

EM FOCO

UMA BREVE HISTÓRIA DAS PRÁTICAS SOMÁTICAS E DA DANÇA: DESENVOLVIMENTO HISTÓRICO DO CAMPO DA EDUCAÇÃO SOMÁTICA E SUAS RELAÇÕES COM A DANÇA¹

A BRIEF HISTORY OF SOMATIC PRACTICES AND DANCE: HISTORICAL DEVELOPMENT OF THE FIELD OF SOMATIC EDUCATION AND ITS RELATIONSHIP TO DANCE

UNA BREVE HISTORIA DE LAS PRÁTICAS SOMÁTICAS Y DANZA: DESARROLLO HISTÓRICO DEL ÁMBITO DE LA EDUCACIÓN SOMÁTICA Y SUS RELACIONES CON LA DANZA

DRA. MARTHA EDDY

TRADUÇÃO: CLARA TRIGO, DIEGO PIZARRO, ISABEL TORNAGHI

1 Este artigo baseia-se em entrevistas estruturadas, experiências educacionais pessoais e revisão de literatura em manuscritos publicados ou não, bem como em buscas na Internet. Foi publicado originalmente em língua inglesa em *Journal of Dance and Somatic Practices*, Bristol, v. 1, n. 1, p. 5-27, 2009. Doi: 10.1386/jdsp.1.1.5/1 Reeditado aqui em versão traduzida e publicada com permissão da autora e da *Intellect Press*, UK.

EDDY, Martha.

Uma breve história das práticas somáticas e da dança: desenvolvimento histórico do campo da educação somática e suas relações com a dança. *Repertório*, Salvador, ano 21, n. 31, p. **25-61**, 2018.2

RESUMO

Este artigo descreve o desenvolvimento histórico das práticas somáticas de movimento, especialmente no que se refere à dança, aos dançarinos e às organizações de ensino da dança. O texto inicia por eventos históricos, tendências culturais e ocorrências individuais que levaram ao surgimento dos métodos somáticos “clássicos”, no início do século XX (de Alexander a Trager). Em seguida, são definidas a “educação e a terapia do movimento somático” e o desdobramento de três gerações que criaram programas de movimento somático. Dados de entrevistas revelam que a segunda geração teve a ampla participação de dançarinos e que o modo de “pensar o corpo-mente” dos profissionais da dança continua a moldar o treinamento e o desenvolvimento da Educação Somática, como também de uma “dança somática”. Finalmente, levanta-se a questão da marginalização de ambas, dança e educação somática, apontando na direção de uma combinação de forças tendo em vista suas características comuns, para modificar esta posição desfavorável na cultura ocidental. Outros achados apontam para a avaliação da potência e do posicionamento da ‘dança somática’ em um esquema global.²

PALAVRAS-CHAVE:

Somática. Movimento somático. Corpo-mente. SME&T. Educação Somática.

2 Este segundo tema será desenvolvido em um artigo posterior (parte 2) o qual questiona o reconhecimento das raízes culturais no processo pedagógico da educação somática e afirma que a voz dos profissionais da dança no campo, especialmente das mulheres, completa um paradigma holístico ao estimular a expressão emocional, o que também suscita o ativismo em alguns casos.

ABSTRACT

This article outlines the historical development of somatic movement practices especially as they relate to dance, dancers, and dance education organizations. It begins with historical events, cultural trends, and individual occurrences that led up to the emergence of the “classic” somatic methods at the turn of the twentieth century (Alexander to Trager). It then defines “somatic movement education and therapy,” and the growth of three generations of somatic movement programmes. Interview data reveals how a second generation included a large proportion of dancers and speaks to how the “bodymind thinking” of dance professionals continues to shape the training and development of somatic education, as well as “dance somatics”. Finally it raises the question of the marginalizing of both dance and somatic education, and points to combining forces with their shared characteristics to alter this location in western culture. Another finding seeks to assess the potency and placement of ‘somatic dance’ in a global schema.

KEYWORDS:

Somatics. Somatic movement. Bodymind. SME&T. Somatic education.

RESUMEN

Este artículo describe el desarrollo histórico de las prácticas somáticas de movimiento, especialmente en lo que se refiere a la danza, bailarines y organizaciones de educación en danza. El texto comienza con acontecimientos históricos, tendencias culturales y ocurrencias individuales que llevaron a la aparición de los métodos somáticos “clásicos” a comienzos del siglo XX (Alexander hasta Trager). Luego define la “educación y terapia del movimiento somático” y el crecimiento de tres generaciones de programas de movimiento somático. Los datos de entrevistas revelan cómo

PALABRAS CLAVE:

Somática. Movimiento somático. Cuerpo-mente. SME&T. Educación Somática.

una segunda generación incluyó gran proporción de bailarines y habla de cómo el “pensamiento cuerpo-mente” de los profesionales de la danza sigue a configurar el entrenamiento y el desarrollo de la educación somática, así como de una “danza somática”. Por fin, plantea la cuestión de la marginación de la danza y la educación somática, y apunta a la combinación de fuerzas entre sus características comunes, para cambiar esta ubicación en la cultura occidental. Otro hallazgo busca evaluar la potencia y la ubicación de la “danza somática” en un esquema global.



PREFÁCIO

ESTE ARTIGO BASEIA-SE em três métodos de investigação: experiência vivida desde 1976 entre os campos da dança e da educação somática; comunicações pessoais – ao vivo, por telecomunicação e por e-mail –, através de entrevista estruturada e revisão de literatura suplementar. Sempre que possível, o fundador de uma disciplina somática ou a figura disseminadora da “dança somática” no campo acadêmico foi entrevistada.³ Eu estudei diretamente com Irmgard Bartenieff e Bonnie Bainbridge Cohen na década de 1970 e, em seguida, passei a ensinar em seus programas de certificação por dez anos, antes de desenvolver o meu próprio programa de formação chamado Dynamic Embodiment Somatic Movement Therapy Training (Programa de Corporalização Dinâmica de Terapia do Movimento Somático) em 1990. Continuei ensinando nos três programas e desde então tenho entrado em contato com centenas de diferentes especialistas da Somática em conferências, aulas e comitês organizadores. Sou grata a cada colega que se dispôs a oferecer uma contribuição e/ou revisão crítica a partes deste texto. Juntamente com a coleta de dados, muitas das afirmações deste artigo passam pela minha percepção fenomenológica das histórias contadas no seio da tradição oral das “somáticas”.

3 Quando necessário, foi procurado um diretor de uma escola, um parente próximo, ou um colega.

INTRODUÇÃO

O campo “somático” mal pode ser considerado um campo. Se for preciso chamá-lo assim, eu gostaria de imaginá-lo como um campo de flores selvagens, com espécies únicas, emergindo aleatoriamente numa imensa área. Como experiências individuais do/com o corpo vivo, transformaram-se num campo? Doenças, limitações físicas e exposição a práticas físicas e/ou espirituais desconhecidas, através de viagens e transmigrações, levaram inúmeros homens e mulheres a descobrirem a potência de escutar profundamente o corpo, separadamente, mas no mesmo período cronológico. Dores e novas visões do comportamento humano combinadas à paixão pelo movimento e à curiosidade pelo corpo levaram à criação de formações independentes de vários sistemas de investigação corporal na Europa, nos Estados Unidos e na Austrália. Os resultados positivos dessas credenciaram o processo de busca de respostas às necessidades corporais e aos desejos de comunicação por uma consciência corporal interna. Pioneiros somáticos descobriram que nós, como humanos, ao nos engajarmos num diálogo atento com nosso próprio corpo, podemos reaprender, livrar-nos de dores, mover-nos com mais facilidade, realizar os trabalhos da vida com mais eficiência e atuar com maior vitalidade e expressividade.

O período histórico de transição do século XIX para o século XX estava pronto para uma mudança quântica em nossas relações com nossos corpos. Havia a necessidade de se libertar das restrições vitorianas e também de incorporar o otimismo oferecido por esta era. A possibilidade de experienciar o corpo de novas maneiras veio à tona em manifestações divergentes, como o “amor livre” e a “*gymnastik*”. No decorrer do século XX, enquanto o Existencialismo e a Fenomenologia influenciavam o Racionalismo, uma mudança gradual em direção ao suporte teórico para a aprendizagem experiencial e para a pesquisa sensorial ocorreu em partes da cultura acadêmica e erudita. Essas mudanças foram impulsionadas pelas teorias de Dewey, Merleau-Ponty e Whitehead.

Investigações somáticas foram encorajadas pelo crescimento do existencialismo e da fenomenologia, como também pela dança e o expressionismo. Estes desenvolvimentos foram movidos em diversas fronteiras pelo trabalho inovador

de Freud, Jung e Reich na Psicologia, Delsarte, Laban e Dalcroze nos estudos culturais (arte, arquitetura, cristalografia, dança e música), Heinrich Jacoby e John Dewey na Educação e Edmond Jacobson na pesquisa médica. A partir das experiências singulares de indivíduos investigativos em todo o mundo, surgiram novas abordagens para o cuidado e pela educação corporal. Mas foi preciso uma visão de fora, de pesquisadores que 50 anos depois nomearam o fenômeno como o campo unificado da Educação Somática. Thomas Hanna (1985), apoiado por Don Hanlon Johnson (informação verbal⁴) e Seymour Kleinman⁵ (informação verbal⁶), reconheceu traços característicos nos “métodos” de Gerda e F. M. Alexander, Feldenkrais, Gindler, Laban, Mensendieck, Middendorf, Mézières, Rolf, Todd e Trager (e seus pupilos Bartenieff, Rosen, Selver, Speads, e Sweigard). Cada pessoa e sua nova “disciplina” fazia com que as pessoas respirassem em seu próprio tempo, sentissem e “escutassem” seu corpo, frequentemente começando com relaxamentos conscientes no chão ou deitando-se sobre uma mesa. Nesse estado de gravidade reduzida, cada pessoa era conduzida a dar mais atenção às sensações corporais que emergem internamente e a mover-se de forma mais lenta e suave, para aprofundar-se em sua consciência de “sujeito movente”.⁷ Os participantes eram direcionados a buscar suavidade, apoio e prazer durante o movimento – ao mesmo tempo em que deviam prestar atenção aos sinais proprioceptivos. Eram também convidados a experimentar o aumento da capacidade de resposta sensorial, através das indicações verbais e toques manuais refinados como novos estímulos dos educadores somáticos ou terapeutas.

A migração de pessoas e ideias do Oriente para o Ocidente também moldou o desenvolvimento das práticas somáticas, promovendo exposição às filosofias e práticas de corpo-mente, como as artes marciais orientais e o Yoga. Nesse período podemos citar o exemplo de Joseph Pilates, que desenvolveu um sistema de exercícios (Contrologia) com foco na coordenação da respiração que deriva do Yoga (Índia); George Gurdjieff desenvolveu atividades de movimento para um maior desenvolvimento espiritual fundamentado na filosofia oriental. (ALLISON, 1999) Dentre os pioneiros somáticos, Ida Rolf cita o Yoga como uma influência (JOHNSON, 1995), Irmgard Bartenieff estudou Chi Kung e Moshe Feldenkrais era faixa preta em Judô. (EDDY, 2002b)

4 Entrevista realizada com Don Hanlon Johnson via telecomunicação. Mill Valley, CA. Em 26 de abril de 2004.

5 Em acréscimo, PhD James Spira trabalhou em 1988 para unificar o campo sob o título de Terapia do Movimento e deu início à antecessora da atual associação profissional – IMTA, que se tornou ISMETA.

