

MACHADO, Maria Ângela de Ambrosis Pinheiro. Body Mind Centering (BMC[®]) e construção do corpo para uma dramaturgia – a improvisação. Goiânia: Universidade Federal de Goiás; Professor Adjunto. Atriz e Palhaça.

RESUMO

Esta comunicação se propõe a refletir acerca da construção do corpo do ator para desenvolver suas habilidades de improvisação e jogo. Trata-se do relato teórico, prático e reflexivo da autora acerca de seu longo percurso de exercícios e práticas em BMC[®] (School Body Mind Centering, criado por Bonnie Cohen, EUA), e atualmente, na formação de educador somático por esta escola. Este relato vem associado aos estudos corporais desenvolvidos nos processos de improvisação e movimento relativos à pesquisa da linguagem do palhaço e da construção do corpo cômico do ator. Estas práticas têm sido subsidiadas pela literatura científica das atuais Ciências Cognitivas que trazem à luz uma nova compreensão de corpo. À luz das Ciências Cognitivas é possível uma melhor compreensão da técnica de educação somática trazida pelo BMC[®] e sua relação com a construção de uma dramaturgia do corpo. Este conjunto reflexivo que se pretende relatar aponta para a intrincada relação presente nos processos criativos envolvendo a concepção de corpo, as metodologias de suas abordagens e a geração de estados criativos e construção estética da linguagem do corpo.

Palavras-chave: Body Mind Centering. Dramaturgia do Corpo. Improvisação. Palhaço.

ABSTRACT

This paper propose to reflect the body actor constrution for develop his habilities to play and to improvise. It is a teorique, practice and reflection of authoress description about her experience a long time doing exercises and putting into practice on BMC[®] (School Body Mind Centering, by Bonnie Cohen, USA), and actually, studying for somatic educator formation. These studies are associate to others pratices knowledge about the body using to conduct improvisation and movement forward to construct a comic body and to explore the clown language. These bodies practices are being articulated with the scientific literature of Cognitive Sciences whith make available to understand the relationship about BMC[®] and the actor body construction for improvisation and for play a clown. This paper can offer a reflexion about the density articulation try body conception, methodology for actor body construction and artistic creation.

Keywords: Body Mind Centering. Body Construction. Improvisation. Clown.

Esta comunicação tem por objetivo trazer a reflexão acerca das conexões existentes entre a metodologia de preparação corporal do ator, os processos criativos e as construções estéticas. Buscarei identificar como a construção do corpo do ator em processos improvisacionais se constitui nesta intrincada relação.

Para tanto, descreverei alguns aspectos do método desenvolvido por Bonnie B. Cohen, conhecido por Body Mind Centering. Minha experiência nesta metodologia vem de longa data na formação no Estúdio Nova Dança em São Paulo (de 1998 a 2006), onde, entre outras técnicas de educação somática, figurava o BMC[®]. O BMC[®] passou a fazer parte de meus processos de pesquisa de linguagem teatral focados no jogo, na improvisação e no corpo como eixo comunicador da cena sintetizada na linguagem do palhaço.

Esta prática de BMC[®] tem, mais recentemente, se consolidado por meio do curso oficial de Formação em Educador Somático em BMC[®], que tem sido realizado no Brasil desde 2009.

Isto posto, encontro no BMC[®] uma técnica de percepção e consciência corporal, de pesquisa de movimento e de sua expressividade que se conecta com o que venho pesquisando acerca da preparação e construção do corpo apto à improvisação e ao jogo, tal como a linguagem do palhaço demanda. Sob este ponto de vista é que pretendo desenvolver esta reflexão.

Num plano geral, o método do BMC[®] é constituído de uma intensa pesquisa da anatomia e fisiologia do corpo vivo e em movimento. Constitui-se de uma técnica de educação e terapia somática e que, na dança e no teatro contemporâneos, tem sido aplicada recorrentemente. Este método trabalha com percepção, consciência, integrações e as conexões entre os vários sistemas que compõem o corpo — ósseo, circulatório, orgânico, celular, muscular, nervoso, entre outros (PEES, 2009).

A primeira característica deste método, que pretendo descrever, é seu foco e sua atenção em primeiro plano na presença do corpo. Dois aspectos do corpo quero pontuar a partir desta questão da presença: 1) no sentido de sua atual configuração, ou seja, trabalhar com o corpo no modo como ele se encontra organizado no tempo presente do exercício. Diferente de se trabalhar com o que se pretende ou o que deveria estar; 2) no sentido de uma qualidade de presença na realização do exercício. Nas palavras de Velloso (2009):

Quando se busca integração de sistemas corporais e se propõem conexões não há como exigir execução apurada, não se estipula modelos de certo ou errado... se observa o caminho individual de cada aluno, intérprete ou bailarino, a conexão, que se ele entende, busca; se refina olhar para a exigente tarefa de se avaliar o processo de cada um, quando então se procura a integração e relação entre conceitos, não os passos. Caso se parta do pressuposto colocado anteriormente, de que a postura é dinâmica, em movimento, e não um lugar específico ou certo a se chegar, não há uma forma para se fixar (VELLOSO, 2009, p. 155).

