

## **Movimento Autêntico – A Arte de Mover e ser Movido.**

**Soraya Jorge\***

“O problema não é mais fazer que as pessoas se expressem, mas arranjar-lhes vacúolos de solidão a partir da qual elas teriam enfim algo a dizer” (DELEUZE, 1990, p. 177).

Experiências de espaços vazios, silêncios, barulhos internos e externos ao se propor o não direcionamento do movimento; junto a isso, a proposta de fechar os olhos, para que se acalmem os excessos visuais e se possam perceber outros sentidos, cria-se “vacúolos de solidão”. Fechar os olhos e ouvir, a si e a todos que se encontram juntos. Outros que já estão em mim, que já são um “mim”.

A Testemunha convida o Movedor a fechar os olhos e a mover, pausar. Fechá-los não para brincar de cego, mas para ver, para acalmar os julgamentos da visão, testemunhando do quanto de diálogo interno está povoado, já que os olhos, quando em ação, tomam lugar dessa percepção. Respira-se tempo, pois esta estrutura favorece outros estados de consciência. Um tipo de solidão, porque não se atém ao forte sentido dos olhos. Um certo vazio, que ao ser vivido, atravessado, movido, provoca a criação de muitas outras maneiras de existência.

“Practice toward presence develops into moments in which the body is experienced as empty” (ADLER, 2002, p. 23)<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> “A prática para a presença desenvolve-se nos momentos em que o corpo é experimentado como vazio.” (Esta tradução, como todas as outras nesta monografia, é de responsabilidade nossa, e revisada por Nastassja Pugliese).

A grande maioria das abordagens corporais (de movimento) que vivenciei até 1992, direcionavam-me para certos "modelos" de estruturação corporal, mesmo que nos desdobramentos exploratórios eu pudesse dispor dos elementos apresentados improvisando conforme minhas próprias necessidades.

Na Califórnia, Estados Unidos, tive a oportunidade de entrar em contato com a abordagem chamada *Movimento Autêntico* cuja estrutura se dá através de um auto-direcionamento do movimento por aquele que move, dança. Não há estímulos do professor/facilitador durante a experiência do movimento, e sim um estar presente criando uma atmosfera de segurança e de não julgamento.

"Não há nada que eu precise fazer?" "Se eu quiser não mover, é possível?" "Ninguém dirá onde colocar meu corpo" "Preciso dançar ou não?" "Se eu não mover você continua me vendo?" "O que é mover, o que é dançar, sentir as sensações do corpo, do corpo em movimento?"- são alguns pensamentos, dentre tantos outros, que surgem ao se entrar em contato com essa prática.

É importante frisar que as percepções que serão apontadas na prática do *Movimento Autêntico* não são privilégios apenas desta prática; mas nela encontrei elementos instigantes que criam uma composição e um continente fortes e abertos para as perguntas que venho perseguindo: mover e ser movido, relação entre entrega e vontade, ver e ser visto, continente para contínua criação de si (de mim).

"The core of the movement experience is the sensation of moving

and being moved... Ideally, both are present in the same instant and it may be literally an instant”<sup>2</sup> (WHITEHOUSE, 1963, p.4).

Mas, neste mover e ser movido, de que escuta, de que visão está se falando? Um ponto importante nessa abordagem, onde reside grande parte de minha curiosidade investigatória, é o convite de mover com os olhos fechados. Como Movera e como Testemunha, como encontrar-se com o inesperado das experiências, das descobertas e transformações que essa proposta traz em si? A possibilidade de ser pedra, vegetal, animal, de existir em sensações e expressões múltiplas (formas como expressões também visíveis), é intensa – e pode ser vista nos depoimentos dos participantes das rodas de Movimento. Como diz Gilles Deleuze:

“Devir não é atingir uma forma (identificação, imitação, Mimese), mas encontrar a zona de vizinhança, de indiscernibilidade ou de indiferenciação tal que não seja possível distinguir-se uma mulher, de um animal ou de uma molécula: não imprecisos nem gerais, mas imprevistos, não preexistentes, tanto menos determinados numa forma quanto se singularizam numa população.” (DELEUZE, 1997, p.11).

Os diálogos com os autores que falam de estados, percepções, arte, movimento são tentativas de tocar, através das palavras, experiências vividas na dança e no movimento –

---

<sup>2</sup> “A essência da experiência do movimento é a sensação de mover e ser movido. Idealmente, ambos estão presentes no mesmo instante e pode, literalmente, ser apenas um instante”.

experiências estas que encontram no espaço-tempo, interno e externo, possíveis linhas de intensidades de vida.

O *Movimento Autêntico* em sua ordem burila os estados de receptividade. O trabalho sobre o julgamento, pré-conceitos é um campo que se abre para que um transbordamento expressivo, pessoal e coletivo, contaminado, tenha espaço de existência. No processo, criam-se lugares para grandes e pequenos vôos, rastejares e caminhadas. Danças/gestos/ pensamentos sem nome. Também percepções de padrões de movimentos e reflexões são trazidas para novos encaminhamentos de pesquisa. O trabalho propõe momentos de escrita e de compartilhar verbal e isso fortalece a apropriação dos mesmos e dos variáveis de cada um, da vida e da arte, sem deixar de lado a contaminação desses “lugares” que, no ato de escrever, muitas vezes impedimos.

