

# ALUNA, ARTISTA E EDUCADORA: FORMAS DE EXISTIR E RESISTIR NA PANDEMIA COM A TÉCNICA KLAUSS VIANNA

Mariana Vianna Kuntz Fonseca<sup>1</sup>  
Geruza Zelnys<sup>2</sup>

RESUMO | ABSTRACT

Esse artigo tem o objetivo de apresentar minha experiência com a Técnica Klauss Vianna (TKV), como aluna, artista e educadora durante a pandemia. Trata-se de um olhar reflexivo de aluna e educadora apresentando a ação pedagógica no formato de uma oficina oferecida para um grupo de mulheres; e de um corpo artista que, durante o período de isolamento, permaneceu em atividade e pesquisa resultando na produção do espetáculo *Transpassar*, contemplado pelo Edital Benedito Pereira de Castro nº 1/2020 pela Secretaria de Esportes, Cultura e Lazer de Cotia. Os pressupostos teóricos que embasaram essa reflexão e a escrita dessa experiência são, principalmente, Klauss Vianna e Jussara Miller.

**Palavras-chave:** Técnica Klauss Vianna, Oficina de dança, Incorporar, Pandemia, Corpo.

This article aims to present my experience with the Klauss Vianna Technique (TKV) as a student, artist and educator, during the pandemic. It aims to show a student's and educator's reflective regard in order to present the pedagogical action of a workshop offered to a group of women; and between an artist's body that during the period of isolation, remained active and researched a result on the production of the show *Transpassar*, contemplated by the Public Notice *Benedito Pereira de Castro* nº 1/2020 by the Secretariat of Sports, Culture and Leisure of Cotia. The theoretical assumptions that supported this reflection and the writing of this experience are mainly Klauss Vianna and Jussara Miller.

**Keywords:** Klauss Vianna Technique, Dance Workshop, Incorporate, Pandemic, Body.

No dia 11 de março de 2020, ao terminar de dar aula de dança para adultos na escola EDA, em Cotia, fui convocada para uma reunião emergencial, que informou que a escola ficaria fechada, conforme decreto publicado no Diário

<sup>1</sup>Graduada em Direito pela UNIP – SP, especialista em Técnica Klauss Vianna pela PUC – SP, pós-graduada em Psicopedagogia FMU/SP e formada em Reeducação do Movimento/Ivaldo Bertazzo. É artista e educadora somática, tem formação de professores/RAD register Teacher, com o Certificate in Ballet Teaching Studies/Londres. Idealizou o Método Histórias Dançadas e a Oficina Incorporar. Desde 2017, atua como bailarina-intérprete no Grupo Andanças, dirigido por Luciana Romani em Cotia.

<sup>2</sup>Doutora em Teoria Literária e Literatura Comparada (USP), mestre em Crítica Literária (PUC-SP) com pós-doutorado em Filosofia da Educação (UNIFESP) e especialização em Esquizoanálise (Escola Nômade de Filosofia). É professora universitária e de cursos autorais sobre Escrita Criativa.

Oficial, reconhecendo o estado de calamidade pública no Brasil, em decorrência da pandemia do coronavírus.

Tudo aconteceu de forma muito repentina e dinâmica; na época ministrava aulas de dança na EDA e em mais três escolas particulares do ensino fundamental e a partir do dia 12 de março de 2020, fomos obrigados a ficar em casa. Meus dois filhos jovens, meu marido, eu, minha cachorra e minha gata. Me senti parada, bloqueada, com fronteiras nítidas. Com o passar do tempo, nessas condições de isolamento, dentro da minha casa, com medo do vírus, da vida e da morte comecei a não notar os limites entre os meus três corpos: aluna, artista e educadora.

A nova realidade provocou um outro tempo, sem ir e vir, com menos deslocamentos externos e mais trilhos internos. Os trajetos que realizava no dia a dia foram drasticamente afetados alterando, assim, a nossa rotina e a nossa memória.

Esse contexto inicial pandêmico fez-me refletir sobre as seguintes questões: Como eu ministro aulas para crianças e adultos através de uma tela de computador? De que maneira eu me comunico e me expresso com meus pares artistas diante de uma tela? Qual é o meu lugar na “galeria” plana, inodora e insípida do quadro do computador? Como eu uso uma máscara? Como essa máscara me afeta? Existe mudança nesse corpo que possui novas fronteiras?

