



## **As Danças Circulares na Arteterapia: do encontro com o Eu à Transdisciplinaridade<sup>1</sup>**

Aldair Menezes da Silva Marti<sup>2</sup>

### **Resumo:**

Este artigo apresenta as Danças Circulares como um recurso Arteterapêutico. Essa modalidade artística promove o processo de conscientização e o encontro com o Eu. Também, reúne em si, características fundamentais da prática da Transdisciplinaridade onde a consciência de si leva à integração, ao senso de pertencimento, à reflexão e à consequente mudança de paradigma em relação ao nosso atual *modus vivendi*.

**Palavras-chave:** Danças Circulares, Arteterapia, Transdisciplinaridade.

### **Abstract:**

This article aims at presenting the Circle Dances as an Art Therapeutic resource. This artistic modality promotes a kind of awareness process and a meeting with the inner self. It also concerns basic characteristics of Transdisciplinarity approach in which self-consciousness leads oneself to integrity, sense of belonging, reflection, and consequently, to a change of paradigm in relation to one's day-to-day *modus vivendi*.

**Keywords:** Circle Dances, Art Therapy, Transdisciplinarity.

---

<sup>1</sup> Artigo inédito, apresentado ao Programa de Pós-graduação Lato Sensu em Abordagem Transdisciplinar Holística da Faculdade São Judas Tadeu / UNIPAZ-RJ, 2012.

<sup>2</sup> Contato: aldairmarti@uol.com.br



## Introdução

Ao longo dos últimos séculos, é indiscutível o desenvolvimento tecnológico ao qual a humanidade foi e está sendo submetida. As contribuições são inúmeras e, como consequência, o sentimento de avanço é expressivo e tentador em várias áreas, tais como ciências, saúde, indústrias dentre outras.

O poder de conquista aumentou a atuação do Homem na sociedade e, ao mesmo tempo, o fez perceber-se gradativamente, empobrecido desse mesmo poder pois paralelo a tudo isso, nenhuma tecnologia se provou provedora da tão sonhada sensação de satisfação, plenitude, e domínio de seu destino. Os saberes não caminharam em conformidade ao sentir, ao intuir, ao pensar e à emoção. Assim sendo, o homem avançou em possibilidades e estagnou em sua consciência de ser Humano.

Dessa forma, a integração do saber, a possibilidade de diálogo entre disciplinas, de vida consciente, com uma cultura de paz, com a proposta de saúde integral e de um Homem íntegro se fez necessária. Daí, temos o advento de um caminho para solução às questões apresentadas. Temos uma abordagem que não se dispõe a eliminar as disciplinas existentes, a recuar e negar as facilidades e conforto promovidos pela avançada tecnologia, mas sim, ir além. Compreender o homem e seu mundo tendo como princípios a paciência, a tolerância, o rigor, a generosidade, a paz. Todos esses princípios, características essenciais para o desenvolvimento de uma nova consciência do humano, da quebra de paradigmas materialistas tais como extrema racionalização, sentimento de separatividade e ordem inflexível. No saber cindido, não há centro. Apenas a profunda dor do não-ser.

“A cosmovisão moderna, que nos brindou com imensos benefícios através do incontestável e espetacular progresso tecnológico,



deixou-nos também um tenebroso legado, que pode ser traduzido como uma arraigada atitude fragmentada, geradora de alienação, conflitos e incontável sofrimento psíquico.” (Crema, 1989; 23).

A transdisciplinaridade, então, surge como um leme à embarcação. Uma ética centrada na essência, no Ser, onde a ciência dialoga com o mistério, onde o Homem se torna verdadeiramente Humano em sua plenitude.

“Esta perspectiva traz em sua constituição gramatical o termo “trans”, que remete à transformação, transfiguração, ou seja, mudança, na forma de conhecer, na produção de conhecimento, na relação entre sujeito e objeto e entre as disciplinas.” (Alves, 2012; 9).

No contexto do cuidado ao outro pela perspectiva transdisciplinar destaca-se a importância do olhar e do encontro integrador, que permita estimular diferentes níveis de realidade e aberto as distintas formas de tocar, acolher e cuidar.

Um campo que permite um diálogo frutuoso com o paradigma transdisciplinar é a Arteterapia e as Danças Circulares, pois quando as Danças Circulares são utilizadas como ferramenta de um processo Arteterapêutico, seja ele em sessão terapêutica, oficinas, apresentações ou consultoria corporativa, temos a possibilidade de que a proposta transdisciplinar de não separatividade, conexão, autodesenvolvimento, centramento, enfim, todas as possibilidades de integração do eu e do outro em ato compartilhado, seja atingida de forma natural e espontânea.