A perspectiva e a metodologia de trabalho do BMC[®] parecem contrapor-se às concepções de corpo de caráter idealista e romântico que buscam em suas práticas um estado de “corpo natural” ou de um “corpo ideal” (MACHADO, 2005). Ora, o que vem a ser um corpo natural ou ideal? O que, de fato existe: um corpo vivo, em movimento, expressivo na sua relação com o ambiente ou um corpo que pode vir a ser, mas nunca é? Tais concepções acabam por criar

o medo da exposição, de erro, autocrítica exacerbada que reflete, por vezes, na insegurança do ator em cena.

Em minha prática como atriz e professora, observo que o método BMC[®] cria um espaço à experimentação do modo como o corpo está apto a fazê-lo. E isto representa uma qualidade peculiar solicitando do ator muito mais a necessidade de atenção, observação e reconhecimento do corpo no aqui e agora, no momento presente, do que exigências de padrões a serem seguidos.

Encontro semelhante concepção na importância ao ambiente de experimentação que Viola Spolin (1992) propõe em seu livro *Improvisação para Teatro*. Vale lembrar que um princípio básico na metodologia de Viola Spolin é, nas suas palavras: “trabalhe com o aluno onde ele está e não onde você pensa que ele deveria estar” (SPOLIN, 1992, p. 9).

O segundo aspecto desta presença é o estado de atenção que os exercícios demandam. Não que seja prerrogativa do BMC[®] estimular um estado de atenção, pois na área de educação somática o trabalho com o corpo tem este parâmetro de execução dos exercícios uma vez que não se prioriza a repetição massante do exercício, mas a qualidade da consciência e atenção que se busca na realização dele. Neste ponto compreendo que esta qualidade constitui um exercício fundamental para o ator, pois este estado de atenção e concentração lhe é solicitado quando em cena também.

Ou seja, a prática do BMC[®], tal como outras práticas da Educação Somática, constitui um exercício contínuo de atenção aos estados do corpo e suas percepções, orientando a ação (seja para dança, teatro ou mesmo nas atitudes do cotidiano). Esta habilidade de atenção se constrói na prática e promove a realização prática da presença cênica tão cara ao trabalho do ator. A chamada presença cênica pode ser compreendida como um estado de percepção atento aos acontecimentos externos e internos, donde, então, a ação realizada vem preenchida dos ajustamentos internos e externos e não reproduzida automaticamente.

Temos aqui sucintamente analisados alguns pilares importantes na relação entre trabalho corporal e improvisação: 1) trabalhar com a percepção aguçada do corpo identificando o que o corpo traz em seu tempo presente para auxiliá-lo a explorar outros modos possíveis de estar, experimentar e expressar; 2) a relação do corpo e ambiente como troca contínua e, portanto, a necessidade de um ambiente apropriado à experimentação e criação de experiências criativas, como sustentáculo seja do processo de criação, seja da aprendizagem da linguagem teatral; 3) a construção física e energética da presença cênica.

Destes pilares decorre outro. Tendo por base o fato de se trabalhar com o ator onde ele está e sua relação com o ambiente implica compreender que a própria realização de um exercício carrega a possibilidade de criação cênica, ensaio e apresentação. Esta visão da potência de um exercício vem se antepor à ideia linear de que primeiro treina-se para instrumentalizar a criação, depois se tem o

processo criativo propriamente dito e finalmente, ensaiam-se as cenas criadas para aperfeiçoá-las e apresenta-se um resultado, a encenação.

Na perspectiva de análise desta comunicação, treinamento, criação, ensaio e apresentação vêm conjuntamente articulados e conectados. Claro que há momentos em que o foco recai sobre um dos quatro momentos da criação artística. Mas o importante é pontuar que não são processos estanques (ou mesmo temporalmente lineares) e estão envolvidos processos criativos de diferentes ordens. Um treinamento implica processos criativos que poderão vir a tornar-se cenas para o ensaio. Pensar o ensaio como processo criativo implica não tratar da repetição mecânica da cena, e tanto ensaio constitui um momento de criação quanto recorre a exercícios construídos conscientemente no treinamento. E finalmente, as apresentações permitem reformulações e criações durante o próprio espetáculo.

Em quaisquer destes momentos da criação artística, a presença cênica constitui o modo mais preciso para experienciar e identificar as potencialidades criativas que emergem dos exercícios de treinamento ou de criação. Compreendo que é ela que permite esta articulação e integração entre treinamento, criação, ensaio e apresentação. Estar presente no aqui agora é condição necessária para tornar o processo de criação um fluxo integrado de seus momentos específicos, conferindo-o como a unidade complexa destas articulações bem como qualificando todos os momentos em processos criativos.

