



ZIMMERMANN, Elisabeth Bauch. Relacionando a consciência do corpo com a psicologia profunda. Campinas, SP: Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Artes; Docente; Chefe do Departamento de Artes Corporais.

### RESUMO

A educação do corpo, das emoções, da mente e dos valores evidencia os diversos níveis da existência humana. Na primeira fase de vida a criança existe quase que exclusivamente como corpo e tem uma grande necessidade de movimento. Entende-se o corpo como uma realidade somática e psíquica, cujos significados precisam ser desvendados, um arquivo vivo de experiências. O movimento tem um significado próprio na sua realidade espacial e na sua expressão dinâmico-afetiva.

A formação como pedagoga de dança da Escola de dança da UFBA, sob a influência de Rolf Gelewski, dançarino e pedagogo alemão que atuou no Brasil de 1960 a 1988, incluiu uma experimentação detalhada do corpo, dos vários recursos de movimentação e a inclusão do corpo simbólico no processo criativo.

Foi desenvolvido um trabalho integrado de exercícios de conscientização corporal, improvisação em dança e expressões livres através do desenho, aplicados a todas as faixas de idade, no desdobramento de diversos temas: percepção e configuração de espaço, tempo e energia; improvisação e composição de movimentos relacionados com peças musicais selecionadas e imagens interiores.

**PALAVRAS-CHAVE:** processos criativos: psicologia profunda: dança.

### ABSTRACT

Education of the body, emotions and values give evidence to the various levels of human existence. During the first phase of life the child exists almost exclusively as a body and has a great need of movement. One comprehends the body as a somatic and psychic reality, whose meanings have to be revealed. The movement has a meaning in itself, in its spatial reality and its dynamic-affective expression.

The formation as a dance teacher at the School of Dance of the Federal University from Bahia, under the influence of Rolf Gelewski, a german dancer and teacher who worked in Brazil from 1960 to 1988, included a detailed experience of the body, the various movement resources and the inclusion of the symbolic body in the creative process.

It was developed an integrated work of body awareness, dance improvisation and free expression through drawing, applied to all ages, developing various themes: space, time and force perception and configuration; improvisation and composition of movements related to selected music parts and inner images.

**KEYWORDS:** creative processes: depth psychology: dance.

A proposta deste trabalho é descrever um estudo de temas da psicologia analítica de C.G.Jung, referentes ao desenvolvimento humano, combinado à aplicação de certos métodos na pesquisa da dança (introduzidos por Rolf Gelewski na Escola de Dança da UFBA) resultando numa experiência de movimento associado a vivências imaginativas.

Minha formação de dança, sob a influência de Rolf Gelewski, dançarino e pedagogo alemão que atuou no Brasil de 1960 a 1988, incluiu uma experimentação detalhada do corpo, dos vários recursos de movimentação e a inclusão do corpo simbólico no processo criativo. As áreas do conhecimento e da expressão sempre permaneceram próximas em minha formação. Experimentei a associação de conteúdos teóricos da psicologia com vivências criativas da dança, percebendo nessa combinação um processo formativo consistente e observei que o estudante de dança poderá se beneficiar dos conhecimentos da psicologia tanto na atuação como dançarino, quanto na habilidade de ensinar, nas diversas fases de idade e na compreensão profunda do aluno.

A conjugação do movimento meditativo e criativo com a expressão de imagens interiores em vivências imaginativas – proposta neste trabalho – possibilita um processo de integração dos estados emocionais do indivíduo. Assim, os vários aspectos opostos ou polares da personalidade podem vir à consciência, acompanhados das emoções conectadas com as imagens emergentes. Estas realidades novas, emergindo do inconsciente, tanto em sua dimensão pessoal como coletiva vão enriquecer e completar a percepção consciente do indivíduo.

No início da vida, podemos observar a comunicação não verbal da criança como uma linguagem vital. Neste estágio, os movimentos servem como único meio de comunicação. Em seu livro *A Criança*, Neuman (1980) descreve como ela, em seu primeiro ano de vida, existe quase que exclusivamente como corpo, a totalidade única e delimitada do indivíduo que ocorre pela unidade biofísica do corpo. A partir desse self corpóreo, forma-se, lentamente, o eu como centro do campo de consciência da criança. Até esse eu se formar, muitas experiências terão sido armazenadas no corpo, podendo, mais tarde, emergir como imagens ou estados emocionais durante a movimentação.

Para Jung, o inconsciente é a matriz da consciência; é nele que estão aguardando as novas possibilidades de vida. Além dos componentes esquecidos ou reprimidos que constituem o inconsciente pessoal, a psicologia analítica concebe uma dimensão mais ampla e profunda, denominada inconsciente coletivo, que resulta das experiências da humanidade em toda sua história de desenvolvimento.

