

LOLA BRIKMAN

# A LINGUAGEM DO MOVIMENTO CORPORAL



**summus  
editorial**

Do original em espanhol  
*EL LENGUAJE DEL MOVIMIENTO CORPORAL*  
Copyright © 1989, 2014 by Lola Brikman  
Direitos desta tradução adquiridos por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**  
Editora assistente: **Salete Del Guerra**  
Tradução: **Lizandra Magon de Almeida**  
Capa: **Alberto Mateus**  
Imagem de capa: **Ely Serebreni, fotografada por Alexander Schachter**  
Projeto gráfico e diagramação: **Crayon Editorial**  
Impressão: **Sumago Gráfica Editorial**

**Summus Editorial**  
Departamento editorial  
Rua Itapicuru, 613 – 7ª andar  
05006-000 – São Paulo – SP  
Fone: (11) 3872-3322  
Fax: (11) 3872-7476  
<http://www.summus.com.br>  
e-mail: [summus@summus.com.br](mailto:summus@summus.com.br)

Atendimento ao consumidor  
Summus Editorial  
Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado  
Fone: (11) 3873-8638  
Fax: (11) 3872-7476  
e-mail: [vendas@summus.com.br](mailto:vendas@summus.com.br)

Impresso no Brasil

# SUMÁRIO

<i>Considerações da autora a respeito desta edição</i>	9
<i>Prefácio à quarta edição</i>	13
<i>Introdução</i>	15

## **PRIMEIRA PARTE**

1 A importância da expressão corporal	21
2 Um resumo da expressão corporal argentina	27
3 A expressão corporal: rápidas definições	33
4 A expressão corporal como disciplina	35
5 A busca da linguagem do movimento corporal	37
6 Enquadramento teórico para a linguagem corporal	39

## **SEGUNDA PARTE**

7 A profissionalização	51
8 Movimento	59
9 Energia	63
10 O corpo	67
11 O corpo orgânico	69
12 Espaço	75
13 Tempo	81
14 Qualidades do movimento	95
15 Criatividade	99
16 Considerações didáticas gerais	109

<i>Reflexões finais</i>	111
<i>Epílogo</i>	113
<i>Apêndice – Identidade e movimento</i>	115
<i>Bibliografia selecionada</i>	125

## CONSIDERAÇÕES DA AUTORA A RESPEITO DESTA EDIÇÃO

**M**ais de quatro décadas se passaram desde a primeira edição desta obra. As transformações vividas em todos os âmbitos, sejam sociais, políticos, científicos, tecnológicos, espirituais – e particularmente na atividade artística – foram incríveis.

Por isso, o que move esta quinta edição revista, atualizada e ampliada é o profundo desejo de oferecer todas as ferramentas possíveis para lidar com as mudanças que vislumbramos desde então.

Quantas coisas permanecem as mesmas? Quantas mudaram e quantas se mantêm em contextos culturais, socioeconômicos e políticos totalmente diferentes?

Neste texto, trataremos de uma experiência artística e de vida profissional na qual propomos alguns ideais relativos aos aspectos facilitadores do treinamento para a preparação corporal que favoreça o melhor modo de expressão. Essa ideia vem sendo desenvolvida desde os anos 1970, e nela se configuraram fortes vínculos humanos, amor à profissão, comprometimento de professores e alunos com o ambiente social pedagógico e artístico, orientados com muito entusiasmo para aproximar os valores da arte e do movimento não apenas no plano do espetáculo de dança, mas também na vida cotidiana.

Enorme desafio que foi sendo construído no dia a dia.

Nosso trabalho se iniciou quando buscamos maneiras de encarar as transformações no plano artístico-teatral que sur-

giam na Argentina. Começou na década de 1960, à época do Movimento Di-Tella (ruptura com os esquemas tradicionais), a vanguarda. Nos caminhos artístico-pedagógicos do conservatório para crianças Collegium Musicum, de Buenos Aires, foi trabalhada a relação música-movimento, dirigida pelos professores Ernesto Epstein, Guillermo Graetzer (método Orff) e pelas pedagogas Violeta Hemsy de Gainza – pianista, educadora e psicóloga musical – e Patricia Stokoe, precursora da expressão corporal na Argentina, que, com um grupo de colegas, realizou e organizou os primeiros grupos de estudo de pedagogia da dança, dos quais tive o prazer de participar – ao lado de Perla Jaritonsky, Regina Katz, Nora Minyersky, Julieta Raichman, Inés Carretero, Eliseo Rey, Haydé Dante e Mónica PENCHANSKY. Colaboramos nas primeiras propostas artísticas e pedagógicas de expressão corporal e formamos o primeiro “Grupo de dança experimental”. Patricia, discípula de Rudolf Von Laban, utilizava seu método de “dança moderna educacional” nas aulas.

