

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
CURSO DE LICENCIATURA EM DANÇA
DEPARTAMENTO DE DANÇA

VANESSA HAGENBECK CARRANZA

BEIRANDO O MAR, FLUINDO EM MOVIMENTO:
um experimento de dança.

ARACAJU

2023

VANESSA HAGENBECK CARRANZA

**BEIRANDO O MAR, FLUINDO EM MOVIMENTO:
um experimento de dança.**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC),
Relato de Experiência apresentado ao
Curso de Licenciatura em Dança como pré-
requisito para a obtenção do título de
licenciada em Dança pela Universidade
Federal de Sergipe (UFS).

Orientadora: Profa. Dra. Thábata Marques
Liparotti

ARACAJU

2023

VANESSA HAGENBECK CARRANZA

BEIRANDO O MAR, FLUINDO EM MOVIMENTO:

um experimento de dança.

Relato de experiência apresentado ao Departamento de Dança, da Universidade Federal de Sergipe, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de licenciada em Dança.

Aracaju, 11/09/2023

BANCA EXAMINADORA

Profª Dra Thábata Marques Liparotti (Universidade Federal de Sergipe)

Prof Dr Daniel Lino Evangelista (Universidade Federal de Sergipe)

Prof Dr Jonas Karlos de Souza Feitosa (Universidade Federal de Sergipe)

AGRADECIMENTOS

Quando eu tinha dezessete anos tinha o desejo de fazer faculdade de dança. Minha família não recebeu bem essa vontade na época, e me aconselhou fortemente para que eu não fizesse essa graduação. Foi uma variedade de argumentos negativos, os quais nem valem a pena escrever aqui. Hoje não sei dizer qual argumento me convenceu e porque eu não segui o desejo em cursar dança, só que segui outros caminhos e que depois de onze anos essa vontade reapareceu em minha vida.

Hoje, prestes a me formar em Licenciatura em Dança nesta universidade, essas memórias se fazem bem vívidas, porque sinto que o curso me proporcionou justo o oposto do que me diziam. Senti que na graduação cada docente abriu várias janelas de conhecimentos sobre o corpo que dança e o movimento, foi literalmente uma expansão de ideias, um lugar de diversos questionamentos, debates, discussões fervorosas, um lugar de muitas dúvidas e de muita busca pelo conhecimento também.

Tudo começou em 2018 quando conheci um aluno da graduação em dança em uma oficina oferecida pelo Sesc, e ele me fez um convite para fazer uma aula de Bianca Bazzo como ouvinte. A aula era de Africanias I, de 7 às 9 horas, e eu não sabia o que esperar – lembro que foi paixão à primeira aula. Me inscrevi no ENEM para dança no mesmo ano.

Eu já tinha trinta e um anos quando ingressei, era minha segunda graduação, mas foi uma formação completamente diferente. Eu estava mais madura, não estava fazendo a graduação apenas pelo diploma final, eu estava realmente aproveitando, degustando cada momento, cada discussão, gostava de estudar sobre o conteúdo, me demorar nas referências...enfim, eu amei cada minuto da minha graduação, e posso dizer que sentirei saudades!

Sempre admirei o corpo docente e hoje agradeço por todos os professores que conheci, e que de alguma forma, me ensinaram sobre dança, sobre arte e claro, sobre a vida. Bianca, obrigada por me guiar às minhas danças internas e viscerais, e a voltar cada vez mais perto da minha essência. Edna muito obrigada

por ser um exemplo de mulher que pode fazer tudo que quiser, em qualquer área que desejar...eu amei aprender sobre arte com você, seu jeito de ensinar é muito envolvente! Clécia muito obrigada por me ensinar a ser uma professora firme e ao mesmo tempo generosa, você me inspira a ser uma profissional cada vez melhor. Jonas muito obrigada por ensinar coisas complexas de uma forma tão clara e simples, eu me sentia aprendendo de forma leve e descontraída assuntos que eu acho difíceis de assimilar, como cognição por exemplo! Daniel muito obrigada por me ensinar a manter uma horizontalidade na sala de aula...obrigada pelos longos devaneios sobre estudos contemporâneos, entrei em conflito comigo mesma várias vezes, mas como isso foi importante!

