

COSTA, Ana Cláudia Pinto da. **Danças Hebraicas de Louvor: performance ritual do corpo como território sagrado das “forças ocultas” da Cabala, a Árvore da Vida.** Belém: Universidade Federal do Pará/PPGARTES. Doutoranda em Artes; Orientadora Giselle Guilhon. Professora-Artista; Focalizadora de Danças Circulares Sagradas.

RESUMO: O presente trabalho é fruto de uma pesquisa doutoral em andamento, no campo das Artes, acerca das Danças Hebraicas de Louvor, coreografias contemporâneas transmitidas por meio da pedagogia das Danças Circulares Sagradas. As coreografias compõem o repertório de doze danças do trabalho autoral da dançarina e coreógrafa Frida Zalcman. Essas danças ou orações corporais são a “tradução” dançada das orações cantadas na Sinagoga da Congregação Judaica do Brasil, no Rio de Janeiro, onde Frida é adepta. Neste trabalho preparatório, será premente reconhecer os elementos característicos das simbologias na prática das Danças Hebraicas de Louvor, que será decodificada e lida por meio da concepção de performance ritual como território sagrado do corpo. Esta investigação se insere num estudo mais amplo acerca das chamadas orações corporais, norteadas, neste caso específico, pelos preceitos da Cabala, a Árvore da Vida, levando-se em consideração seus quatro mundos e suas emanações energéticas (*sefirót*). A Antropologia da Dança é o campo teórico e metodológico que possibilita observar e compreender a “dança” – movimentos, passos, gestos, expressividade, simbolismos, entre outros elementos – em sua relação com o contexto no qual ela é transmitida e ritualizada (ambiente das Danças Circulares Sagradas). Trata-se de uma pesquisa de cunho etnográfico e autoetnográfico, cujo trabalho de campo está em fase inicial.

PALAVRAS-CHAVE: Orações Corporais, Danças Hebraicas de Louvor, Danças Circulares Sagradas, Performance Ritual.

Hebrew Dances of Praise: ritual performance of the body as sacred territory of the "occult forces" of Kabbalah, the Tree of Life

ABSTRACT: The present work is the fruit of a doctoral research in progress in the field of the Arts, about the Hebrew Dances of Praise, contemporary choreographies transmitted through the pedagogy of the Sacred Circular Dances. The choreography, composes, the repertoire of twelve dances of the author's work of the dancer and choreographer Frida Zalcman. These dances or body prayers are the danced "translation" of the prayers sung in the Synagogue of the Jewish Congregation of Brazil, in Rio de Janeiro, where Frida is an adept. In this preparatory work, it will be urgent to recognize the characteristic elements of symbologies in the practice of the Hebrew Dances of Praise, which will be decoded and read through the conception of ritual performance as sacred territory of the body. This investigation is part of a wider study of the so-called bodily prayers, guided in this specific case by the precepts of the Kabbalah, the Tree of Life, taking into consideration its four worlds and their energetic emanations (*sefiroth*). Dance Anthropology is the theoretical and methodological field that allows to observe and understand "dance" - movements, steps, gestures, expressivity, symbolism, among other elements - in its relation with the context in which it is transmitted and ritualized

(environment of Sacred Circular Dances). This is an ethnographic and auto-ethnographic research whose fieldwork is in the initial phase.

KEYWORDS: Body Prayers, Hebrew Dances of Praise, Sacred Circular Dances, Performance Ritual.

*“O mundo inferior foi feito à imagem do mundo superior.
O inferior não é senão o reflexo do superior,
para que a unidade seja perfeita”. (Rabi Shimon)
(GRAD, 1979 apud SENDER, 2003, p. 97).*

Meu encontro com as Danças Circulares Sagradas, e especificamente com as Danças Hebraicas de Louvor, vai além das palavras escritas neste texto. Foi necessário sorver meu corpo em dança-oração, a fim de compreender as orações corporais. O rigor das estruturas de movimentos já conhecidos e impregnados em meu corpo foram diluindo-se, e ao mesmo tempo, agregando-se aos movimentos encharcados de leveza e simbologias, dando passagem aos movimentos das Danças Hebraicas de Louvor. Deixo-me fértil. Concebo e gesto as orações corporais, a partir do meu útero, espaço sagrado da criação, do nascimento, renasço, onde tudo é vida.

O movimento circular repetitivo, os ritmos musicais, os simbolismos e as cosmologias implícitas nas orações, me chamam a estar presente e sentir a potência dos significados nelas contidos. Teço os movimentos, delimito minhas bordas, e vou além.

Nesta escrita, a árvore será o símbolo para decodificar os elementos característicos das simbologias na prática das Danças Hebraicas de Louvor, lida por meio da concepção da performance ritual como território sagrado do corpo. No processo de aproximação com o âmago da pesquisa fico vulnerável, receptiva aos gestos e movimentos contidos no repertório das danças, incorporo cada gesto simbólico dos movimentos, as forças ocultas e a cosmovisão existente, e neste estado de vulnerabilidade me permito sair da superfície em direção ao encontro das profundezas de mim mesma, e absorver no corpo as simbologias e significados neles contidos.