A maneira que o ser humano tem de aprender e lidar com situações típicas e significativas, tais como o nascimento, a morte, a luta contra os perigos da natureza, a maternidade ou paternidade, entre outras, é condicionada por esta dimensão psíquica. Jung concluiu que, assim como o corpo humano é produto de um longo processo evolutivo, nossa mente inconsciente também se constitui através das experiências psíquicas que o ser humano repetiu em toda sua evolução. Trata-se de um processo que permite ao homem vir ao mundo já preparado psiquicamente para lidar com as situações de vida que seus antepassados enfrentaram.

O que é transmitido hereditariamente são potencialidades, predisposições, possibilidades de ação e de imaginação e não as próprias ações e imagens prontas. Essa herança organiza-se em padrões de percepção e comportamento denominados arquétipos. Jung descreveu os arquétipos como as *matrizes do inconsciente coletivo da espécie humana*.

As imagens ou temas arquetípicos – como o herói, a mãe, o pai, a criança, o mestre, o discípulo, a busca do tesouro, a luta com o dragão – são considerados tão típicos de nossa espécie como nosso comportamento biológico de comer, dormir e reproduzir. (BYINGTON, 1996, p. 32)

Embora o potencial arquetípico seja igual em todos os seres humanos, a realização dele vai depender de fatores ambientais, raciais, culturais, familiares etc. O indivíduo vai dar sua resposta pessoal a cada situação típica da vida.

O desenvolvimento do indivíduo se dá na interação entre a personalidade manifesta, centrada no ego e a inteireza potencial, centrada no self, o arquétipo central do desenvolvimento do ser humano. Estas etapas de desenvolvimento apresentam-se com regularidade em todo ser humano. Podemos ver o processo caminhar de um self corpóreo inconsciente no início da vida para uma formação gradual do ego em interação com o

meio ambiente. Na fase adulta, o self e o ego estão bem separados e há um predomínio da racionalidade e do pragmatismo. Na fase madura e na velhice há um retorno à inteireza da personalidade e o ego volta a relacionar-se com o self num encontro consciente.

Entende-se que o corpo é uma realidade simbólica, inserido num espaço igualmente simbólico. Para quem se dispõe a pesquisar e a se ater às mensagens que o corpo expressa, elas são fontes inesgotáveis de dados proveitosos no trabalho pedagógico e artístico.

Estar presente no corpo nos possibilita buscar a saciedade e a plenitude. Não estar à mercê da divisão constante entre antes e depois, da pressão exercida pelo tempo objetivo e pelas demandas sociais. “O indivíduo que percebe e manifesta a vida interior,... tem a experiência quântica da vida.” (Mindell, 1989).

A volta para o corpo e os estados afetivos nele ocultos poderão levar à renovação de fontes de energia mais ou menos bloqueadas, devendo estas ser procuradas unicamente no próprio corpo. A dimensão somática possui uma capacidade perceptiva própria, que se distingue da consciência mental em muitos aspectos. Possui uma memória mais antiga e mais ampla, pois conserva o registro de fatos que não estão mais presentes na consciência. Essa memória vai além da história individual e possibilita clareza e certeza nos comportamentos corporais especificamente humanos, como pode ser observado, por exemplo, em situações de agressão, defesa e reprodução.

A educação do corpo, das emoções, da mente e dos valores evidencia os diversos níveis da existência humana. Na primeira fase de vida a criança existe quase que exclusivamente como corpo e tem uma grande necessidade de movimento. Entende-se o corpo como uma realidade somática e psíquica, cujos significados precisam ser desvendados, um arquivo vivo de experiências. O movimento tem um significado próprio na sua realidade espacial e na sua expressão dinâmico-afetiva.

Rolf Gelewski desenvolveu um trabalho integrado de exercícios de conscientização corporal, improvisação em dança e expressões livres através do desenho, aplicados a todas as faixas de idade, no desdobramento de diversos temas: percepção e configuração de espaço, tempo e energia; improvisação e composição de movimentos relacionados com peças musicais selecionadas e imagens interiores. Ele introduziu em suas aulas e seus recitais a improvisação livre, após ter trabalhado por décadas com a improvisação estruturada e composição coreográfica. Escreve então:

E como deleite e movimento provêm, intimamente unidos, da mesma fonte, podemos dizer que dança e alegria são um, que a dança nasceu da alegria, e que é a alegria, oculta no mundo, nas coisas e no homem, que nos impele para dançar. (Gelewski, 1972, p.17)

Na improvisação, a relação consciente de movimento e música abre muitas possibilidades de percepção. Abrange desde o cumprimento exato, fiel e minucioso dos detalhes musicais através da dança até a inteira liberdade desta ante a música. Não se trata de ignorar estruturas e expressões musicais, mas de responder a esta com inteira liberdade e espontaneidade.

Rolf, em suas aulas, dizia que na improvisação livre, tratava-se da reação rápida à música e do encontro imediato com as próprias forças vitais, bem como da tentativa de deixá-las atuar através do constante exercício de coragem, confiança e empenho.