Thábata, sempre te admirei por ser apaixonada pelo que faz, e desde o começo senti afinidade nos assuntos que você abordava em sala de aula, obrigada por me contagiar tão positivamente! Obrigada pela acolhida no GECA, por me aproximar dos estudos em corpoambiente, dos estudos sobre arte e ciência e também pelas motivações acadêmicas. Obrigada por me guiar nas escritas, é daí que venho descobrindo novas paixões nesse universo da dança...

Obrigada a meus amigos do Sutaques de casa, vocês são minha maior rede de apoio atualmente, e eu cresço muito quando estou com vocês. Eu admiro muito vocês como profissionais da dança. Adoro que nosso grupo consegue dialogar construtivamente e pesquisar, dançar, criar juntos. Aprendi com vocês a elogiar mais e criticar menos! Obrigada por tornarem o trabalho em grupo tão leve e prazeroso!

Por fim, agradeço a meu companheiro de aventuras e da vida, que me apoiou em todas as decisões independente de qualquer coisa, que esteve comigo nos momentos de medo mas também de felicidades! Obrigada por me ajudar a abraçar meu lado nerd sem sentir vergonha!

Parece mentira que estou realizando um sonho tão antigo! Sinto muita gratidão por todos que colaboraram para que eu chegasse até aqui. Tenho certeza de que a graduação expandiu muito o meu entendimento sobre a vida e sobre a pessoa e a profissional que eu desejo ser! Muito obrigada!

RESUMO

Esse trabalho tem como objetivo relatar uma experiência a partir de uma investigação de movimentos na beira do mar. Eu tenho experiência em diferentes técnicas corporais e linguagens de dança, mas desde antes e durante minha formação em licenciatura em dança tinha receio do meu vocabulário ser finito. Desejando criar algo mais autêntico, fui para o mar, mas me incomodava que ao improvisar eu repetia gestos que para mim eram cotidianos, vazios e mecanizados. A beira do mar me levou a experimentar novos movimentos, era 2021, eu estava na Licenciatura em Dança na Universidade Federal de Sergipe (UFS) e me aproximava do Grupo de Estudos em Corpo e Ambiente (GECA), o que me estimulou a querer pesquisar mais sobre isso. Desde o início do processo, junto às leituras sobre o entendimento ampliado sobre o corpo (Greiner, 2006), venho aprendendo sobre o movimento enquanto estou em movimento. Sobre a improvisação entendi que precisava dos estímulos apropriados (Gouvêa, 2012), e com a experiência pude discernir o que me paralisava, o que impedia o movimento fluir. Mudei a metodologia e experimentei os fatores de movimento de Laban (1978) e alguns verbos de ação para gerar gestos que me levassem a improvisar. Tomar esse caminho foi importante, pois hoje eu entendo que não estava tão aberta a jogar com o acaso, a improvisar livremente naquela época. Como os fatores estudam a qualidade do movimento de uma forma geral, eu consegui vivenciar algo novo, a cada dia pequenas mudanças, experimentando diferentes nuances do movimento. Me pareceu que ter uma rotina metodológica poderia ser limitante em uma livre improvisação, mas ela me mostrou caminhos possíveis. Improvisar não é apenas uma junção consciente de movimentos, mas é um estado de corpo permissivo, disposto a jogar com as incertezas do momento. Para ir ao encontro da incerteza é preciso desarticular seu vocabulário, aprender a fazer novas conexões com o que você já dança (Katz, 2006). Para encontrar seu movimento autêntico não se deve negar padrões repetitivos de nossa dança, deve-se conhecê-los bem e se necessário, repetir até surgir a mudança. Esse processo na beira do mar me ensinou que estou aprendendo a fluir em movimento em uma improvisação; continuo tentando desvendar minha própria expressividade a cada prática, entendendo a experiência como a vida em si, imprevisível, mas cheia de possibilidades.

Palavras-chave: Dança. Corpoambiente. Expressão. Improvisação.

