

BIODANÇA: A DANÇA DA VIDA

Alice Casanova dos Reis¹

Resumo

O presente artigo busca olhar para a Biodança no que ela tem de essencial. Partindo de uma abordagem fenomenológica, descreve a Biodança enquanto sistema de integração humana, contextualiza os aspectos históricos e sociais que permearam a origem da Biodança, bem como reflete sobre seus conceitos fundamentais: dança como movimento integrativo, vivência, princípio biocêntrico, inconsciente vital, contato.

Abstract

This article aims to look at the Biodanza for what it is essential. From a phenomenological approach describes the Biodanza as system human integration, contextualizes the historical and social aspects that permeated the origin of Biodanza and reflect on their concepts: integrative dance, experience, biocentric principle, unconscious life, contact.

Introdução

Biodança, cujo nome original vem do espanhol *Biodanza*², etimologicamente significa “a dança da vida” (união do prefixo

¹ Doutoranda em Psicologia Social pela USP, Laboratório de Psicologia da Arte do Instituto de Psicologia da USP, desenvolve tese sobre a Biodança. Endereço: Rua Os 18 do Forte, 146, apto 40. CEP 95020471. Caxias do Sul – RS. E-mail: alicecasanova@yahoo.com.br

grego bio (vida) + dança). Trata-se de um sistema desenvolvido a partir da década de 1960 pelo psicólogo chileno Rolando Toro, e que hoje está difundido em países da América, Europa, África e Ásia³. Segundo a definição de seu próprio criador:

A *Biodanza* é um sistema de integração humana, de renovação orgânica, de reeducação afetiva e de reaprendizagem das funções originais da vida. A sua metodologia consiste em induzir vivências integradoras por meio da música, do canto, do movimento e de situações de encontro em grupo (Toro, 2002, p. 33).

Este sistema utiliza fundamentos da Biologia, da Antropologia e da Psicologia para a promoção da saúde, da consciência ética e da alegria de viver. A Biodança não é um esporte, pois não envolve competição, e não é uma dança com simples finalidade lúdica, nem tampouco com o compromisso formal da dança socialmente reconhecida como arte. E também não é uma terapia, menos ainda uma psicoterapia, pois sua proposta não envolve psicodiagnóstico e tratamento psicológico. Apesar disso, produz efeitos terapêuticos, pois estimula os potenciais de saúde do sujeito.

Esta estimulação acontece por meio das vivências, ou seja, dos exercícios propostos pelo facilitador do grupo. Neste contexto vivencial, a palavra, modo predominante de comunicação social, cede lugar ao corpo e sua expressividade. Na verdade, a Biodança convida o sujeito a emergir em um mundo de sensações, embalado pela música, mediado pelo movimento e pelo outro.

Geralmente, a sessão de Biodança, sempre grupal, ocorre uma vez por semana, tendo duração média entre 1h30min e 2h30min. Este tempo varia conforme o nível de integração do grupo e é aumentado nas maratonas de Biodança⁴. Neste espaço de tempo, há

² Nesta pesquisa, a grafia *Biodanza* será respeitada quando aparece em citações de Toro (2002) ou de textos que divulgam esta prática e suas idéias na Internet assim como quando se referir ao Sistema fundado por Rolando Toro, sendo nos demais casos mantida sua grafia em português.

³ Esta e outras informações sobre a Biodança e sua história estão disponíveis no site oficial da *International Biocentric Foundation* (www.biodanza.org), cujo presidente é o fundador da Biodança, Rolando Toro. Esta fundação congrega todos os facilitadores de Biodança, ou seja, os profissionais de diferentes formações acadêmicas que realizam trabalhos com grupos de Biodança.

⁴ As maratonas consistem em encontros intensivos de Biodança, realizados, por exemplo, durante um final de semana, sendo elaboradas com o objetivo de aprofundamento em uma linha específica (por

um momento inicial denominado de “roda verbal”, no qual as pessoas sentam quase sempre no chão, sobre colchonetes ou almofadas, formando um círculo. Este é o momento em que elas podem compartilhar a experiência vivida de modo singular na sessão da semana anterior, falando sobre aspectos que lhes foram significativos. É uma forma de elaboração do vivido, na qual, embora seja utilizada a palavra, é incentivada a fala que brota do sentimento, ou seja, a fala expressiva que ultrapassa resistências muitas vezes sustentadas na lógica racional para dar voz às emoções vivenciadas. Aqui cada um tem a possibilidade de dar um *feedback* a alguma(s) pessoa(s) com quem construiu alguma dança especialmente significativa, comentando suas sensações em relação a si próprio e ao(s) outro(s). A conversa é mediada pelo facilitador, que pode comentar, esclarecendo a intenção dos exercícios que mobilizaram os sujeitos.

No segundo momento, mais longo que o anterior, são realizadas as vivências conforme as proposições do facilitador, sendo que os participantes agora não falam, realizando os exercícios em um silêncio que conduz para mais perto de si mesmo e do outro. A fala interior às vezes pode surgir. No entanto, considera-se que o pensamento pode induzir um distanciamento do sujeito em relação ao momento vivido, desconcentrando-o e sendo por isso indesejável. Mas o que é uma vivência? Trata-se de “uma experiência vivida com grande intensidade no aqui agora com qualidade ontológica (se projeta sobre toda a existência)”⁵. As vivências são integradoras por possuírem um efeito harmonizador entre si mesmas, aspecto que será melhor compreendido adiante. Por ora, basta dizer que as vivências são direcionadas para estimular os potenciais de vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência, em cujo conjunto identificam-se as cinco Linhas de Vivência constitutivas do Sistema Biodanza. Mas como nasceu e se desenvolveu a Biodança?

exemplo: a criatividade). Durante as maratonas o período de vivências é estendido, com as pessoas dançando, por exemplo, de manhã e à tarde, às vezes também à noite, e tendo no tempo disponível entre as sessões a possibilidade da convivência social com o outro.

