

★ CORPO E MATERNIDADE: HISTÓRIAS E EXPERIÊNCIAS NO CORPO DA MÃE ARTISTA DA DANÇA

Gabriela Machado Freire Tournillon Alcofra

Doutora e Mestra em Artes da Cena, Bacharel em Dança pela Faculdade Angel Vianna. É artista, pesquisadora, professora, psicomotricista e mãe. Docente no Mestrado Profissional em Artes da Cena da Escola Superior de Artes Célia Helena, onde também atua como coordenadora de pesquisa e professora da graduação e do curso técnico profissionalizante.

Resumo: Este artigo tem como questão central se debruçar sobre uma análise do corpo da mãe artista da dança, enquanto profissional e mulher, sob uma perspectiva de gênero e do mercado de trabalho. Para isso, faz um levantamento histórico sobre as ondas feministas, elencando as conquistas e as mudanças, dos pontos de vista político, subjetivo e social, sobre o que é ser mulher. Relaciona esse conteúdo com um relato de experiência da autora, enquanto artista da dança e mãe puérpera, tendo como foco olhar para esse corpo no tempo presente, seus desafios e relações entre a maternidade e as artes da cena.

Palavras-chave: corpo; maternidade; dança; puerpério; feminismos.

BODY AND MATERNITY: STORIES AND EXPERIENCES OF A DANCE ARTIST AND MOTHER

Abstract: The central question of this article is to analyze the body of a mother and dance artist, as a professional and a woman, from a perspective of gender and the career. For this, the article makes a historical review on the feminist waves, listing the achievements and changes, from the political, subjective and social points of view, about what it is to be a woman today. Also associate this content with the author's experience, as a dance artist and mother who has recently given birth, focusing on looking at this body in the present time, its challenges and relationships between motherhood and the performing arts.

Keywords: body; motherhood; dance; puerperium; feminism.

Preâmbulo

Este artigo revisita aspectos da minha tese de doutorado “Corpo e Maternidade: transformação e gênero na criação em dança”, realizada no programa de pós-graduação em Artes da Cena na Universidade de Campinas (Unicamp), durante o período de 2015 a 2019, sob orientação da prof.^a Dr.^a Júlia Ziviani Vitiello. Importa dizer, de antemão, que esse também corresponde ao período do puerpério do meu primeiro e único filho. Realizei o processo seletivo do doutorado amamentando-o no colo, com apenas um mês de idade. Faço questão de trazer essa informação, não só para dar pistas da maternidade que exerci – que é sempre única, particular e contextual, como pretendo abordar –, mas também para dizer que as condições da minha maternidade (que implicaram privação de sono de mais de dois anos, falta de rede de apoio, recusa de bolsa de fomento à pesquisa por partes dos órgãos financiadores em meio ao *impeachment* da presidente Dilma Rousseff e falta de recursos materiais e financeiros) tornaram a pesquisa um campo ainda mais desafiador. Deste modo, por um lado, peço perdão pela bagunça, a quem entra nesta casa. Por outro lado, sinto que é importante que vejam que a casa está bagunçada mesmo e que ser mulher, mãe e pesquisadora neste país ainda é tarefa árdua e assolada por um patriarcado que invade nossas relações.

Preciso ainda apontar que sou uma mulher cisgênero, branca e que venho de uma família de classe média. Digo isso pois sei que as condições que enfrentei seriam ainda mais áridas para mulheres trans, pretas, com deficiência ou de fora do eixo econômico e cultural do Sudeste, dado o racismo estrutural, a transfobia e o capacitismo que sufoca nossa sociedade. Sou original do Rio de Janeiro e quando engravidei havia acabado de me mudar para São Paulo, para terminar o mestrado na mesma instituição em que eu viria a realizar o doutorado. Engravidei de forma não planejada e, se

me permitem dizer (espero que compreendam), não desejada naquele momento. Amo meu filho, mas precisamos lembrar que a maternidade (assim como o casamento e as relações heterossexuais) ainda atuam de modo compulsório, para mulheres, no nosso imaginário social e que precisamos desautomatizar esse vínculo para que possamos começar a adentrar no assunto complexo da humanidade e de suas relações.

Ainda neste preâmbulo, gostaria de apontar que, em 2015, a rede social dominante era o Facebook e que, embora nela já tenha sido possível criar algum tipo de rede de apoio virtual, as informações, principalmente sobre maternidade, gênero, racismo e capacitismo não circulavam com tanta facilidade, como vejo hoje circularem na rede social “da vez”: o Instagram.

Neste sentido, hoje, após entrar em contato com a disseminação de informação das redes sociais, vejo o quanto minha experiência, sentida na época de forma tão solitária, está também espelhada e reproduzida em muitas outras mulheres, de contextos e origens diferentes. Sendo assim, essa pesquisa é sobre mim, mas também não é, é sobre nós, mães, artistas. Quando abordamos um processo pessoal na pesquisa acadêmica, seja ele um recorte de trajetória pessoal ou um processo criativo, estamos sempre misturando a pessoa pesquisadora, a pesquisa e o objeto pesquisado. Meu olhar será, sim, subjetivo (mas qual, não é?). Tudo isso é pesquisa e faz parte da pesquisa¹.

Escrita da tese

A escrita da tese se deu, como foi dito, junto ao meu puerpério. Sendo assim, ao mesmo tempo em que a pesquisa se faz ao caminhar, a maternidade também se concretizou ao maternar. Pega de surpresa, eu, como mãe, não tinha tido muito preparo, estudo ou conhecimento real sobre a maternidade. Minhas informações estavam no mundo da fantasia, aquele que é vendida diariamente nos contos de fada e também nas propagandas de rou-

pas, cosméticos, tecnologias e afins². Iludidamente, acreditava ser essa uma tarefa fácil, ou pelo menos resolvível, para quem está disposto a enfrentar desafios. Eu não esperava pelos abismos que o patriarcado constrói, com muros de invisibilidades e de solidão. Esses muros que me encarceraram tornaram ainda mais difíceis as tarefas básicas e cotidianas, como comer, dormir e tomar banho, sem rede de apoio. Nesse sentido, a carreira e a vida artística pareciam um universo ainda mais inatingível. Em um ciclo vicioso, o tempo urgente dado pelo cuidado das necessidades fisiológicas e básicas de um bebê, e o tempo para realizar as tarefas domésticas, geravam uma falta de tempo para o cuidado pessoal, e conseqüentemente, para o investimento profissional.³ Sendo assim, o tempo foi um fator que levei em consideração ao autoanalisar minha experiência. Que tempo é esse? Como ele é sentido e como ele interfere diretamente nas mães artistas, em especial, as autônomas? Além disso, confesso que eu também desconhecia a angústia do infinito desconhecido de uma vida humana que está a se formar em seus braços, em suas mãos e sob sua responsabilidade. Qual é o peso de um corpo? Qual é o peso de uma responsabilidade? Se tempo e peso são fatores do movimento tão estudados nas Artes da Cena através do Sistema Laban de Análise do Movimento⁴, na preparação e expressão corporal de atores e atrizes, como esses fatores se apresentavam na realidade puerpera, fora da cena? Todo esse mistério foi se desenhando, se complexificando, enquanto eu me propunha a realizar uma jornada acadêmica de me formar doutora em Artes da Cena.