Mantenho a pergunta que pretendo continuar investigando: o que acontece quando fechamos os olhos? O que acontece quando então os abrimos sem fixá-los em uma determinada função? Ver com a pele, tocar com os olhos, sentir com os ouvidos, mover, ser invisível, encarnar. Onde estão as palavras do “Movimento Sensível”, dos “Pensamentos Moventes”? Nos dedos dos pés, intestinos, no silêncio da garganta, no arrepio do coração. É na quebra da ordem, da organicidade, da lógica da própria idéia das coisas que Antonin Artaud cria o “Corpo sem Órgãos”, conceito vivo de arte vida:

“Porque o CsO é tudo isto:  
necessariamente um Lugar,  
necessariamente um Plano,  
necessariamente um Coletivo ( agenciando elementos, coisas, vegetais, animais, utensílios, homens, potências, fragmentos de tudo isso) porque não

existe “meu” corpo sem órgão, mas “eu”, sobre ele, o que resta de mim, inalterável e cambiante de forma, transpondo limiares.” ( DELEUZE & GUATARRI, 1996, p. 24).

### **O que é Movimento Autêntico?**

O *Movimento Autêntico* é uma abordagem corporal que tem como objetivo desenvolver uma escuta apurada dos impulsos corporais, explorando uma interrogação: “o que me leva a mover?”. Pode ser um pensamento, uma sensação, um desejo, um som, uma memória, uma voz interna ou externa. Seu objetivo é propiciar um contato com estes impulsos para que, conscientemente, se possa expressá-los ou contê-los. À medida que a pessoa vai escutando sua própria corrente de movimento interno em constante contato com o externo, vai se apropriando melhor das relações que estabelece consigo e com o mundo, alimentando o fluxo vital que percorre seu corpo e estabelecendo novas e mutantes relações entre o dentro e fora, seu corpo e o mundo, seu corpo e outros corpos.

A estrutura do *Movimento Autêntico* é: uma (ou várias) pessoa(s) que move(m) e outra(s) que testemunha(m), atentando para a necessidade de haver pelo menos um Movedor e uma Testemunha. A pessoa que move (Movedor) fecha os olhos para fazer um mapeamento de seus próprios impulsos e decidir se quer externalizá-los ou não. E a Testemunha, de olhos abertos, observa o Movedor e o que acontece consigo próprio na presença desse outro. Se, no processo de observar o outro, aparece um

juízo/ou idéia preconcebida, este, a princípio, só dirá respeito àquele que vê, e não ao outro observado. Trata-se, portanto de, ao ver o outro, a pessoa começar a se ver. Esta relação sem juízo, ou melhor, de apropriação de pensamentos, sensações, e imaginação irá fazer surgir um terceiro componente: a Testemunha Interna<sup>3</sup> - aquela que acolhe, e não julga.

Olhamo-nos para enfim poder ver, sem o olhar, entre as linhas do movimento. Porque mais do que as linhas da dança, o que respiro no intervalo preenche de vazio todos os cantos. Falamos, dançamos do que nos atormenta e que é nossa fonte de vida. Vibramos na dor de nascer cada partícula de tempo, no grito da pressão sanguínea, no abismo de nada saber. Movemos, testemunhamos, não há diferença quando então, vivem-se as duas funções como uma contendo a outra. Vemos no outro o que está em nós. Também é de nós o que o mundo fala. A Testemunha Interna se presentifica.

## **História**

Nos anos 50, nos Estados Unidos, Mary Whitehouse, bailarina moderna, professora de dança, foi influenciada por duas grandes tendências. Por um lado, em seu estudo intensivo na Escola Mary Wigman em Dresden, na Alemanha, aprendeu que para ser bailarina era necessário “ter algo a dizer” e que a base do treinamento era improvisação, pesquisa bastante revolucionária para época. E, por outro lado, sua experiência pessoal em análise

---

<sup>3</sup> A Testemunha Interna está sendo internalizada pelo Mover ao longo do trabalho. Já a Testemunha continua seu processo de ver a si e ao outro, desenvolvendo também a sua Testemunha Interna. Conquistando assim novos espaços para propiciar um campo /atmosfera mais intensivo, possível aos vários, nesta relação: Mover / Testemunha.

Junguiana, lhe trouxe cada vez mais uma curiosidade pelos “simbolismos” e conteúdos semânticos das obras.

No início dos anos 60, seu interesse por dança estava cada vez mais distante, e o processo de realizar a dança é que se tornou algo instigante. Para ela, a dança era uma forma de expressão profunda, de comunicação e *insights*. No entanto, como a compreensão que se tinha de dança na época era baseada em ensaio e repetição; ela não via como os movimentos dessas camadas mais profundas<sup>4</sup> poderiam ser repetidos em uma coreografia. Sabemos hoje, através de vários estudos do movimento, que a repetição está sempre se atualizando e que nela residem novas vibrantes células e que cabe ao continente do próprio trabalho ir criando, construindo “olhos”, “corpo” para vê-los, percebê-los, sentí-los. (Em sua prática de ensino, Mary Whitehouse costumava propor movimentações corporais abrangendo qualidades diferenciadas de movimento - por exemplo, movimentos fortes e suaves, nível alto e baixo, trabalhando com oposições e gradações - intercalando estímulos externos com auto direcionados). Considerando seus novos estudos sobre movimento e improvisação em dança, Mary resolveu tirar o termo Dança para nomear seu trabalho de *Movement in Depth*<sup>5</sup>.