6 Entrevista realizada com Seymour Kleinman. Columbus, Oh. Em 4 de fevereiro de 2004.

7 *The Self that Moves* foi o título de um curso universitário que eu tive em 1974 com as analistas de movimento treinadas por Bartenieff, Tara Stepenberg e Diana Levy. Foram usados os mecanismos da Análise Laban de Movimento para a investigação pessoal.

Ao que se pode atribuir ao inconsciente coletivo, de Jung, ou comparado à parábola do “centésimo macaco”, o fato é que indivíduos e instituições isolados em lugares distantes, de forma independente, começaram a reconhecer esse trabalho como uma área de investigação importante e efetiva. O que emergiu da interação entre os pioneiros somáticos altamente investigativos ao ensinarem suas práticas a psicólogos tais como Fromm, Perls e Whats, a educadores tais como Dewey e Myers, e a pesquisadores como Fraleigh, Hanna e Johnson as transformou em um modelo inclusivo de exercícios, filosofias, métodos e sistemas de investigação.

Ao mergulharem em experiências corporais pessoais, novos significados sobre o ser humano e potencialidades para a saúde e a vida foram codificados em programas educacionais em diversas partes do mundo. Em um intercâmbio aprofundado entre as disciplinas, a investigação somática também encontrou entradas em algumas metodologias de pesquisa, tais como: pesquisa-ação; estudo etnográfico; contagens de frequência na observação do movimento; fenomenologia; estudos piloto para pesquisa quantitativa; e estudo de caso qualitativo.



DEFININDO O CAMPO: CUNHANDO OS TERMOS “SOMÁTICA” E “EDUCAÇÃO E TERAPIA DO MOVIMENTO SOMÁTICO”

Nos anos 1970, Hanna cunhou o termo “somática” para descrever e unificar esses processos sob uma expressão. Filósofos e estudiosos do final do século XX ajudaram a forjar o novo campo da Educação Somática. Mangione (1993) descreve como a eclosão da comunicação global e as mudanças culturais nos anos 1970 estimularam uma verdadeira explosão da “somática”. Em 2004, eu identifiquei a existência de três ramos no mundo somático – psicologia somática, trabalho corporal somático e movimento somático. (EDDY, 2004) Meu argumento é que os profissionais da dança impulsionaram especialmente o desenvolvimento do movimento somático e o campo da Educação e Terapia do

Movimento Somático (SME&T).⁸ Esta envolve a “escuta do corpo” para responder a essas sensações de modo consciente a fim de alterar hábitos e escolhas de movimentos. Este artigo aborda em grande parte o desenvolvimento de programas de formação reconhecidos no movimento somático⁹ e o papel predominante de dançarinos da segunda geração de pioneiros somáticos nessa evolução.

Praticantes profissionais de sistemas de movimento somático usam uma variedade de habilidades e ferramentas, incluindo variadas qualidades de toque, troca verbal empática e experiências de movimento sutis e complexas. Essa tríade processual ajuda a pessoa a descobrir o movimento natural ou o fluxo da atividade da vida interna do corpo. Se um aluno ou cliente se sentir desconfortável com qualquer uma dessas estratégias, o profissional ajustará as ferramentas utilizadas, já que o trabalho somático é, por definição, uma interação criativa. O objetivo do profissional do movimento somático é elevar a consciência sensorial e motora para suscitar no estudante-cliente sua própria auto-organização, a autocura, ou autoconhecimento. Isso inclui a sutileza dos movimentos respiratórios, da voz, da face e dos músculos posturais, bem como qualquer tarefa, evento ou expressão ampliada de movimento. As lições somáticas geralmente usam o toque para expandir a experiência sensorial através da pele, o maior órgão do corpo para despertar a consciência mais rapidamente. O toque é o recurso primário, e por isso não é usado em todas as sessões ou aulas de movimento somático.

Enquanto muitas das disciplinas de movimento somático – notadamente aquelas que existem há pelo menos 50 anos – possuem seus próprios padrões e escopos de prática, uma associação profissional, The International Somatic Movement Education and Therapy Association (ISMETA), trabalhou para moldar os pontos em comum entre as disciplinas do movimento somático. Eles definiram o tipo e o raio de ação que envolve o trabalho do profissional do movimento somático e um “escopo de prática” para o campo da Educação e Terapia do Movimento Somático (SME&T). O escopo original da prática dos educadores e terapeutas do movimento somático definido pela ISMETA afirma o seguinte:

O campo profissional da educação e terapia do movimento somático abrange educação holística e medicina complementar e alternativa. O campo é composto por disciplinas distintas, cada

8 NT: Optamos por manter a sigla original SME&T que se refere a Somatic Movement Education & Therapy

9 A International Somatic Movement Education and Therapy Association revisa e aprova programas de formação e registra pessoas que se adequam a uma lista de critérios profissionais, incluindo um tempo mínimo de estudo de 500 horas. Ver: www.ISMETA.org

uma com suas próprias ênfases, princípios, métodos e técnicas educacionais e/ou terapêuticas.

Práticas de educação e terapia do movimento somático englobam avaliação postural e de movimento, comunicação e orientação através das palavras e do toque, anatomia experiencial e imagens, e a padronização de novas escolhas de movimento – também referidas como padronização de movimento, reeducação de movimento ou repadronização de movimento. Estas práticas são aplicadas a atividades cotidianas e especializadas para pessoas em todas as fases de saúde e desenvolvimento. A prática continuada de movimentos específicos em casa ou no trabalho, realizados de forma consciente, também é frequentemente sugerida.

O propósito da educação e terapia do movimento somático é melhorar os processos humanos de consciência e funcionamento psicofísico através da aprendizagem do movimento. As práticas fornecem as condições de aprendizagem para:

- Considerar o corpo tanto como um processo físico objetivo, quanto como um processo subjetivo de consciência vivida;
- Refinar a sensibilidade perceptual, cinestésica, proprioceptiva e interoceptiva que auxiliam a homeostase e a autorregulação;
- Reconhecer padrões habituais de interação perceptual, postural e de movimento do indivíduo com o ambiente;
- Melhorar a coordenação de movimentos que dão suporte a integração estrutural, funcional e expressiva;
- Experimentar um sentido corporalizado de vitalidade e uma capacidade ampliada para a vida. (ISMETA, 2003)

A ISMETA também desenvolveu uma “Definição Operacional” mais detalhada de padronização de movimento – o uso do toque para melhorar o desempenho do movimento é uma ferramenta fundamental do trabalho somático. A definição operacional é a seguinte:

O educador ou terapeuta do movimento colocará suas mãos em áreas específicas do corpo dos estudantes ou clientes [vestidos] para aprimorar o desempenho de movimento. Levando sua atenção através das mãos, e alternando entre toque com e sem movimento, o educador/terapeuta delimita as partes da área tocada, articula a conexão entre essas partes e direciona o movimento corporal da pessoa por meio de um caminho mais eficiente ou expressivo. Com as mãos guiando a repadronização de movimento, o educador ou terapeuta pode:

- **guiar** o estudante/cliente na iniciação e prática de movimento com coordenação melhorada;
- **ativar e direcionar** a atenção do estudante/cliente em todo o percurso de aprendizagem;
- **Identificar e definir** os padrões usuais de interação perceptual, postural e de movimento do estudante/cliente;

O processo de aprendizagem ajuda o estudante/cliente a:

- **redefinir e refinar** sua atenção proprioceptiva e cinestésica;
- **reconhecer** seus padrões usuais de interação perceptual, postural e de movimento com o ambiente;
- **desenvolver** melhor coordenação de movimentos e a integração do movimento perceptual. (ISMETA, 2003)

Professores de dança e coreógrafos já devem ter se deparado com este tipo de intervenção no processo de ensino do movimento. Martha Myers (informação verbal¹⁰) foi decisiva na fertilização cruzada entre a somática e o mundo da dança, patrocinando oficinas de terapias do corpo no American Dance Festival, quando este acontecia na Duke University. Ela foi pioneira no advento da “ciência e somática da dança” ao convidar médicos e pesquisadores da Duke University para se juntarem aos dançarinos na exploração de movimentos no chão a fim de aprender sobre seus corpos. Seu trabalho pioneiro continua alimentando a vivacidade da Educação Somática na comunidade científica da dança (por exemplo, nas conferências da International Association for Dance Medicine & Science) bem como na comunidade profissional da dança. (AMERICAN DANCE FESTIVAL ARCHIVES, 1980-1996)

10 Entrevista realizada com Martha Myers. New London CT. Em 30 de julho de 2003.

Este artigo focaliza o desenvolvimento e a interação entre o “movimento somático” e o campo da dança. Em seu tratado sobre “Somática”, Mangione também enxerga a conexão histórica entre o nascimento da dança moderna e o desenvolvimento das teorias e práticas somáticas.

A dança moderna foi uma revolução no campo da dança. Começando por volta da virada do século, essa nova exploração de uma dança expressiva e terrena foi uma resposta ao balé estilizado e etéreo que era a dança da época. A somática e o movimento da dança moderna estão conectados. Ambos nasceram ao mesmo tempo e, possivelmente, pelas mesmas diversas razões. Ambas partem de bases corporais que valorizam a totalidade do ser humano. Os dois campos às vezes compartilham as mesmas personalidades pioneiras do movimento da dança moderna como os da listagem a seguir, que contribuíram para o campo da somática. Embora nem todos esses indivíduos possam ser considerados estritamente pioneiros somáticos, sua influência é significativa. (MANGIONE, 1993, p. 27)

Ela elenca: François Delsarte (1811-1871), Émile Jacques-Dalcroze (1865-1950), Rudolf Laban (1879-1958), Isadora Duncan (1878-1927) e Mary Wigman (1886-1973). Estes artistas ajudaram a configurar o cenário para o surgimento do

movimento somático como uma força vital no nosso mundo atual. Eles moldaram a cultura na qual os primeiros pioneiros somáticos estavam trabalhando. Como dançarinos, eles subverteram as regras; como pessoas, eles reintroduziram modelos não cartesianos. Adicionemos a esta lista a genial Margaret D’Houbler (1889-1982), pelo amálgama que realizou com dança em processos de exploração de movimentos no chão em parceria com o estudo das ciências biológicas (informação verbal¹¹), que se tornaram requisito de estudos no primeiro departamento de dança da Universidade de Wisconsin. (ROSS, 2007) A partir desse crescimento e prosperidade, argumentarei mais adiante sobre a marginalização da dança e da somática em relação à pesquisa acadêmica, e que isso talvez se deva ao seu pertencimento ao corpo que comporta elementos que são inefáveis.