Assim, a metodologia de trabalho, pesquisa e consciência corporal trazida pelo BMC[®] favorece à construção da presença cênica, pois em seu próprio método a atenção ao corpo, a integração e conexões corporais são modos de ação e exploração do corpo, do movimento e de sua expressão.

Outra característica do BMC[®] é o trabalho específico de conhecimento sobre os sistemas corporais por meio de estudos de anatomia e fisiologia, utilizando-se do toque, da percepção e autopercepção, pesquisa de movimento focada no sistema corporal estudado. Esta metodologia propicia o estudo do movimento a partir dos diversos sistemas corporais. O que se evidencia na prática deste exercício é a potencialidade de movimento e expressividade que cada sistema corporal engaja. Quando estes sistemas são pesquisados em suas relações, interações e conexões, temos, então, uma ampliação da fonte inesgotável de possibilidades de pesquisa de movimento e conhecimento corporal, propícia aos processos improvisacionais.

Assim, o BMC[®] não se constitui de movimentos específicos para se chegar a algum conhecimento sobre o corpo, mas é composto de um conjunto de ações possíveis que são utilizadas pelo educador somático ou pelo professor ou pelo ator do modo como a situação presente solicita. Esta qualidade, somada à questão da presença cênica, constitui um eixo bastante produtivo na prática em processos improvisacionais.

A resiliência dos órgãos, a plasticidade do sistema nervoso, a alternância entre as qualidades de deixar fluir e definir estruturas ao estabelecer uma relação dinâmica entre o universo intracelular e extracelular, proporcionam ao corpo que dança um exercício contínuo de ajustes adequatórios (VELLOSO, 2009, p. 148).

Outro aspecto importante neste método do BMC[®] é a compreensão de que corpo e mente estão completamente entrelaçados. Este é um pressuposto de que as atuais Ciências Cognitivas vêm oferecendo subsídios para um possível entendimento desta conexão. Podemos rapidamente pontuar os filósofos das Ciências Cognitivas¹ George Lakoff e Mark Johnson e o conceito *Embodied Mind* (mente encarnada). Estes trabalham numa argumentação filosófica que se opõe à longa tradição da filosofia ocidental de que a mente é desencarnada, ou seja, tem um funcionamento autônomo em relação às atividades corporais como percepção e movimento.

Segundo esta hipótese, a mente, a razão e os conceitos são processos profundamente arraigados ao corpo por três razões fundamentais, a saber: (1) sistema perceptual e motor formulam tipos básicos de conceitos, restritos à relação corpo e ambiente, que influenciam a formação do raciocínio, de conceitos; (2) qualquer conceito, ideia, pensamento, imaginação, raciocínio requer uma estrutura neural, ou seja, uma rede de neurônios que os constitua; (3) corpo e cérebro são de tal modo formados, que possibilitam um tipo de conhecimento e não outro (LAKOFF & JOHNSON, 1999).

Sob este ponto de vista, sem muitas possibilidades de aprofundar neste momento, vale pontuar que as metodologias de trabalho corporal trazem uma concepção de corpo. O BMC[®] pode ser lido e estudado à luz das Ciências Cognitivas², fomentando as articulações teoria e prática dos conhecimentos acerca do corpo, de seu movimento e de sua expressão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GREINER, Christine. **O corpo**: pistas para estudos indisciplinados. São Paulo: Annablume, 2005.

LAKOFF, George & JOHNSON, Mark. **The Philosophy in the flesh**: the embodied mind and its challenge to western thought. New York: Basic Books, 1999.

MACHADO, Maria Ângela De Ambrosis P. **Corpo do ator e comunicação**. In: NORA, Sigrid (org). Humus. Caxias do Sul: S. Nora, 2004. pp. 43 a 51.

¹ As Ciências Cognitivas se constituem de um complexo de cientistas, filósofos, neurologistas, psicólogos, semioticistas entre outros, envolvidos em estudos da mente e da inteligência artificial. Suas pesquisas conjuntamente articuladas vêm provocando modificações nos modos de compreender o conhecimento humano. Essa argumentação se sustenta em estudos científicos do corpo, realizados por uma segunda geração dos cientistas cognitivos, cujo pressuposto e foco da pesquisa consistem em compreender os substratos orgânicos do funcionamento das operações mentais

² Vide Lela Queiroz, *Corpo, mente, percepção: movimento em BMC[®] e Dança*. São Paulo: FAPESP e Annablume, 2009.

PEES, Adriana Almeida. **Uma introdução ao método Body-mind Centering® e os sistemas corporais**. In: BOLSANELLO, Débora Pereira (org), Em pleno corpo. Curitiba: Juruá Editora, 2009, pp. 139 a 146.

SPOLIN, Viola. **Improvisação para o teatro**. São Paulo: Perspectiva, 1992.

VELLOSO, Marilla. **Body mind centering e os sistemas corporais: uma possibilidade de integração no ensino da dança**. In: BOLSANELLO, Débora Pereira (org). Em pleno corpo. Curitiba: Juruá Editora, 2009, pp. 147 a 157.