ABSTRACT

This work aims to report an experience based on an investigation of movements at the seaside. I have experience in different body techniques and dance languages, but since before and during my training as a dance graduate I was aware that my vocabulary was finite. Wanting to create something more authentic from what I had already experienced, I went to the sea, but it bothered me that when improvising I was repeating gestures that for me were everyday, empty and mechanized. The seaside led me to try new movements, it was 2021, I was studying for a Dance Degree at the Federal University of Sergipe (UFS) and I was approaching the Body and Environment Study Group (GECA), which encouraged me to want to research more about that. Since the beginning of the process, along with readings about the expanded understanding of the body (Greiner, 2006), I have been learning about movement while I am in movement. Regarding improvisation, I understood that I needed protective stimuli (Gouvêa, 2012), and with experience I was able to discern what paralyzed me, what prevented the movement from flowing. I changed the methodology and experimented with Laban's movement factors (1978) and some action verbs to generate gestures that led me to improvise. Taking this path was important, because today I understand that I was not so open to playing with chance, to improvising freely at that time. As the factors study the quality of movement in general, I was able to experience something new, every day small changes, experiencing different nuances of movement. It seemed to me that having a methodological routine could be limiting in free improvisation, but it showed me possible paths. Improvising is not just a conscious awareness of movements, but it is a permissive state of body, willing to play with the uncertainties of the moment. To face uncertainty you need to disarticulate your vocabulary, learn to make new connections with what you already dance (Katz, 2006). To find your authentic movement, we must not deny repetitive patterns in our dance, we must know them well and, if necessary, repeat them until a change appears. This process at the seaside taught me that I am learning to flow in movement in an improvisation; I continue trying to discover my own expressiveness with each practice, understanding the experience as life itself, unpredictable, but full of possibilities

Keywords: Dance. Bodyenvironment. Expression. Improvisation.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	8
QUANDO EU ENCONTRO A DANÇA.....	12
O contexto pandêmico	22
QUANDO A DANÇA ENCONTRA O MAR	28
Como a pesquisa começou.....	31
QUANDO O MOVIMENTO ENCONTRA A EXPRESSÃO.....	38
Quando comecei a usar a metodologia atual.....	40
Após a perda, a reflexão.....	45
EXPERIMENTOS.....	47
Fluxo.....	48
Peso.....	54
Ondular.....	61
Torcer.....	62
Empurrar/puxar, deslizar, flutuar.....	63
Rolar.....	65
Para improvisar mais fluidamente.....	66
Repetir para transformar.....	67
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	68
REFERÊNCIAS.....	71

INTRODUÇÃO

Este estudo é um relato de experiência que visa narrar um processo de investigação de movimentos na beira do mar. Processo que começou por uma vontade de estar no mar como recurso pessoal de relaxamento em meio a pandemia do coronavírus em 2020. Nesse contexto eu estava cursando Licenciatura em Dança e me aproximava do GECA, o qual me estimulou a estudar mais sobre o corpo em movimento e suas relações, e também a pensar nessa experiência na beira do mar como uma pesquisa acadêmica em dança em 2021.

No início dessa experiência, no turbulento 2021, ainda não estavam claros meus objetivos com essa pesquisa. Me orientaram dizendo que eu estava produzindo conhecimento, e que depois resolveria o que fazer com isso. Confiei. Continuei me colocando na beira do mar, e hoje percebo as várias fases que passei, os erros e os aprendizados, os variados estados de corpo que fui, e o conhecimento que continuo produzindo, sintetizados em palavras neste relato.

Meu corpo tem experiência em diferentes linguagens e técnicas. Iniciei a frequentar diversas aulas na infância, tenho prática em balé clássico, dança moderna, *jazz*, yoga, dança contemporânea. As aulas de dança contemporânea foram para mim um momento de muitas descobertas e de expansão do entendimento do corpo que dança. Foi quando entendi que a dança é mais ampla que apenas executar passos de uma técnica, que há outras maneiras de se fazer poesia com o corpo, outros sentidos de estética, outras metodologias de ensino, enfim, que existem outras formas de pensar a dança.

Apesar dessas experiências prévias terem me proporcionado um vocabulário ao longo do tempo, eu ainda tinha receio dele ser finito, de que chegasse ao ponto de não servir mais como inspiração para minha dança.

Durante a pandemia fui para o mar. As ondas me empurravam com força pra longe, o toque da areia me abraçava, o movimento do mar me convidava pra uma dança..., me propus a improvisar, mas sentia um incômodo sempre que ia experimentar. Notei que improvisava sempre com os mesmos movimentos, sentia-os muito pensados, além de cotidianos, repetitivos. E assim encontrei um

problema para minha pesquisa: como acessar minha criação em dança de forma autêntica, usando a beira do mar como inspiração?