Considerado o pai da dança moderna europeia, Rudolf von Laban (1879-1954), nasceu onde hoje conhecemos por Bratislava, Eslováquia. Ele desenvolveu um sistema de pesquisa de movimento que aperfeiçoa a liberdade de expressão através do corpo humano. Mesmo que Laban não tenha experimentado lesões corporais ou limitações físicas, ele se sentia oprimido pela pressão que seu pai fazia para que ingressasse no serviço militar e depois, já adulto, pelo constrangimento de trabalhar sob as regras de Hitler e as exigências da guerra mundial. Laban passou muitos anos da sua adolescência na Europa Oriental, onde teve contato com formas de movimento do leste – danças folclóricas, exercícios militares e artes marciais, bem como aquelas de origem asiática. Laban continuou seus estudos em dança e criou danças e escolas de dança que valorizavam a expressão pessoal. Ele também desenvolveu um sistema de movimento chamado de *LabanNotation* (Labanotação). Laban trabalhou primeiro como coreógrafo e depois como diretor de movimento da Ópera do Estado do Terceiro Reich, em Berlim, antes de ser contido em prisão domiciliar por não estar de acordo com os moldes de Hitler. Ele desertou para Paris durante o Concurso Internacional de Dança e viveu lá até se mudar para a Inglaterra com a ajuda de seu ex-aluno, coreógrafo de *A mesa verde* (*The Green Table*), Kurt Jooss. Na Inglaterra, ele estabeleceu o *Art of Movement Center* (Centro de Arte do Movimento). Durante a Segunda Guerra Mundial, ele foi chamado para analisar o movimento na indústria. Os componentes do movimento que ele definiu se tornaram a base para a *Laban Movement Analysis* (LMA) (Análise Laban de Movimento) e inúmeras outras

11 Entrevista realizada com Anna Halprin. Kentfield, CA. Em 3 de novembro de 2003.

formas de análise do movimento.¹² Desde então, seu sistema de análise tem sido aplicado à educação física, ensino de dança e Educação Somática.

Laban¹³ foi professor de Mary Wigman, de Kurt Jooss e parceiro de Émile Jaques-Dalcroze. (BACHMANN, 1993) Enquanto viveu em Paris, ele foi influenciado pelos ensinamentos do já falecido Delsarte. (HODGSON, 2001) Ele também estava ciente de Isadora Duncan, outra grande fundadora do movimento expressivo e da dança moderna. Duncan trouxe seu estilo de dança da América para a Europa, enquanto Martha Graham permaneceu fortemente identificada com a dança americana. Graham, no entanto, veio se apresentar no *Dartington Hall* enquanto Laban morava na Inglaterra. O início dos anos 1900 foi um momento rico para os avanços artísticos. Os pioneiros somáticos geraram um esforço corporal diferente, aplicável em muitos cenários – prestando bastante atenção às sensações corporais. Os pioneiros desenvolveram o uso da consciência somática no trabalho do movimento, na atuação, nas artes marciais, nos exercícios, na educação física, na fisioterapia e na dança. É essa história da diversidade em inúmeras profissões corporais, criativas e científicas que engendra a contínua natureza interdisciplinar da educação somática. O que é digno de nota é que esses progenitores somáticos eram frequentemente artistas/performers também treinados como cientistas. Muitos sofreram doenças ou ferimentos e outros experimentaram o mundo em transformação do século XX através de viagens e emigração.

12 *Movement Pattern Analysis; Movement Signature Analysis; Action Profiling; Kestenberg Movement Profile.*

13 Laban teve três filhos com Suzanne Perrotet, umas das principais professoras da escola de Dalcroze.



TEORIAS E PRÁTICAS ANTERIORES À EDUCAÇÃO SOMÁTICA NA EUROPA

As teorias e práticas de movimento subjacentes a diversos sistemas somáticos originaram-se na Alemanha. Elsa Gindler (1885-1961) e Heinrich Jacoby Gimmler foram importantes líderes na virada do século XX. Gindler e seu professor, Leo Kofler, que viveu nos Estados Unidos, compartilharam a experiência de vencer a tuberculose. Kofler guiou o caminho aprendendo a como se curar da tuberculose por meio dos estudos anatômicos e a exploração

física. Dois estudantes alemães viajaram para os Estados Unidos da América (EUA) para estudar com ele e traduzir seu livro, que continua sendo publicado na Alemanha até hoje. (JOHNSON, 1995) Gindler aprendeu com o êxito de Kofler e também foi capaz de se recuperar da tuberculose por meio de seus ensinamentos. Ela cultivou tanta consciência sobre sua respiração que foi capaz de realmente descansar seu pulmão doente e permitir sua cura. Essa descoberta a levou a desenvolver um trabalho somático que ela chamou de *Arbeit am Menschen* – trabalhar na pessoa como um todo. Seu treino anterior foi em *Gymnastik* – o trabalho de Jahn –, no entanto, ela deu um novo direcionamento ao exercício físico, com ênfase na concentração mental durante a respiração, explorando relaxamento e tensão. As influências históricas de Gindler e Jacoby nos levam a outros alemães inovadores, como Bess Mensendieck, Ilse Middendorf e Marion Rosen. (HAAG, 2002) O conceito somático de reflexão interna profunda foi uma adaptação da *Gymnastik* que ambas, Gindler e Dra. Mensendieck usavam. (JOHNSON, 1995)

A médica Bess Mensendieck (1864-1957) foi influenciada por uma combinação de medicina, arte e compreensão da *Gymnastik*. Ela ensinou Dalcroze e estudou com Steiner. Sua forma de arte era a escultura, uma forma com elementos táteis e visuais. Com essa integração, ela desenvolveu um sistema com mais de 200 exercícios para a execução de movimentos –frequentemente diante de um espelho, com pouquíssimas roupas – no intuito de melhorar hábitos e a funcionalidade. Seu trabalho é baseado na fisioterapia, na terapia ocupacional, na dança e na osteopatia, especialmente na Europa. (JOHNSON, 1995) Gindler pedia aos seus estudantes foco, concentração e consciência durante as rotinas de movimento. Ela os queria conscientes da respiração também. Gindler afirma, por exemplo, que “[...] existe uma diferença entre a respiração que ocorre quando os pulmões e vesículas estão abertos e respirando... através da inalação arbitrária de ar... Se o movimento ocorre com a respiração aberta [consciente], o movimento se torna vivo”. (JOHNSON, 1995, p. 33) Entre seus estudantes estavam Carola Speads e Charlotte Selver, ambas escaparam da Alemanha e levaram seu trabalho para os Estados Unidos, onde o desenvolveram, cada uma a seu modo. O trabalho de Carola Speads e seus alunos (ver Elaine Summers abaixo) é um recurso importante para aprender mais sobre os estudos da respiração, assim como o trabalho de Ilse Middendorf.

A principal professora de Ilse Middendorf quando jovem foi Dora Menzler. No entanto, Middendorf era estudante de Gindler e tornou-se professora do Método Mastanang e foi orientada por Cornelius Veening, que estava ligado a Heier e, portanto, a Jung. Os métodos de Kallmayer e Mensendieck estavam circulando na Alemanha na época, então ela estava ciente das práticas deles. Ela desenvolveu o trabalho com a respiração natural, A Experiência da Respiração, abrindo espaço para o desdobramento e desenvolvimento da essência da pessoa.

HISTÓRIAS DE VIDA DOS PIONEIROS SOMÁTICOS: BREVE RELATO

Baseando-se no senso comum, na tradição oral e em tratados escritos, como o editado por Don Hanlon Johnson (1995), identifiquei F.M. Alexander, Moshé Feldenkrais, Mabel Todd, Irmgard Bartenieff, Charlotte Selver, Milton Trager, Gerda Alexander e Ida Rolf como “os pioneiros somáticos”. Por favor, veja o esquema ao final do texto, mostrando cada um deles em negrito. O gráfico também tenta fornecer informações sobre quem os influenciou e quem eles influenciaram para criar treinamentos de movimento somático, incluindo a “segunda geração”. Esses profissionais de dança somática que fundaram programas de treinamento também são destacados em negrito: Anna Halprin, Nancy Topf, Bonnie Bainbridge Cohen, Sondra Fraleigh, Emilie Conrad, Joan Skinner, Elaine Summers e Judith Aston.

A PRIMEIRA GERAÇÃO

Frederick Matthias Alexander (1869-1955) foi um ator acometido por laringite, que começou a questionar profundamente as causas do

seu problema vocal e imaginar se não haveria nada a fazer com a forma com que usava seu aparato vocal e seu corpo. (ALEXANDER, 1932) A partir de períodos intensivos de exploração pessoal ele fundou um método para “mudar e controlar reações”, o qual ele depois ensinou em Melbourne e Sidney. Ele também voltou a se apresentar e ensinar na Austrália e na Nova Zelândia. Em seguida, mudou-se para Londres e, finalmente, para os Estados Unidos. Embora não se tenha escrito muito sobre como F. M. Alexander pode ter sido influenciado por sua infância na Tasmânia, ou suas experiências na Nova Zelândia, essas foram influências repletas de exposição a valores e conceitos não ocidentais. O aprendizado por meio de viagens ou estudos globais foi notável entre outros líderes do movimento somático também. Tal como aconteceu com Laban, pode-se especular que ser um estrangeiro em um novo lugar pode intensificar os poderes de observação e autorreflexão.

Moshé Feldenkrais (1904-1984), Ph.D., também viajou e viveu em diferentes países e continentes, estudou na França e foi impulsionado a outros níveis de consciência durante a segunda guerra mundial. Nasceu na Rússia e emigrou para a Palestina aos 13 anos, viajando em comboio com sua família. Feldenkrais estudou engenharia e obteve seu título de Doutorado em Física na Sorbonne. Foi em Paris que ele se destacou na arte marcial do jiu-jítsu. Ele se tornou um dos primeiros ocidentais a ganhar uma faixa preta no judô (1936) e, posteriormente, ensinou seguindo os passos de seu professor Mestre Kano, o criador do judô.

A primeira lesão de joelho de Feldenkrais foi jogando futebol, a segunda foi enquanto trabalhava com pesquisa antissubmarina na Inglaterra, durante a guerra. Seu joelho não pôde ser curado, nem com a ajuda da cirurgia. Feldenkrais ficou motivado a pesquisar seu próprio corpo para descobrir o que causava sua inabilidade para caminhar. Esse caminho interior de pesquisa do corpo cresceu, em parte, por seu interesse na autossugestão, na autoimagem e no funcionamento da mente inconsciente. Durante o processo de pesquisa sobre si mesmo, ele incorporou princípios da física, do judô e do desenvolvimento humano em suas duas vertentes – “consciência para o movimento” e “integração funcional”. Ele desenvolveu esses métodos trabalhando com todos os tipos de pessoas, em um amplo espectro de necessidades especiais de aprendizagem, desde crianças com paralisia cerebral até a direção de artistas teatrais e musicais.

Assim como Alexander e Feldenkrais, **Mabel Todd**, autora do livro *The thinking body* (1937) e *The hidden you* (1953),¹⁴ também estava interessada em melhorar sua saúde desde que teve que lidar com limitações corporais. Ela sofreu um acidente que a paralisou e foi informada de que não voltaria a andar. Disposta a não desistir, Todd usou processos de pensamento para se curar, incluindo o pensamento sobre como voltar a andar, desenvolvendo imagens sobre o uso anatomicamente equilibrado do corpo. Ela presumiu que os problemas vocais eram devidos muitas vezes a má postura e que uma abordagem psicofísica ou psicofisiológica poderia ser útil. Com essa hipótese, Todd começou a estudar a mecânica da estrutura esquelética e aplicou suas descobertas em seus estudos de “Postura Natural” em Nova York e Boston. Pessoalmente, suas imagens resultaram em uma caminhada que foi uma melhoria em relação à sua marcha pré-acidental; profissionalmente, ela criou um sistema que se tornou central para muitos educadores do movimento. Ela se juntou ao corpo docente do Departamento de Educação Física da Teachers College, na Universidade de Columbia, onde ensinava anatomia, postura e consciência neuromuscular para profissionais de educação física e dança. Na Teachers College, seu trabalho foi desenvolvido por sua protegida, Lulu Sweigard (1974), autora de *Human Movement Potential*.