Quando relacionava o movimento com a *Imaginação Ativa* de Jung<sup>6</sup>, destacava o processo de traduzir o fluxo do material inconsciente em forma física. Ao inconsciente, trazia a qualidade de profundo, contrastando as idéias de mover e ser movido. É

---

<sup>4</sup> Por camadas mais profundas, queria dizer mover “directly from within”.

<sup>5</sup> Movimento em Profundidade.

<sup>6</sup> “Em 1916 Jung escreveu um artigo onde sugeria o movimento corporal expressivo como um dos muitos caminhos para dar forma ao inconsciente. Na descrição da técnica que veio mais tarde chamar de Imaginação Ativa, ele aponta que esta pode ser feita através da dança, pintura, desenho, trabalho com barro, areia e qualquer outro meio artístico (...) Imaginação Ativa em movimento envolve a relação entre duas pessoas: um movedor e uma testemunha. É nessa relação que o movedor começa a internalizar a função reflexiva da testemunha e se abrir para seu fluxo inconsciente de sensações e imagens corporais, ao mesmo tempo trazendo suas experiências para a consciência.” In CHODOROW, 1991, p. 1. Tradução nossa.

nessa relação que a palavra “autêntico” surgirá posteriormente, com Janet Adler, para nomear uma qualidade gestual. Por movimentos autênticos, nesta fase, entendia-se os movimentos que não eram julgados/pré-concebidos, criticados, racionalizados. Movimentos que não seguiam valores como: “é assim que devo mover, para ser gracioso, bonito?”. Nas palavras de Mary Whitehouse:

“When the image is truly connected in certain people, then the movement is authentic. There is no padding of movement just for the sake of moving. There is an ability to stand the inner tension until the next image moves them. They don't simply dance around.” (FRANTZ, 1972, p.20).<sup>7</sup>

Mary experimentou alguns caminhos para explicar as idéias de “impulso”, e “autêntico”; e a maior base teórica foi sua experiência pessoal em dança e psicoterapia em diálogo com o pensamento Junguiano da época. Ao se escutar o impulso, o burilamento da pergunta “o que me faz mover”, pesquisava as nuances do dançar, do não mover, e a diferenciação do sentido que se dava para o “dance around”<sup>8</sup>.

Janet Adler, Dança Terapeuta, Psicanalista, Ph.D em Estudos Místicos, estudou com Mary Whitehouse e fundou o Instituto Mary Starks Whitehouse, a primeira escola devota em estudar e praticar o *Movimento Autêntico* – nome que foi dado por ela. No seu entendimento, foi John Martin, um renomado crítico de

---

<sup>7</sup> “Quando a imagem está conectada verdadeiramente em determinadas pessoas, então o movimento é autêntico. Não há movimentos supérfluos, feitos apenas por ter que se mover. Existe uma habilidade de sustentar a tensão interna até que a próxima imagem as mova. Elas não saem dançando simplesmente”.

<sup>8</sup> A tradução mais aproximada seria “dançar à toa”.

dança, o primeiro a usar o termo “*movimento autêntico*” falando de danças de Mary Wigman em 1933.

“This class of dance is in effect the modern dance in its purest manifestation. The basis of each composition in this medium lies in a vision of something in human experience which touches the sublime. Its externalization in some form which can be apprehended by others comes not by intellectual planning but by “feeling through” with a sensitive body. The first result of such creation is the appearance of certain entirely authentic movement”<sup>9</sup>. (MARTIN In ADLER, 2002, p.15).

Janet Adler desenvolveu o trabalho levando em conta as questões que Mary Whitehouse vinha pesquisando, como a relação entre impulso e forma e o movimento realizado de olhos fechados, acreditando que o não uso da visão propiciaria um mergulho e uma expansão da consciência de experiências conscientes e inconscientes. Em uma entrevista, falando de como se sentia fisicamente nas aulas com Mary Whitehouse, Janet descreveu:

“The impulse to move felt very far in – in the center of me. The minute I closed my eyes it was like coming home. I recognized myself. And Mary, as my witness, saw me seeing myself. My movement was an expression of

---

<sup>9</sup> “Com efeito, essa aula de dança é a dança moderna em sua manifestação mais pura. A base de cada composição neste meio encontra-se na visão de algo na experiência humana que toca o sublime. Sua externalização em alguma forma que possa ser apreendida por outros vem não por um planejamento intelectual, mas por “sentir através” com um corpo sensível. O primeiro resultado de tal criação é o aparecimento de certo movimento inteiramente autêntico.”

unformed, unconscious material.”<sup>10</sup>  
(Haze and Stromsted, 1994, p.115).

Em seu livro “Offering from the Conscious Body – The Discipline of Authentic Movement”, no capítulo “Individual Body”, Janet Adler enfoca a questão do Movedor em contato com seu corpo. Sensações levam a mover ou a conter o movimento.

