



FACULDADE ANGEL VIANNA
Pós Graduação Lato-Sensu Terapia Através do Movimento - Corpo e
Subjetivação

MONIQUE GOMES OTTATI DE MENEZES

TRANSBORDANDO A VIVÊNCIA CONCRETA DOS AFETOS:
um relato pessoal sobre a prática do movimento autêntico

Rio de Janeiro
2019

MONIQUE GOMES OTTATI DE MENEZES

TRANSBORDANDO A VIVÊNCIA CONCRETA DOS AFETOS:
um relato pessoal sobre a prática do movimento autêntico

Monografia apresentada ao curso de pós-graduação Terapia Através do Movimento - Corpo e Subjetivação da Faculdade Angel Vianna como requisito parcial à obtenção do grau de especialista.

Orientadora: Prof. Soraya Jorge

Rio de Janeiro
2019

M543t Menezes, Monique Gomes Ottati de
Transbordando a vivência concreta dos afetos: um relato pessoal sobre a prática do movimento autêntico / Monique Gomes Ottati de Menezes. – Rio de Janeiro: [s.n.], 2019.
39 f. ; 30 cm.

Orientadora: Soraya Jorge.
Monografia de conclusão de Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Terapia Através do Movimento Corpo e Subjetivação (Especialista) – Faculdade Angel Vianna, Rio de Janeiro, 2019.

1. Corpo e mente (Terapia). 2. Terapêutica*. 3. Terapia pelo movimento. 4. Política social. 5. Movimento autêntico.
I. JORGE, Soraya. II. Faculdade Angel Vianna. III. Título.

AGRADECIMENTO

Agradeço à Soraya Jorge por ter me apresentado essa revolução em movimento.

Ao Thiago, que tanto me acompanhou, incentivou e ensinou; por tantos testes, que me fizeram sentir na pele a importância do Movimento Autêntico para mim.

E, principalmente, às XOXOTANS, que me acompanharam em cada momento de angústia, felicidade e descoberta. A turma mais maravilhosa que eu poderia estar e participar.

O nosso jeito tá ligado, quem define é o cuidado¹.

¹ Emicida. Vital. 2019.

RESUMO

MENEZES, Monique Gomes Ottati de. **Transbordando a vivência concreta dos afetos**: um relato pessoal sobre a prática do movimento autêntico. 2019. 39f. Trabalho de conclusão de Curso (Especialização) – Faculdade de Dança Angel Vianna, Rio de Janeiro, 2019.

De uma perspectiva subjetiva, utilizando-se de relatos pessoais, esta monografia almeja apresentar a abordagem somática denominada Movimento Autêntico, assim como traçar sua importância terapêutica e político-social. Para tanto, utiliza-se de teóricos como Gilles Deleuze, Félix Guattari, Suely Rolnik, Soraya Jorge, entre outros, na tentativa de articular a experiência prática do Movimento Autêntico durante o período de um ano com as teorias apresentadas por estes estudiosos.

Palavras-Chave: Corpo. Terapêutica. Política.

ABSTRACT

MENEZES, Monique Gomes Ottati de. **Overflowing the concrete experience of affections**: a personal account of the practice of authentic movement. 2019. 39f. Graduation Work (Specialization) - Angel Vianna Dance School, Rio de Janeiro, 2019.

From a subjective perspective, using personal reports, this article aims to present the somatic approach known as the Authentic Movement, as well as to trace its therapeutic and socio-political importance. In order to do so, theorists such as Gilles Deleuze, Félix Guattari, Suely Rolnik, Soraya Jorge, among others, are used in an attempt to articulate the practical experience of the Authentic Movement during the one-year period with the theories presented by these scholars.

Keywords: Body. Therapeutic. Politic.

LISTA DE SIGLAS

CIMA – Centro Internacional de Movimento Autêntico

CMI – Capitalismo Mundial Integrado

MA – Movimento Autêntico

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	8
1 MOVIMENTO AUTÊNTICO – ABORDAGEM SOMÁTICA RELACIONAL.....	13
1.1 UM BREVE HISTÓRICO.....	15
1.2 O RITUAL. OS PERSONAGENS: MOVEDOR, TESTEMUNHA E TESTEMUNHA INTERNA.....	18
1.3 O MOVIMENTO E A PALAVRA.....	26
2 POTÊNCIA TERAPÊUTICA DO MOVIMENTO AUTÊNTICO – O REDESCOBRIMENTO DE SI EM VIVÊNCIA GESTUAL ENTRADA. A (RE) CRIAÇÃO DE SI.....	28
2.1 UM RELATO PESSOAL. UMA MEMÓRIA EXALANTE.....	29
3 CONCLUSÃO.....	35
REFERÊNCIAS.....	37

INTRODUÇÃO

*Isto é aquilo
Você é seu corpo
Sua voz, seu osso
Você é o seu cheiro
E o cheiro do outro
(F. Gullar)*

*Fechamos o corpo como quem fecha um livro
Por já sabe-lo de cor
Fechando o corpo
Como quem fecha um livro
Em língua desconhecida
E desconhecido o corpo
Desconhecemos tudo
(Leminski)*

*Hoje sou costurado, sou tecido,
sou gravado de forma universal,
saio da estamperia, não de casa,
da vitrina me tiram, recolocam,
objeto pulsante mas objeto
que se oferece como signo de outros
objetos estáticos tarifários.
(Carlos Drummond de Andrade)*

Meu-nosso corpo.

Em *As Três Ecologias*, Guattari desenvolve o que denomina de *Ecosofia*, sendo esta a articulação ético-política entre os três registros ecológicos reconhecidos por ele e intimamente interconectados: o do meio ambiente, o das relações sociais e o da subjetividade humana. Os últimos dois são os que mais nos interessam.

A ecologia das relações sociais, ou *ecosofia social*, consiste em práticas que possibilitem e tendam a reinventar nossa maneira de ser em cada relação

social-coletiva que vivemos, como familiar e trabalhista, reconstruindo o conjunto de modalidades de ser-em-grupo². Para Guattari, esta nova construção se dará, principalmente, pelas mutações existenciais vinculadas à subjetividade, fazendo com que práticas efetivas de experimentação no macro ou microcosmos tenham sua utilidade revolucionária.

Já a ecologia da subjetividade humana, ou *ecologia mental*, nos levará “a reinventar a relação do sujeito com o corpo, com o fantasma, com o tempo que passa, (...). Sua maneira de operar se aproximará mais daquela dos artistas (...)” (GUATTARI, 1989, p.16). A subjetividade, então, se produziria incessantemente a partir dos encontros que vivemos com o outro, em relação, sendo essencialmente fabricada e modelada no registro social. É, portanto, uma matéria viva, mutante e pulsante, a partir da qual é possível descobrir formas diferentes de estar no mundo, de ser para si e para os outros, de agir em coletivo.

Com esta teoria, Guattari dá um conselho ao mundo capitalista e pretende-se aplicável ao macrocosmos político-social, ultrapassando o alcance deste trabalho. Permito-me, entretanto, enxergar paralelos com o que ocorre no microcosmos da prática do Movimento Autêntico.

Soraya Jorge afirma:

O Movimento Autêntico é uma abordagem corporal que tem como objetivo desenvolver uma escuta apurada dos impulsos corporais, explorando uma interrogação: “o que me move?”. Pode ser um pensamento, um sensação, um desejo, um som, uma memória, uma voz interna ou externa. Seu objetivo é propiciar um contato com estes impulsos para que, conscientemente, se possa expressá-los ou contê-los. **À medida que a pessoa vai escutando sua própria corrente de movimento interno em constante contato com o externo, vai se apropriando melhor das relações que estabelece consigo e com o mundo, alimentando o fluxo vital que percorre seu corpo e estabelecendo novas e mutantes relações entre o dentro e fora, seu corpo e o mundo, seu corpo e outros corpos. (grifo meu)**
(JORGE, 2009, p. 13)

E continua:

(...) Por autêntico se entendia os gestos ou movimentos que não seriam previamente julgados, criticados, racionalizados, mas que

² GUATTARI, Félix. As três ecologias. Ano: 1989. Editora Papyrus. 21ª Edição. P. 16.

possuíam uma conexão direta com as sensações (...). (JORGE, 2009, p.13)

Entendo que o Movimento Autêntico atua como uma micropolítica concreta e ativa, dialogando diretamente com a ecosofia mental e ecosofia social de Guattari, mas com ênfase nas descobertas ali propostas a partir da fisicalidade, do corpo, e do aqui-agora. A partir do corpo concreto.

Por dentro da consciência do corpo³, do avesso da intencionalidade, o Movimento Autêntico vai abrindo caminho para que seus praticantes ativem a escuta interna e atentem à sua própria expressão corporal e à recepção de forças do mundo, que se dá através do corpo. Trabalha “o conhecimento construído nos tecidos da fisicalidade” (BAYONNA, 2017).

