Líder do Grupo de Pesquisa Vocalidade & Cena (2003) e membro da VASTA (Voice and Speech Trainers Association) desde 2015. sulianvp@gmail.com.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8105375243972897>
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6688-9402>

ⁱⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



A Máquina Desejante

João Lucasⁱ

César Lignelliⁱⁱ

Universidade de Brasília - UnB, Brasília/DF, Brasilⁱⁱⁱ

Resumo - A Máquina Desejante

Este material consiste em um compilado de desenhos, fotografias, esquemas de dispositivos cenográficos, textos e links (áudios, vídeos, dramaturgia e clipping) da peça-concerto-instalação *A Máquina Desejante* de João Lucas e César Lignelli. A dupla desenvolve parcerias há aproximadamente 10 anos no âmbito do grupo de pesquisa Vozalidade & Cena (CNPq – desde 2003) e têm tido como resultado tanto a publicação artigos científicos e livros, quanto a composição de espetáculos cênico-musicais. Cabe destacar que o projeto foi financiado pelo Edital 06/2021 – FAC Brasília Multicultural do Fundo de Apoio à Cultura do Distrito Federal.

Palavras-chave: Máquina Desejante. Peça-Concerto-Instalação. Dramaturgia. Dispositivos Cenográficos. Registro Audiovisual.

Abstract - A Máquina Desejante

This material consists of a compilation of drawings, photographs, scenographic device diagrams, texts and links (audios, videos, dramaturgy and clipping) of the play-concert-installation *A Máquina Desejante* by João Lucas and César Lignelli. The duo has been developing partnerships for approximately 10 years within the scope of the research group Vozalidade & Cena (CNPq – since 2003) and has resulted in the publication of scientific articles and books, and the composition of scenic-musical shows. It is worth noting that the project was financed by Notice 06/2021 – FAC Brasília Multicultural of the Federal District Culture Support Fund.

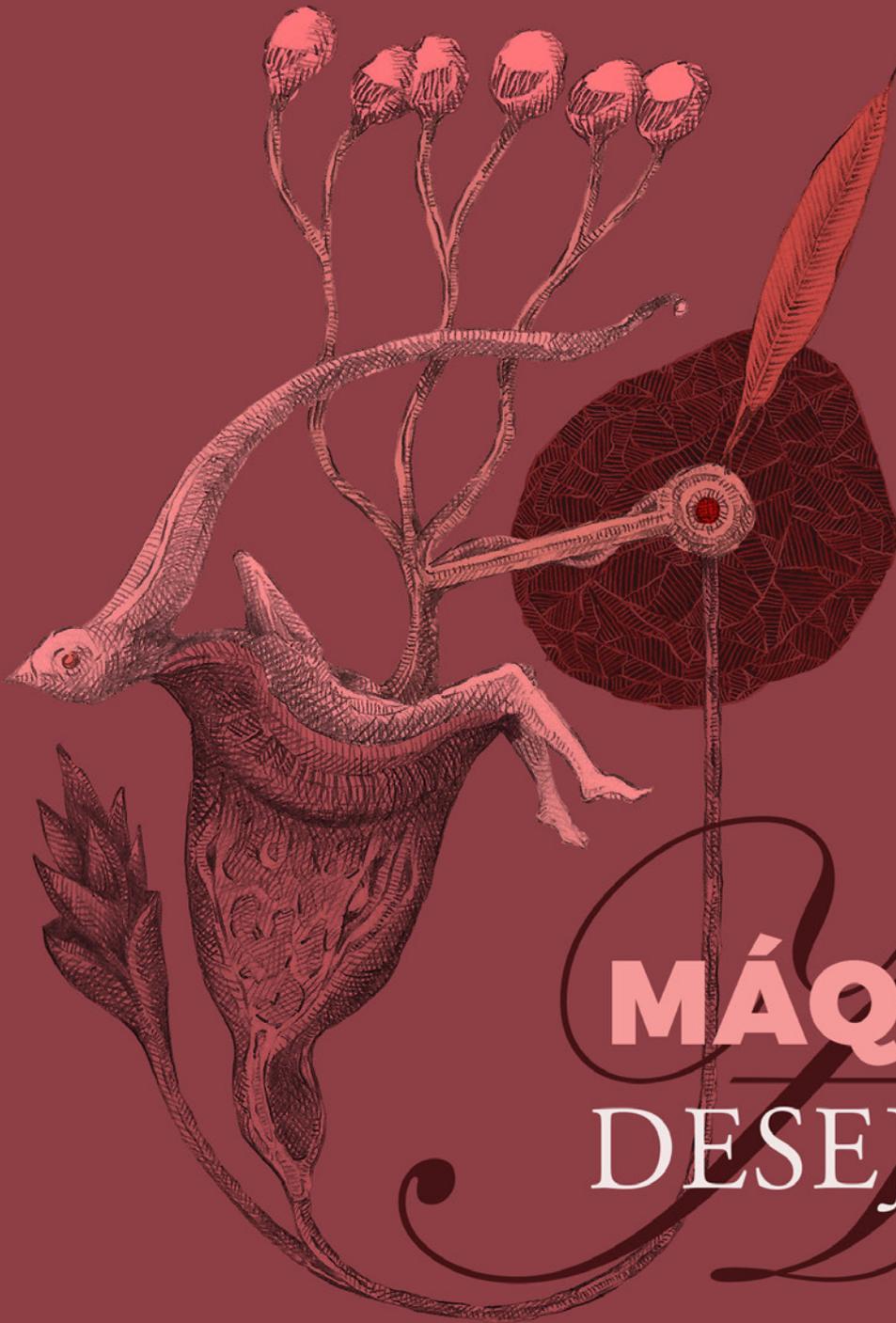
Keywords: Máquina Desejante. Play-Concert-Installation. Dramaturgy. Scenographic Devices. Audiovisual Recording.