⁵ Citação de Rolando Toro, no site www.biodanza.org, no link “Definição de Biodanza”.

2. Origem da Biodança: aspectos históricos e culturais

A Biodança, “conjunção de arte, ciência e amor” (Toro, 2002, p.9), nasceu a partir de uma experiência pessoal de Rolando Toro, conforme é relatado no livro *Biodanza*, texto base de sua teoria. Rolando Mario Toro Arañeda nasceu em Concepción, Chile, em 19 de abril de 1924⁶. Formou-se inicialmente como professor de ensino básico no ano de 1943, atuando nesta área nas cidades de Valparaíso, Talcahuano, Pucuro e Santiago, entre 1944 e 1957.

Vamos explicar alguns aspectos históricos e culturais do Chile⁷, para compreender melhor o contexto em que surgiu um movimento social como a Biodança. Santiago, a capital do Chile, foi a primeira cidade fundada em 1541 pelos espanhóis que colonizaram esta região então povoada pelos incas. Geograficamente, O Chile se localiza a sudoeste da América do Sul, fazendo fronteira ao norte com o Peru, a leste com a Bolívia e a Argentina, ao sul com o Estreito de Drake e sendo margeado no seu contorno oeste pelo Oceano Pacífico. É uma país com uma paisagem e um clima diversos, destacando-se a gélida Cordilheira dos Andes e o árido Deserto do Atacama, com 200km de extensão e considerado o local mais seco do planeta.

Retomando os aspectos políticos, a proclamação da república do Chile veio em 1918. Embora hoje seja uma República Democrática presidida por uma mulher, Michelle Bachelet, a história do Chile é marcada por períodos ditatoriais nos quais a opressão, tortura e morte dos opositores foi uma prática corrente. No período entre 1938 e 1952, anos da juventude de Rolando Toro, sucederam-se três presidências do Partido Radical (Pedro Aguirre Cerda de 1938 a 1941; Juan Antonio Ríos de 1942-1946; Gabriel González Videla, de 1946 a 1952). Em seguida assume o poder o general Carlos Ibañez Del Campo, que havia sido ditador do Chile entre 1927 e

⁶ Estas e outras informações biográficas sobre o fundador da Biodança foram extraídas do site www.biodanza.org.br

⁷ Informações extraídas de <http://pt.wikipedia.org/wiki/Chile>

1931. Sucedeu-o Jorge Alessandri em 1958, ao derrotar o socialista Salvador Allende por uma estreita margem de votos.

Em 1964, ano em que Rolando Toro se forma pela Escola de Psicologia do instituto pedagógico da Universidade do Chile, elege-se à presidência o fundador do Partido Democrata Cristão, Eduardo Frei Montalva, que derrotou Allende. A Universidade do Chile, fundada em 1842, localiza-se na capital, Santiago, sendo a mais antiga e prestigiosa universidade do país. O Chile foi governado por Frei Montalva com o slogan *Revolución em Libertad*, colocando-se em prática um programa de reformas sociais e econômicas: reformas no sistema educacional, reforma agrária, sindicalização de trabalhadores rurais e construção de casas populares. Sabe-se que boa parte da economia chilena é representada pelas atividades de mineração e agroindustriais, sendo o país um exportador de minérios, frutas e vinhos. Boa parte da população distribui-se nas zonas rurais. O centro cultural e político, porém, concentra-se na Região Metropolitana de Santiago, onde vivem cerca de 35% da população e onde Rolando Toro viveu durante a época de sua graduação e os primeiros anos de seu trabalho como professor universitário.

E a Biodança nasceu nestes primeiros anos, entre 1968 e 1973, quando Rolando Toro assumiu como docente na Cátedra de Psicologia de Arte e Expressão, no Instituto de Estética, da Pontifícia Universidade Católica do Chile e também como professor do Centro de Antropologia Médica da Escola de Medicina da Universidade do Chile. A Biodança teve suas primeiras experiências ao ser aplicada por Rolando Toro no Hospital Psiquiátrico do Chile e no Instituto de Estética em que ele atuava como docente. As pesquisas realizadas durante este período permitiram-lhe estruturar um modelo teórico que possibilitava ao psicólogo um novo horizonte de trabalho. De fato, em 1970, foi criada no Departamento de Estética da Universidade Católica do Chile a primeira disciplina de *Psicodanza*. Em 1976, a denominação inicial foi substituída por Biodança, modificação na qual o fundador inspirou-se no conceito de “dançar a vida” proposto pelo filósofo Roger Garaudy, justificando que o termo Psicodança

...apresentava o grave defeito de comportar uma cisão. O prefixo “psico”, de fato, deriva do grego *psyché*, que significa “alma”; logo Psicodança seria “dança da alma”. O termo continha implicitamente a cisão platônica entre corpo e alma. Era preciso restabelecer o conceito original de dança em sua mais ampla acepção: como movimento de vida, que não poderia, porém, ser associada ao balé clássico ou outra forma de dança estruturada, como também não poderia ser associada a uma forma particular de psicoterapia. (Toro, 2002, p.37).