O trabalho pretende dar continuidade a pesquisa realizada no Mestrado, na qual a oração corporal *Malachim*¹ foi a dança investigada, e que

¹ São “Mensageiros”, significa anjos em hebraico.

não se refere a nenhuma *Sefirá*² contida no diagrama da Árvore da Vida, porém, a dança tem um significado ritual importante, pois seus passos revelam a intenção do praticante em conectar-se com o seu anjo mensageiro que o ajudará a adentrar nos mundos da Cabala³, a fim de realizar uma caminhada satisfatória até o Criador. Realizada a conexão com seu mensageiro e em companhia dele, pretende-se que o praticante inicie sua caminhada como um instrumento de interpretação para decifrar o mundo por intermédio das orações corporais.

A investigação será elaborada por meio dos movimentos realizados, a partir da observação participativa e da autoetnografia, na qual o corpo será ao mesmo tempo subjetividade e comunicação de um conteúdo que se encontra entre esses mundos na Árvore da Vida.

O estudo justifica-se em contribuir com pesquisas nesta área do conhecimento que são necessárias, preenchendo, deste modo, algumas lacunas e contribuindo para ampliar a compreensão do corpo como território sagrado, e das “forças ocultas” que estão contidas nos ensinamentos da Cabala. Por se tratar de um assunto inédito, ainda não investigado cientificamente na área da Dança, e se tratando de um trabalho autoral, creio ser de suma importância para o movimento nacional de Danças Circulares Sagradas, pesquisar esse conjunto que Zalzman denomina de orações corporais.

Arar a terra...

...será crucial compreender preliminarmente como Zalzman concebe as orações corporais e como elas nascem a partir da organização dos mundos da Cabala.

Adepta do judaísmo, Zalzman percebia que durante as orações cantadas nos ritos litúrgicos da sinagoga, havia uma quantidade mínima dos adeptos que sabiam ler em hebraico e, assim, não entendiam o que oravam. Percebendo essa dificuldade dos adeptos, veio a luz, a ideia de conectar a oração entoada dessas liturgias e transformá-las em movimentos de dança,

² Forma singular de *Sefirót*.

³ Cabala é uma palavra hebraica que significa “Receber”, é a “[...] tradição mística do judaísmo, conjunto das concepções [...] a respeito da compreensão de Deus, do universo, da natureza da alma humana do homem e de sua tarefa aqui no mundo” (SENDER, 2003, p. 15).

como uma força potente de sentir corporalmente o que oravam. O trabalho foi muito bem aceito, e todos os adeptos puderam ter a experiência de dançar as orações cantadas nos ritos litúrgicos dentro da sinagoga. Foi então que Frida deu início ao estudo aprofundado dos ensinamentos da Cabala, com o propósito de dar sustentação ao seu trabalho. Porém, as orações corporais extrapolaram os muros da sinagoga e chegaram ao movimento das Danças Circulares Sagradas. Não é meu intuito neste texto aprofundar o percurso histórico das Danças Hebraicas de Louvor.

A sabedoria da Cabala é fundamentada em três livros sagrados: a *Torá*⁴, o *Zohar*⁵ e o *Sêfer Ietsirá*⁶, os quais contêm todos os mistérios das forças ocultas do universo, e quando bem estudados e compreendidos podem nos levar a uma vida de realizações significativas, segundo Mecler (2013, p. 17).

Pretendo, a partir de agora, desvelar e narrar a criação das orações corporais por Zalzman sustentadas pelos ensinamentos da Cabala, a Árvore da Vida, representados pelos quatro mundos e suas respectivas *Sefirá*, coreografias, inseridas no sistema das Danças Hebraicas de Louvor.

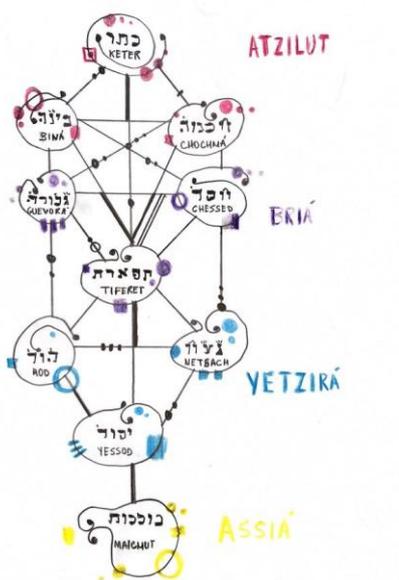
Essa construção necessitará de um olhar em movimento para entender a performance ritual existente nos gestos, nos movimentos representativos dos valores culturais e sociais da tradição judaica, especificamente contida nos referenciais da Cabala, onde o diálogo entre ambos se dá permanentemente. Ver Figura 1:

⁴ A *Torá* – o antigo testamento da Bíblia, também denominada “Os cinco livros de Moisés”, denominados de Gênesis – Êxodo – Levítico – Números – Deuteronômio é o mais codificado de todos os textos (MECLER, 2013, p. 17).

⁵ O *Zohar* – que antecipou em muitos séculos importantes descobertas da ciência (Ibid., p. 17).

⁶ O *Sêfer Ietsirá* – um pequeno pergaminho repleto de fórmulas sobre o funcionamento do universo, considerado também o mais antigo livro de astrologia da humanidade (Ibid., p. 17).

Figura 1 – Cabala, a Árvore da Vida.



Fonte: Desenho em aquarela e grafitti por Maurício Franco, 2013.

