

As potencialidades da dança: uma expressão de arte que se concretiza não importa em que tempo de vida

Vera Nícia Fortkamp de Araújo

“O processo de transformação do homem se verifica através das Artes, das Ciências e Filosofia, pela libertação de suas potencialidades manifestadas pelo sentir, pensar e agir” (NANNI, p.129, 2008).

Introdução:

Manter-se bem em todas as fases da vida, exige uma série de condições que vão influenciar desde carga genética, sexo, idade, saúde, alimentação, forma como vive em função das condições de renda, cultura, costumes da região, somando-se os fatores sociais, econômicos e políticos do seu país que geralmente são marcados por desigualdades sociais fruto do sistema capitalista. Com o passar do tempo, viver a sua velhice, para muitos pode ser arrebatador ao conferir uma qualificação do potencial que todos são possuidores, e que podem estar ocultos. Tornar visível esta qualificação do potencial para si próprio, é o que se pode perseguir ao chegar a sua concretização, nesta fase da vida, após a saída do mercado de trabalho remunerado com vínculo empregatício, com pouco investimento ou nenhum no seu potencial artístico.

Estamos nos referindo aquelas pessoas que no processo de seu envelhecimento se permitem deixar fluir o seu potencial para a dança. Assim, dentre as atividades de lazer fora do domicílio, destacamos a prática da dança como um dos potenciais a serem desenvolvidos, constituindo-se em desafios constantes, que igualmente vão permitir um modo de viver prazeroso.

Espaços sociais de escolas e ou academia, desenvolvem diversas modalidades de dança em Florianópolis, Santa Catarina, sem levar em conta a idade de seus frequentadores, proporcionando-lhes resultados que podem ir além do esperado.

Neste caso, surge o desejo de escrever este trabalho com breves pinceladas sobre a história da dança, que sempre esteve presente no cotidiano expressado por nossos antepassados das mais variadas formas.

Observamos em nossos estudos que a dança é ainda uma temática pouco explorada, seja em estudos acadêmicos ou em práticas cotidianas, com

recorte para a gerontologia. É estimulante acreditar que muitos têm este potencial a ser desenvolvido, considerando a dança uma expressão de arte, e como tal é uma construção de movimentos corporal, de envolvimento emocional. Por meio da arte se cria, se aguça a sensibilidade, a capacidade de se expressar como meio de comunicação consigo mesmo e com o coletivo. Desta forma, a arte de dançar, favorece o desenvolvimento físico, o emocional e o mental, como uma das potencialidades do ser humano.

Por fazer parte da Associação Nacional de Gerontologia /Santa Catarina ANG SC desde a sua fundação (23/08/1989) foi sempre o nosso propósito seguir um de seus objetivos “a produção de conhecimento”. E por sua vez nesta atual gestão, consta na elaboração do Plano de Ação como uma das metas a serem colocadas em prática, a produção e publicação no seu *site* institucional, de artigos sobre questões do envelhecimento humano pelos associados, independente da profissão. Isso, como forma de dar visibilidade não somente a ANG SC, igualmente aos seus associados pelo potencial que são possuidores. Portanto, o objetivo deste trabalho foi descrever e relatar a dança como meio de expressão para qualquer etapa do curso da vida.

Da polissemia do conceito à dança como meio de expressão

A dança possui uma infinidade de conceitos e sentidos. Para Ellmerich (1964) a dança é um ritmo mudo, é a música visível. Nanni (1995), por sua vez, define a dança como “*a expressão da harmonia universal em movimento*”. Para Garaudy, filósofo francês, “*É que dança não é apenas uma arte, mas um modo de viver (...) é um modo de existir (...) a dança é então um modo total de viver o mundo*” (GARAUDY, 1980, p.13).

A partir dessas considerações, destaca-se que a definição da dança não se exaure. A dança, por extrapolar a perspectiva corporal, abarca outras esferas da vida social, que perpassa os aspectos sociais, culturais e, sobretudo, os reflexos que produz no comportamento humano. É nesse sentido que pensar sobre a definição da dança remete ao conceito de “fato social total” proposto por Mauss (2011). Como fenômeno social total, a dança demanda e possibilita abordagens de diversos campos de conhecimento; assim, as representações sobre ela implicam um diálogo com as esferas psicológicas, fisiológicas, culturais e históricas. É válido destacar também que essa totalidade na qual os fenômenos sociais inserem-se só pode ser apreendida na experiência vivida do indivíduo, no qual este irá construir suas representações a respeito de um determinado fenômeno da vida social (MAUSS, 2011).

