

## **CORPOS EXTREMADOS\_ AS MENOPAUSÁTICAS**

Soraya Jorge, Faculdade Angel Vianna, Rio de Janeiro, ( FAV)  
[soraya@movimentoautentico.com](mailto:soraya@movimentoautentico.com)

Ana Macara, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa,  
(FMH-UL) [amacara@fmh.utl.pt](mailto:amacara@fmh.utl.pt)

### **Resumo**

Reflexão sobre um percurso de criação de uma peça de dança no encontro de duas parceiras improváveis, uma proveniente do Rio de Janeiro, outra de Lisboa. Cruzamento iniciado com vista ao desenvolvimento de um projecto de Doutoramento sobre a aplicação do “Movimento Autêntico” e que inesperadamente evoluiu para um envolvimento artístico. Aqui falamos, com base nos princípios da cartografia, de como o corpo toma forma no desenvolvimento de um conceito, de como as ideias se entrelaçam, provenientes de experiências vividas na primeira pessoa. Naturalmente, neste processo descritivo, o português de Portugal e o do Brasil acasalam em função do achamento das palavras pelas autoras.

### **Introdução**

Apresentamos aqui uma reflexão sobre um percurso de criação. Falamos da concepção de uma peça de dança que se desenvolve no encontro de duas parceiras inesperadas, uma proveniente do Rio de Janeiro, outra de Lisboa, em Portugal. Com percursos paralelos, mas bem distintos como profissionais na área da dança, a parceria de que falamos é iniciada com vista ao desenvolvimento de um projecto de Doutoramento sobre a aplicação do

“Movimento Autêntico”<sup>1</sup>, constituído na Faculdade de Motricidade Humana em Lisboa. Este cruzamento espontaneamente progrediu para um envolvimento artístico, baseado na vivência das autoras sobre um período não necessariamente fácil de suas vidas: a menopausa.

Com base nos indicadores dos métodos cartográficos (Passos, Kastrup e Escócia, 2009), aqui falamos de como o corpo toma forma no desenvolvimento de um conceito, de como as ideias se entrelaçam, de como as vivências comuns se complementam por relatos provenientes de experiências vividas na primeira pessoa. Pistas para a compreensão de um processo complexo, como toda a experiência artística. Segundo Alvarez, e Passos (2010). “A cartografia pressupõe uma política da narratividade que permite a dissolvência das posições estanques geralmente associadas ao trabalho da pesquisa: aquele que conhece e aquilo que é conhecido”. (p. 132). Observadoras e objecto da observação, aqui apresentamos pistas para o entendimento de um processo.

## **O Encontro**

O encontro Ana Macara / Soraya Jorge teve algo de mágico. Intermediado por uma amiga comum, três “menopausicas” que se encontram para falar do estudo e do encanto da dança. Um encontro de interesses, de valores, de vontades. Palavras trocadas sobre experiências passadas, sobre projetos para o futuro, sobre a dança e o movimento, sobre nossa relação com o corpo. Sobre diferenças entre o agora e o antigamente. Lembramos como a

---

<sup>1</sup>O *Movimento Autêntico* é uma abordagem somática do movimento 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.

disponibilidade física se expressava anos atrás: força, equilíbrio, flexibilidade, energia concentradas em outros corpos, em outros campos de estudo, de ação. O silêncio do movimento, a sustentação dos espaços de investigação, o estado de presença passam então a ser um campo fértil de prática e reflexão. Percebemos também uma consciência mais ampliada das nossas capacidades, da melhor compreensão de como a dança, em nós incorporada, impulsiona nossas vidas. E sobretudo a sensação de liberdade, de superação de anteriores inibições, a independência em relação a estereótipos que nos impunham comportamentos pré-determinados. Seguindo percursos bem distintos, este encontro pós-menopausico evidencia uma confluência de interesses que nos aproxima. Queremos estudar, queremos pesquisar, queremos partilhar experiências no estúdio e em cena.

Fazemos nossos próprios rituais de encontro e compartilhamos em nossos círculos potencialmente abertos em espirais. Nossas conversas nos envolvem e são por nós envolvidas:

*“Falamos de corpo. De experiência. De existência. De percurso. De lapsos. De intervalos e de vazios. De encontros e de vertigem. De movimento e de espaço. De paixão. De pele e de intestino. De angústia. De alargamento. De muitos ossos. De olhos. Do pequeno. Do pensamento. Das linhas. Da esfera. Dos afetos. De nós. Das dobras. (Do entre. Do dentro aflora. Quem sabe fora)”*

### **A criação de “Condensado Menopausático”**

Como saber onde começou a criação de algo que foi surgindo fortuitamente, involuntariamente, fruto de conjugações de interesses, motivações e aspirações?