Portanto, o fundador deste movimento desejava que seu sentido original apontasse para a integração do ser humano e deste com uma totalidade maior, definindo-o então como Biodança: a dança da vida. Há na história deste movimento uma certa nostalgia com a origem: “Queria encontrar a fonte do ‘Amor Original’” revela Rolando Toro (2002, p. 9). Ao mesmo tempo, há uma clara oposição ao paradigma dominante, associado por Toro a uma crise da cultura ocidental que culminou com a Segunda Guerra Mundial (1939-1945). Segundo o autor, a guerra, com a morte de milhões de pessoas sob o regime nazista e com as bombas atômicas de Hiroshima e Nagasaki “havia mostrado que o homem pode alcançar níveis de perversidade inconcebíveis” (Toro, 2002, p.9).

Se o cenário mundial apontava para a degradação do ser humano por meio da violência, o cenário nacional também vivia uma época turbulenta, com perseguições e mortes associadas ao golpe militar de 1973, por meio do qual o general Augusto Pinochet derrubou Allende, eleito em 1970, instaurando uma ditadura de dezessete anos no Chile. Embora não tenha se pronunciado no livro a este respeito, é plausível acreditar que Toro também fosse contrário a esta como a qualquer forma de violência. Não esqueçamos também que onde há poder, há resistência e as décadas de 60 e 70 também ficaram conhecidas por um movimento cultural que através da música, literatura e cinema proclamava o amor livre, o hedonismo, o naturalismo. Na época Rolando Toro relata estar vivendo intensas

experiências de amor, havia tido filhos e se aproximado de grupos que se dedicavam à ecologia.

Tendo em mente a possível sintonia de Rolando Toro com este contexto sócio-cultural mais amplo, é possível entender a proposta da Biodança como inovadora, propondo uma evolução pelo amor, pela união e não pela discórdia. Talvez fosse esta a motivação essencial de Rolando Toro ao criar o Sistema Biodanza, como se entrevê na seguinte passagem da introdução de seu livro:

Sentia às vezes, em meu corpo, toda a manifestação do êxtase, do erotismo, da fraternidade, da energia criadora, do ímpeto vital. Sentia a possibilidade do contato puro com a realidade viva, por meio do movimento, do gesto e da expressão dos sentimentos. A música era a linguagem universal, a única que todos nós podíamos compreender na Torre de Babel do mundo; a dança era a maneira ideal de integrar corpo e alma, e podia comunicar a todos os participantes felicidade, ternura e força. E eu quis compartilhar tudo aquilo com um grande número de pessoas (Toro, 2002, p. 9).

Compartilhar. Partilhar com o outro. Deste desejo essencial originou-se a Biodança, hoje praticada em diversos países do mundo:

Foi desta associação de esperanças e sensações que surgiu o desejo de formar um pequeno grupo para dançar, cantar e encontrar-se com a música. A Biodanza era assim, e continua a ser um modo de convivência com a beleza. A unidade afetiva é gerada na troca de energia íntima com os outros (Toro, 2002, p.9).

Rolando Toro foi nomeado professor emérito da Universidade Aberta Interamericana de Buenos Aires, Argentina. Hoje é presidente da International Biocentric Foundation (IBF), entidade que coordena a atividade do Sistema Biodanza no mundo. É também poeta e pintor. Atualmente reside no Chile, mas já morou na Argentina, Brasil e Itália, além de viajar pela Europa, América, África e Ásia, difundindo seu trabalho, propondo “a procura de um

novo modo de viver, despertando nossa sensibilidade adormecida (Toro, 2002, p. 13)”.

3. Conceitos Fundamentais

Para compreendermos o arcabouço conceitual da Biodança é interessante não perder de vista a essência da sua proposta, ou seja, sua intenção e os objetivos que norteiam sua *práxis*. Assim, esclarece-nos Rolando Toro (2002):

A base conceitual da Biodanza provém de uma meditação sobre a vida; do desejo de renascermos de nossos gestos despedaçados, de nossa vazia e estéril estrutura de repressão; provém, com certeza, da nostalgia do amor. (...) A Biodanza é por isso uma ampla transgressão dos valores culturais contemporâneos, das imposições de alienação da sociedade de consumo e das ideologias totalitárias. Propõe-se restaurar no ser humano o vínculo original com a espécie como totalidade biológica, e com o universo como totalidade cósmica (p.13).

O pensamento de Rolando Toro é permeado pela influência da Biologia, especialmente por Maturana e Varela (1979, 1985, 2001), a quem faz referência em seu livro. O conceito de *autopoiesi*, desenvolvido pelos biólogos, significa a capacidade de autoconstrução e autoregulação dos organismos vivos através de um saber biologicamente posto nos seres. Este conceito parece apontar a Rolando Toro um caminho à transformação social: a evolução dos indivíduos pelo resgate dos potenciais biológicos. Para o autor a vitalidade, a sexualidade, a criatividade, a afetividade e a transcendência são potenciais genéticos, ou seja, aspectos da vida humana que têm origem biológica. Assim, no contexto da Biodanza, o reaprendizado destas funções originais da vida “consiste na sensibilização dos instintos básicos, que constituem uma expressão da programação biológica” (Toro, 2002, p.35). Em síntese, um

retorno à natureza como caminho que conduz ao vínculo com a espécie e com o universo.

Pode-se dizer que na visão de mundo do fundador da Biodança está presente uma cosmologia na qual o ser humano tem uma ligação original com o outro e com a totalidade, algo que segundo ele foi se perdendo no desenvolvimento da civilização pela supervalorização da cultura e da razão em detrimento da natureza. A partir deste pressuposto se desenvolvem os conceitos centrais da Biodança assim como seu método.

3.1. Dança: movimento integrativo

Rolando Toro, ao estudar a história e a antropologia da dança, constata que esta é um primeiro conhecimento do mundo, antecedente à palavra, dando-se através do movimento. Segundo ele, este movimento tem bases inatas, pois o sentido original da dança é ser movimento de vida. Entre os povos primitivos, a dança de fato era uma modalidade de comunicação, sendo usada em celebrações profanas e religiosas para exprimir experiências de vida próprias de cada povo (Garaudy, 1980).