Consoante a esses aspectos, a dança revela sua intrincada e, ao mesmo tempo, direta relação com o expressar de cada indivíduo. Para Salzer (1983) “*expressão é toda emissão consciente ou não de sinais e mensagens*” (SALZER, 1983, p.19). Por extensão, a dança permite expressão dos sentimentos, por meio dos movimentos corporais além de envolver uma

complexa e dinâmica relação com o corpo, a emoção e a sensibilidade (BRIKMAN, 1989). Voltando a Garaudy: *“Dançar é vivenciar e exprimir, com o máximo de intensidade, a relação do homem com a natureza, com a sociedade, com o futuro e com seus deuses”* (GARAUDY, 1980, p.14).

Discorrer sobre a dança e, por extensão, compreendê-la, nos permite reportar, primeiramente, aos seus diferentes contextos históricos e lócus no cotidiano da humanidade. Assim, a dança também é considerada um modo de viver o mundo em determinado contexto e época, envolvendo o conhecimento, a arte e a religião. Seja no modo de existir e de viver a dança sempre esteve presente, ora na guerra ora na paz, na vida e na morte, (no nascimento e venerando os antepassados), no tempo de semear e de colher, (trabalho e natureza) com o sobrenatural e os deuses (GARAUDY, 1980).

A dança torna-se um meio pelo qual povos de diversas origens expressam sua cultura, sua relação com a natureza e com os homens (LABAN, 1978). Se formos considerar o amor, ele desabrocha por meio da dança e também se encontra na natureza:

Entre os insetos, os pássaros e muitas espécies animais, a dança faz parte do ato do amor. Na dança nupcial das libélulas, o macho dança para encantar a fêmea que, despertada para o mesmo desejo, junta-se a essa dança que culmina com a união dos amantes (GARAUDY, 1980, p.16).

Assim, a dança nasce da evocação do amor, do encantamento entre dois seres, que move corpos para um grandioso encontro de transformação, da gênese da vida. Nas palavras de Garaudy: *“A dança opera essa metamorfose: transformando os ritmos da natureza e os ritmos biológicos em ritmos voluntários, ela humaniza a natureza e dá poder para dominá-la”* (GARAUDY, 1980, p.19).

O homem sempre utilizou formas de comunicação com o outro, tais como: sinais, fala, desenhos códigos inscrições rupestres e movimentos corporais. Segundo Maribel Portinari (1989):

De todas as artes, a dança é a única que dispensa materiais e ferramentas, dependendo só do corpo. Por isso dizem-na a mais antiga, aquela que o ser humano carrega dentro de si desde tempos imemoriais. Antes de polir a pedra, construir abrigo, produzir utensílios, instrumentos e armas, o homem batia os pés e as mãos ritmicamente para se aquecer e se comunicar. (PORTINARI, 1989, p.11).

Nesse aspecto, a dança sempre existiu nas culturas como forma de expressão de algo indizível, utilizando o seu próprio corpo como instrumento de comunicação interna e externa.

Considerando-se a dimensão filosófica, a sua contribuição é também do sentido do corpo existencial, suas relações com o outro, com o mundo e com os objetos que o cercam e a sua finitude. Portanto, é a consciência que se tem da vivência deste corpo, do experimentar da plenitude do que é capaz, das

suas emoções, do criar, dos movimentos do próprio corpo, as relações e as interações afetivas, que leva o corpo para o encontro do seu eu com o outro, estabelecendo a conexão dançante.

Nietzsche, filósofo alemão, igualmente se refere a dança de forma poética, e no dizer de Soraia Maria da Silva (2001):

“Através de sua filosofia, aproximava a poesia da palavra à ação poética do dançarino. A sua filosofia influenciou os criadores da nova dança desenvolvida no início do século XX em diversas modalidades denominadas: dança livre, de expressão, moderna, de concerto, pura, absoluta, abstrata, natural. Nas décadas de 20 e 30, essas manifestações, em oposição à estética clássica, culminaram com a criação da dança expressionista, estilo fundamental para os desdobramentos estéticos da arte da dança na atualidade” (SILVA, 2001, p.13).

Nos achados de Caminada (1999), constata-se que a dança possui uma trajetória histórica. A dança que os diferentes grupos praticavam, tiveram diversas conotações dependendo da região de seus habitantes, o sentido que davam a vida e como a expressavam, um exemplo pode ser encontrado no estágio paleolítico de evolução com os pigmeus africanos (povos de baixa estatura que habitavam a África equatorial e parte da Ásia): *“Os pigmeus africanos foram verdadeiros mestres da dança...homens e mulheres dançavam tomados por um sentimento de liberdade, felicidade e prazer, proporcionado pelo ato de dançar”* (CAMINADA, 1999, p.2).

A dança insere-se como uma das três principais artes cênicas da antiguidade, ao lado do teatro e da música. No antigo Egito já se realizava as chamadas danças astro-teológicas em homenagem a Osíris, deus da mitologia egípcia. Na Grécia, a dança era frequentemente vinculada aos jogos, em especial aos olímpicos (CAMINADA 1999).