Motivos e desenho da pesquisa

A pergunta inicial que motivou meu mergulho na pesquisa foi: o que acontece com esse corpo que pare (no sentido de parir e de parar) e como ele se acomoda e desacomoda em uma estrutura de trabalho autônoma da dança? Traduzindo em angústias pessoais: o que será que vai aconte-

cer comigo durante e depois desses quatro anos? Continuarei sendo artista? Vou parar? Vou mudar de profissão? Isso acontece só comigo? Como as mulheres, mães, sobrevivem – emocionalmente, financeiramente, artisticamente, poeticamente? Elas têm apoios? Preparam-se para isso? Planejam-se? A dança pode ser um fator decisivo para a negação da maternidade, por exemplo?⁵

Importante dizer que a dança contemporânea, segmento no qual eu estava inserida à época do doutorado, vale-se de muitas possibilidades de relações trabalhistas, tanto do ponto de vista das funções (professora, pesquisadora, intérprete, coreógrafa, dançarina, diretora, dramaturgista, colaboradora, produtora etc.), quanto das formas de contratação – (CLT, acordos temporários ou serviços realizados através de MEI).

No meu caso, estava inserida nas funções de dançarina e de professora, em acordos autônomos, ou seja, sem benefícios como salário-maternidade e sem garantia de segurança e de estabilidade profissional. Dessa forma, me indaguei, ainda em 2015, sobre como me manter nessa profissão tão instável, insegura, flutuante e que dependia integralmente da minha presença (corpo) para acontecer.

Recorte do artigo

Uma vez que todos esses corpos (histórico, social, pessoal, individual, coletivo, artístico, crítico, pesquisador, pesquisado) estão completamente borrados na minha vivência e na minha percepção, decidi concentrar-me, neste artigo, no tema dos *Corpos Históricos*⁶, como desenvolvido na tese que dá origem a este texto para lembrarmos sempre de nossas lutas e atualizarmos a história com novas perguntas e reflexões, mas a partir de algo que já se viveu. Também para reforçar a importância do letramento de gênero, ainda que haja uma bibliografia cada vez mais vasta sobre o assunto⁷. **A escrita é sempre fruto de seu tempo.** Para fazer uma ponte com o meu “ser mãe” hoje, escolhi, ainda, um curto fragmento da parte intitulada *Corpo*

Experiência⁸, como forma de relatar uma perspectiva do meu puerpério, propondo uma breve relação com conceitos estudados e vividos no âmbito das Artes da Cena.

Corpos Históricos

O que é ser mulher, hoje? Essa pergunta sequer era formulada algum tempo atrás. Ainda hoje, vem acompanhada por uma série de preconceitos e preceitos pautados em morais religiosas e em uma visão binária e biológica da vida, assim como em um entendimento funcional do corpo. Ser mulher, até meados do século XX, era ter vagina, útero e seios. Era se comportar de forma passiva, sempre obediente a um homem. Era ser a posse de um homem. Era ter o casamento como destino e a maternidade como dádiva. Era ficar em silêncio. Era não poder votar ou circular na cidade. Era não ter controle sobre bens materiais. Era ser vista como objeto – da idolatria ao consumo.

Até o final do século XIX, o corpo da mulher ocidental era um corpo restrito e domesticado. Perrot (2005) mostra como a cidade de Paris, em 1900, divide-se em função do gênero. Aos homens, estão abertas as portas dos cafés, das bibliotecas, das universidades, da bolsa de valores, dos ginásios e estádios, enquanto as mesmas portas se fecham às mulheres, que ficam restritas à casa e às tarefas maternas. Quando saem às ruas, sobretudo se são jovens, as mulheres têm seus trajetos controlados e demarcados pelos homens, cristalizando seus itinerários (PERROT, 2005, p. 168).

Esse contexto começou a se transformar entre o final do século XIX e o início do século XX, guiado pelo início das lutas e pensamentos feministas. A primeira onda feminista eclodiu na Inglaterra, onde as mulheres lutavam pelo direito ao voto, pela circulação na cidade e por uma maior participação política. Conhecidas como sufragistas, sua luta ganhou mais visibilidade quando Emily Davison, uma das ativistas, perdeu a vida ao atirar-se à frente do cavalo do Rei em uma corrida de cavalos em Derby. Foi

preciso a perda de um corpo físico para que esses corpos invisíveis socialmente fossem considerados na importância de suas reivindicações.

Essa primeira onda feminista tinha como ideal a conquista de um corpo – sujeito – político por uma representatividade e pela participação na vida pública. O que desejavam era a ampliação de seus espaços de atuação. Um corpo que precisava (e merecia) estar além da constrição do lar. Ainda assim, as mulheres que estavam à frente dessa luta eram de classe média ou alta e majoritariamente branca. As mulheres negras e proletárias eram ainda mais invisíveis e insignificantes aos olhos da sociedade, estando à margem não somente devido ao gênero, mas também devido à cor da pele e à classe social. Trabalhavam por necessidade, em subempregos nos centros urbanos e na zona rural, cumprindo dupla jornada entre os cuidados da casa, dos filhos e da sobrevivência. Muitas vezes, essas mulheres não eram casadas e seus filhos eram frutos de relações violentas ou extraconjugais. “Enquanto, àquela época, mulheres brancas lutavam pelo direito ao voto e ao trabalho, mulheres negras lutavam para ser consideradas pessoas” (RIBEIRO, 2018, p.52). Corpos invisíveis, abandonados, sobreviventes e marginais.

Djamila Ribeiro, filósofa e ativista brasileira, em seu livro *Quem tem medo do feminismo negro?* (2018), lembra que, muito antes da primeira onda de feminismo, mulheres negras lutavam para serem consideradas socialmente, embora o feminismo negro só se tenha articulado e ganhado força entre 1960 e 1980. A autora cita o discurso de Sojourner Truth, ex-escravizada que se tornou oradora, em 1851, na Convenção dos Direitos das Mulheres, em Ohio:

Aquele homem ali diz que é preciso ajudar as mulheres a subir numa carruagem, é preciso carregá-las quando atravessam um lamaçal, e elas devem ocupar sempre os melhores lugares. Nunca ninguém me ajuda a subir numa carruagem, a passar por cima da lama ou me cede o melhor lugar! E não sou eu uma

mulher? Olhem para mim! Olhem para meu braço! Eu capinei, eu plantei, juntei palha nos celeiros, e homem nenhum conseguiu me superar! E não sou eu uma mulher? Consegui trabalhar e comer tanto quanto um homem – quando tinha o que comer – e aguentei as chicotadas! Não sou eu uma mulher? Pari cinco filhos, e a maioria deles foi vendida como escravos. Quando manifestei minha dor de mãe, ninguém, a não ser Jesus, me ouviu! E não sou eu uma mulher? (TRUTH apud RIBEIRO, 2018, p. 52).