A improvisação não é apenas uma combinação consciente de movimentos, é um recurso para acessar o momento presente, em direção as zonas de indeterminação e do caos, nas palavras da pesquisadora de história da arte e psiquiatra Raquel Gouvêa. Para improvisar é preciso acessar um estado corporal em que não se dissocia corpo e mente, racional e emocional, assim conseguimos fluir em movimento, desvelando um corpo expressivo único, sem mais movimentos mecanizados e superficiais da nossa dança. (Gouvêa, 2012)

Os experimentos que a beira do mar me instigava a fazer eram criações a partir de improvisações, por isso eu defini que tinha como objetivo geral fluir em movimento na beira do mar, ou seja, acessar esse estado de corpo permissivo, conectado a experiência, revelando sua própria expressão e sua dança por meio da improvisação.

Precisava entender quais estímulos, qual matriz mínima usaria para iniciar a improvisação. Bastante influenciada durante o isolamento social pelo (não) uso dos sentidos e pelo estado corporal durante a pandemia do coronavírus, experimentei aguçar a percepção de cada sentido para encontrar novos movimentos na beira do mar. Mas essa estratégia não estava me ajudando, eu ainda não conseguia improvisar como gostaria, não estava fluindo em movimento. Pensando nisso, resolvi trocar a matriz mínima para improvisar e elegi o estudo dos fatores de movimento desenvolvido e sistematizado pelo dançarino, coreógrafo, e um dos maiores teóricos da dança do século XX, Rudolf Laban (1978) e também alguns verbos de ação para chegar em tal objetivo.

Como preferi realizar e registrar o processo inteiro sozinha, fiz a seguinte proposição metodológica para a pesquisa: encontrar algum lugar na praia que não fosse nem tão vazio nem tão cheio de pessoas, de modo que eu ficasse mais à vontade para improvisar e onde eu não me sentisse insegura; fazer alguma prática de concentração e atenção por vinte minutos sempre antes de começar a investigação; posicionar uma câmera em tripé para devido registro da experimentação do dia, distante aproximadamente seis metros de mim; depois

do experimento anotar a hora do dia, clima, estado da maré, se havia pessoas ao redor, assim como gravar áudios sobre as sensações/ percepções do momento.

As experimentações foram organizadas por momentos que seguiam a mesma ordem: primeiro experimentava o fator fluxo de movimento; em seguida experimentava o fator peso, tentando dissociar os pesos da cabeça, membros superiores e membros inferiores; depois experimentava os verbos de ação torcer, rolar, ondular, flutuar, arrastar, puxar, empurrar, deslizar (não precisava ser nessa ordem). E por último experimentava o tempo tendendo para desacelerado. Organizei os capítulos quase que seguindo a ordem cronológica das minhas percepções em relação a minha própria dança ou autoexpressão:

No primeiro capítulo, **quando eu encontro a dança**, conto um pouco da minha trajetória na dança, como comecei a dançar, as escolas que frequentei, as linguagens que me interessei ao longo desses anos através de memórias, com objetivo de compreender os paradigmas tradicionalistas que ainda trago em minha formação.

Nesse mesmo capítulo escrevo sobre o contexto pandêmico, subcapítulo que descreve como a pandemia e o isolamento social foram relevantes para que eu refletisse sobre os estados de corpo e suas relações. Como os sentimentos e emoções influenciam nossos corpos? Como a pandemia afetou nossas danças? Também objetiva refletir sobre problemas no ensino da dança que já existem e ficaram mais evidentes durante a pandemia, e de como é urgente abordar as sensações e outros sentidos no ensino, na direção oposta ao sistema capitalista que supervaloriza o sentido da visão no ensino predominantemente de cunho liberal, ao usar como únicos métodos a demonstração e a repetição dos conteúdos.

Como a dança encontrou o mar é um capítulo que fala do interesse em estudar o movimento de forma mais ampla e tem como objetivo analisar como surgiu o interesse em sair de ambientes fechados e dançar em um ambiente natural.

Quando a dança encontra a própria expressão conta como o desenvolvimento do experimento me levou a buscar minha própria expressão. Aqui objetivo discutir

o processo de investigação, acolhendo entraves e pensando em melhorias que melhor se alinhem ao objetivo geral.