Para o criador da Biodança, a função primordial da dança é a integração. Ele define a dança como:

um modo de ser no mundo que representa uma via privilegiada de acesso à nossa identidade original, e, também, a expressão da unidade orgânica do homem com o universo. Esta noção da dança como “movimento integrativo” é muito antiga e revela, através da história, numerosas expressões culturais como a dança primitiva, as danças órficas, a cerimônia tântrica ou as danças giratórias do sufismo (Toro, 2002, p.13-14).

A filosofia oriental também inspirou o pensamento do autor, sobretudo a poesia de Gialâl al-Din Rumi, o poeta místico do sufismo, sendo citada por Rolando Toro uma passagem em que o

poeta escreve sobre uma dança universal que envolveria todos os átomos e almas⁸. Sabe-se que no *Sama*, prática ritual do sufismo, os derviches realizam movimentos giratórios, buscando através desta dança “entrar em comunhão com o universo manifestado e com sua origem divina” (Camargo, 1997, p. 14). Rolando Toro também escreve poesias e a referida passagem o deve ter especialmente sensibilizado como uma ressonância de sua própria cosmologia, pois sublinha logo após a citação “Uma sessão de Biodanza é um convite a participar da dança cósmica de que fala o poeta sufi” (Toro, 2002, p.14).

A Biodança consiste em exercícios específicos que, ativando nossa potencialidade afetiva, realizam este significado primordial da dança como conexão. Em síntese, ao falar da dança como movimento integrativo pretende enfatizar que ao dançar o ser humano conecta-se consigo próprio, com seus semelhantes e com a Natureza, em cujo centro pulsa a vida.

Esta concepção de dança distancia-se da dança acadêmica européia, aproximando-se das formas mais espontâneas de dança, como as danças rituais primitivas, danças xamânicas e danças africanas. Na diferenciação que faz o autor, a dança acadêmica ou formalizada, da qual o balé clássico se constitui como ícone, difundiu uma visão de dança como espetáculo. O espetáculo é fruto do longo aprendizado de uma técnica rigorosa por parte do bailarino, uma linguagem codificada da qual ele necessita se apropriar para tornar-se um *virtuose* de sua arte. No espetáculo há uma separação entre os bailarinos que apresentam a dança e a platéia que assiste. Já na Biodança há integração, explica seu criador, pois independente de uma forma pré-estabelecida de movimentação todos dançam e cada um se torna a própria dança.

Para tanto é necessário que a pessoa entre em vivência e, em um estado que se assemelha a um transe, permita que a música o dance: “A música dança o indivíduo e então não há indivíduo, mas

⁸ Oh dia, levanta-te...os átomos dançam.as almas, tomadas pelo êxtase, dançam.a abóbada celeste, por causa deste Ser,dança: te direi ao ouvido até onde conduz sua dança. Todos os átomos que há no ar e no deserto, compreenda bem, estão enamorados como nós e cada um deles, feliz ou desgraçado, deslumbra-se com o sol da alma incondicional. (Rumi, *apud* Toro, 2002, p. 14).

dança. A identidade se dissolve numa espécie de matriz do universo que está em movimento orgânico, em que cada elemento é parte da dança maior” (Toro, 2002, p. 29). Trata-se de ouvir a música com o corpo, entrar em consonância com os sons, “permitir que a música se infiltre em seu organismo e induza o estado cenestésico”. Esta relação fusional entre o ser e o som foi classificada por Santaella (2001) como um modo específico de ouvir:

No segundo modo de ouvir, ouvir com o corpo, entramos na dominância do universo rítmico, da percussão na música, quando o ouvir não se limita a uma escuta através do ouvido, mas amplia-se para uma escuta que reage no corpo. Na sua primeira modalidade, o efeito da música no corpo equivale àquilo que pode ser chamado de **corpo tomado**. O ritmo penetra no corpo, cria-se uma fusão e, de repente, o próprio corpo parece ser a fonte geradora do ritmo. (...) é algo que nasce da capacidade de entregar o corpo inteiro ao chamamento do ritmo, como se a música estivesse saindo de dentro do corpo (p.83, grifo da autora).

Ser a dança constitui-se em uma experiência original para o sujeito, uma vivência profunda caracterizada pela entrega. Mas o que é exatamente uma vivência?

3.2. Vivência

Embora já tenhamos apresentado uma definição de vivência anteriormente, é necessário explicitarmos melhor este conceito, já que a vivência é a base da metodologia da Biodança. Ao introduzir o conceito de vivência, Rolando Toro cita o filósofo alemão Wilhelm Dilthey⁹, que define o termo como “algo revelado no complexo psíquico dado na experiência interna de um modo de existir a realidade para um indivíduo” (Dilthey *apud* Toro, 2002, p. 29). Segundo o autor, esta concepção influenciou na fenomenologia de

⁹ Dilthey, W. (1949). *Introduzione alle scienze dello spirito: ricerca di un fondamento alle scienze della società e della storia*. Turim: Paravia.

Merleau-Ponty (faz referência à *Fenomenologia da Percepção*) e na ontologia de Martin Heidegger (referencia sua obra *Ser e Tempo*)¹⁰.

Na teoria da Biodança, Rolando Toro redefiniu o conceito de vivência como: “a experiência vivida com grande intensidade por um indivíduo no momento presente, que envolve a cenestesia, as funções viscerais e emocionais. A vivência confere à experiência subjetiva a palpitante qualidade existencial de viver o ‘aqui e agora’” (2002, p. 30). O método da Biodança consiste basicamente na indução de vivências integradoras através da realização de exercícios estruturados para este fim.

