

Velhices na dança contemporânea: potencialidades e reinvenções mútuas¹

Diana Ramos Rodrigues



A dança sempre fez sentido na minha vida, muito embora ali na infância e na adolescência ela estivesse vinculada a metas inatingíveis, *collants* apertados e sapatilhas de ponta. As práticas semanais tinham por objetivo o aprimoramento da técnica e aprendizagem de novos passos e, embora feita de maneira cuidadosa pelas professoras, havia um discurso velado, inspirado em um projeto de dança ideal, nunca suficiente e distante do que eu/meu corpo apresentava enquanto possibilidade. Sou bailarina desde os cinco anos de idade e o fato da dança me despertar encanto e desejo de superação, fez com que eu me percebesse desejosa de levá-la adiante, enquanto profissão. A percepção que tinha era a de que, dançando eu me conectava com uma parte de mim que era força e sutileza, ao mesmo tempo.

Aos dezessete anos ingressei na graduação em dança, pela Universidade Anhembi Morumbi (UAM-SP) e fui apresentada a um novo modo de fazer, pensar a dança, pela primeira vez na minha vida, a dança que eu fazia ou tinha condições de fazer, era suficiente. Eu não deveria me frustrar mais por não levantar a perna tão alto ou não realizar três giros seguidos, realidade muitas vezes encontrada no universo das academias de dança semelhantes às que frequentei na infância e adolescência. A compreensão de dança vinculada a um pensamento restrito, recheado de estereótipos limitantes, sobretudo ao alcance e validação de quem pode ou não dançar, ainda se faz presente em diversos contextos que trabalham com a linguagem. Inclusive, foi esse o imaginário de dança que me formou até o ingresso na graduação.

Ao longo dos três anos e meio em que cursei dança, fui apresentada a outras compreensões sobre a área, a primeira delas, validando-a enquanto linguagem da Arte, autônoma, produtora de conhecimentos próprios, não vinculada a outros saberes, embora versátil para dialogar, somar e potencializá-los. Esta informação é importante uma vez que há uma tendência de vincular a dança ao esporte, em função

¹ N.E. : Texto entregue na finalização do curso **Fragilidades: o envelhecimento sob a perspectiva da Gerontologia Social** do Portal do envelhecimento.

da similaridade encontrada na abordagem proposta dos cursos de educação física, sobretudo pelos estudos do corpo e movimento humano. (MORANDI, 2012). Quando associada à modalidade esportiva, a dança acaba por restringir-se a uma prática voltada à metas e objetivos vinculados ao alcance quantitativo de resultados, perdendo de vista seu potencial de validar as singularidades poéticas e estéticas próprias dos modos de criar e expressar de cada sujeito.

Outra constatação importante despertada a partir do ingresso na universidade foi a compreensão de que, para dançar não havia a necessidade de pré-requisitos, padrões corporais, roupas específicas ou obrigatoriedade de vinculação com a música. Assim, a dança se faz na relação entre o corpo, o tempo e o espaço. O estudo e refinamento técnico tinham por objetivo o entendimento dos usos eficientes do corpo na investigação de movimentos, sobretudo, pelo despertar da sensibilidade. As fronteiras entre técnica e criação passaram a ser borradas, possibilitando experimentar diversos modos de criar a partir do pertencimento e manutenção da presença nas práticas, ou seja, os processos passaram a ser preenchidos de sentido.

Nos aspectos relacionados ao ensino da dança, compreendi a importância de conhecer profundamente o enlace entre os objetivos, os conteúdos e a metodologia, considerando o contexto em que o ensino acontece. Embora haja aspectos valorosos nas pedagogias tradicionais de dança, passadas de geração em geração, faz-se necessário utilizá-las com criticidade, à medida em que podem estar imbuídas dos pensamentos restritivos e padronizantes da dança, os mesmos que descrevi no início deste texto.