A fim de ampliar esse olhar, detalho a seguir como esses mundos e as *Sefirót*⁷ estão dispostas na Árvore da Vida, deixando aparente seu conteúdo filosófico, tentando construir uma teia de diálogos entre esses conteúdos.

Nessa construção perpendicular em movimento transversal vou mais fundo, com o propósito de perceber as simbologias ocultas no diagrama; me deixo transportar por meio de cada leitura, percebendo os entrelaçamentos e a presença nítida de uma potência sublime representada pela energia sutil que salta de cada esfera, as *Sefirót*. Coloco-me à disposição do universo para que a minha alma leia e entenda todos os símbolos ali representados e distribuídos entre os quatro mundos, e assim, transpor para a escrita a mensagem sentida. Sendo assim, me abro e me coloco a serviço dessa energia sutil para que os sentimentos que aqui serão narrados possam retratar o que é difícil exprimir em palavras.

Representadas pelas dez esferas, as *Sefirót*, de acordo com os ensinamentos da Cabala, manifestam-se em quatro densidades diferentes de matéria, da mais sutil – denominada de *Ketér* – a mais densa, chamada de *Malchut*, gradativamente, em direção descendente. Isso significa que, no ato

⁷ As potências e modos de atuação do Deus vivo. [...] No Livro da Criação onde o termo se origina, ele significa os dez números arquetípicos (de safar = contar), considerados como os poderes fundamentais de toda existência [...] (SHOLEM, 2009, p. 121).

da Criação, a luz emanou da fonte original e, à medida que dela se distanciou, ficou cada vez mais densa, ou seja, o universo criado contém quatro graus que se sobrepõem, tendo como medida as noções de espírito e matéria. Esses graus são chamados de “mundos”. Entende-se, então, que os mundos superiores são sutis e espirituais, e os mundos inferiores, densos e materiais. Entende-se também que os mundos sutis estão mais próximos à fonte, e os mundos densos, mais distanciados.

Adequado observar que a intenção neste texto específico não é o aprofundamento no estudo da Cabala por sua complexidade e linguagem, e por ser um sistema cheio de mistérios a desvelar. O que pretendo abordar são apenas os fundamentos básicos do diagrama, e possibilitar ao leitor uma viagem fluida e interessante pelo interior dos mundos e suas respectivas *Sefirót*, objetivando a compreensão da criação do sistema das Danças Hebraicas de Louvor.

Zalcman entende a Cabala como uma complexa interação de dez emanções energéticas primordiais, chamadas por ela de portais de comunicação, as *Sefirót*, a qual nomeia cada uma, com qualidades específicas, agrupadas em quatro mundos: 1) Mundo *Asiá* ou Mundo Físico, a *Sefirá* representativa *Malchut*; 2) *Yetzirá* ou Mundo da Formação, as *Sefirót* representativas *Yessod*, *Hod* e *Netzach*; 3) *Briá* ou Mundo da Criação, as *Sefirót* representativas *Tiferet*, *Guevurá* e *Chessed*; 4) *Atzilut* ou Mundo das Emanações, as *Sefirót* representativas *Biná*, *Chochmá* e *Ketér*.

Dentro desses mundos o diagrama é a unidade elementar da Criação, a menor partícula indivisível contendo os elementos do todo, e cada um desses dez elementos possui um conteúdo. Tais elementos, em número de dez, chamados de *Sefirót*, estão representados por um complexo de símbolos cabalísticos referendados no diagrama. Nele, cada *Sefirá* (singular de *Sefirót*), ou portais de comunicação, como designa Zalcman (2008), se interligam pelos vinte e dois traços que são análogos às letras do alfabeto em hebraico e simbolizam os caminhos pelos quais fluem a luz infinita e a força criadora.

Para cada emanção, Zalcman (2008) atribuiu uma oração corporal de acordo com as características de cada um dos dez portais de comunicação ou *Sefirót* existentes nos mundos da Cabala. Portanto, duas das danças foram coreografadas, uma para representar a entrada na Cabala e outra, para

representar a saída da Cabala, perfazendo o total de doze danças que compõem o repertório do sistema das Danças Hebraicas de Louvor, sendo elas: oração corporal *Malachim* (dança que acompanha os praticantes antes da entrada na Cabala), oração corporal *Mode Ani Lefanecha*, oração corporal *Sefarad*, oração corporal *Haiom Arat Olam*, oração corporal *Kol Haneshama*, oração corporal *Avinu Malkeinu*, oração corporal *Mareh Cohen*, oração corporal *Dodi Li*, oração corporal *El Na Refana La*, oração corporal *Kadish*, oração corporal *Misheberach*, oração corporal *Marcas do Caminho* (dança de saída da jornada da Cabala). Cada uma dessas orações tem seu significado, entendendo, incorporando e experimentando, a partir delas, quatro conceitos básicos que definem a ideia do divino em relação ao ser humano, conforme ressalta: eu existo, eu sou amado, tudo é claro e eu sou sagrado, que se referem aos quatro mundos da Cabala, referidos anteriormente.

Esses portais de comunicação possuem seus atributos divinos. Tais atributos são interpretados tanto como um estado do universo, quanto podem ser lidos como estados de consciência, ou seja, podem ser lidos tanto microcosmicamente, do ponto de vista do homem, quanto macrocosmicamente, do ponto de vista do universo em geral.