“As you step once again into the emptiness, continue to bring awareness what your body is doing, and now include your awareness of sensation while you are moving. ....what you hear, see with your eyes closed, smell, feel on your skin, or experience kinesthetically as you move.”<sup>11</sup>  
(ADLER, 2002, p. 21).

Adler era conhecida por seu trabalho com crianças autistas, mas no *Movimento Autêntico* seu foco foi a função da Testemunha :

“The witness carries a larger responsibility for consciousness as she sits to the side of the movement space (and watches). She is not “looking at” the person moving. She is witnessing, listening, bringing a specific quality of attention or presence to the experience”.<sup>12</sup> (ADLER, 1988. p.180).

É na relação entre Testemunha e Movedor que Janet Adler acreditou que se poderia desenvolver os estados de Observação,

---

<sup>10</sup> “O impulso para mover parecia estar muito distante do – do centro de mim. No minuto em que eu fechei os olhos era como se estivesse voltando para casa. Eu reconheci a mim mesmo. E Mary, como minha testemunha, viu quando eu me vi. Meu movimento era a expressão de um material disforme, inconsciente.”

<sup>11</sup> “Quando você adentrar mais uma vez no espaço vazio, continue a trazer consciência para o que seu corpo está fazendo, e agora inclua a consciência de suas sensações enquanto você está se movimentando... o que você ouve, vê com seus olhos fechados, cheira, sente em sua pele, ou experiência cinesteticamente enquanto se move.”

<sup>12</sup> “A testemunha carrega uma grande responsabilidade pela consciência enquanto senta e observa o Movedor. Ela não está “olhando para” a pessoa movendo. Ela está testemunhando, escutando, trazendo uma qualidade específica de atenção ou presença para a experiência.”

Consciência, Insight e Presença. E assim seguiu sua pesquisa encontrando na prática do *Movimento Autêntico* espaço para as discussões sobre o movimento e o gesto e suas interações com os aspectos que ela nomeou como:- psicológicos e de cura, impulsos artísticos e experiências numinosas.<sup>13</sup>

O *Movimento Autêntico* surgiu em uma época de grande difusão das práticas Somáticas. Talvez pudéssemos dizer que essa abordagem vinha sendo pensada e vivida por uma geração de pessoas que se tornaram pesquisadoras ao confrontar suas próprias doenças com a maneira como eram tratadas pelo *mainstream* da ciência nos séculos XIX e XX. Alguns pioneiros dessa área foram: Elsa Gindler, Charlotte Selver, Marion Rose, Ilse Middendorf, F.M. Alexander, Moshe Feldenkrais, Ida Rolf, Gerda Alexander, Mary Whitehouse, Janet Adler. No Brasil Angel e Klaus Vianna entre outros. O termo “Somatics”, foi dado por Thomas Hanna em 1977.

“Somatics is the field which studies the soma: namely the body as perceived from within by first-person perception. When the human being is observed from outside \_ i.e., from a third person viewpoint \_ the phenomenon of a human body is perceived. But, when this same human being is observed from the first-person viewpoint of his own proprioceptive senses, a categorically different phenomenon is perceived: the human soma<sup>14</sup>. (JOHNSON, 1995, p.341).

---

<sup>13</sup> Numinoso: conceito de Rudolf Otto ( “o Sagrado”), que designa o inexprimível, misterioso, tremendo, o “totalmente outro”, propriedade que possibilitam a experiência imediata do divino.). Tal reflexão encontra-se em: Jung, C.G. Memórias, Sonhos, Reflexões. Compilação e prefácio de Aniela Jaffé. Edit. Nova Fronteira S.A, RJ, 1963.

<sup>14</sup> “Somática é o campo que estuda o soma: a saber, o corpo como é percebido de dentro, por uma percepção da primeira pessoa. Quando o ser humano é observado de fora – isto é, a partir de um ponto de vista de terceira pessoa- o fenômeno de um corpo humano é percebido. Mas, quando este mesmo ser humano é observado a partir de um

A busca e o encontro com novos campos de atuação e nomeações para se falar das pesquisas que provinham de experiência do movimento e suas relações com a saúde, arte e educação foram, para esses autores, foco de estudos da dança e movimento que se desdobram e repercutem fortemente até hoje.

As palavras utilizadas por Mary Whitehouse e Janet Adler para falar do *Movimento Autêntico* estão contextualizadas com o momento de suas pesquisas, na qual o retorno ao ritual, as influências das práticas orientais, e a conexão com a potência divina como potência de si podiam ser vivenciadas no movimento através das conexões com a percepção e consciência corporal. Foram precursoras, juntamente com os autores citados acima, em relação à integração entre mente/corpo/ espírito. Para isso, utilizam-se de conceitos como: Transcendência, União, Participação e Arte como vida, na tentativa de falar do movimento que hoje arrisco-me em nomear “Movimento Sensível”.

Em minha experiência com Janet Adler, em torno de 10 anos contínuos e depois ainda através de trabalhos esporádicos, pude testemunhar seu interesse em não descartar nenhuma experiência que poderia ser vivida no movimento e nenhuma pressa em nomear tais experiências. Havia sim, ao contrário, uma ansiedade dos alunos em traduzi-las em categorias, até porque muitas das experiências ultrapassavam o que se tinha sistematizado nas abordagens corporais e teorias da época.