São características essenciais da vivência, descritas por Rolando Toro (2002):

1. experiência original (de nós mesmos, de nossa identidade);
2. anterioridade à consciência;
3. espontaneidade;
4. subjetividade (se manifesta a partir da identidade, portanto as vivências de cada pessoa são únicas);
5. intensidade variável (quanto menor a atividade consciente de controle e vigilância, maior a intensidade da vivência);
6. temporalidade (se manifesta sempre no presente e é passageira);
7. emocionalidade (com frequência origina emoções);
8. dimensão cenestésica (acompanhada de sensações cenestésicas que envolvem todo o organismo);
9. dimensão ontológica (ligada ao ser e à percepção de estar vivo);

¹⁰ Rolando Toro não especifica em que medida o conceito de vivência teria influenciado na obra dos filósofos citados e foge ao escopo deste trabalho investigar isso, mas é interessante perceber a referência que faz à fenomenologia, sinalizando-nos uma possível influência desta vertente da filosofia sobre sua teoria.

10. dimensão psicossomática (ponto de conjunção da unidade psicossomática).

Ao explicitar as características da vivência e especialmente a sua dimensão ontológica, fica mais claro para nós a contribuição do pensamento fenomenológico à teoria da Biodança. Tal contribuição se revela de fato quando Rolando Toro busca um diálogo entre a noção de vivência e a *Fenomenologia da Percepção* de Merleau-Ponty:

A vivência é uma experiência inevitável que comunica um conteúdo preciso de sensações e de percepções, e que anula a distância entre aquilo que se sente e a observação do próprio sentir. Esta experiência implica uma forma de consciência que, segundo Merleau-Ponty, tem legitimidade científica (Toro, 2002, p. 32).

Acreditamos ser possível aprofundar este diálogo a partir da noção fenomenológica de corpo vivido, uma vez que para Merleau-Ponty (2005): “É a vida perceptiva do meu corpo (...) que realiza a abertura primeira ao mundo” (p.46). Nesta perspectiva, a percepção se constituiria a partir da experiência do corpo próprio como uma forma de consciência pré-reflexiva, superando-se a noção clássica de consciência como uma instância ideal oposta ao corpo. A vivência então corresponderia a esta consciência não-tética, posto que ela antecede a reflexão simbólica, dando-se a partir da corporeidade. Acreditamos haver uma relação de similaridade entre o conceito de vivência tal como o concebe Rolando Toro e a “experiência do corpo próprio”, tal como Merleau-Ponty a compreende:

Assim, a experiência do corpo próprio opõe-se ao movimento reflexivo que destaca o objeto do sujeito e o sujeito do objeto, e que nos dá apenas o pensamento do corpo ou o corpo em idéia, e não a experiência do corpo ou o corpo em realidade (Merleau-Ponty, 2006, p. 269).

Segundo Coelho Júnior e Carmo (1991), há em Merleau-Ponty um projeto filosófico de enraizamento da consciência no corpo, o qual se desenvolve a partir da noção de percepção. A percepção é para o filósofo uma forma de consciência originária, pré-objetiva, um modo de estar naquilo que é percebido por intermédio do corpo: “...se percebemos com nosso corpo, o corpo é um eu natural e como que o sujeito da percepção” (Merleau-Ponty, 2006, p. 278). No contexto da Biodança, no qual as relações entre os sujeitos são mediadas pela dança, pelo gesto, pelo olhar, propõe-se através da vivência justamente experimentar esta outra forma de consciência, aberta pela percepção sensível, percepção do corpo, anterior à reflexão intelectual.

A vivência, portanto, é uma experiência originária que nos remete ao sensível como modo primordial de relação ao mundo e percepção de si mesmo, proporcionando um conhecimento pré-reflexivo, pois é anterior ao pensamento simbólico que separa sujeito e objeto. A vivência é fundamentalmente uma experiência de unidade, por isso é integradora, nela não há dissociação entre mente e corpo, há um corpo que por meio do movimento funda um saber original sobre a realidade e sobre si próprio, saber que bebe na fonte: a vida.

Rolando Toro faz novamente referência à fenomenologia ao diferenciar as cinco linhas de vivência, afirmando que para tanto utilizou o método fenomenológico. Sua tese é de que cada linha de vivência representa a expressão de certas potencialidades genéticas, cuja origem é biológica, mas que se desenvolvem a partir daí transformando-se de processos celulares em emoções e sentimentos. Assim segue a descrição sucinta de cada uma das linhas de vivência.

A **linha da vitalidade** se expressa pela saúde, pelo ímpeto vital e pela alegria de viver. A vitalidade é existencial, constituindo-se como expressão geral do ser-no-mundo e incluindo, entre outros aspectos, a motivação para a ação e o humor endógeno. A vitalidade relaciona-se à manutenção da homeostase e “compreende os instintos de conservação, de fome, de sede, assim como as respostas de luta, de fuga, e as funções de regulação da atividade e do repouso” (Toro, 2002, p.85). Podem-se citar como indicadores da vitalidade: a

resistência ao esforço; a vitalidade do movimento; a estabilidade neurovegetativa; a potência dos instintos e o estado nutricional. Algumas características externas que podem dar uma impressão geral de vitalidade, ajudando-nos a reconhecê-la são: a harmonia e vigor dos gestos; o brilho e a intensidade do olhar; a agilidade dos movimentos; o som e a expressão da voz e a facilidade para rir.