Assim sendo, do encontro com o Eu à transdisciplinaridade na utilização das Danças Circulares em Arteterapia, há um belíssimo processo de reconstrução do ser a partir da conscientização de que somos todos círculos dançantes em uma atmosfera acolhedora. Este círculo em movimento faz cada participante ir além, configurando assim, expressão e atuação integradas que permitem através do seu

movimento a mudança de paradigma de nosso atual proceder em nossa vidas.

Nesse sentido, o objetivo geral do trabalho foi analisar o conceito arteterapêutico da dança circular como caminho para o contato e desenvolvimento da transdisciplinaridade no nível intra e interpessoal. Para tanto, foi necessário apresentar os conceitos principais da Dança Circular para dialogar com as bases do paradigma transdisciplinar holístico que compreende o cuidar como uma ação integral.

## **Metodologia**

Foi realizada uma análise temática do diálogo entre Danças Circulares como recurso Arteterapêutico e o paradigma transdisciplinar holístico. Para tanto, foram analisadas as bases conceituais da Arteterapia seguindo, principalmente as considerações postuladas por Angela Philippini. Foram analisados os conceitos básicos que tangem as Danças Circulares erigidas pelos autores Maria Gabrielle Wosien, Ana Lucia Borges da Costa e Lynn Frances e Richard Bryant-Jefferies.

No contexto da análise temática, foi também realizado um diálogo entre Danças Circulares como ferramenta no processo em Arteterapia e o novo paradigma transdisciplinar holístico, como meio para o cuidado integral apresentado por Roberto Crema, Camila Aloisio Alves e Basarab Nicolescu.

Os resultados de tal análise serão apresentados em dois blocos, sendo que no primeiro serão apresentadas as bases das Danças Circulares em diálogo com o paradigma transdisciplinar holístico e, no segundo, serão utilizadas como ilustrações do diálogo entre as danças circulares e o paradigma transdisciplinar holístico, a experiência da autora, que atua como Arteterapeuta e Focalizadora de Danças Circulares.



Espera-se com isso que o diálogo seja enriquecido não só pelo aporte teórico, mas também pela práxis de aproximadamente 10 anos.

## **Resultados e discussão**

### **♣ As bases das Danças Circulares em diálogo com o paradigma transdisciplinar holístico**

A Arteterapia é uma modalidade terapêutica complementar no qual a arte é utilizada como um facilitador para viabilizar o auto-conhecimento, o desenvolvimento pessoal e a revelação do potencial criativo e operante de cada um. O foco principal desse processo está no fazer artístico, através do qual as forças arquetípicas plasmadas ou vivenciadas entram em consonância com as forças internas que constituem o ser humano.

“... um processo terapêutico, que ocorre através da utilização de modalidades expressivas diversas. As atividades artísticas utilizadas, configurarão uma produção simbólica, concretizada em inúmeras possibilidades plásticas, diversas formas, cores, volumes, etc. Esta materialidade permite o confronto e gradualmente a atribuição de significado às informações provenientes de níveis muito profundos da psique, que pouco a pouco serão apreendidas pela consciência” (Philippini, 2001; 13).

A arte é uma forma de comunicação, expressão e linguagem. Assim sendo, ela possibilita que a pessoa encontre formas mais harmoniosas de se posicionar no mundo e de se relacionar.

Assim, como nos aponta Philippini (1998; 7):

“O processo arteterapêutico é, então, um trajeto, marcado por símbolos, que assinalam e informam sobre estágios da jornada da individuação de cada um. Por individuação entenda-se a árdua tarefa de tornar-se um indivíduo (aquele que não se divide face à pressões externas) e que assim procura viver plenamente, integrando seus talentos, às suas feridas e faltas psíquicas.”

Por existir no espaço de interseção das áreas de arte, saúde e educação, e, proporcionar uma possibilidade do contato com o sagrado, a Arteterapia revela-se fundamentalmente como uma prática de caráter transdisciplinar. Assim, métodos e abordagens arteterapêuticas vêm sendo utilizados como técnica principal ou coadjuvante, em atendimentos individuais ou de grupos, em instituições de saúde e reabilitação e clínicas. Atuando junto a públicos que vão de crianças à terceira-idade, a Arteterapia também vem ganhando cada vez mais espaço nas escolas, empresas e em projetos sociais e comunitários.