Ribeiro continua a exemplificar a difícil realidade das mulheres negras marcada pelo racismo e pelo sexismo, justamente por serem a alteridade completa da superioridade histórica do poder e do discurso. Por não serem nem homens nem brancas, sofrem um preconceito duplo, tornando-se corpos violentados tanto física quanto moral e socialmente. A pesquisadora Grada Kilomba afirma:

Por não serem nem brancas, nem homens, as mulheres negras ocupam uma posição muito difícil na sociedade supremacista branca. Representamos uma espécie de carência dupla, uma dupla alteridade, já que somos a antítese de ambos, branquitude e masculinidade. Nesse esquema, a mulher negra só pode ser o outro, e nunca a si mesma (KILOMBA apud RIBEIRO, 2018, p. 125).

O direito ao voto foi conquistado no Reino Unido, em 1918 (PINTO, 2010, p.15), e essa centelha inicial propagou-se pelo mundo. Nesse mesmo ano, a brasileira Bertha Lutz, bióloga e estudante, retorna do exterior ao Brasil, trazendo os ideais feministas e mobilizando a primeira onda do movimento no país. Publica carta na Revista da Semana, respondendo a um jornalista sobre o movimento sufragista que acontecia na Europa e convocando as mulheres a unirem-se, não apenas pela conquista do direito ao voto, como também ao trabalho e à educação, como forma de se emanciparem da dominação masculina. Ainda mais do que ocorre agora, a sociedade brasileira da épo-

ca pautava-se por uma apropriação particular de valores cristãos. O artigo 233 do **Código Civil Brasileiro**, de 1916, dizia, por exemplo, que “o marido é o chefe da sociedade conjugal, função que exerce com a colaboração da mulher, no interesse comum do casal e dos filhos”. Afirma, ainda, que é direito do marido “autorizar a profissão da mulher e sua residência fora do teto conjugal” (Código Civil Brasileiro, 2016, artigos. 231, II, 242, VII, 243 a 245, II e 247, III). Além disso, o marido pode “em 10 dias, contados do casamento (...) anular o matrimônio contraído com a mulher já deflorada.” (Código Civil Brasileiro, 2016, artigos 218, 219, IV, e 220). Com isso, observamos o corpo da mulher como território de posse do marido/homem, tendo o hímen como parte específica de valor e apropriação. **A virgindade não só um ideal moral, mas uma validação da existência da mulher enquanto função social.** As já defloradas – seja por violência ou por desejo – estariam predestinadas à marginalidade e ao abandono, o que representava uma completa inexistência social.

Lutz questionava esses costumes e mobilizava ações para a emancipação doméstica da mulher para sua maior participação na vida pública. Ela foi a responsável pela articulação da Liga para a Emancipação Intelectual da Mulher, que se tornaria, em 1922, a Federação Brasileira pelo Progresso Feminino (FBPF), no mesmo ano em que acontece a Semana de Arte Moderna no Brasil, um marco para as vanguardas artísticas. Nesse mesmo ano, foi também realizada a I Conferência pelo Progresso Feminino, que conquistou apoio de diversas classes sociais que lutaram incansavelmente por igualdade de direitos políticos, conseguindo direito ao voto facultativo em 1932, assinado pelo presidente Getúlio Vargas. Infelizmente, esse direito foi novamente negado a partir de 1937, com a instauração do Estado Novo.

Assim, as mulheres (em sua maioria, brancas) deram um primeiro passo de afirmação corpórea com essas reivindicações políticas, entendendo que seria através dessa ampliação de espaços que

começariam a ter voz. A voz como corpo e o discurso como matéria para a possibilidade de um começo de existência igualitária.

É em meados do século XX que a segunda onda feminista começa a se levantar, dessa vez, olhando mais objetivamente para a matéria-corpo da mulher, questionando o determinismo biológico vinculado à predestinação da maternidade. Embaladas por Simone de Beauvoir – escritora, filósofa e ativista política francesa, e por sua famosa frase “não se nasce mulher, torna-se mulher” (BEAUVOIR, 1949, v.II, p.185), essas mulheres começaram a refletir sobre a construção histórica e social dessa identidade. Assim, “a filósofa francesa distingue a construção do gênero e o sexo dado, e mostra que não é possível atribuir às mulheres certos valores e comportamentos sociais como biologicamente determinados” (RIBEIRO, 2018, p.46).

As ideias de Beauvoir colocavam a maternidade como eixo central da desigualdade entre homens e mulheres, uma vez que, ao serem predestinadas à maternidade e aos cuidados da casa e dos filhos, eram afastadas do espaço público e confinadas ao espaço privado e à dominação masculina (SCAVONE, 2001, p. 139). A recusa dessa maternidade aparecia como uma solução para subverter a dominação masculina, possibilitando a busca por uma outra identidade.

A luta pela livre escolha da maternidade (concepção livre e gratuita, liberação do aborto) rompia com a premissa “*tota mulier in útero*”, que definia a mulher pela maternidade. A aquisição deste direito era considerada fundamental para liberar as mulheres do lugar que ocupavam na vida privada, portanto, condição de liberdade e igualdade sociais (SCAVONE, 2001, p. 140).

Abria-se, assim, espaço para esse corpo fora da maternidade. O que era ser mulher sem ser mãe? O que era ser mulher sem ser mãe e sem ser virgem – condição anteriormente negada pelo marido e pela sociedade? Como esse corpo existia para além da maternidade?

Com foco na reivindicação da liberação dos métodos contraceptivos e do aborto, o útero tornou-se território para a possibilidade de existência de uma mulher livre. Apropriar-se desse útero tornava-se uma questão de poder. A possibilidade da menstruação – quase inexistente quando embalada em gravidezes sucessivas, a lida com esse sangue mensal e todas as suas implicações hormonais, a possibilidade de não filiação e a possibilidade de não matrimônio tratava-se de uma ruptura radical desse corpo. **Um corpo que anteriormente só existia por sua função materna – e que encerrava o pecado, a culpa e o luto –, agora olhava para dentro e por dentro de sua matéria física, afirmando uma outra possibilidade de sujeito.**

Posteriormente, na década de 1960, a escritora norte-americana Betty Friedan, autora do livro *A mística feminina* (1963, publicado em 1971 no Brasil), encorpa o caldo dessa segunda onda feminista, convocando as mulheres à autonomia, ao autocuidado e à afirmação pessoal. As mulheres não queriam mais apenas a conquista de direitos políticos, mas também o respeito e o tratamento diferenciado nas relações, incluindo as familiares.