A **linha da sexualidade** compreende a relação com o prazer sexual e também com o prazer em geral. Está na sua base o instinto sexual e a função do orgasmo, assim como o desejo e a busca do prazer, e a sensualidade de um modo geral. O desejo sexual mobiliza o organismo inteiro (ativa as glândulas sexuais, acelera a respiração e a pulsação cardíaca), induzindo a ações com a finalidade de satisfazê-lo. Já a sensualidade não visa necessariamente ao estímulo genital, constituindo-se como a sensibilidade aos estímulos de prazer de diversos tipos, por exemplo: sentir prazer pelos alimentos, por um banho de mar, pela chuva, pelas carícias e beijos.

Fica claro que na base de todas as linhas de vivência e especialmente da sexualidade está o corpo em sua relação com o mundo. Quanto a esta relação, há consonância entre Rolando Toro e Merleau-Ponty. O filósofo, no capítulo *O corpo como ser sexuado* explica a intencionalidade que está na base da sexualidade: “A percepção erótica não é uma *cogitatio* que visa um *cogitatum*; através de um corpo, ela visa um outro corpo, ela se faz no mundo e não em uma consciência” (Merleau-Ponty, 2006, p.217). Assim, uma pessoa sensual apresenta uma grande receptividade ao contato corporal, algo estimulado na Biodança, assim como aprender a desfrutar dos grandes e pequenos prazeres da vida cotidiana (Toro, 2002).

A **linha da criatividade** baseia-se no instinto exploratório e nos impulsos de inovação presentes nos organismos vivos. Segundo Rolando Toro (2002), a criação é uma extensão natural do processo de vida e “Nós somos ao mesmo tempo a mensagem, a criatura e o criador” (p.88). O autor discorda da concepção elitista que separa os criadores das pessoas comuns, encarando isto como um processo cultural que ao dissociar o homem de sua obra consolida a cisão entre o que sentimos e o que fazemos, uma cisão muitas vezes

presente no alienante mundo do trabalho institucionalizado. Sua proposta, porém, difere de abordagens como a arte-terapia ou dançaterapia, pois não parte das doenças e sim busca abrir espaço para a expressão dos impulsos criadores naturais, independente dos cânones da arte formalizada.

No contexto da Biodança, a **linha da afetividade** encontra como forma de expressão privilegiada o amor. A origem biológica desta linha relaciona-se “ao instinto de solidariedade dentro da espécie, à capacidade de empatia (identificar-se com o outro), aos impulsos gregários, às tendências altruístas e aos ritos socializantes” (Toro, 2002, p.89). Na verdade, a afetividade implica necessariamente a percepção do outro e esta pode ser mediada tanto pela identificação e por sentimentos amorosos, impulsionando a compreensão, cooperação e proteção, quanto por sentimentos aversivos, mobilizando a rejeição, agressão ou destruição do outro. Para Rolando Toro os impulsos destrutivos seriam formas patológicas da afetividade, que se expressariam socialmente na discriminação social, no racismo e na injustiça. Na Biodança, ligar-se ao outro é um ato vital e um passo no caminho do amor.

Finalmente, a **linha da transcendência** relaciona-se à experiência de ligação com a totalidade, expressando-se através da capacidade do eu de ir além da autopercepção, relacionando-se com a alteridade. A relação de íntima conexão com o outro por meio da qual o homem transcende a si mesmo pode se dar através da harmonização com a natureza ou da ligação com o próximo. Segundo Rolando Toro esta experiência culmina na identificação com o universo. Podemos pensar que a transcendência revela o aspecto místico do “ser-com” a partir da amplitude que pode atingir esta intensa experiência. Segundo o criador da Biodança, “Também a linha da transcendência tem uma origem biológica e uma infraestrutura instintiva: os fenômenos de tropismo e de ressonância biológica que integram os sistemas ecológicos constituem a condição mesma da vida” (p.91).

Culturalmente a busca por um conhecimento unificado do homem e do universo pode ser percorrido por diferentes caminhos através da religião, da ciência e da arte, explica Rolando Toro.

Enquanto o santo busca a unificação pela devoção, o sábio põe-se a observar o movimento da natureza e descrevê-lo, e o artista, revelando verdades internas que refletem realidades cósmicas, transforma-se em co-participante da criação universal. A Biodança, pela natureza de sua proposta, aproxima-se mais do terceiro caminho.

3.3. Princípio Biocêntrico

O princípio biocêntrico pressupõe que a vida está no centro da existência de todos os seres e que seu sentido está nela mesma, sendo desnecessário a formulação de significados extrínsecos a ela. O processo de integração na Biodança consiste justamente em estimular a função primordial de conexão com a vida, possibilitando a cada pessoa integrar-se a si mesma, à espécie e ao universo.

Busca-se esta conexão através do reaprendizado das funções originais da vida, ou seja, do contato com os instintos básicos, os quais revelam um saber biológico orientado à auto-regulação da vida (homeostase). Embora o homem frequentemente associe os instintos à animalidade, buscando reprimir ou modificar tais impulsos de diversos modos a partir da aprendizagem de modelos sócio-culturais, eles na verdade constituem uma força poderosa e uma manifestação natural a ser integrada pelo sujeito, na opinião de Rolando Toro (2002): “Os instintos representam a natureza em nós, e sensibilizar-se a eles significa restabelecer a ligação entre natureza e cultura. (...) considero que seja necessário ver as manifestações instintivas de uma perspectiva de exaltação da vida” (p. 36).