No capítulo **experimentos** compartilho sensações, percepções, fotografias e vídeos feitos durante todo o processo. Os escritos do diário de campo estão sempre dispostos em grafia diferente para diferenciação.

Optei por apresentar as imagens neste trabalho fora do padrão acadêmico (ABNT), essa escolha se deu por entender que elas traziam em muitos casos uma sequência de movimento e que demandava uma outra forma de apresentação. Elas estão assim inseridas dentro do texto e não estão numeradas, tampouco possuem legendas.

QUANDO EU ENCONTRO A DANÇA

Tenho poucas lembranças da minha primeira infância, surgem como borrões em minha memória... lembro como e quando quis fazer aulas de dança, eu tinha sete anos e quis experimentar as aulas por influência de uma colega da escola. Mas foi tão importante esse evento pra mim, que é até hoje uma das minhas primeiras lembranças da infância.

Comecei a dançar balé clássico e logo quis praticar outras linguagens, como *jazz*, sapateado, dança do ventre e outras. Na verdade, eu queria experimentar diversos estilos de dança, mas por motivos de afinidade, acabei praticando balé clássico e *jazz* ininterruptamente por onze anos, em uma mesma escola de dança chamada Academia Sergipana de Ballet – a mesma era uma escola privada e estava localizada na cidade de Aracaju (SE). A pedagogia de ensino mais utilizada pela escola era de tendências tecnicista¹ e tradicional², onde o aluno é entendido metaforicamente como uma tela em branco³, onde o professor deposita o seu conteúdo, desconsiderando que seus conhecimentos prévios e suas experiências de vida sejam importantes no aprendizado da técnica proposta. Essa escola funcionava da mesma forma das academias de dança em geral: aula divididas por nível técnico, turma de corpo de baile (a turma com técnica mais avançada e que representava a escola em eventos externos e festivais), apresentações do

¹ As tendências pedagógicas são classificadas em dois grupos: as de cunho liberal, que abrange as pedagogias Tradicional e tecnicista, além da pedagogia Renovada e as de cunho progressista que abrange a pedagogia Libertadora e pedagogia Crítico-Social dos Conteúdos (Trindade, 2019). A pedagogia tecnicista é inspirada na teoria behaviorista da aprendizagem e na abordagem sistêmica do ensino. “A utilização de manuais didáticos de caráter tecnicista, com cunho instrumental, para os professores em formação é predominante. A racionalização do ensino, técnicas mais eficientes e o uso de meios são itens que a Didática instrumental está interessado.” (Trindade, 2019).

² Os métodos da pedagogia tradicional baseiam-se na exposição verbal e demonstração como principal meio utilizado pelo professor, e a repetição e reprodução em provas um recurso de aprendizado. Por isso, se faz necessário que o aluno ouça e preste atenção para poder auxiliar no momento da memorização, tornando o aluno um receptor (Libâneo, apud Trindade, 2019).

³ No século 17, o filósofo inglês John Locke definiu a mente humana como uma “tábula rasa” ou como uma folha de papel em branco, que seria marcada por impressões obtidas por meio das experiências e, a partir daí, surgiria o entendimento, a inteligência. Esse entendimento persiste implicitamente nas pedagogias tecnicistas e tradicional, onde ao aluno é depositado todo o conteúdo, sem considerar a influência das vivências estabelecidas anteriormente em seu aprendizado.

tipo espetáculo em teatro duas vezes ao ano, audições para escolha dos personagens do espetáculo e para entrar na turma de corpo de baile. Eu entrei na escola com sete anos e saí com dezoito, e vivi tudo isso, fui da turma do corpo de baile, usei sapatilha de pontas, fiz audições para concorrer a personagens, participava de todos os espetáculos da academia. Em retrospecto, reflito hoje como foi importante essa experiência de ter passado minha infância e grande parte da adolescência dentro desse ambiente. Tive uma base firme de formação técnica em balé e *jazz*, que me ajudou bastante a desenvolver minha dança de uma forma geral, mas também teve alguns aspectos não tão interessantes para minha formação enquanto jovem bailarina. Principalmente porque toda essa tensão para atingir uma certa habilidade técnica acabava gerando frustrações, incitava uma competitividade negativa entre as bailarinas da turma, comparações e cobranças em excesso com reverberações até os dias atuais, quando percebo ainda muita auto cobrança e uma idealização não real de bailarina que almejo ser. Depois de onze anos de prática, por outras questões como por exemplo minha entrada no pré-vestibular, resolvi sair do corpo de baile, na verdade parei de frequentar aulas de qualquer estilo de dança durante os anos 2006 e 2007.