Pois bem, após incorporar a pandemia, baseando-me nessas reflexões, notei que através dos meus passos e de todos que estiveram comigo nessa travessia, a Técnica Klauss Vianna foi o chão que me deu apoio e me manteve nutrida em meio a esse surto.

Em 2020, no início da pandemia, meu corpo de educadora/artista, foi, aos poucos, tendo muita dificuldade em ministrar aulas para crianças na modalidade online. Em 2021, escolhi não dar mais aulas de modo remoto, meu corpo educadora se transformou em aluna/artista ao iniciar a pós-graduação em Técnica Klauss Vianna, na PUC-SP.

O curso de especialização na Técnica Klauss Vianna revelou-me um novo entendimento do corpo. Pude compreender, através de todas as disciplinas do curso, que o corpo está em constante transformação, consigo próprio, com o outro e em relação com o ambiente e que o movimento é parte fundamental do processo de comunicação.

Paralelamente aos estudos da TKV, mantive encontros semanais virtuais, com o grupo de pesquisa em dança “Andanças”, do qual faço parte. Baseada nos princípios da Técnica Klauss Vianna, desde 2017, o grupo explorou

novas possibilidades de diálogos do corpo e dos corpos, com a tela.

Enquanto acontecia essa busca da relação dos corpos através de um computador, o grupo foi contemplado por um edital e assim, agrupando nossos projetos, trabalhados durante a pandemia, elaboramos o espetáculo *Transpassar*.

No último semestre da especialização na Técnica Klauss Vianna, baseando-me nos princípios dessa Técnica, bem como em minha vivência pedagógica que soma doze anos, sentindo-me autônoma, atuei no campo privado, como professora de educação somática, conduzindo um grupo de mulheres a descobrirem seus corpos, de forma a reconhecerem a si mesmas, com as outras e com o espaço.

A Oficina *In.corporar* contemplou quatorze alunas, entre 20 e 75 anos de idade. A pesquisa foi exploratória, através dos princípios da Técnica Klauss Vianna.

Foi assim que eu atravessei a pandemia, com o apoio ativo na Técnica Klauss Vianna.

Dessa forma, trago aqui um olhar reflexivo de um corpo que se desloca entre um corpo artista/aluna/educadora, que apresenta a ação pedagógica a partir dos estudos da especialização em Técnica Klauss Vianna, no formato de uma Oficina oferecida para um grupo de mulheres e entre um corpo artista que, durante o período de isolamento, permaneceu em plena atividade e pesquisa resultando na produção de um espetáculo.

Em vista disso, estruturamos esse artigo em duas partes: o corpo artista e o corpo aluna/educadora.

## **Corpo artista**

Meu corpo artista voltou a dançar em 2017, com o Grupo de Pesquisa e Criação em Dança Contemporânea, chamado *Andanças*, com direção artística de Luciana Romani,<sup>3</sup> formada pelas Artes do Corpo PUC. Nesse momento, entrei em contato semanal com a Técnica Klauss Vianna.

O grupo tem como interesse trabalhar a diversidade e singularidade de cada integrante, bem como valorizar os caminhos de cada um e a potencialidade do cruzamento dessas vivências através das telas.

Na pandemia, aos poucos, isolada com a minha família, fui lembrando que deixar meu corpo dançar era a maneira que sempre tive de me entregar

---

<sup>3</sup> Luciana Romani é Artista do Corpo, Atriz, Bailarina, Coreógrafa e Professora de dança e teatro. (Oficina de Atores Nilton Travesso e Bacharel em Dança - PUC/SP). Sócia proprietária e Diretora Artística da EDA – Escola de Desenvolvimento Artístico (Cotia, SP). Em Nova Iorque estudou na The American Academy of Dramatic Arts e nas escolas Alvin Ailey, Gibney, Steps on Broadway. Teve aulas na Itália, Portugal e Estados Unidos. Há 10 anos está do grupo de treinamento e pesquisa corporal Obara (TKV) com Luzia Carion.

ao próprio espírito da vida e assim, nas palavras de Gabrielle Roth, “quando seu corpo se rende ao movimento, sua alma se lembra da sua dança”. Assim, também:

Alguma coisa dentro de mim começava a despertar. Alguma coisa assustadora. Alguma coisa enorme, que ligava minha cabeça aos meus quadris, e os meus quadris às minhas mãos, e as minhas mãos ao meu coração, e o meu coração aos meus pés, até sentir que estava por todo lugar e em lugar algum particular (ROTH, 2005, p. 18).

