



BEBEL SOARES

PADECENDO

FUNDADORA DA REDE MATERNA PADECENDO NO PARAISO ▶ bebelsoares@gmail.com

Vestida de desamor

Nasceu nua como qualquer ser humano. O pai não se animou muito, esperava um filho macho. A vestiram com roupas cor de rosa. Teve as orelhas furadas com poucas semanas de vida. Não teve escolha. Foi crescendo, e sendo vestida de roupas e de preconceitos. Feche as pernas. Não provoque. Comporte-se como uma dama. Seja obediente. Não questione. A adolescência chegou. Depile-se! Só os homens podem ter pelos. Pelo em mulher é anti-higiênico. Corresponda ao desejo masculino. Mantenha o corpo liso, limpo como o de uma criança. Estranhos desejos masculinos... Foi treinada para não ter opinião própria, assim era mais fácil obedecer ao pai, e depois ao marido. Aprendeu a valorizar a família tradicional, a moral, os bons costumes. Aprendeu que precisava de um homem para chamar de seu. Para amar e respeitar. E obedecer. Foi adestrada. Aprendeu a odiar o politicamente correto.

Se tornou a bela, recatada e do lar. Foi bem adestrada. Dizia que estuproador tem que apodrecer na cadeia. Se casou com aquele sujeito que a família achava que era bom partido, sem saber que ele gostava de sair com os amigos para dopar mulheres e praticar estupro coletivo. Em bando, precisavam provar sua masculinidade violando mulheres. Teve filhos e ensinou tudo que aprendeu a eles. Família para ela era isso, mãe, pai e filhos. Duas mães, dois pais, mãe solo, nenhuma dessas configurações merecia sua consideração, nem mesmo seu respeito. Era pró-vida! Mulher não pode abortar, pode dar o bebê para a adoção. Nunca soube que a irmã mais nova fez um aborto, a mãe, muito religiosa, não queria que a família passasse pela vergonha de ter uma filha solteira grávida. Nunca cogitou adotar. Engravidou quem quer! Aprendeu que precisava estar à disposição do marido sempre que ele quisesse, ou ele iria atrás de outra. Sempre esteve disponível, mesmo quando não tinha vontade. Chegou a ter vontade? Estava sempre pronta, mesmo se ele chegava bêbado e a tomava com brutalidade.

6 *Aprendeu que precisava estar à disposição do marido sempre que ele quisesse, ou ele iria atrás de outra. Sempre esteve disponível, mesmo quando não tinha vontade*



DEPOSITPHOTOS

Mesmo quando sentia dor. Esposa tem suas obrigações. A receita não funcionou para ela. O marido chegava tarde em casa, dizia estar trabalhando. Ela sabia que não era verdade, mas homens têm suas necessidades. Ela devia estar fazendo algo errado. Ele era um homem de bem. Procurava justificativas cada vez que ele gritava e a agredia. A culpa nunca era dele.

Seguiu julgando, ofendendo... Seguiu odiando tudo o que ela não podia ser. Se revoltando com a felicidade alheia, com a liberdade que as pessoas tinham de ser quem eram. Ela nem sabia quem era. Uma sombra do que poderia ter sido. Frustrada por não ter o amor que merecia ter. O amor próprio. Quem não se ama, não é capaz de amar ninguém.

ATIVIDADE

O poder DA DANÇA

Em meio à pandemia, escolas adaptam suas aulas para o modelo remoto e se juntam para proporcionar novas experiências aos alunos. Prática é benéfica no isolamento



JÉSSICA MAYARA*

"A música e os próprios movimentos são aspectos capazes de deixar a dança viva, mesmo através de uma tela. A dança estreita laços, propiciando o contato, que faz tanta falta neste momento. É impressionante o poder que ela tem", afirma Tatiana Aparecida Figueiredo Camargos, professora de balé clássico e diretora do Núcleo de dança Tatiana Figueiredo, localizado em Belo Horizonte.

As companhias de dança interromperam as aulas na esperança de que a pandemia tivesse fim e tudo voltasse a funcionar normalmente. No entanto, isso não aconteceu, e o tempo de paralisação despertou em Jane Valéria de Faria Barbosa, de 52 anos, a saudade de dançar.

"A dança é a minha vida, e sinto muita falta quando não pratico. Nem sei o que farei quando precisar parar, pois não consigo me ver e/ou me imaginar sem a dança. Terei que encontrar algo para me preencher. E esses dias sem aula foram de muita saudade, pois a dança é parte de mim", conta.

Para atender pessoas como Jane Valéria, as escolas resolveram retomar as atividades adaptando as aulas ao modelo on-line. Isso porque, segundo Jane Paulino, diretora da Expressar, em Sete Lagoas, apesar das "perdas imensuráveis" com a pandemia, a necessidade de passar mais tempo em casa não precisa, necessariamente, tornar-se uma experiência total de isolamento.

"Não tenho a menor dúvida de que a aula on-line é um grande remédio para todos nós neste momento. Não só por manter uma atividade física, mas, principalmente, por percebermos que estamos juntos com colegas que são tão essenciais em nossos encontros presenciais. Ao mesmo tempo, entendemos que a nossa vida não está de toda interrompida e que não precisamos nos sentir completamente perdidos", afirma Jane Paulino.