No que diz respeito às danças, temos que ela evoca uma possibilidade de resgate e integração do homem com seu entorno. Assim, ele se percebe como ser, cria, se expressa, celebra e consegue fazer uma estreita ponte com o outro. Ele se redescobre através do reconhecimento e da aceitação do outro e de si mesmo. Como ressalta Costa (2002;19):

“O dançar é uma forma de integrar corpo, movimento, expressão, pensamento e sentimento. É um instrumento facilitador do potencial criativo, da auto-percepção, da comunicação, das transformações do indivíduo e de suas relações com tudo o que o envolve.

Como fonte de conhecimento, coloca-nos em contato com uma



linguagem completa e complexa, proveniente de única propriedade verdadeira e inseparável de que o homem dispõe para manifestar sua essência, sua cultura e sua história: o corpo.”

Também, como aponta Wosien (1996;9):

“Deste modo, o corpo, em toda a gama de sua experiência, constitui o instrumento para o poder transcendente; e este poder sai ao encontro na dança direta, instantaneamente e sem intermediários. Experimenta-se o corpo como se possuísse uma dimensão espiritual, interna, como canal para a descida do poder até à esfera do homem”.

É uma atividade que, por intermédio do corpo em movimento, inspira e motiva o Homem, desde tempos imemoriais, a expressar seus sentimentos mais nobres e mais profundos, a organizar-se como membro de uma sociedade, e a compreender as transformações do mundo, da realidade e de seu próprio ser.

“A dança como expressão do homem movido pelo poder transcendente é, assim, a forma artística mais antiga: antes de que o homem expressasse sua experiência da vida mediante os materiais, fá-lo com seu corpo” (Wosien, 1996; 9).

As Danças Circulares, então, representam um retorno vívido de antigas manifestações expressivas de diferentes grupos sociais e culturais. Às essas manifestações foram incluídos novos passos, ritmos, coreografias e significados próprios do homem em sua realidade atual.

Até aproximadamente a década de 70, muitas danças ficaram recolhidas em suas origens sem serem utilizadas em sua totalidade como ferramentas culturais

amplas. Foi nesta época que o alemão Bernhard Wosien, um bailarino, coreógrafo, pedagogo e artista plástico, percorreu vários países do mundo, principalmente da Europa, para tomar contato com as danças tidas como étnicas, isto é, danças relativas à uma determinada cultura ou povo. Ele se encantou com a alegria e a comunhão que essas danças proporcionavam às pessoas e aos grupos. Em 1976 ele foi convidado a apresentar essas danças na Comunidade de Findhorn, situada no norte da Escócia. Tendo em vista o caráter apaixonante das danças e sua atuação imediata no que se refere ao imaginário e aos possíveis significados inerentes à sua manifestação, é possível entender as razões pelas quais o movimento ganhou força e é um sucesso crescente e forte no mundo inteiro.

No Brasil elas chegaram no início dos anos 90 através de pessoas que foram a outros países e trouxeram este meio de contatar o desconhecido, o inexplicável, a nós mesmos e aos outros.

No ato de dançar em roda, o indivíduo coloca-se em contato com o seu corpo em movimento, com sua essência, sua expressão e com o grupo formado. Então, há a possibilidade de estabelecer e transformar suas relações intra e inter sociais. A dança é, em si, um instrumento para a ampliação da consciência individual e grupal.

A formação circular das danças representa um significado importante. O círculo é um dos símbolos mais emblemáticos do psiquismo humano e uma das grandes imagens primordiais da humanidade, pois carrega em si a máxima de nossa totalidade considerando-se as variantes espaço-temporais.

“De mãos dadas na roda e se movendo juntos no compasso da música, cria-se um senso de comunidade, de pertencer, que é muito reconfortante.” (Frances e Bryant-Jefferies, 1998;61).

Então, podemos afirmar que dançar em círculo é uma atividade que natural e



organicamente nivela todos os indivíduos, diluindo a hierarquia e permitindo que, através do contato visual cuidadoso, todos tenham a oportunidade de se enxergarem como parte integrante da roda e, assim, se reconheçam como preciosos participantes nessa formação. Há, então, a possibilidade de senso de pertencimento.

As danças têm sido uma ferramenta importante para várias atividades tais como: aquecimento, integração de grupos e para trabalhar conteúdos mais direcionados, como por exemplo, diferenças individuais, trabalho em equipe, comunicação, confiança, tolerância, flexibilidade e criatividade. As danças também servem ao propósito de cura por atuarem nos pilares da formação do humano que são as dimensões física, mental, emocional e espiritual.

E é, em especial, na dimensão espiritual, que podemos denominar as Danças Circulares de Sagradas, uma vez que elas nos permitem entrar em contato com nosso 'Eu' Divino e/ou Superior, com o mais profundo e puro do nosso ser. Quando nos permitimos à entrega e nos integramos com a música ou apelo sonoro, acontece o que chamamos de momento de 'religare', um momento de conexão e paz sublimes.