Ao estabelecer tais observações sobre a representatividade das *Sefirót*, Zalzman (2008) propôs vivenciar essas emanções energéticas transpostas para os passos coreografados da dança, por entender que a Cabala é um movimento transformador, no qual um dos princípios é o equilíbrio entre o dar e receber, tornando-o, assim, universal e com uma linguagem acessível. E vivenciando tais emanções energéticas por meio do movimento rítmico do corpo e da repetição de mantras, cada oração corporal criada para as dez *Sefirót* é uma espécie de “gatilho”, um meio pelo qual o participante entra em contato com esses mundos da Cabala, onde supostamente acontece o encontro com o Criador. Para entendermos melhor, Zalzman (2007, p. 2) explica:

A oração corporal é uma respiração, uma maneira de vivenciar os rituais litúrgicos, abrindo espaço para percepções, reflexões e conexões. O movimento rítmico do corpo, do nigungim (mantras) ou das orações, se torna um meio de estar em contato com a fonte da vida, que para o judaísmo místico podemos chamar de Árvore da Vida, a Cabala. Elas são um meio de liberar a energia psíquico-mental e devolvê-la a terra através do corpo. Esta, na Dança Circular pelo espaço, a remete ao Cosmos.

A partir do entendimento de como Zalzman construiu todo o sistema das Danças Hebraicas de Louvor, baseado nos referenciais da Cabala, a Árvore da Vida, passo a desvelar o diagrama, aprofundando em cada símbolo existente seus significados e a oração corporal correspondente.

Semear...

...me impulsiona a despir-me das estruturas rígidas e das camadas densas que residem no corpo físico. Necessário deixar o corpo exposto e a alma receptiva para absorver todos os ensinamentos que a Cabala tem a oferecer. Não é fácil se liberar de preconceitos e negatividades acumulados no ego. E para seguir viagem é preciso chamar os anjos mensageiros, os *Malachim*, como são chamados em hebraico, para me ajudar a adentrar nos mundos da Cabala.

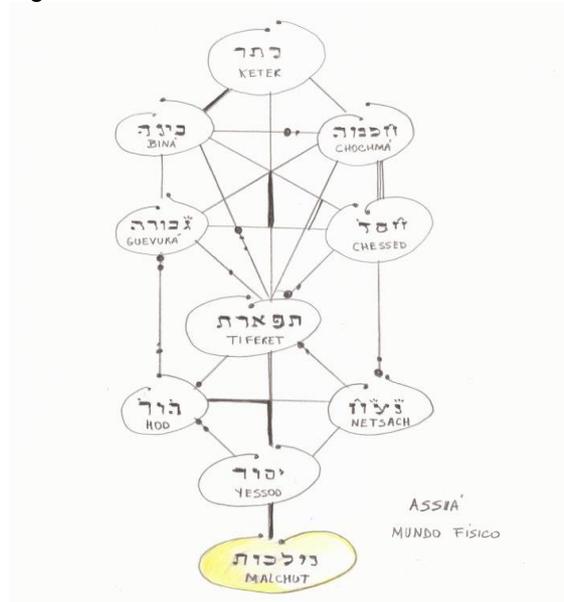
Despida e vulnerável, sigo caminho, deixo meu corpo sentir os movimentos, gestos, ritmos que pulsam em cada oração corporal, aprofundo no contato para absorver as simbologias que se revelam na performance ritual imersa em cada dança.

Tecer fios e me sentir parte, sentir sensações, que vão além da carne que envolve meu corpo e revelar o que constitui as forças não humanas, do Cosmos do universo. Neste lugar me converto para estar mais próxima, e me lanço em qualquer uma das direções ao encontro dos ensinamentos da Árvore da Vida.

Aberta às sensações, adentro na Árvore da Vida, inicio meu percurso, penetro na *Sefirá Malchut*, pertencente ao Mundo *Asiá* (Figura 2), é a dimensão do mundo físico da ação, única *Sefirá* na qual a matéria pode existir. O homem habita com seu corpo denso, no qual deverá trabalhar para a recuperação de seu estágio evolutivo ao seu estado original. “Presença e escolha são dois temas essenciais” (MECLER, 2013, p. 47). A oração corporal criada por Zalzman chama-se *Mode Ani Lefanecha*. Segundo ela, esta oração pertence ao grupo das orações da manhã. Ao dançá-la, tenta-se diminuir a dicotomia entre corpo e mente. A respiração traz um ritmo individual e progressivo, tomando cada vez mais partes do corpo. Aqui começa-se a atingir um estado de permanência com o corpo e o domínio sobre as sensações

carnais. Aqui se encontra um estado de consciência total. Aqui a percepção é: eu existo, tudo é perfeito.