O princípio biocêntrico está implícito no próprio conceito de Biodança: a dança da vida, sendo a vida compreendida em uma visão cosmológica: “O universo como totalidade pode ser concebido como um organismo criador da vida; dentro deste universo a vida se expressa segundo uma infinidade de formas” (Toro, 2002, p.51). Nesta visão, o universo é um sistema vivo com o qual cada ser, como parte desta totalidade maior, está em sintonia. Buscar vivenciar essa ressonância é um dos objetivos da Biodança, tendo sempre a vida como prioridade e ponto de partida para qualquer forma de

conhecimento: “Minha abordagem da consciência parte da vivência de estar vivo e da certeza que esta vivência fornece como dado inicial” (p. 51). Aqui novamente é possível estabelecer um diálogo com a fenomenologia, pois a mesma também reconhece esta certeza de pertencimento como anterior ao pensar, um fundo no qual homem e mundo estão juntos em uma espécie de consubstancialidade¹¹:

O verdadeiro Cogito não define a existência do sujeito pelo pensamento de existir que ele tem, não converte a certeza do mundo em certeza do pensamento do mundo e, enfim, não substitui o próprio mundo pela significação mundo. Ele reconhece, ao contrário, meu próprio pensamento como um fato inalienável, e elimina qualquer espécie de idealismo revelando-me como “ser no mundo” (Merleau-Ponty, 2006, p.9).

O princípio biocêntrico, assim como a noção fenomenológica de ser-no-mundo, postula o vivencial, o âmbito da corporeidade, do vivido como “experiência suprema de contato com o real” (Toro, 2002, p. 52). Esta experiência, no contexto da Biodança, evoca o processo pelo qual o dançarino se torna a própria dança, ou seja, ele não representa um sentido, mas é o sentido mesmo da própria existência, vívido sentido vivido.

3.4. Inconsciente Vital

A vida tem como uma de suas características essenciais a auto-organização. Esta capacidade, ou seja, a autonomia dos

¹¹ Esta consubstancialidade é defendida não apenas filosoficamente na teoria da Biodança, mas especialmente quando Rolando Toro busca acerrar-se dos fundamentos da biologia para compreender a vida como um princípio universal: investigando a composição química dos seres vivos ele encontra muitos elementos, como hidrogênio, oxigênio, carbono e nitrogênio, que aparecem em proporções semelhantes nos seres vivos mais simples, as bactérias, e nos mamíferos, assim como na geada interestelar e na porção volátil dos cometas. Entre outros princípios da biologia, ele também se apóia na constatação de que, sintetizadas a partir de informação genética contida no DNA, as proteínas de todos os organismos vivos são constituídas por aminoácidos essenciais que têm a mesma configuração química. Assim, apesar das grandes diferenças, ele acredita que os seres vivos obedecem a um plano bioquímico fundamental, comum a todas as formas de vida.

processos vitais por meio dos quais os seres vivos produzem a si mesmos foi estudada em profundidade por Maturana e Varela (1985), que a designaram de *autopoiesi*. Rolando Toro, por sua vez, reconhece a importância deste conceito, pois o mesmo esclarece uma espécie de cognição e memória das células e tecidos que lhes possibilita se auto-organizarem.

Assim, a partir da releitura do conceito de autopoiesi, Rolando Toro (2002) propõe o conceito de inconsciente vital para se referir “ao comportamento coerente e, de certo modo, intencional das células e dos tecidos” (p.53). Este comportamento é autônomo em relação à consciência, gerando o equilíbrio do sistema vivo através de suas variadas funções orgânicas. No cotidiano, as formas de manifestação do inconsciente vital são, segundo elenca Rolando Toro: os estados de humor endógeno, a cenestesia e o estado geral de saúde.

O inconsciente vital seria uma forma de psiquismo autônomo nos organismos vivos. No entanto, não seria possível localizá-lo na mente, pois é um fenômeno que se dá através de sentimentos vitais, que se manifestam de modo difuso em todo o corpo. Para melhor compreendermos o inconsciente vital, transcrevemos aqui a descrição de Harald Hoffding¹² acerca do conceito de sentimento vital, citada por Toro (2002, p. 54):

Uma característica própria da sensação vital de cenestesia é que cada uma das sensações particulares que entram em sua formação não se localiza com muita precisão e não aparece com uma qualidade tão marcada. Em geral não são mais que elementos de um sentimento geral da nossa vida. De forma que chamamos a este sentimento unido às sensações gerais “sentimento vital”. A composição, quantidade e distribuição do sangue; a rapidez da circulação; as secreções mais ou menos abundantes das glândulas; o relaxamento ou a contração dos músculos, sejam os involuntários, como os das paredes arteriais, sejam os voluntários que movem o corpo; a dificuldade ou a rapidez da respiração; o decurso normal ou

¹² Hoffding, H. (1913). *Saggio di una psicologia basatta sull'esperienza*. Milão: Società Editrice Libreria.

anormal da digestão: todos influenciam, de modo que nenhum dos fatores enumerados precisaria entrar em ação isoladamente.

Embora longa, nos permitimos reproduzir aqui a citação em virtude da precisão com que descreve os sentimentos vitais, os quais, originados a partir do inconsciente vital, “constituem uma ‘poética’ de sensações orgânicas” (Toro, 2002, p. 54). A hipótese do criador da Biodança é que a vivência, por sua dimensão cenestésica, é uma via de acesso ao inconsciente vital, contribuindo para o restabelecimento do equilíbrio orgânico por meio da capacidade autopoiética, ou seja, de auto-organização do biosistema.

Rolando Toro, citando autores como Merleau-Ponty e Sartre, anuncia porém não explícita a relação intrínseca entre o conceito de inconsciente vital e a noção fenomenológica de corporeidade. Buscando as palavras de Merleau-Ponty (2006) quando o filósofo descreve a corporeidade, tentamos estabelecer este diálogo: “Sistema de potências motoras ou de potências perceptivas, nosso corpo não é objeto para um ‘eu penso’: ele é um conjunto de significações vividas que caminha para seu equilíbrio” (p.212). Através do movimento, sentimos o corpo. Experimentamos o corpo como um conjunto de significações vividas e deste modo, ainda sem pensar, nos damos conta desse corpo que é nós mesmos. O próprio Rolando Toro afirma que as expressões psicológicas das potencialidades genéticas do inconsciente vital são as vivências. Se a vivência é um modo de acessar o inconsciente vital, ela é uma forma de se aperceber dele por meio de significações vividas, as quais convergem para um sentimento vital: estamos falando da percepção de si.