O grupo de estudos se reunia nas manhãs de quarta-feira e os participantes contribuía com materiais, especialmente aqueles relacionados à música e ao movimento. Estudávamos os métodos de Dalcroze, Edgar Willems e Carl Orff e elaborávamos planos e abordagens essenciais para as aulas de música.

Pessoalmente, entendi que a expressão corporal como treinamento para o artístico não favorecia apenas o caminho para a dança de palco, mas principalmente contribuía para o pleno desenvolvimento humano, sem predeterminar um modo de expressão artística. Tinha um significado maior: atender aos valores associados à semiótica da expressão do corpo em suas possíveis aplicações, que já eram vislumbradas.

A proposta da primeira edição de *A linguagem do movimento corporal*, publicada pela editora argentina Paidós em

1973, foi traçada como um diálogo socrático com um grupo de alunos em um seminário com duração de três anos. O fecundo intercâmbio de ideias possibilitou estabelecer referências para o treinamento, o que trouxe ferramentas mais eficientes para aperfeiçoar a criatividade nas diversas situações que a vida propõe. Os resultados podem ser vistos no desempenho de nossos discípulos e na ação preventiva e social que se revela na atualidade, e nos dados obtidos em estatísticas colhidas nos últimos anos.

Nosso compromisso nos convida, nesta nova edição, a comunicar um subsídio que contribua para a educação pela arte – como saída profissional artístico-pedagógica e também cênica –, favorecendo processos de crescimento pessoal e a inclusão de pessoas com deficiência e em situação de vulnerabilidade social. Tal contribuição favorece o desenvolvimento do potencial vital como um todo e também dos vínculos gerados no cotidiano e no plano performático.

Passamos por quatro etapas:

1. **A oficialização da formação profissional** em expressão e linguagem corporal facilitou o contínuo foco nos processos artísticos de ensino-aprendizagem, promovendo atualizações constantes nas pesquisas referentes ao desenvolvimento e ao crescimento pessoal e profissional em contato com a arte.
2. **Diferentes espaços cênicos da prática aplicada.** Um caminho para as novas tendências da dança – *performers*, construções etc.
3. **Educação formal e não formal** – promoção da saúde e da dança comunitária.
4. **Grupos em situação de vulnerabilidade social.**

Espero que esta nova edição seja lida à luz das aplicações atuais, contribua para novos desenvolvimentos e reforce os valores nos quais foi gestada: direito à expressão, à autonomia responsável sobre si mesmo, cuidado solidário com os outros e com o meio ambiente.

Na primeira parte do livro, abordaremos os aspectos de um treinamento corporal harmonioso, a relação do corpo com o espaço, o tempo, a energia e a criatividade, a fim de habilitar uma semiótica da linguagem do movimento corporal aplicável às diferentes situações que a vida propõe.

A segunda parte, “A profissionalização”, trata do diálogo sócrático realizado com os alunos, o que permitiu que as reflexões feitas pelo grupo gerassem uma fecunda apropriação de saberes.

Nas conclusões, são relatadas as reflexões finais sobre os horizontes desenvolvidos pelas novas gerações em pessoas com deficiência e como instrumento de inclusão social.

No apêndice, você encontra o trabalho “Identidade e movimento”, preparado para a Associação Argentina de Musicoterapia nos anos 1990.

## PREFÁCIO À QUARTA EDIÇÃO

O próprio fato de este livro da professora Lola Brikman ter chegado à sua quarta edição denota tão claramente a importância de sua contribuição para o mundo do movimento que me sinto até inibida em acrescentar estas reflexões a título de prefácio.

Esta obra foi e continua sendo fruto de uma profunda e ampla pesquisa sobre a expressividade do movimento e das abundantes conquistas de que cada indivíduo pode desfrutar.

Enfoca, ainda, as possibilidades de comunicação entre os participantes de um grupo e entre eles e o espectador.

O aporte que a expressão corporal traz à dança e a outras manifestações de arte, especialmente teatrais, é muito importante.