Durante o período de isolamento, por causa da pandemia (de início de 2020 a meados de 2021), o grupo permaneceu em plena atividade e pesquisa, com encontros semanais em plataformas online. E em maio de 2020, criado durante esses dois meses de isolamento (de março a maio), produzimos um trabalho de vídeo dança a que demos o título de *Desembocar*. Esse trabalho é um registro artístico investigativo de três fases do processo criativo do grupo: recortes da intimidade, criação de partitura corporal a partir da ação cotidiana e exploração de temas corporais em cima da partitura.

A manutenção do contato e encontros virtuais do Grupo Andanças, conduzido, pela diretora artística Luciana Romani, levou todos os integrantes do grupo a pesquisarem, em seus espaços pandêmicos, o conhecimento do corpo só, em relação a si, ao espaço onde cada um estava, à tela e as novas relações possíveis, diante desse quadro inusitado, aumentando, assim, a expansão de nossa consciência. Percebemos que na relação com a tela, havia um corpo, e através dessas novas sensações, nasceu um novo conhecimento corporal.

Pouco a pouco, meu corpo foi organizando questões e contradições e com essas possibilidades e aberturas de mudança corporal, surgiram matérias primas para arte.

Mais adiante, o grupo foi contemplado pelo Edital chamado *Benedito Pereira de Castro ('Seu' Dito da Congada)* nº 1/2020 pela Secretaria de Esportes, Cultura e Lazer de Cotia que distribuiu recursos oriundos da Lei Federal 14.017/2020 (Lei Aldir Blanc) para auxílio emergencial a artistas, grupos, coletivos e espaços culturais do município, de forma a garantir ampla e democrática participação cultural comprovada, em Cotia.

A partir disso, com a reunião de nossos projetos, produzimos o espetáculo chamado *Transpassar*, fruto de pesquisa iniciada em 2020, que teve estreia dia 31 de outubro de 2021, presencialmente, às 19h00, de forma exclusiva para um público convidado restrito, devido aos protocolos de segurança da Covid-19. O espetáculo foi transmitido também online pelo Youtube do grupo Andanças dos dias 12 a 21 de novembro de 2021.

O grupo, atualmente, é composto por corpos plurais e a Técnica Klauss Vianna é inserida na nossa linha de pesquisa em todos os encontros. Essa abordagem corporal me alimentou e me sustentou de tal forma durante a pandemia, que me conduziu à especialização em Técnica Klauss Vianna.

### **Corpo aluna/educadora**

Jamais esquecerei a primeira aula online na especialização em Técnica Klauss Vianna na PUC/SP, em março de 2021, após um ano de pandemia. Recebi um banho de existência e resistência ao entrar em contato com professoras incríveis, sensíveis e singulares, que, juntamente com a turma, foram, também, o apoio ativo da minha existência pandêmica.

Os desafios do distanciamento foram amenizados ou acolhidos pelo meu corpo artista, educadora e aluna de maneira que eu pudesse reaproveitar esse momento para reconhecer em mim, nos outros e no ambiente em que me confinava, o que mais tarde, com a consciência dos princípios da TKV<sup>4</sup> me revelaram: autoconhecimento, singularidade e autonomia.

Coincidentemente, são esses mesmos os ensinamentos de Klauss Vianna em seu livro *A Dança* (2018); são, pois, os princípios mais importantes da TKV.

#### a) Autoconhecimento

O fato de estarmos atentos e apropriados de nós mesmos nos confere um autodomínio que nos permite melhor comunicação com o outro, bem como apropriação do ambiente. Vianna propunha que “quanto mais presente em mim mesmo eu estiver, quanto mais atento a cada gesto ou deslocamento, maior poderá ser a minha produção e concentração de energia vital” (VIANNA, 2018, p.116).