Os benefícios da prática podem ser inúmeros. A dança trabalha todo o corpo, promovendo mais saúde física e mental. Os sinais positivos dessa prática, segundo a diretora da Expressar, são um corpo mais bem-disposto e mais controlado, também, emocionalmente, a partir da liberação de endorfina.

A aluna de balé Brenda Dourado Prestes, de 14, conta que é justamente assim que a dança tem lhe ajudado durante o confinamento: emocionalmente. "A dança me ajuda a expressar tudo o que estou sentindo. Tem dias que acordo triste, e quando começo a aula, essa tristeza vai embora em forma de movimento. Diante de todas as notícias ruins, é difícil ficar sempre feliz, mas quando termino a aula, sinto que estou fluando."

ADAPTAÇÃO "Nós, artistas, professores e coreógrafos, ficamos um pouco sem chão e sem saber como fazer. Mas como tudo a princípio é mais complicado, e depois o ser humano se adapta, fomos dando um jeitinho e por meio das plataformas que temos disponíveis conseguimos encontrar uma forma de chegar aos alunos e bailarinos", relata Adriana Gonçalves, diretora do Studio Arte e Dança, em Divinópolis.

Para Jane Valério, aluna da Expressar, os maiores desafios do novo formato de aula foram a dificuldade, em alguns momentos, de conexão. No entanto, destaca que o modelo remoto lhe permitiu se sentir mais à vontade consigo mesma. "Mesmo querendo voltar logo para as aulas presenciais, alguns aspectos têm sido vantajosos, já que me sinto mais 'solta', e me jogo mais na dança. Além disso, a minha cobrança pessoal diminuiu muito, pois agora sou só eu praticando, sem me preocupar com vergonha ou intimidação, visto que sou uma aluna de 52 anos que pratica o jazz com adolescentes de 15."

Por outro lado, Brenda sentiu certa dificuldade nessa adaptação. A bailarina conta que no início encontrou obstáculos para se sentir realmente em uma aula de dança. "Agora me sinto muito bem praticando em casa. Minha família me deu total apoio, principalmente porque eu tinha uma competição marcada e foi adiada. Então, eles montaram uma área de dança para mim, com linóleo, que é o tapete de dança, barra e espelho. É o meu cantinho especial. E, apesar de todas as desvantagens da aula remota, me esforço muito, pois a dança é o que eu amo fazer e a pandemia não vai tirá-la de mim."



ARQUIVO PESSOAL

Brenda Dourado Prestes, de 14 anos, aluna da Expressar, pratica em casa e diz que o balé a ajuda emocionalmente

Alguns desafios existem, como o quesito motivação. Para a diretora do Núcleo de dança Tatiana Figueiredo, a falta de contato próximo, uma característica marcante da dança, tende a desestimular e desanimar os alunos. "No entanto, o maior desafio é fazer o bailarino entender o que ele deve usar de musculatura, e mostrá-lo por meio do contato de pegar e sentir o que precisa ser corrigido. E isso faz muita falta, porque na dança o professor precisa estar ali, junto. E, de repente, de uma hora para a outra, os bailarinos precisaram fazer isso sozinhos, apenas com instruções", ressalta.

Segundo Tatiana, o ambiente doméstico, em muitos casos, não tem à disposição materiais próprios para a prática da dança, o que pode ocasionar lesões. Por isso, todas as aulas precisam ser pensadas a fim de que o aluno possa utilizar o que tem em casa como apoio, mas de forma segura.

MARATONA Tatiana conta sobre a ideia de criar uma maratona, com aulas diversificadas ao longo de uma semana, que surgiu a partir de uma conversa entre ela e mais quatro amigas, também diretoras de escolas de dança. "Pensamos que, com nossos professores, todos muito qualificados, poderíamos oferecer conteúdos diferentes aos nossos alunos."

Assim, a "Maratona VivaDança" surgiu. A primeira edição foi voltada para o público jovem e adulto, a partir dos 13 anos, com aulas de balé contemporâneo, balé clássico, balé de repertório, jazz, jazz funk, street dance e de acrobacias. "Eu e minha filha participamos da maratona. Amei, pois pude fazer coisas que nunca fiz, como a aula de dança de rua. E foi uma oportunidade muito boa, oferecida devido ao isolamento", relata Jane Valéria.

A segunda maratona foi destinada ao público infantil, entre 3 e 12 anos, na

qual foram oferecidas aulas temáticas. Isso porque, segundo Tatiana, há certa dificuldade em manter os pequenos concentrados. "Tentamos fazer de forma lúdica, de forma que todas as aulas tivessem relação com a realidade deles."

A maratona é mediada por professores das quatro escolas de dança – Núcleo de dança Tatiana Figueiredo, Expressar, Studio Arte e Dança e Espaço Érika Dutra –, e transmitida por meio da plataforma Zoom. Devido à capacidade das salas on-line de apenas 100 pessoas, as vagas são limitadas. Dessa forma, cada companhia oferece aos seus alunos 25 vagas. "No dia da aula, enviamos o link para a transmissão e acompanhamos nossos alunos nas salas on-line, observando os pontos fortes e fracos e fazendo as intervenções", pontua Érika Dutra, diretora do Espaço Érika Dutra, em Contagem.

* Estagiária sob a supervisão da editora Teresa Caram