É através da experimentação dos corpo-gesto, corpo-verbo e corpo-palavra durante a prática, vivida sempre em relação (somos, no mínimo, duas pessoas: movedor e testemunha), que se move a possibilidade de novas formas e aparições de subjetividades, assim como de relações, uma vez que a empatia e a palavra em primeira pessoa são fundamentos da abordagem.

Em um movimento premonitório, Guattari afirma, ainda no ano de 1989, que:

O capitalismo pós-industrial que, de minha parte, prefiro qualificar como CMI⁴, tende, cada vez mais, a descentrar seus focos do poder das estruturas de produção de bens e de serviços para as estruturas produtoras de signos, de sintaxe e de subjetividade, por intermédio, especialmente, do controle que exerce sobre a mídia, a publicidade, as sondagens, etc. (GUATTARI, 2015, p. 30)

³ GIL, José. Abrir o corpo.

⁴ CMI = Capitalismo Mundial Integrado. “Capitalismo mundial integrado” (CMI) é o nome que, já no final dos anos 1970, Félix Guattari propôs para designar o capitalismo contemporâneo como alternativa à “globalização”, termo, segundo o autor, por demais genérico e que vela o sentido fundamentalmente econômico, e mais precisamente capitalista e neo-liberal do fenômeno da mundialização em sua atualidade. Nas palavras de Guattari: “O capitalismo é mundial e integrado porque potencialmente colonizou o conjunto do planeta, porque atualmente vive em simbiose com países que historicamente pareciam ter escapado dele (os países do bloco soviético, a China) e porque tende a fazer com que nenhuma atividade humana, nenhum setor de produção fique de fora de seu controle”. (Guattari, Félix, “O Capitalismo Mundial Integrado e a Revolução Molecular”, in Revolução Molecular. Pulsações políticas do desejo, org. Rolnik, Suely. Brasiliense: São Paulo, 1981).

Cada vez mais a cultura capitalística adentra e se consolida na formação de subjetividades, inventando o que hoje denominamos lifestyles nas redes sociais, e, assim, formando subjetividades padronizadas para que a rentabilidade em sua produção seja garantida. A ideologia capitalista transformou o *padrão* em algo a ser querido e alcançado, pois apenas assim, com subjetividades infantilizadas e padronizadas, a sociedade pode se integrar e se sentir pertencente.

Mauro Costa, professor da Faculdade de Dança Angel Vianna e da Pós-Graduação a qual este trabalho fará conclusão, por muitas vezes mencionou em sala de aula que o capitalismo é um bom exemplo de Corpo sem Órgãos, nunca definido, sempre adaptável. Sendo Corpo sem Órgãos, o capitalismo se infiltrou nos mais inconscientes estratos subjetivos e são eles a base da cadeia alimentar que o sustenta na atualidade.

Em uma esfera da micropolítica, o Movimento Autêntico quebra essa grande verdade-mentira criada pelo CMI; e com suas rodas-rituais, ambiente e falas, atinge o acolhimento na diferença, o pertencimento através da colocação da subjetividade nunca alcançada e única de cada um dos praticantes. Ele aposta na pesquisa de si, nas singularidades.

Como abordagem somática, o Movimento Autêntico permite aos seus praticantes a experimentação carnal da potência de produção de outros modos de estar, de existir e como os utilizar no coletivo social. De que/quem/onde nos move?

Baseado na filosofia Nietzshiana, Miguel Angel Barrenechea entende que “a noção de subjetividade carnal alude à impermanência do homem, à sua condição afetiva, sensível, mas também racional, já que o conjunto corporal precisa da razão como seu instrumento, como seu aparelho de signos, como seu órgão para comunicação⁵.”

Instrumento do teu corpo é, também a tua razão (...). ‘Eu’ dizeis; e ufanas-te desta palavra. Mas ainda maior, no que não queres acreditar – **é o teu corpo e a sua grandeza: esta não diz eu, mas faz eu (grifo meu).** (BARRENECHEA, 2011, p. 14)

⁵ BARRENECHEA, Miguel Angel de. Nietzsche: Corpo e subjetividade. 2011. p.6.

Para a conceituação da subjetividade carnal, também denominada subjetividade corporal, Miguel parte da condição do homem concreto, da experiência vivida, valorizando um saber singular, absolutamente pessoal, exaltando, portanto, a singularidade da existência de cada um⁶.

Tomar o corpo como ponto de partida e fazer dele o fio condutor, eis o essencial. O corpo é um fenômeno mais rico que autoriza observações mais claras. A crença no corpo é bem melhor estabelecida do que a crença no espírito. (BARRENCHEA, 2011, p. 2).

Partindo ao lado de outras práticas de pesquisa somática, o Movimento Autêntico alcança a potência da criação de um(s) corpo-sensível, movimento de resistência por si só frente ao mundo bidimensional e cartesiano em que vivemos. Ao entrar em contato consigo mesmo, descobrir seus fluxos internos e a voz do próprio corpo (que fala por si só), descobre-se a tridimensionalidade do corpo, o volume que ele ocupa no mundo. Descobre-se, assim, a potência de ser e estar. É o que acontece comigo.

Neste caminho, pretendo um relato pessoal, um ponto de vista subjetivo, e também político, da experimentação do Movimento Autêntico.

Não me proponho a um estudo de afirmações e constatações sólidas, como tanto gosta o mundo acadêmico. Me jogo na experiência, nas minhas memórias entrelaçadas e bordadas num estado-corpo que se costura e pinta a cada momento e movimento. Um corpo que se apoderou de sua força.

Como afirma Guattari:

(...) à diferença da informação, o relato não se preocupa em transmitir o puro em si do acontecimento, ele o incorpora na própria vida daquele que conta, para comunica-lo como sua própria experiência àquele que escuta. Dessa maneira o narrador nele deixa seu traço, como a mão do artesão no vaso de argila. (GUATTARI, 2015, p. 53).

Para tanto, apresentarei primeiramente um breve histórico e a prática da abordagem, adentrando, por fim, à minha experiência-pele-porosa, artesã no vaso de argila.

⁶ Idem.

1. O MOVIMENTO AUTÊNTICO – ABORDAGEM SOMÁTICA RELACIONAL

O Movimento Autêntico é um método/abordagem/ritual de investigação do movimento do corpo em seus estados físicos, psíquicos e energéticos através da relação entre movedores e testemunhas, com cunho somático, psicológico, pedagógico, artístico e energético (espiritual/místico), podendo eles serem integrados ou não em uma mesma prática e/ou por um mesmo investigador. (JORGE. 2007. p. 6).

Somos pelo menos dois. Somos sentidos explorados – somos olhos na nuca, na pele. Somos coletivo de empatia. Somos roda, vazio e preenchimento. Somos no presente e em primeira pessoa. Somos silêncio, sino, ondas, palavras faladas e escritas, ecos. Somos auto-responsabilidade.

O Movimento Autêntico é uma prática da escuta de si, da escuta dos fluxos internos, das respostas internas aos toques voadores externos, dando ao praticante *a possibilidade de pesquisar e vivenciar caminhos de movimento que tocam temas fronteiraços entre o consciente e o inconsciente, o visível e o invisível*⁷. Movimentos estes que são gestos entrados, escolhendo quando aparecer. Não se trata de racionalizar e escolher a movimentação, mas sim de estar ali, presente, e aguardar o que o corpo, com sua expertise única, deseja e precisa fazer. É a elaboração do corpo no microcosmos para sua sustentação política no macro.

Como abordagem somática, reflete a confiança na vida e na voz do corpo, na sua inteligência de reorganização (a partir até da desorganização) cotidiana através da expressão para o alcance do bem estar na vida física, psicológica, química, etc. Relaciona em prática vivida os domínios sensorial, cognitivo, motor, afetivo e místico.

Thomas Hanna, dado como o criador do termo “somatics”, em 1977, afirma que “A somática é o campo que estuda o soma: a saber, o corpo como é percebido de dentro, por uma percepção em primeira pessoa.” (JORGE, 2007, p.3)⁸.

⁷ JORGE, Soraya. “Movimento Autêntico: um ritual contemporâneo?”, p. 6.

⁸ Texto encontrado em:

<https://documentcloud.adobe.com/link/track?uri=urn%3Aaaid%3Ascds%3AUS%3A279ca1aa-e251-40a6-9b49-11e35319b73c>

Segundo este autor, necessita-se da presença do outro para a construção da noção de si, demonstrando tamanho esburacamento corporal, pois se para construção da noção de si é imprescindível o outro e o soma é o corpo percebido de dentro, em primeira pessoa, somente o atravessamento do externo permite o alcance do estado de si. Assim, a necessidade vital de ser afetado e afetar.

Ao ter em sua estrutura os personagens Movedor(a) e Testemunha, dos quais trataremos de forma mais específica em momento posterior, o Movimento Autêntico firma seu corpo nas práticas somáticas, sendo essencialmente uma abordagem relacional, pois prescinde de duas pessoas, no mínimo, para que o ritual aconteça.