Nascida na Alemanha, no mesmo ano do nascimento de Feldenkrais, **Gerda Alexander** (1904-1994) também fundou um sistema somático, a Eutonia, atualmente conhecida como Gerda Alexander Eutony (GAE) (Eutonia de Gerda Alexander). Na GAE, os estudantes são convidados a sentir seus músculos, pele ou ossos – literalmente qualquer parte do corpo, e conectá-la com seus sentimentos. No nível físico, a GAE se esforça para trazer equilíbrio ao tônus muscular do corpo. Ela ensinou que as mudanças de tônus ocorrem não apenas com diferentes tipos de esforço, mas com mudanças emocionais, sejam elas depressão profunda com baixo tônus ou felicidade com alto tônus. Essa função é conhecida como psicoponia. “A flexibilidade na mudança de tônus é também a base de toda criação e experiência artística... O que você não experimenta em todo o seu corpo permanecerá meramente informação intelectual sem vida ou realidade espiritual”. (BERSIN 1995, p. 260)

Diferente de outros educadores somáticos citados anteriormente, os discípulos de Gerda Alexander assumem uma postura eurocêntrica e fazem a seguinte

14 Ambos ainda sem tradução publicada em português.

declaração explícita sobre seu trabalho e suas influências: “O método se desenvolve completamente a partir da cultura ocidental”. O trabalho de Alexander revela uma forte linhagem europeia. (ASSOCIATION SUISSE D’EUTONIE GERDA ALEXANDER, 2003) Ela foi professora de dança e ginástica que estudou e trabalhou com Jacques Dalcroze; ela então integrou seu interesse na autodescoberta criativa do tônus corpóreo mental de cada pessoa em uma abordagem holística usada em diversos ambientes educacionais. A eutonia ensina uma consciência interna profunda que também ajuda a pessoa a sentir plenamente o ambiente externo.¹⁵

Charlotte Selver ajudou a formatar o trabalho de “*gymnastik*” de sua professora Elsa Gindler. Charlotte Selver (1901-2003) e seu marido, Charles Brooks, deram um nome em inglês ao trabalho, concentrando-se mais na sensação e na consciência: *Sensory Awareness* (Consciência Sensorial). Selver cita Gindler como sua primeira professora, mas também se refere à importância de aprender com outros estudiosos. Ela teve a oportunidade de aprender pessoalmente com vários grandes pensadores do Oriente e do Ocidente, como Suzuki Roshi (mestre zen), Suzuki Daishetz (pesquisador acadêmico), Korzybski (semântica geral) e Ram Dass (yogi). (LAENG-GILLIATT, [19--]) Ela explorou em profundidade os domínios da consciência, bem como a consciência enquanto se movimentava, e ensinou esses processos até a sua morte, aos 102 anos de idade.

Ida Rolf (1896-1979) nasceu na cidade de Nova Iorque. A inspiração para seu trabalho vem de sua exposição às práticas orientais e aos grandes pensadores – Pierre Bernard, Fritz Perls, Sam Fulkerson e Korzybski –, bem como à circunstância especial de poder trabalhar como mulher no Instituto Rockefeller. Ela também tinha a intenção de curar não apenas os sintomas, mas também as causas; ela via as causas como múltiplas e relacionadas com “[...] o processo circular que não age no corpo, mas é o corpo”. (JOHNSON, 1995, p. 174) Seu trabalho cresceu a partir das ciências e abordagens alternativas para a cura. Ela obteve seu título de Doutorado na área de Química Biológica. Durante a Segunda Guerra Mundial, ela foi contratada para trabalhar no Instituto Rockefeller, começando no departamento de quimioterapia. Como cientista que investiga o corpo e a saúde, ela foi exposta à osteopatia e à homeopatia e desenvolveu interesse pelo Yoga. Por meio do Yoga, ela compreendeu que a pessoa podia trabalhar com o corpo para melhorar todos os aspectos do ser humano e, na maior parte, isso era feito através

15 É interessante notar que a Eutonia foi o primeiro sistema somático a ser aceito pela Organização Mundial de Saúde em 1987 como um tipo de cuidado alternativo em saúde (atualmente referenciado como Medicina Alternativa e Complementar). (CHRISMAN; FREY, 2005, p. 1381)

do alongamento corporal para criar mais espaço nas articulações. (FEITIS, 1995) Ela aprendeu com a filosofia hindu que “quando a moral é construída a partir do comportamento do corpo, você obtém uma estrutura moral e um comportamento que respeita os direitos e privilégios de outros indivíduos”. (ROLF 1995, p. 174) Ela escreveu o livro *Rolfing: The Integration of Human Structures*,¹⁶ em 1977. A Dra. Rolf continuou a estudar o movimento ao longo de sua vida, incluindo o Yoga e tendo aulas na Técnica de Alexander; ela aprendeu com osteopatas e também com homeopatas e sempre relacionou o corpo físico com os campos de energia ao nosso redor, principalmente a atração gravitacional.

O médico **Milton Trager** (1909-1997) também viveu nos Estados Unidos e foi fundador da *Psychophysical Integration* (Integração Psicofísica). Assim como F. M. Alexander, ele teve que lidar com fraquezas físicas e doenças no início de sua vida. Ele nasceu com uma deformidade congênita na coluna vertebral. Através da disciplina e da dedicação à atividade física, ele se tornou atleta e dançarino. Fez suas primeiras descobertas somáticas aos 18 anos de idade, quando um dia trocou de papel com seu treinador e o tocou poderosamente. Este lhe informou imediatamente, comentando sobre a eficácia do toque de Trager em aliviar seu desconforto físico. Este foi o início da pesquisa somática que levou Trager ao desenvolvimento de sua Trager Approach to Psychophysical Integration (Abordagem de Integração Psicofísica de Trager). Aos 40 anos, decidiu estudar medicina e continuou dando aulas diárias de seu sistema somático singular, conciliando-as com a sua prática médica habitual. Como parte de sua abordagem, Trager desenvolveu um sistema de trabalho corporal, bem como um sistema de educação de movimento chamado *Mentastics*. O trabalho de Trager enfatiza um movimento “mais leve e mais livre”. Depois de 50 anos desenvolvendo seu trabalho, em meados dos anos 1970, ele foi convidado a ensinar no Instituto Esalen, no sul da Califórnia, Estados Unidos. Seu trabalho foi recebido com entusiasmo e se espalhou rapidamente; ele ficou conhecido por possuir um “dom de cura”. Ele insistia que não era um curador e que qualquer pessoa poderia aprender aquelas habilidades. (UNITED STATES TRAGER ASSOCIATION, 2018)

Irmgard Bartenieff (1900-1981), seguindo os passos do seu professor Rudolf Laban, foi uma dançarina que ajudou no pioneirismo de diversos novos campos – dança terapia, dança antropologia, Análise Laban de Movimento e seu

16 NT: Publicado no Brasil pela editora Martins Fontes, em língua portuguesa, no ano de 1999 sob o título *Rolfing: a integração das estruturas humanas*.

próprio sistema somático, chamado de Bartenieff Fundamentals of Movement (Fundamentos Bartenieff de Movimento). Ela nasceu em Berlim, estudou dança e análise de movimento com Laban e dançou com seu marido, Igor Bartenieff. Enquanto estava na Alemanha, Bartenieff estudou *Bindewebegung Massage*, conhecida nos Estados Unidos como Connective Tissue Therapy (Terapia do Tecido Conjuntivo). Bartenieff vivenciou uma mudança abrupta de sua terra natal em 1936, quando ela e seu marido judeu conseguiram fugir da Alemanha nazista em um dos últimos barcos disponíveis. Na chegada aos Estados Unidos, eles não se sentiram acolhidos pela comunidade da dança, que era dominada por Martha Graham.¹⁷ A falta de trabalhos com dança abriu-lhes uma nova porta, e ambos, Igor e Irmgard Bartenieff estudaram para se tornar fisioterapeutas. Com o tempo, Irmgard encontrou seu caminho de volta ao mundo da dança em Nova Iorque, ensinando dançarinos e também outros profissionais sobre os conceitos de “pulsão/forma”¹⁸ da Análise Laban de Movimento, no Dance Notation Bureau (Escritório de Notação da Dança). Ela também deu aulas “corretivas”, que evoluíram para os Fundamentos Bartenieff de Movimento. Apesar do termo “corretivo” refletir sua intenção de encontrar a postura correta e o movimento mais eficiente, Irmgard sempre ensinou através da improvisação e da investigação somática, enfatizando a atenção aos processos respiratórios e de desenvolvimento.

Essas pessoas pioneiras, nascidas próximas à virada do século XX, vivenciaram diversas mudanças históricas e inúmeras adversidades. Elas descobriram maneiras de lidar com diversos fatores de estresse, fazendo-se presentes e ativos em sua experiência integrada do corpo-mente. Também fizeram uso da reflexão sistemática e das habilidades organizacionais para criar ferramentas de compartilhamento com os outros, além de métodos de ensino. Dessa forma, eles ainda estão ajudando as novas gerações a lidar com o século XXI.

E há outros praticantes do movimento somático, incluindo aqueles que desenvolveram seus próprios sistemas somáticos, muitos dos quais são estudantes dos pioneiros. De fato, existem mais de 37 diferentes programas de certificação de movimento somático atualmente. Françoise Mézières e Marion Rosen são outras duas pioneiras importantes. Essas mulheres estudaram o corpo humano e tiveram como motivação encontrar a cura por meio de um trabalho de pesquisa com o toque e o movimento. Rosen desenvolveu um sistema de movimento conhecido

17 Agnes de Mille faria posteriormente uma observação afirmando que Graham não foi influenciada por Laban em suas investigações de autoexpressão através de novas abordagens para a dança. (GRAHAM CO PROGRAMME NOTES, 1998)

18 NT: Optamos aqui por traduzir o termo *effort* de acordo com os estudos e sugestões de Ciane Fernandes. Esta eminente pesquisadora brasileira de Laban/Barteneff questiona a tradução original em língua portuguesa como “esforço”, argumentando a inadequação do termo em relação à prática a que se refere. De fato, ela traduziu o termo em seu livro *O corpo em movimento*, de 2006, como “expressividade”. Mais recentemente ela expandiu o argumento e passou a traduzir o termo como “pulsão”. (FERNANDES, 2016)

como Rosen Movement (Movimento Rosen). (KNASTER, 1996) O trabalho de Mézières foi ensinado em universidades e também influenciou sua aluna, Thérèse Bertherat, a desenvolver The Anti-exercise Method (Método da Antiginástica). Por conta de muitos dançarinos terem sido treinados no trabalho de Mézières, Trager e Rosen, eles ainda têm um forte impacto nos currículos de dança. Mais informações sobre suas histórias serão contadas futuramente, sem dúvida em grande parte por causa de seus discípulos, como Thérèse Bertherat, Martha Partridge e Linda Chrisman.



NOVAS GERAÇÕES DE LÍDERES SOMÁTICOS: DANÇARINOS MOTIVADOS PELA DANÇA, PELOS INTERCÂMBIOS GLOBAIS E POR SEUS ESTUDANTES

A dança estimula as pessoas a pesquisar sua expressão de movimentos, aprofundar-se em habilidades criativas e investigar o corpo cinesiticamente. Mais de uma dúzia de disciplinas somáticas nasceu da investigação da dança e da Educação Somática; diversos fundadores somáticos começaram suas vidas profissionais como dançarinos. Descobrir-se através da internalização e da investigação consciente de um desafio físico ou emocional, apoiando-se às vezes pelo contato com culturas ou pensamentos que valorizam um “mergulho interno”, é tema recorrente através das gerações.