Resumen - A Máquina Desejante

Este material consta de una recopilación de dibujos, fotografías, esquemas de dispositivos escenográficos, textos y enlaces (audios, videos, dramaturgia y clipping) de la obra-concierto-instalación *A Máquina Desejante* de João Lucas y César Lignelli. El dúo viene desarrollando colaboraciones desde hace aproximadamente 10 años en el ámbito del grupo de investigación *Vozalidade & Cena* (CNPq - desde 2003) y ha resultado tanto en la publicación de artículos científicos y libros, como en la composición de espectáculos escénico-musicales. Cabe señalar que el proyecto fue financiado por la Circular 06/2021 - FAC Brasília Multicultural del Fondo de Apoyo a la Cultura del Distrito Federal.

Palabras clave: Máquina Desejante. Obra-Concierto-Instalación. Dramaturgia. Dispositivos Escenográficos. Grabación Audiovisual.

UM ESPETÁCULO DE
**JOÃO LUCAS &
CÉSAR LIGNELLI**



MÁQUINA
DESEJANTE



MÁQUINA DESEJANTE

SUMÁRIO

Sinopse	254
BIO João Lucas	255
BIO César Lignelli.....	256
Diagrama da Máquina.....	257
Diagrama da Mala	258
Videografia.....	259
Redes Sociais	260
Turné nas Escolas	263
3º Festival Dulcina.....	264
Sobre o Guião.....	267
Sobre a Voz de Aurora e Trilha Sonora.....	267
Ficha técnica.....	268
Contato.....	269

Sinopse

A Máquina Desejante surge como uma peça-concerto-instalação interpretada por dois músicos-performers (João Lucas e César Lignelli).

Em palco está uma máquina composta por múltiplas engenhocas, integrando ainda alguns instrumentos musicais. Uma voz sem corpo mas com o nome de Aurora (uma Aurora Sonora) dialoga com o público enquanto a máquina vai contracenando com ela através das heterogêneas manifestações cinéticas das maquinetas, acompanhando um fluxo contínuo de produção musical.

A obra funde na linguagem teatral os parâmetros de composição musical de modo a criar uma expressividade híbrida em que a narrativa de Aurora, dos mecanismos, das imagens videográficas e das intensidades performativas é movida pela tração rítmica, harmônica, melódica ou tímbrica dos eventos musicais. De modo inverso, a música flui na reverberação dramaturgica de mecanismos maquinaicos desenvolvidos pelos autores, acompanhando a narrativa de Aurora e ampliando os seus sentidos.

Num tempo em que floresce a Inteligência artificial, a Máquina Desejante interpela a sua própria contemporaneidade ostentando uma poética do *Low-Tech* enquanto forma de reaproximação à mecânica analógica do universo.