Confirmando essa presença, Nancy Allison apresenta em sua enciclopédia das Disciplinas Mente-Corpo, na qual faz uma extensa compilação de abordagens e técnicas, o Movimento Autêntico como integrante de uma das dezessete subdivisões, estas agrupadas por aquilo que priorizam. Foi na subdivisão *Arte terapias expressivas e criativas* que Nancy inclui, ao lado da arte terapia, dança terapia, musico terapia, o Movimento Autêntico. A autora considera o MA como um processo de dança-movimento praticado por indivíduos e grupos como uma maneira de aprender com a própria experiência do corpo. (BAYONA apud ALISSON, 2017, p. 37). Acredita que a abordagem leva a um profundo respeito pela sabedoria do corpo e é praticado para diversos fins, como o enriquecimento pessoal, a percepção espiritual, a renovação artística, a psicoterapia ou o ritual coletivo (ALISSON, 1999, p. 350).

Sobre as abordagens somáticas denominadas Técnica de Alexander, Eutonia e Feldenkrais, Mauro Costa, em *O Corpo sem Órgãos e o sentido como acontecimento*, afirma existir:

(...) a procura de um aguçamento das percepções internas dos movimentos, transformações muito delicadas na experiência corporal que levam ao surgimento de um novo corpo, não por uma modelagem mecânica, mas pela atenção, a partir da escuta dos potenciais do CSO.⁹ (COSTA, 1996, p. 101).

⁹ COSTA, Mauro Sá Rego. *O Corpo sem Órgãos e o sentido do acontecimento*.

Apesar de não mencionar o Movimento Autêntico, a percepção de Mauro também pode ser aplicada a esta abordagem. Indo além, afirmo que o MA não estimula apenas a criação de um novo corpo sensório-motor, mas também uma psique em contato e com estímulo direto de formação com o corpo vivo, entrado pelo externo e saído pelo interno. Ao praticar, o corpo entra em fluxo e não se deixa mais estagnar, estando sempre alerta às interferências que lhe atingem. O corpo se abre para a entrada do gesto e a revirada dos órgãos, caminhando em busca do CsO quando em ocupação do espaço da roda-ritual.

Passa-se a caminhar com a cabeça, ver com a pele, respirar com o ventre, comer com as mãos, chorar com o tórax, acolher com a coluna.

(...) a abertura às sensações e aos afetos que se desencadeiam sempre que as formas organizadas do corpo perdem subitamente consistência ou quando brotam novas partes, novos enlaces ou flexibilizações desconhecidas precisa ser elaborada. É preciso se por atento aos momentos em que se dão essas transformações, que não se fazem imediatamente com significação delimitável, como uma nova organização, mas como turbulência, passagem pelo caos. Novos sentidos se produzem, como acontecimentos. (COSTA, 1996, p. 97).

Iniciemos, então, esta jornada pessoal com um breve histórico do surgimento desta abordagem.

1.1 UM BREVE HISTÓRICO

A abordagem somática denominada Movimento Autêntico foi criada pela americana Janet Adler, nos anos 1960, inspirada nas pesquisas e ensinamentos de Mary Starks Whitehouse.

Whitehouse, bailarina com vasta experiência profissional em performance e improvisação, e também estudante dos trabalhos de Jung, tendo frequentado o C. G. Jung Institute em Zurique, iniciou pesquisa autoral na qual conjugava sua prática em dança e improvisação com seus estudos e análise pessoal em psicologia analítica, vindo a desenvolver o que denominou Movimento em Profundidade por volta dos anos 1950.

Em um artigo escrito em 1916, Jung sugeria que o potencial criativo imaginativo de cada pessoa poderia auxiliar na integração de conteúdos

internos ainda não conscientes, trazendo-os à tona e possibilitando o trabalho terapêutico. Para a exploração de tal técnica, que mais tarde veio a denominar de Imaginação Ativa, Jung apresentava que este auxílio poderia ser dado através da pintura, desenho, trabalhos com argila, areia, assim como do movimento corporal expressivo, da dança.

Relacionando sua pesquisa em movimento à Teoria da Imaginação Ativa de Jung, Whitehouse se interessou por adentrar na possibilidade do movimento e da fisicalidade trazerem à superfície dos corpos fluxos materiais inconscientes, fluxos escondidos na profundidade de cada um de nós. *Trazia a qualidade do profundo, contrastando as ideias de mover e ser movido experimentando caminhos para explicar as ideias de impulso e autêntico*¹⁰ e as possíveis respostas para a questão “o que me faz mover”, pesquisando o mover e o pausar, traços essenciais dessa abordagem. Possibilitou, assim, a descoberta de novos caminhos gestuais e investigativos, de densidades modulantes, aos artistas da época.

Janet Adler, dança terapeuta, psicanalista, Ph.D. em Estudos místicos e considerada discípula de Whitehouse, deu continuidade à sua pesquisa, atentando-se mais profundamente às questões do impulso e forma e dos movimentos realizados de olhos fechados. Interessada na importância da observação dos movimentos daqueles que dançavam e se moviam de olhos fechados, Janet criou o status relacional da prática, somando ao trabalho de Whitehouse a existência da Testemunha.

Segundo Soraya Jorge:

Janet Adler desenvolveu o trabalho levando em conta as questões que Mary Whitehouse vinha pesquisando, como a relação entre impulsos e a forma e o movimento realizado de olhos fechados, acreditando que o não uso da visão propiciaria um mergulho e uma expansão da consciência de experiências conscientes e inconscientes. (JORGE, 2009, p. 16).

Em sua pesquisa, Adler ampliou o campo de alcance do Movimento Autêntico para além da dança, passando a entender que também era aplicável

¹⁰ JORGE, Soraya. Movimento Autêntico: um ritual contemporâneo?. p. 3/4.

em práticas terapêuticas e meditativas, sendo uma abordagem com potência de se relacionar com os estudos da cura, da arte, assim como estudos místicos.

Juntamente com outras técnicas de Educação Somática, que floresceram neste mesmo contexto histórico ao redor do mundo, Adler e Whitehouse compreenderam a integração entre mente, corpo, espírito.

As palavras utilizadas por Mary Whitehouse e Janet Adler para falar do Movimento Autêntico estão contextualizadas com o momento de suas pesquisas, na qual o retorno ao ritual, às influências das práticas orientais, e a conexão com a potência de vida como potência de si podiam ser vivenciadas no movimento através das conexões com a percepção e a consciência corporal. (JORGE, 2009, p. 18).

Atualmente, Janet Adler vive na Ilha de Galeano, no Canadá, e continua facilitando práticas e estudos de Movimento Autêntico na América do Norte e Europa, o qual intitula de *The Discipline of Authentic Movement*¹¹.

Por fim, no contexto brasileiro, temos Soraya Jorge como discípula de Adler e difusora da prática no Brasil, sendo co-fundadora do CIMA no Rio de Janeiro/RJ (Centro Internacional do Movimento Autêntico).¹²

Soraya Jorge, professora e dançarina, formada pela Escola Angel Vianna, conhece a abordagem em terras californianas, quando nos anos de 1990, vai morar temporariamente nos EUA, vindo a se formar no Authentic Movement Institute e a praticar a abordagem diretamente com Janet Adler, durante dez anos, com quem continua a se especializar até hoje. Nos anos 2000, Soraya volta a residir no Rio de Janeiro, passando a se dedicar a apresentar o Movimento Autêntico às brasileiras e brasileiros, sem hibridações com outros campos de atuação e práticas corporais e somáticas (BAYONA, 2017, p. 37).

Foi através de Soraya que soube, experimentei e experimento o Movimento Autêntico e é nesta experiência que esta monografia é baseada.