Transversal a todos estes temas vivenciados na graduação, acrescento o fato de ter entrado em contato com as Somáticas (*Somatics*, HANNA, 1983 *apud* MILLER, 2011), enquanto área de conhecimento, também autônoma, cujas abordagens, métodos ou técnicas prescindem da compreensão do corpo enquanto soma, sem a separação entre corpo e mente. De modo a desenvolver a consciência corporal por meio de propostas que convocam a percepção e auto-observação detalhada e cuidadosa de si, as somáticas, em contato e interação com a dança, desenvolvem Saberes Sensíveis (COSTAS, 2010).

Neste momento de expandir os horizontes acerca da dança e das somáticas me propus a diversificar ao máximo as minhas experiências com a performance e o ensino da dança, frequentando estágios docentes em escolas de ensino formal, não formal, cursos livres, academias de dança voltadas para pessoas com e sem deficiência, em diversas faixas etárias. Pude também vivenciar ensaios e processos de criações em renomadas companhias de dança do cenário paulistano. Concluí a graduação com a máxima de que, se a dança acontece pelo movimento do corpo no tempo-espaço, não deveriam existir tantos impedimentos, logo, ela deveria ser tão diversa quanto a diversidade de corpos, tempos e espaços para o seu acontecimento.

Após a formação em dança e concomitante à especialização que eu cursava, fui contratada para trabalhar pela Prefeitura do Município de Angatuba/SP em aulas de dança com caráter de cursos livres para diversas idades. Naquele momento eu iniciava a minha atuação solidificando, pouco a pouco, a visão de uma dança ao alcance de todas as pessoas, mas não sem alguma resistência. Trabalhando com grupos de crianças, jovens, adultos e velhos, observei maior interesse neste último

recorte por duas razões principais. No caso das pessoas velhas, eu não estava buscando “somente” por romper com os estigmas do corpo que dança, apresentando a diversidade enquanto potência e possibilidade, mas, encontrei frente-a-frente todos os estereótipos vinculados ao envelhecimento, logo, uma barreira maior, mais espessa a transpor. Foi naquele instante que busquei mergulhar no assunto dança e envelhecimento, com o qual minha trajetória vem se desenhando até o presente momento, enquanto mestranda no Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena (PPGADC), pela Unicamp.

O que fui encontrando e elaborando, ao longo destes anos de trabalho com a dança e os processos de envelhecimento foi, num primeiro momento, a urgente e necessária validação do envelhecer. Digo isto porque as pessoas comumente procuravam as aulas pelo desejo de dançar para parecerem jovens ou atenuar os impactos do envelhecimento e ainda, em outro extremo, havia pessoas que jamais buscariam a prática pela percepção das restrições acometidas com a idade que as distanciavam daquilo que vislumbravam enquanto corpo aceito para a dança.

No primeiro contexto, vale a ressalva de que a dança, enquanto prática de movimentos, possui impactos bastante positivos e valorosos na propagação da saúde, além de tecer a ludicidade e o convívio em grupo, ferramentas imprescindíveis para se elaborar a velhice. No entanto, dançar para parecer jovem, acaba por esconder, limitar e até mesmo restringir o que a velhice traz enquanto potência de existência poética, estética e expressividade a que lhe são próprias. No segundo contexto, a negativa frente à possibilidade de se visualizar dançando, vem carregada dos conceitos de precariedade, declínio e doença, comumente vinculados ao envelhecimento (LE BRETON, 2013).

Após ter constatado esta problemática, vislumbrei pistas de que a dança e o envelhecimento poderiam contribuir, em retroalimentação, para a escrita de suas reinvenções, não no intuito de elaborar novos conceitos, mas de apostar no horizonte amplo que despontava à minha frente. Iniciei a minha pesquisa de mestrado movida por estas provocações.

Desenvolvimento

A primeira percepção que tive ao trabalhar a dança com pessoas velhas, era a de que nenhum dos estereótipos que definiam a velhice eram suficientes. Me aprofundando no assunto, constatei que a própria organização em recortes etários, numa tentativa legítima de aprofundar as especificidades de cada idade, acaba também por restringir as subjetividades a ela vinculadas. Contudo, a experiência prática de convívio aponta para outro caminho e urgência, o de considerar a velhice em sua pluralidade.