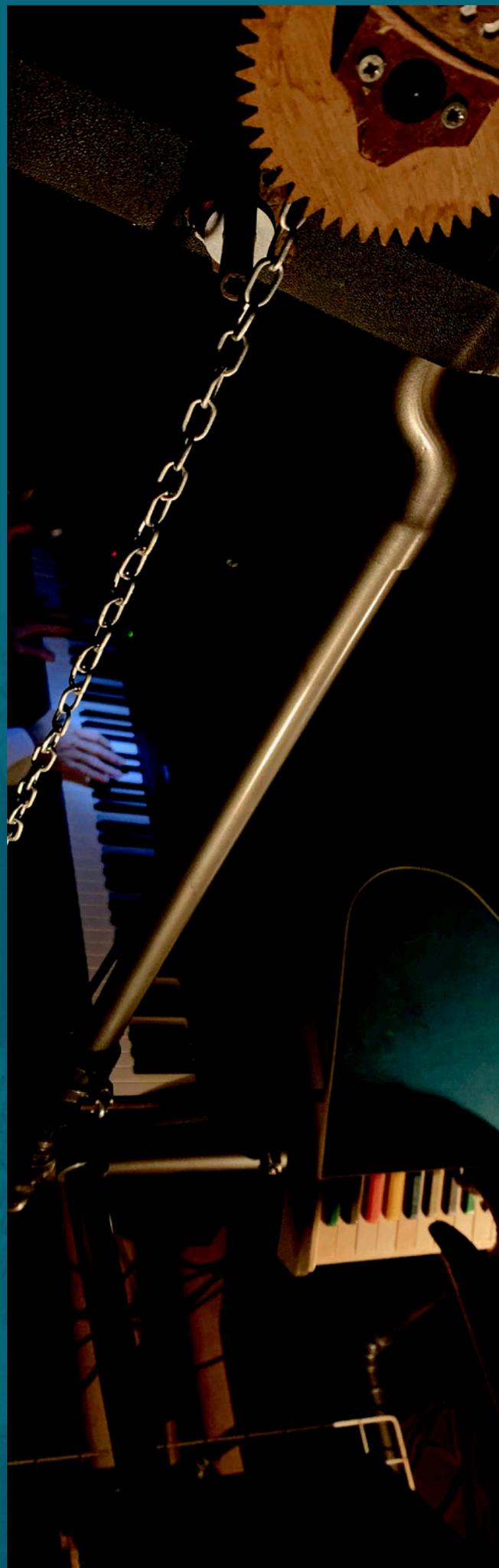


Foto de ADRIANO ROZA



João Lucas

(1964) é pianista, compositor musical e pesquisador. Assinou a produção de vários discos, em nome próprio e de outros artistas. Com vasta experiência na composição musical para artes performativas e cinema, é Mestre e Doutor em Artes, pela Universidade de Brasília. A sua atividade estende-se igualmente à criação performativa e às artes visuais.

César Lignelli

(1974) desenvolve atividades nas artes da cena como professor, pesquisador, ator, diretor e compositor. É Professor Associado de Voz e Performance do Departamento Artes Cênicas (CEN) e do Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas (PPG-CEN) da Universidade de Brasília. É autor de inúmeros livros e artigos publicados em periódicos qualificados.



DIAGRAMA DA MÁQUINA



Maquinetas

- 1 - Relógio com lanterna
- 2 - Piano e mão pianista
- 3 - Sistema orbital
- 4 - Livro da múmia
- 5 - Toca discos com mobile
- 6 - Caixa equina
- 7 - Campânula de trompa humana
- 8 - Palco de bailarina
- 9 - Proscênio do prazer
- 10 - Carrossel humano
- 11 - Tela de TV de tubo
- 12 - Peteca rolante
- 13 - Zoetrope imaginário
- 14 - Pêndulo de Sinuca
- 15 - Flor elevador
- 16 - Samambaia Giratória

Controladores

- A - Piano / Controlador de dispositivos MIDI
- B - Maleta controladora de motores

MALA CONTROLADORA

VISTA ANTERIOR 1

1. tampo de chapatex
2. dobradiça de porta
3. puxador
4. chaves tiktak metal on/off 2 posições 3 amperes
5. numeração dos canais
6. display digital - voltagem
7. cooler
8. abertura de ventilação
9. chaves de reversão
10. pontecímetros de velocidade com chave liga/desliga
11. corrente de vaso para planta
12. tomada dois pinos
13. boca e lâmpada para geladeira 15w, bocal e E14 220v