¹¹ Site: <http://disciplineofauthenticmovement.com/discipline-of-authentic-movement/>

¹² Site do CIMA: <https://www.movimentoautentico.com/>

1.2. O RITUAL. OS PERSONAGENS: MOVEDOR, TESTEMUNHA E TESTEMUNHA INTERNA

Começamos em roda pequena, sentadas. Um sino é tocado pela facilitadora. Sálvia seca¹³ rega e defuma nossos estados. Nos olhamos. Inicialmente, trazemos, em palavras no tempo conjugal presente e em primeira pessoa, o que levamos para a roda naquele dia, qual nosso estado, o que está a afetar aquele momento. Cria-se, aqui, um campo de confiança coletiva, essencial para os próximos momentos da prática. Levantamos e abrimos a grande roda, a fim de ocupar toda a sala, com braços abertos. Os olhos de cada participante corre pelos outros, às vezes cruzando olhares, às vezes não. Olhamos todos para o espaço cheio-vazio do meio, que será ocupado pelos Movedores ao toque do sino. Sino toca. Movedores fecham os olhos e, a seu tempo e forma, ocupam o espaço. Testemunhas permanecem no contorno do círculo de olhos abertos, olhando/vendo/sentindo os Movedores. O tempo de movimento pode variar à escolha da Testemunha/facilitadora. Ao entrar no meio deste círculo, os Movedores vivem a experiência de produção do real como grandeza intensiva, uma vez que não há qualquer proposta de movimentação ou estímulo externo imposto. A atmosfera e o gesto são criados e entrados ali, naquele instante, corporificando uma das perguntas fundadoras da abordagem: o que faço quando ninguém, nem nada me diz o que fazer? O que me move quando não há determinação externa de ação ou pausa? Sino toca três vezes, sinalizando o fim do movimento-físico realizado pelos Movedores. Voltamos à roda, abrindo os braços em seguida. Mais uma vez nos olhamos e ao espaço vazio também. Nos voltamos ao caderno e descrevemos momentos de fisicalidade que nos tocaram, que nos lembramos. Após a escrita, voltamos à pequena roda e compartilhamos pedaços do que descrevemos, sempre no presente e em primeira pessoa. Da mesma maneira o fazem as testemunhas

¹³ A sálvia branca é uma planta nativa de ecossistemas de alto deserto e cresce predominantemente na Califórnia. Por centenas de anos, a sálvia branca tem sido considerada uma planta sagrada, purificadora e protetora. As folhas da planta são verde-esbranquiçadas, e se você esfregar as folhas frescas entre o polegar e o indicador, um aroma refrescante e de limpeza é liberado. Os nativos americanos começaram a tradição de usar a sálvia branca para afastar os espíritos do mal e as energias negativas, sendo também utilizada em cerimônias para pedir bênçãos para saúde e prosperidade, banir os espíritos e encorajar a proteção.

nessa pequena roda (que são todos, menos aquele que verbaliza). Sino toca para finalizar o ritual.

Este é um dos formatos que vivenciei na prática do Movimento Autêntico com Soraya Jorge, tendo algumas variantes, como a não escrita - sendo fala direta, o eco-gestual, o eco-verbal, a troca de fisicalidades e palavras em grupos menores, etc.

Em seu texto “Movimento Autêntico: um ritual contemporâneo?”(p. 6) Soraya cita três procedimentos que podem compor a prática:

Citarei três desses procedimentos que compõem o Ritual Contemporâneo do MA:

1. Em cada sessão existe um momento em que todos os participantes se movem de olhos fechados enquanto a Testemunha/Facilitadora os observa, “sustentando o espaço” com os olhos abertos;

2. Durante a sessão, metade do grupo move e metade do grupo pratica a função de testemunha, acompanhados pela testemunha/facilitadora. Nessa proposta existem algumas possibilidades. Uma é que cada movedor terá uma testemunha – escolha feita previamente. Nessa situação a testemunha poderá ser convidada a focar apenas em seu movedor ou ampliar o olhar e testemunhar as relações que seu movedor cria com o ambiente e outros movedores. A outra possibilidade é que as testemunhas sejam convidadas a testemunharem o grupo todo, exercitando um olhar mais flutuante e os gestos, movimentos, sons, que lhes movem mais.

Em qualquer dessas proposições, o sino, ou voz de comando da testemunha/facilitadora sinalizará os momentos de início e de final do trabalho, bem como o de troca entre as funções de movedor e testemunha.

3. Em outras sessões, sobretudo em grupos mais avançados, todos os participantes com exceção da testemunha/facilitadora escolhem sua função, movedores ou testemunhas, no momento em que se colocam em roda e nesse formato, especificamente, poderão trocar de função sempre que desejarem. Pode ser acordado anteriormente pelo grupo um número mínimo de testemunhas, mas todos são testemunhados pela testemunha/facilitadora que permanece na mesma função e que sinalizará o início e o final da sessão de movimento. (...) (JORGE, 2007, p. 6).

A prática também pode ser feita em dupla, trios ou mesmo apenas entre a participante e a facilitadora, podendo ser praticada a partir da presença de pelo menos duas pessoas.

Além de uma Abordagem Somática Relacional, Soraya Jorge considera o MA como um ritual, uma vez que se assemelha a práticas de danças primitivas, circulares, com a corporificação de diferentes estados de consciência

dos movedores, e o acompanhamento de testemunhas que observam aqueles seres corporificados entre estados de mover e serem movidos, cuidando do bem estar, nada ou pouco intervindo, mas proporcionando um campo repleto de cumplicidade e confiança. Torna-se, assim, possível uma prática de ver e ser visto, de olhar e ser olhado.

Se a atmosfera é feita de tensões entre micropercepções é por que resulta de investimentos de afeto que abrem os corpos. Na verdade, é o corpo que “percebe” a atmosfera, sua densidade, sua porosidade, sua rarefação, seu teor de acolhimento ou de exclusão, sua velocidade de transformação, sua rugosidade ou, às vezes, seu aveludado que nos atrai como uma doença. Se o corpo percebe todas essas modulações de força é por que está aberto, ou seja, suas próprias forças entraram em contato com as forças da atmosfera. Pois a atmosfera induz à abertura dos corpos, convidando à osmose. (GIL, 1996, p.12).

A prática do Movimento Autêntico comporta três personagens: Movedor, Testemunha e Testemunha Interna, esta última como principal foco do trabalho e presente e pertencente nos dois outros personagens. Importante mencionar que esta divisão é meramente didática, estando todos eles presentes num mesmo participante, o verdadeiro três-em-um. Seguimos com a descrição de cada um deles:

a) Movedor

O Movedor é aquele que adentra à roda de olhos fechados, após o estímulo sonoro provocado pela facilitadora.

O que me move? O que move o que me move? O que faço comigo quando não tenho qualquer estímulo externo me influenciando no que fazer? Estas são algumas das perguntas que perpassam pela prática do Movedor.

Uma vez sem estímulos visuais externos, o movedor volta seu olhar para dentro, para seus fluxos internos e a escuta dos seus muitos corpos que ali habitam e naquele momento passam a ter expressão. Abre-se espaço para o desenvolvimento da iminência de aparição de um Corpo sem Órgãos, através do contato com outros movedores, sons, chão, ar, e contato consigo mesmo.

Apesar de como lhe chamam, o movedor não precisa necessariamente se movimentar fisicamente de forma que os olhos da testemunha consigam captar. O estado de pausa também é considerado movimento nesta prática, o que faz com que a pausa, como estado estático momentâneo, não exista de fato. Ao não se mover fisicamente, abre-se espaço para a atenção àqueles movimentos internos que constroem a subjetividade e intimidade mais profunda do praticante. A possibilidade de se permitir permanecer é fundamental para o desenvolvimento do trabalho do movedor e de sua testemunha interna, da qual falaremos mais adiante.

Segundo Débora Bolsanello, “toda transformação só pode acontecer no escuro” (2018). De toda eu não sei, mas o fechamento dos olhos, não permitindo que a visão prepondere como sentido de captação do “externo”, acalma desde já os julgamentos e proporciona a báscula da atenção para o testemunho dos diálogos internos que povoam o corpo do movedor, ou possibilita perceber que esses julgamentos são meus comigo mesma e não dos outros.

O permanecer, a percepção de padronização de gestos e movimentos são alguns dos primeiros aspectos a serem trabalhados quando se está movedor.

Porém, não se é Movedor apenas quando de olhos fechados ocupando o espaço de dentro. Também se é Movedor quando se verbaliza a fisicalidade vivida, em tempo presente, já no momento da roda-de-fala.

b) Testemunha

“Precisamos dos olhos dos outros para nos formarmos e continuarmos a existir”, afirma Daniel Stern (2007).

A Testemunha é aquela que permanece nas margens do círculo adentrado pelos movedores, de olhos abertos. Corporalizando a pausa e simultaneamente sustentando ser movida pela roda-movente, pelos movedores.

O que eu vejo do movimento (fisicalidade) do outro? Onde esse movimento me move, me afeta? O que eu imagino, que narrativa literária crio,

ao ver o movimento do outro? O que essa imagem quer dizer sobre mim mesma?

Por Soraya Jorge¹⁴:

A Testemunha, seja o facilitador ou uma parte do grupo, de olhos abertos, observa o Movedor e o que acontece consigo próprio na sua presença. **Utiliza-se de quatro perguntas-guia para a prática e reflexão de seu testemunho:**

- o que vê (que se relaciona com a fisicalidade, o corpo e seus movimentos. *Ex.: perna que se estende, parede azul, giros, etc.*);
- que imagens, histórias, associações emergem nesse processo de ver (*Ex.: a perna que se estende e toca o outro lado da sala*);
- que sensações, emoções sentidas, na presença dos movimentos e gestos (não se configura a seguinte frase: eu sinto que você. *Ex.: eu me sinto grande, perto e distante*);
- que relações faz com suas próprias marcas de experiência de vida (*Ex.: ao ver essa perna que se estende a imagem que experiencio é de que ela toca o outro lado da sala e ao mesmo tempo ocupa o espaço que está, e isso fala de um desejo presente que tenho de criar relações mesmo quando estou distante*). (JORGE, 2007, p. 7).