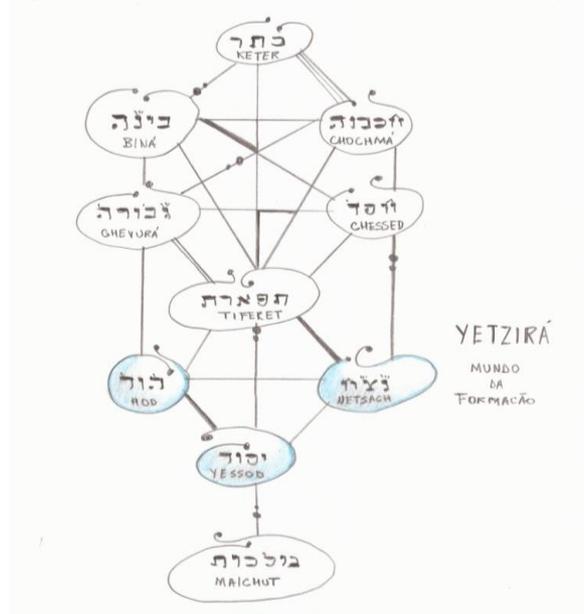
Figura 2 – Mundo *Asiá* ou Mundo Físico.



Fonte: Desenho em grafitti e lápis de cor por Maurício Franco, 2014.

Seguindo, transporto-me e me ligo ao Mundo *Yetzirá* ou Mundo da Formação. Este portal está composto de três *Sefirá*: *Yessod*, *Hod* e *Netzach* (Figura 3).

Figura 3 – Mundo *Yetzirá* ou Mundo da Formação.



Fonte: Desenho em grafitti e lápis de cor por Maurício Franco, 2014.

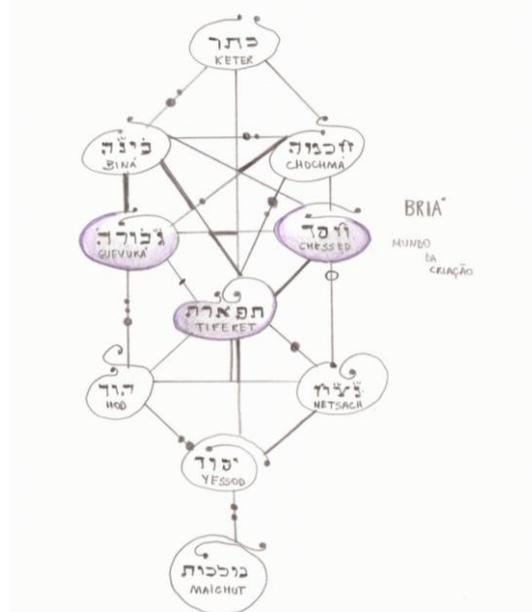
Na segunda dimensão encontro a *Sefirá Yessod*. A palavra-chave aqui é Propósito, é a saída de uma percepção puramente física do universo para ingressar no mundo espiritual. A terceira dimensão *Hod* está relacionada à palavra-chave Refinamento, no qual uma das razões para se estar vivo é fazer as coisas cada vez melhor, se aprimorar, se reinventar, por meio do desenvolvimento de virtudes como a generosidade e humildade. A quarta dimensão *Netzach* está relacionada à palavra-chave Permanência, e é responsável pela necessidade do homem de se relacionar com o outro. Estão em *Netzach* os processos individuais e os criativos, o nosso lado artista, poeta, músico e sonhador. Relacionada também à imortalidade, é uma grande chave do caminho espiritual. E assim Mecler (2013, p. 77) conclui: “O estudo da árvore da vida ajuda-nos a desentupir nossos canais receptores para que possamos ser preenchidos pela luz que vem do mundo infinito [...]”. Segundo Zalcmán, aqui se prepara o corpo para ir adiante com a alma desperta. Com o coração tranquilo, a mente se esvazia para dar lugar ao silêncio.

A oração corporal em *Yessod* chama-se *Sefarad*, ela tem o cuidado de demonstrar a riqueza de toda uma época da cultura dos judeus serafins através dos gestos e passos sutis com muita delicadeza, para focar toda a espiritualidade desse povo com tantas limitações impostas pelas outras linhas religiosas; em *Hod*, a oração corporal intitula-se *Haiom Arat Olam*. Aqui a dança retrata em seus gestos o ser humano como o maior propósito da Gênese, onde o amor de D’us por suas criaturas manifesta-se eternamente no universo; em *Netzach*, é *Kol Haneshama*, pertencente ao grupo dos Salmos, mais especificamente o Salmo 150, que convoca instrumentos ao louvor, representando as emanções humanas e seu potencial espiritual.

Aprofundo e teço linhas, mergulho, e ao vir à tona me encontro no Mundo *Briá* ou Mundo da Criação (Figura 4), habitado por arcanjos, é a ideia original da criação. Essas forças invisíveis referidas por Mecler (2013, p. 70-71) têm um destino e precisamos estar atentos para entendermos que:

[...] tais energias entram pelas portas que nós mesmos abrimos. Ao nível do corpo, se abrem pela ingestão em excesso de substâncias prejudiciais ao organismo, como o álcool, o fumo, os remédios, as drogas psicotrópicas e também o sexo. [...] o desejo sexual mal conduzido abre portas para essas energias.

Figura 4 – Mundo *Briá* ou Mundo da Criação.



Fonte: Desenho em grafitti e lápis de cor por Maurício Franco, 2014.