O feminismo aparece como um movimento libertário, que não quer só espaço para a mulher – no trabalho, na vida pública, na educação –, mas que luta, sim, por uma nova forma de relacionamento entre homens e mulheres, em que esta última tenha liberdade e autonomia para decidir sobre sua vida e seu corpo (PINTO, 2010, p.16).

As mulheres redescobrem seus corpos, adentrando intimidades até então consideradas tabu. Revelam-se prazeres escondidos sob a pele e sob a repressão cultural. Emergem zonas erógenas. Eclode o corpo feminino como fonte de prazer. As mulheres renovadas passam a exigir também a satisfação de seu desejo nos relacionamentos. O sexo desvincula-se da finalidade reprodutiva e passa a servir ao deleite, tanto dos homens quanto das mulheres. Com isso, a maternidade é revista e torna-

-se uma condição diferencial. As mulheres, então, a assumem como um poder feminino, que pode ser exercido na sociedade. Dessa forma, colocam “a maternidade como um poder insubstituível (...), refletindo suas lutas pela afirmação das diferenças e da identidade feminina” (SCAVONE, 2001, p.140-1).

Nesse período, o feminismo negro começa a ganhar força com a fundação, nos Estados Unidos, da National Black Feminist (1973), encorpando as vozes do feminismo e entendendo que, mesmo aliadas no discurso contra o sexismo, mulheres negras tinham, com relação às brancas, outras histórias e, por isso, outras urgências. Começava-se a questionar a amplitude do termo “ser mulher”, compreendendo a pluralidade das possibilidades de existência no interior desse termo, fato que, posteriormente, a partir da terceira onda do feminismo, seria debatido de forma mais ampla.

Por outro lado, no Brasil, vivíamos o rígido período da ditadura militar, que coibia a liberdade de expressão. Ainda assim, manifestações feministas eclodiram em 1970, desafiando a desconfiança e o repúdio dos militares.

Portanto, enquanto na Europa e nos Estados Unidos o cenário era muito propício para o surgimento de movimentos libertários, principalmente aqueles que lutavam por causas identitárias, no Brasil o que tínhamos era um momento de repressão total da luta política legal, obrigando os grupos de esquerda a irem para a clandestinidade e partirem para a guerrilha (PINTO, 2010, p.16).

Diferentemente das mulheres norte-americanas – que estavam empenhadas na luta pela autonomia feminina, trazendo questões da esfera privada para o âmbito da vida pública, como a descoberta do próprio corpo –, as mulheres brasileiras concentravam-se em metas coletivas, dado o contexto repressivo. Aqui, a luta estava focada na defesa dos direitos humanos e da liberdade política, “isso porque, em tempos de luta contra o autoritarismo, o feminismo, em um momento particularmente

importante de sua autodefinição, vinculou-se a partidos políticos e às associações de esquerda” (BARROS, 2016, p.12). Nesse momento, um dos aliados foi a Igreja Católica, que representava forte resistência à ditadura militar. Através da família, núcleo tão importante para a Igreja, as mulheres politizaram o papel da mãe/maternidade, conseguindo chamar a atenção para grandes questões, como, por exemplo, a violência dos militares, as torturas e assassinatos. Essa união, no entanto, fez com que, no Brasil, o feminismo se fechasse para as discussões pertinentes e centrais no restante do mundo, como, por exemplo, divórcio, aborto e sexualidade. Aqui, o corpo individual continuava sendo território restrito, regulado pelo pudor, mas buscava afirmar-se através de um corpo coro, ampliando-se em outras questões.

Em 1975, a ONU (Organização das Nações Unidas), durante a I Conferência Internacional da Mulher, que ocorreu no México, declarou que os próximos dez anos seriam a Década da Mulher. Isso fez com que, no Brasil, fosse realizada uma semana de debates, patrocinada pela ONU, sobre o papel e o comportamento da mulher. Além disso, emergiu o Movimento Feminino pela Anistia, lançado por Therezinha Zerbini (PINTO, 2010, p. 17). Nesse momento, enquanto mulheres lutavam pela anistia no Brasil, as exiladas entravam em contato com as ideias do feminismo europeu, em que, dentre outras coisas, viam a importância de suas vozes enquanto sujeitos da experiência e, consequentemente, como autônomas e porta-vozes dessa luta.

A década de 1980 é particularmente importante para o Brasil, devido à redemocratização, que permitiu conquistas políticas e sociais e facilitou as viagens internacionais. A luta pelos direitos das mulheres cresceu em número de grupos e coletivos e na pluralidade de temas abordados: violência, sexualidade, direito ao trabalho, igualdade no casamento, direito à terra, direito à saúde materno-infantil, luta contra o racismo, orientações sexuais. Criou-se, em 1984, o Conselho Nacional

da Condição da Mulher que, junto com o Centro de Estudos Feministas e Assessoria, criou uma campanha nacional em defesa da inclusão dos direitos das mulheres na Constituição. Como lembra Pinto (2010), “do esforço resultou que a Constituição de 1988 é uma das que mais garante direitos para a mulher no mundo” (PINTO, 2010, p. 17). Todavia, como coloca Barros (2016, p.13), houve um tardio estabelecimento da crítica feminista no Brasil, especialmente nas universidades e nos importantes centros formadores da época, tais como Universidade de São Paulo, Universidade de Campinas e Universidade Federal do Rio de Janeiro, demonstrando uma estranha imprecisão e descentralização. Enquanto os EUA efervesciam em teorias, desde os anos de 1970, no Brasil isso só começa a acontecer com uma década de atraso, evidenciando a dificuldade de as intelectuais brasileiras sustentarem publicamente seu engajamento nas lutas feministas. Um corpo que ainda vivia sob o reflexo tardio das iniciativas europeias, mas que ia, a seu modo, descobrindo modos próprios de existência em seu território de possibilidades. É também na década de 1980 que o feminismo negro começa a ganhar força no Brasil, a partir do III Encontro Feminista Latino-Americano, de 1985, realizado em Bertioga. A partir dele, “se consolida, entre as mulheres negras, um discurso feminista, uma vez que, em décadas anteriores, havia uma rejeição por parte de algumas mulheres negras em aceitar a identidade feminista” (MOREIRA, in. RIBEIRO, 2018, p.52). Inaugura-se, assim, a possibilidade de um corpo diverso e afirmativo sendo mulher.