Trazendo profundamente a reflexão sobre os julgamentos, o Movimento Autêntico provoca a Testemunha a se auto-responsabilizar por suas próprias imagens de si e do outro, a se colocar com escuta ativa frente às outras mil coletividades existentes dentro de cada ser humano, a pesquisar em si o que é seu e o que não é, quais são seus padrões de imagens nocivos, etc.

Após a roda-movente, na roda-de-fala todos somos Testemunhas da verbalização do outro, independente de qual personagem vestimos no momento antecedente.

Um outro papel da Testemunha é dar testemunhos na roda-de-fala, porém estes testemunhos não são sobre o que outro estava fazendo, não há julgamentos. Este testemunho também é feito em primeira pessoa e no presente, sendo a expressão do que a Testemunha ao testemunhar a fisicalidade descrita pelo outro (movedor) ou ao ser afetada pela verbalização de um movedor-de-roda-de-fala sente, onde ela é movida, o que é dela naquele movimento verbal ou gestual trazido à atenção da roda.

Sobre a Testemunha:

¹⁴ JORGE, Soraya. Movimento Autêntico: um ritual contemporâneo? P. 7.

O parceiro que testemunha é regido e mobilizado pelos princípios: eu vejo, eu sinto, eu imagino. São protocolos estabelecidos na presença do outro que se entrega ao movimento. Para tanto, o relato é feito e partilhado a partir dos sentidos de quem testemunha, não há julgamento do movimento assistido. Leva-se em conta a subjetividade implícita no olhar, o relato da testemunha é, assim, construído na primeira pessoa, assumindo o quanto ele próprio também pode se afetar, se contagiar com o mover do outro. Essa dinâmica dialógica se constrói e se sustenta nesse trânsito. (DAMASCENO, 2018, p.1).

O desenvolvimento da Testemunha privilegia o não julgamento através do descondicionamento do olhar repressivo que o CMI nos propõe e impõe, graças a competitividade e individualidade fundadoras desse sistema cultural.

Quebra-se, assim, o que Suely Rolnik denomina de micropolítica reativa, a micropolítica dominante do sistema capitalístico, com o qual sua existência se torna possível, uma vez que fabrica e perpetua subjetividades funcionais ao *status quo*. A dimensão micropolítica é essencial para qualquer regime, pois é o lhe que dá consistência de existência. Abre-se, então, espaço para a criação contínua de uma nova micropolítica relacional, chama de micropolítica ativa por Rolnik.

Hubert Godard, em entrevista com esta autora sobre a obra de Lygia Clark, nos traz o conceito de *olhar cego*¹⁵ e afirma que

(...) frequentemente, a história da percepção vai fazer com que, pouco a pouco, eu não possa mais reinventar os objetos do mundo, minha projeção vai associa-los sempre da mesma maneira. Ou seja, vejo sempre a mesma coisa, sempre através do filtro da minha história. Portanto, poderíamos dizer que há uma “neurose no olhar”. Algo que diria respeito ao fato de que o meu olhar não é mais capaz de voltar a desempenhar uma subjetividade em relação ao mundo. (...) Portanto, eu olho sempre através do mesmo filtro. Daí a pergunta: como posso mover esse filtro? (ROLNIK e GODARD, 2004, p. 4).

Creio que o trabalho da Testemunha Externa perpassa pelo desenvolvimento deste *olhar vibrátil*¹⁶ e deste “mover o filtro do olhar” trazido

¹⁵ Segundo Godard, olhar cego é uma denominação dada pela clínica para casos em que pessoas perderam uma parte do olhar objetivo, que é o olhar cortical. Quando isto acontece, pode-se não mais enxergar o objeto-matéria que está na sua frente, mas mesmo assim consegue-se desviar dele ao passar por.

¹⁶ Suely Rolnik qualifica como “uma certa potencialidade que qualificarei de ‘vibrátil’, que faz com que o olho seja tocado pela força que vê”.

por Godard. Trata-se de um olhar que perde a padronização, tornando-se esburacado para o externo e novas formas de subjetividades que venham a atravessa-lo. Desenvolve-se o estado de afetação, inerente ao corpo sensível que se propõe alargar nesta abordagem.

Assim, ao caminhar e intensificar a auto-pesquisa através do olhar vibrátil afetado pelo movimento/pausa do outro, desenvolve-se no microcosmos da prática, simultaneamente, a ecosofia social e a ecosofia mental de Félix Guattari.

c) Testemunha Interna

(...) Se, no processo de observar o outro, aparece um julgamento, este julgamento só dirá respeito àquele que vê, e não ao outro observado. Trata-se, portanto de, ao ver o outro, a pessoa começar a se ver. Esta relação sem julgamento, ou melhor, de apropriação de pensamentos, sensações, e imaginação irá fazer surgir um terceiro componente: a Testemunha Interna – aquela que acolhe, e não julga. (JORGE, 2009, p. 14).

Segundo Janet Adler, o cerne do trabalho do MA é o desenvolvimento do testemunho interior, tanto para o movedor como para a testemunha, entendendo a Testemunha Interna como uma forma de compreender o desenvolvimento da consciência¹⁷.

Sobre consciência, José Gil¹⁸ afirma:

Há que considerar a consciência como um elemento paradoxal: sempre em estreita imbricação com o corpo, ela atravessa os estados de maior intimidade, mistura, osmose mesmo com o corpo; mas pode também dele afastar-se ao ponto de parecer entrar em ruptura, separar-se, abandoná-lo como se de um elemento estrangeiro tratasse.

(...)

Consciência do corpo significa assim uma espécie de avesso da intencionalidade.

(...)

¹⁷ <http://disciplineofauthenticmovement.com/discipline-of-authentic-movement/a-brief-description-of-the-discipline-of-authentic-movement/>

¹⁸ GIL, JOSÉ. Abrir o corpo.

É preciso definir a consciência do corpo não à maneira da fenomenologia, não como o que visa o sentido do objeto na percepção, por exemplo, mas como uma instância de recepção de forças do mundo graças ao corpo; e, assim, uma instância de devir as formas, as intensidades e o sentido do mundo. (GIL, 1996, p. 8).

É esta que visa a possibilitar o não julgamento, de si e do outro, a partir do desenvolvimento de um acolhimento da própria experiência pessoal vivida, e que está em trabalho tanto no Movedor, quanto na Testemunha. É um trabalho que não se finda, de pesquisa e aprofundamento que transpassam toda uma vida de atenção a si, provocando a diluição de um perfil pré-fixado, enquanto outro/outros começam a ser esboçados. “O que fica claro é que cada modo de existência é uma dobra de pele que delinea o perfil de uma determinada figura da subjetividade” (ROLNIK, Uma insólita viagem à subjetividade – fronteiras com a ética e a cultura. p. 2). Rolnik afirma:

(...) Diferentemente do que víamos no início antes de ativarmos o vibrátil do nosso olho, **o que observamos agora é que dentro e fora não são meros espaços, separados por uma pele compacta que delinea um perfil de uma vez por todas. Percebemos que eles são indissociáveis e, paradoxalmente, inconciliáveis: o dentro detém o fora e o fora desmancha o dentro. (grifo meu)** Vejamos como: o dentro é uma desintensificação dos movimentos de forças do fora, cristalizadas temporariamente num determinado diagrama que ganha corpo numa figura com seu microcosmo; o fora é uma permanente agitação de forças que acaba desfazendo a dobra e seu dentro, diluindo a figura atual da subjetividade até que outra se perfile. (ROLNIK, 1997, p. 2).

Completa José Gil:

Dinâmica da osmose entre o interior e o exterior (um interior coextensivo com o exterior, diz Deleuze): a reversão do espaço interior para a superfície da pele, a dilatação do espaço do corpo (virtual, prolongando os limites do corpo para além da pele), o investimento e a quase-inscrição dos afetos nas coisas e nos corpos. A quase-inscrição ou, mais precisamente, a criação de um meio-entre as coisas e os corpos que pertencem a ele, já que a atmosfera é aérea. Os corpos são semi-abertos na atmosfera. (GIL, 1996, p.10).

Entendo que a Testemunha Interna permite ao praticante enxergar seus padrões e abrir buracos para que as mil e uma possibilidades de subjetividades

que estão presentes na existência de ser no mundo possam vir a aflorar, possam ter espaço de existir.

Produz-se o oposto do esperado pelo CMI, que tem como padrão sistêmico o encaixe em identidades pré-fixadas e não modulantes, impedindo o contato com o que Deleuze e Guattari denominam de estado de *affectos*.

O estado de *affectos* como o estado de um corpo afetado, abalado, tocado, perturbado pela experiência acessada através da abertura do corpo para o mundo que chega até nós por um diagrama de forças, como um corpo vivo, sempre em movimento, em razão deste movimento dos encontros dos corpos.