Encontrei fundamento àquilo que defendia e acreditava no conceito Velhices Múltiplas, da Gerontologia Social. Isso quer dizer que me incluo, a partir da perspectiva da dança, aos estudos que buscam despertar um alargamento da compreensão sobre o envelhecimento, defendendo, sobretudo, o questionamento de todas as características restritivas e limitadoras a que ele é vinculado.

O primeiro aspecto contido nesta reelaboração, aborda a velhice enquanto etapa da vida e conquista da humanidade, dado o aumento da expectativa de vida dos sujeitos velhos no mundo. Este pensamento a desvincula da doença e, por este motivo, alarga sua compreensão para além dos preceitos médicos que definem cartilhas e manuais para um bom envelhecimento. Longe de invalidar tais documentos, a crítica aqui se refere à problemática que vincula o envelhecer bem a tomadas individuais de decisão e ação, quando, na realidade, prescinde de ações vinculadas a políticas públicas, determinantes dos contextos onde os sujeitos vivem e dos acessos disponibilizados, que acabam por implicar muito mais na qualidade desta etapa de vida, visto que os acometimentos de doenças e problemas associados à idade são 25% determinados por genética e 75% pelo meio onde as pessoas vivem. Envelhecer bem não é uma escolha individual, mas uma escolha social (CÔRTE, 2023).

Outro aspecto, constitui a importância de desvincular a velhice de visões romantizadas, invalidando os reais desafios que o momento de vida apresenta. Um exemplo pode ser encontrado nos momentos em que observamos o tratamento infantilizado direcionado a velhos e velhas, com o uso de palavras no diminutivo. Tais discursos propagam a ideia de um envelhecimento ingênuo, vazio. Ao longo dos estudos das pedagogias da dança, compreende-se a importância da escolha das terminologias utilizadas, para que não reforcem ou apontem certos sentidos de inferioridade, sobretudo nas aulas oferecidas para crianças e velhos. Inclusive, os direcionamentos voltados à escuta de si, aos desejos e necessidades ao longo dos processos de envelhecimento, prescindem do quanto, na infância, fomos convidados a nos escutar. Assim, faz-se necessário que as experiências dos sujeitos se mantenham dignas, sejam valorizadas.

Tendo aberto todo este panorama vinculado à atribuição de outros sentidos e significados para o envelhecimento, chegou o momento de refletirmos, de que modo a dança se soma à difusão e validação das Velhices Múltiplas?

Quando se fala em dança, são muitos os imaginários que povoam as pessoas, portanto, primeiramente, se faz necessário definir os contornos e preenchimentos da linguagem. Atualmente, em meus estudos e atuações pedagógicas venho compartilhando conhecimentos produzidos pela dança contemporânea e as somáticas, fundamentando-os na técnica Klauss Vianna e no Método Feldenkrais, abordagens integrantes das minhas formações.

A dança contemporânea inaugura uma “ruptura epistemológica” (LOUPPE, 2012) no campo da dança, uma vez que o corpo em movimento torna-se, ao mesmo tempo, sujeito, objeto e ferramenta de seu próprio saber dando visibilidade a diferentes concepções de corpo, técnicas e ideais estéticos, assim, esta dança não se familiariza com a criação de estereótipos que convencionam corpos e modos padronizados de dançar e criar, ainda muito povoados pelo imaginário das pessoas, pelo contrário, ela contribui para a democratização ao acesso e para que sejam reivindicados lugares, outrora excluídos, é o caso das pessoas gordas, com deficiência ou velhos e velhas, como no caso dos meus estudos ao longo dos últimos anos.

Este modo de criar, pensar e fazer dança iniciou-se no final do século XIX, configurando-se por meio da complexidade das dinâmicas históricas e pluralidade de pensar, representar e configurar o mundo, “porque a dança não é um mero reflexo da

realidade que lhe é exterior, mas é sobretudo um processo de construção de formas e de sentidos através da ação do corpo” (LOUPPE, 2012, p. 07). A linguagem, compreendida como uma forma de cultura em si, foi movimentada de modo que a investigação de instrumentos e conhecimentos vislumbravam a construção da singularidade. “Ato poético gerado pela reinvenção do corpo” (*idem*, p.14).