Portanto, ao longo do curso que se baseou principalmente em seus ensinamentos, notei que obtinha mais consciência de mim e que as provocações apresentadas pelas professoras/facilitadoras me levavam a perceber a abertura de espaços internos e sutis do meu próprio corpo.

#### b) Singularidade

Cada ser humano é único, diferente dos demais. A TKV apresenta o princípio da singularidade de cada um, da importância de se perceber enquanto pessoa singular, de ir em busca de si próprio. Assim, as provocadoras apresentam informações que estimulam nossas contribuições individuais, compondo e perfazendo um caminho peculiar de comunicação e expressão nas relações que estabelecemos.

---

<sup>4</sup>A partir de agora, a Técnica Klauss Vianna será nomeada apenas TKV.

Vianna ensina que: “O fato de cada pessoa ser, em síntese, o próprio mundo, um microcosmo, permite que ela encontre respostas para suas dúvidas, paixões, ansiedades quando mergulha com coragem e técnica em seu universo interior” (VIANNA, 2018, p. 114). Portanto, à medida que nos reconhecemos como seres únicos e insubstituíveis, nos fortalecemos como pessoa e afirmamos nossa autoestima.

Dessa forma, esse autoconhecimento e reconhecimento de minha singularidade contribuirá para maior criatividade e atuação junto à comunidade conforme explica Vianna: “A descoberta do eu interno, de um ser único, individual e criativo é indispensável ao exercício da dança, se quisermos que ela se torne uma forma de expressão da comunidade humana” (VIANNA, 2018, p.111).

Assim, ficou claro para mim a importância desse curso à medida que, me reconhecendo como pessoa íntegra e única, a minha performance como bailarina e meus ensinamentos aos alunos seriam mais eficientes e poderiam alcançar melhor comunicação e responsabilidade.

Contudo a singularidade de cada um não nega o que é comum, ao contrário, a singularidade alimenta-se da comunidade e reforça o coletivo. O interessante desse pensamento é que se trata de um movimento de dupla mão: quanto mais o indivíduo é singular e único, mais ele pode contribuir com a comunidade, juntando-se a ela sem perder sua individualidade, pois assim afirma Vianna:

Cada um de nós possui sua dança e o seu movimento, original, singular e diferenciado, e é a partir daí, que essa dança e esse movimento evoluem para uma forma de expressão em que a busca da individualidade possa ser entendida pela coletividade humana (VIANNA, 2018, p. 105).

### c) Autonomia

A TKV é uma técnica que abre possibilidades de seguir o seu trabalho de pesquisa de forma autônoma. O pesquisador, incorporando os princípios, possui liberdade para desenvolver trabalhos artísticos ou pedagógicos, por isso, pode-se dizer que a TKV facilita o caminho em direção ao autoconhecimento e à autonomia. O conhecimento de conceitos fundamentais e sólidos levaram-me a um desejo de atuar junto à comunidade a fim de difundir essa descoberta da soma, como ensinam Miller e Lazlo:

Não se trata de apontar o que é melhor ou pior, certo ou errado ou qualquer coisa dicotômica, mas sim de se elegerem processos de atuação para a construção de um corpo cênico que não reduz a pessoa a um instrumento a ser lapidado, mas a remete à soma, ao seu indivíduo que trabalha com a autonomia de um pesquisador em prontidão e investigação (MILLER & LASZLO, 2016, p.154).

Nesse sentido, surgiu para mim a ideia e oportunidade de colocar em prática alguns desses princípios. Baseando-me nos princípios da TKV, criei a Oficina *In.corporar*, onde foram ministradas oito aulas com duração de uma hora e trinta minutos, para mulheres adultas, uma vez por semana, durante dois meses, na EDA (Escola de Desenvolvimento Artístico) em Cotia, São Paulo. As aulas tiveram início em maio e encerraram-se em junho de 2022.