3.5. Contato

A Biodança é uma poética do encontro humano. Este encontro é mediado pela afetividade que se expressa no olhar, no contato, na carícia, no abraço. A importância do contato para o desenvolvimento e para a saúde é atestada a partir de diversos estudos, seja com mamíferos superiores, seja com humanos em investigações antropológicas ou clínico-experimentais¹³. O contato é

¹³ Ver em Toro (2002) o capítulo *O contato e a carícia*.

o que nos abre para o outro. Através do contato percebemos o outro assim como a nós mesmos: “A relação com nosso corpo é condicionada pela contato com o outro: vivemos a nossa corporeidade quando acariciamos e somos acariciados” (Toro, 2002, p.147).

A este respeito é interessante trazer o conceito de reversibilidade do sensível proposto por Merleau-Ponty (2005), por meio do qual o filósofo nos fala da relação de circularidade emergente na percepção sensível: aquele que toca é ao mesmo tempo tocado, há um enovelamento do vidente no visível, do tocante no tangível. Pode-se entender a partir daí que a percepção de mim se faz através da percepção do outro, ou seja, é na relação com o outro que eu me reconheço como um eu. Este reconhecimento é para Rolando Toro uma das funções terapêuticas do contato, pois ele “ativa, mobiliza, transforma e fortalece nossa identidade” (Toro, 2002, p.147). Não se trata aqui do contato em si mesmo, mecânico, pois este não é terapêutico, mas do contato que acontece dentro de um “processo progressivo de comunicação afetiva e empatia” (p.147). Sensibilizar as pessoas a esta forma de contato que se expressa como carícia é um dos objetivos da Biodança.

Segundo Dufrenne (2004), “o sensível é o ato comum daquele que sente e do que é sentido” (p.82). Compreendendo o contato em Biodança como esta interface entre o sentiente e o sensível e a percepção sensível como base da experiência estética, compreendemos ser possível aos biodançantes viver esta experiência no contexto em questão. E encerramos este texto com uma afirmação que a nosso ver aponta neste sentido, uma frase com a qual o fundador e poeta da Biodança Rolando Toro (2002) vai encerrando o seu livro: “No contato carregado de intencionalidade afetiva, no ato de aproximação que busca a intimidade está contido o circuito criador da energia vital” (p.148).

4. Conclusão

A Biodança é a dança da vida, um sistema de integração humana, permeado pelo princípio biocêntrico, por meio do qual se

afirma a vida como valor maior que conecta todos os seres. Como movimento integrativo, a Biodança possibilita que ao dançar o ser humano conecte-se consigo próprio, com seus semelhantes e com a Natureza, em cujo centro pulsa a vida. Dado o contexto histórico de sua origem, a Biodança nasce com uma clara proposta de transgressão dos valores dominantes, buscando superar as formas de violência pelo reaprendizado afetivo. A vivência, que está na base da metodologia da Biodança, é uma via de acesso ao inconsciente vital, contribuindo para o restabelecimento do equilíbrio orgânico por meio da capacidade autopoietica. A Biodança é uma poética do encontro humano, instaurando uma ética do cuidado com o outro e a certeza de que é na relação com o outro que o eu se constitui, portanto esta relação é pautada pela amorosidade e pelo reconhecimento do outro enquanto legítimo outro, com quem eu posso vivenciar um momento de intimidade e transcendência, um profundo aprendizado pelo amor.

5. Referências Bibliográficas

- CÂMARA, J. B. *Expressão e Contemporaneidade – A Arte Moderna segundo Merleau-Ponty*. Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda: 2005.
- CAMARGO, G. G. A.. *Entre o Camelo e o Leão: a dialética do giro derviche*. Uma etnografia do Sama – a dança girante dos derviches da Ordem Sufi Mevelevi. Florianópolis: Dissertação de Mestrado. Departamento de História da Universidade Federal de Santa Catarina: 1997.
- COELHO JÚNIOR, N; Carmo, P.S. *Merleau-Ponty: filosofia como corpo e existência*. São Paulo: Escuta, 1991.
- DUFRENNE, M. *Estética e Filosofia*. 3 ed. São Paulo: Perspectiva, 2004.
- GARAUDY, R.. *Dançar a Vida*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
- MATURANA, H, Varela, F. *Principles of biological autonomy*. Nova York: Elsevier North Holland, 1979.
- MATURANA, H, Varela, F. *Autopoiesi e cognizine*. Veneza: Marsílio, 1985.
- MATURANA, H, Varela, F. *A árvore do conhecimento*. São Paulo: Palas Athena, 2001.

MERLEAU-PONTY, M. *O visível e o invisível*. (4ª ed., J. A. Gianotti & A. M. D'Oliveira, trad.). São Paulo: Perspectiva, 2005.

MERLEAU-PONTY, M. *Fenomenologia da percepção*. (3ª ed., C. A. R. Moura, trad.). São Paulo: Martins Fontes, 2006.

SANTAELLA, L. *Matrizes da Linguagem e pensamento – sonora, visual, verbal*. São Paulo: Iluminuras: 2001.

TORO, R. *Biodanza*. (M. Tápia, trad.). São Paulo: Editora Olavobrás, 2002.