Seguindo esta toada, o trabalho do bailarino, coreógrafo, diretor e pesquisador brasileiro Klauss Vianna (1928-1992), iniciado na década de 40, pelo desejo de instrumentalizar, quer dizer, produzir ferramentas para tornar acessível o ensino da dança, nos seus aspectos técnicos e criativos intrínsecos. Em suas aulas, trabalhava com uma diversidade de corpos e incentivava a dança vinculada à vida, de modo que o trabalho obtido em sala de aula pudesse ganhar potência nas situações mais corriqueiras do dia a dia. A pesquisa de Vianna adentrou o universo da dança brasileira, tendo como um de seus desdobramentos, a criação da técnica Klauss Vianna, sistematizada por Rainer Vianna e Neide Neves na década de 80.

A técnica Klauss Vianna de dança e somática (MILLER, 2012) constitui-se pelos princípios: abrangência de público, a dança enquanto não privilégio de bailarinos, valorização das singularidades e potencialidades de cada corpo, cuidado e respeito com o corpo, praticante pesquisador de si, não reproduzidor de movimentos, autonomia nas investigações de movimentos e escuta corporal (*idem*, 2007). O trabalho se constrói, em sua maior parte, por meio da metodologia da improvisação em dança e os professores, facilitadores desta técnica, possuem autonomia para criar suas próprias estratégias metodológicas a depender das características dos grupos com os quais o trabalho será desenvolvido.

Atualmente, tendo percorrido uma trajetória de nove anos em estudos e ensino da dança para pessoas velhas, observo o quanto, estar fundamentada na dança contemporânea e estruturada metodologicamente pela técnica Klauss Vianna, me permite vislumbrar ações que solidificam a percepção das velhices tal como o modo em que elas se apresentam, sem almejar desejos de juventude, e muito menos, precarizar as possibilidades desses sujeitos frente às dificuldades que apresentam. Assim, as velhices manifestam-se em minhas aulas de dança com muita potência e inteireza, à medida em que compõe conjuntamente com os temas de estudo, investigações geradas pela escuta sensível e atenta a si mesmas, fruindo suas expressividades e poéticas em fluxos de movimento pelo espaço.

O trabalho se inicia com um convite para escutar o próprio corpo e validar os desejos de movimento, de modo a garantir uma chegada à aula em segurança, convocando um primeiro estágio de elaboração da presença que diz respeito ao contato consigo. Neste momento, as pessoas acessam o movimento de maneira muito íntima e mapeiam seus corpos percebendo necessidades de abertura e cuidados que a prática do dia poderá demandar. Como desdobramento, iniciam-se os estudos aprofundados dos tópicos que constituem a técnica, a partir de diferentes estratégias que se direcionam para o objetivo de expandir as possibilidades e vocabulários de movimento, tais como, investigações de diferentes direções - frente, laterais, atrás - e níveis - alto, médio e baixo - do corpo no espaço; estudos da movimentação do corpo em partes e em sua totalidade; usos da velocidade; acionamento do tônus muscular em distintas intensidades; projeções e alcances do movimento. A esta etapa vincula-

se estados mais expandidos de atenção que levam às interações com o espaço e entre o grupo.

Há um aspecto transversal a estes estudos. Independentemente dos formatos, durações e configurações, todas as aulas de dança são nutridas de objetivos voltados à percepção de si, do próprio corpo, pela reorganização sensível do eixo corporal, também conhecido convencionalmente como postura. Vinculada a um trabalho intenso de ampliação dos espaços corporais, sobretudo em suas bases, os pés, são encorajadas criações em dança a partir da dinamicidade do corpo, ou seja, o eixo corporal não é tido como algo rígido e estático. Embora imprescindível às diversas faixas-etárias, tais estudos, quando direcionados aos sujeitos velhos, ganham importância ímpar pelo fato de que, ao envelhecer, por vezes, se perde a confiança nas bases do corpo, situação comprovada pelo levantamento da grande ocorrência de quedas vinculadas à faixa-etária em questão.