Alguns criam obras, outros fazem do seu dia-a-dia criações de pequenas e múltiplas obras. Outros, além disso, desejam compartilhar suas crias mantendo seu estado vivo em improvisações. Assim nos colocamos, Ana e Soraya: improvisando. Desdobrando maneiras. Encontrando-se. Encantando-se com o novo que aparece na repetição. Tendo ousadia de se arriscar, perdendo o medo de erros e acertos e olhando o acidente com cuidado e atenção. Surpreendendo-se. Sentindo a liberdade dos possíveis e se estendendo no tamanho de um ponto no horizonte. No que nos chama.

A vontade de compartilhar em gestos dançantes de pele com pele, produzindo afetos é se colocar disponível a ser movido. É estar em relação. É ser em relação. É ser consciente de que só existo em relação. Consciência carnal de tempos vibratórios, de extremo encontro AQUI. Uma prática diária de vontade e de entrega. De se abismar em estar viva.

Durante o amadurecimento da semente que havíamos lançado à terra na expectativa da geração de uma peça em parceria sobre a nossa relação com a menopausa, passámos ao estúdio, numa aula de “Movimento Autêntico”.

*Dei dois passos em frente e o corpo continuou a mover, devagar, procurando apenas o equilíbrio. Estar parada não é opção. O pé começou a bater no chão, o que levou ao andar, que levou ao rodar. Parar de rodar foi muito difícil, tive que me apoiar na parede, usar um obstáculo ao movimento que se impunha. Interessante, para mim, a passagem do movimento de todo o corpo para pequenos movimentos que surgem só nas mãos ou nos pés.*

*O tempo passa muito depressa!!!*

*Julgar ou não julgar o que estou a fazer? Deixar-me ir, ou suspender? Refletir ou ouvir apenas o corpo? Experiencio movimentos espontâneos como espreguiçar ou bocejar que parecem cortar o fluxo do movimento. De que modo me afetam? Qual o seu papel no percurso da minha improvisação?*

*De súbito tomo consciência de que me movo à vontade e sem dores. Tenho convivido com permanentes dores articulares e musculares nos últimos meses.*

*Agora, o corpo procura o movimento em que se sente bem, sinto-me fluir. Foi como se tivesse libertado as tensões e ficasse preparada para apenas “dançar” uma dança pessoal e única. Continuo explorando, mas passo por uma fase em que sinto que tudo é lixo, lixo, lixo...*

*Caio contra a parede de barriga espetada e sinto-me menopausica. O braço direito ganha autonomia sem harmonia, com repetição, sem beleza, com estranheza no gesto. A estranheza pode ser da transformação. O braço esquerdo quer se afirmar, indicar a direcção, mostrar que ainda comanda, mas o regresso à posição de estranheza é inevitável. E assim se retoma o gesto. Agora, talvez mais acomodado....*

*O dedo da mão esquerda continua querendo se afirmar, segue sua direcção, mas é perturbado pela mão direita, empurrado, esmagado, embrenhado pela mão direita, criando...um berço... Um berço para o meu coração... para o meu seio... para o meu sexo...Para o que eu sou afinal ?!?!*

*Meu berço me embala toda, me anima e me soleva. Que o meu berço cresça, me embale e me suporte. Não é por ter mais idade que deixo de precisar de colo!*

## **Dias sem horas – Porque não temos conclusão**

Em plena estação primavera, outono português, os ventos quentes e arrepiantes expõem corpos frágeis e intensos. Em Piratuba, SC, um festival de dança da terceira idade que emociona corpos de 50 a 90 anos. Novo momento de encontro presencial que serve também para desenhar nossas escrituras e performance sobre a menopausa (O primeiro tinha sido em Lisboa entre um intervalo e outro de orientação).



Foto 1. Ensaio durante o Festival de Dança de Piratuba – SC.

Nas águas térmicas dessa pequena cidade perto de Chapecó, nos almoços e jantares nos hotéis e nas noites do Festival, compartilhamos humores de nossos momentos.

“Corpos Extremados\_AsMenopáusicas” foi apresentado no VII Seminário Angel Vianna, e um ensaio aberto da performance “**Condensado Menopausático**”, um sábado antes do mesmo Seminário na sala E da própria escola (FAV), para alunos e docentes dos cursos. O trabalho em progresso continua a crescer e os contributos da assistência nos estimulam. Acrescentam matéria ao nosso processo. Não vamos parar!



Foto 2. Apresentação na Faculdade Angel Vianna

*E de tanto falar de climatério, menopausa, acordo com a sensação espremida de imensidão...*

## Referências

- Alvarez, J. e Passos, E. (2010). Cartografar é habitar um espaço existencial. In Passos, Kastrup e Escóssia, (Eds). *Pistas do método da cartografia: Pesquisa intervenção e produção de subjectividade* (pp.131-149).. Porto Alegre: Sulina.
- Passos, E. Kastrup V. e Escóssia, L. (2010). *Pistas do método da cartografia: Pesquisa intervenção e produção de subjectividade*. Porto Alegre: Sulina.