---

ponto de vista de primeira pessoa, de seus próprios sentidos proprioceptivos, um fenômeno categoricamente diferente é percebido: o soma humano.”

## **A estrutura do Movimento Autêntico, segundo Janet Adler.**

Janet Adler nomeia *Ground Form* a arquitetura do Movimento Autêntico, que é baseada em uma relação entre Movedor e Testemunha. Tanto para um quanto para o outro, o trabalho incide no desenvolvimento da Testemunha Interna, que é uma maneira de burilar um estado de consciência – *Consciousness*. Nesta disciplina, a Testemunha Interna é corporificada pela Testemunha, enquanto Movedor corporifica o SELF movente. A relação se desenvolve dentro do estudo de três campos da experiência:

- o Corpo Individual;
- o Corpo Coletivo;
- o Corpo Consciente.

No campo do Corpo Individual, o Movedor trabalha a vontade profunda de ser visto em presença de uma Testemunha Externa. Ele fecha os olhos e aprende a escutar os seus impulsos; a dar forma ou não às suas experiências. Descobre movimentos autênticos. Por movimentos autênticos, nesta fase, entendem-se os movimentos que não são julgados, criticados, racionalizados, que não seguem valores exteriores como: “é assim que devo mover, para ser gracioso, poderoso, bonito”, etc.

Ao fortalecer a sua Testemunha Interna, advém o desejo de ser também, Testemunha. Aqui, a pessoa aprende a seguir o movimento físico do outro e perceber as suas próprias sensações, emoções e pensamentos, enquanto fica sentado no mesmo lugar do estúdio.

Após o *setting* de movimento, acontece um compartilhar verbal no qual é utilizada uma prática que preza a clareza da

palavra; linguagem perceptiva onde o que é visto, o que é imaginado e o que é sentido fazem parte de um trabalho de discernimento entre os participantes - Movedores e Testemunhas. À medida que o trabalho se aprofunda, há mais liberdade para diretamente entrar no corpo e na palavra.

No campo do Corpo Coletivo, Movedores e Testemunhas trabalham a vontade profunda de participar de um todo, em um grupo, círculo, descobrindo como se relacionar com o outro(s) sem perder a consciência de si.

*“Os Movedores estão de olhos fechados. As Testemunhas, de olhos abertos.*

*De um Movedor para vários Movedores. De uma Testemunha para várias.”<sup>15</sup>*

Antes de iniciar ou fechar o *setting* de movimento, o espaço vazio é testemunhado. O círculo se fortalece, com cada pessoa testemunhando-o vazio. À medida que ele se expande na direção da consciência, o terceiro campo – Corpo Consciente - começa a ficar mais transparente. A personalidade se torna mais presença, a empatia vai se transformando em compaixão e em graça, e o sofrimento se torna mais suportável.

Muitas histórias são movidas nesta prática. Ao moverem suas histórias conhecidas, os corpos abrem (-se), cada vez mais, o campo para uma clareza de comunicação de movimentação. O gesto faz sentido por ele mesmo, sem representações. Desta forma, outras possibilidades surgem como, por exemplo, as sensações de vazio. Não o vazio da falta, mas o da pura presença,

---

<sup>15</sup> Fala de minha autoria proferida em aula de Movimento Autêntico.

da relação direta com o movimento sem intermediação de significados.

No caminho em direção à presença, o Corpo Coletivo e o Corpo Individual são experienciados como continentes. Nesta atmosfera, uma vontade profunda transparece: a de oferecer. O corpo movente se torna também mais transparente, se torna dança e a dança se torna uma oferenda. Palavras se tornam poesia e poesia é uma oferenda.

Quando fenômenos energéticos, que também são conhecidos no corpo como experiências diretas, se expressam através de um corpo consciente, tornam-se em si uma oferenda – para o mundo, desejanter de consciência.

“For a mover this way of knowing can be manifest in a experience of feeling as though one is “ being moved”, taken, penetrated, rearranged, infused.. These qualities of sensations are experienced without the densit of emotion or thought, though such qualities can be followed by the fullness of personality in response. In a moment of direct experience, the mover can become empty.”<sup>16</sup> (ADLER, 2002, p.209).

---

<sup>16</sup> “Para o Movedor, este modo de conhecer pode se manifestar em uma experiência de sentir-se como alguém que “está sendo movido”, tomado, penetrado, rearranjado, infundido... Estas qualidades de sensações são experimentadas sem a densidade da emoção ou pensamento, embora, como resposta, tais qualidades possam seguir ao transbordamento da personalidade. No momento da experiência direta, o Movedor pode tornar-se vazio.”

Quando o coletivo recebe e participa, somos lembrados que a disciplina do Movimento Autêntico vem de culturas ancestrais, primitivas. Aqui, à medida que os gestos são oferecidos, há momentos de participação para os indivíduos, algumas vezes para o grupo todo, quando não há separação entre quem dança e quem testemunha a dança.

“Quando Laban se refere à memória primitiva que teríamos do espaço, quando ele fala em como os movimentos e a harmonia do corpo em dança refletem essa espacialidade, ele está falando da interação real, que conecta o sistema vivo e seu meio ambiente, por meio de mapas e de internalizações de relações.” (VIEIRA, 2006, p.118, 119).