Como todo fenômeno social total (MAUSS, 2011), a dança revela valores, códigos, sentidos e crenças de uma cultura. As configurações da dança também acompanham o curso das transformações sociais, possui influências locais e regionais, perpassando, assim, a formatos e denominações variados.

Estudos apresentam a dança numa visão filosófica e antropológica, considerando os movimentos do corpo, sexo, temas, tipos, a música, ritmo, como expressão da vida humana (SALZER, 1983; GARAUDY, 1980; NANNI, 2008). Por outro lado, nota-se uma característica da dança que ultrapassa períodos históricos: o seu caráter relacional com o outro que envolve sobretudo a troca de energia e afeto, e um modo de vida. Para Merleau-Ponty (1999), a apreensão do sentido ou dos sentidos se traduz pelo corpo. O sentido e o significado, dessa forma, são atribuídos na relação, na multiplicidade de experiências e sentidos culturais, portanto a experiência não é pré-cultural ela está imbricada à cultura:

O sentido que transparece na interseção de minhas experiências, e na interseção de minhas experiências com

aquelas do outro, pela engrenagem de umas nas outras; ele é, portanto, inseparável da subjetividade e da intersubjetividade que formam sua unidade pela retomada de minhas experiências passadas em minhas experiências presentes, da experiência do outro na minha (MERLEAU-PONTY, 1999, p.18).

Assim, mais que uma expressão de movimentos, a dança revela experiências de nossos antepassados aliadas as experiências na atualidade contemporânea que apresentam transformações constantes, recebendo influências desde as migrações de seus dançarinos como principalmente dos meios eletrônicos.

Os benefícios da dança em qualquer etapa do curso da vida

Como podemos observar até aqui, os povos desde que se tem conhecimento sempre se manifestavam por meio da dança, como a forma mais antiga de se comunicar e que se fossemos aprofundar este estudo veríamos que ela segue vários períodos da história da humanidade, como pode ser comprovado por inscrições gráficas. Contudo, não é este o nosso principal foco de abordagem.

Para compreender a relação da dança com a gerontologia e mais especificamente com a ANG SC, é em função de ter associados de idades diferenciadas, de múltiplas profissões e alguns aposentados do trabalho remunerado. Contudo, existe aqueles associados que desenvolvem formas de lazer também diferenciadas, como também abordam aspectos comuns do processo de envelhecimento, cada qual de acordo com o seu potencial acadêmico e que demonstram ativamente as questões do envelhecimento do viver bem e com dignidade, conforme prescrito em leis.

Portanto, conforme Zucco (2017, p. 33)

O processo de envelhecimento ocasiona modificações no indivíduo, normalmente atribuídas a fragilidades relacionadas com a saúde. Sabemos, contudo, que as limitações da idade avançada perdem sua força para o indivíduo que soube desenvolver habilidades intelectuais e técnicas que possam permitir-lhe atividades prazerosas em quaisquer circunstâncias.

Desenvolvemos nosso potencial para a arte da dança, como um desejo há muito sonhado e aproximadamente três anos antes da aposentadoria (assim, fomos nos preparando) é que iniciamos a sua concretização participando de aulas de dança de salão, e com maior ênfase ao tango. A paixão por esta modalidade de dança foi tomando proporção que assumimos esta relação e o investimento neste potencial e habilidade. Como podemos observar, a passagem do tempo não foi impedimento para tal aprendizagem e prática. Além de dançarmos, estamos agora, também, escrevendo sobre a arte de dançar (como bem vocês estão lendo) e com um prazer imenso, imprimindo assim, inúmeros benefícios proporcionados e de grande valor para o

crescimento pessoal, propiciando estreitamento e aumentando as relações de amizade e sempre contando com o apoio familiar. Para Garaudy (1980) *ao se entregar à dança o indivíduo se liberta de tensões negativas pelo prazer que ela proporciona.*

A saúde, a liberdade e a autonomia são fundamentais para a satisfação de quem está no processo de acrescentar mais anos a sua vida, com prazer e alegria. O prazer é entrar em sintonia com a dança e a música, a intimidade com o mover do corpo, a sua expressão e, sobretudo, estimular esta dança que existe latente em nós e que já foi praticada pelos nossos ancestrais, é algo a ser considerado, como já escrevemos anteriormente.

Ao dançar desenvolve-se o potencial de troca com o outro, a leveza com os movimentos, a conexão, o saber respirar, alongamento dos músculos, postura corporal, o respeito e os limites entre os pares dançantes. Para além de técnicas e passos sincronizados, a dança permite o conhecimento de si, a expressão dos nossos medos e superações.