A Oficina foi inaugurada com um encontro de muitos afetos porque aconteceu na comunidade chamada Granja Vianna, onde eu nasci. Nesses encontros, os princípios da Técnica foram introduzidos com muito cuidado, atenção, estudo e sobretudo estado de presença. Inicialmente, coloquei as alunas na sala de aula, e as convidei para sentar-se no chão, em círculo e nos apresentamos. Como dizia Klauss: “falar é uma das formas pelas quais um ser humano situa-se no mundo, uma maneira de o corpo traduzir o que está sentindo” (VIANNA, 2018, p.132). Para a técnica, esse início é de suma importância, porque ajuda o grupo a se conhecer e se estabelecer em sala. Enquanto íamos conversando e nos apresentando, pedi que cada uma comesse a fazer uma automassagem, para que a fala e as emoções fossem se despregando do corpo e, ao mesmo tempo, apresentassem conversas e trocas entre seres humanos. Desta forma, trouxemos aqui três princípios da técnica, quais sejam; a escuta do corpo, o diálogo de si e do outro e a presença. Após provocar essa primeira estratégia, pedi que as alunas se deitassem em posição de referência, de barriga para cima, os braços ao longo do corpo e as mãos viradas para cima; pedi para mapearem o corpo, observarem como estavam, se havia tensões, incômodos. Uma vez deitadas, o chão recebe as mulheres e elas recebem o toque do chão. Depois, propus um espreguiçar para ajudar a acordar o corpo. Após esse início, através de propostas específicas estudadas na especialização, conduzi a aula de modo a explorar os níveis e os outros princípios da TKV.

As alunas relataram que após as aulas, notaram como os gestos puderam ser ampliados, perceberam a diversidade de corpos, descobriram um corpo pensante, associaram a prática com um “tipo de meditação”. Assim elas relataram: “ao dançar meu corpo se cuidou”; “um portal onde se pode só ser”; “não posso impor um ritmo ao mundo, mas posso ser no meu ritmo”.

Meu desafio era fazer da Oficina uma convocação para o mergulho do encontro de um corpo não monarquizado, de um corpo artífice. E eu sempre me perguntava, assim como Hélène Cixous:

Com frequência, eu me queixava a meu amigo Jacques Derrida: onde estão elas? As potentes, as férteis, as alegres, as livres, a não ser minha mãe e algumas resistentes, essas belezas de vida que eu encontrava na literatura, raras e esplêndidas, não se encontravam em qualquer canto da realidade (CIXOUS, 2020, p. 28).

Desse modo, aproximaram-se muitas diversidades corporais. Pude perceber que a entrega de cada uma foi muito singular e que a percepção do outro ocorreu, ainda que com o distanciamento social decorrente da COVID-19. Algumas faces de máscaras e outras desmascaradas.

Dos depoimentos, das rodas de conversas e dos protocolos (diário de bordo das alunas), pude notar que falta tempo. Falta tempo para ser sensual e sexual, para ter prazer e para procurar se movimentar prazerosamente.

Essa questão me chamou atenção porque em muitos relatos, percebi que essa falta de tempo se funde com a falta de presença que reverbera na falta de autonomia para, inclusive, decidir o que fazer com o seu próprio tempo. Parece-me que esquecemos que temos um poder de escolha.

Aos poucos, fomos entendendo que essa falta de tempo molda os nossos desejos que estão sendo capturados pelo patriarcado e pelo capitalismo. Não temos mais liberdade. Algumas mulheres resgataram uma liberdade, sentiram-se “nas nuvens, com asas de peixe fortalecidas, e essas asas me abraçam e me possibilitam fluir”, disse uma aluna de 74 anos, da Oficina *In.corporar*.

Observei que essa micro tessitura de corpos propiciou o contato com o “senso íntimo de satisfação ao qual, uma vez que tenhamos vivido, sabemos que podemos almejar” (LORDE, 1984, p. 54). Com a Oficina, fomos nadando na possibilidade de ser um corpo artífice e assim, incorporar a necessidade de ser prioridade.

De acordo com as reflexões ocorridas no início e no fim das aulas, pude perceber que as mulheres que chegaram já não eram mais as mesmas. Todas trouxeram relatos de novas percepções e sensações corporais, muitos choros, sensações boas e ruins.