Por algumas escolhas em relação a minha carreira profissional e qual faculdade prestar, saí de Aracaju e passei a morar em Niterói (RJ) aos vinte anos. Foi lá que voltei a dançar - experimentei danças de salão como samba de gafieira, *zouk*, salsa e forró de 2008 a 2010 e também pratiquei *liryca jazz*⁴ de 2010 a 2014. Praticava todos esses estilos em escolas de dança particulares na cidade de Niterói. Já havia entrado em contato com algumas aulas de dança contemporânea na cidade, mas essa linguagem era ainda incipiente na escola que eu frequentava, então não tive continuidade nas aulas.

Em 2015, após vinte anos das minhas práticas em dança, conheci a dança contemporânea. Agora estava morando na cidade do Rio de Janeiro, que apesar de ser bem próxima a Niterói, é diferente - é uma capital, era uma cidade maior e que pensava mais nas diversidades, era talvez mais aberta a inovações em dança e com mais espaço para a arte contemporânea. Eu me encontrava em uma nova

⁴ Linguagem de dança que une a técnica do *jazz* com ênfase na musicalidade e expressão das emoções.

fase da vida, já tinha concluído o ensino superior e estava um tanto mais madura também; queria conhecer novas escolas de dança, novas linguagens, novos grupos de dança, outros pensamentos. Fui experimentar as aulas de dança contemporânea no Centro de Movimento Deborah Colker (CMDC), inicialmente sem saber o que esperar, e tive uma boa surpresa. Senti uma forte identificação com a linguagem logo na primeira aula.

Era algo totalmente novo para mim, começávamos o aquecimento deitados no chão, e passávamos muito tempo investindo nessa relação com o mesmo. O aprendizado aconteceu aos poucos, e tiveram alguns momentos virada de chave⁵. Um que sempre me recordo foi quando a professora me disse que eu estava usando o termo errado ao perguntar sobre o passo. Que seria mais adequado eu usar o termo movimento, pois não existia uma relação de passos codificados que eu pudesse me guiar, portanto eu deveria tentar executar o movimento pensando nas próprias possibilidades corporais, como flexionar, estender, torcer, rolar, empurrar, e por isso deveria usar termos gerais do movimento e não passos codificados como em uma técnica fechada.

A mesma docente até criava apelidos para alguns movimentos, estes que em geral se relacionavam com imagens que facilitavam a execução, mas frisava que fazia isso pra facilitar o nosso entendimento, e que a gente poderia chamar o movimento como quisesse chamar, dando a entender que não era uma questão de codificar um gesto, mas sim de praticidade e de didática em sala de aula.

Outra virada de chave foi durante um exercício no chão. O exercício era lento e repetitivo, no começo eu achava um pouco entediante, mas depois fui entendendo que o tempo desacelerado me levava a prestar mais atenção ao que estava fazendo, na sensação do próprio toque das mãos, na temperatura do chão, do corpo relaxando cada vez mais e largando mais seu peso ao chão, soltando mais as articulações, isso tudo culminava em um momento de alta concentração no meu próprio corpo e em outra qualidade do movimento executado.

⁵ Termo usado para expressar momentos de conexão, entendimento, conscientização corporal.

Nessa mesma aula, comecei a perceber os desenhos recorrentemente feitos no espaço ao executar variados movimentos, eram espirais, semicírculos, círculos. E o que me instigava mais e foi outro momento virada de chave pra mim foi relacionar esses desenhos com as nossas próprias possibilidades corporais. Por exemplo senti que era mais fácil e ágil passar do nível baixo para o alto (ou vice-versa) através de um movimento em espiral; que ajudava usar o braço como uma alavanca no momento de saltar rente ao chão; que podia cair e recuperar sem me machucar, usando a oposição de forças do corpo, caindo em rolamento, protegendo os ossos protuberantes e as articulações.

Outro aspecto dessa aula de dança contemporânea que me estimulava era acessar uma movimentação mais fluida. Acessava movimentos que se conectavam melhor com outros para que houvesse maior fluxo, no sentido de dar continuidade, e não cessar o movimento, sem travas ou paradas bruscas.