DIAGRAMA DA MALA

MALA CONTROLADORA

VISTA ANTERIOR 2

1. tampo de chapatex
2. dobradiça de porta
3. encaixe do puxador
4. dois terminais KNH 1s 3 amperes das chaves tiktak metal on/off
5. fonte automotiva chaveada 13,8 v 90 amperes
6. 3 portas/alimentação bivolt
7. dobradiças de sustentação
8. controladora de velocidade para motor
DCPwm 12v a 28v - máximo de 3 amperes 80w
9. cabos PP 2x0,5 mm
10. cabo 2,5 mm
11. corrente de vaso para planta
12. tomada 2 pinos
13. bocal e lâmpada para geladeira 15w bocal E14 220v
14. simulador de aterramento
15. conectores circulares Gx16 Tipo Mike
16. conectores Tipo Borne 6x2 (fios duplos)





MÁQUINA DESEJANTE

VIDEOGRAFIA
CLIQUE NAS IMAGENS



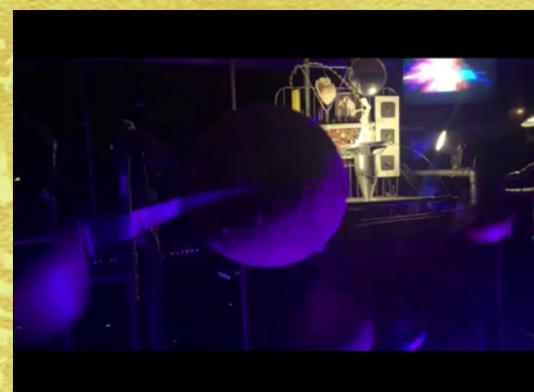
Zoetrope Sideral



Detalhes da Máquina



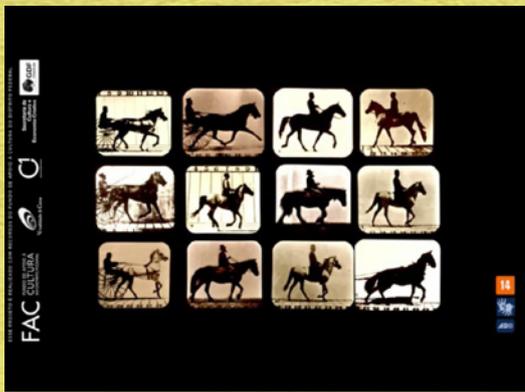
Tempo Flutuante



Ventilador Orbital



Carrossel Humano



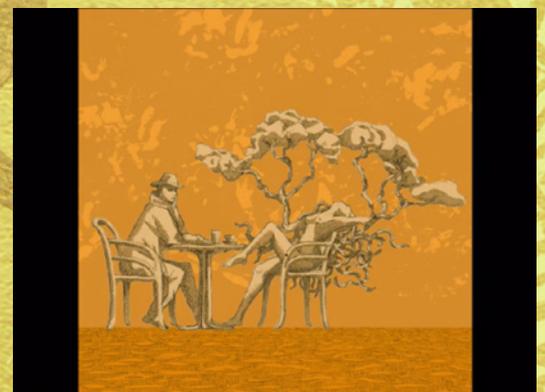
Veloz como um raio



Toca Guizos



O Ponto



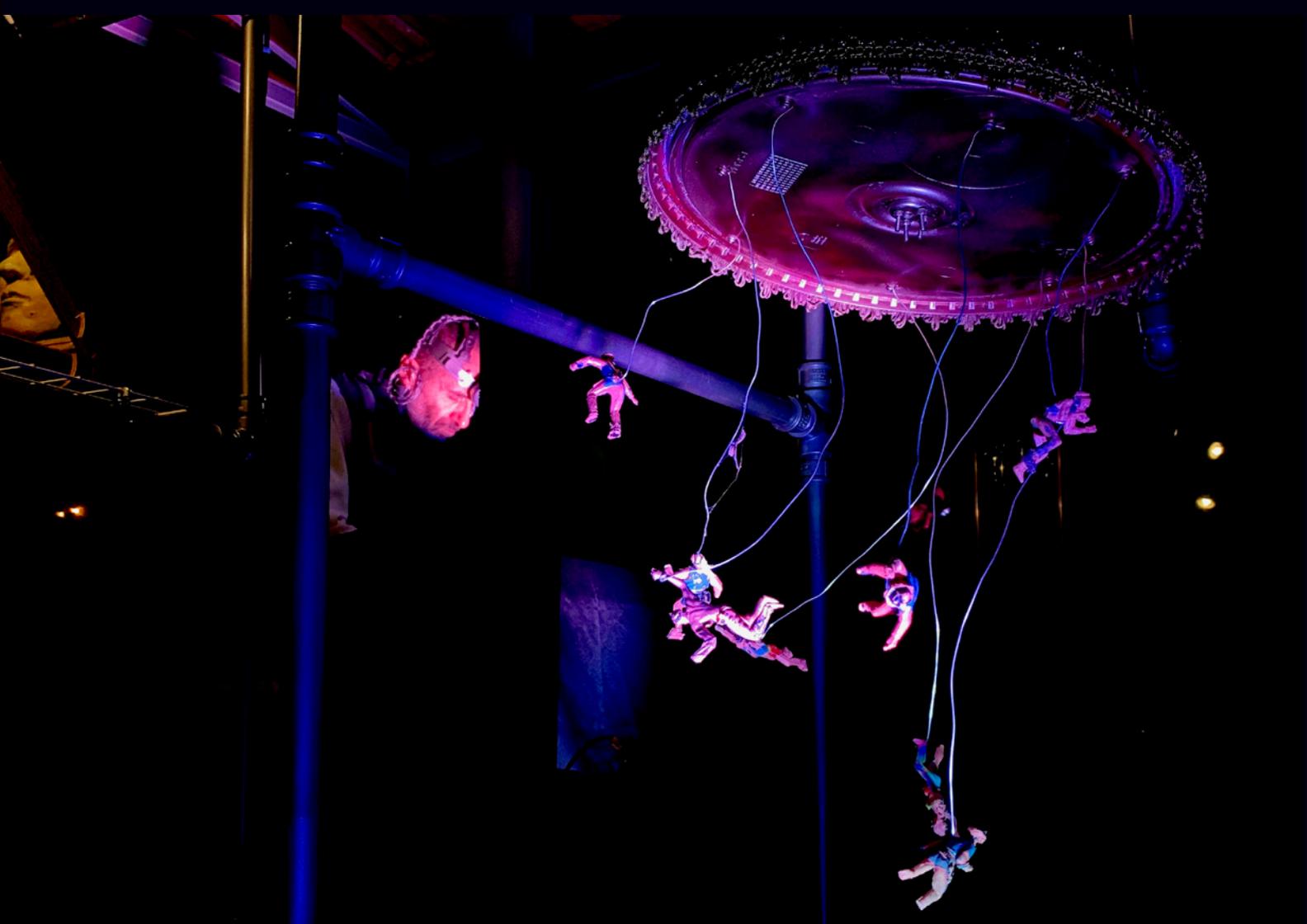
Imagens Desejantes com Aurora

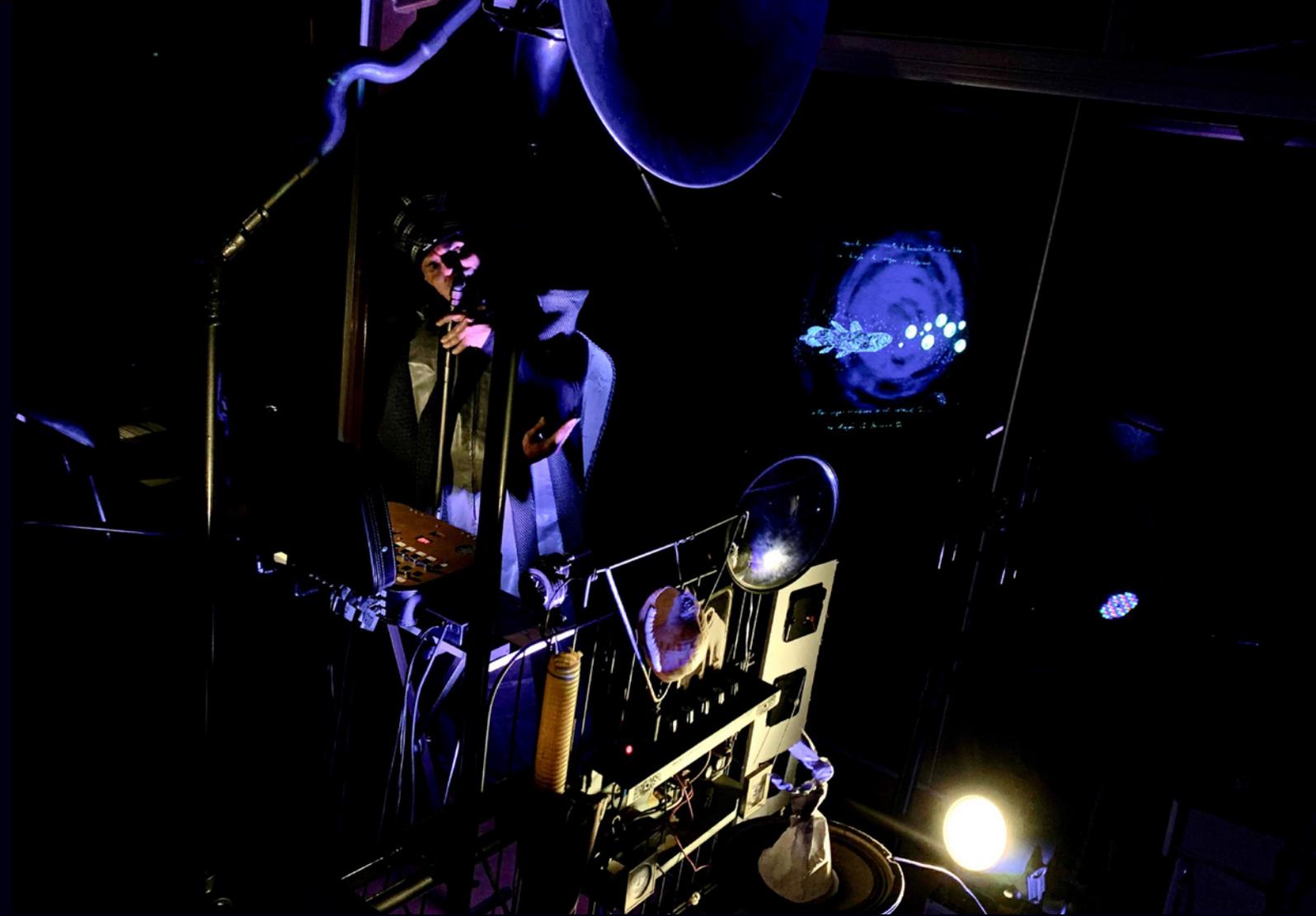


REDES SOCIAIS

INSTAGRAM

TIKTOK





TURNÊ NAS ESCOLAS

CLIQUE NAS IMAGENS



A Máquina Desejante iniciou a sua carreira em maio de 2023, numa temporada de apresentações em escolas do Distrito Federal, com ampla receptividade do público escolar de jovens adultos.

Esta pequena turnê foi amplamente divulgada pela imprensa do DF.



CORREIO BRASILIENSE



VISITE BRASÍLIA



DEU BOM BRASÍLIA



AQUI TEM DIVERSÃO

EI
TA



MÁQUINA DESEJANTE

Foram realizadas apresentações no Ced São Francisco, em São Sebastião, no CEF Doutora Zilda Arns, em Itapoã, e no CEF 3 do Paranoá.

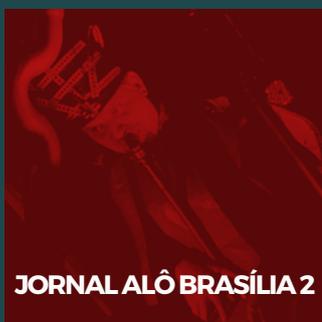
Após as sessões foram realizados debates informais relacionados com os diferentes impactos da peça sobre os jovens.