Já em 1990, houve uma tendência em formalizar as lutas feministas com a criação de Organizações Não-Governamentais (ONG) para atuar junto ao Estado e obter mais participação política. Nessa década e na seguinte, o tema central do movimento girava em torno da violência contra a mulher, especialmente a violência doméstica. Como conquista, foram criadas diversas Delegacias Especiais da Mulher e aprovada, em

2006, a Lei Maria da Penha (Lei n.º 11.340), iniciativas para acolhimento e proteção às mulheres vítimas de violência. Nesse sentido, esses corpos, já libertos do determinismo biológico e reconhecidos em seu potencial de indivíduo social, buscavam autoafirmação por meio do respeito das relações, ganhando apoio judicial e executivo para afirmarem-se como sujeitos dignos de humanidade, espaço individual e equidade de direitos.

Ainda assim, o corpo da mulher continuava sendo diretamente relacionado a seus órgãos sexuais: vagina, seios, útero e ovários e, mesmo tendo experimentado uma abertura para a liberdade sexual e para o prazer, sua conduta estava vinculada socialmente a uma definição biológica atrelada a uma expectativa das relações heterossexuais. Alavancada pelo pensamento da filósofa norte-americana Judith Butler, a terceira onda feminista emerge da micropolítica para questionar a universalização dos conceitos e seus paradigmas, propondo uma desnaturalização entre o vínculo compulsório dado entre gênero, sexo, desejo e prática sexual e conduta social.

Tendo como ponto de partida a obra de Simone de Beauvoir, *O segundo sexo*, Butler questiona o termo “mulher” como categoria universal. Seu intuito era mostrar que “o discurso universal é excludente, porque as mulheres são oprimidas de modos diferentes, tornando necessário discutir gênero com recorte de classe e raça, levando em conta as especificidades de cada uma” (RIBEIRO, 2018, p.45). Pensar em um único corpo possível para ser mulher acaba, inclusive, por enfraquecer o próprio movimento feminista, visto que nem todas se sentem representadas por esse guarda-chuva conceitual. A terceira onda levanta a bandeira da diversidade, apresentando as necessidades de corpos antes silenciados pelo discurso supremacista branco heterossexual.

Cabe ressaltar que Butler estava problematizando o conceito mulheres, mesmo quando utilizado no plural, em uma tentativa de abarcar outros cruza-

mentos como raça, etnia, idade etc., ou seja, a adesão ao plural não satisfazia Butler, que ainda enxergava uma normatização nessa troca da categoria mulher para mulheres. Butler apontava para a possibilidade de haver política sem que seja necessária a constituição de uma identidade fixa, de um sujeito a ser representado, para que essa política se legitime (RODRIGUES, 2005, p.180-1).

Buscando desnaturalizar a heterossexualidade compulsória normativa, Butler propõe gênero como algo performativo – inconstante e relativo. Gênero não é natural, é um construto social, histórico e político, e não há uma relação determinista entre gênero e desejo, tampouco entre gênero e prática sexual. O gênero é um efeito que provoca expressões, não é um sentido em si do sujeito (BUTLER, 2003, p.58). Assim, Butler procura desconstruir a norma binária de gênero entre masculino/feminino, quebrando ainda mais o padrão determinista biológico, como iniciado por Beauvoir. Vagina, seios e hímen não definem uma mulher. Tampouco definem seu gênero, seu desejo ou sua prática sexual.

A obra de Butler fortalece a teoria *Queer* e abre espaços de visibilidade. Visa romper qualquer binarismo ou associação compulsória, construindo sua identidade por meio de micropolíticas afirmativas do sujeito. Com a terceira onda feminista, o corpo da mulher torna-se um corpo performativo, para além de sua natureza biológica. Ser mulher está para além dos órgãos genitais de nascimento, está para além de regras de conduta estética (modos de vestir, falar, comportar-se), está para além do desejo sexual. Trata-se, agora, de um sujeito plural, diverso e político.

A relação entre política e representação é uma das mais importantes no que diz respeito à garantia de direitos para as mulheres, e é justamente por isso que é necessário rever e questionar quem são esses sujeitos que o feminismo estaria representando. (...) O movimento feminista precisa ser interseccional,

dar voz e representação às especificidades existentes no ser mulher. Se o objetivo é a luta por uma sociedade sem hierarquia de gênero, existindo mulheres que, para além da opressão de gênero sofrem outras opressões como racismo, lesbofobia, transmisoginia, torna-se urgente incluir e pensar as intersecções como prioridade de ação, e não mais como assuntos secundários (RIBEIRO, 2018, p.47).

As lutas feministas foram fundamentais para conquistas práticas, como o direito ao voto, à livre circulação das mulheres pela cidade, ao trabalho, ao divórcio, à liberação sexual, aos métodos contraceptivos, dentre outros, assim como para uma transformação na significação do sujeito-mulher. Todas essas conquistas ressoam no corpo. O corpo é a afirmação desse sujeito em transformação. Ele dialoga com o que se passa internamente – desejos, expectativas, possibilidades – e com o discurso impositivo do fora. O corpo é.

No entanto, não é possível dizer que havia um determinado tipo de corpo e agora há outro. Não se trata de etapas ou de fases a serem cumpridas. O corpo carrega a memória desses discursos e de práticas passadas. O corpo relaciona-se também com sua família, com seus progenitores, com gerações anteriores, que viveram esse corpo de forma distinta. Apesar de toda conquista social-política-sexual-individual, ainda coexistimos com muitos tipos de corpo/pensamento-mulher, incluindo alguns que se assemelham ao corpo/pensamento de séculos atrás. Não se trata de definir com exatidão esse corpo de hoje. Não se trata de massificar ou tipificar um novo corpo. Trata-se de olhar para o modo como esse corpo é capaz de pensar e de agir sobre si, a partir de novos paradigmas e práxis.

Como esse corpo se reflete e, assim, se expressa? Que portas de pensamento e afirmação essa passagem de séculos abriu para esse corpo-mulher atual? Novas condições de existência, novas experiências de existência. É essa matéria que importará para a dança, em especial, a dança contemporânea, que aborda o sujeito criador como peça-chave para

sua fundação.

Laurence Louppe (2012), em *Poética da dança contemporânea*, coloca que o início da dança contemporânea se deu no início do século XX, com a afirmação desse sujeito produtor de gestos: o intérprete-criador. Para além de uma técnica específica que organiza o movimento ou o corpo no espaço, a dança contemporânea baseia-se na emergência de um novo sujeito que percebe o mundo e age sobre ele, que pode reconhecer-se e afirmar sua identidade a partir do movimento. Para a autora, os valores da dança contemporânea são:

a individualização de um corpo e de um gesto sem modelo que exprime uma identidade ou um projeto insubstituível, a produção (e não a reprodução) de um gesto (a partir da esfera sensível individual – ou de uma adesão profunda e cara aos princípios de um outro), o trabalho sobre a matéria do corpo e do indivíduo (de maneira subjetiva ou, pelo contrário, em ação na alteridade), a não-antecipação sobre a forma (...) e a importância da gravidade como impulso do movimento (quer se trate de jogar com ela ou de se abandonar a ela) (LOUPPE, 2012, p.45).