O viciado em identidade tem horror do turbilhão das linhas do tempo em sua pele. As vertigens dos efeitos do fora o ameaçam a tal ponto que para sobreviver a seu modo ele tenta anestesiá-lo: deixar vibrar em pele, de todas as intensidades do fora, apenas aquelas que não ponham em risco sua suposta Identidade. (ROLNIK, 1997, p. 2).

Trataremos mais atentamente sobre o dentro e o fora no item 1.3.

Janet Adler concebe que é na relação entre Testemunha e Movedor que se pode atentar e reconhecer os estados profundos do testemunho de si de do outro, enraizando os participantes e lhes ampliando consciência para as inter-relações de aspectos psicológicos, de cura, artísticos, terapêuticos.

1.3 O MOVIMENTO E A PALAVRA

Como descrito anteriormente, o Movimento Autêntico é uma prática somática que trabalha não apenas com o corpo-movimento e o corpo-gesto, mas também o corpo-palavra, com a justeza das palavras, como aponta Soraya Jorge em suas rodas-rituais.

Não se trata de qualquer palavra, pois a escrita ou a fala aqui estão diretamente conectadas ao movimento sentido/vivido, realizado pelo participante durante a roda-movente, independente de qual personagem se vestiu. O movedor trata do seu próprio gesto quando escreve e a testemunha

trabalha com a movimentação testemunhada por si e seus movimentos internos frente à movimentação comida pela pele-visão.

O movimento das palavras na prática do MA propõe que estas expressem de forma justa a experiência do corpo, experiência aqui como abertura dos buracos corporais para as forças que lhe perpassam a todo momento. São as palavras movimentos sentidos e vividos em primeira pessoa do singular, são investigação sensória do momento presente, aqui-agora.

Em uma palestra na PUC-SP sobre seu livro “Esfera da insurreição”, Suely Rolnyk nos presenteia com o significado da palavra *garganta* na língua Guarani, que significa *ninho de palavras*. “Tem palavras nascendo na garganta, germes de palavras”, diz a autora, que pede “Vamos falar direito”. Segundo Suely, os Guaranis entendem que nossa experiência subjetiva enquanto viventes é elemento que compõe a biosfera, não um elemento dentro dela e apossado dela, mas componente. E são os efeitos desse corpo vivo, chamado biosfera, que também estão em nossas gargantas, sendo estado real, não nomeado e que causa estranhamento, uma vez que não tem repertório de conhecimento. Através desse atravessamento, a autoimagem e a imagem dos outros é desestabilizada, abrindo a possibilidade de outros mundos, como um pedido do corpo para que seja criada outras formas de vida além da que já está estabelecida.

Trazendo as palavras de Suely para o cosmos da prática do MA, onde é criado uma biosfera de seres que habitam cada um dos movedores, testemunhas e facilitadores, abre-se espaço para que a vida se autorregule em movimento/pausa e palavra/silêncio, perpassam as forças da natureza criada na roda-ritual, que atravessam corpos e permitem que a vida diga do que precisa para se produzir e persistir na existência e sobrevivência no caos.

2. POTÊNCIA TERAPÊUTICA DO MOVIMENTO AUTÊNTICO – O REDESCOBRIMENTO DE SI EM VIVÊNCIA GESTUAL ENTRADA. A (RE) CRIAÇÃO DE SI.

Experiência de espaços vazios, silêncios, barulhos internos e externos ao se propor o não direcionamento do movimento; junto isso, a proposta de fechar os olhos, para que se acalmem os excessos visuais e se possa perceber outros sentido, cria-se “vacúolos de solidão”. Fechar os olhos e ouvir, a si a todos que se encontram juntos. Outros que já estão em mim, que já são um “mim. (JORGE, 2009, p. 11).

O que me move? O que move o que me move? O que faço comigo quando ninguém me diz o que fazer? O que vejo? O que imagino do que vejo? O que sinto frente ao que imaginei que vejo? Aonde sou tocada? O que isso diz de mim? O que faço comigo quando ninguém me diz o que devo fazer? De que me alimento? Em que me entrego? De que me embebedo?

Estas são algumas perguntas que movem a abordagem somática Movimento Autêntico e que perpassam por mim em razão de sua prática.

O movimento que leva ao acesso de memórias e traumas antigos ou novos, acumulados e ainda instalados no corpo, que o diluem de forma orgânica a requerimento do corpo vivo e poroso.

O ritual MA abre atmosfera propícia à possibilidade de vivenciar abertamente o sofrimento, a briga, a angústia, o terror, e ser acolhida, inspirando a criação de novas outras formas de viver.

Estamos trespassados de palavras inúteis, de uma quantidade demente de falas e imagens. A besteira nunca é muda nem cega. De modo que o problema não é mais fazer com que as pessoas se exprimam, mas arranjar-lhes vacúolos de solidão e de silêncio a partir dos quais elas teriam, enfim, algo a dizer. As forças repressivas não impedem as pessoas de se exprimir, ao contrário, elas as forçam a se exprimir. Suavidade de não ter nada a dizer, direito de não ter nada a dizer; pois é a condição para que se forme algo raro ou rarefeito, que merecesse um pouco ser dito. Do que se morre atualmente não é de interferências, mas de proposições que não têm o menor interesse. Ora, o que chamamos de sentido de uma proposição é o interesse que ela apresenta, não existe outra definição para o sentido. Ele equivale exatamente à novidade de uma proposição. (...) As noções

de importância, de necessidade, de interesse são mil vezes mais determinantes que a noção de verdade. (DELEUZE, 1990, p. 177).

O Movimento Autêntico retira o entretenimento enfiado em nossa goela por um sistema cultural que não quer que saibamos de si, devolve a importância do viver a solidão, a solitude, tão renegado pela sociedade contemporânea, sociedade das invasões, da não presença e não ausência, pois enxergada quase como sinal de patologia.

2.1. UM RELATO PESSOAL. UMA MEMÓRIA EXALANTE.

Coisas transformam-se em mim
é como chuva no mar
se desmancham assim em ondas a me atravessar
um corpo solto no ar
com um nome para chamar, é só alguém batizar
nome para chamar de
nuvem, vidraça, varal
asa, desejo, quintal
o horizonte lá longe
tudo que o olho alcançar e o que ninguém escutar
te invade sem parar
te transforma sem ninguém notar
frases, vozes, cores
ondas, frequências, sinais
o mundo é grande demais
coisas transformam-se em mim
por todo o mundo é assim e isso nunca vai ter fim

(composição: Marisa Monte/Arnaldo Antunes, 'Chuva no mar')

Pra que te quero asas? Eu tenho ventania dentro.

(Luedji Luna, Asas)

Donde duela nunca dudes
Donde duela nunca dudes, nunca dudes
Donde duela nunca dudes
Camino certo, camino certo

(Perotá Chingó, Certo, 2017.)

Me remonto das sensações experienciadas no primeiro encontro até hoje. Como uma furacão, que se inicia nos meus pés e sobe à cabeça, até

chegar ao céu do mundo, carregar pedaços e deixar outros, rememoro e revivo sensações corporais desse curto período de prática do Movimento Autêntico.

Foram muitas as revoluções vividas em meu corpo e minha mente, no soma que estou eu, durante 1 (hum) ano de prática guiada pela facilitadora Soraya Jorge em encontros de grupo (na pós graduação TAM, nos encontros do pré-processo formativo do CIMA e nos Retiros de MA e MA e Filosofia) e individuais. Virar a vida de cabeça para baixo, como se estivesse numa parada de mão e não soubesse como andar com tamanha mudança de perspectiva até dilacerar e acalmar o coração em alguns momentos, sozinha e acompanhada sempre. Escrevendo essa imagem que emergiu, lembro-me de uma passagem de uma performance, na qual um rapaz que caminha de cabeça para baixo, de repente, despeja uma quantidade de água no chão; água que estava em sua boca. Um parto acontece. Um parto aconteceu em mim.

Parto do primeiro encontro.

Sala E da Faculdade de Dança Angel Vianna. Sábado à tarde. Pequeno círculo, um ramo de sálvia seca nas mãos de uma mulher com cabeça raspada e curtos cabelos grisalhos, que nos espera. Olhar entrado. Mergulhado. Atento. Dia 02/12/2017. A breve explicação do que “é” o Movimento Autêntico muito me entusiasma, arranjo uma folha de papel e escrevo as perguntas e propostas que escuto e percebo importantes. A potência de mover-se e ser movida começa a dar seus primeiros sinais.

As perguntas-princípios da prática nos são apresentadas. O que me move? O que move o que me move? O que eu faço comigo quando ninguém me diz o que fazer? O que vejo? O que imagino do que vejo? O que sinto frente ao que imaginei que vejo? Aonde sou tocada? O que isso diz sobre mim?

Os personagens, já expostos neste trabalho, nos são apresentados.