Se considerarmos o desenvolvimento e crescimento humano a partir do nascimento, podemos observar na criança ao ser estimulada, a sua percepção corporal, acontece por meio de movimentos, sons, expressões. O mesmo acontece com quem dança.

A dança caracteriza-se pelo uso do corpo seguindo movimentos que podem ser previamente estabelecidos, daí receber o nome de coreografia, ou movimentos improvisados e livres. A partir do momento em que os movimentos seguem passos ritmados ao som e compasso de música, podemos dizer que envolve a expressão de sentimentos potencializados por ela. Então, a coreografia requer um grande estímulo para a memória, estamos treinando nosso cérebro, nos tornando mais aptos a absorver novos conhecimentos, atenção, criatividade e principalmente autoconfiança e autoestima.

Podemos concluir, ao dizer que a dança ao mesmo tempo que é uma arte, é uma atividade física, ela forma um conjunto de elementos que vão desde o divertimento, o lúdico, a improvisação, a emoção, a comemoração com abraços afetuosos, portanto, para quem a vivência, a sente, ela põe vigor no corpo, proporcionando prazer, alegria trazendo assim, inúmeros benefícios para quem a pratica, confirmando assim, as potencialidades da dança como uma expressão de arte que se concretiza não importa em que tempo da vida.



Participação na 10ª Bienal do Tango que ocorreu no Hotel Jurerê Beach Village em Jurerê Internacional (Julho/2019).

Relato de experiência com a dança e a convivência intergeracional

A convivência intergeracional, entre filhos e netos, torna-se mais enaltecida para ambos quando assistem e aplaudem uma apresentação de espetáculo e veem que não importa a idade da mãe e avó, que ela está feliz e realizando um grande sonho que lhe traz prazer, que é dançar. E isto deixa-os orgulhosos.

Cabe registrar, em uma das apresentações públicas em palco de teatro de nossa cidade, meus netos um de quatro anos de idade, no momento em que viu sua vó dançando seu coraçõzinho disparou, sua mãe, minha filha, que estava com ele no colo sentiu o tamanho da emoção, e ao final fez questão de subir no palco para abraçar sua vó. Já o neto primogênito com seus quinze anos me agradeceu sem eu saber, ao filmar do seu celular a apresentação, aparecendo ao fundo o seu grito “aí vó”.

Vencer obstáculos, como limitações físicas, mitos e preconceitos sobre a velhice são necessários para a realização de sonhos “adormecidos” desde a juventude, que é a arte de dança. Por isto que a dança é o despertar de uma paixão, o talento dentro de si adormecidos que nos envolve de tal forma que se constitui uma grande motivação para viver e se expressar no mundo.

Referências

- BRIKMAN, L. **A Linguagem do movimento corporal**. Trad. B. A. Cannabrava São Paulo Summus, 1989.
- CAMINADA, E. **História da Dança**: evolução cultural. Rio de Janeiro: Sprint, 1999. 486 p.
- ELLMERICH, L. **História da dança**. São Paulo: Ricordi, 1964.
- GARAUDY, D. **Dançar a vida**. 4ªed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
- MAUSS, M.. **Sociologia e antropologia**. São Paulo: Cosac Naify, 2011.
- MERLEAU-PONTY, M.. **A Fenomenologia da Percepção**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- NANNI, D. **Dança Educação** - Princípios, métodos e técnicas. 5ª ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2008.
- NANNI, D. **Dança e educação**: pré-escola à universidade. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

SALZER, J. **A expressão corporal**. Trad. J. D. Marchese. São Paulo: Difel, 1983.

SILVA, S.M. **Poema Dançando**: Gilka Machado e Eros Volússia. Brasília: Editora UnB, 2001.

ZUCCO, M.J.B. **Direitos da Pessoa Idosa**- Deveres do Poder Público, da Sociedade e da Família. Conselho Estadual do Idoso de Santa Catarina-CEI/SC. Florianópolis /SC 2017.



Sobre a autora:

Vera Nícia Fortkamp de Araújo

Assistente Social

Especialista em Gerontologia; Serviço Social (Prática Profissional e Política Social) e em Desenvolvimento de Comunidade pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC.

Mestre em Serviço Social (UFSC).

Foi presidente da Associação Nacional de Gerontologia e fez parte do Conselho Nacional do Idoso.

Precursora e Membro da Diretoria da Associação Nacional de Gerontologia de Santa Catarina (ANG SC) em várias gestões.

Dançarina de Tango que teve como mestres renomados no tango: Edson Nunes, Daniel Pozzobon, Carlos Peruzzo, João Biazotto, Ronaldo Rodrigues, Guilherme Rocha, Fabiano Silveira e Herber Benidez.

E-mail: vnfa@hotmail.com