Não se trata de mera coincidência que isso tenha acontecido no despertar do século XX. Como vimos, esse período abrigou também a semente dos movimentos feministas. Esse século foi um intervalo de tempo de profundas modificações corpóreo-sociais que contribuíram para uma transformação no sujeito, e, conseqüentemente, na dança.

INTERMEZZO – Pausa para respirar

*há dois anos que tento um corpo que seja meu.
há dois anos descobri que o tempo dos órgãos
é diferente do tempo da pele, que é diferente do
tempo das árvores, que é diferente do tempo dos
ossos, que é diferente do tempo das expectativas,
que é diferente do tempo dos músculos, que é
diferente do tempo dos erros e das sinapses.
eu sussurro.*

*sussurro porque, nesse caos, onde não há tempo
pro banho, nem pro descanso, eu só quero gritar:
quero sair correndo de pijamas, arrancando
cabelos, quebrando paredes.*

os cabelos vão cair.

*as cordas vocais perdem força. perdem razão. eu
sussurro pelos olhos. pela pele.*

a panela de pressão está no fogo.

*ele, que era parte de mim, e agora é outro, tem seu
próprio tempo. e grita. e chora.*

*i n s a n a m e n t e . choramos juntos esse novo
tempo.*

*os amigos dizem que correm. eu surto. s u r t o .
sem figuras de linguagem. é realidade. não há
espaços para devaneios.*

jogo tudo pelas paredes.

*ele quer meu corpo. seu corpo. meus seios, cheios
de leite. ainda. 2 anos. eu pingo. latejo. escorro.
pulso. transbordo. mancho. seios, vagina e voz.*

*eu quero o meu corpo de volta. meu c o r p o , meu
movimento, meus seios, meu tempo, meu sono,
meu gozo. tudo isso que é normal. que faz os
amigos correrem. tudo isso. 3 anos.*

silêncio.

*há dois anos que não danço. há dois anos que
enlouqueço.*

ele. o amor da minha vida.

*o útero dilatado de um tempo não planejado.
furacão em órbita interestelar da pele para
dentro.*

sangramos.

ele. a potência do amor.

*o útero latejando na explosão da infinita dor.
ele. o sentido da vida.*

*o corpo em transformação. a espera. a dor. a
solidão.*

ele. minha esperança.

é amor.

*nós dois gritamos. queremos ser n ó s . e nos
devoramos.*

o tempo me atropela

você me ultrapassa
e eu
resisto de pé.
há dois anos que não sou eu.
dizem que é assim. que devo mudar.
a c e i t a r ser mãe.
m ã e.
há dois anos que chamo por mim.
g a b r i e l a a l c o f r a
em um túnel de eco infinito.
sonho com a resposta em silêncio.
um silêncio da pele para dentro.
da pele para fora. da pele para dentro. da pele
para fora. da pele para dentro. da pele para fora.
respiro.

Corpo Experiência: a dança de nós.

A escrita acima foi uma poesia que fiz, em 2017, como forma de exprimir – colocar para fora – o que me continha, no duplo sentido que o verbo conter pode ter. Nesta parte, fazendo um salto da história passada para o tempo presente, dos corpos históricos para o corpo experiência, abordo uma perspectiva do puerpério que tive e as relações que faço com a dança e com as Artes da Cena. Faço esse salto como forma de dar corpo ao presente e para que, através da palavra experienciada, possam ver sensações de uma mãe-puerpera-artista.

Nesta parte, gostaria de refletir sobre uma premissa: como a experiência cênica, ou seja, o conteúdo aprendido/vivenciado em dança e nas Artes da Cena, especialmente através de práticas ligadas à Educação Somática, se relacionam com a experiência do materno? Há outras perguntas que emergem do campo, principalmente ligadas ao mercado de trabalho, mas por conta do recorte do artigo, me restrinjo a essa.

Elenco alguns problemas nessa premissa: o materno é sempre único, e não universal; há muitas formações possíveis em dança e nas Artes da Cena; ainda que dentro do recorte da Educação Somática, há uma pluralidade de técnicas existen-

tes que podem ser trabalhadas na contribuição da preparação da atriz/ator, dançarina/ dançarino. Ainda assim, colocando em xeque as generalizações, existe algo da vivência artística, e, especificamente da Educação Somática, que pode contribuir nos desafios do puerpério?

A Educação Somática⁹ é um guarda-chuva epistemológico em que o corpo é entendido de forma total, pessoal e subjetiva. Através da lente dessa área de conhecimento, o corpo deixa de ser visto como funcional, formal, mimético e com propósitos virtuosos (ao se falar de dança) e passa a ser um corpo sensível, perceptivo, expressivo, relacional, integrado ao seu contexto e ambiente.

Dessa maneira, podemos entender que o conhecimento e experiência em técnicas de Educação Somática soma-se ao entendimento proposto também pela terceira onda feminista, em que corpo-sujeito-contexto estão relacionados e integrados, e não determinados por uma fórmula ou forma *a priori*.

Do ponto de vista metodológico, as técnicas de Educação Somática convidam o corpo para um estado de desautomatização do gesto, atenção, alerta, deixando as sensações mais conscientes e perceptivas, integrando o sistema proprioceptivo¹⁰, o interoceptivo¹¹, o sistema límbico¹² e o motor. Em outras palavras, a atriz/ o ator, a dançarina/o dançarino percebem seus corpos de forma ampliada e integrada entre o dentro e o fora afinando seu movimento com sua percepção e intenção. Esse é um trabalho profundo e sutil e que muito vem contribuindo para pensar e agir sobre o entendimento de presença cênica.

Em pleno puerpério, em meio a privação de sono, a amamentação livre demanda, e a um corpo flácido, sem tempo para si, me senti mergulhada em uma bolha de muitos estímulos sensoriais: o choro do bebê (audição), a sede proveniente da amamentação (paladar), o cheiro do bebê (olfato), o colo (tato), além dos estímulos proprioceptivos dados pelo nosso contato simbiótico durante a amamentação. Sentia como se meus sentidos ti-

vessem aguçado 300% (em uma escala fictícia, obviamente). Ao mesmo tempo, a sensação de um super estímulo nem sempre é conveniente. Pode tornar-se invasiva, exaustiva e até violenta. O corpo fica sem conseguir descansar, relaxar, renovar, principalmente se a sobrevivência do seu bebê depende da resposta a esses estímulos. Propondo uma metáfora, sentia que estava em uma grande floresta assustadora, em que cada micro barulho, vento, sussurro, poderia representar um risco à nossa sobrevivência. Um corpo sempre alerta. Mas, ao contrário da presença cênica, tão almejada nas Artes da Cena, sentia o corpo exausto e ausente, desejando descanso e (auto)cuidado. Um paradoxo.