Levando-se em consideração uma concepção antiga, o corpo do ser humano é o instrumento de eixo mor. Nele, tido como templo divino, a vida é celebrada. Nele acontecem todos os processos de nossa transformação, evolução e crescimento. Nele, somos imagem e semelhança.

Nesse processo dinâmico do tomar parte, aquele que dança, é símbolo vivo onde os opostos complementares se harmonizam, e, tempo e espaço, luz e sombra são fatores naturalmente aceitos e necessários para o processo de individuação do homem. Entendemos que a coluna vertebral torna-se o elemento de ligação entre o céu e a terra e os braços representam um eixo que conecta o eu, o tu e o ele/ela. Na

roda, forma-se o nós.

### ▲ **Experienciando as danças circulares: relatos de práticas e vivências**

No processo terapêutico onde as Danças Circulares são utilizadas temos em primeiro lugar a definição do objetivo principal, ou seja, que tipo de grupo ou instituição. Assim, podemos fazer bom uso de adequação no que tange faixa etária, simbolismo a ser tratado e meta a ser alcançada.

Em uma experiência de consultoria corporativa as Danças foram utilizadas com o claro propósito de facilitar o treinamento e a sensibilidade de um grupo de aproximadamente vinte pessoas. O terapêutico foi abordado como um processo expressivo, da forma mais ampla que se puder concebê-lo (Philippini, 2001). Daí, a formação de um centro utilizando pertences dos participantes levando os mesmos a se organizarem em roda e visualizarem, dessa forma, uns aos outros. Em uma estrutura circular, todos os pontos giram em torno de um centro e estão à mesma distância dele, fato que confere a esse círculo qualidades de igualdade e de unidade (Costa, 1998). Nesse caso específico, o repertório musical utilizado foi marcado por ritmos fortes e cadenciados já que a solicitação da liderança fora de trabalharmos atitudes, ações, colaboração, iniciativa e respeito mútuo. Foram trabalhadas habilidades tais como concentração, atenção, colaboração e vivência do próprio centro.

As habilidades trabalhadas são, sem sombra de dúvida, fundamentais para o Humano ao qual nos referimos anteriormente e desejamos para esse novo tempo, no qual os saberes podem e devem ser compartilhados de uma maneira cuidadosa e respeitosa tendo em vista o novo paradigma postulado pela visão transdisciplinar holística.

Assim, a transdisciplinaridade não é o caminho, mas um caminho de testemunho de nossa presença no mundo e de nossa experiência vivida através dos fabulosos saberes de nossa época. Uma voz onde ressoam as potencialidades do ser (Nicolescu, 1999).

Em um ambiente escolar, as Danças foram utilizadas como elemento catalizador do potencial criativo das crianças envolvidas no processo tendo em vista coordenação motora, lateralidade, harmonização, respeito para com o outro, respeito ao tempo de participação oral e convivência pacífica. Também foram abordados temas pertinentes à faixa etária entre 09 e 10 anos para uma tentativa de educação humanística. Foram trabalhadas cantigas de roda do folclore brasileiro e músicas oriundas de outras culturas. A introdução do processo ocorreu com a definição do centro onde elementos escolhidos pelos participantes foram dispostos. O ambiente foi organizado de modo a acolher crianças com necessidade de tranquilidade e paz internas. Da mesma forma, o repertório fora escolhido na tentativa de trabalharmos ritmos calmos e harmonizantes e, também, brincadeiras e trabalhos corporais.

Se há a necessidade de um novo Homem, uma nova sociedade mais consciente e preparada para o futuro temos que dar especial atenção às crianças e à educação em relação a si mesma, ao outro e ao planeta. Então, a evolução individual e a evolução social condicionam-se mutuamente. O ser humano alimenta o ser da humanidade e o ser da humanidade alimenta o ser do homem (Nicolescu, 1999).

Em uma oficina apresentada em um congresso de Arteterapia, um repertório variado foi utilizado visando o tema 'Bem-estar'. Assim, as músicas escolhidas pela Focalizadora foram divididas em subtemas para abordar recepção, alegria do dançar em roda, reflexão do tema principal e o partilhar. Os ritmos apresentados foram do

leve ao mais agitado; do introspectivo ao expressivo onde aspectos dos opostos complementares foram vivenciados em sua plenitude. Nesse processo em especial, as danças como ferramenta terapêutica foram trabalhadas de modo a levar os participantes a uma melhor compreensão de outras possibilidades para exercer sua práxis. Os participantes tiveram a oportunidade de contato com a arte em movimento e sua expressão através de uma vivência criativa.