Na quinta dimensão, chamada *Tiferet*, residem os aspectos relacionados ao equilíbrio, à beleza e à harmonia. A principal ferramenta para adquirir o equilíbrio e a consciência contemplativa é a meditação, parte essencial do caminho cabalístico, portanto Mecler (2013, p. 71) afirma: “Mas a meditação só terá efeito desejado se realizada com permanência, com refinamento, estando atrelada a um propósito, e realizada por uma escolha consciente”. Aqui todos esses atributos fazem parte de uma percepção dentro do mundo das formas, e ao mergulharmos dentro de nós veremos que tudo não passa de ilusão, só o que é real é a presença de uma força única presente além de nós. Zalcmán (2008) diz que nesta *Sefirá* o espaço de ação é ampliado, saímos do nosso espaço restrito e nos deixamos levar a lugares ainda não visitados anteriormente. Este é o momento de se libertar de padrões predeterminados para abrir espaço ao novo. *Tiferet* é a beleza em todas as coisas: um pôr do sol, uma flor, um poema ou uma mente humana. A oração corporal para se chegar a esse estado chama-se *Avinu Malkeinu*.

Em Mecler (2013), o portal que dá acesso à sexta e à sétima dimensões são *Guevurá* e *Chessed* respectivamente. O acesso a elas é realizado por meio de duas palavras-chave, Disciplina e Amor, que são aparentemente distintas, mas acima de tudo, complementares.

Existe uma contra inteligência que nos acompanha desde nosso nascimento até o último suspiro de nossas vidas, e para dizermos não aos nossos aspectos destrutivos e seguirmos no caminho da plena realização, a Disciplina, palavra-chave da sexta dimensão *Guevurá* surge como uma virtude essencial.

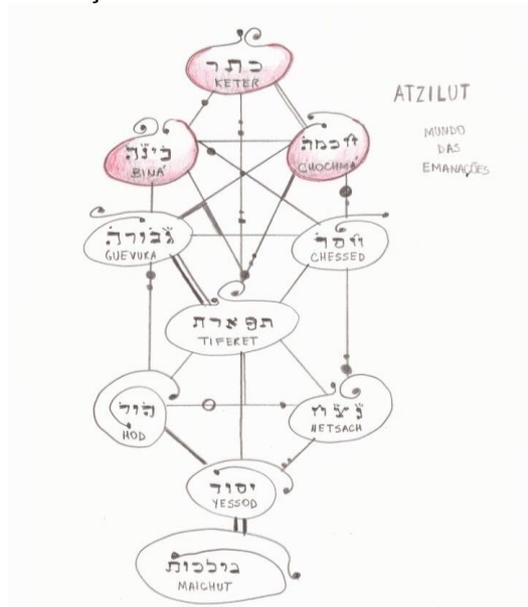
A sétima dimensão, *Chessed*, está associada à Virtude do Amor e também ao desejo de compartilhar, pois quando nos aproximamos da natureza do Criador nos aproximamos da nossa natureza divina.

A sexta dimensão *Guevurá* está relacionada à palavra-chave Julgamento. Dessa forma, há um equilíbrio entre *Guevurá* e *Chessed*, que passa a ter também um equilíbrio entre as palavras-chave Julgamento e Misericórdia. Assim, o equilíbrio entre a sexta dimensão *Guevurá* e a sétima dimensão *Chessed* é um portal de realizações.

Zalcman (2008) compreende que *Guevurá* representa o Julgamento, a Força e o Poder. *Guevurá* é contração. Sem o equilíbrio de *Chessed* (Misericórdia), se transforma em tirania e pode nos levar a sentimentos pequenos como o ódio e o medo. *Guevurá* canaliza energia espiritual necessária para a superação dos obstáculos, sendo fundamental para a transformação de nossa natureza. A oração corporal é intitulada *Mareh Cohen*. *Chessed* é a manifestação da misericórdia e gentileza no mundo. Representa o desejo de compartilhar, a doação incondicional, a mão que se estende em direção ao próximo. Seu principal atributo é a expansão. Como não podemos doar indefinidamente, a sétima dimensão *Chessed* se equilibra com a sexta dimensão *Guevurá*, o desejo de dar e receber. A oração corporal *Dodi Li* nos traz a possibilidade de atingir a expansão.

Aberta a sensação penetra no Mundo *Atzilut* ou Mundo das Emanações (Figura 5); suas palavras-chave são Entendimento e Sabedoria, relacionadas aos dois portais *Biná* e *Chochmá*, respectivamente. Em Mecler (2013), *Biná*, a oitava dimensão, tem como palavra-chave o Entendimento decorrente do estudo, inclusive porque a autenticidade e a dedicação estão na decodificação dos textos mais antigos da Cabala, em especial a *Torá*, o *Zohar* e o *Sêfer Ietzirá*, os quais trarão respostas que estarão a serviço do despertar do eu superior.

Figura 5 – Mundo *Atzilut* ou Mundo das Emanações.



Fonte: Desenho em grafitti e lápis de cor por Maurício Franco, 2014.

Já a palavra-chave Sabedoria está na nona dimensão, chamada *Chochmá*, que significa experiência pura, real, no qual o intelecto não interfere, contato com a verdade. O ego é totalmente anulado e a sensação de liberdade é total.

Zalzman (2008) entende que o trabalho na oitava dimensão *Biná* significa conhecimento, tradição e capacidade de compreender, é a mãe universal, a usina geradora de energia para tudo que existe, é o portal da purificação, onde estamos conscientes de nossos erros, deixando eles para trás e assim seguir em direção à entrada no mundo Divino. Estamos no mundo da magia, do amor verdadeiro (incondicional), das palavras de D'us. A oração corporal criada para esta *Sefirá* chama-se *El Na Refana La*; é realizada para conseguirmos o equilíbrio do processo de cura interno e externo, e assim harmonizar corpo-mente-espírito, deixando que a cura aconteça e uma nova vida surja.