Outro assunto muito trabalhado na preparação corporal de atrizes e atores e na dança, é o Sistema Laban de Análise de Movimento. Rudolf Laban foi um grande pesquisador do movimento do início do século XX, trazendo enormes contribuições para as Artes do Corpo. Seu Sistema de Análise compreende quatro grandes categorias¹³: Corpo (o que move?); Esforço (como move?); Espaço (onde move?); Forma (para quem move?). Um sistema complexo que se subdivide em muitos outros conceitos, termos e subcategorias. No trabalho de preparação corporal, a categoria Esforço tem uma abordagem atraente, pois foca na expressividade do gesto, ao analisar a intenção do movimento. Essa categoria se subdivide em quatro fatores de movimento, a saber: peso (leve ou forte), tempo (acelerado ou lento), espaço (direto ou indireto), fluxo (livre ou contido). Trata-se de dinâmicas qualitativas, e por isso também chamadas de qualidades de movimento.

Grande parte do aprimoramento de seu Sistema se deu, com contribuição das suas alunas Imgard Bartenieff¹⁴ e Bonnie Cohen¹⁵, pela observação e estudo da ontogênese e dos estágios de desenvolvimento neurocinesiológicos, desde a vida embrionária, passando pelas fases do bebê, criança, até vida adulta. Desse modo, pelo prisma dos fatores de movimento, o bebê quando nasce é puro fluxo livre. Ao longo de sua experiência de vida, vai

aprendendo a contenção (fluxo contido) através das rotinas e do seu próprio corpo (como a continência urinária, por exemplo). O fator espaço se relaciona com a atenção ao ambiente – focado no objeto de desejo, como, por exemplo, a mãe, o seio, a chupeta, o chocalho (espaço direto), ou espalhada por toda a sala, multifocal (espaço indireto). O fator peso se desenvolve a partir do controle do tônus, conquistado pelas ações de empurrar, puxar, agarrar, levantar e está em ação direta com a força da gravidade. Por fim, o fator tempo é o último a se desenvolver no bebê, pois está relacionado com as decisões e o amadurecimento do sistema nervoso e endócrino. O fator tempo convoca o entendimento de ritmos, rotinas, durações.

Enquanto puerpera, o fator tempo foi o maior desafio. Mesmo sendo uma pessoa sem apego a rotinas, na lida diária do puerpério, a imprevisibilidade das urgências, a urgência das necessidades, traziam sempre uma mudança de planos e um estado de alerta frente ao desconhecido de um dia simples, deixando o corpo tenso e exausto. Toda tentativa de planejamento, acabava, de alguma forma, frustrada, e a frustração somada a todas as outras emoções provenientes da enxurrada de sensações vivenciadas e hormônios produzidos.

A isso percebi uma característica muito particular dessa sensação de tempo no puerpério: o tempo interrompido. Enquanto estado corporal, associei-o a convocação de dois estados: a presença duracional e a improvisação.

Na presença duracional percebia uma sensação de me entregar ao máximo na duração **possível** de certo acontecimento (seja ele ligado ao universo da maternidade ou não, como, por exemplo, testemunhar a aquisição de uma nova habilidade motora do bebê, ou um momento pessoal livre enquanto o bebê realizava uma soneca). A sensação é a de um tempo dilatado, em que segundos parecem horas. Para isso, o corpo inteiro se envolve e se presentifica, tal como desejamos muitas vezes na cena. Isso acontece por dois motivos: um, por não sabermos concretamente qual a duração daquele

evento, podendo durar cinco segundos a algumas horas; dois, dado às novidades deste universo emergente da maternidade, estimulando a atenção do nosso sistema nervoso.

Na improvisação¹⁶, para além da imprevisibilidade, há um estado de alerta e presença constante, aliado a uma partitura de ações possíveis (roteiro performativo)¹⁷ que vai se encadeando a partir da escuta com o outro (bebê), com a relação e com o meio. Trata-se de uma composição em tempo real em que todos os envolvidos estão juntos orquestrando desejos, necessidades e possibilidades.

Percebo, assim, o corpo como matéria de condensação dos tempos (meu, seu, nosso). Um estado que convoca a presença e a exaustão. Um amor exausto que ama em êxtase. Uma dança que se dá através da escuta, do possível, do sensível, do ceder, do frustrar, do insistir, resistir, re-existir e respirar. A dança improvisada de nós, redescobrimo e ressignificando corpos, enquanto pessoas indivíduos, família, sociedade. Seria uma cena da própria vida ou a vida inundada pela cena?

Epílogo

Alinhavar a colcha de retalhos entre experiência, memória e história não é tarefa simples. Por isso, serei breve nessas considerações finais. Meu intuito neste artigo foi apresentar um fio condutor histórico sobre o chão que percorremos para podermos ao menos indagar o que é ser mulher hoje. Que seja um termo plural e não binário. Que seja um termo aberto e vivido, pautado nas lutas e reflexões que seguimos fazendo diariamente. Culmino no meu ser mulher e em uma das facetas da maternidade que me foi latente, pautada no tempo e nas relações que fiz com a dramaturgia cotidiana, enquanto confinada no meu próprio lar. Tenho certeza que cada puerpério é único, assim como cada mulher e cada maternidade. Mas, se há algo de coletivo para o qual posso, humildemente, chamar a atenção, é que a sociedade deve passar a olhar para quem cuida (em geral mulheres), e para as forças invisíveis

(não remuneradas e não reconhecidas) que ainda são o pilar do capitalismo e do patriarcado.

Referências

- BARROS, R. **Elogio ao toque**: ou como falar da arte feminina à brasileira. Rio de Janeiro: Zit, 2016.
- BEAUVOIR, S. **O segundo sexo 2v**: a experiência vivida. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1980.
- BUTLER, J. **Problemas de gênero**. Feminismo e subversão da identidade. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003.
- FERNANDES, C. **O corpo em movimento**. O sistema Laban/Barthelme na formação e pesquisa em artes cênicas. São Paulo: AnnaBlume, 2002.
- FRIEDAN, B. **Mística feminina**. Petrópolis: Vozes, 1971.
- LABAN, R. **Domínio do movimento**. São Paulo: Summus, 1978.
- LOUPPE, L. **Poética da dança contemporânea**. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.
- PERROT, M. **De Marianne a Lulu**: as imagens da mulher. in: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (org.). **Políticas do corpo**: elementos para uma história das práticas corporais. Estação Liberdade, São Paulo, 2005.
- PINTO, C. **Feminismo, história e poder**. Revista de sociologia e política v. 18, n. 36, p.15-23, jun. 2010.
- RIBEIRO, D. **Quem tem medo do feminismo negro?** São Paulo: Companhia das Letras, 2018.
- RODRIGUES, Carla. **Butler e a desconstrução do gênero**. Estudos Feministas, Florianópolis, v.13 n.1, p: 179-199, jan.-abr. 2005.
- SCAVONE, Lucila. **A maternidade e o feminismo**: diálogo com as ciências sociais. Cadernos Pagu (16) 2001: pp 137-150.