As metas propostas pela autora são resgatar o movimento total, enriquecê-lo internamente, aprofundar e desenvolver a comunicação expressiva.

Nestes escritos, seus ideais são transmitidos por meio de diálogos reflexivos, psicológicos e analíticos da realidade. Nelles, sua conduta leva o indivíduo a submergir a fim de extrair a riqueza do que há de mais profundo em si, enquanto cada partícula da superfície do corpo se torna uma boca ávida por absorver o externo para assumi-lo e reenviá-lo, como se no fundo, como a luz, atingisse um espelho e voltasse a se projetar.

A autora também leva em conta a tomada de consciência do peso, da dimensão, do espaço, do tempo, da energia – advêm daí o movimento e sua comunicação.

Em suma, a leitura de *A linguagem do movimento corporal*, além de ser guia para profissionais da área, é prazerosa por sua generosidade, sinceridade e perenidade.

• *Paulina Ossona*

Bailarina, coreógrafa e precursora da  
dança moderna na Argentina  
Buenos Aires, janeiro de 1999

## INTRODUÇÃO

O ser humano, principal protagonista da história, sujeito-autor de seu próprio destino, é parte responsável pela produção humana. Segundo o filósofo e pesquisador francês Paul Chauchard, há muito mais de solidariedade e de crescimento positivos na humanidade do que de destruição, como demonstram a coragem da criação, da ciência, da tecnologia e os pequenos gestos da vida cotidiana, familiar, de relacionamento... Esses feitos da humanidade, que no momento estão em grande risco, não são fruto de uma pessoa em particular, mas resultado de uma cultura. É a construção coletiva que, de repente, ganha corpo em uma pessoa que, ao encarregar-se de suas peculiaridades, permite-se fazer sínteses.

Elaboraões que se configuram em obras de arte, realizações científicas, técnicas... cotidianas. A história nos ensina tudo isso, e, em nosso caso, quem nos mostra é a história da arte, que permanece além do tempo e do espaço...

No início do terceiro milênio, a crise por que passa o conceito de produção industrial – com a ideologia do Estado de bem-estar social sendo substituída pelo novo paradigma das tecnologias de ponta, marcado pela globalização – convida-nos a repensar as pautas das quais nos nutrimos. Com base nelas criamos essa disciplina artística, tendo a convicção de que contribuiríamos para um mundo mais humano e sensível diante dessas mudanças aceleradas, multimidiáticas, muitas vezes alienantes, que influem nas relações humanas e

na produção artística. São indicadores que reforçam a ideia de que a educação para a mudança sustentada no afeto, o bom contato humano e o fortalecimento dos valores éticos contribuirão para evitar o desumano.

Entendemos que a arte, em particular a arte do movimento, por sua profunda conexão com o “eu criador”, nas palavras de Nietzsche, contribui para prevenir a desumanização, um dos riscos que se vislumbram. *Já na década de 1970 observamos que um estímulo provoca diferentes reações em diferentes sujeitos.*

Essa observação permitiu intervir em estratégias pertinentes diante das diversas situações que se apresentavam, respeitando gostos, afinidades e ajudando a superar dificuldades.

Tal enfoque preparou as bases para a atenção à diversidade no treinamento corporal.

Em um momento de mudanças aceleradas como o que percorremos hoje, é imprescindível refletir sobre essa proposta. A noção de mudança se apresenta como um fato inevitável, necessário, constante, passível de nos sobrepujar, dadas as transformações sociais, econômicas e tecnológicas que irromperam e demarcam novos contextos.

Mesmo que nem sempre essas transformações sejam sinônimo de progresso, tentamos, com essa disciplina, abrir um espaço para o desenvolvimento harmonioso do ser humano, visando um melhor contato humano.

O corpo em movimento significa ação, um intercâmbio de vivências.

A prática educativa pelo movimento favorece a inclusão, ajuda diferentes aprendizagens. Nessa perspectiva, o processo expressivo outorga à “criatividade” um lugar preponderante, facilitador de aprendizagens para a aquisição de habilidades; em síntese, ajuda “para a vida”.

A criatividade no movimento é possível a todos. Constitui-se tanto individualmente como em grupo, permitindo a comunicação. Ao mesmo tempo, contribui para elevar a autoestima e tende a favorecer comportamentos autônomos, responsáveis e solidários, segundo nossa curta experiência.