E nesse embalo de novas sensações e sentimentos, a oficina, que acolheu, sem querer, apenas mulheres, semeou afetos femininos que estavam guardados, adormecidos e jogados “para debaixo do tapete”.

A Oficina *In.corporar*, foi conduzida através de propostas norteadas pelos princípios da TKV, com o intuito de propiciar a pesquisa de um corpo autoconsciente, abrir caminhos para novos reflexos e abrir possibilidades de mais liberdade e conhecimento de si.

Essa proposta propiciou uma escuta do corpo e a conexão com alguns buracos, alguns mais profundos, outros menos, existentes no corpo de algumas mulheres que participaram da oficina.

Neste lugar seguro da escuta sensível de um grupo, surgiram constatações e reflexões acerca da culpa materna. Algumas mães/mulheres relataram que

se sentiam culpadas por estarem deixando, por algumas horas, o exercício da maternagem e do cuidado com casa. Refletimos que com esse arrependimento, não se desconstrói o patriarcado. Conforme já apontara Lorde:

Então as mulheres são mantidas numa posição distante/inferior para serem psicologicamente ordenadas, mais ou menos da mesma forma com que formigas mantêm colônias de pulgões que forneça o nutrimento que sustenta a vida e seus mestres. (LORDE, 1984, p. 53)

À medida que fomos adentrando os princípios da TKV, algumas camadas de sensações cristalizadas no corpo foram sendo sentidas e percebidas. Surgiu, assim, a necessidade urgente de se rebelar “contra a aceitação do enfraquecimento e de todos os estados de [meu] seu ser que não são próprios de [mim] cada uma, que [me] lhe foram impostos, como resignação, o desespero, o auto aniquilamento, a depressão, a autonegação” (LORDE, 1984, p. 58).

Descobrimos, pois, ainda, perplexas, que não nos percebemos corpo. Conforme nos lembra Cixous: “Nós nos afastamos de nossos corpos, que nos ensinaram vergonhosamente a ignorar, que nos ensinaram a bater com aquele estúpido pudor [...]” (CIXOUS, 2020, p. 64).

Por esse motivo, acredito que existe uma urgência, A de retomar os corpos que foram roubados pelo sistema patriarcal, hegemônico e capitalista, através de artifícios que possibilitem a compreensão *corpomente*<sup>5</sup>, através de mais estados de presença, com a escuta do corpo sensível, com suas singularidades, trazendo autonomia para escolhas conscientes:

Nossos mares são o que fazemos deles, cheios de peixes ou não, opacos ou transparentes, vermelhos ou negros, agitados ou calmos, estreitos ou sem margens, e nós somos nós mesmas, mar, areias, corais, algas, praias, marés, nadadoras, crianças, ondas. (CIXOUS, 2020, p. 72)

Reconhecer esse estado de ser é uma revolução.

Incorporar é verbo transitivo direto, que significa dar ou tomar corpo. Através da percepção *corpomente*, do processo de autoconhecimento e a ampliação de estado de presença proporcionado pela TKV, tem-se a possibilidade de investigar e sentir novas possibilidades de movimentações, perceber novas sínteses estéticas e assim, criar novas maneiras de atuar no mundo, redescobrimo-nos nesse processo criativo, provocando e convocando o corpo para ser corpo.

---

<sup>5</sup> “A integridade corpomente no pensamento de corpo na Dança-Educação resulta no desprendimento das dicotomias tão arraigadas em nosso ser como consequência dos processos de educação formal e até mesmo na educação informal em cursos livres de dança e de artes em geral” (MILLER, 2014, p. 104).

## Considerações finais

Minha trajetória na pandemia revelou-me que sempre existem novas possibilidades e me conduziu a novas descobertas em relação ao corpo. Busquei, pois, com a TKV um impulso criativo que resultou na possibilidade de ser cocriadora e intérprete de um espetáculo de dança, bem como de ministrar uma Oficina de educação somática.

Ao longo dessa reclusão, concluí que, de fato, a dança se tornou uma maneira de entrega ao próprio sentido de vida em que o corpo busca o movimento como forma de comunicação e de existência. Os estudos mostraram que a percepção corporal é um processo a partir do conhecimento do funcionamento do corpo e dessa maneira podemos habilitá-lo para a pesquisa de suas possibilidades (NEVES, 2019).