Questões sobre Movedor e performer, Testemunha e platéia são abordadas a partir do desenvolvimento da consciência da Testemunha Interna. Performers e Movedores querem ser vistos. Platéia e Testemunhas desejam ver. Aos poucos a experiência de ser visto se diferencia da experiência de ser olhado, o mesmo acontece com ver e olhar. Participar torna-se então um verbo de prática da consciência no exercício da presença.

### **Reflexões Atuais sobre o Movimento Autêntico.**

Introduzindo esta abordagem no Brasil, já com uma releitura por uma prática constante como Movedora, Testemunha, criando arte em sala de aula e performances, em trabalho diário de construção e de desconstrução de minhas idéias e modos de viver,

anseio por novas outras palavras que acompanhem as presentes experiências e reflexões: quais são as palavras que são movidas, não na procura de significados e traduções, mas de proximidade com a experiência?

É neste campo de pesquisa, que me afino com a palavra autêntico – não como original em sua raiz<sup>17</sup>, - mas em seu encontro autêntico com a experiência: aproximando-se talvez mais da definição heideggeriana de autêntico. Sem os distanciamentos que uma reflexão apenas teórica pode trazer, mas exatamente com a vontade de trilhar o caminho inverso – sentir a possibilidade de me aproximar e ser singular no instante da experiência.

Utilizo a abordagem do *Movimento Autêntico*, e os conceitos que venho pesquisando e nomeando “Movimento Sensível” e “Pensamento Movente” para continuar minha relação com o que Mary Whitehouse e Janet Adler desenvolveram. Pois o “Movimento Sensível” é um conjunto de sensações visíveis e invisíveis que modificam estados de ser produzindo ações através de um processo de apropriação e desapropriação de antigos e novos padrões de se estar no mundo. É a experiência de pequenos e macros movimentos, de percepções finas do sentir, provocadora de uma estética própria a partir de contínuas criações de si.

---

<sup>17</sup>Autêntico: 1. cuja origem (época, fabricação, localidade) é comprovada. Ex.: uma a. porcelana Ming cuja autoria é atestada. 2 cuja autoria é atestada. Ex.: <um a. Pancetti> <o corpus a. da lírica de Camões> 3 reconhecido como legítimo; fidedigno (diz-se de documento, escrito etc.). 4 em conformidade com os fatos; cujo detalhamento reflete a realidade. Ex.: uma descrição a. da situação. 5 não imitativo; verdadeiro. Ex.: um a. sotaque britânico. 6 em que não há falsidade; espontâneo, real. Ex.: uma a. demonstração de carinho. 7 que tem autoridade; válido. Ex.: razões a. 8 que constitui uma cópia ou imitação fiel de um original. Ex.: <o traslado a. de um antigo tratado> <uma a. casa colonial portuguesa>. 8.1 feito da mesma forma que o original. Ex.: uma a. feijoada. 9 Regionalismo: Brasil. Diz-se do indivíduo que se assume tal qual é, que não se apresenta aos outros de modo idealizado. 10 Rubrica: filosofia. **em Heidegger (1889-1976), diz-se da existência que assume plenamente sua inarredável condição mortal, aceitando em decorrência a angústia que só poderia ser dissimulada através da banalidade cotidiana (inautenticidade).** 11 Rubrica: termo jurídico. a que se pode dar fé; que está dentro das formalidades legais e é tido como legítimo e verdadeiro. 12 Rubrica: música. diz-se de cada um dos quatro modos eclesiásticos de caráter expansivo e cujo âmbito está entre a final e a oitava superior [Criados por santo Ambrósio (339-397), bispo de Milão, a partir da escala pitagórica dos gregos.] Obs.: cf. plagal. n substantivo masculino. 13 m.q. autêntica ('carta ou certidão') In HOUAISS, 2001.

O “Movimento Sensível” conecta-se com os “Pensamentos Moventes” em relações agudas, nas quais as separações que são dadas - tal como entre corpo/pensamento – já não existem; nas experiências propostas por abordagens corporais nas quais movimento e palavra tornam-se espaço de investigação de si e do outro.

“(…) se posso escrever que “o meu pensamento se crispa”, é porque a crispação do corpo implica uma modalidade de movimento que se pode encontrar também nos movimentos do pensamento ou da emoção” (GIL, José. 2005, p.91).

Ao abrir o campo para o “Movimento Sensível”, com uma acuidade para a observação de si e do outro, cria-se um possível corpo singular e coletivo. Intensidades e fluxos atravessam os corpos e o espaço e desenham-se intenções, expressões, gestos espontâneos em relações. É necessário um trabalho sobre o mover e sobre o testemunhar para que estas intensidades e fluxos possam existir, serem acolhidas e sustentadas. Uma prática de si, uma prática política de estar junto, na qual o movimento possa ser nada, para que ser o que é.

No início do desenvolvimento do *Movimento Autêntico*, ainda havia a necessidade de se encontrar significado gestual - até mesmo no encontro das traduções da dança pela perspectiva simbólica de Jung em encontro com Mary Whitehouse e de Janet em encontro com Freud. Janet Adler, através do que chama Experiência Direta, está nomeando o gesto que faz sentido pelo próprio gesto, potência de vida em sua própria imanência.