Em algum momento, sou questionada sobre o que me move a estar ali, naquele lugar, naquela sala, naquela turma. Desacostumada com esta reflexão, com o pensar em mim e para mim, respondo simploriamente “autoconhecimento”. Levo um susto. Soraya afirma que minha resposta é vaga, me questiona, e, por uma das primeiras vezes em minha vida, vivo a situação de ser colocada em fala e ser escutada de verdade. Todas olham para mim. Silêncio. Vivo alguém querendo que eu fosse precisa e justa com as palavras para que ela realmente entendesse o que digo. Descobri aí a justeza das

palavras, conceito prático que Soraia insiste em suas rodas. Choro. Choro. Me dilacero e esparramo ao ser questionada por Soraia. Sinto a semente do poder das palavras. Da empatia e do sentimento de pertencimento e acolhimento que elas podem proporcionar. Recebo o rolo de papel higiênico. Recebo a revolução.

Nos movemos neste primeiro encontro. Ritual em roda que ocupa quase todo o espaço da sala. Braços abertos. Olhares que se cruzam ou não. Espaço vazio no meio. Olhos atentos ao buraco do meio, fecham-se. Escuro. Entro. Movo. Choro longamente. Solução. A dor do atravessamento de uma ponte de separação entre o que eu imaginava da minha vida e a fisicalidade em que ela se encontra estão presentes nesta roda. Eu me abraço, me acolho. Me dou afago. Abro os braços para cima, jogo aquela dor para o sugador que está no vento e a leva para longe.

Ao fim, roda de palavras para a pergunta: o que é mover? É acolher.

Não me atarei a relatar todos os encontros em que estive, apenas alguns dos momentos e passagens que foram encarnadas e permanecem comigo.

Eu não estava preparada para o Movimento Autêntico quando o recebi. Fui afogada numa quantidade de verdades que meu corpo só me expunha no momento das rodas e o meu eu-social não estava preparado para tanto. Adoeci. Me ausentei. Quebrei dente. Não dei conta até dar. Dou. Retomo a mim. Encontro-me pela primeira vez em cada roda.

Retomando a leitura dos relatos físicos descritos em meu caderno (figura XX) encontro movimentos redondos no chão em sentido horário, desconforto no anti-horário. Impossibilidade de estar em pé, meus músculos travam e enrijecem na posição bípede, ausência de gestos. Preciso retornar ao chão, ao contato com a terra. Aterramento. Ao fim, fluidez que vem com a forma da água que passa pelas minhas mãos e pelo ar, fazendo um rio com o vento.

Sinto que os encontros vividos com a Turma 10 da TAM na sala E da Faculdade de Dança Angel Vianna fomentaram a cumplicidade, confiança e carinho que a turma perpetua até hoje, tornando-se um organismo vivo, real, fluido. Foi ali que o meu amor por cada uma das mulheres componentes daquele espaço nasceu, sorriu, e segue sorrindo. Foi quando entendi a potência de criação de confiança e empatia proporcionada pela prática do Movimento Autêntico.

Engulo e mastigo o acolhimento e ensinamentos de nossa mágica roda. Não os deixo ir embora, os digiro e deixo permanecer em meu estômago e nos meus vasos sanguíneos, nutrindo todo o meu corpo.

O Movimento Autêntico me deu pé. Me apresentou a possibilidade de ter raízes.

Meu corpo se tornou poroso, ganhou espaços, buracos, possibilitando a experiência de ser entrada e expulsa, de ser afetada pelo externo, de vomitar o interno. Possibilitou a simbiose desses dois mundos que habito, que em realidade são muitos uns-mundos.

O poder político da prática muito me afetou e afeta também. A cumplicidade e empatia geradas pelas rodas de ecos ou testemunhos após nos movermos ou testemunharmos, sendo uma outra etapa do ritual, me deixa chocada e em êxtase a cada vez que estou presente.

O falar em tempo presente. O ser aqui-agora da prática, conjugando movimento, observação-movida, escrita e palavra. Olhos nos olhos. Gestos que dialogam e significam. Gestos que são meus e entram em outros corpos, sendo também sentidos por eles. Compartilhamentos. Soraya disse em uma das práticas “estado de presença é a prontidão para o que eu não sei”.

Desde o começo fui levada a escolher precisamente minhas palavras, pautando primeiro pela descrição da fisicalidade, para apenas depois adentrar no imaginário, nas sensações. Segundo Soraya, a precisão das palavras tem como função dar corpo à minha experiência, permitindo que outras pessoas mergulhem em experiência similar através de minhas palavras.

Sigo com alguns fragmentos físicos das minhas anotações.

Rodas TAM:

Momento 1) Deitada no chão de bruços, com os braços abertos e a orelha direita em contato direto com o chão. O barulho externo da movimentação dos outros corpos, enquanto eu estava quieta e apenas respirando, faz-me sentir o pulsar do meus órgãos, principalmente o estômago. É como se meu estômago ansiasse por pulsar e se movimenta a partir do movimento e do querer das outras movedoras, e não do meu próprio. Como parte de mim, mas independente de mim, pedindo minha escuta e atenção. Não parou de pulsar até eu me movimentar.

Momento 2) Movimento frequente de girar no chão em sentido horário. Sensação de afogamento e beco sem saída. O não conseguir girar ao contrário me causa sensação de aprisionamento e encolhimento, pois giro com os ombros direcionados ao joelho. Casulo.

Roda - Grupos de aprofundamento CIMA:

Momento 3) Desterritorialização sentida. Não pertencimento. Desamparo. Exposição. Desproteção. Não consigo parar de pensar na roda. A princípio minha vontade é de andar por toda a sala, mas não faço por vergonha. De que? Caminho um pouco, balanço meus ombros de cima para baixo. Tento expulsar algo. O que faz um momento? Me cobro gestos, mas não há gestos. Há territorialização, reconhecimento através dos sons emitidos pelas outras movedoras. Estou em pé, caminho. Sinto o calor do corpo de outra movedora, mas não paro. O calor dela permanece em mim. Ao final, encontro um gesto possível. Deito de barriga para cima e movimento minhas pernas, caminhando pelo ar, iniciando uma corrida. O sino toca. Assopro minhas mãos, o vento passando por elas e indo embora.

Preciso poder me perder.

Roda – Retiro:

Momento 4) (...) Passo as mãos no cabelo e sacudo; bagunço meus cabelos e rosto, pressionando-os com força enquanto passo as mãos por ele. Abro a boca. Emito sons. Boto a língua para fora algumas vezes. Mordo contra meus dentes. Abro a boca o quanto eu posso. Abro a boca com as mãos a partir da bochecha, no sentido para fora do rosto. Dou uma risada. Meus olhos enchem de lágrimas, mas não há choro.

Momento 5) (testemunho póstumo de mim) Estou na roda, sentada com as duas pernas dobradas na minha frente. Joelhos para o alto e pés no chão. Um corpo movente encosta os joelhos e pernas nas minhas costas e seu tronco flexiona, nos deixando boca com nariz. Sinto o cheiro de dentro desta movedora. Sinto o expulso por ela. Respiro esse cheiro. (...) em continuidade, nos entrelaçamos pelas pernas e pelos braços. Nos acolhemos e embalamos, como mães e filhas simultaneamente. (...) Grito conjunto. Mãos dadas. Choro e soluço. Saio da roda e me torno testemunha da movedora que compartilhada

um mundo comigo. Não dou conta. Choro e soluço mais. Abro os braços para que as outras testemunhas também os abram, criando força de união e suporte.

Rodas Grupo de Aprofundamento:

Movimento 6) (testemunho póstumo do ambiente). Estou deitada, com as costas no chão. Braços ao longo do corpo e pernas esticadas. Escuto um coro, suave. O coro aumenta, aumenta e me convida a cantar também. Dissolvo-me no coletivo. Nos imagino ninfas de quadros antigos, com nossos vasos de barros para encher de água no rio que passa entre nós. O coro se finaliza conjuntamente, como ensaiado pelos corpos que viraram um só.

Em momento anterior a esta roda-movente, nós, os praticantes e a facilitadora, conversamos sobre o momento político brasileiro e a real possibilidade de eleição de Bolsonaro como presidente do Brasil, o que amedrontava a todos. A roda aconteceu na sexta-feira anterior ao primeiro turno das eleições de 2018. Meu corpo ainda encarna o banho de rio que tomo quando lembro desta roda, deste processo de cura e cuidado coletivo que nos proporcionamos em meio ao caos. Movimento em direção à vida. Vivo a constatação do corpo como saber.

Winnicott:

Para Winnicott, o ser 'emerge' para a vida, num enfrentamento com um mundo que não desejou e essa condição lhe permitirá constituir como força de enfrentamento, positivando a existência. Segundo ele, 'a partir da interação com o ambiente, surge um emergente, o indivíduo que procura fazer os seus direitos, tornando-se capaz de existir num mundo não desejado. (WINNICOTT, 1990, p. 26).