Fotos de PAULA JACOBSON



JORNAL ALÔ BRASÍLIA 1



JORNAL ALÔ BRASÍLIA 2

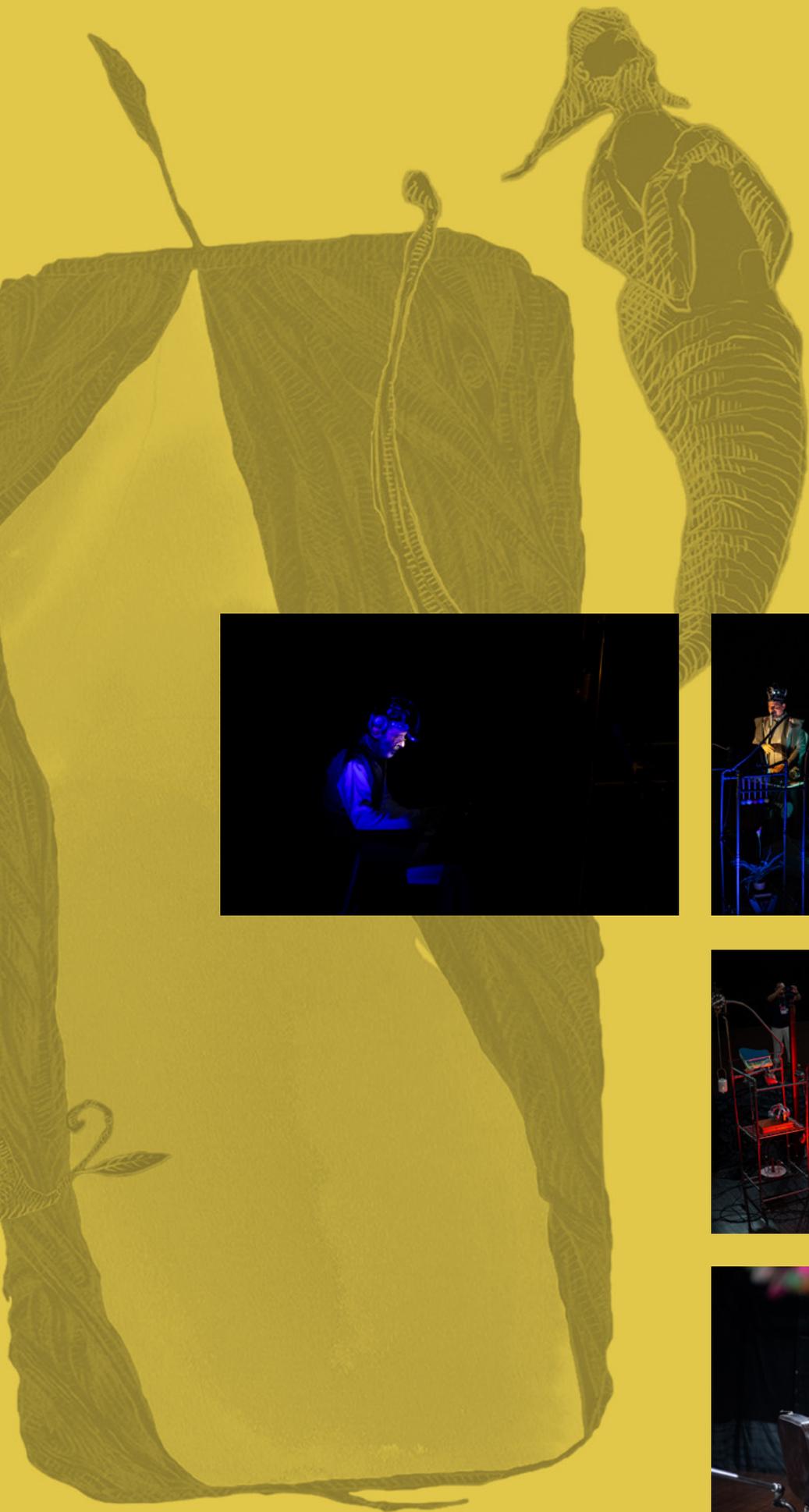


NO 3º FESTIVAL DULCINA

Em novembro de 2023, a **MÁQUINA DESEJANTE** se apresentou no 3º Festival Dulcina, uma importante referência do calendário cultural do Distrito Federal.

Com a sala lotada, a apresentação foi entusiasticamente recebida pelo público.





GUIÃO / DRAMATURGIA

Aqui poderá ler as palavras de Aurora, a personagem sonora cujo corpo poderá ser a própria Máquina Desejante, palavras essas que se vão transfigurando nas variadas respostas mecânicas às intensidades emocionais que o discurso aflora.

Num percurso em cinco etapas, a narrativa de Aurora gira em torno de outras tantas palavras-chave: Leveza, Rapidez, Exatidão, Visibilidade e Multiplicidade, relacionando cada um destes conceitos com as interrogações, frustrações, expectativas e deslumbramentos próprios de uma humanidade a que esta Máquina aspira e que, na verdade, a irmana com cada pessoa presente na plateia.



VOZ DE AURORA E TRILHA SONORA

Aqui poderá ouvir a voz de Aurora (interpretada pela atriz Sulian Vieira). Uma voz envolta em texturas sonoras que desvelam quadros emocionais, ambientes dialogantes, motores rítmicos, indícios de materialidades invisíveis, enfim, sonoridades que, traduzindo abismos interiores ou dialogando com a voz enquanto eventos externos, produzem um contraponto expressivo que consolida a trajetória polifônica dos sentidos do texto.

É sobre esta tessitura de sentidos que a música produzida ao vivo e as constantes labo-
rações das maquinetas vão completando a dramaturgia, desafiando o público a um propósito de imersão e produzindo uma experiência performativa singular.