Para Janet, a dança é transpessoal porque já não é mais pessoal. Nesse momento ninguém a possui: do “eu danço”, “sou dança”, chega-se ao possível “dança apenas” ou “dançar”. Sei da delicada complexidade para buscar nomeações, mas também sei dos limites de cada pesquisador em seu contexto histórico.

As práticas da dança e do movimento contêm inúmeras possibilidades, mas não se perdem de vista os autores e suas contribuições na pesquisa de práticas e reflexões escritas - que, aliás, são escassas. Não são muitos os bailarinos, dançarinos, movedores, que se dedicaram a escrever sobre suas experiências.

Além do interesse pelas palavras da experiência, nos anos 50 procurava-se entender a relação entre o que se passava na “incorporação”, que acontece em algumas práticas religiosas e a possibilidade de “corporificação” de alguns estados agudos, sensíveis, de experiência direta com/no/do movimento (pesquisa esta que acontece ainda hoje...)<sup>18</sup>. Como diz Hélia Borges (2009) em sua tese de doutorado:

---

<sup>18</sup> As relações entre “incorporar” e “corporificar” são riquíssimas e também muito complexas. Podemos entrever algumas destas possibilidades a partir das definições de cada termo encontradas no dicionário Michaelis, e citadas abaixo. De acordo com meus estudos de Movimento Autêntico, formais e informais, a incorporificação reúne estados agudos de percepção - de si, do outro, do entorno – estados que dão corpo expansivo ao ser que vivencia experiências de consciência. A incorporificação é um processo que dá cada vez mais corpo ao gesto espontâneo, enquanto a incorporação pode ser apenas um momento, consciente ou inconsciente, uma experiência de “ser tomado” sem que se possa fazer uso desta incorporação. Ela é algo que acontece, arrebatando o sujeito, mas sem deixar-se apropriar para que se possa fazer uso ativo desse estado no cotidiano, e em outras esferas. Para mais detalhes ver ADLER, 1995.

**incorporação**

**in.cor.po.ra.ção**

*sf* (lat *incorporatione*) **1** Ato ou efeito de incorporar. **2** Estado ou qualidade de coisas incorporadas. **3** *Farm* Mistura de dois medicamentos num excipiente líquido, para favorecer a sua ação. **4** *Dir* Agregação de uma ou mais companhias, ou sociedades comerciais, que se liquidam, entre as quais uma continua a subsistir e operar do mesmo modo e sob a mesma denominação, ou firma, absorvendo o ativo e o passivo. **5** *Dir* Agregação por pessoa física ou jurídica, sob a forma de companhia ou sociedade por ações, cotas, cujo fim é a construção de edifícios de apartamentos e a venda destes depois de concluídos, ou quando ainda em construção, mediante prestações periódicas, havendo, ou não, intuito especulativo da parte do incorporador. **6** *Mil* Inclusão de rapazes selecionados para o serviço militar, nas unidades a que são destinados. **7** *Espir* Ação e efeito de o médium receber em si entidade espiritual.

**corporificar**

**cor.po.ri.fi.car**

(lat *corpore+ficar*<sup>2</sup>) *vtd* **1** Atribuir corpo a (o que não o tem). *vtd* **2** Reunir, em um só corpo, substâncias diversas. *vpr* **3** Tomar corpo; solidificar-se. *vtd* **4** Transformar em fatos; realizar. *Var:* *corporizar*.

“A dança brinca com o tempo no espaço, espacializando ela cria espaço e, portanto espacializa o pensamento. A dança é acontecimento sem representação, exige espaço; a dança é antes do nome, é a marca da emergência, do surgimento de algo. O corpo dançante não exibe uma interioridade: ele é interioridade, não é nem imitação, nem impressão e nem expressão; sendo um corpo emergente, é um corpo virtual atualizado a cada movimento. É a impessoalidade por não preexistir antes do acontecimento. É o puro acontecimento, pois quando um movimento nasce ele já nasce quando exposto, ele está nascendo naquele momento. É sempre outros mundos, ou seja, é um outrar-se, como nos diz Fernando Pessoa (Aquino, 2005).” (BORGES, 2009, p.146.)

Conceitos como Transcendência, Autêntico, Inconsciente, Mundo Interno/Externo, Representação, *Self* e Divino foram, são e serão levantados pela História e relidos nas práticas/pensamento e contextos atuais. Tantos questionamentos quanto ao nome *Movimento Autêntico* fazem-me querer hoje afirmar este nome como parte da estória que estou trilhando. Não como conceito, mas como continuidade de processo. Reescrevo a abordagem corporal *Movimento Autêntico* com as experiências que venho vivendo nesses anos, como fiz e faço diariamente com o trabalho de Angel Vianna nomeado *Conscientização do Movimento e Jogos Corporais*. E na criação de uma nova abordagem – *Contato*

*Autêntico*, pesquisa que venho desenvolvendo juntamente com Guto Macedo há sete anos – uma intersecção entre o *Contato Improvisação* e o *Movimento Autêntico*. Pesquisa que vem sendo apresentada nacionalmente e internacionalmente. (tema para um novo artigo).