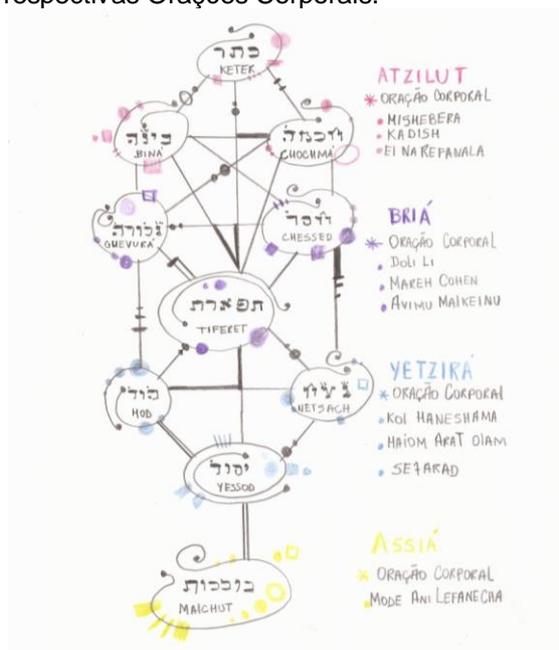
A nona dimensão *Chochmá* é o recipiente a conter toda a sabedoria do universo, a totalidade da luz que traz a sabedoria, o conhecimento e a capacidade de renovação, percepção de ir além do que nossos olhos veem. A oração corporal *Kadish* nos coloca em contato com essa sabedoria do universo.

A décima e última dimensão *Ketér* concentra a luz e a força no seu estado mais sutil e transcende a lógica. Esta *Sefirá* está além da nossa realidade física, tudo que existe na vida emana da luz de *Ketér*. Aqui podemos entender o significado da palavra-chave *Certeza*, conforme nos diz Mecler (2013). Quando chegamos à *Ketér*, a décima dimensão, atingimos todas as virtudes da *Árvore da Vida*. É nessa dimensão que a palavra-chave *Milagre* torna-se possível, pois já não existem as limitações da matéria, nem as dúvidas que nos levam aos medos e conseqüentemente à estagnação, os maiores obstáculos para a autorrealização humana.

A oração corporal criada por Zalzman para esta décima dimensão é *Misheberach*. A dança nos ajuda a entrar em contato com nossos guias e mestres. A sensibilidade é aflorada e nos conectamos com a energia sutil. Aqui a emanção é a do amor verdadeiro. Aqui a percepção é: eu sou sagrado.

Assim, perfazemos o caminho dos quatro mundos e suas dez *Sefirót* com seus atributos divinos. As dez danças citadas acima criam linhas para fora, se desterritorializam para além dos limites invisíveis do diagrama da Cabala, a *Árvore da Vida*. Essas duas linhas que fogem do território do diagrama são a oração corporal *Malachim* e a oração corporal *Marcas do Caminho*. A primeira, que intenciona evocar a presença das entidades angélicas que acompanharão os praticantes até a entrada na Cabala; a segunda, é a dança de saída, intencionando plasmar no universo o caminho percorrido, sintetizado na Figura 6, que compõe a *árvore da vida* e suas respectivas orações corporais.

Figura 6 – Cabala, a Árvore da Vida e respectivas Orações Corporais.



Fonte: Desenho em grafitti e lápis de cor por Maurício Franco, 2014.

Neste percurso pela Cabala, a Árvore da Vida, percebo que os ensinamentos do diagrama são um só, porém seus percursos são realizados por vias diferenciadas, onde tudo é manifestação da luz, o autoconhecimento é o ponto convergente e a dança, a mensagem poética.

No reino do mundo da matéria, da dimensão física, representado pelos cinco sentidos, meu corpo revela-me nova transição em percurso, me coloca em introspecção, em exame profundo sobre minhas experiências corporais, sobre o que ocorre de mais íntimo em mim, me conecto ao que acontece aos arredores do meu corpo físico, e noto que, no ir e vir dos acontecimentos, afeto e sou afetada continuamente. Me deixo ir, abro-me para sentir e escutar o que meu corpo tem a dizer, existência e resistência que brotam em sensações, sentimentos e emoções que habitam e coabitam em mim. Deixo-me diluir como água corrente que irriga o solo preparando a terra para receber o plantio, a espera de novas colheitas. Na experiência, percebo a potência em minha respiração manifestada pela entrada e saída do ar em movimentos de expansão, pausa e retração, identifico o existir de tensões que transitam dentro e fora do corpo, e como sou afetada em minha maneira de ser e estar no mundo. As orações corporais estimulam-me a sentir fortemente meu corpo no tempo/espaço, submergir ao meu espaço corporal interno. Neste trânsito,

vivencio o estado de presença/ausência que me leva aos porões sagrados de mim.

Colher...

...os frutos na Árvore da Vida me levam à fonte de sua sabedoria, me transportam no tempo/espço por meio da poética imbricada em cada dança-oração, me levam a lugares onde a percepção corporal torna-se refinada, meu corpo se expande ao verdadeiro sentir, e sentindo, me torno um templo sagrado.