Nas atividades abordadas pela autora a importância do fazer criativo para o homem, a realização de movimentos harmonizantes na roda, e a configuração de um novo ser foram percebidos como pontos cruciais ao longo dos processos terapêuticos.

Dessa forma, configura-se o caráter essencial do trabalho arteterapêutico das Danças Circulares com a proposta do novo paradigma transdisciplinar holístico onde há o respeito ao humano em sua totalidade. E onde há o respeito ao humano em sua totalidade seja ela física, mental, emocional ou espiritual, há o reconhecimento do ser. Onde há o reconhecimento do ser, há a valorização da prática da alteridade nas relações. Assim, ampliamos nossa visão de mundo e de nossa atuação.

A consciência e a compreensão de diferentes níveis de realidade nos fortalece a ponto de praticarmos a inclusão de elementos antes não trabalhados. Enfim, nos encaminhamos rumo ao diálogo possível do conhecimento e da consciência baseando nossa caminhada numa ética pontuada pela aceitação de si e do outro.

Nos processos apresentados pela autora foi possível perceber que mesmo em se tratando de grupos com características e necessidades próprias, o resultado final da utilização das danças circulares na abordagem arteterapêutica tendo como meta a interface com o processo transdisciplinar holístico foi positivo e pertinente.

Assim sendo, a sociedade atual com seus inúmeros desafios, em sua busca de si mesma encontra meios de ir avante e promover uma ação renovada e diferenciada. A transdisciplinaridade nos mostra que é possível se adequar a um novo paradigma onde o complexo dialoga com o dia a dia e novas facetas são apresentadas e incorporadas ao nosso *modus vivendi*.

No círculo for percebida a troca, a abertura para o novo, a superação do medo de errar ou de se sentir perdido ou fora de contexto. No círculo há o compartilhar das emoções, dos gestos, da unidade e do senso de pertencimento. Há o apoio mútuo e a oportunidade de reconhecer o outro e ser reconhecido. O cuidado e o respeito são elementos fundamentais do processo assim como a consciência permeia a trama da dança.

## **Conclusão**

As danças circulares em seu aspecto arteterapêutico transdisciplinar ligam-se aos conjuntos de fazeres e saberes que não foram abraçados pela ciência, território onde é possível e passível classificar, reduzir e rotular. As danças em arteterapia se propõem à tentativa de restabelecer o contato com dimensões outras de forma a resgatar experiências desse humano em busca de seu tesouro. Convidam, em sua prática, o acolhimento do não-conhecido fazendo com que os participantes da roda se conectem, sem fronteiras ou dúvidas, ao mais sublime e sagrado, pondo de lado a zona de conforto tão comum entre nós. As danças circulares são um convite à travessia do desconhecido ao encontro do melhor em si.



## **Referências bibliográficas**

PHILIPPINI, A. **Cartografias da Coragem: Rotas em Arteterapia**. Rio de Janeiro: Pomar, 2001.

ROBIN, M. **Uma Convocação à Dança**. Arteterapia. Revista Imagens da Transformação, v.6, n.6, p.115-121,1999.

NICOLESCO, B. **O Manifesto da Transdisciplinaridade**. Editora TRIOM, São Paulo, 1999.

ALVES, C.A. **Produção Transdisciplinar do Conhecimento**. Rio de Janeiro: UNIPAZ, 2012.

CREMA, R. **Introdução à Visão Holística: Breve Relato de Viagem do Velho ao Novo Paradigma**. São Paulo: Summus editorial, 1989.

WOSIEN, M.G. **Danças Sagradas. O encontro com deuses**. Rio de Janeiro: Edições del Prado, 1997.

WOSIEN, M.G. **Dança: Símbolos em Movimento**. São Paulo: Editora Anhembi Morumbi.

WOSIEN, M.G. **Dança Sagrada: Deuses, Mitos e Ciclos**. São Paulo: Editora TRIOM, 2002.

WOSIEN, B. **Dança: Um caminho para a totalidade**. São Paulo: Editora TRIOM, 2000.

FRANCES, L.; BRYANT-JEFFERIES,R. **Dança Circular Sagrada e os Sete Raios**. São Paulo: Editora TRIOM, 2004.

COSTA, A.L.B. **Dança: Uma Herança à Disposição de Todos**. In: RAMOS, R.C.L. (Org.). **Danças Circulares Sagradas: Uma Proposta de Educação e Cura**. São Paulo: Editora TRIOM, 2002.