O leque de ferramentas apresentadas pelo trabalho incentiva certa radicalidade na conquista do “estado de dança” (MILLER, 2012), nutridos pelos sentidos, impulsos e desejos de manutenção do movimento, respeitando-se as limitações do corpo pela dosagem da energia demandada nas danças a partir da compreensão de produção de movimento em seus mais diversos alcances e projeções. Estes modos de fazer, investigar, produzir dança valorizam e compõem a expressividade desde as sutilezas. Próprias das somáticas, além de integrantes da metodologia e, muito caras a mim, enquanto pesquisadora da temática, a estrutura das aulas é elaborada por meio da proposição de perguntas, logo, não se trata de um trabalho que entrega respostas, mas provoca, de maneira porosa, a inventividade para mover, propagando o contato com as possibilidades de movimento e a iminência de conexões com as trajetórias, memórias e histórias de dança e de vida dos sujeitos participantes.

Os estudos da presença, presentes em todas as aulas, garantem a atualização do próprio corpo frente aos processos de envelhecimento de modo a despertar a consciência e não a paralisação pelo encontro com os limites. Com isto, vislumbro o potencial da dança para investir e dar condições para que cada sujeito velho dançante se perceba singular e valoroso em suas especificidades de existência. Cabe ainda apontar o fato de que, justamente por adentrar camadas muito profundas de si, o trabalho pode gerar diferentes desestabilidades também, pois as pessoas acabam por confrontar toda uma organização músculo-esquelética calcada em suas experiências de vida, assim, as proposições devem se dar de maneira sutil, lenta e respeitosa, sempre dialogantes.

Tendo descoberto este panorama das contribuições da dança contemporânea para os processos de envelhecimento, proponho observarmos o assunto sob outra perspectiva: em que o envelhecimento pode ampliar as compreensões sobre a dança? Embora a linguagem venha se difundindo na proposta de quebra dos estereótipos a ela vinculados, ainda se faz presente no imaginário das pessoas, algum ideal de dança calcado nos virtuosismos de transposição de limites, alcance de velocidades, habilidades técnicas e, por que não, o corpo transparecendo juventude. Desta maneira, lanço a provocação: quando a velhice frequenta a dança, o que ela ensina?

Não é raro que pessoas mais jovens, ao assistir ou frequentar as minhas aulas de dança 60+, vinculem a aparente facilidade com que as propostas são desenvolvidas

à idade das participantes, no entanto, o trabalho objetiva explorar outras complexidades na investigação de movimentos, que não o desempenho técnico pelo acúmulo de habilidades, mas, pelo refinamento da sensibilidade e expressividade. Assim, a dança feita por velhos e velhas nos ensina ser possível validar as sutilezas através das quais o movimento se apresenta, importando mais os impulsos e desejos e menos o vigor contido na ação. A velhice na dança transforma tais aspectos incluindo a busca por outros sentidos, outros tempos e outras atmosferas para dançar. A investigação dos modos de produzir dança torna-se tão diversa quanto a diversidade dos corpos que ela compreende.

A radicalidade do trânsito dança-vida também ganha outros preenchimentos, uma vez que os movimentos se constituem dialogantes, intrínsecos às experiências de vida e vislumbres de futuro, trazendo para a arte um aspecto ordinário, plausível, acessível e valoroso. Danças e velhices, portanto, compõem-se e transformam-se à medida que se atualizam na processualidade, enquanto longas práticas de si (FOUCAULT *apud* NOBRE, 2021). Para as velhices, a dança viabiliza a atualização de seus processos, validando suas descobertas a cada dia e permitindo suas expressões singulares em dignidade e valor. Para a dança, as velhices auxiliam no alargamento de seu acontecimento, apresentando outras poéticas e expressividades, cujas potências de vida reinventam modos de existência.

