

# ★ CORPO, TRANSBORDA EDUCAÇÃO SOMÁTICA, CONSCIÊNCIA CORPORAL E EXPRESSIVIDADE

Thiago Sgambato

Artista da Dança, Ator e Performer, graduado pela Escola Superior de Artes Célia Helena.

CARON, Marina. **Corpo, transborda**: educação somática, consciência corporal e expressividade. São Paulo: Summus, 2021

**N**o campo das artes cênicas muito se discute sobre corpo, corporeidade e presença. Um artista da cena passa por diversos tipos de processos criativos que desafiam seu corpo em lugares distintos e que exigem uma conexão e entendimento profundo de si mesmo. Para isso, é necessário porosidade e disponibilidade para as percepções internas. Habitar a si mesmo, e ampliar a consciência interna de seu corpo. A partir disso, as relações com o outro, com o tempo e com o espaço são dilatadas e a pesquisa cênica começa a ocorrer mais organicamente, afastando-se de formas e encontrando lugares expressivos mais íntimos e autênticos.

O corpo – que por inúmeras questões sociais, políticas, econômicas e relacionais – já sofreu um adestramento, cada vez mais perde sua própria expressão corporal vinda de seus movimentos. Observa-se nas pessoas atualmente um enrijecimento e uma assimilação bidimensional corporal. Cada pessoa carrega sua história, vivências e atravessamentos no corpo. Não há como negar e muito menos esconder. O corpo fala. Nesse sentido, ressalta-se a importância para todos – e nesse caso mais especificamente para o artista da cena – do resgate, da conscientização corporal e da busca de identidade por meio de sua própria expressividade.

Marina Caron, mestra em artes da cena pela Escola Superior de Artes Célia Helena, especialis-

ta em Corpo: Dança, Teatro e Performance pela mesma instituição e especialista em dança contemporânea pela The Place – London Contemporary Dance School, tece uma vasta conexão e aborda de forma muito real, mesmo que de maneira poética em seu livro *Corpo*, transborda inúmeras questões relacionadas ao corpo cênico. A obra, que é fruto de seu mestrado, concretiza discussões a respeito da prática corporal, apresentando um repertório denso, intenso e provocativo deixando que o leitor se envolva e desperte curiosidade a respeito de seus próprios processos motores, emocionais e cognitivos. Ao longo de todo o livro, a autora também expõe sobre seus estudos e argumenta a favor da prática somática proposta por Piret e Béziers a respeito da coordenação motora como via fundamental de compreensão e resgate corporal. Nesta obra referencial, Caron registra que seu trabalho de resgate, consciência dos movimentos e investigação corporal ecoam a integração do corpo como um todo, levando ao transbordamento – e que cenicamente, mostra-se muito mais interessante, vulnerável e presentificado no momento da ação cênica, seja ela teatral, da dança ou performativa. Todas acontecendo em campos sensíveis e efêmeros.

A obra é um encantamento para artistas, estudantes e pesquisadores da cena pelo fato de que Marina Caron consegue registrar e, portanto, validar com convicção uma grande pesquisa que dia-

loga em inúmeros pontos de discussões teóricas e práticas da cena que a maioria dos artistas vivencia em um processo criativo. É interessante observar que, na obra, as passagens, inclusive as mais poéticas e as que demonstram afetividade presente no discurso, não tornam a pesquisa em si menos científica do que qualquer outra. Nesse sentido, Caron ultrapassa o conteúdo e a temática de sua obra e afina um importante registro de trabalho e pesquisa do campo artístico para a academia.

Na obra estão presentes e compartilhados procedimentos utilizados pela autora para o resgate, investigação e reorganização corporal. De fato, um presente para os amantes e estudiosos da cena. As chamadas “vias de acesso” provocam e abrem caminhos para o corpo cênico. Não são um ponto de chegada, mas sim uma preparação para o corpo do artista da cena: poroso, mais orgânico e visceral. Caron enumera esses procedimentos em quatro: enrolamento e extensão; estabilidade e mobilidade; fundamental e personalizado e rastros voos. Destaca-se também a inovação proposta de ao longo desse capítulo, no qual estão expostos os quatro procedimentos, utilizar QR codes disponibilizando ao leitor-pesquisador além do partilhamento escrito, vídeos ilustrativos da experiência ocorrendo no corpo de dois intérpretes. Caron também argumenta sobre a importância do trabalho acontecendo no corpo e não sobre o corpo. Vivencia-se, portanto, a experiência proposta para que posteriormente possa-se perceber e notar os acontecimentos psicofísicos. Não se trata, no entanto, de práticas que partem de imagéticos ou sensações subjetivas, mas sim de algo concreto a todos e que a autora costura durante toda a obra: os ossos e o funcionamento mecânico da organização psicomotora, pautada muito pelas abordagens e ideias de Piret e Béziers.