A história de **Bartenieff** demonstra de que modo experiências com a dança podem dar suporte a investigações somáticas, fazendo com que estas se tornem instantaneamente aplicáveis em aulas de dança. Assim como seus pares, Bartenieff permaneceu questionadora ao longo da vida e continuou estudando diversas formas de movimento. Aos 70 anos ela descobriu um professor de Chi Kung e encontrou nessa disciplina chinesa a chave para um envelhecimento agradável; o Chi Kung, alinhado com sua filosofia baseada em Laban, integrando o funcional

e o expressivo em movimento, e seu princípio de encontrar rotações gradativas em movimento. (BARTENIEFF, 1980) As inovações de Bartenieff foram adotadas em seu programa de formação Certified Movement Analysts (CMA), repleto de profissionais da dança. Foram seus alunos dentro deste programa que a incentivaram a nomear seu próprio trabalho de *Bartenieff Fundamentals* e a criar o *Bartenieff Instructor Training*. Os trabalhos de Elaine Summers – estudante de Selver e Speads –, Bonnie Bainbridge Cohen, Emilie Conrad, Sondra Fraleigh, Anna Halprin, Joan Skinner e da falecida Nancy Topf derivaram, em parte, de suas experiências como dançarinas e foram imediatamente aplicados na comunidade de dança. Todas essas mulheres desempenharam papéis centrais como líderes e integraram os campos da Educação Somática e da dança. Por conta própria ou com seus alunos, cada uma levou a investigação corporal a novos níveis do potencial humano – como artistas expressivas do corpo e como seres humanos totalmente engajados.

Elaine Summers desenvolveu a Kinetic Awareness® quando a osteoartrite começou a limitar sua dança. Ela procurou a ajuda de Charlotte Selver e Carola Speads, que lhe ensinaram uma abordagem somática através da profunda consciência da sensação. Impulsionada por sua motivação e pela inclinação natural de uma dançarina a explorar criativamente o movimento, ela mergulhou na investigação cinética e cinestésica. Através do movimento e de diferentes posições no espaço, ela descobriu princípios e técnicas que a ajudaram a continuar dançando. Ela desenvolveu técnicas e “testes” muitas vezes usando pequenas bolas de 3 a 8 cm de diâmetro como estímulo para o movimento. Suas sugestões convidam a desacelerar confortavelmente no chão usando as bolas como se fossem uma almofada móvel. O objetivo é ceder completamente cada parte do corpo à gravidade e, o mais importante, responder à mobilidade das bolas com respostas de movimento. Suas instruções destacam que esses movimentos e a respiração autoiniciados ativam o sistema nervoso, o sangue e a linfa.

Bonnie Bainbridge Cohen, terapeuta ocupacional, dançarina e certificada como Analista Laban de Movimento (LMA), fundou o sistema denominado Body-Mind Centering™ (BMC™), em parte para ser capaz de entender e explicar o que ela fazia intuitivamente com seus pacientes de terapia ocupacional. (EDDY, 2002b) Ela sentiu que entendia o aspecto mental-emocional de seu trabalho holístico, mas

ao mesmo tempo queria dar voz ao modo particular com que tocava os clientes. (informação verbal¹⁹) Como outros líderes somáticos, ela passou boa parte de sua vida profissional explorando a melhor maneira de transferir esse conhecimento para seus alunos. Enquanto sua formação em LMA ajuda a organizar e confirmar algumas de suas descobertas, Bainbridge Cohen (1993, p. 158) cita mais de 40 pessoas em “Linhagem do BMC – Homenagem aos meus professores” – um apêndice de seu livro *Sensing, Feeling and Action*. Esta linhagem inclui profissionais dos Estados Unidos, Ásia e Europa. Bainbridge Cohen estudou Yoga em Nova Iorque e praticou Aikido e Katsugen-Undo, nos EUA e no Japão. Ela também estudou e lecionou para Erick Hawkins, treinou no departamento de dança da Ohio State University enquanto estudava terapia ocupacional, e colaborou ao longo dos anos com participantes fundamentais da comunidade norte-americana de Contato Improvisação (Lisa Nelson, Steve Paxton e Nancy Stark Smith). De fato, como editoras da *Contact Quarterly*, Nelson e Stark Smith foram as primeiras a publicar as descrições do trabalho de Cohen – republicado com Bainbridge Cohen como autora. O treinamento somático inicial de Cohen começou com Barbara Clark, discípula de Todd, e mais tarde aprofundou-se com Bartenieff.

Sondra Horton Fraleigh nasceu em Utah dentro da cultura mórmon, sempre dançando. Quando adulta, ela fundiu sua exploração de dança e teorias com o Zen Budismo, Butô e o trabalho de Feldenkrais. Uma renomada erudita e autora no campo da fenomenologia, especialmente pelas experiências através da dança, ela desenvolveu *Shin Somatics* como parte de sua EastWest Somatics. Ela cita diversas influências em seu trabalho, como o tempo dedicado sob a tutela de Mary Wigman, o uso da respiração de Rosen para acessar as emoções e as lições de Alexander com Ann Rodiger e Maxine Sheets. Ela é defensora da comunicação eficaz, do trabalho corporal integrado e da meditação como parte de seu processo somático. (informação verbal²⁰)

Enquanto muitos líderes somáticos foram influenciados pelas práticas asiáticas, **Emile Conrad**, fundadora do Continuum Movement, foi exposta a novos caminhos de expressão através de suas experiências de dança afro-caribenha. As viagens de Conrad ao Caribe (EDDY, 2002b) foram uma fonte primária no desenvolvimento de seu trabalho. Como dançarina estudando com Katherine Dunham, depois de viver no Haiti, ela – assim como Cohen – experimentou e desenvolveu incursões

19 Entrevista realizada com Bonnie Bainbridge Cohen e Len Cohen. Amherst, Ma. Em 22 de outubro de 2001.

20 Entrevista realizada com Sondra Horton Fraleigh, por telecomunicação. Brockport, NY. Em 3 de julho de 2003.

à consciência celular através do movimento. Sua própria experiência de opressão em sua família alimentou a motivação para “se libertar” por meio da dança e do movimento. (informação verbal²¹)

Anna Halprin, coreógrafa, intérprete, curadora e afirmadora do potencial de autocura de outras pessoas, não apenas usou o foco somático como base de sua produção artística, mas, junto de sua filha Daria Halprin, desenvolveu um modelo de investigação de apoio à saúde, que coloca o trabalho de Halprin no domínio da educação e terapia do movimento somático. O trabalho delas também faz parte do campo denominado Expressive Arts Therapy ou Creative Arts Therapy (Terapia das Artes Expressivas e Terapia das Artes Criativas, respectivamente). Halprin escolheu trabalhar com expressão emocional por causa de seu trabalho com Fritz Perls. No entanto, foi Margaret D’Houbler, a quem Halprin gosta de chamar de “a mãe da somática” no seu treinamento de dança, quem primeiro apoiou sua filosofia holística. D’Houbler pediu a ela que sempre procurasse o significado e a expressão do movimento. (informação verbal²²) Influenciadas pelo modelo Halprin, vários outros programas de movimento somático optam por integrar os processos terapêuticos das artes expressivas em seus programas de treinamento, como os de Daniel Levin, Alice Rudkowski e Kay Miller.

Joan Skinner fundou a Skinner Releasing Technique enquanto atuava como Diretora do Departamento de Dança da Universidade de Washington. Seu trabalho com imaginação e visualização baseia-se em elementos do trabalho de Mabel Todd, ao qual ela foi exposta através de sua primeira professora de dança durante a infância. Como dançarina treinada em Graham e Cunningham, ela foi impelida a trabalhar sozinha a fim de encontrar um antídoto em relação a “suspender”, “resistir” e “agarrar”. Ela também teve uma lesão em 1954 que instigou uma autoinvestigação ainda mais profunda e a levou a estudar a técnica de Alexander e aplicar sua experiência à barra de balé. Quando começou a ensinar suas descobertas, ela usava imagens que se tornaram então um estímulo tão poderoso para a mudança que ela as desenvolveu a ponto de se tornarem uma assinatura de seu método.

Nancy Topf (1942-1998) também treinou com Joan Skinner, junto com Marsha Paludan, como assistente de Joan, e Mary Fulkerson, Pamela Matt e John Rolland como colegas de classe. Quando Skinner deixou a Universidade de Illinois, Urbana,

21 Entrevista realizada com Emilie Conrad. New York, NY. Em 25 de outubro de 2002.

22 Entrevista realizada com Anna Halprin. Kentfield, CA. Em 3 de November de 2003.

para ir para a Universidade de Washington em Seattle, Topf – e a maioria de seus colegas – foi estudar com Barbara Clark, que foi educada no trabalho de Mabel Todd e que foi morar em Urbana. Embora a abordagem de Todd fosse profundamente fundamentada em imagens anatômicas, Topf ficou conhecida por aprimorar a importância do centro do corpo e do trabalho do psoas na expressão humana eficiente. Desde a morte prematura de Topf em um voo da *Swiss Air*, em 1998, os formandos de seu programa uniram forças para continuar, formalizar e promover a Topf Technique. Sua prática somática foi formalmente reconhecida pela ISMETA em 1995. Essas informações foram coletadas por meio de comunicações pessoais com sua irmã, a professora de dança Peggy Schwartz. (informação verbal²³)

Outros podem ser incluídos nesta lista de líderes somáticos por sua trajetória na dança. **Judith Aston** (PARE, 2001, 2002) primeiramente alcança a comunidade de saúde e fitness, mas ela também começou a dançar quando criança e continuou a estudar dança em seus anos de faculdade. Na UCLA (Universidade da Califórnia em Los Angeles), Aston estudou com a filha de Rudolf Laban, Juana De Laban, e com Valerie Hunt, ambas com experiência em Análise Laban de Movimento. Ela também trabalhou com a terapeuta de dança Mary Starks Whitehouse. Cada uma dessas mentoras incentivou-a a encontrar suas próprias respostas em vez de estudar seus sistemas. Após ter sofrido lesões na coluna em dois acidentes de carro em 1966 e 1967, ela estudou com Ida Rolf. Aston ajudou a expandir o programa de movimento baseado em Mensendieck que a Dra. Rolf estava oferecendo. O trabalho de Aston, juntamente com algumas contribuições de Dorothy Nolte, ajudou a moldar o que agora é chamado de Rolf® Movimento, mas começou como Análise de Movimento. Judith Aston disse:

Muitas pessoas fizeram o curso de Análise de Movimento: Bob Prichard, Don Hanlon Johnson, Mark Reese e Tom Myers... de fato, todos que treinaram de 1971 a 1977 foram estimulados a fazer o curso. Bill Williams, Roger Pierce, Joseph Heller, Annie McCombs Duggan, Heather Wing, Louis Schultz e muitos outros cursaram o meu programa de Certificação de Movimento e de fato tiveram aulas durante anos. Eu acho que fomos chamados de ‘os dançarinos’. Na época eu fiquei ofendida – agora eu percebo que meu

23 Entrevista realizada por e-mail com Peggy Schwartz sobre Nancy Topf. Entre janeiro e dezembro de 2003.

maior objetivo é continuar dançando através desta vida e além.
(PARE, 2001, p. 7-8)

Desde aquela época (1977), Aston integrou seu amor pela dança, pelo fitness e a consciência somática em seu próprio trabalho chamado *Aston Patterning*. De forma parecida, a Doutora Dorothy Nolte desenvolveu a Structural Awareness: Nolte System of Movement Education (Consciência Estrutural: Sistema Nolte de Educação de Movimento). O Rolf® Movimento também continua a crescer e a ser usado por diversos profissionais da dança.