A improvisação livre é um misto de catarse e moldagem, mas, principalmente, um meio de lidar com as emoções e outras áreas irracionais. O indivíduo é tratado como um todo e não como um ser preponderantemente racional. Na improvisação, podemos movimentar-nos livremente, sem ponderar coisa alguma, dando clara expressão aos impulsos vitais que, continuamente e de forma dinâmica, emergem do âmago de nosso ser.

Entretanto, essa liberdade nem sempre nos é dada desde o princípio. Desde que iniciei meu trabalho como pedagoga de dança, ficou claro para mim, que eu teria que criar alguns exercícios de improvisação estruturada que se prestassem à preparação para a improvisação livre. A improvisação estruturada é considerada um método para a realização de uma movimentação corpórea criativa, que procura conduzir a pessoa gradativamente a uma experiência e realidade do corpo, as quais devem culminar com sua libertação das limitações e desconfiças que a educação, a convenção e as vivências pessoais inserem nele.

Audições de música, exercícios de imaginação, realização de células de movimento a partir de diversas estruturas visuais e musicais, de narrativas e poesias, propostas espaço-temporais, estudos de formas elementares, enfim tudo que se preste ao desenvolvimento da experiência da criação em dança será apresentado ao estudante e ao profissional de dança. Os passos para a improvisação livre aspiram, primordialmente, a uma concentração e flexibilidade interior, que possibilite ir ao encontro da música numa relação substancial. Em seguida, são evocadas a imaginação, a comunicação e a força de expressão. Passamos por um processo de união dos níveis físico, emocional e mental e de uma ligação mais profunda da consciência com dimensões da experiência inconscientes do nosso ser. Damos forma a nossos pensamentos, sentimentos e intuições, e podemos, assim, nos dar conta deles.

## **Conclusão**

Uma vez que os processos do inconsciente não são diretamente observáveis, a consciência individual mais e mais passou a incluir em seu trabalho de diferenciação a descoberta do corpo como busca de si mesmo, vivenciando-o como sujeito e não como objeto que realiza ações utilitárias. O corpo, em sua dimensão simbólica, nos coloca em contato com imagens, desde as mais elementares até as abstratas e complexas. A psique e o corpo se expressam na linguagem das imagens simbólicas.

As dificuldades existenciais de nossa época podem ser transformadas se entrarmos em contato com os processos vivos em nós e se permitirmos que uma atitude simbolizadora, que restabelece a correlação entre consciência e inconsciente coletivo, se manifeste. Precisamos aprender a lidar com a complementaridade inerente à relação corpo psique, possibilitando a integração e superação das oposições psíquicas e do mundo em que vivemos.

Tanto quanto sabemos, somente dentro de um corpo é que o crescimento humano, psicológico e físico, é possível. Ele é nossa arca, nossa baleia, o útero do Ego. Pode ser também nosso professor conduzindo-nos para descobrir o que não é possível, ligando-nos ao mais alto. (Jung, 1961: 324).

Todo criador tem uma meta especial, tenha ele consciência disso ou não: ele quer alcançar uma intensificação de sua experiência, quer emprestar força e expressão aos conteúdos de sua realidade interior, e achar o caminho para uma nova consciência.

## **Bibliografia**

- BYINGTON, C. **A Pedagogia Simbólica**. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1996.
- DAVES, F. **A comunicação não verbal**. São Paulo: Summus, 1979.
- FRANZ, M. L. v. **O processo de individuação**. In: JUNG, C.G. O homem e seus símbolos, Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2006.
- GELEWSKI, R. **Estruturas Sonoras 1**. Salvador: Nós, 1973.
- \_\_\_\_\_. **Ver, ouvir, movimentar-se**. Salvador: Nós, 1972.
- HUMBERT, E. G. **Jung**. São Paulo: Summus, 1985.
- JAFFE, A. **O mito do significado**. São Paulo: Cultrix, 1993.
- JUNG, C. G. **A energia psíquica**. Petrópolis: Vozes, 1983.
- \_\_\_\_\_. **A natureza da psique**. Petrópolis: Vozes, 1984.
- \_\_\_\_\_. **Aion**. Petrópolis: Vozes, 1988.
- \_\_\_\_\_. **O eu e o inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 1984.
- \_\_\_\_\_. **Memórias Sonhos Reflexões**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1985.
- JUNG, C.G.; et al. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.
- JUNG, C.G.; WILHELM, R.-**O segredo da flor de ouro**. Petrópolis: Vozes, 2007.
- KAST, V. **A dinâmica dos símbolos**. São Paulo: Loyola, 1997.
- MINDELL, A. **O corpo onírico: o papel do corpo no revelar do si-mesmo**. São Paulo: Summus, 1989.
- NEUMANN, E. **A Criança**. São Paulo: CUTRIX, 1995.
- ZIMMERMANN, E.B.; **Corpo e Individuação**, org. Petrópolis: Vozes, 2009.