Outro fato interessante dessas aulas foi perceber como o corpo pode aprender a mover também guiada por outras sensações e não apenas pelo que está vendo. Foi a primeira vez (ou uma das primeiras vezes) depois de muito tempo de prática de dança, que eu pude entender que para executar melhor um movimento eu não tinha apenas a observação e a repetição do professor como recurso, mas eu poderia também aprender a sentir o movimento, a prestar atenção no próprio corpo e suas sensações, assim como no movimento em si, como ele começava, qual trajetória seguia e como finalizava, maneiras de executar de forma que atingisse uma maior eficácia e um menor esforço.

Com o tempo isso me levou ao entendimento de que não precisava obrigatoriamente do espelho para conseguir o que a professora ensinava. O espelho me ajudava no início, mas depois eram ajustes finos que eu precisava encontrar no meu próprio corpo, com minhas sensações, ou seja, era uma prática muito ligada a consciência corporal.

É importante descrever aqui que na época eu não entendia a diferença entre dança contemporânea e estudos contemporâneos em dança. Mas estava no caminho para essa descoberta. Depois que entendi que o que estava aprendendo eram movimentos e não passos, fui ficando cada vez mais curiosa em relação a

esse novo mundo de possibilidades que se abria para mim, como descreverei a seguir. Somente na graduação conheci os estudos contemporâneos em dança e passei a refletir sobre o termo dança contemporânea.

Concordo com a professora e pesquisadora em dança Thereza Rocha, quando ela afirma “Dança contemporânea - belo nome. Se de fato intitulasse o que nomeia, no sentido de esclarecer o que evoca [...]” (Rocha, 2016, p.2).

A pesquisadora Flor Murta também traz reflexões sobre essa busca de significados do termo dança contemporânea:

A dificuldade em definir advém talvez do que José (2011) suscita, ao dizer que o termo dança contemporânea designa um campo de conhecimento amplo, aberto, vivo, pleno de possibilidades de criação e de processos em constante construção e transformação e, nesse sentido, não existe de fato “a” dança contemporânea, o que é coerente com dizer que pode não existir um conceito único, que dê conta de sua complexidade (Murta, 2013, p.3).

A dança contemporânea não é um estilo ou modalidade de dança mas um campo de conhecimento em constante transformação que conta com estudiosos de diversas áreas. Segundo André Lepecki⁶ (2010), na dança contemporânea o foco está no corpo e não no movimento, esse entendimento também é apontado nas pesquisas da professora e performer Eleonora Fabião:

[...] a dança contemporânea propõe uma revisão radical da definição tradicional de dança - mover-se ritmicamente acompanhando uma música e, em geral, seguindo uma sequência de passos. Em muita dança contemporânea não se encontrará passos, nem música e, talvez, sequer movimento (se compreendido exclusivamente como deslocamento no espaço) (Fabião, apud Murta, 2013, p. 8).

E essa dificuldade em encontrar definições leva-nos a mais reflexões que surgem a partir disto:

A arte contemporânea desontologiza o objeto de uma origem já dada - a arte -, antepondo, neste lugar de origem, a dúvida. O que é arte? O que é contemporâneo? O que é dança? O que constitui aquela dança como arte? Se a dança é contemporânea é porque ela deambula na direção da véspera de sua origem para abrir a fechadura que lhe põe o

⁶ André Lepecki é professor e pesquisador brasileiro e presidente do Departamento de Estudos da Performance da Tisch School of the Arts da New York University. Lepecki se destacou pelos estudos em dança e performance, arte contemporânea, curadoria e dramaturgia. Ele contribui regularmente para várias publicações de arte nos Estados Unidos, no Brasil e na Europa, incluindo *The Drama Review*, *Art Forum*, *Performance Research*, *Contact Quarterly*, *Theaterschrift* e *Nouvelles de Danse*, dentre outras.

conceito. Sair do jogo dos pressupostos que diz: Sabemos o que é dança. Dancemos a partir daí., para dizer: A dança não se sabe. A dança não se sabe nunca. Voltemos sempre aí [...] (Rocha, 2009, p.4-5).