Durante a leitura, é notória uma ótica de que quanto mais se investiga internamente esse corpo, mais disponível encontra-se para explorar e ocupar externamente – seja na cena, na vida ou no mundo. Isso que aponto como investigação poderia

também ser chamado de cuidado. Cuidar do corpo acolhendo e devolvendo a ele uma condição natural e consciente que se expressa à sua maneira – com seus desejos, impulsos, medos e emoções distintas. Ponto esse também que é perceptivo na escrita do livro. Trata-se de um trabalho realizado com pessoas, com diferentes passagens e bagagens de vida. É belo de se ver como a autora leva isso de maneira crucial para o trabalho corporal, não sendo apenas uma panfletagem gratuita. Todas as histórias importam. Tudo já está no corpo. Afirma que é necessário a reorganização considerando esses percursos individuais. “Estava tudo inscrito ali. Inscrição corporal, que se refere ao que está dentro, guardado, como registrado internamente”, nas palavras da autora.

Um grande dilema presente no teatro e muito discutido durante processos artísticos-pedagógicos é a questão da contradição e divergência entre ação física, ação vocal e pensamento, que são muitas vezes compreendidos como pontos separados, sendo que fazem parte de algo em comum: o corpo. Não por acaso, na obra de Marina Caron, existe um espaço em um dos capítulos que reflete exatamente sobre essa cisão.

Ela narra que de fato ocorre essa separação entre corpo-mente devido a inúmeros acontecimentos histórico-sociais e que se deve reconhecer isso para que, posteriormente, comece uma busca de um corpo-mente integrado. Um trabalho constante para uma reprogramação – no melhor sentido da palavra – desse corpo. Essa cisão, portanto, impacta claramente sobre o conhecimento de si, sobre as percepções e sensações externas e que atravessam o corpo e que prejudicam as simbologias e o imagético em ação, fazendo com que o repertório investigativo se aproxime frequentemente de um realismo corporal.

Edgar Morin, filósofo, sociólogo e antropólogo francês cria a teoria do pensamento complexo que, transposta para essa reflexão, aqui se adequa devidamente. Ele renega a racionalização e a fragmentação do saber, buscando sempre uma verdade

absoluta. Muito pelo contrário, ele amplia as formas de pensamento e engloba diversas conexões, incluindo o contexto em discussão e a indeterminação como resposta. O corpo está também neste lugar. Nem sempre há respostas e efetivamente o corpo não é algo cartesiano. Caron comenta que as relações entre corpos acontecem na complexidade e na sobreposição. Histórias, momentos, percursos, afetações que acontecem de forma espontânea e outras de maneira planejada. Isso tudo e mais um pouco é corpo. Colocar-se em relação é um desafio. Colocar-se em relação na cena, é um duplo desafio. E que para isso, como a obra propõe, uma integração desse corpo auxilia na preparação de um artista da cena, que conseguirá cavar seu íntimo, se entregar com porosidade e perceber de maneira aguçada como lida com o externo em que está inserido. Caron comenta que o processo de expressividade é uma tarefa desafiadora assim como uma batalha. Uma tentativa de sair de sua pequenez de ser e estar e, expandir isso para fora, para o outro, para o mundo. Afinal, a troca expressiva é calcada em um lugar onde o corpo está integrado e as relações não são dicotômicas, são complexas.

Caron consegue trazer em seu livro *Corpo, transborda*, algo real e objetivo, principalmente para o artista da cena, que está em constante pesquisa corporal, e que durante a leitura muito provavelmente irá simpatizar e se enxergar em diversas passagens e reflexões acerca do corpo. Não só, mas também pelo motivo de que é difícil verbalizar da maneira que a autora faz sobre corpo. Pouco se vê escrito assim. No início do livro, ela expõe seu desejo de que a obra sirva de apoio para artistas, professores e pessoas interessadas em ampliar o conhecimento de si. Com certeza esse desejo irá - e já está se realizando.

Uma obra referencial, sensível e instigante. Não como um guia, um passo a passo ou uma leitura estritamente pautada na teoria. É sobre corpo, sobre gente. Nada mais admirável, acessível e catalisador do que uma obra como esta.