Práticas de movimento projetadas por Mensendieck, compartilhadas por Rolf, e então transformadas por Aston e Nolte ilustram como os sistemas de movimento somático evoluíram ao longo das gerações. O trabalho de Feldenkrais é reformulado pela prática de ensino da bailarina Anat Banuel. Ilana Rubenfeld combinou os princípios de Alexander, Feldenkrais e Gestalt para conceber a *Rubenfeld Synergy*. Ideias-chave são reformuladas e adicionadas a novas. O final do século XX viu o surgimento de dezenas de novos sistemas de movimento somático. Só a partir de Bonnie Bainbridge Cohen, seis novos sistemas em quatro países diferentes nasceram – o meu próprio Dynamic Embodiment Somatic Movement Therapy Training (Programa de Corporalização Dinâmica de Terapia do Movimento Somático) (1990), o Somatic Coaching de Jacques van Eijden (cerca de 1996), Global Somatics, de Suzanne Rivers' (cerca de 1999), Institute of Integrative Bodywork and Movement Therapy (Instituto de Trabalho Corporal Integrativo e Terapia de Movimento), de Linda Hartley (1995), Somatic Movement-Art Training (Programa de Arte do Movimento Somático), de Horst Viral (2007), e BodyMind Movement Certification, de Mark Taylor e Katy Dymoke (2008). Assim, cada programa combina influências de outros estudos e experiências nas vidas dos fundadores. A Corporalização Dinâmica utiliza o BMC™ e o LMA/BF como ferramentas-chave. Jacques van Eijden, anteriormente professor do Departamento de Dança da Escola de Teatro de Amsterdã, ensina princípios que podem ser usados em diferentes disciplinas. Linda Hartley forjou um caminho que inclui uma compreensão profunda da psicoterapia, enquanto Suzanne Rivers trouxe seu próprio conhecimento nativo americano e intuitivo em seu processo de treinamento. Eric Franklin – professor de Ideokinesis – e Susan Klein citam o Body-Mind Centering™ como uma de suas influências: ambos também estudaram

os Fundamentos Bartenieff. De fato, um dos livros de Franklin usa um conceito principal de Bartenieff como título – Alinhamento Dinâmico.²⁴ O programa de Franklin não é uma formação completa de Terapia do Movimento Somático ou de Certificação em Educação, mas combina diversas atividades somáticas com Ideokinesis e ciência da dança para fortalecer a experiência em dança. BodyMind Dancing™, uma forma de dança usando os princípios de *Dynamic Embodiment*™ (Corporalização Dinâmica), é outro exemplo. Este método de treinamento utiliza a dança para ensinar conceitos somáticos que podem ser usados durante a vida cotidiana, além de obviamente preparar os dançarinos para integrar a consciência somática em suas danças.

Talvez a característica mais marcante do surgimento histórico de cada um desses sistemas do movimento somático é que eles definiram e compartilham as diversas possibilidades de um tema, bem como a inexistência de uma verdade única e a opção sempre presente de se fazer escolhas ao assumir a responsabilidade sobre o corpo e o processo de vida de uma pessoa.

Seja por essa descoberta ter surgido principalmente devido às transformações históricas presentes nesse período de tempo, ou em resposta às lesões ou doenças para as quais a medicina não tinha respostas, ou por esses profissionais terem sido educados a aceitar um viés não cartesiano, ou ainda pelo cruzamento fértil das filosofias ocidentais e orientais, ou uma combinação de todos esses fatores, esses pioneiros dedicaram muito tempo à pesquisa somática, sozinhos na maioria das vezes. Essas jornadas de pesquisa somática podem não ser únicas em si, mas esses líderes prosseguiram com a articulação de seus processos e geralmente trabalharam juntos de seus estudantes para codificar um método, ou uma série de pesquisas de movimento, quando não uma filosofia completa sobre a presença física no mundo.

Muitos outros dançarinos e alguns notáveis pesquisadores somáticos também contribuíram para o desenvolvimento da Somática. Eles são geralmente conhecidos como profissionais da dança contemporânea ao invés de fundadores de programas de formação. Sylvie Fortin estudou, pesquisou e ensinou dança somática na Austrália, no Canadá, na França e nos Estados Unidos. Sua tese de doutorado foi uma análise cruzada do ensino de dança moderna das educadoras

24 NT: *Dynamic Alignment Through Imagery* é o título do livro de Eric N. Franklin, ainda sem edição em língua portuguesa.

do movimento somático Glenna Batson, Martha Eddy e Mary Willaford. (FORTIN; SIEDENTOP, 1995)

Programas superiores de dança e de psicologia somática propiciaram o surgimento de dissertações de mestrado e teses de doutorado sobre tópicos do movimento somático. Por exemplo, ciência da dança (University of Oregon, University of Maryland); dança/coreografia (State University of New York-Brockport, The Ohio State University); dança educação (Temple University, University of Central Lancashire, University of North Carolina-Greensboro); psicologia somática (Naropa, California Institute of Integral Studies, Santa Barbara Graduate Institute); estudos abertos e interdisciplinares (International University of Professional Studies, SUNY Empire State College).

O cenário da dança tem sido especialmente potente no ensino da Somática, bem como de métodos de pesquisa somática. Estas aulas valorizam o conhecimento experiencial – aprender fazendo, enquanto corpo vivo. Desde o surgimento da dança moderna, existe um precedente em se demorar no chão a fim de liberar-se e relaxar com este suporte e construir a verticalidade a partir daí. A Educação Somática tem sido igualmente potente para a dança ao ajudar os dançarinos na cura de lesões e na melhora do desempenho. O intercâmbio entre a Educação Somática e a dança educação é particularmente importante. Na companhia de José Limón, Ann Vachron (Ideokinesis) e Jennifer Sacnlon (Técnica de Alexander) integraram os estudos somáticos em suas aulas. Eva Karzcag, enquanto era membra da companhia de Trisha Brown, foi outra professora seminal de coreografia e dança a utilizar os princípios de Alexander. Trisha Brown dá créditos ao longo período de tempo que se dedicou a Técnica de Alexander e a Kinetic Awareness®, com Elaine Summers, para as formas alternativas que utilizou a fim de aprimorar sua dança. (GRIFFIN, 2001) Por vezes os membros da companhia de Trisha Brown estudaram Klein Technique, um método de dança criado em grande parte pela interação de Klein com Collette Barry, paciente de longa data de Irmgard Bartenieff, e a experiência direta com os estudos Laban/Bartenieff. A dança contemporânea é marcada pela posição corporal sugerida por Bartenieff de um “grande X no chão”, mesmo que muitos professores não tenham consciência dessa influência inicial. (BARTENIEFF, 1980) As alunas de Irmgard Bartenieff, como Susan Klein, que mantinha um estúdio de dança na cidade de Nova Iorque junto da

paciente fisioterápica de Bartenieff, Colette Barry (depois com Barbara Mahler), expandiram o trabalho de Bartenieff para a comunidade da dança. Laura Glenn e JoAnna Mendl Shaw continuam fazendo isso na Juilliard School. A chegada de Janet Kaylo ao Laban Centre levou o trabalho de Bartenieff para a comunidade da dança na Inglaterra. Glenna Batson (1990), Irene Dowd (1981) e Pamela Matt (1993) são pesquisadoras de dança que ensinaram Ideokinesis de forma expandida no contexto da dança. Jill Green (2002, 2007) e Ellen Saltonstall (1988) têm sido importantes propagadoras da Kinetic Awareness®. Feldenkrais influenciou a pedagogia da dança ao redor do mundo. Nancy Galeota-Wozny (2006) integrou os princípios de Feldenkrais e o conhecimento somático na dança, além de ter escrito sobre Barbara Forbes – ex-mestra de balé na Joffrey Ballet School e membra do corpo docente da Faculdade de Artes Sarah Lawrence – e também sobre a pesquisa de Catherine Paine na integração dos princípios de Feldenkrais com a dança. (GALEORA-WOZNY, 2002) Anat Banuel é uma dançarina e discípula de Feldenkrais que desenvolveu seus próprios programas de formação. Esta é somente uma pequena mostra das intersecções entre artistas da dança e professores de práticas somáticas. Os dançarinos utilizam a Educação Somática para fortalecer a capacidade técnica, expandir a expressividade e reduzir incidentes com lesões, bem como para o crescimento pessoal. (EDDY, 2002a, 2006)

Não é de se admirar que os departamentos de dança tenham se tornado os lares acadêmicos do trabalho somático. Os departamentos de psicologia somática também foram importantes nesse sentido, mas os programas de dança são muito mais potentes em defender o uso de processos de aprendizagem corporal cinestésicos na sala de aula: ofertando cursos com tempo suficiente e ambientes propícios para a pesquisa e o aprendizado somático. (EDDY, 2000a) Ambos os departamentos fornecem aulas e apoio à publicação, temas de periódicos e colóquios. Congressos e periódicos que integram de forma fértil a dança e a Educação Somática têm sido patrocinados pelo Congresso de Pesquisa em Dança, Associação Nacional de Dança dos Estados Unidos, CENIDI DANZA, o Centro Nacional de Belas Artes (INBA) e a Escola Nacional de Dança na Cidade do México, Palatine Higher Education Academy, Universidade Nacional de Artes de Taipei, a Universidade do Quebec em Montreal, a Universidade de Tecnologia Victória, em Melbourne, entre outros. A visibilidade internacional do trabalho é observada adiante através dos programas da Universidade de Haifa, o Conservatório

de Paris, o Centro Laban, a Theatreschool, em Amsterdam, Western Front, em Vancouver, TanzFabrik, em Berlim, Moving Arts, em Colônia, a Universidade Javeriana e Academia Superior de Artes de Bogotá, Colômbia. A Universidade do Estado de Nova Iorque tem servido de apoio fundamental aos dançarinos que desejam adquirir certificação somática enquanto estudantes em nível universitário. As formações de Laban/Bartenieff, *East/West Somatics*, Dança Somática e Bem-estar e o programa Dynamic Embodiment Somatic Movement Therapy (DE-SMTT) possuem conexões com programas de pós-graduação. Elas possuem uma conexão tradicional com a educação superior em dança. A DE-SMTT está atualmente conectada a cursos interdisciplinares e também em nível de doutorado.

O que ainda me incomoda é a continuidade da marginalização tanto da Educação Somática quanto da dança a despeito de nossa crescente compreensão da influência da mente no corpo e do corpo na mente. As afiliações com a dança fortalecem a posição da Educação somática? E da mesma forma o crescimento da Somática ajuda a fortalecer a posição da dança na academia? Certamente, ao invés da existência de programas de doutorado em dança, a posição da dança está se fortalecendo por meio de sua visibilidade na primeira página das seções de arte de jornais diários e semanais, a presença de pesquisadores da dança em plenárias interdisciplinares, e o papel da pesquisa em dança em diversos congressos. Livros, tais como *The Body Has a Mind of Its Own* (BLAKESLEE; BLAKESLEE, 2008), têm mostrado como o movimento e a consciência aumentam os “mapas neurais” para o esquema corporal, a atividade motora e sensorial, o planejamento de movimento, e como as anomalias corporais podem colaborar em afinar o interesse pela Educação Somática. As neurociências têm colaborado na descrição do que ocorre nos processos somáticos. Entretanto, mesmo enquanto as neurociências têm se tornado uma febre, levantar-se – ou deitar-se – para aprender sobre o movimento ainda é uma rara experiência educacional. Talvez o crescimento da pesquisa acadêmica em Educação Somática, neurociências e criatividade – na dança, por exemplo – impulse a investigação de cada disciplina e suas interações.