A TKV, mesmo tendo sido oferecida de modo “remoto” para minha turma, constitui uma técnica revolucionária, dinâmica e aberta a novas pesquisas. Essa técnica me trouxe conhecimento e recursos para atuar de forma artística, bem como criar e efetivar ações pedagógicas que possam validar a singularidade e construir mais autonomia em cada corpo, atuando no mundo de forma mais efetiva.

A TKV abre uma janela para a liberdade, uma vez que o indivíduo, aluno, artista, educador, não tem que ser perfeito, mas buscar ser artesão de si mesmo, em relação também ao outro e ao meio ambiente. É, pois, outra perspectiva de performance.

A pesquisa do corpo visa uma atuação norteadada pelos princípios de expressão, autorreflexão e abertura de espaços articulares que terão como resultado novas possibilidades de criação e interpretação, dependendo do desenvolvimento da autonomia e liberdade corporais.

Atualmente, vivemos em um mundo que nos convida constantemente à ausência, seja pela corrida do dia a dia, seja pelo consumismo, seja pelas telas que nos dominam.

A busca de autonomia e liberdade leva o aluno/artista/educador e pesquisador à constante tentativa de estado de presença. Essa Técnica conduz à compreensão da processualidade do corpo que proporciona o entendimento das nossas singularidades e limitações, criando um espaço para um autoconhecimento e para a maior consciência de si próprio, do outro e do ambiente.

Com esses novos conhecimentos e a experiência TKV, foi-me possível criar a Oficina *In.corporar* que abriu os meus horizontes de forma exponencial, bem como atuar com mais singularidade e autonomia na área artística no grupo de dança *Andanças*.

Antes uma professora de balé que já sonhava com uma dimensão mais transformadora, isto é, abrir possibilidades de comunicação corporal para as crianças, além da dança, com o método de dança que criei chamado *Histórias Dançadas*. Agora, com as práticas pedagógicas que já estão sendo provocadas na Oficina *In.corporar*, vejo outras possibilidades a partir da TKV, que me permitem aprimorar minhas pesquisas, buscando, através da prática da dança e da educação somática, propiciar para mais pessoas novas maneiras de se comunicar através de novas possibilidades de movimentos.

Dessa forma, com um olhar crítico do meu percurso nos tempos pandêmicos, busquei ressignificar e descobrir novos encontros e afetos, tanto no corpo artista, olhando para percepção de mim mesma, do outro e do espaço, através da tela, quanto na retomada aos espaços de convivência, com a Oficina *In.corporar*.

Assim, concluímos que a existência e resistência de uma aluna, artista e educadora, entrelaçada na TKV, me deram mais condições de fazer uma prática de pesquisa de auto investigação, possibilitando a criação de uma oficina, e com isso, reforçou-se a consciência da artista que existe em mim. Reconheci um corpo que se multiplica, um corpo criador de si e de outras possibilidades de existência.

## REFERÊNCIAS

- CIXOUS, Hélène. **O Riso da Meduza**. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2020.
- LASZLO, Cora Miller e MILLER, Jussara. A Sala e a Cena: a importância pedagógica de processos criativos em dança e educação somática. In **Caderno GIP-CIT** – Ano 20 N.36 – 2016-1.
- LORDE, Audre. Use of the Erotic: The Erotic as Power. In **Sister outsider: essays and speeches**. New York: The Crossing Press, a Feminist Series, 1984.
- MILLER, Jussara. **O corpo presente: uma experiência sobre dança-educação – ETD – Educ. Temát. Digit**, Campinas SP v.16, n.1, jan./abr. 2014. ISSN 1676-2592
- NEVES, Neide. Técnica Klauss Vianna - processos evolutivos. In **Revista TKV**, V. 1 N. 4, 2019.
- ROTH, Gabrielle. **Os Ritmos da Alma: O movimento como prática espiritual**. 10ª ed., São Paulo: Editora Cultrix, 2005.
- VIANNA, Klauss, CARVALHO, Marco Antonio. **A Dança**. 8ª ed. São Paulo: Summus, 2018.