Notas

- 1 Gostaria de sugerir à leitora/ao leitor, uma bibliografia que não coube no escopo da pesquisa do doutorado, seja por minha falta de tempo, de disponibilidade enquanto mãe, ou por ser uma bibliografia relativamente recente. Sugiro que pesquisem por autoras como bell hooks, Silvia Federeci, Valeska Zanello, Leticia Bassit.
- 2 Aqui, gostaria de deixar a reflexão sobre a responsabilidade dos meios de comunicação, das redes sociais e de como a maternidade é vendida e assimilada no imaginário coletivo. A venda desses ideais é de suma importância para a manutenção do capitalismo, uma vez que lucra com a sobrecarga materna, suas múltiplas funções e responsabilidades na casa e na família, tais como a gestão estrutural, emocional, mental, além da realização das tarefas básicas cotidianas não remuneradas.
- 3 Podemos entender como investimento profissional não só o investimento financeiro, mas o investimento de tempo necessário para circular no meio artístico, assistir a peças, realizar workshops e oficinas de atualização, entrar em contato com outras pesquisas e criações, ler, dentre outras atividades indiretas fundamentais para a formação e manutenção profissional de uma artista da cena.
- 4 Rudolf Laban (1879-1958) foi um grande pesquisador do movimento, nascido em Bratislava, Eslováquia. Coreógrafo, dançarino e teórico da dança do século XX, Laban fez contribuições

- significativas para a compreensão e análise do movimento através da criação do seu Sistema de Análise de Movimento e de sua metodologia de notação coreográfica, a Labanotation.
- 5 Na pesquisa de doutorado, realizei entrevistas qualitativas com mães artistas da dança contemporânea da cidade de São Paulo, assim como elaborei um *survey* difundido por meio digital, para ser preenchido por mulheres profissionais da dança, como forma de analisar coletivamente as relações entre maternidade e mercado de trabalho na dança.
 - 6 A tese foi dividida em três partes (Corpos Históricos, Corpo Experiência e Corpo Criação). Em Corpos Históricos, abordo perspectivas feministas sobre o que é ser mulher, tangenciando a história das lutas políticas e relacionando-a com a história da dança.
 - 7 Para as interessadas e interessados no assunto, recomendo: ZANELLO, V. **A prateleira do amor: sobre mulheres, homens e relações**. Curitiba: Appris, 2022. e ainda FEDERICI, S. **Mulheres, corpo e a acumulação primitiva**. São Paulo: Elefante, 2017.
 - 8 Em Corpo Experiência, faço um relato da minha experiência enquanto mãe e as transformações no meu corpo físico, emocional, relacional. Realizo autoentrevistas e uma autoetnografia como metodologia de pesquisa, entrelaçando com outros materiais, como entrevistas realizadas com mulheres mães-artistas e um *survey* com mulheres profissionais da dança contemporânea de São Paulo abordando questões sobre gênero, trabalho e maternidade.
 - 9 Conhecidas pelas técnicas de Consciência Corporal, Consciência pelo Movimento, Terapia Através do Movimento, entre outras, a Educação Somática é um termo (cunhado por HANNA, 1999) que abriga todas essas técnicas. Sua origem se dá no início do século XX, a partir de pesquisas independentes voltadas para o entendimento do corpo e do movimento, seja através de sua mecânica, anatomia ou comportamento. Seus pontos de partida foram, em sua maioria, iniciativas individuais a partir da experiência pessoal dos pesquisadores, que buscavam cura para determinadas mazelas e não a encontravam na medicina tradicional. Dessa forma, olharam para o interior de si mesmos, entendendo mecanismos do corpo e do movimento, como um possível caminho terapêutico. Seus princípios estão na percepção dos padrões do corpo e do movimento e em sua desautomatização.
 - 10 O sistema proprioceptivo é responsável por trazer informações sobre a localização do corpo no espaço, o posicionamento das suas articulações e a sensação do corpo como um todo. Seus receptores sensoriais estão localizados nos músculos, tendões e articulações.
 - 11 O sistema interoceptivo, por sua vez, traz informações sobre o universo interno do corpo, a movimentação das vísceras, as sensações de sede, fome, etc.
 - 12 O sistema límbico é uma área cerebral responsável por regular as emoções, comportamento, memória e funções autônomas relacionadas à sobrevivência.
 - 13 Às interessadas e interessados no assunto, leiam FERNANDES, C. **O corpo em movimento. O sistema Laban/ Barternieff** na formação e pesquisa em artes cênicas. São Paulo: AnnaBlume, 2002 e LABAN, Rudolf. *Domínio do movimento*. São Paulo: Summus, 1978.
 - 14 Irmgard Bartenieff (1900-1981) foi aluna de Rudolf Laban e criadora dos Bartenieff Fundamentals. Uma renomada dançarina, coreógrafa e fisioterapeuta alemã-americana, conhecida por suas contribuições pioneiras para a dança e a análise do movimento.
 - 15 Bonnie Bainbridge Cohen é pesquisadora, educadora, dançarina, fisioterapeuta e a criadora do método somático Body-Mind Centering® (BMC).
 - 16 A improvisação é um vasto tema abordado tanto no teatro, quanto na dança, seja para fins técnicos, expressivos ou como parte da linguagem artística. Dado o recorte do artigo, não me ative à conceituação deste termo aqui. Sobre improvisação na dança, sugiro que a leitora/ o leitor busque as bibliografias: SANTOS, M. **Composição instantânea: formação coreográfica do artista da dança e de seu corpo-realidade**. Rev. Bras. Estud. Presença: Porto Alegre, 2017.
- LAMBERT, M. et al. **Expressividade cênica pelo fluxo percepção/ ação=** o sistema Laban/Bartenieff no desenvolvimento somático e na criação em dança. Tese de Doutorado, 2010.
- LEITE, F. **Contact improvisação (contact improvisation)** um diálogo em dança. In: Movimento. Porto Alegre: [s.n.], maio/ago, 2005; FABIÃO, E. Corpo cênico, estado cênico. **Contrapontos**, Florianópolis, v. 10, n. 03, p. 321-326, dez. 2010. Disponível em <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-71142010000300010&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 28 jul. 2023.
- 17 Sugiro a leitura do artigo FABIÃO, E. **Programa performativo: o corpo em experiência**. ILINX, Revista do Lume. Campinas, n.4 dez.2013.

Recebido em 15 de julho de 2023.

Aprovado em 31 de julho de 2023.

Publicado em 14 de agosto de 2023.