FICHA TÉCNICA

Autoria, direção e interpretação:

João Lucas e César Lignelli

Voz de Aurora:

Sulian Vieira

Produção Videográfica:

Adriano Roza e João Lucas

Cenário e mecanismos:

César Lignelli e João Lucas

Desenhos e identidade gráfica:

João Lucas

Iluminação:

Adriano Roza

Figurinos:

Cyntia Carla

Gestão e Produção:

CI Arte e Entretenimento, Magno Teles e Paula Jacobson

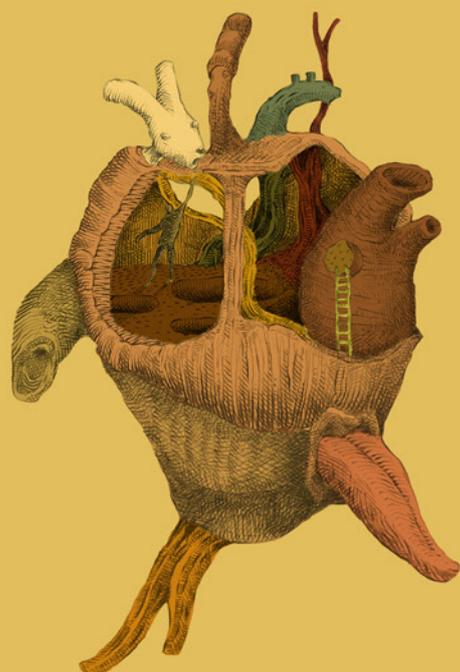
Assessoria de Redes Sociais:

Elevate Comunicação

Assessoria de Comunicação:

Clara Camarano

Fotos de ADRIANO ROZA



MÁQUINA DESEJANTE

CONTATOS

JOÃO LUCAS

+55 61 99807-0888

joaolucasmusic@gmail.com

CÉSAR LIGNELLI

+55 61 98104-1201

cesarlignelli@gmail.com



Registro Audiovisual recebido em 28/05/2024 e aprovado em 14/07/2024.

DOI: <https://doi.org/10.26512/vozcen.v5i01.54107>

Para submeter um manuscrito, acesse <https://periodicos.unb.br/index.php/vozecena/>

ⁱ João Lucas - é pianista, compositor musical e pesquisador. Com vasta experiência na composição musical para artes performativas, colaborou com múltiplos coreógrafos e encenadores, tendo assinado a composição de música para mais de oitenta peças, várias delas premiadas nacional e internacionalmente. Pesquisador do Grupo de Pesquisa Vocalidade e Cena (CNPq). Mestre e Doutor pelo Programa de Pós-Graduação em Arte (PPG-Arte) da Universidade de Brasília. joalucasmusic@gmail.com
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2440272792801068>
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5951-5733>

ⁱⁱ César Lignelli - Professor Associado de Voz e Performance do Departamento Artes Cênicas (CEN) e do Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas (PPG-CEN) da Universidade de Brasília. Pós-Doutor pela Escola de Belas Artes da Universidade Federal de Minas Gerais (2021 - 2022) e pelo Programa Avançado de Cultura Contemporânea da Universidade Federal do Rio de Janeiro (2014 - 2015). É Doutor em Educação e Comunicação, FE/Universidade de Brasília (2011); Mestre em Arte e Tecnologia na linha de pesquisa Processos Compositivos para a Cena, IDA/UnB (2007); Graduado em Artes Cênicas pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (2000). Líder do Grupo de Pesquisa Vocalidade & Cena (CNPq desde 2003). Editor-Chefe do Periódico Voz e Cena. Membro da VASTA Voice and Speech Trainers Association (desde 2016). Autor do livro Sons e(m) Cenas (2014 e 2019 -segunda edição), coorganizador do livro Práticas, Poéticas e Devaneios Vocais (2019) e de inúmeros artigos publicados em periódicos qualificados. cesarlignelli@unb.br
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2723749173803350>
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2684-3172>

ⁱⁱⁱ This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



VOZ e CENA

ISSN: 2675-4584

Universidades Parceiras:



Indexações e Redes Sociais:



Apoio Financeiro:



A Revista Voz e Cena é um periódico semestral em formato eletrônico sob a responsabilidade do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade de Brasília, instituído em razão dos anseios de pesquisadores e professores de voz dos cursos de Artes Cênicas da Universidade de Brasília (UnB), da Universidade Federal Grande Dourados (UFGD), da Universidade Federal do Acre (UFAC), da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), da Universidade Federal da Bahia (UFBA), da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), da Universidade Estadual de São Paulo (UNESP), da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), da Universidade Estadual de Santa Catarina (UDESC), da Escola de Arte Dramática (EAD/ECA/USP), da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), da Universidade Federal de Uberlândia (UFU), da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) e da Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ).