

## Postura e gestos do violonista: saúde, técnica e expressão

Ledice Fernandes Weiss  
Universidade de São Paulo

### Resumo

Este ensaio tem como objetivo a reflexão sobre a técnica e postura do violonista de um ponto de vista anatômico, cinético e terapêutico. Como embasamento, nos aproximamos das neurociências, e das práticas de especialistas das áreas da dança, da fisioterapia, da eutonia, da medicina e da musicologia. Partimos das noções de consciência corporal e reorganização postural, abordadas por Mathieu e Vianna, para discutir as bases da postura sentada, o uso das articulações e os movimentos dos braços. Segundo Gerda Alexander, François Delalande, Rolf Inge Godøy e Rudolf Laban, discutimos a ideia de presença cênica, enfatizando as noções de tônus, energia e expressão do movimento. Como resultado, o estudo evidencia que a postura e os gestos instrumentais, para além de funcionais e técnicos, são constituídos de uma determinante dimensão expressiva. Conclui-se que a liberação do gesto se acompanha da liberação do som instrumental e da expressão sonoro-gestual.

**Palavras-Chave:** Gestos instrumentais. Consciência Corporal. Fisiologia do instrumentista. Técnica Klauss Vianna. Tônus Muscular.

Este trabalho apresenta e discute algumas propostas gestuais e posturais para o violonista, em vista de uma prática que ambiciona ser ao mesmo tempo expressiva e fisiológica (i.e., que se orienta tanto a favor da saúde física do instrumentista, quanto de uma integração harmoniosa deste com seu instrumento). Para fundamentar a discussão, partiremos de postulados teóricos e observações práticas em nossa própria vivência corporal enquanto violonista, e que se encontram em uma literatura tão variada quanto eclética, cuja seleção foi feita no intuito de alimentar uma discussão interdisciplinar, combinando pontos de vista dos mais técnicos, voltados aos detalhes os mais específicos da produção de som ao violão, aos mais artísticos. O ponto comum mais relevante que reúne todas as ferramentas de estudo que estas fontes bibliográficas nos dão é o fato de centrarem a questão da técnica instrumental no corpo do instrumentista, e não fora dele, deslocando o olhar, e nossas prioridades metodológicas, do instrumento para aquele que é o verdadeiro “ator” musical.

Nossas referências as mais fortes serão, assim, o método criado pelos coreógrafos brasileiros Klauss e Angel Vianna, a análise do movimento inventada pelo coreógrafo húngaro Rudolf Laban, o trabalho postural feito por novas escolas fisioterapêuticas especializadas nas particularidades de músicos, as noções de tônus e presença cênica segundo preceitos da Eutonia de Gerda Alexander, o método de violão de Hubert Käppel, que exemplifica concepções técnicas inovadoras e responde a um certo *descontentamento* observável por

entre violonistas atuais com relação à técnica dita clássica, e enfim autores de diferentes ramos das áreas da cognição musical, musicologia, psicologia da acústica e semiótica musical, que vêem o gesto instrumental em diálogo com o musical.

Tais referências, e isto seja dito, não dando conta de *esgotar* um tema de pesquisa tão terra a terra, e portanto de tamanha utilidade e participação à reflexão quotidiana da prática musical, clamam por diálogos com outros autores e maneiras de se pensar. É por isto que, após esta, outras empreitadas devem ser feitas (e me incluo entre os aventureiros), afim de estudar como a postura e técnica do violão podem dialogar com o que dizem outros especialistas do movimento, da consciência corporal e da abordagem corporal do fazer musical, tais como Frederick Matthias Alexander, criador da técnica de Alexander, Moshe Feldenkreis ou Emile Jaques-Dalcroze.

Assim, formulamos a necessidade de se “dar um corpo” ao violonista, partindo da convicção de que é premente, tanto para a saúde e benefício físico de todo *performer* que promove uma escuta musical com seu corpo, sua voz e/ou no contato com instrumentos musicais, como para a comunicação de um conteúdo expressivo que lhe é visceralmente necessário veicular, que sua motivação profunda (ou seu *Esforço*, para empregar uma definição de Rudolf Laban) seja a de *fazer música* com maior organicidade, com seu corpo todo e com sua respiração. Nossa hipótese é que há-se de pensar, desde a formação deste artista, passando pela sua prática artística diária, e até em sua colaboração com os compositores que escrevem a música que ele irá tocar, em sua presença física, prontidão, relaxamento, tônus; em seu *estar em cena*, em *como* estar em pé ou sentado, e na organicidade que ele pode procurar na ocupação do espaço cênico. Acreditamos que o músico que considera em sua perspectiva interpretativa todas estas relações – que existem – entre sua música, seus gestos, sua energia, seu corpo e o espaço que o engloba, está potencializando a expressividade de sua arte.

Dada esta premissa, gostaríamos de propor que esta nova visão do *performer* e da performance, de sua ergonomia – na adaptação de seu corpo ao do instrumento – e da maneira como ele lida com seu corpo e com o espaço, venha a ser não só uma ferramenta eficaz para a compreensão e análise da performance musical, mas seja também erigida como um novo parâmetro para a concepção artística de todo músico que, de forma simbiótica com seu instrumento, busca trazer o fluxo musical organicamente a seu corpo e ao som que emite.

## I. O olhar terapêutico

As atividades dos músicos e atletas mostram, na verdade, vários aspectos em comum. Ambas envolvem um treinamento muscular, que inclui longas horas diárias de prática visando, em geral, uma apresentação pública onde o músico ou o atleta deverá demonstrar habilidade e eficiência. (ANDRADE; FONSECA, 2000, p. 120).

Tal como um atleta, o instrumentista utiliza seu corpo impondo-lhe um regime de trabalho acirrado; seu objetivo, artístico, obriga-o a passar por restrições físicas diárias visando condicionar reflexos, necessários a um manejo instrumental “natural” e fluente. Ora, o risco de desvio do foco desse objetivo é sempre muito alto pois, enquanto a energia e o esforço para se realizar *bem* uma atividade é de fato natural, a reiteração dos mesmos movimentos por períodos longos, que o instrumentista se impõe por vezes como método (às vésperas de um concerto, por exemplo), não o é. Ao contrário, ela caracteriza um cotidiano em que se exige de seu corpo um esforço físico ainda superior ao habitual (ANDRADE; FONSECA, 2000, p. 118). Esse ultrapassar do limite pode, na vida de muitos instrumentistas, acarretar em marcadas tensões musculares, levando a um estado patológico que, ao invés de recompensar seu esforço, lhe prejudicam na própria musicalidade, visto que “tensões fazem diminuir o som” do instrumento, e bloqueiam a musicalidade (MATHIEU, 2013, p. 14-15).

Andrade e Fonseca atribuem quatro causas ao stress físico do instrumentista: *inadequações posturais primárias* (não necessariamente provenientes da execução do instrumento), *inadequações posturais secundárias à execução do instrumento*, “decorrentes de vícios técnicos de execução, inadequação da relação das dimensões dos acessórios (queixeira, espaldeira, etc.) do instrumento com as dos instrumentistas, excesso de tensão durante a performance”, *vícios técnicos de execução* “sem grandes repercussões posturais, mas causadores de tensão ou contratura muscular excessiva com sobrecarga articular ou neuromuscular” e *doenças orgânicas* (Andrade; Fonseca, 2000, p. 125). Dentre estas causas, as três primeiras se tratam preventivamente através de trabalhos corporais regulares, focando ao mesmo tempo em correções posturais e na liberação de tensões enraizadas.

As tensões musculares e patologias oriundas de *inadequações posturais secundárias* e de *vícios técnicos* tendem a ser geradas, no cotidiano dos instrumentistas, pela atribuição errônea de certos esforços duradouros, que fisiologicamente devem ficar a cargo de músculos posturais, a músculos dinâmicos, como explica Marie-Christine Mathieu (2013). Diferenciando um grupo muscular do outro, a fisioterapeuta especializada em postura e gestos de músicos explica a diferença funcional entre os posturais ou estáticos, de fibras mais curtas, mais profundos, de contração e relaxamento lento e ação inconsciente, com os dinâmicos ou fásicos, de fibras longas, situados mais perto da pele, de contrações e relaxamentos rápidos e ação voluntária:

Os músculos posturais podem funcionar por muito tempo sem fadiga, e por isso os nossos “pontos fixos” estão disponíveis a todo momento. Por outro lado, nossos músculos dinâmicos precisam alternar regularmente as fases de trabalho e descanso. Eles podem trabalhar em força, mas não em duração, enquanto os músculos estáticos trabalham a longo prazo ... mas não com força. [...] Músculos dinâmicos nos permitem realizar cada um dos nossos movimentos. Eles são mais longos que os músculos posturais, mais próximos da pele e, portanto, mais fáceis de sentir. Eles terminam com tendões muito mais longos, lar da famosa tendinite

que preocupa tantos músicos. A tendinite é uma inflamação da junção entre o osso e o tendão; este mesmo sendo a terminação de um músculo, caracterizado por suas fibras bem próximas.<sup>1</sup> (MATHIEU, 2013, p. 22-23, todas as traduções são nossas).

Assim, exemplos de lesões por esforço repetitivo e outras patologias revelam casos em que “o déficit dos músculos posturais é compensado por um aumento da sollicitação dos músculos dinâmicos, dedicados aos movimentos”<sup>2</sup> (Mathieu, 2013, p. 22). Em especial a tendinite, que é uma inflamação do tendão que se liga ao osso, sendo o próprio tendão o final de um músculo dinâmico, ela aparece quando se sobrecarregou ou mal-usou esse músculo. As tensões características de músicos, em particular de violonistas, se localizam geralmente em regiões centrais do corpo, como os ombros e a coluna cervical, mas também nos membros superiores (dedos, antebraços, punhos). Elas nascem, e devem ser trabalhadas, no entanto, considerando-se o corpo como um todo orgânico, e isto desde sua base. Klaus Vianna observa que “no corpo humano existem vários pontos suscetíveis de tensão. Além dos anéis amplamente estudados por Reich<sup>3</sup>, a língua, o cotovelo, o joelho e o dedão do pé são também grandes focos de tensão” (VIANNA, 1990, p. 107).

Neste sentido, Mathieu explica que as tensões musculares advindas a instrumentistas, acarretando como sintomas dores nos ombros, são muitas vezes devidas à falta de tônus postural ou à má posição das costas, fazendo com que o ombro seja obrigado a “carregar” o braço (MATHIEU, 2013, p. 95).

Quanto às famosas dores no trapézio (localizadas entre o ombro e o pescoço), tão comuns entre os músicos, elas estão ligadas ao porte do braço pelo alto do ombro: é então o trapézio que trabalha para além de suas possibilidades... Lembremo-nos de que o porte braço mais econômico vem de baixo, solicitando o serrátil anterior, poderoso músculo da escápula! [...] As dores do trapézio também podem ser devidas à projeção da cabeça para a frente, o que as coloca em permanente tensão.<sup>4</sup> (Mathieu, 2013, p. 95-96).

---

<sup>1</sup> “Les muscles posturaux peuvent travailler très longtemps sans fatigue: ainsi, nos ‘points fixes’ sont disponibles à tout moment. À l’inverse, nos muscles dynamiques ont besoin d’alterner régulièrement des phases de travail et de repos. Ils peuvent travailler en force mais pas dans la durée, alors que les muscles statiques travaillent dans la durée... mais pas en force. [...] Les muscles dynamiques nous permettent d’effectuer chacun de nos mouvements. Ils sont plus longs que les muscles posturaux, plus proches de la peau, donc plus faciles à sentir. Ils se terminent par des tendons beaucoup plus longs, siège des fameuses tendinites qui préoccupent tant de musiciens. Une tendinite, c’est une inflammation de la jonction entre l’os et le tendon; le tendon étant lui-même la terminaison du muscle, caractérisée par ses fibres très serrées.”

<sup>2</sup> “[...] le déficit des muscles posturaux est compensé par une sollicitation accrue des muscles dynamiques, dédiés aux mouvements.”

<sup>3</sup> Os anéis de tensão descritos por Wilhelm Reich (ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico) são responsáveis por bloquear a energia em sete zonas transversais do corpo humano (REICH, 1972).

<sup>4</sup> “Quant aux fameuses douleurs au niveau des trapèzes (situés entre l’épaule et le cou), si fréquentes chez les musiciens, elles sont liées au porter du bras par le dessus de l’épaule: ce sont alors les trapèzes qui travaillent, au delà de leurs possibilités... Rappelons que le porter du bras le plus économique se fait par le dessous, en sollicitant le grand dentelé, puissant muscle de l’omoplate! [...] Les douleurs des trapèzes peuvent aussi être dues à la projection de la tête en avant, qui les met en tension permanente.”

Tal como Mathieu, existe cada vez mais uma comunidade mundial de médicos e fisioterapeutas se especializando em especificidades posturais de músicos; tal é o caso do doutor Almeida, médico e músico paranaense residente nos Estados Unidos, que propõe soluções preventivas para músicos, como alongamentos e gerenciamento do tempo de estudo entremeado por pausas de repouso (PERPÉTUO, 1995). De modo geral, as patologias são tratadas com uma reavaliação da postura, do assento e da ergonomia do instrumentista durante a performance e estudo do instrumento, com a busca de um maior relaxamento ao tocar e mesmo com o aumento do período de sono (ANDRADE; FONSECA, 2000, p. 126).

## II. Movimento econômico planejado

Técnicas instrumentais, e a do violão não foge à regra, se baseiam em alguns princípios básicos, dos quais destacamos a questão da economia de movimento, segundo a qual evitam-se movimentos desnecessários tanto em quantidade quanto em amplitude, e a da antecipação (intelectual) de cada movimento, que permite ao músico fluidez no encadeamento dos eventos sonoros, mas também uma maior conscientização corporal, que acompanha o planejamento antecipado que o cérebro faz para cada gesto.

Klauss e Angel Vianna, ao trabalharem com atores, adaptaram o método que em princípio inventaram para dançarinos; nele, preconizavam uma “economia na expressão gestual visando ao gesto essencial, aquele que com maior clareza traduzisse uma idéia” (RAMOS, 2009, p. 67). O ideal da economia de movimento, surpreendentemente, está imbricado com aquele de sua antecipação, como explica Sylvie Gibet a partir da comparação entre três teorias diferentes que dizem respeito ao controle motor.

Segundo a autora, estas teorias procuram, de modo geral, compreender o gesto corporal com base em sua biomecânica. A autora compara a abordagem gestual biomecânica com aquela da síntese computacional, também voltada à compreensão dinâmica do mecanismo responsável pelos gestos sonoros, porém a partir de modelos de controle sensorio-motor (GIBET, 2010, p. 212). Dentre as três teorias com as quais Gibet trabalha, nos atemos àquela chamada “equivalência motora”, que defende que “um padrão de movimento pode ser alcançado através do uso de várias combinações musculares diferentes” (GIBET, 2010, p. 214). Ora, neste sentido, considera-se que o mesmo trecho musical possa ser realizado, por exemplo, com gestos amplos e articulações grandes ou com gestos pequenos e outros grupos musculares.

Isto nos leva, por dedução lógica, a unir todos os pontos abordados nas duas seções iniciais deste trabalho, levantando a hipótese seguinte: o instrumentista, graças à sua capacidade neurológica de controle sensorio-motor, é capaz de desenvolver uma consciência corporal que lhe permita acionar determinados grupos musculares – de forma a não sobrecarregar outros, dinâmicos – a partir de combinações de movimentos deliberada e

conscientemente escolhidos, e que lhe permita também economizar energia e movimento, antecipando mentalmente seus gestos.

Nossa hipótese é ainda enriquecida quando se consideram as outras teorias abordadas por Gibet, das quais o “programa motor” nos explica que temos sequências-padrões de movimentos já pré-estruturados, e que são acionados automaticamente, sem dependerem de, nem necessitarem reagir a estímulos. Tais “programas-motores”, altamente automatizados, seriam, segundo a autora, o mecanismo característico do jogo instrumental ao violão. De fato, o encadeamento de gestos rápidos (como é o caso quando se toca violão) é condicionado por tais automatismos, não comportando processos que respondem a feedbacks sensoriais:

Na abordagem do programa motor, assume-se que o controle motor é baseado em representações de movimento, representações que são armazenadas na memória na forma de planos ou programas para execução de movimento (Keele 1968). Os programas motores podem ser concebidos como um conjunto de comandos musculares que já estão estruturados antes de começar uma sequência de movimento [...] programas motores refletem conjuntos pré-estruturados de comandos motores no mais alto nível cortical e são usados para o nível mais baixo de controle de execução do movimento [...] A abordagem do programa motor suporta a hipótese de que não há feedback sensorial durante a execução do movimento. Gestos baseados em metas, como mover o dedo em uma corda, são parcialmente baseados em atividades pré-programadas, em que o movimento correspondente é executado sem feedback visual ou proprioceptivo.<sup>5</sup> (GIBET, 2010, p. 218).

Ao passo que a terceira abordagem, da biomecânica, não considera, como o “programa motor”, o controle do movimento como algo previamente programado e automatizado, mas sendo fruto da própria dinâmica do movimento (GIBET, 2010, p. 219), ambas as abordagens nos fazem entrever que, assim que o violonista assume seu instrumento, entram em cena diversos processos cognitivos e sensoriais que, por lidar com gestos condicionados e, ao mesmo tempo, a capacidade que o corpo tem de responder a estímulos e reinventar gestos e trajetórias de movimentos, o domínio que o instrumentista tem de seu corpo se situa em um limiar entre o consciente e o inconsciente, o controle e o descontrole, o gesto condicionado e a liberdade de improvisar.

Nos parece claro que, em um tal contexto, o trabalho de consciência corporal capaz de conduzir o violonista a um estado de *domínio* do movimento não lida com a ideia de “controle” (assim como o domínio do movimento não é domínio no sentido estrito), mas busca

---

<sup>5</sup> “In the motor program approach, it is assumed that motor control is based on representations of movement, representations which are stored in memory in the form of plans or programs for movement execution (Keele 1968). Motor programs can be conceived as a set of muscle commands that are already structured before a movement sequence begins [...] motor programs are assumed to reflect pre-structured sets of motor commands at the highest cortical level, and they are used for the lowest level control of movement execution [...] The motor program approach supports the hypothesis that there is no sensory feedback during the execution of that movement. Goal-based gestures such as moving the finger on a string are partly based on pre-programmed activity in that the corresponding motion is executed without visual or proprioceptive feedback.”

consciência no sentido de percepção, de escuta e de presença. Uma tal consciência corporal é, a nosso ver, primordial para o tipo de risco que uma atividade instrumental requer: prontidão para improvisar, reagir a imprevistos, e “liberar” gestos instrumentais automatizados sem tensão.

O trabalho do casal Vianna parece, nesse sentido, corresponder literalmente a esse ideal, baseado na “procura da forma do movimento, do gestual e do desenvolvimento anatômico corretivo [...] o aumento da percepção corporal e a reorganização da postura”. (Ramos, 2009, p. 67). Aqui também, não se trata de procurar reger direta e unidirecionalmente a musculatura mas, como explicaram espontaneamente em aula Neide Neves e Marinês Calori (2019), “na *Técnica Klauss Vianna* não orientamos a contração dos músculos diretamente, mas a partir de *direcionamentos* ósseos, os vetores de força”. Tal é a maneira como, idealmente, o violonista antecipa mentalmente seus gestos econômicos.

### III. A flexibilidade

A *prontidão* para reagir, ainda que sob um padrão de gestos automatizados, nos mostra que o violonista necessita de um tônus muscular flexível. Segundo a filosofia que rege o trabalho da Eutonia de Gerda Alexander, a “flexibilidade do tônus permite passar por toda uma escala de sentimentos humanos e voltar ao tônus habitual” (Alexander, 1986, p. 25-6 citada por PERONE, 2005, p. 72). Trabalhar a ampliação da paleta do tônus, do pesado ao leve, conduz à flexibilização necessária para o instrumentista, e tem conseqüências para ele em termos neurológicos e psicológicos (PERONE, 2005, p. 21).

Segundo Gibet (2010, p. 214), “flexibilidade refere-se à capacidade de usar as mesmas estratégias de planejamento na organização de sinergias musculares (grupos musculares com a mesma função), mesmo que essas sinergias possam diferir”<sup>6</sup>, daí a importância da antecipação do movimento e da percepção em ações tecnicamente difíceis como tocar um instrumento. Semelhantemente, a inervação antecipada seria, para a eutonia, a adaptação do tônus de uma pessoa a uma ação assim que ela a concebe como intenção, e antes que ela aconteça de fato (PERONE, 2005, p. 45), e é elemento-chave do processo musical, em que toda ação instrumental é antecipada pelo cérebro. No entanto, o instrumentista necessita, a fim de permitir que seu tônus se adapte constantemente, de uma base muscular sólida, um ancoradouro confiável.

Para concertistas, a repetição de passagens difíceis graças a suportes precisos fornece pontos de apoio confiáveis e reconfortantes que podem ser usados de acordo com a partitura. Aumentar seu tônus postural nas passagens em *piano*, liberar-se nos *fortes*, inspirar se energizando, soprar para relaxar a mão... Tantos

---

<sup>6</sup> “Flexibility refers to the capability of using the same planning strategies in the organization of muscle synergies (muscular groups having the same function), even if these synergies may differ”.

são os exemplos do uso criterioso do corpo a serviço da musicalidade.<sup>7</sup> (MATHIEU, 2013, p. 15).

Na Técnica Klauss Vianna, também, o princípio consiste em reconhecer tais extremos energéticos, partindo do “peso (reconhecimento da força da gravidade), apoios, alavancas e equilíbrio (relação de forças) e, principalmente, os direcionamentos ósseos, que através das opositores geram o aumento dos espaços articulares e da flexibilidade do tônus muscular” (BRAZ, 2004, p. 64-65). Assim, em contrapartida a um ancoradouro sólido – uma base tônica –, necessita-se deixar “respirarem” as articulações, dando-lhes espaço. Tal oposição seria o que, para Mathieu, permite a liberação do gesto instrumental.

Gestos e posturas estão, portanto, intimamente ligados: é construindo as posturas corretas – aquelas que respeitam a fisiologia – que preparamos as ações corretas, eficazes e energeticamente eficientes. Da mesma forma, um tônus postural adequado fornece um ponto fixo estável, que libera e facilita o gesto, enquanto um tônus de postura insuficiente o impede.<sup>8</sup> (MATHIEU, 2013, p. 22).

Da mesma forma, a idéia de Vianna é “devolver o corpo às pessoas. Para isso, [é preciso] que elas trabalhem cada articulação, mostrando que cada uma tem uma função e essa função precisa de espaço para trabalhar” (Vianna, 1990, p.77-78). A “abertura” nas articulações que propõe não deixa de ser uma maneira de tornar seu tônus mais flexível, mais leve.

Quando trabalhamos o corpo é que percebemos melhor esses pequenos espaços internos, que passam a se manifestar por meio da dilatação. Só então esses espaços respiram. Os espaços correspondem às diversas articulações do corpo, no qual é possível localizar fluxos energéticos importantes e no qual se inserem os vários grupos musculares. Em sentido mais amplo, a ideia de espaço corporal está intimamente ligada à ideia de respiração – que, ao contrário do que pensamos, não se resume à entrada e à saída de ar pelo nariz (Vianna, 1990, p.70-71).

#### IV. A postura e o movimento

A postura instrumental – aspecto relativamente conservador da técnica – não mais deve ser vista como uma posição rígida e estática, como observam violonistas e teóricos modernos como o uruguaio Abel Carlevaro (1916-2001), referência principal para a maioria dos violonistas brasileiros, mas que nos absteremos de abordar no presente artigo, e o alemão Hubert Käppel (1951). Para eles, a postura deve constituir um ponto de partida neutro e uma

---

<sup>7</sup> “Pour les concertiste, la répétition des traits difficiles à l’aide d’ancrages corporels bien précis donne des points d’appui fiables et rassurants, qu’ils peuvent utiliser en fonction de la partition. Augmenter son tonus postural dans les passages *piano*, se lâcher dans les *forte*, inspirer pour se dynamiser, souffler pour détendre la main... Autant d’exemples d’utilisation judicieuse du corps au service de la musicalité.”

<sup>8</sup> “Gestes et postures sont donc intimement liés: c’est en construisant les bonnes postures – celles qui respectent la physiologie – que nous préparons les bons gestes, à la fois efficaces et économes en énergie. De même, un *tonus de posture* adapté fournit un point fixe stable, qui libère et facilite le geste, tandis qu’un tonus de posture insuffisant l’entrave”.

disposição ao movimento que, ao invés de “dura” e “angulosa”, deve originar movimentos fluidos e relaxados.

A palavra “postura” estabeleceu-se como um termo fixo na pedagogia instrumental. Literalmente, ela não está correta, porque “parar” conflita com “mover”. Quando você toca um instrumento, você tem que se mover: com o corpo, braços, mãos e dedos. Na postura do violão, ou melhor, na postura de base, a pessoa está sempre em movimento, mesmo que às vezes apenas mínimo. Você muda a “postura” a cada momento.<sup>9</sup> (KÄPPEL, 2011, p. 20).

Segundo Klauss Vianna, a fluidez do movimento, sempre “redondo”, promove o relaxamento corporal, liberando as articulações, diversificando a qualidade do gesto e equilibrando o tônus muscular (VIANNA, 1990, p. 112). Em sua defesa dos movimentos circulares, ele afirma:

A razão impõe a reta como caminho mais curto entre dois pontos, mas esquecemos de que ela é tensa e dificilmente será harmônica, no caso da musculatura humana. Quando o homem escolhe os movimentos retilíneos e conduz seus músculos a um objetivo predeterminado, anula a intuição, sobrepõe a racionalidade ao instinto. Isso não aconteceria se fizesse a opção pela curva ou espiral, na qual encontraria maior prazer em cada etapa do aprendizado, com gradual aprofundamento e expansão da consciência. (VIANNA, 1990, p. 103).

Por sua vez, Rudolf Laban (2003, p. 119) também aborda o tema da trajetória do movimento no espaço, afirmando que o natural, para um organismo vivo necessitando realizar uma ação combativa (ou seja, com uma meta precisa, posto que “todo trabalho é uma espécie de luta”), é realizar trajetórias as mais simples e relaxadas, o que ao mesmo tempo se justifica pela já mencionada economia de esforço. Apesar disso, o coreógrafo assinala que da combinação de movimentos das diversas partes do corpo resulta um desenho do movimento (ou forma-traço, como ele o nomeia) que tende a ser “sempre curvo, uma vez que os movimentos dos membros ou de outras partes do corpo são condicionados por suas articulações”<sup>10</sup> (LABAN, 2003, p. 124-125), o que reforça a ideia do movimento circular de Vianna. Laban identifica quatro formas-traços básicas no repertório do balé clássico, por sua vez compostas de três elementos apenas:

---

<sup>9</sup> “Das Wort ‘Haltung’ hat sich als feststehender Begriff in der Instrumentalpädagogik etabliert. Wörtlich genommen ist es nicht korrekt, denn ‘halten’ steht im Widerspruch zu ‘bewegen’. Wenn man ein Instrument spielt, muss man sich bewegen: mit dem Körper, den Armen, den Händen und den Fingern. Bei der Haltung der Gitarre, besser noch bei der Grundhaltung, ist man ebenso permanent im Bewegung, wenn auch manchmal nur minimal. Man ändert die ‘Haltung’ in jedem Augenblick”.

<sup>10</sup> “[...] toujours courbes puisque les mouvements des membres ou des autres parties du corps sont conditionnés par leurs attaches articulaires”.



Figura 1 – Quatro formas-traços de base segundo Laban: reto, curvo, torcido e arredondado (LABAN, 2003, p. 161)



Figura 2 – Três elementos da forma-traço segundo Laban: a linha simples (duas possibilidades), a onda dupla e o círculo ou redondo (LABAN, 2003, p. 162)

Ao gerar movimento (e com ele desenhos no ar combinando linhas simples, ondas duplas e círculos), os gestos do violonista – por mais complexos que sejam – também partem, segundo esse princípio, de uma forma-traço única e fundamental, que é a espiral, pois “o corpo tende a desenhar uma espiral ou uma linha curva com movimento ondulatório (torcido)”<sup>11</sup>.

As espirais são também a imagem que, na técnica Vianna, transmite o trabalho de movimentos no espaço a partir da oposição entre partes antagônicas do corpo na relação com a gravidade; dito de outra forma, “as quatro formas [-traço do movimento] são todas fragmentos ou metamorfoses de uma única forma-traço básica, a espiral”<sup>12</sup> (LABAN, 2003, p. 162). Assim, considerando as articulações das escápulas, dos cotovelos, dos punhos e metacarpos do violonista, os movimentos de seus braços, antebraços, mãos e dedos a partir desses pontos fixos estáveis, ao serem abordados de modo espiralado, tornam-se dinâmicos, relaxados e expressivos.

## V. O Estado de Presença

A postura dinâmica e o movimento flexível, são assim indícios de relaxamento e prontidão artística: parafraseando Marie-Christine Mathieu (2013, p. 15), a “corporalidade

<sup>11</sup> “Le corps a tendance à suivre une spirale ou un parcours courbe avec un mouvement de vague (*tortillé*)”

<sup>12</sup> “Les quatre formes sont toutes des fragments ou des métamorphoses d’une seule forme-trace fondamentale, la spirale”

conduz à musicalidade”. A fisioterapeuta observa que essa qualidade corpórea acontece, no caso do instrumentista, dentro de uma relação física – o *contato* – que ele estabelece com seu instrumento; ao salientar a importância do tônus e da flexibilidade dentro dessa *simbiose* instrumento-instrumentista, ela contra-exemplifica o caso de músicos que, por hiper ou hipotensão, não alcançam uma interação harmoniosa com seus instrumentos.

Enquanto que o exemplo de “músicos que não dão a impressão de tocar com o instrumento, mas contra ele” mostra que a tensão e rigidez do rosto, da postura e dos gestos acarretando sofrimento e gastos excessivos de energia se traduzem no som, o exemplo contrário, de instrumentistas estáticos, provocam musicalmente a impressão de impessoalidade. “Em ambos os casos, o corpo é maltratado, sua propensão natural para o movimento é prejudicada” (MATHIEU, 2013, p. 11). Ao contrário, a qualidade corpórea deveria transitar livremente do violonista ao violão, pois “com o contato, ultrapassamos conscientemente o limite visível do nosso corpo [...], incluímos em nossa consciência o campo magnético perceptível e eletricamente mensurável que existe no espaço que nos rodeia” (Alexander, 1986, citada por PERONE, 2005, p. 50). Além do mais, a natureza intimista do instrumento o torna ainda mais favorável a um pronunciado contato físico:

Instrumento de baixa potência sonora, mais adequado a ambientes íntimos do que a grandes salas de concerto, o violão muitas vezes cria com o instrumentista uma relação de proximidade física bastante particular.<sup>13</sup> (MATHIEU, 2013, p. 156).

A performance musical requer assim um *estado de presença*, que transita fluidamente entre tônus e relaxamento, e que se manifesta no contato com o instrumento e na presença cênica. Além disso, o estado de presença do músico no palco depende de experiências multissensoriais, e se traduzem, como discutimos acima a respeito das teorias de controle motor apresentadas por Gibet, na reatividade do instrumentista para com os vários estímulos, dentro de uma “experiência unificada emotiva, expressiva e sensorial” (MADEIRA, 2017, p. 20).

Ademais, o estado de presença se caracteriza, segundo os princípios da eutonia, pela combinação entre *intenção* (que propicia tornarem-se “conscientes os processos automáticos de conduta”) e *atenção*, “o princípio de toda experiência eutônica”. Juntos, intenção, atenção e contato consciente ajudam o músico a “desmontar hábitos involuntários” (Perone, 2005, p. 48). Na técnica Klauss Vianna também, os princípios de contato e estado de presença são vistos como meios de se chegar a uma maior percepção corporal:

Através do desenvolvimento de um estado de presença – em que a atenção esteja ativada para os micro-movimentos do corpo em sua ritmicidade vivida nos encontros

---

<sup>13</sup> “Instrument de faible puissance sonore, plus adapté aux ambiances intimes qu’aux vastes salles de concert, la guitare crée souvent avec l’instrumentiste une relation de proximité physique tout à fait particulière.”

– viabiliza-se a construção de uma perspectiva crítica que aciona movimento ao pensamento. (BORGES, 2009, p. 38).

Além disso, o estado de presença está relacionado à questão da criatividade que, no caso do músico, se aplica tanto à interpretação musical em termos sonoros como à invenção de trajetórias e ritmos do movimento, caracterizando uma criatividade cinética. O violonista, por exemplo, elabora um gestual do corpo todo, e em particular das mãos e braços, cuja amplitude e velocidade de movimento possui uma relação expressiva – chamada *correspondência dinâmica* – com o volume e a articulação do discurso musical (GODOY, 2010, p. 119). Perez (2018) descreve os gestos de acompanhamento do violonista estabelecendo uma verdadeira tipologia com relação a suas fases (preparação, clímax e finalização do gesto) e à sua função com relação ao discurso sonoro, podendo o gesto ser icônico, de acentuação, metafórico ou demonstrativo.

Ainda dizendo respeito à criatividade no gesto, Luzia Carion Braz descreve dois princípios norteadores da técnica Klauss Vianna: a valorização da individualidade de cada *performer* através da “exploração do repertório pessoal de movimentos do aluno” e, ao mesmo tempo, o encorajamento do mesmo, para que investigue e experimente “diferentes possibilidades de realizar uma mesma ação” (BRAZ, 2004, p. 74). A criatividade se encontra não só na *personalização* do gesto, mas também nessa “busca de um corpo inteligente” em que, ao invés de se encarar a técnica (por exemplo, a do violão) como um conjunto de dogmas a se imitar, se estimula a busca técnica individual de cada indivíduo. “Caminhando na direção oposta à da criação de um novo código ou de um melhor desempenho na cópia de modelos, Klauss associava a capacidade criativa a um processo de autoconhecimento” (BRAZ, 2004, p. 63). Na investigação do movimento, a prioridade dada ao indivíduo “no sentido de que cabe a cada um de nós empreender a aventura de descobrir os saberes do seu corpo” (KATZ, 2009, p. 31) é, aliás, uma característica comum entre os pensamentos de Laban e do casal Vianna.

## VI. A percepção corporal

A pesquisa de cada indivíduo e, para nós, de cada violonista, em busca dos gestos, posturas, técnicas e meios expressivos que lhe sejam orgânicos desencadeia um trabalho de consciência corporal, onde o “ator é observador de si mesmo” (BRAZ, 2004, p. 73). Este trabalho se situa no cerne da problemática que Angel e Klauss Vianna colocaram com sua Técnica do Movimento Consciente, onde o processo de observação e conscientização do movimento é permeado pelo do espaço, da relação com o mundo exterior, e pela reativação dos cinco sentidos (BRAZ, 2004, p. 64). Um tal trabalho tem como resultado a reunião entre este elemento sensorial, a própria experiência, e os mecanismos cognitivos e intelectuais envolvidos.

A ideia da não fragmentação corpo-mente, consciência-experiência, cotidiano-extracotidiano (mesmo para fins de pesquisa analítica e trabalho técnico) é bastante clara na concepção pedagógica proposta por Klauss, de desenvolvimento de um *corpo inteligente*. O estudo do movimento a partir das ações cotidianas almejava, além da conscientização dos limites quantitativos e qualitativos, a percepção das relações que podem ser estabelecidas entre os processos motor, sensorial e cognitivo. (BRAZ, 2004, p. 71).

Procurando desenvolver um *estado de presença* (BORGES, 2009, p.38), um tal trabalho corporal é dividido em etapas, como nas aulas de Angel Vianna, em que o indivíduo-performer passa por um momento de auto-observação e observação do espaço ao redor, a que sucedem as etapas de trabalho sobre os apoios, inclusive em posição sentada, o trabalho sobre a atenção no aqui e agora, sobre a expansão de espaços nas articulações; sobre o tempo; sobre os 5 sentidos; sobre a tridimensionalidade e sobre a consciência corporal (MILLER, 2009, p. 22). Nesse processo, “o aluno passa a permanecer em escuta, em atenção aos micromovimentos que se desdobram desde o osso vivo” (BORGES, 2009, p.36). O performer, ao se concentrar sobre suas *direções ósseas*, ganha a consciência do “volume do corpo (adquirido pelos ossos), a liberdade, flexibilidade e maleabilidade corporal (adquiridos pelas articulações). Essa aplicação orienta e integra a imagem do corpo, o sentido proprioceptivo e a consciência do corpo” (TEIXEIRA, 2009, p.42).

Como a TKV<sup>14</sup>, o trabalho da eutonia prega que “no âmbito do nosso corpo, articula-se uma via dupla que dá lugar, ao mesmo tempo, à própria experiência e à consciência que leva a refletir sobre ela” (PERONE, 2005, p. 15).

A oposição entre *corpo sentido* e *corpo sabido* atravessa toda a nossa prática. O saber não pode substituir a consciência do corpo, a qual se obtém unicamente através da vivência. Gerda Alexander temia que a intelectualização do corpo tomasse conta do campo reservado às sensações, substituindo a sensação consciente e levando o indivíduo para fora da realidade da experiência. (PERONE, 2005, p. 122).

## VII. A estruturação da postura

Ao trabalhar a consciência corporal, o instrumentista reconstrói em seu corpo “uma postura fisiológica, [...] um tônus muscular ideal dos membros superiores, que vai resultar no peso funcional do braço, nos movimentos rápidos e leves do mesmo, na produção da força e na resistência” (ALMEIDA, 2018). Esta reconstrução postural parte, evidentemente, dos apoios e do centro gravitacional do corpo, ou seja, de suas bases.

A experiência da consciência dos ossos, dado que ela nos comunica um tônus mais leve, pode nos levar, aos poucos, a sentir o corpo como uma unidade de configuração segmentada. Essa consciência de unidade está organizada

---

<sup>14</sup> A sigla TKV, correntemente usada por seus difusores, representa “Técnica Klauss Vianna”.

especialmente em três volumes principais e interdependentes. Refiro-me à cabeça, ao tórax e à pelve.

Existe uma condição, porém para que essa intuição de unidade possa ser apreendida.

Segundo Mabel Todd, para que a estrutura corporal permaneça ereta de maneira harmoniosa, a linha média deve passar pelo centro do peso de cada um dos blocos, de tal modo que a atração da gravidade se exerça sobre eles de forma igual. Portanto, trata-se de empilhar adequadamente cada uma das três unidades em relação ao seu eixo, com o objetivo de tornar o campo gravitacional um aliado de nossa postura ereta. (PERONE, 2005, p. 57).

Ao reorganizar sua postura – para em seguida procurar a “forma do movimento, do gestual” –, o violonista busca primeiramente aumentar sua percepção corporal (RAMOS, 2009, p. 67), *afinando* seu corpo (ALMEIDA, 2018). Dissemos que seu corpo, tal qual o de todo ser que se move, respeita um princípio mecânico primordial, que diz que o “movimento se constrói a partir de um ponto fixo, que lhe serve de suporte” (MATHIEU, 2013, p. 21). Assim, nasce a importância para esse instrumentista em adotar sólidas posturas ou “pontos fixos nos quais [suas] ações se baseiam, graças aos chamados músculos posturais”, que garantirão a ação dos músculos dinâmicos na realização de seus gestos (MATHIEU, 2013, p. 21).

O violão não foge à regra: como todo instrumento de cordas, ele exige do violonista que seus membros superiores trabalhem de forma assimétrica; aquele que atua sobre o braço do instrumento articulando os dedos sobre as cordas possuindo uma relação à gravidade perfeitamente diferente do outro, que se pousa sobre a caixa de ressonância. Não é por menos que pianistas e instrumentistas de cordas batam recordes em patologias (ANDRADE; FONSECA, 2000, p. 119).

Afim de amenizá-las, preconizam-se adaptações, como o uso de um suporte de violão ao invés do tradicional apoio de pé, fato que “permite uma posição ideal: o violão é levantado e as duas pernas permanecem no mesmo nível, portanto sem assimetria da postura<sup>15</sup> ao mesmo tempo que distancia um pouco o instrumento do instrumentista. [...] Esta distância – ainda que temporária – é indispensável, para preservar uma mobilidade geral, e para dar latitude de deslocamento aos membros superiores”<sup>16</sup> (MATHIEU, 2013, p. 157). Adaptam-se também o ângulo de inclinação do violão, que faz variar a posição dos braços. Segundo Mathieu (2013, p. 161), um violão mais alto propicia uma posição mais fisiológica para ambos os pulsos<sup>17</sup>.

O violonista Hubert Käppel, por outro lado, preconizou o que seria para ele a postura de base (*Grundhaltung*), vista como uma “foto” (*eine “Momentaufnahme” der Haltung*), a partir da

<sup>15</sup> “permet une position idéale: la guitare est surélevée et les deux jambes se trouvent au même niveau, donc sans asymétrie de la posture”.

<sup>16</sup> “Cet éloignement – même temporaire – est indispensable, pour rester globalement en mobilité, et pour donner aux membres supérieurs une latitude de déplacement”.

<sup>17</sup> *Nota do Editor*. Optamos por manter a designação “pulso” neste trabalho por ser ela usual entre instrumentistas, embora ortopedistas e fisioterapeutas deem preferência à palavra “punho” para designar esta articulação.

observação da postura de vários violonistas famosos. Na sua sistematização vê-se, por exemplo, que ela estabelece quatro pontos de contato entre o violão e o corpo do instrumentista (região do peito, parte superior do antebraço direito, parte superior da coxa direita e parte interior da coxa direita). Käppel faz no entanto questão de salientar que "postura é algo pessoal, algo individual, com pequenas variantes que todos têm que descobrir por si mesmos"<sup>18</sup> (KÄPPEL, 2011, p. 20).

Uma boa postura deve ser confortável e – como ponto de partida para a realização de todos os movimentos imagináveis que servem à interpretação musical – relaxada! Além disso, deve ajudar na fusão do CORPO e INSTRUMENTO como se fossem uma única fonte de som.<sup>19</sup> (KÄPPEL, 2011, p. 20).

Preferindo falar em tónus postural do que em postura, Mathieu sugere apenas que o instrumentista deva ser capaz de usar seus músculos posturais para sustentar, longamente, certas estruturas: o tórax (facilitando a respiração), a abóbada da mão (liberando a agilidade e força dos dedos) ou os (bastante móveis) músculos da escápula, e não os do ombro, usados para carregar o peso do braço (MATHIEU, 2013, p. 22).

Assim, Mathieu explica a interdependência entre músculos posturais e dinâmicos. Enquanto os primeiros sustentam nossa postura, os segundo efetuam todos os movimentos que desejamos realizar. "Um e outro são interdependentes: a eficácia de um músculo dinâmico é sempre baseada na força de um músculo de postura" (MATHIEU, 2013, p. 83). Os dinâmicos possuem todos um antagonista, e são numerosíssimos no rosto e sobretudo na mão, que é a região do corpo que mais realiza movimentos complexos e variados. Tendo também músculos posturais, responsáveis por formar um tipo de abóbada com sua palma, a mão do violonista utiliza seu tónus postural que favorece rápidos movimentos de dedos.

A boa postura é, portanto, definida mais como uma postura que é fisiológica (os músculos posturais desempenham plenamente seu papel) e adaptável, isto é, fácil de ajustar aos múltiplos movimentos aos quais serve como um ponto fixo.<sup>20</sup> (MATHIEU, 2013, p. 24).

## VIII. A base

Raros são os artistas cujas teorias da técnica de interpretação não partam de uma noção de base, de estrutura. Fala-se em centro do corpo, energético, visceral; nos pés, e na

<sup>18</sup> "Haltung ist etwas Persönliches, etwas Individuelles, mit kleinen Varianten, die jeder für sich herausfinden muss".

<sup>19</sup> "Eine gute Haltung muss bequem und – als Ausgangsposition für die Ausführung aller erdenklichen, der musikalischen Interpretation dienlichen Bewegungen – entspannt sein! Darüber hinaus sollte sie helfen, KÖRPER und INSTRUMENT zu einer einzigen Klangquelle verschmelzen zu lassen".

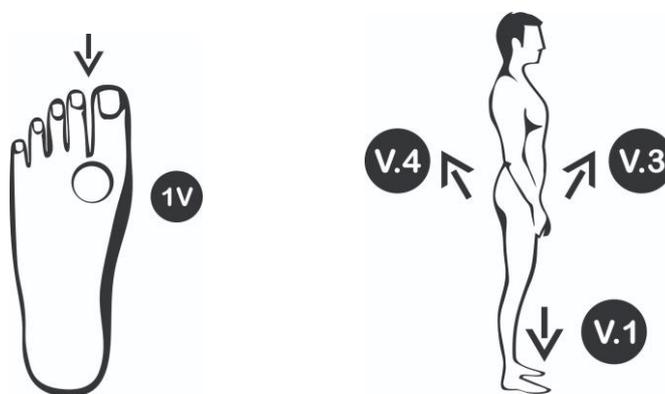
<sup>20</sup> "La bonne posture se définit donc plutôt comme une *posture à la fois physiologique* (les muscles posturaux jouent pleinement leur rôle) et *adaptable*, c'est à dire facile à ajuster aux multiples mouvements auxquels elle sert de point fixe."

sustentação; em pélvis, em ossos; na coluna vertebral. A noção de ancoradouro, de origem, como a de tronco para uma árvore, se liga com a da terra, se projeta em raízes. Assim, o trabalho do performer, não tanto por seu aspecto técnico, mas pela própria organicidade que se espera dele, se fundamenta em seu corpo e, mais ainda, em sua base. Parafraseando Mathieu, o gesto só vem tardiamente como consequência de sua postura, o que o célebre método para atores de Jerzy Grotowski ressalta:

Já assinalamos o princípio fundamental de Grotowski: primeiro o corpo, depois a voz. Aqui, ele enfatiza mais uma vez a necessidade de que, nesse exercício, o corpo inicie o movimento que, depois, é elaborado pelas mãos. As mãos, num certo sentido, são as substitutas da voz. São usadas para acentuar o objetivo do corpo, o impulso do movimento vindo da coluna vertebral. Desta forma, o exercício deve *começar* no corpo, na coluna vertebral e no tronco. O processo deve ser visível. [...]

O impulso, no entanto, deve preceder o movimento. Este impulso deve vir, visivelmente, do corpo. Origina-se e desenvolve-se nos rins. As mãos não entram em ação antes do fim do processo. Para o ator, a essência do exercício está em ter consciência do fato de que um movimento interno de empurrar deve ocorrer antes do movimento real de empurrar. Este exercício deve ser feito lentamente, sem pressa. (GROTOWSKI, 1971, p. 162).

Tencionando ativar os apoios dos pés no chão, o trabalho de consciência corporal desenvolvido por Neves e Calori (2019) com a técnica Klauss Vianna se inicia com exercícios de contato e movimento visando liberar tensões. Após tatear artelhos e metatarsos, observa-se a relação entre o que as professoras chamam de *vetores de direcionamento do movimento*. Assim, ao ativar – através da consciência da direção óssea – o *primeiro vetor*, na região do primeiro metatarso do pé, onde há os chamados *ossos sesamóides*, aciona-se simultaneamente o *terceiro vetor* (o púbis, que mobiliza o que chamamos de “bacia”, e que tecnicamente corresponde ao quadril, composto dos ossos ílio, ísquio e púbis) e, por simpatia, toda uma musculatura que “sobe” de um vetor a outro, passando pelos músculos adutores da coxa.



Figuras 3 e 4 – Vetores 1 (para baixo), 3 e 4 (cada qual em direção interior, promovendo a ativação dos músculos anteriores e posteriores)

A direção dada por este terceiro vetor, para cima, ativando os músculos transversos do abdome e somada à direção inversa infringida pelos *vetores dois* (calcanhares) e *quatro* (sacro), termina por reposicionar a base do violonista sentado – o seu quadril – em uma postura tônica e fisiológica, em que tudo a que o performer terá pensado terá sido em vetores de direcionamento ósseo, um pensamento que o terá levado a ativar toda uma cadeia muscular. Ora, essa postura fisiológica sentada, em que nem o púbis “aponta” exageradamente para frente (o que daria a sensação de perder o contato – imprescindível – das pontas dos ísquios com a cadeira), nem o sacro “aponta” para trás (acarretando lordoses excessivas), Neide e Calori conseguem graças a um trabalho de conscientização de vetores de direção óssea.

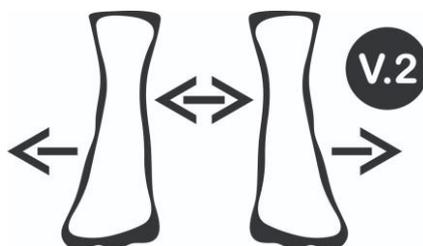


Figura 5 – Vetor 2, calcanhares “para fora”, ativando os músculos abdutores da coxa

Assim o *segundo vetor* é imaginado pelo performer como uma “força” que “empurra” seus calcanhares respectivamente para fora, e que “alinha” os pés paralelamente. Automaticamente, esse vetor faz trabalhar a musculatura dos abdutores do quadril, e girar o quadril em anteroversão das cristas do íliaco (“sacro para trás”)<sup>21</sup>, respeitando as curvas naturais da lombar<sup>22</sup>. As direções antagônicas que se dão aos vetores três e quatro acabam por acionar os músculos das costas e um vetor de “crescimento” das costas para cima<sup>23</sup>.

<sup>21</sup> Esta relação entre os vetores 2 e 4 nos remetem a exercícios oriundos da Eutonia dirigidos ao trabalho de parto, que citamos informalmente a partir da memória do trabalho do eutonista Cyrille Philippe (para maiores detalhes, se referir a <https://www.cyrillephilippesagefemme.com>). De fato, observa-se que há uma relação entre o afastar dos calcanhares e um movimento reflexo do quadril, possibilitando, indiretamente, sua “abertura”.

<sup>22</sup> Em nossas anotações de aula, combinamos informalmente expressões que encontramos em nosso próprio vocabulário, procurando colocar em palavras vivências e sensações pessoais, com o uso de nomenclaturas específicas da anatomia, vulgarizadas – muitas vezes de maneira não ortodoxa – em cursos de consciência corporal diversos, dos quais o curso frequentado com Neide Neves e Marinês Calori.

<sup>23</sup> Mais uma vez reforçamos que a reorganização postural proposta aqui se baseia em sensações pessoais, em que se deve ponderar a subjetividade de termos e expressões criadas espontaneamente para descrever a vivência deste processo. Mas, a esse propósito, o que são aulas de instrumento a não ser a tentativa de transmitir – de uma subjetividade mais “experiente” a outra, de aprendiz – percepções individuais de uma técnica?

A vivência dos vetores de um a quatro proposta por Neves e Calori (2019) revela ser uma poderosa ferramenta de adaptação fisiológica à postura sentada, na qual o violonista é impelido a passar seu tempo de trabalho. Com tal vivência, se coloca em prática a recomendação que diz que devemos “devolver o quadril ao centro da nossa postura”<sup>24</sup> (MATHIEU, 2013, p. 34). O instrumentista deve conferir uma pequena checklist, e verificar que: “1. seus pés estão tonificados, “ancorados” ao solo, apoiando levemente para frente; 2. seus tornozelos estão flexíveis e móveis; 3. Os joelhos estão flexíveis e móveis, sem extensão forçada; 4. A mobilidade do quadril está permitindo os movimentos do busto; 5. A pélvis está bem posicionada, sem excessiva inclinação para a frente, portanto sem lordose lombar excessiva” (MATHIEU, 2013, p. 44). Ademais, recomenda-se que o violonista, como todo instrumentista que toca sentado, alterne sua posição ativa e tônica, apoiado “sobre seus ísquios com o busto levemente inclinado para a frente e o dorso tônico, que requer um esforço significativo de tônus postural” (MATHIEU, 2013, p. 48) com uma posição de descanso, para momentos em que não está tocando.

A ideia geral é usar a gravidade, em vez de lutar contra ela e procurar a força no chão. Para isso, o músico deve imaginar que ele se “enraíza” como uma árvore: ele empurra o chão, e este lhe manda de volta a energia impulsionada. Esse empurrar não deve endurecer o tornozelo ou o membro inferior: eles mantêm sua flexibilidade para acompanhar os movimentos do busto e os reequilibrar, se necessário.<sup>25</sup> (MATHIEU, 2013, p. 39).

O apoio em posição tônica sentada deve enfim ser “leve”, sem “descarregar” o peso do corpo no assento e no encosto da cadeira, como se se estivesse sentado apenas por alguns segundos, prestes a se levantar. A energia que o chão reenvia aos pés cria em oposição a sensação de que a cabeça se dirige para cima, ao mesmo tempo que o busto fica levemente inclinado para a frente (MATHIEU, 2013, p. 51).

## IX. O tronco e a escápula

É no tronco que se situam alguns dos músculos posturais mais cruciais para a performance de grande parte dos instrumentos musicais, particularmente do violão. Por entre estes, Neves e Calori (2019) dão uma atenção particular àqueles do *quinto vetor*, segundo a nomenclatura adotada por professores da Técnica Klauss Vianna, se referindo aos músculos da cintura escapular. Esta cintura estaria, conforme explicam as duas professoras, em estreita relação com a cintura pélvica e com o sacro (*quarto vetor*), estabelecendo com este uma

<sup>24</sup> “il faut replacer le bassin au centre de notre posture.”

<sup>25</sup> “L’idée générale consiste à se servir de la pesanteur, au lieu de lutter contre elle, et à chercher la puissance dans le sol. Pour cela, le musicien doit imaginer qu’il ‘s’enracine’ à la manière d’une arbre: il pousse vers le sol et celui-ci lui renvoie l’énergie impulsée. Cette poussée ne doit pas raidir la cheville ou le membre inférieur: ils gardent leur souplesse pour accompagner les mouvements du buste et les rééquilibrer si nécessaire.”

relação quadruplicamente triangular (em que a ligação entre as duas escápulas e o sacro constituem um grande triângulo, e cada um desses elementos possui um formato triangular). A fisioterapeuta Marie Christine Mathieu (2013, p. 22) alerta, também, para a importância em utilizarem-se os músculos dessa cintura, evitando-se o risco de sobrecarregar e enrijecer, no caso de instrumentistas de cordas, o ombro esquerdo e, com ele, o movimento da mão nas cordas, evitando-se também forçar a posição do pulso e dedos esquerdos.

O tronco é muito rico em músculos posturais, tanto para funcionar eficazmente (respiração, torções, flexões) quanto para permitir a dinâmica de nossos membros inferiores ou superiores. Há nele os músculos dorsais, que correm em duas linhas paralelas ao longo da coluna, e os “grandes direitos” [...] na parede abdominal.<sup>26</sup> (MATHIEU, 2013, p. 23).

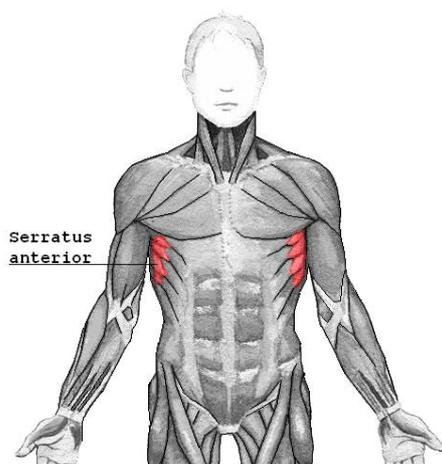


Figura 6 – O serrátil anterior (músculo serrátil anterior, 2020)

Dentro dessa relação entre cinturas, “as pontinhas de baixo da escápula devem se orientar para baixo e para os lados de fora” (NEVES; CALORI, 2019). É notável, ao imprimirmos a direção *inferior-exterior* às escápulas, o fato de se tonificar o músculo de que mais fala Mathieu, o *serrátil anterior* (*grand dentelé*), que se origina na superfície das costelas superiores (na parte frontal do nosso corpo) e se liga à parte inferior das escápulas, onde se encontra com músculos como o *grande redondo* e o *grande dorsal*.

<sup>26</sup> “Le tronc est très riche en muscles posturaux, à la fois pour fonctionner efficacement (respiration, torsions, flexions) et pour permettre la dynamique de nos membres inférieurs ou supérieurs. On y trouve les muscles dorsaux, qui courent en deux lignes parallèles le long de la colonne vertébrale, et les ‘grands droits’ déjà évoqués, sur la paroi abdominale”.

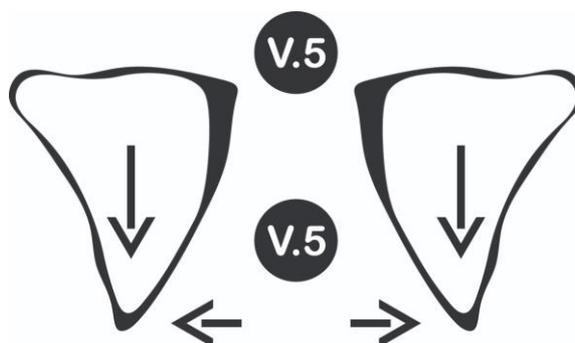


Figura 7 – O 5º vetor, escápulas para baixo e para fora

A fim de sensibilizar os músculos de porte da escápula (*serrátil anterior, transversos abdominais, grandes dorsais*), os exercícios propostos por Neide Neves e Marinês Calori demandam movimentos dos braços em todas as direções, em especial o *exercício do abraço*, em que se imagina abraçar algo em frente a si, cuidando para impedir a elevação dos ombros e a má tendência a tensionar os músculos do trapézio, mas sim acionando os músculos de sustentação abaixo da escápula. Segundo as recomendações dos exercícios, o performer deve prestar uma atenção particular às escápulas, que não devem se aproximar uma da outra, mas ao contrário, se afastar.

Observamos que tais exercícios dizem respeito diretamente ao trabalho do músico instrumentista, e implicam a vital importância, para este, de se ativarem os músculos entre as escápulas, sem envolver a musculatura errada.

É possível você elevar os braços sem levantar a escápula. Ao contrário, é abaixando a escápula que se cria a alavanca para erguer o braço, sem tensionar os músculos trapézio e deltóide, distribuindo o trabalho com outros músculos, como o tríceps do braço. (NEVES; CALORI, 2019).

O trabalho proposto dentro do método elaborado por Angel e Klauss Vianna, encadeia, como interligados, o *quinto vetor* (cintura escapular) ao *sexto*, dos cotovelos. Como proposta de relaxamento e alongamento, a ideia do *sexto vetor* – enquanto exercício fora do violão e enquanto postura e direcionamento ósseo *durante* a performance instrumental – é igualmente interessante para o violonista, que deve imaginar uma certa *tração*, puxando os cotovelos para longe das escápulas (NEIDE; CALORI, 2019).

Mathieu (2013, p. 78), por sua vez, também louva para o instrumentista a importância da articulação escapulotorácica, que deve servir de “ponto fixo ao movimento graças aos músculos posturais da escápula, o ‘serrátil anterior’ e do meio do trapézio, que garantem a sustentação”.

Deve ser lembrado, assim, que o instrumento, o arco e o próprio braço se posicionam através das omoplatas, e não do ombro, ou pior, do braço. Os músculos dinâmicos do ombro permanecem livres, a serviço da mobilidade. Os músculos da escápula, serrátil anterior e trapézio médio, trabalham na postura para dar ao ombro um ponto fixo. Em suma: o ombro carrega e se move ao mesmo tempo!<sup>27</sup> (MATHIEU, 2013, p. 79).

Casos patológicos de instrumentistas são identificados pela fisioterapeuta quando o porte do braço e do instrumento é feito pelo ombro, que deveria permanecer móvel e liberto para exercer sua função dinâmica de dar mobilidade aos braços. Este porte deveria, assim, partir dos músculos principais da escápula, que – estes sim – têm função postural (MATHIEU, 2013, p. 95-96). Grosso modo, diríamos que o porte dos braços (e em especial o esquerdo, que deve ser “sustentado” no ar) quando se toca violão deve vir de forças *abaixo* da escápula (os tais músculos serrátil anterior, grandes dorsais, grandes redondos e do trapézio), e não acima.

Acrescentemos que a sustentação da coluna depende, também, de músculos abdominais como os grandes direitos, que “mantêm as vísceras e ligam as costelas à base do púbis”, possuindo importância vital inclusive para a gestão e produção energética (MATHIEU, 2013, p. 24).

A coluna vertebral nunca é reta: suas três curvaturas fisiológicas conferem solidez, flexibilidade e capacidade de amortecimento. No músico, eles são a sede de três defeitos importantes: um arqueamento exagerado dos rins que impede o bom uso dos músculos respiratórios, um arredondamento insuficiente das costas que, por repercussão, limita a mobilidade do braço, uma nuca rígida e projetada à frente, que tende a tensionar os músculos do pescoço e do rosto.<sup>28</sup> (MATHIEU, 2013, p. 44).

Assim o músico instrumentista deve se ater às diversas curvaturas naturais e posicionamentos da coluna: a cifose dorsal deve ser mantida; as omoplatas não devem ir para trás; a posição do pescoço deve respeitar a lordose cervical; a cabeça e o queixo não devem estar projetadas para frente (MATHIEU, 2013, p. 44). Nos interessa particularmente a sétima vértebra cervical, trabalhada na Técnica Klauss Vianna como sendo o *oitavo* e último *vetor*<sup>29</sup>, que deve ser pensado segundo Neide Neves e Marinês Calori como uma direção que atravessaria a garganta e se direcionaria para frente, com o olhar do indivíduo (NEVES; CALORI, 2019).

<sup>27</sup> “Il faut donc retenir que l’instrument, l’archet et le bras lui-même se posent ‘par les omoplates’, et non par l’épaule ou pire, par le bras. Les muscles dynamiques de l’épaule restent libres, au service de la mobilité. Les muscles de l’omoplate, grand dentelé et trapèze moyen, travaillent en posture pour donner à l’épaule un point fixe. Bref: l’épaule porte et bouge à la fois!”

<sup>28</sup> “La colonne vertébrale n’est jamais droite: ses trois courbures physiologiques lui confèrent solidité, souplesse et capacité d’amortissement. Chez le musicien, elles sont le siège de trois défauts importants: une cambrure des reins exagérée qui empêche la bonne utilisation des muscles respiratoires, un arrondi du dos insuffisant qui, par répercussion, limite la mobilité du bras, une nuque raide et projetée vers l’avant qui tend à crispier les muscles du cou et du visage”.

<sup>29</sup> Depois do vetor dos dedos, que abordaremos na próxima seção deste trabalho.

Ao se direcionar para a frente, o oitavo vetor promove um tônus postural que o impele a uma direção para cima, e isto sem que se fale em “correção postural”, “endireitamento da cabeça” ou “crescimento da cervical para cima” – frases comuns em aulas de técnicas corporais. Em realidade, Neves e Calori argumentam que esse tipo de recomendação tem como efeito mais uma elevação da tensão muscular, que um alongamento de fato. Ademais, o fato de pensar em um vetor para frente (ao invés de para cima) induz um movimento sutil que não procura eliminar a curvatura natural da cervical, preocupação também expressa por Mathieu nas citações acima.

Não se deve, ao contrário do senso comum, “corrigir” a curvatura natural da cervical (como de qualquer forma nenhuma das curvaturas da coluna, que existem para amortecer impactos). Então, ao invés de puxar o alto da cabeça para cima, ou endireitar a cabeça para trás, deixando o pescoço mais “reto”, deve-se pensar em um ponto na região da incisura jugular, logo acima do esterno, osso do peito, e neste ponto há um vetor que viria de trás, da 7ª cervical, apontando para frente. O processo de “crescer” existe, mas o enfoque é outro. (NEVES; CALORI, 2019).

Este vetor também nos parece ser de grande importância para o músico violonista, que tende a fixar os olhos ou na folha de partitura ou na escala de seu instrumento, essa obsessão do olhar o deixando, por vezes, totalmente alheio à posição da cabeça e ao relaxamento do pescoço.

## X. As mãos

Abordar as mãos do violonista é atacar nosso alvo principal, aquilo sobre que todo e qualquer método de técnica do violão sempre se ateve. No entanto, continua valendo a ideia inicial, que considera o corpo como um todo e que enxerga no funcionamento dos dedos uma somatória da ação de todos os *vetores do movimento*, do estado do tônus postural global, e da prontidão para a contração e o relaxamento eficientes e rápidos da totalidade dos músculos dinâmicos. Observa-se, por exemplo, que “os músculos flexores dos dedos têm suas raízes acima do cotovelo” (MATHIEU, 2013, p. 21). Pode-se dizer, inclusive, que toda abordagem do ensino do violão, sobretudo a partir de Carlevaro, procura levar em conta ao menos a importância do relaxamento dos braços no desempenho das mãos e dedos. O que Mathieu acresce, todavia, é a função que cada parte pode ou deve ter:

Reintroduzir o bom uso da mão é antes de tudo aprender a usar o membro superior em sua mobilidade, função na qual ele faz maravilhas. Isso levando em conta que o braço não foi concebido para o trabalho postural, já que não há músculos posturais entre a parte inferior do ombro e o pulso.<sup>30</sup> (MATHIEU, 2013, p. 76-77).

---

<sup>30</sup> “Réintroduire le bon usage de la main, c’est donc en premier lieu apprendre à utiliser le membre supérieur dans sa mobilité, fonction dans laquelle il fait merveille. Alors qu’il n’est pas conçu pour un travail de posture puisqu’il n’existe aucun muscle postural entre la partie inférieure de l’épaule et le poignet”.

Ao mesmo tempo, desmentindo uma possível crença de que todos os músculos diretamente envolvidos na performance do violão fossem dinâmicos, e como mencionado anteriormente, a fisioterapeuta nos mostra que existem músculos posturais na mão: os músculos posturais exclusivos do polegar, que são “essenciais para que este desempenhe seu papel de pinça”, e aqueles que são relativos à mão como um todo: “sua força, combinada com a flexibilidade dos dedos, garante a eficácia do atuador principal do corpo humano” (MATHIEU, 2013, p. 24). Na mão, ambos os tipos de músculos possuem funções e inserções diferentes e definidas, como nos ensina Mathieu: “Os músculos posturais são músculos “intrínsecos” da mão, ou seja, possuem ambas as inserções na mão. Os músculos motores dos dedos são músculos extrínsecos: se inserem no antebraço e até mesmo no úmero, acima do cotovelo”<sup>31</sup> (MATHIEU, 2013, p. 83).

As mãos são, assim, uma espécie de “sistema fechado”, possuindo todo tipo de músculos; repletas de músculos dinâmicos responsáveis pelos movimentos dos dedos, seus músculos posturais são, no entanto, frequentemente negligenciados. Como acontece frequentemente com os músculos posturais torácicos na posição em pé ou sentada, há uma tendência a que o tônus postural das mãos também seja insuficiente.

Considerando-se que a mão “precisa de pontos fixos para acionar movimentos precisos e poderosos”, arredondar o centro da mão, construindo uma espécie de “abóbada”, não é um recurso técnico exclusivo de pianistas mas, ao contrário, a maneira correta de acionar seus músculos posturais. Segundo Marie-Christine Mathieu, “a maioria dos músicos não tem uma ‘abóbada de mão’, seja por fraqueza desses músculos posturais, seja porque eles não sabem como usá-los”<sup>32</sup> (MATHIEU, 2013, p. 77).

Nos lembrando a maneira como a técnica Klauss Vianna enxerga ao mesmo tempo a construção do arco do pé associando três pontos de sua planta dentro de uma relação triangular e ao mesmo tempo os três pontos de apoio da mão, Mathieu também assinala a importância de se construir uma abóbada da mão a partir de três pontos:

Construir esta abóbada, a partir dos pequenos músculos profundos na palma da mão e nas costas da mão, torna possível alcançar um verdadeiro equilíbrio em três pontos naturais de suporte: o primeiro, localizado entre o polegar e o dedo indicador; o segundo, constituído pela articulação metacarpo-falange do dedo mínimo (pequena protuberância na base das três falanges do quinto dedo), que não deve desmoranar; a terceira, a ulnar posterior, localizada logo em frente ao estilóide da ulna (o osso em forma de bola acima do punho).<sup>33</sup> (MATHIEU, 2013, p. 85).

---

<sup>31</sup> “Les muscles posturaux sont des muscles ‘intrinsèques’ de la main, c’est-à-dire qu’ils ont leurs deux insertions au niveau de la main. Les muscles moteurs des doigts sont, eux, des muscles extrinsèques: ils s’insèrent sur ‘avant-bras et même sur l’humérus, au-dessus du coude”.

<sup>32</sup> “une majorité de musiciens n’ont pas de ‘voûte de main’, soit par faiblesse de ces muscles posturaux, soit parce qu’ils ne savent pas les utiliser.”

<sup>33</sup> “ Construire cette voûte, à partir des petits muscles profonds situés dans la paume et sur le dos de la main, permet de réaliser un véritable équilibre sur trois points d’appui naturels: le premier, situé entre le pouce et l’index;

Não apenas nos chama a atenção, nessa asserção de Mathieu, a localização dos três pontos, que correspondem exatamente aos pontos de apoio do pé e da mão segundo Neves e Calori, como também o fato de se preconizar uma atenção especial com relação ao dedo mínimo, que não deve se abaixar, se “desmoronar”. De fato, na abordagem do *sétimo vetor* (“dedos”) durante a prática corporal proposta pelas professoras, exercícios sobre superfícies lisas (paredes, chão) espalmando as mãos solicitam a presença tônica, no contato com a dita superfície, dos três pontos de apoio. Observamos, nessa prática, a dificuldade corrente em se manter um tônus e um contato justamente no ponto situado abaixo do dedo mínimo de ambas as mãos. Esta relativa deficiência, que é amplamente trabalhada pelas diferentes escolas de violão em seus métodos e treinamentos técnicos, também é explicada e trabalhada na TKV, mas sob um enfoque bastante diferente (NEVES; CALORI, 2019).

Assim, os exercícios para o *sétimo vetor* compreendem movimentos de pinça entre dedos polegar e indicador ou médio, que favorecem o trabalho simultâneo do bíceps do braço acionado. Quando o exercício da pinça, abrindo e fechando, é feito entre o polegar e os dedos mais “fracos” (anular e mínimo, justamente acionando a região da mão abordada por Mathieu como sendo aquela que “não deve desmoronar”), Neide Neves e Marinês Calori observam que o músculo serrátil anterior, simpaticamente, também é chamado a contribuir, e começa a trabalhar também.

Há no corpo humano, evidentemente, múltiplas relações entre cadeias de músculos, mesmo que anatomicamente distantes entre si; também não é de se estranhar que músculos considerados “cruciais” para a performance instrumental sejam acionados conjuntamente (como na tonificação do serrátil anterior combinada à dos músculos abductor e flexor curto do dedo mínimo). Assim, as professoras da TKV enfatizam a prioridade em trabalhar os músculos desse dedo, geralmente pouco tonificados, através de exercícios como o de lhe fazer “conduzir” o movimento do corpo (NEVES; CALORI, 2019).

No violão, a importância de se tonificarem os músculos dos metacarpos é ensinada de praxe, ao se preconizar uma posição *arredondada* dos dedos das duas mãos. Em concordância com nossa convicção pessoal enquanto instrumentista de que “trabalhar a partir dos dedos anular e mínimo de alguma forma equilibra a musculatura da mão”, testemunhamos da importância em se reverem digitações obsoletas das partituras para violão, onde outrora havia uma tendência a se sobrecarregar dedos mais “performáticos”, deixando, por exemplo, os dedos 3-4 da mão esquerda, em segundo plano. A importância em equilibrar o tônus e a coordenação de *todos* os dedos sempre foi algo que praticamos e ensinamos. Na análise de Mathieu, ela contribui à constituição da abóbada da mão o que, para ela, é a posição “mais

---

le deuxième, constitué par l'articulation métacarpe-phalangienne de l'auriculaire (petite bosse à la base des trois phalanges du cinquième doigt), qui ne doit pas s'effondrer; le troisième, le cubital postérieur, situé juste devant la styloïde cubitale (l'os en forme de boule au-dessus du poignet)”.

de acordo com sua fisiologia” ao se tocar um instrumento. A partir dessa abóbada fisiologicamente natural, o “punho fica levemente estendido, com uma ligeira inclinação no lado da ulna devido ao músculo ulnar posterior; o primeiro interósseo fica ativo [...]; a base do dedo mínimo adquire uma posição sustentada”<sup>34</sup> (MATHIEU, 2013, p. 86).

A fisioterapeuta ainda relaciona uma maléfica tendência a se hiper-estenderem os dedos polegar e mínimo que, neste aspecto, agem em sinergia um com o outro: “se o polegar é movido em extensão forçada, o dedo mínimo faz o mesmo automaticamente. No entanto, essas extensões são antifisiológicas, e portanto perigosas se forem repetidas com muita frequência”<sup>35</sup> (MATHIEU, 2013, p. 86). A propósito, Mathieu vê o polegar como o outro dedo que demanda uma atenção especial; sendo o mais móvel deles, sua ação se dá em um plano vertical, diferentemente dos outros. Devido a essa diferença, este dedo – tanto em uma como na outra mão – é afetado pelo risco de uma extensão forçada; por isto, o instrumentista deve buscar para o polegar uma posição de base levemente flexionada (MATHIEU, 2013, p. 87).

Consideremos agora brevemente certas especificidades de cada mão do violonista. O antebraço direito, na região do cotovelo, se apoia sobre a lateral do violão, de um apoio que deve ser o mais leve possível e sem se fixar, “com o único propósito de estabilizar a mão” (MATHIEU, 2013, p. 158). A mão direita, ao se posicionar em face da roseta, mantém um ângulo suave do pulso, e a articulação da falange principal dos dedos indicador (i), médio (m) e anular (a) localizadas verticalmente acima das três primeiras cordas. Hubert Käppel recomenda um aumento ainda maior do ângulo de ataque, inclinando o pulso alguns milímetros para baixo para que o dedo ataque a corda mais de baixo, como no alaúde. Para o violonista, esta posição de mão direita, mais eficiente, corresponderia a um tipo de “atitude de pinça” (KÄPPEL, 2011 p. 40).

Quanto à mão esquerda, “frequentemente colocada em posição antifisiológica” (MATHIEU, 2013, p. 155), ela funciona segundo uma verdadeira engrenagem ombro-braço-mão:

Os movimentos da mão esquerda e dos dedos não são possíveis sem a participação dos ombros e braços. Somente através da interação finamente sintonizada dos músculos, tendões e articulações do ombro, braço, mão e dedos, obtêm-se movimentos econômicos dos dedos da mão esquerda. Para atingir as várias posições dos dedos na extensão e largura do braço do violão, o braço, antebraço e pulso devem se mover de modo a facilitar a ação dos dedos, para que estes se esforcem (ou se estirem) o mínimo possível. <sup>36</sup> (KÄPPEL, 2011 p. 28).

<sup>34</sup> “Le poignet est en légère extension, avec une faible inclinaison du côté du cubitus grâce au muscle cubital postérieur; le premier interosseux est en activité [...]; la base de l'auriculaire est en position soutenue”

<sup>35</sup> “si le pouce s'installe en extension forcée, le petit doigt en fait de même de manière automatique. Or, ces extensions sont antiphysiologiques, donc dangereuses si elles se répètent trop souvent”.

<sup>36</sup> “Bewegungen der LH und der Finger sind ohne Unterstützung von Schulter und Arm nicht ausführbar. Nur durch das fein abgestimmte Zusammenwirken der Muskeln, Sehnen und Gelenke von Schulter, Arm Hand und Fingern werden ökonomische Bewegungen der Finger der LH erst ermöglicht. Um die verschiedenen Positionen der Finger

Neste sentido, a força, a agilidade e a velocidade dos dedos da mão esquerda dependem do relaxamento do pulso, e da estabilidade e firmeza da abóbada da mão. Assim para Mathieu, é necessário que o violonista “trabalhe esta [abóbada] e reaprenda a usar o pulso para o movimento” (MATHIEU, 2013, p. 160), tendo em vista a tendência que têm muitos violonistas a enrijecer o pulso esquerdo em uma posição angulosa, antifisiológica. Voltar a movimentar o pulso o “torna adaptável, evitando assim uma instalação sistemática na posição mais desfavorável” (MATHIEU, 2013, p. 160).

A maneira como a fisioterapeuta enxerga a importância da mobilidade do pulso deve servir como meta ao violonista não só para a mão esquerda, como para a direita também. A flexibilidade do pulso não apenas evita problemas fisiológicos e libera tensões, como se traduz na flexibilidade do som, na respiração e no fraseado musicais. Mathieu salienta ainda a função amortecedora do pulso, e demonstra como a partir do contato dos dedos (no caso do violão, da mão direita sobre as cordas e da esquerda sobre as cordas e sobre o braço), um ponto fixo tônico, estável e relaxado pode permitir a liberdade de movimento do braço, que é muito favorável. Sua explicação induz exercícios técnicos bastante inovadores, que permitem à mão esquerda, na citação abaixo, aos poucos liberar a tensão que se acumula também no polegar:

O pulso deve ser usado em flexão (mão em direção ao braço) e extensão (mão para cima) para manter a função de amortecimento e dar mobilidade ao membro superior. Porque este último está fixado em suas duas extremidades: ao ombro ou escápula de um lado, posicionamento sobre o instrumento do outro. A única maneira de recuperar um pouco de liberdade é fazer com que o pulso aprenda a se movimentar com uma mão fixa (apoiada no instrumento), movendo o braço e o antebraço: é um movimento incomum, pois estamos acostumados a mover o pulso a partir de uma mão livre no espaço.<sup>37</sup> (MATHIEU, 2013, p. 82).

A liberação dos movimentos da mão esquerda, incorporando a noção de impulso, de inércia e de relaxamento, induz uma melhoria na execução de certos efeitos técnicos-chave do repertório do violão, tais como os ligados ascendentes, cujo volume depende de um toque impulsivo e percussivo, e da flexibilidade do pulso.

O movimento do ligado ascendente ocorre a partir da articulação da base do dedo [a primeira falange, chamada proximal]. Surge, por um lado, do posicionamento fácil dos dedos no braço do violão – Por exemplo, antes do início de uma obra – e, por outro lado, mais freqüentemente, através de um movimento rápido e percussivo dos dedos. [...] Se a força dos dedos não for suficiente para o golpe percussivo do ligado, ela pode ser reforçada por um curto movimento impulsivo do pulso. Da mesma forma, os dedos (especialmente os naturalmente mais fracos como o anular e mínimo) podem

---

quer und längs zum Griffbrett zu erreichen, müssen Oberarm, Unterarm und Handgelenk so bewegt werden, dass die Finger leichtes Spiel haben, d.h., dass sie sich so wenig wie möglich anstrengen (z.B. strecken) müssen”.

<sup>37</sup> “le poignet doit être utilisé en flexion (main vers le bras) et en extension (main vers le haut) pour conserver sa fonction d’amortisseur et donner de la mobilité au membre supérieur. Car ce dernier est fixé à ses deux extrémités: épaule ou omoplate d’un côté, placement sur l’instrument de l’autre. La seule façon de retrouver un peu de liberté, c’est d’apprendre au poignet à se mouvoir avec une main fixe (puisque posée sur l’instrument), par le déplacement du bras et de l’avant-bras: mouvement inhabituel, puisque nous avons l’habitude de bouger le poignet à partir d’une main libre dans l’espace”.

ganhar mais força através de um movimento maior para compensar sua falta de força muscular. O movimento de ligado ascendente deve ser realizado com alta precisão, pois mesmo um pequeno desvio da escala ou uma dose menor de pressão dos dedos, que depende do volume e da intensidade do som (muito ou pouco vibrato), pode levar a um som estridente e sujo. (Käppel, 2011, p. 29).<sup>38</sup>

## XI. Os gestos das mãos

As posturas e gestos instrumentais que estivemos discutindo nas seções acima se originam e manifestam como ações puramente físicas, que o violonista realiza com seu corpo no espaço, e em contato com o instrumento; elas no entanto possuem uma outra dimensão, talvez não tão funcional, relacionada à expressão de ideias e emoções que são veiculadas na performance musical. Essa expressão se dá, nesse sentido, na *música* propriamente dita (enquanto linguagem de sons e enquanto fenômeno acústico) mas também nos aspectos visuais e materiais da performance. Procurando entender a relação entre todas estas facetas do fazer musical, abordamos brevemente a questão da *gestualidade* musical presente na performance ao violão.

Muitos foram os musicólogos que se debruçaram sobre o tema do gesto na música. François Delalande, por exemplo, reparte gestos musicais, que possuem uma natureza ao mesmo tempo corporal e imagética, em diferentes categorias gradativas entre o puramente funcional e o puramente simbólico. Assim, os gestos realizados pelos músicos e instrumentistas podem, em uma primeira instância, ser *efetivos*, *de acompanhamento* e *figurativos*. Godoy e Leman se aproximam desse esquema, apresentando categorias de gestos *produtores de som*, *comunicativos*, *auxiliares* ou *facilitadores do som*, e *gestos de acompanhamento* – que compreendem até mesmo gestos realizados ao simplesmente se escutar música, como dançar (GODOY; LEMAN, 2010, p 13). Comparando as classificações, corresponderíamos os gestos *produtores de som* aos *efetivos*, os *comunicativos* ao mesmo tempo aos *figurativos*, quando não têm outro propósito que a expressão individual do performer, e aos *de acompanhamento* quando têm a função de gerir a performance junto a outros músicos. Os *facilitadores do som* estariam enfim em um espaço transitório entre os *gestos efetivo* e *de acompanhamento*.

O termo *gesto efetivo* denota o que chamaríamos de um gesto produtor de sons, enquanto o termo *gesto de acompanhamento* é usado para o movimento que

---

<sup>38</sup> “Die Bewegung des Aufsetzen erfolgt aus dem Fingergrundgelenk. Sie entsteht einerseits durch ein einfaches Positionieren der Finger auf dem Griffbrett – z. B. bevor der Anfang eines Werkes erklingt – und andererseits, weit häufiger, durch eine schnelle, perkussive und aus dem Schwung der Finger entstehende Bewegung. Wenn die Kraft der Finger für das perkussive Aufschlagen nicht ausreicht, darf sie durch eine kurze impulsive Bewegung aus dem Handgelenk verstärkt werden. Ebenso können die Finger (besonders die von Natur aus schwächeren Ring- und kleiner Finger) durch eine grössere Bewegung mehr Kraft entfalten, um ihre mangelnde Muskelkraft zu kompensieren. Die Aufsetzbewegung muss mit hoher Präzision ausgeführt werden, da schon eine kleine Abweichung vom Bundstab oder ein zu gering dosierter Fingerdruck, der sich nach Lautstärke und Tonintensität (viel oder wenig Vibrato) richtet, zu einem klirrenden und unsauberen Ton führen kann”.

sustenta o gesto efetivo de várias maneiras. Delalande sugere o termo *gesto figurativo* para se referir a uma imagem mental que não está diretamente relacionada a nenhum movimento físico, mas que pode ser transmitida através do som<sup>39</sup> (GODOY; LEMAN, 2010, p 18).

No intuito de apurar sua definição, os autores exemplificam gestos *de comunicação* realizados por músicos, englobando gesticulação, movimentos faciais e de mãos acompanhando a fala (GODOY; LEMAN, 2010, p 14). Por outro lado, dentre os gestos efetivos, aqueles que compõem a técnica mesma do instrumento, existem gestos que são, segundo a definição de Jensenius *et al.*, de *excitação* e de *modificação*. Estas funções gestuais se aplicam claramente ao violonista, que possui nas ações habituais da mão direita a função de *excitar* a corda do instrumento, acioná-la, e nas ações habituais da mão esquerda, a de *modificar* o som acionado pela direita, escolhendo notas sobre a escala do violão.

A maioria dos instrumentos musicais é tocada com gestos de excitação e modificação [...]. Essas duas funções gestuais podem ser, até certo ponto, separáveis, como em instrumentos de cordas onde as duas mãos desempenham papéis diferentes: a mão esquerda está principalmente modificando o som (escolhendo a nota) enquanto a mão direita está realizando a excitação.<sup>40</sup> (JENSENIUS ET AL., 2010, p. 25).

Parênteses com ressalvas sejam aqui feitas, pois mesmo os ligados ascendentes acima discutidos se tornam muitas vezes recursos de *excitação* do som, sobretudo em técnicas estendidas de um repertório mais recente, onde as funções de ambas as mãos não são mais estanques. Neste repertório, eventualmente acontece de o violonista se servir das duas mãos para *modificar* o som através de diferentes artifícios técnicos como o *tapping*, e para excitá-lo, através de percussões, ligados descendentes, etc. (a este respeito, se referir a nosso artigo recente, *Compreender a técnica estendida no violão: um elogio ao gesto*, e ver: FERNANDES, 2019).

O aspecto primordial da comunicação, figuração e metáfora do gesto musical, amplamente abordado pelos autores supracitados, deve ser a nosso ver seriamente levado em conta, até mesmo na compreensão da técnica pura do violão. Tanto porque, ligados à expressão de ideias musicais que guiam as ações do violonista, seus gestos e posturas só encontram razão na *organicidade*, como porque o princípio mesmo da técnica instrumental é estar perfeitamente incorporada, à imagem da filosofia que guia o trabalho do ator. Segundo Zigmund Molik, primeiro ator da companhia teatral de Jerzy Grotowski, “o corpo deve estar

---

<sup>39</sup> “The term *effective gesture* denotes what we would call a sound-producing gesture, while the term *accompanying gesture* is used for the movement that supports the effective gesture in various ways. Delalande suggests the term *figurative gesture* to refer to a mental image that is not directly related to any physical movement, but which may be conveyed through sound.”

<sup>40</sup> “Most musical instruments are played with both excitation and modification gestures [...]. These two gestural functions may to a certain extent be separable, as on stringed instruments where the two hands play different roles: the left hand is mainly modifying the sound (choosing the pitch) while the right hand is carrying out the excitation”.

tão bem treinado nessas ações que chamamos de treinamento, que, mais tarde, esse treinamento possa e deva ser completamente esquecido” (CAMPO; MOLIK, 2012, p. 46).

## **XII. Considerações finais**

Pretendendo ampliar o questionamento da postura, do movimento e da liberação do gesto ao violão, nos aproximamos de sua técnica instrumental segundo uma abordagem renovada. Em razão de suas características morfológicas e seu volume sonoro reduzido, sua tradição tendia a acumular métodos vinculatorios e restritivos baseados em princípios de imitação de gestos mecânicos quase sempre levando a tensões musculares e acarretando uma musicalidade retida.

Ao propormos um tipo de trabalho corporal e de vivência do *gesto* instrumental, não pudemos nos contentar com o tipo de abordagem que caracteriza a grande massa existente no mercado de métodos violonísticos e compêndios sobre técnica. Ao contrário, apresentamos um tipo de abordagem do gesto técnico instrumental *libertador* e que, ao libertar o gesto, viabilizasse a libertação concomitante do som e da expressão agógica e timbrística do violão. *Ancoramos*, com isso, os gestos das mãos do violonista nos princípios básicos da busca de uma consciência corporal, de uma atribuição de funções adequada a cada tipo de músculo, de um tônus muscular liberto de tensões, da pesquisa de oposições no movimento, de desenhos no espaço que respeitem a fisiologia *espiralada* do corpo e na liberação do movimento dos braços e de articulações.

Tais princípios, além de nos aproximarem de uma maneira mais fisiológica de lidarmos com o instrumento, nos levam a uma melhor compreensão do próprio papel do *performer*, de sua corporeidade dentro de uma arte efêmera, uma arte da *presença*. Acreditamos, neste sentido, estarmos vislumbrando a performance violonística, mais ainda que sua técnica, como um processo expressivo de transformação energética, que ademais traz ao violonista a possibilidade de melhor conhecer seu próprio corpo. “Na prática, o corpo todo deve participar do processo respiratório. [...] deve vir dos pés, da terra. A energia deve ser buscada na terra” (CAMPO; MOLIK, 2012, p. 109).

## **Referências**

ALMEIDA, Marco Antonio de. Entrevista em linha Orquestrando o Brasil Fala Doutor! S.I. Disponível em: <https://www.orquestrandobrasil.com.br/fala-doutor-com-marco-antonio-de-almeida/>. Acesso em: 22 out. 2018.

ANDRADE, Edson Queiroz de; FONSECA, Joao Gabriel Marques. Artista-atleta: reflexões sobre a utilização do corpo na performance dos instrumentos de cordas. *Permusi*, Belo Horizonte, p. 118-128, 2 dez. 2000.

BORGES, Hélia. O trabalho de Angel Vianna como campo do possível. In: SALDANHA, Suzana (org.). *Angel Vianna: Sistema, método ou técnica?* Rio de Janeiro: Funarte, 2009. p. 20-36.

- BRAZ, Luzia Carion. *A iniciação ao treinamento do ator através da técnica corporal desenvolvida por Klauss Vianna*. 2004. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas). Departamento de Artes Cênicas, Escola de Comunicações e Artes, USP, São Paulo, 2004.
- CAMPO, Giuliano; MOLIK, Zygmunt. *Trabalho de voz e corpo de Zygmunt Molik: o legado de Jerzy Grotowski*. São Paulo: É Realizações Editora, 2012.
- FERNANDES, Ledice. Compreender a técnica estendida no violão: um elogio ao gesto. *Opus*, v. 25, n. 3, p. 224-255, set./dez. 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20504/opus2019c2511>.
- GIBET, Sylvie. Sensorimotor Control of Sound-producing Gestures. In: GODØY, R.I.; LEMAN, M. (org.). *Musical gestures: sound, movement, and meaning*. New York: Routledge Taylor & Francis Group, 2010. p. 212-237.
- GODØY, Rolf Inge. Gestural Affordances of Musical Sound. In: GODØY, R.I., LEMAN, M. (org.) *Musical gestures: sound, movement, and meaning*. New York: Routledge Taylor & Francis Group, 2010. p. 103-125.
- GODØY, Rolf Inge; LEMAN, Marc. Prefácio dos editores. In: GODØY, R.I., LEMAN, M. (Org.) *Musical gestures: sound, movement, and meaning*. New York: Routledge Taylor & Francis Group, 2010.
- GROTOWSKI, Jerzy. *Em busca de um Teatro Pobre*. Trad. Aldomar Conrado. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira, 1971.
- KÄPPEL, Hubert. *Die Technik der Modernen Konzert Gitarre: Detailliertes Kompendium zu den Grundlagen und Spieltechniken der Gitarre im 21. Jahrhundert mit umfassendem, progressiv aufgebautem Übungsteil*. Brühl: AMA Verlag, 2011. 246 p.
- KATZ, Helena. Método e técnica: faces complementares do aprendizado da dança. In: SALDANHA, Suzana (org.). *Angel Vianna: sistema, método ou técnica?* Rio de Janeiro: Funarte, 2009. p. 26-32.
- LABAN, Rudolf. *Espace dynamique: Textes inédits, Choreutique, Vision de l'espace dynamique*. Trad. francesa: Élisabeth Schwartz-Rémy. Bruxelles: Contredanse (Nouvelles de Danse), 2003.
- JENSENIUS, Alexander Refsum; WANDERLEY, Marcelo M.; GODOY, Rolf Inge; LEMAN, Marc. Musical Gestures: Concepts and Methods in Research. In: GODOY, Rolf Inge, LEMAN, Marc (org.). *Musical gestures: sound, movement, and meaning*. New York: Routledge Taylor & Francis Group, 2010. p. 12-35.
- MADEIRA, Bruno. *O gesto corporal como potencializador de significado na performance violonística*. 2017. Tese (Doutorado em Música). Departamento de Música, Unicamp, Campinas, 2017.
- MATHIEU, Marie-Christine. *Gestes et postures du musicien: réconcilier le corps et l'instrument*. Saint Ismier: Format éditions, 2013.
- MILLER, Jussara. A escuta do corpo – sistematização da técnica de Klauss Vianna. In: SALDANHA, Suzana (org.). *Angel Vianna: sistema, método ou técnica?* Rio de Janeiro: Funarte, 2009. p 22.
- MÚSCULO serrátil anterior. In: WIKIPÉDIA, a enciclopédia livre. Flórida: Wikimedia Foundation, 2020. Disponível em: [https://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=M%C3%BAsculo\\_serr%C3%A1til\\_anterior&oldid=57547975](https://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=M%C3%BAsculo_serr%C3%A1til_anterior&oldid=57547975). Acesso em: 03. abr. 2020.
- NEVES, Neide, CALORI, Marines. Entrevistas [Curso livre sobre a Técnica Klauss Vianna] concedidas a Ledice Fernandes entre março e junho de 2019. São Paulo, 2019. Anotações pessoais e e-mails.
- PEREZ, Rubén Lopez. Geste, guitare et pensée: une procédure d'analyse du discours musical. In: 6ème Journée des Jeunes Chercheurs du GREAM. Strasbourg, 02/02/2018. Disponível em: <http://www.canal2.tv/video/14886>.
- PERONE, Hugo César. *Eutonia: arte e Pensamento*. São Paulo: É Realizações, 2005.
- PERPÉTUO, Irineu Franco. Orquestra alemã se apresenta no Municipal. *Folha de S. Paulo*, Folha ilustrada, São Paulo, 30 nov. 1995. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/fsp/1995/11/30/ilustrada/10.html>.

PHILIPPE, Cyrille. *Cyrille Philippe, sage-femme maïeuticien à Lyon*. Site internet. Disponível em: <https://www.cyrillephilippesagefemme.com>.

RAMOS, Enamar. Angel Vianna e o teatro. In: SALDANHA, Suzana (org.) *Angel Vianna: sistema, método ou técnica?* Rio de Janeiro: Funarte, 2009. p. 67

REICH, Wilhelm. *Análise do caráter*. São Paulo: Martins Fontes, 1972.

SALDANHA, Suzana (org.) *Angel Vianna: sistema, método ou técnica?* Rio de Janeiro: Funarte, 2009. 162 p.

TEIXEIRA, Leticia. Trago na memória corporal o que Angel me favoreceu. In: SALDANHA, Suzana (org.). *Angel Vianna: sistema, método ou técnica?* Rio de Janeiro: Funarte, 2009. p. 42.

VIANNA, Klauss. *A dança*. 3.ed. São Paulo: Summus Editorial, 1990.

## A revista ARJ: *template* para diagramação (título corpo 18 e margens 2,5 x 2,5 x 2,5 x 2,5)

Sandra Regina Ramalho e Oliveira  
Universidade do Estado de Santa Catarina

### Resumo

Neste artigo discute-se a intertextualidade, objeto teórico, tendo como objeto empírico a relação entre as obras do pintor impressionista Pierre-Auguste Renoir e as de seu filho, o cineasta do realismo poético francês, Jean Renoir. Os dados foram preferencialmente obtidos na exposição *Renoir Père et Fils*, apresentada no Musée D'Orsay, em Paris, de 6 de novembro de 2018 a 27 de janeiro de 2019. Após revisitar a biografia de cada um desses expoentes da arte, foram analisadas brevemente as oito salas da mostra do D'Orsay, destacando as relações entre pai e filho, bem como as extrapolações dessas influências, trazendo outros artistas e escritores cujas obras foram articuladas na obra de Jean Renoir. Por fim, são apresentadas algumas problematizações.

**Palavras-chave:** Intertextualidade. Pintura. Cinema. Pierre-Auguste Renoir. Jean Renoir. Leitura de Imagens.

*Uma flor que no chão cai  
E retorna à ramada – que nada!  
Borboleta leve vai...*

Arakida Moritake

## O fenômeno intertextual

Analisar e discutir o fenômeno linguístico da intertextualidade traz duas outras questões estéticas e éticas para exame: a originalidade da obra, seja ela literária, visual, musical, cinematográfica, teatral ou outra; e a autoria como propriedade de um criador sobre sua criação. Como se pode perceber, ambas as questões estão interligadas pois, contestada a originalidade por plágio, ou citação, paráfrase, paródia ou outra categoria de intertextualidade em relação a um texto anterior, paralelamente, a autoria está sendo colocada em xeque.

### O SUBTÍTULO DENTRO DO SUBTÍTULO

A arte contemporânea<sup>41</sup> está entremeada de produções intertextuais, como modo mesmo de questionar a arte, artistas ou trabalhos anteriores a ela. Mas a arte de tempos atrás também se nutriu de narrativas anteriores a ela, pois basta lembrar os casos óbvios das relações entre as produções clássicas gregas e romanas, ao ponto de hoje referenciar-se a uma arte *greco-romana*; e o caso da retomada de alguns padrões pré-históricos no modernismo, como mostra, entre outros, Ana Claudia de Oliveira, em seu estudo *Neolítico: Arte Moderna* (1987), título que já antecipa os achados da investigação.

se certas passagens e certos figurinos podem lembrar quadros do meu pai, isto se dá por duas razões: primeiro, porque aquilo se passa em uma época e lugares onde meu pai trabalho muito, na época da sua juventude; depois, é porque sou filho de meu pai e todos são forçosamente influenciado pelos pais.

Se os fenômenos intertextuais em si se dão a partir de um período impreciso, embora ancestral, os estudos sobre as relações entre obras diferentes podem ter como marco fundador dois momentos distintos, o primeiro demarcado pelo linguista russo Mikhail Bakhtin (1895-1975), que data do início do século XX, com a proposição do conceito de *dialogia*; e o outro, postulado pela também linguista, a búlgaro-francesa Julia Kristeva (1941-...), integrante do grupo de intelectuais franceses que se reuniam em torno da revista *Tel Quel*, ou seja, “tal qual”, expressão que em francês ou português apontam para a intertextualidade. No seio desse grupo, em grande atividade em meados do século XX, Kristeva partiu do conceito bakhtiniano de dialogia e lhe conferiu características distintas, inaugurando o termo – e o respectivo conceito – de intertextualidade (*intertextualité*, em francês), delimitando um campo teórico destinado ao estudo de relações entre textos.

## A proposta de uma exposição

---

<sup>41</sup> Uma nota de rodapé.

Justapor a obra de dois expoentes de duas linguagens diferentes, a pintura e o cinema, foi a proposta do Musée D'Orsay, em Paris, em cartaz de 6 de novembro de 2018 a 27 de janeiro de 2019. Tanto o pintor teve uma produção marcante para a arte do seu tempo, como o cineasta e ator para o seu; ou mesmo, ambos, para a história da arte e para a história do cinema.



Figura 1 – *Le(s) déjeuner(s) sur l'herbe* (1863), tela de Édouard Manet; cena de filme (1959) de Jean Renoir. Fonte: Wikimedia Commons. Disponível em: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Édouard\\_Manet\\_-\\_Le\\_Déjeuner\\_sur\\_l'herbe.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Édouard_Manet_-_Le_Déjeuner_sur_l'herbe.jpg); *The New Yorker*. Disponível em: <https://www.newyorker.com/culture/richard-brody/watching-sandy-with-jean-renoir>. Acesso em: fev. 2019.

As inter-relações entre a obra do cineasta Jean Renoir e de seu pai, Pierre-Auguste, merecem análises mais acuradas e com maior aprofundamento. Poderia ser objeto de dissertação ou tese. O que se pretendeu aqui nesta síntese, foi mostrar para um público maior, especialmente para o de língua portuguesa, esse potencial já conhecido, mas sobejamente evidenciado pelo Musée D'Orsay, ou seja, trazer para discussão o pouco que pode ser apreendido de uma visita a uma exposição de arte, sob a perspectiva dos dois criadores e sob o ponto de vista das relações intertextuais possíveis entre a pintura e o cinema.

## Referências

BARTHES, Roland. *Théorie du texte et intertextualité*. In: RABEAU, Sophie. *L'Intertextualité*. Paris: Flammarion, 2002.

FEIST, Peter H. *Pierre-Auguste Renoir 1841-1919: um sonho de harmonia*. São Paulo: Taschen, 1990.