Estranhamente, o crescente *corpus* de pesquisa em criatividade não refere-se à dança de forma adequada. Existe uma carência de experiência cinestésica

entre as disciplinas, incluindo aqueles assuntos que se concentram na expressão humana ou nos estudos de movimento – desde a cinesiologia até os estudos culturais, as terapias corporais e ocupacionais, e a psicologia. A maioria dessas disciplinas continua desatenta à Educação Somática como uma fonte. Por outro lado, a comunidade da dança tem referenciado o trabalho de Howard Gardner (1993) para estudar a genialidade de Martha Graham e trazer a consciência para a “inteligência cinestésica”. No entanto, a pesquisa de Csikszentmihalyi (1992) não incluiu estudos de dançarinos por sua criatividade tanto quanto por sua habilidade para entrar “em fluxo”. A pesquisa da “Criatividade”, que Csikszentmihalyi (1996) escreve com “C” maiúsculo, inclui entrevistas com músicos e artistas visuais em conjunto com cientistas, escritores e inventores. Duas declarações em seus tratados iniciais podem dar algumas pistas do porquê. Ele compara fortemente a criatividade com “sexo, esportes, música e êxtase religioso”, apontando que eles são similares no sentido em que nos trazem a sensação de viver a vida ao máximo, inclusive nos propiciando por vezes uma conexão universal, porém diferentes, porque as experiências corporais citadas são efêmeras (CSIKSZENTMIHALYI, 1996, p. 2), no sentido em que elas não deixam um produto durável para as futuras gerações. Talvez relacionado a isso, o autor compartilha sua consciência de que a pesquisa da criatividade tem muito pouco a dizer sobre os difíceis aspectos da experiência humana.

Então, estamos na situação paradoxal em que a originalidade é mais óbvia em domínios que são relativamente triviais, mas fáceis de medir; enquanto que em domínios de originalidade mais essenciais é difícil de determinar. Pode haver concordância se há de fato originalidade, seja em um novo jogo de computador, em uma canção de rock, ou em uma fórmula econômica, e, conseqüentemente, criatividade; mas [é] geralmente menos fácil concordar na originalidade de um ato de compaixão ou de uma iluminação na natureza humana. (CSIKSZENTMIHALYI, 1996, p. 29)

Considerando que a Educação Somática talvez seja ainda mais evasiva do que a dança, não é de se estranhar que ela também não seja um bom negócio para ter a atenção da pesquisa. Entretanto, há um rigor crescente nas disciplinas da dança e da Somática. Judith Lynne Hanna (2008) traz uma tese exaustiva para o papel

da dança na educação baseada na pesquisa e na prática. A tautologia de que a disciplina da dança fortalece o corpo e a alma é um reconhecimento informal da capacidade da dança em treinar rigorosamente, desenvolvendo a habilidade da pessoa para fazer mais. A maioria dos dançarinos possui dois empregos, duas formações, dois projetos simultâneos e/ou dois papéis em suas organizações (dançarino e produtor). As biografias relatam o aumento da disciplina pela dança, bem como a melhora da saúde e da vitalidade. (NAGRIN, 1988) O paradigma somático apoia a hipótese de que o despertar do corpo expande a mente e sinaliza aos profissionais da dança somática que podem se tornar fortes tanto corporal como mentalmente. No contexto da Academia, mais pesquisas somáticas podem ser moldadas com esta solidez.

Tanto a prática do movimento em si como a marginalização social ensinaram os dançarinos a trabalhar duro por sua sobrevivência. A dança como profissão pode ser exaustiva. Se a dança é experimentada por meio de aulas e apresentações de forma autoritária e humilhante, ela pode ser não somente prejudicial fisicamente, mas também depreciativa para a alma. Desde 1970, mais e mais profissionais da dança estão descobrindo a utilidade da Educação Somática em amenizar os desafios nocivos.

O casamento da dança educação e da Educação Somática mostra inúmeros benefícios – dicas para a longevidade e o aguçamento de nossa vitalidade corporal, incursões para o processo criativo (CALAMONERI; EDDY, 2006; FRALEIGH, 1993; SHAPIRO, 1998), empoderamento através da autoridade própria (GREEN, 2007), e aumento da comunicação. (EDDY, 2000b, 2004, informações verbais²⁵) O mundo da Educação Somática possui segredos para viver uma vida mais completa – chaves para descobrir e reconhecer quando nós estamos “no fluxo”. A consciência somática pode ser usada para um manual de passos para se registrar esta entrada “no fluxo”. De fato, a coreografia e seu registro permitem expressões duráveis de iluminações essenciais sobre a natureza humana. Quando influenciadas pela investigação somática, a coreografia e a dança deveriam bem se tornar um interesse crescente para a pesquisa acadêmica, especialmente quando seu impacto na cultura moderna se torna mais conhecido.

25 Entrevistas realizadas com Anna Halprin. Kentfield, CA. Em 3 de novembro de 2003; Sondra Horton Fraleigh, por telecomunicação. Brockport, NY. Em 3 de julho de 2003; Elaine Summers. New York, NY. Em 8 de novembro de 2003.

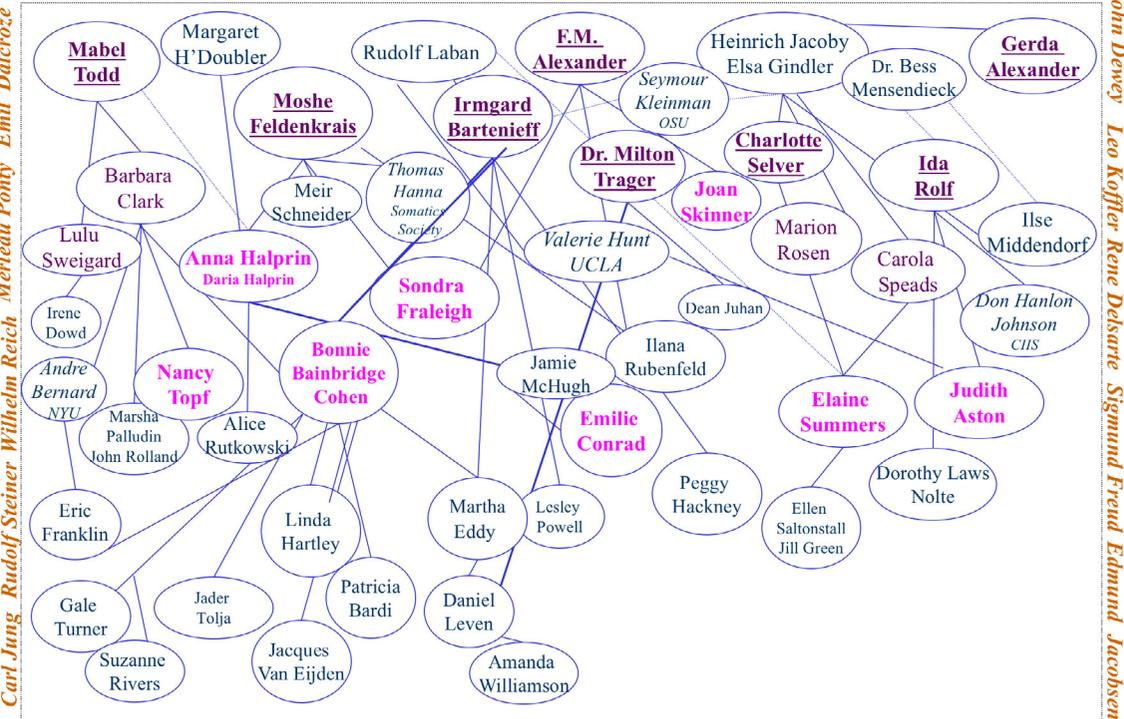
Esperançosamente, essas histórias de homens e mulheres do mundo da educação e terapia somática do movimento, que expandiram nossa visão da saúde para fazer pontes entre a medicina e a intuição – a sabedoria científica e somática – podem revigorar aqueles que estiverem nesta busca. Interesse-me em perceber o quão único cada um deles era ou ainda é, e também perceber a maturidade do século XX para que tantos indivíduos tenham emergido de forma independente nessas atividades semelhantes. Isso para mim é criatividade em ação. O alvorecer do campo da Educação Somática parece se encaixar bem nos parâmetros do ser “criativo”: o surgimento de uma ideia ou fenômeno original por uma pessoa (ou pessoas) em interação com uma cultura que também tem um campo de especialistas que a reconhece, a desafia e a promove. (CSIKSZENTMIHALYI, 1996) Este campo de especialistas tanto da Educação Somática quanto da dança pode erigir-se totalmente presentes. Nós temos agora uma cultura mundial que amadureceu no decorrer dos últimos 100 anos com pessoas criativas atraídas pelo florescimento da consciência somática. O dançarino do século XX está bem preparado para ser criativo e profundamente consciente para apoiar uma cultura, contribuindo generosamente ao conhecimento somático.

Considerando que a investigação somática e a dança compartilham qualidades inenarráveis, nosso desafio é acrescentar ao paradigma dos métodos de pesquisa e publicar trabalhos que podem falar em nome desses domínios mais inefáveis do conhecimento. Feldenkrais foi brilhante e visionário quando nomeou seu último livro como *The Elusive Obvious* (1989). A natureza humana, o corpo e a sensação de viver são tão óbvios e ainda assim apercebidos como inefáveis. A dança e a Educação Somática compartilham da mesma provação: como estudar, despertar e mesmo canonizar o “óbvio inefável” e produzir a profundidade do conhecimento que emerge de cada campo, juntos e separadamente, fora das categorias de “momentos efêmeros” e dentro das categorias da “Criatividade” com a inicial maiúscula descrita por Csikszentmihalyi. Periódicos como este²⁶ que publicam o discurso e a pesquisa somática vêm desempenhar um papel fundamental nesse sentido.

26 Refere-se ao *Journal of Dance and Somatic Practices*, cujo primeiro número editado em 2009 contou com a publicação deste artigo de Martha Eddy. Ver: <<http://jdsp.coventry.ac.uk/Home.html>>.

Butoh Judo Sufism Modern Dance Gymnastik Chi Kung Yoga Aikido

Hans Selye Genevieve Stebbins Hede Kallmeyer Katherine Dunham Mary Wigman Alexander Lowen Fritz Perls Joseph Pilates



Uma visão: Fundadores de Programas Profissionais de Movimento Somático

© M H Eddy 2004/2008/2017

Este documento está em processo. Por favor, não reproduza sem a permissão da autora.

FIGURA 1 – UMA VISÃO: fundadores de programas profissionais de movimento somático. Fonte: elaborada pela autora. Nota: este documento está em processo. Por favor, não reproduza sem a permissão da autora.

