



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BALDAN, Eduardo; BORGES, Paulo; CHAVES, Tiago. Danças populares Brasileiras: A Bioenergética Cultural. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

DANÇAS POPULARES BRASILEIRAS: A BIOENERGÉTICA CULTURAL

**Eduardo Baldan
Paulo Borges
Tiago Chaves**

RESUMO

A dança é uma forma de expressão corporal e sua utilização é bem variada. Em algumas culturas a dança é utilizada em cunho religioso, mas a principal forma de uso é para o lazer, e também pelo fato de gerar prazer em nível de corpo, mente e energia. Dançar sem sentir prazer é como comer sem ter fome. O princípio básico da Bioenergética é que o prazer é a razão que dá sentido a vida.

Palavras-chave: Corpo. Dança. Energia. Mente.

.....

A Bioenergética aponta que o animal homem busca naturalmente o prazer como sentido da vida e que o prazer, antes de tudo, é uma vibração rítmica do corpo que se comunica e dialoga com tudo e todos em sua volta (LOWEN, 1970). Contudo, boa parte de nossa educação, estrutura social e familiar, muitas vezes nos direcionam para o trabalho mecânico, relações rígidas e frias com os demais e a conquista de bens materiais, optando pelo status ao invés de buscar o desenvolvimento integral do ser humano, através da realização de atividades mais satisfatórias e humanizadas.

Toda esta retração, mudança de direcionamento no sentido da vida causa o mais intenso bloqueio de contato com nosso íntimo: a capacidade respiratória e o contato com as sensações do corpo. Para Lowen (1970), não respiramos apenas pelos pulmões, mas sim, pelo corpo inteiro. Cada célula, músculo e em toda a pele a respiração se faz presente fazendo circular o sangue e a energia alimentando nossas funções vitais, conseqüentemente, aflorando nossas emoções e sentimentos.

O prazer em viver é a única razão que dá sentido a existência. Conscientes, desse prazer, existirá em movimento, com isso sentimentos e pensamentos e todo pensamento surge de um movimento, assim uma maior



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BALDAN, Eduardo; BORGES, Paulo; CHAVES, Tiago. Danças populares Brasileiras: A Bioenergética Cultural. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

2

quantidade de movimentos proporciona uma maior capacidade de pensar e agir. Ainda com relação aos sentimentos, a Bioenergética explica a emoção como movimento emergente de um estado de prazer ou dor. Além da emoção, há uma necessidade biológica de contato com o outro que, sem esta troca, a pessoa torna-se fria e rígida. Somente com a segurança proporcionada pelo amor, nos afirma Lowen podemos nos entregar totalmente ao prazer de amar. (LOWEN, 1970).

Cacuriá

O Cacuriá é a segunda parte da festividade cristã do Divino, onde são tocadas e encenas músicas e em ritmo de valsa. É narrada a história de uma moça bela que morreu deixando um amor e em seguida realiza se uma festa na casa da baronesa festejando a vida e a morte. E é neste momento, que abruptamente é tocado e dançado o Cacuriá, ritmo intenso e sensual que faz a passagem da tristeza para a alegria.

Esta brincadeira de roda, o Cacuriá, pode ser realizada por crianças, jovens e adultos, entretanto, as brincadeiras de roda com crianças são mais lúdicas nos movimentos e coreografias. Diferente das vivenciadas pelos mais velhos onde a sensualidade e troca de pares é condição básica para se brincar.

Cacuriá é dançado com passos marcados e tem um repertório de músicas em geral compostas pelos próprios Grupos; os dançarinos se utilizam principalmente do rebolado do quadril, um pouco de improviso e muita interação com o público. (Gazeta, 1975)

A dança do cacuriá é feita em roda, o acompanhamento instrumental é feito com tambor, e os participantes cantam e dançam músicas com um o intuito de interagir e trocar energia, através de diversos toques corporais.

Os ensinamentos do cacuriá são passados entre familiares, logo é pouco difundido e restam poucos grupos ativos no Brasil. É mais difundido no Maranhão, seu estado de origem.

Conclusão

Desta maneira a pratica e vivencia de atividades como o Cacuriá em oficinas, em atividades grupais, com crianças, jovens e adultos, proporcionam



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BALDAN, Eduardo; BORGES, Paulo; CHAVES, Tiago. Danças populares Brasileiras: A Bioenergética Cultural. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

3

entrar em contato consigo e com o outro numa troca de prazer e alegria através da cultura brasileira, estimulando a segurança na relação com o outro, de dar e receber, expressar alegria e prazer no dividir e no trocar.

Uma característica marcante é a sensualidade e afirmação da sexualidade de maneira alegre, festiva e integradora. A marcação rítmica e movimentos e coreografia estimulam e sensações na barriga, pernas, pés, e pelve causam a sensação integração entre a parte inferior e superior do corpo, o resultado disso é uma sensação de vida e plenitude (LOWEN,1992)

REFERÊNCIAS

A GAZETA. **Cacuriá** São Paulo, 14 de outubro de 1975. O artigo está no site: <http://www.jangadabrasil.com.br/revista/agosto69/fe69008c.asp>. Acesso em 01/05/2012.

LOWEN, Alexander. **Medo da Vida**: Caminhos da realização pessoal pela vitória sobre o medo. São Paulo: Circulo da Livro,1992

LOWEN, Alexander. **Prazer**: uma abordagem criativa da vida. São Paulo: Círculo do livro, 1970.

LOWEN, A. **Bioenergética**. São Paulo: SUMMUS EDITORIAL, 1982.

AUTORES

Paulo Borges/PR- CRP- 08/14555- Psicólogo clínico, Professor da Unilehu- Universidade Livre para a Eficiência Humana e coordenador do Núcleo de Pesquisa e Prática em Educação para Sustentabilidade. Pós Graduando em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano/PR.

E-mail: pauloborgespe@gmail.com

Tiago de Oliveira Chaves/SC – Educador Físico, CREF-011094-G/SC, Graduado em Educação Física pela UFSC. Formado em Yoga Integrativa pelo Centro Montanha Encantada e Yoga Massagem Ayurvédica pelo método Kusum Mudak. Formado no método Pilates pela Spirals Pilates. Especialização em Psicologia Corporal no Centro Reichiano e cursando Acupuntura no Centro Integrado Estudos e Pesquisas do Homem Curitiba/PR .

E-mail: tiagohc@hotmail.com



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

4

BALDAN, Eduardo; BORGES, Paulo; CHAVES, Tiago. Danças populares Brasileiras: A Bioenergética Cultural. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

Eduardo Baldan dos Santos / SC - Pesquisador da cultura popular brasileira e africana, músico e palhaço; 2 anos de curso livre de preparação para atores no Stúdio Fátima Toledo; 80 horas de oficinas de Clown (Silvia Leblon, Pepe Nunez e Márcio Libar); 8 anos de estudos clandestinos sobre a corporeidade brasileira; suas raízes, desenvolvimento, traumas e curas socio-culturais. Vale citar também as sessões de somaterapia, o estágio na Guiné Conakry, o aprendizado cultural com o Mestre Tião Carvalho e o início da formação em Arte-Terapia.

Email: edubaldan@gmail.com