Considerando a experiência corporal uma poesia do movimento e o gesto consciente uma possibilidade de corporificação dos momentos de *insights* e construção de pensamentos vivos, debruçar-se no campo do encontro entre o “Pensamento Movente” e o “Movimento Sensível” é ensaiar uma poética do corpo. Uma proposta para mais longas e intensas investigações.

*Passa perto um zumbido de pensamentos.  
Acato as palavras como colho flores: pelo cheiro.*

*\*Soraya Jorge- Introdutora do Movimento Autêntico no Brasil. Co-criadora do Programa de Movimento Autêntico. Uma parceria Brasil/Áustria. Professora da Pós-Graduação da Faculdade Angel Vianna: “Terapia Através do Movimentocorpo e subjetivação”.Parte da Formação do Instituto Junguiano do RJ com a disciplina Movimento Autêntico.(2009,10,11).*

Contato: [www.movimentoautentico.com](http://www.movimentoautentico.com) / [soraia@movimentoautentico.com](mailto:soraia@movimentoautentico.com)

#### **BIBLIOGRAFIA:**

ADLER, Janet. “Preface”. In: *Offering from the Conscious Body – The discipline of Authentic Movement*, Rochester, Vermont: Ed. Inner Traditions, 2002.

ADLER, Janet. *Dance Movement Therapy – A Healing Art*. Org. Levy, Fran J., AAHPERD, 1992.

ADLER, Janet. *Archiving Backward. The Mystical Initiation of a Contemporary Woman*. Rochester, Vermont: Ed. Inner Traditions, 1995.

ARTAUD, Antonin. *O Teatro e seu Duplo*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

BACHELARD, Gaston. *A Terra e os Devaneios do Repouso: Ensaio sobre as Imagens da Intimidade*. São Paulo: Ed. Martins Fontes, 1991.

BARTHES, Roland. *Fragmentos de um discurso amoroso*. Trad. Márcia Valéria Martinez de Aguiar. Ed. Martins Fontes. São Paulo: 2007.

BAUMAN, Zygmunt e GARCIA, Maria Lúcia. Entrevista à Zygmunt Bauman. *A Sociedade Líquida*. São Paulo: Folha de São Paulo 19 de outubro de 2003.

BORGES, Hélia. *Sobre o movimento: o corpo e a clínica*. Tese. Doutorado. Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva, do Instituto de Medicina Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2009.

DELEUZE, Gilles. *O Abecedário* in <http://www.ufrgs.br/corpoarteclinica/obra/abc.prn.pdf>

\_\_\_\_\_. *Conversações*. São Paulo: Ed. 34, 1992.

\_\_\_\_\_. *Crítica e Clínica*. São Paulo: Ed. 34, 1997.

FRANTZ, Gilda, *An Approach to the Center. An Interview with Mary Whitehouse*. Published in *Psychological Perspectives*, Vol. 3, no.1, Spring 1972.- In: *Authentic Movement – Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow – Edited by Patrizia Pallaro*, NY, 1999.

GIL, José . *Movimento Total. O Corpo e a Dança*. São Paulo: Ed. Iluminuras, 2005.

Haze, Neala and Stromsted, Tina. “An Interview with Janet Adler”. In *The American Journal of Dance Therapy*, Vol.16, no. 2, Fall/Winter 1994. In: *Authentic Movement – Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow – Edited by Patrizia Pallaro*, NY, 1999.

HOUAISS, A., *Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

JOHNSON, Dom Hanlon. *Boné, Breath & Gesture. Practice of Embodiment*. CA: Editora North Atlantic Books, 1995.

JUNG, C.G. *Memórias, Sonhos, Reflexões*. Compilação e prefácio de Aniela Jaffé. Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira, 1963.

JOHNSON, Dom Hanlon. *Boné, Breath & Gesture. Practice of Embodiment*. CA: Editora North Atlantic Books, 1995.

LARROSA, Jorge. *Nietzsche e a Educação*. Belo Horizonte: Ed. Autêntica, 2002.

LEVY, j. Fran. *Dance Movement Therapy. A Healing Art*. American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, VA, 1988.

MARTINS, Luiz Alberto Moreira. *Da disciplina ao controle: tecnologias de segurança, população e modos de subjetivação em Foucault*. Dissertação de Mestrado. Departamento de Psicologia. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, 2007.

POLO, Juliana. *Angel Vianna através da história – a trajetória da dança da vida*. 8º bolsa de Pesquisa RioArte, 2005.

RANCIÈRE, Jacques. *O desentendimento: política e filosofia*. São Paulo: Ed. 34, Coleção Trans. 1996.

\_\_\_\_\_. *A Partilha do Sensível. Estética e Política*. Rio de Janeiro: Ed. 34, 2005.

TOMAZ, Tadeu. “Tinha Horror a tudo que apequenava...” In *Revista Educação, Deleuze* n.6, p.6. São Paulo: Ed. Segmento, 2008.

VIEIRA, Jorge de Albuquerque. *Teoria do Conhecimento e Arte. Formas de Conhecimento: Arte e Ciência. Uma Visão a Partir da Complexidade*. São Paulo: Ed. NESC PUC/SP, 2006.

WHITEHOUSE, Mary. *Physical movement and personality*. Paper presented at the meeting of the Analytic Psychology Club of Los Angeles, 1963.