REFERÊNCIAS

- ALEXANDER, F. M. *The Use of the Self*. London: Orion Books, 1932.
- ALLISON, N. (Ed.). *Illustrated Encyclopedia of Body-Mind Disciplines*. New York: The Rosen Publishing Group, 1999.
- AMERICAN DANCE FESTIVAL ARCHIVES. *Body Therapy Course Offerings*. American Dance Festival Catalogue Listings, 1980-1996.
- ASSOCIATION SUISSE D'EUTONIE GERDA ALEXANDER®. *Biography of Gerda Alexander*. 2003. p. 1-4. Disponível em: <www.eutonie.ch/>.
- BACHMANN, M. et al. *Dalcroze Today: an education through and into music*. Oxford: Oxford University Press, 1993.
- BARTENIEFF, I. *Body movement: coping with the environment*. Philadelphia, PA: Gordon and Breach, 1980.

- BATSON, G. Dancing fully, safely, and expressively – the role of the body therapies in dance training. *Journal of Physical Education Recreation and Dance*, v. 1, p. 28-31, 1990.
- BERSIN, D. Interview with Gerda Alexander. In: JOHNSON, D. H. *Bone Breath and Gesture: practices of embodiment*. Berkeley CA: North Atlantic Books, 1995. p. 255-284.
- BLAKESLEE, S.; BLAKESLEE, M. *The Body Has a Mind of Its Own*. New York: Random House, 2008.
- CALAMONERI, T.; EDDY, M. Combing the Pathways of Dance and the Body. *Dance Chronicle*, v. 29, n. 2, 2006.
- CHRISMAN, L.; FREY, R. Movement Therapy. In: LONGE, F. L. *The Gale Encyclopedia of Alternative Medicine*. Vol. 3. 2nd ed. Detroit, MI: Gale, 2005. p. 1378-1383.
- COHEN, B. B. *Sensing, Feeling and Action*. Northampton, MA: Contact Editions, 1993.
- CSIKSZENTMIHALYI, I. *Optimal Experience: psychological studies of flow in Consciousness*. Cambridge: Cambridge University Press, 1992.
- CZIKSZENTMIHALYI, M. *Creativity: flow and the psychology of discovery and invention*. New York: HarperCollins, 1996.
- DOWD, I. *Taking Root To Fly*. New York: Irene Dowd, 1981.
- EDDY, M. Access to Somatic Theories and Applications: Socio-Political Concerns. In: INTERNATIONAL JOINT CONFERENCE: DANCING IN THE MILENNIUM, 2000. *Proceedings...* Joint Conference, 2000a.
- EDDY, M. Movement Activities for Conflict Resolution. *The Fourth R*, Washington DC: CREnet, v. 92, p. 13-16, 2000b.
- EDDY, M. Dance and somatic inquiry in studios and community dance programs. *Journal of Dance Education*, v. 2, p. 119-127, 2002a.
- EDDY, M. Somatic practices and dance: global influences. *Dance Research Journal*, Congress on Research in Dance, v. 34, p. 46-62, 2002b.
- EDDY, M. Body Cues in Violence Prevention. *Movement News*, New York, p. 12-16, primavera, 2004.
- EDDY, M. The Practical Application of Body-Mind Centering® (BMC) in Dance Pedagogy. *Journal of Dance Education*, v. 6, n. 3, p. 86-91, 2006.
- FEITIS, R. Introduction to Ida Rolf talks about Rolfing and physical reality. In: JOHNSON, D. H. *Bone Breath and Gesture: practices of embodiment*. Berkeley CA: North Atlantic Books, 1995. p. 151-170.
- FELDENKRAIS, M. *The Elusive Obvious*. Capitola, CA: Meta Publications, 1989.
- FERNANDES, C. Sobre corpos vivos: pulsões de uma autenticidade em movimento. *Revista Encontro Teatro*, Goiânia, n. 3, p. 43-63, jul. 2016. <http://teatroritual.com/wp-content/uploads/2017/03/miolo_revista_encontro-3.pdf>
- FORTIN, S.; SIEDENTOP, D. The Interplay of Knowledge and Practice in Dance Teaching: What We Can Learn From a Non-Traditional Dance Teacher. *Dance Research Journal*, v. 27, n. 2, 1995.

- FRALEIGH, S. H. Good intentions and dancing moments: agency, freedom and self-knowledge in dance. In: NEISSER, U. (Ed.). *The Perceived Self: Ecological and Interpersonal Sources of Self Knowledge*. Cambridge: Cambridge University Press, 1993.
- GARDNER, H. *Creating Minds: an anatomy of creativity seen through the lives of Freud, Einstein, Picasso, Stravinsky, Eliot, Graham, and Gandhi*. New York: Basic Books: Perseus Book Group, 1993.
- GALEOTA-WOZNY, N. Ouch: dancers find a path out of pain with the Feldenkrais Method®. *Dance Magazine*, Nov., 2002.
- GALEOTA-WOZNY, N. Somatics 101. *Dance Magazine*, July, 2006.
- GRAHAM CO PROGRAMME NOTES. *Program notes - the show was at the Kaufmann Concert Hall in the 92Y*. [New York], 1998.
- GREEN, J. Student Bodies: dance pedagogy and the soma. In: BRESLER L. *International Handbook of Research in Arts Education*. Netherlands: Springer International, 2007. p. 1119-1132.
- GREEN, J. Somatics: a growing and changing field. *Journal of Dance Education*, v. 2, n. 4, p. 113, 2002.
- GRIFFIN, T. Trisha Brown. In: TEICHER, Hendel. *Trisha Brown: Dance and Art in Dialogue 1961-2001*. Andover: MIT Press, Addison Gallery of American Art, 2001. p. 30.
- GUILD FOR STRUCTURAL INTEGRATION. *Ida P. Rolf, Ph.D.: 19 May 19, 1896 – March 19, 1979*. 2017. Disponível em: <<https://www.rolfguild.org/ida-p-rolf-ph-d->>.
- HAAG, M. Elsa Gindler, p.1-4, 2002. Disponível em: <www.JacobyGindler.ch/gindler.html>.
- HANNA, J. A Nonverbal Language for Imagining and Learning: Dance Education in K-12 Curriculum. *Educational Researcher*, v. 37, n. 8, p. 491-506, 2008.
- HANNA, T. *Bodies in Revolt: a primer in somatic thinking*. Novato, C: Freeperson Press, 1985.
- HODGSON, J. *Mastering Movement: the life and work of Rudolf Laban*. New York: Routledge, 2001.
- ISMETA. *Scope of Practice*. 2003. Disponível em: <www.ISMETA.org>.
- JOHNSON, D. H. *Bone, Breath and Gesture: practices of embodiment*. Berkeley CA: North Atlantic Books, 1995.
- KNASTER, M. *Discovering the Body's Wisdom*. New York: Bantam Books, 1996.
- LAENG-GILLIATT. A conversation with Charlotte Selver. *Living Responsively*, p. 1-3, [19--]. Disponível em: <http://www.livingresponsively.com/Articles/A_Conversation_with_Charlotte_/body_a_conversation_with_charlotte_.html>.
- MANGIONE, M. The origins and evolution of somatics: interviews with five significant contributors to the field. 1993. Tese (Doutorado) – The Ohio State University, Columbus, Ohio, 1993.
- MATT, P. A *Kinesthetic Legacy: the life and works of Barbara Clark*. Tempe A: CMT Press, 1993.
- NAGRIN, D. *How to Dance Forever: surviving against the odds*. New York: Harper Collins, 1988.
- PARE, S. Interview with Judith Aston. *Structural Integration*, Boulder-CO, Summer, p. 5-8, 2001.
- PARE, S. Interview with Judith Aston Part II. *Structural Integration*, Boulder-CO, Winter: p. 8-11, 2002.

- ROLF, I. *Rolfing: the integration of human structures*. New York: Harper and Row Publishers, 1977.
- ROLF, I. Excerpts from Ida Rolf talks about Rolfing and physical reality. 1978. In: JOHNSON, D. H. *Bone, Breath and Gesture: practices of embodiment*. Berkeley CA: North Atlantic Books, 1995. p. 172-180.
- ROSS, J. *Anna Halprin: experience as dance*. Berkeley, CA: University of California Press, 2007.
- SALTONSTALL, E. *Kinetic Awareness*. New York: Kinetic Awareness Center, 1988.
- SHAPIRO, S. *Dance, Power and Difference: critical and feminist perspectives on dance education*. Urbana, IL: Human Kinetics Publisher, 1998.
- SWEIGARD, L. *Human Movement Potential: its ideokinetic facilitation*. New York: Dodd-Mead, 1974.
- TODD, M. *The Thinking Body*. New York: Dance Horizons, 1937.
- TODD, M. *The Hidden You*. New York: Dance Horizons, 1953.
- UNITED STATES TRAGER ASSOCIATION. 2018. Available on: <<https://member.tragerus.org/>>.

DRA. MARTHA EDDY: é Certified Movement Analyst (CMA), Registered Somatic Movement Therapist (RSMT), possui doutorado em Educação e Ciência do Movimento com especialização em Fisiologia do Exercício e Desenvolvimento Curricular. É autora do livro *Mindful Movement: the evolution of the somatic arts and conscious action* (2016). É reconhecida mundialmente por seus estudos em somática. Criou o método Dynamic Embodiment Somatic Movement Therapy; foi cofundadora do Moving On Center; ex-presidente da Influence International Somatic Movement Education and Therapy Association e atualmente dirige o Center for Kinesthetic Education, que abriga o www.EmbodyPeace.org. Ensinou nos programas de certificação da School for Body-Mind Centering™ e do Laban/Bartenieff Institute of Movement Studies. Atuou nas universidades de Columbia, Princeton e do Estado de Nova Iorque e conduziu diversas residências artísticas nos Estados Unidos e internacionalmente. Atualmente, ministra cursos intensivos na educação superior que estão conectados com os programas de certificação que dirige.

CLARA TRIGO: é Professora da Escola de Dança da Universidade Federal da Bahia (UFBA), é mestra em Artes Cênicas e graduada em Dança, pela UFBA. É dançarina e coreógrafa. Implementou e coordena o LabSomática, espaço de pesquisa, ensino e extensão relacionado a prevenção de lesões e abordagens somáticas. Desenvolveu a metodologia Instabilidade Poética®, na qual agrega aspectos de práticas somáticas, artísticas e pedagógicas. Criou o equipamento Flymoon® (2007), em parceria com a Physiopilates, que proporciona biofeedback, força, equilíbrio e propriocepção. Tem difundido seu trabalho em todo o Brasil e também nos Estados Unidos, Europa e América Latina. Contato: claratrig@gmail.com

DIEGO PIZARRO: é Docente do Curso de Licenciatura em Dança do Instituto Federal de Brasília (IFB). Doutorando em Artes Cênicas pela Universidade Federal da Bahia (UFBA) – orientado por Maria Albertina Silva Grebler – e cursa doutorado sanduíche na Universidade da Carolina do Norte (UNCG), EUA – orientado por Jill Green. Mestre em Arte contemporânea pela Universidade de Brasília (UnB). É dançarino, coreógrafo, educador somático (*practitioner*) certificado em BMC™ e GDS. Coordena o grupo de pesquisa e extensão CEDA-SI – Coletivo de Estudos em Dança, Educação Somática e Improvisação. Bolsista da Capes/PDSE/Processo n. 88881/187880/2018-01. Contato: diego.pizarro@ifb.edu.br

ISABEL TORNAGHI: Está em atividade profissional na área linguística desde 1997, como tradutora, professora, intérprete (simultânea, consecutiva e sussurrada). É educadora somática pelo *Moving On Center - School for Participatory Arts and Somatic Research*.