Conclusão

O sobrevoo no envelhecimento a que me propus realizar por meio da escrita deste artigo, foi atravessado pelas lentes da dança e movimentou-se tanto na defesa da multiplicidade do envelhecer, por meio da abertura e compartilhamento das estratégias utilizadas nas aulas, como na proposição do alargamento das compreensões sobre a linguagem, tendo o envelhecimento atuação fundamental para corroborar com outros modos de produzir dança e povoar os imaginários. Longe de oferecer respostas prontas e simplistas, frente às problemáticas emergentes, os meus estudos têm vislumbrado, sobretudo, a partilha das possibilidades encontradas ao longo destas atuações como enfrentamento aos modos convencionados de se pensar a dança e o envelhecimento.

As problemáticas que envolvem ambos os temas acima mencionados, encontram-se solidificadas por raízes profundas, difundidas cultural e socialmente de modo que as soluções efetivas necessitam mudanças estruturais e amplas, vinculadas à produção de políticas públicas, tanto na seara do envelhecimento quanto da dança, sobretudo para haja maior alcance. Venho me aproximando, cada vez mais, de espaços que difundem reflexões importantes e se somam no desejo de ampliar os horizontes destas compreensões, promovendo atitudes que reforçam e validam a importância e urgência de tais temáticas.

Ao longo de minha trajetória, pesquisando dança e envelhecimento, transitei por diversos contextos, mais ou menos receptivos à prática, mas que, em alguma medida, viabilizaram a construção destas reflexões, sobretudo, pela possibilidade de encontro e convívio com os velhos e velhas que partilharam comigo suas danças, reflexões, inquietações, desejos, afetos e potências de vida, engrandecendo também os meus

próprios passos de dança. Coloco-me atuante, aliada e em processo nesta jornada de modo a alargar seu alcance, garantindo que a diversidade de corpos velhos e danças adentre e confronte, tecendo novos entendimentos e criando outras ressonâncias.

Referências

COSTAS, Ana Maria Rodriguez. *As contribuições das abordagens somáticas na construção de saberes sensíveis da dança: um estudo sobre o Projeto Por que Lygia Clark?* Campinas, SP: [s.n.] 2010.

LE BRETON, David. *Antropologia do corpo e modernidade*. Trad. LOPES, Fábio dos Santos Creder – 3. ed. – Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

LOUPPE, Laurence. *Poética da dança contemporânea*. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.

MILLER, Jussara. *A Escuta do corpo: sistematização da Técnica Klauss Vianna*. 2 Ed. São Paulo: Summus, 2007.

_____. Dança e educação somática: a técnica na cena contemporânea. In: Orgs.: WOSNIAK, Cristiane e MARINHO, Nirvana. *O avesso do avesso do corpo: educação somática como práxis* - Joinville: Nova Letra, 2011.

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

MORANDI, Carla. O descompasso da dança e da educação física (p. 95-112). In: STRAZZACAPPA, Márcia, MORANDI, Carla. *Entre a arte e a docência: a formação do artista da dança*. - 4 ed. - Campinas, SP: Papirus, 2012.

NOBRE, Isadora Di Natale. *Corpo e velhice: tecendo novos arranjos*, 1 ed – São Paulo: Portal do Envelhecimento, 2021.

Data de recebimento: 25/11/2023; Data de aceite: 15/12/2023

Diana Ramos Rodrigues - É artista da dança, professora e pesquisadora. Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena, Unicamp. Pós-graduada (nível especialização) em Técnica Klauss Vianna pela PUC /SP. Graduada em Dança e Movimento (bacharel e licenciatura) com foco em Educação Somática pela UAM /SP. Especialista em Técnicas Somáticas: Sistema Feldenkrais (2014). Integra o Coletivo Selenitas com ênfase em performance, pesquisa, formação de público e ensino das artes da cena, na cidade de Sorocaba/SP. Atua como professora de dança no Sesi, unidade Sorocaba/SP, assim como, em cursos livres e no programa de extensão UNIVERSIDADE (Unicamp) para o público-alvo 60+, com o qual desenvolve seus estudos e pesquisa entre a dança e os processos de envelhecimento. E-mail: dianamosrod@gmail.com