Reflexões descritas no caderno:

Movimento 7) Ser movida. Ser atenta ao que me move. Ser escutada por mim e acolhida por mim antes de demandar dos que me cercam.

Movimento 8) Quando em prática coletiva, ao fechar os olhos me sinto invisível, habitando os meus eus dentro de mim, como se apenas eles existissem. Não me sinto observada. Já nas práticas individuais o julgamento de mim mesma emerge com mais voracidade, me atravessando ao ponto dos movimentos que surgem não serem executados por vergonha de estar sendo vista, de ser a exclusividade dos olhos da facilitadora.

3 CONCLUSÃO

Rolnik afirma:

Nosso acesso à experiência está obstruído, não como um modo com que humanos apreendem o mundo e em sua concretude, mas sim relacionada aqui a como o mundo chega a nós como um diagrama de forças, como um corpo vivo, que está sempre em movimento (...). (ROLNIK, 2018, Entrevista em vídeo PUC-SP).

Ao obstruir o contato real com a experiência, a cultural social contemporânea, baseada nos princípios capitalísticos e forjando relações através das redes sociais, mantém-se o *status quo*, orientado por um conceito moral. O efeito dessa manutenção prolongada é a interrupção do nosso processo vital, uma vez que a subjetividade é reduzida ao sujeito, e até mesmo ao indivíduo, que passa a estar apenas no mundo em que vive e não em um mundo.

Entendo que o Movimento Autêntico é uma gruta para os praticantes, dentro da qual é possível explorar, conhecer, reconhecer a subjetividade a cada prática. Sendo um processo contínuo e de construção, a subjetividade resulta do processo da experiência do mundo em cada um de nós, possibilitando um mundo diverso e empático, inovador e variável. Não dado, apenas vivido em sua existência de forças que invadem e são invadidas por nossos corpos em movimento.

Após 01 (hum) ano de participação em rodas de Movimento Autêntico, sendo parte deste organismo vivo, que não tem órgãos, que é seguro, mas instável e único a cada prática, sinto a potência de existência de um coletivo ativo. Um coletivo interno e externo que se misturam e se tornam indivisíveis.

Em uma sociedade cada vez mais sentada e atravessada apenas pelo estímulo visual em troca com a tela, uma sociedade sem relações, os corpos permanecem cada vez mais anestesiados. Uma estratégia do sistema de manter a anestesia, levando ao conformismo e o utilizando como proteção do terror e das delícias, mantendo na penumbra da neutralidade.

O Movimento Autêntico é uma das ferramentas de furo deste campo anestesiado, que através do movimento, da observação de si por si mesmo ou

através do outro, a partir da auto responsabilidade trazida pelo presente da fisicalidade e as palavras em primeira pessoa, tem o potencial de provocar a emersão de subjetividades em seus praticantes. Não há conclusão, há continuidade.

REFERÊNCIAS

ADLER, Janet. **Entrevista: hacia lo desconocido**. Disponível em: <<http://betinawaissman.blogspot.com/2014/05/hacia-lo-desconocido-entrevista-janet.html>>. Acesso em: 10 mar. 2019.

ALLISON, Nancy. **The illustrated encyclopedia of body-mind disciplines**. New York: The Rosen Publishing Group, 1999.

ARTAUD, Antonin. Para acabar com o julgamento de Deus (1947). In: Willer, C. (sel. E notas) **Escritos de Antonin Artaud**. Porto Alegre: L&PM, 1974.

BARRENCHEA, Miguel Angel. Nietzsche: corpo e subjetividade. In: **O Percevejo Online**. Periódico do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas – UNIRIO. Disponível em: <<http://www.seer.unirio.br/index.php/opercevejoonline/article/view/1918>>. Acesso em: 10 out. 2018.

BAYONA, Suzana B. **Entretecendo bordas em um fazer dançante: contribuições do movimento autêntico para a dança contemporânea**. Monografia conclusão de Mestrado na UNICAMP. Disponível em: <<http://repositorio.unicamp.br/jspui/handle/REPOSIP/330331>>. Acesso em: 30 mar. 2019.

BAYONA, Suzana B. **Dançando e cuidando de si**. Disponível em: <<https://portalmud.com.br/portal/ler/danca-e-cuidado-de-si>>. Acesso em: 30 mar. 2019.

BOLSANELLO, Débora Pereira. **Educação somática: ecologia do movimento humano: pensamentos e práticas**. Curitiba: Juruá Editora, 2018.

BORGES, Hélia. Modulações do existir: entre luzes e sombras. **Revista de Psicologia**. v. 29, n. 2, p. 191-195, maio-agosto. 2017. Dossiê Corporeidade.

CIMA - CENTRO INTERNACIONAL DO MOVIMENTO AUTÊNTICO. **BBS (site)**. Disponível em: <<https://www.movimentoautentico.com/>>. Acesso em: 19 out. 2018.

COSTA, Mauro Sá Rego. O CsO e o sentido como acontecimento. In: SILVA, Ignácio A (org.). **Corpo e sentido**: a escuta do sensível. São Paulo: UNESP, 1996.

DELEUZE, Guilles; GUATTARI, Félix. **Mil platôs**: capitalismo e esquizofrenia 2, vol. 3. 2. ed. SP: Editora 34, 2015.

DAMASCENO, Letícia. Corpo, testemunho e memória. In: CIMA - CENTRO INTERNACIONAL DO MOVIMENTO AUTÊNTICO. **BBS (site)**. 2018. Disponível em: <http://4parede.com/08-memoria-arquivo-e-historia-corpo-testemunho-e-memoria/?fbclid=IwAR3tYt6M9EF8CyBCTYhYJYMnoh6PvzCVgAk_141E9fL8r38aQ9j_2fxcilc>. Acesso em: 17 mar. 2019.

FERNANDES, Ciane. **Dança cristal**: da arte do movimento à abordagem somático-performativa. Coleção Pesquisa em Arte. Salvador: EDUFBA. 2018.

JORGE, Soraya. Me senti dançando algo. In: CIMA - CENTRO INTERNACIONAL DO MOVIMENTO AUTÊNTICO. **BBS (site)**. 2018. Disponível em: <<https://documentcloud.adobe.com/link/track?uri=urn%3Aaaid%3Aascds%3AUS%3A279ca1aa-e251-40a6-9b49-11e35319b73c>>. Acesso em: 04 fev. 2019.

JORGE, Soraya. Movimento autêntico: um ritual contemporâneo?. In: CIMA - CENTRO INTERNACIONAL DO MOVIMENTO AUTÊNTICO. **BBS (site)**. 2018. Disponível em: <https://docs.wixstatic.com/ugd/2ba5db_a6afdefae7824cbebe85e959872779b2.pdf>. Acesso em: 20 jul. 2018.

JORGE, Soraya. “**O pensamento movente de um corpo que dança**: ou a necessidade de se criar um estilo para falar de movimento sensível”. 2009. 47f. Monografia de Conclusão do Curso (Especialização) em Terapia Através do Movimento. Faculdade Angel Vianna, 2009.

GIL, José. **Abrir o corpo**: corpo, arte e ciência. Porto Alegre: Ed. UFRGS, 2004.

GIL, José. **A imagem nua e as pequenas percepções**: estética e metafenomenologia. Lisboa: Relógio D'Água, 1996.

GUATTARI, Félix. **As três ecologias**. 21. ed. Campinas, SP: Papyrus, 2012.

MANSANO, Sonia Regina Vargas. Sujeito, subjetividade e modos de subjetivação na contemporaneidade. **Revista de Psicologia**. UNESP: 2009. p. 110-117.

MILLER, Jussara. **Qual o corpo que dança?:** Dança e educação somática para adultos e crianças. São Paulo: Summus Editora, 2012.

ROLNIK, Suely. **Olhar cego:** entrevista com Hubert Godard por Suely Rolnik. Abordagem terapêutica do corpo. Projeto de Ativação de 26 anos de experimentação corporal. 2004. Disponível em: <<https://docdanca.files.wordpress.com/2013/10/gordard-hubert-olhar-cego.pdf>>. Acesso em: 24 jan. 2019.

ROLNIK, Suely. Um insólita viagem à subjetividade. Fronteiras com a ética e a cultura. In: LINS, Daniel (Org.). **Cultura e subjetividade:** saberes nômade. Campinas: Papirus, 1997. p. 25-34. Disponível em: <<http://www.caosmose.net/suelyrolnik/pdf/sujeticabourdieu.pdf>>. Acesso em: 05 fev. 2019.

ROLNIK, Suely. **Entrevista na PUC-SP sobre o livro esfera da insurreição:** notas para uma vida não cafetinada. 2018. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Ch6LIs5x-Sg>>. Acesso em: 06 abr. 2019.

ROLNIK, Suely. **Narciso no espelo no século XX:** diálogos entre a Psicanálise, as Ciências Sociais e a Comunicação. 2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GjsRiQB_5DY&t=43s>. Acesso em: 04 abr. 2019.