Neste ritual de passagem, torno-me árvore, encontro nele as simbologias necessárias para entender este processo de transição entre os dois mundos que habitam e coabitam em mim. Tornar-se árvore é ter a possibilidade de ofertar meu corpo para transitar entre os meus espaços corporais internos e externos. As orações corporais tornam-se este veículo de passagem, onde o ritual torna-se performance liminar potente, que encontra nos entroncamentos e encruzilhadas da vida as mudanças de percurso que se fazem necessárias, com a clareza que, a cada passo, posso encontrar uma transversal, uma esquina, onde há possibilidades de me deparar com alternativas que podem me levar a novos caminhos. Aqui, tolerância é a palavra.

Com a intenção de compreender melhor esse ritual de passagem me alio a Schechner (apud GENNEP, 2012, p. 63), que diz:

[...] rituais de passagem consistem em três fases – a pré-liminar, a liminar e a pós liminar. A fase central é a liminar – um período de tempo em que a pessoa está “entranhas e entre” categorias sociais ou identidades pessoais. É durante a fase liminar que o trabalho real dos rituais de passagem toma lugar. Nesse momento, ocorrem as transições e transformações em espaços especialmente demarcados. A fase liminar fascinou Turner porque ele nela reconheceu uma possibilidade criativa para o ritual, podendo abrir caminho para novas situações, identidades e realidades sociais. O trabalho da fase liminar é duplo: primeiro, reduzir aqueles que adentram no ritual a um estado de vulnerabilidade. [...] segundo, durante a fase liminar, as pessoas internalizam suas novas identidades e iniciam-se em seus novos poderes.

Tornar-se árvore é estar no tempo/espço “entre”, coloco-me vulnerável, enraizo-me na terra e alimento-me dela, experimento meu corpo em todas as suas dimensões, estou presente. Danço, oro com o corpo; oro com a alma; alcanço as dimensões corporais existentes em mim, física, mental,

emocional e espiritual; as orações corporais trazem à tona minhas densidades e levezas, torno meu corpo um território sagrado, meu corpo me ajuda a ver quem sou.

No espaço “entre”, sinto a oração corporal como uma dobra, sinto sua força, sua imanência, a árvore torna-se um grande portal dando passagem aos movimentos dançados, abrindo-se espaço para percepções, reflexões e conexões.

E com raízes fortes, coloco meu corpo como uma espécie de “gatilho” disponível a vivenciar tudo que seja possível em busca de novos devires.

Ao dançar, o homem estabelece relação com a natureza, participa do movimento cósmico, liga-se a outros homens, a si mesmo, ao mistério, à essência da própria vida. [...] a dança revela a visão de mundo totalmente significativa, o qualitativamente outro, no qual a existência individual adquire sentido. (WURZBA, 2009, p. 66-67).

As palavras de Wurzba refletem como as orações corporais reverberam em mim, reportam essa conexão com tudo que sou. Ao dançar, estou em meditação ativa; o movimento me leva a transcender, me deixo levar pela entrega, uma espécie de abandono provisório das resistências no campo físico e mental, quando me integro em harmonia com tudo que está à minha volta. Nesse estado de integração, tenho a possibilidade de alcançar um espaço privilegiado de concentração, de atenção, me permitindo mergulhar no espaço simbólico contido na expressão da dança. Nesse estado, consigo me conectar com o espaço onde ela acontece, com os demais praticantes, com sua simbologia, sua história, e com o universo, numa síntese de unidade.

Referências Bibliográficas

DELEUZE, Gilles; GUATARRI, Félix. **O que é a filosofia?** Tradução Bento Prado Jr. e Alberto Alonso Muños. 3. ed. Rio de Janeiro: Editora 34, 2010.

ELIADE, Mircea. **O Sagrado e o Profano**. São Paulo: Martins Fontes, 1992.

GENNEP, Arnold Van. **Os Ritos de Passagem**. 3. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

MIRANDA, Evaristo Eduardo de. **O Corpo**. Território do Sagrado. 7. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2012.

PEIRANO, Mariza. **Rituais: ontem e hoje**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003.

SCHOLEM, Gershom. **A Cabala e seus simbolismos.** São Paulo: Perspectiva, 2009.

SENDER, Tova. **Iniciação ao Judaísmo.** Rio de Janeiro: Editora Nova Era, 2001.

_____. **O que é Cabala Judaica.** Rio de Janeiro: Editora Nova Era, 2004.

TURNER, Victor W. **O Processo Ritual.** Petrópolis: Vozes, 1974.

WURZBA, Lilian. A dança da alma – A dança e o sagrado: um gesto no caminho da individuação. *In:* ZIMMERMANN, Elisabeth (Org.). **Corpo e Individuação.** Petrópolis, RJ: Vozes, 2009. p. 39-100.

ZALCMAN, Frida. **Conectados com o todo.** Dançando a Árvore da Vida – Cabala. Apostila do Módulo de Danças Hebraicas de Louvor. Embu das Artes, SP: Material didático, 2007.

_____. Danças Hebraicas de Louvor. **Dançando a Árvore da Vida – Cabala.** Apostila do Módulo de Danças Hebraicas de Louvor. Belém: Material didático, 2008.