Tem relação com uma pedagogia aberta, com um espaço de livre criação, com objetivos, metodologia e técnicas orientadas a valorizar a pessoa. O sujeito se nutre na realidade, a transforma e faz sínteses no mesmo processo. Todo fato criativo não necessariamente é arte, mas a arte é criativa e ajuda a melhorar a qualidade de vida. O material que oferecemos nesta edição justifica o lugar que a expressão corporal merece no currículo escolar.

Entre os desdobramentos de nossa atuação estão os trabalhos de discípulos publicados em *Cinco encuentros*, editado em Buenos Aires, em 1999, pela Fundación Arte y Movimiento e pela editora Ecos em Palermo com patrocínio do Fondo Nacional de las Artes. Sementes plantadas que estão dando novos frutos.

Um olhar artístico abrangente e preciso que ao mesmo tempo abre e renova perspectivas, parafraseando Paul Chauchard:

[...] A expressão corporal, formação pelo ritmo, por atitudes e gestos, oferece uma via formadora da descoberta e da beleza em si e no mundo do qual vamos participar. [...] Felizmente, os tempos estão em vias de mudança. A criação artística não será julgada como o capítulo da estética discutível de uma cultura intelectual. Em uma cultura autêntica, que considera indispensável a formação humana, a criação do jovem e a recriação do adulto desvirtuado, a beleza surgirá como harmonização equilibradora de si mesma, fonte do que nos é mais necessário: a paz

interior, o gozo no recurso a nós mesmos, a autoaceitação, a lucidez que não é egoísmo, mas descoberta de nossa dimensão comunitária, que nos obriga a comunicar autenticamente, a estender a mão em vez de cerrar o punho.



# PRIMEIRA PARTE

## 1 || A importância da expressão corporal

**A** nova edição deste livro mostra que o movimento se revela no fazer e, como diz o poeta, “o caminho se faz ao caminhar”.

Por mais que existam tendências que considerem a *expressão corporal* uma forma de dança, nosso ponto de partida criativo define essa disciplina como uma linguagem expressiva não verbal na qual se revelam as diferentes linguagens artísticas que podem ir além da dança. Ou seja, para um treinamento adequado, o corpo em movimento “em estado de arte” denota presença pessoal na interação grupal.

É fato bastante conhecido a presença do corporal na e para a vida. Mover-se é tão comum que não nos damos conta... mas continuamos em movimento. É a maneira simples, fácil, próxima e profunda de que dispomos em nosso modo de estar no mundo.

Nesse sentido, podemos dizer, parafraseando um provérbio chinês, que “ouço e esqueço. Vejo e recordo. Faço e compreendo”.

Assim como todos os conteúdos, não é de todo certo, mas contém sabedoria; não nos esquecemos de tudo que ouvimos nem nos lembramos de tudo que vimos. No entanto, acredito que compreendemos melhor aquilo que podemos fazer. Mas há bloqueios, amarras, fobias, inibições e compulsões que limitam as ações em padrões repetitivos, sem nenhuma outra possibilidade ou saída. A compreensão se relaciona com o que consigo fazer – não consigo compreender por que me sinto fraco; não consigo compreender por que me sinto deprimido; não consigo compreender por que hoje me sinto vigoroso e alegre. De modo que sequer agir leva a uma compreensão absoluta.

Todos temos a nosso alcance uma grande variedade de hábitos. Poderíamos utilizar alguns em determinada oportunidade e outros, em outra.

*O treinamento corporal consciente e sensível ajuda o reconhecimento pessoal.* Mas esse reconhecimento não é tão fácil quanto parece. É necessário dar-se oportunidade, um tempo para se olhar para dentro. Recorrer a todas aquelas pessoas que contribuem para o crescimento pessoal nesse enfoque para resolver os problemas de relação com nosso corpo, com nosso entorno e a inter-relação que isso implica.

*Os saberes que as competências agregam ao domínio do vocabulário corporal possibilitam uma aprendizagem permanente; desse modo, facilitam a liberdade de escolher entre diferentes formas de agir.* Isso está ao alcance de quem descobriu a si mesmo e, conseqüentemente, descobriu suas possibilidades e limitações; de quem teve a sorte de ter mestres que o tenham iniciado em aprender a aprender, nas competências e habilidades para continuar aprendendo. Mestres esses que ensinam música e não unica-