Independente de qual termo foi usado, estudos contemporâneos em dança ou dança contemporânea, as práticas que tive no CMDC me levaram a várias reflexões e questionamentos sobre o que é arte, dança e dança contemporânea.

Além da técnica de movimentação no chão, durante as aulas de dança contemporânea conheci também a técnica de improvisação e contato improvisação. Aprendi que improvisar não é só dançar o que sabemos, combinar movimentos espontaneamente, é mais que isso, como afirma a atriz e pesquisadora das artes da cena Marina Elias, “[...] é um espaço de reinvenção do movimento [...]. Improvisar em dança, em qualquer que seja o contexto, provoca o bailarino a experimentar-se e reinventar a própria dança.” (Elias, 2015, p.174):

Improvisar é, sobretudo, jogar, e sabemos que jogar é uma maneira de se relacionar com o mundo. O jogo é um atributo da vida que está presente em todas as organizações, humanas e da natureza, e em todas as relações sociais. Jogar dançando, ou dançar jogando, sugere extrapolar a noção de improvisação como livre combinação de passos codificados, de movimentos já sabidos e experimentados. Sugere relacionar-se com o tempo e o espaço, balizado por alguma estrutura, mas sem saber de fato do que o corpo será capaz naquele instante (Elias, 2015, p.174).

Improvisar durante as aulas não era fácil, mesmo tendo bastante experiência com dança, e a dificuldade foi ainda maior para mim, quando passamos a praticar o contato improvisação. Nessa prática jogamos com o acaso, mas agora na relação com o outro a partir do contato, assim como comenta a mestra em educação, Ana Maria Alonso Krischke (2012):

Contato Improvisação é uma prática corporal de improvisação com foco na relação. Inspira-se no encontro entre as pessoas para além das palavras, em que a lógica e o significado não estão predefinidos em termos de movimentos. O que vai defini-los são os corpos e o meio que compartilham. [...] cria comunicação com a oportunidade de, ao mesmo tempo, jogar com paradigmas socioculturais e também recriar o mundo, por meio do diálogo de interações a cada encontro. Em Contato Improvisação parecia se potencializar essa dupla relação entre o que o corpo, com sua história, traz e o que está no corpo sendo aberto, acontecendo no jogo, inesperado (Krischke, 2012, p.15).

Logo percebi que tinha dificuldades quando praticávamos a improvisação e o contato improvisação, e na época eu entendia essas práticas como algo ligado ao teatro, porque sentia certa inibição ao fazer. Sentia angústia em relação ao inesperado e também certa vergonha ao encarar outras pessoas.

Mesmo com essas dificuldades, continuei indo às aulas, e percebi minha improvisação melhorar ao longo do tempo, assim como a minha movimentação no chão. Comecei a frequentar essas aulas aos vinte e sete anos e não sentia limitações, na verdade elas só me instigavam a querer conhecer mais sobre consciência corporal, sobre o gesto, sobre arte e mais ainda sobre o corpo que dança, o que contribuiu para nutrir meu desejo em ingressar no ensino superior em dança, que aconteceria após alguns anos...

Tudo isso era muito novo em minha vida, que tinha como aprendizados anteriores o balé clássico e o *jazz*, os quais contam com outras concepções em relação a dança: ambos possuem predominantemente em suas metodologias de ensino a visualização da execução e sua repetição; ambas as técnicas possuem gestos codificados; se relacionam com os planos de maneira diferente da dança contemporânea que eu aprendi, utilizando bastante a verticalidade do corpo; exploram bastante as amplitudes articulares, relacionam-se com a gravidade de outras formas; prezam pela padronização dos corpos e de seus movimentos em suas concepções técnicas.

O entendimento de beleza que o balé clássico e o *jazz* trazem em suas formas de fazer arte se relaciona com a eficácia que se espera de um atleta, com a altura do salto da bailarina, com a quantidade de giros que ela executa sem perder o equilíbrio, com seu alongamento; mas também com a leveza que ela expressa (apesar de toda força nos membros inferiores); com a quantidade de piruetas que ela executa. É diferente da construção do belo na dança contemporânea, onde beleza pode estar em qualquer movimento ou até mesmo no não movimento, pois pode valorizar a força do sentimento expresso em cena, a possibilidade de mudar perspectivas, mover ideias ou concepções fechadas sobre pensamentos, é o que traz Murta em seus estudos sobre Cláudia Muller, artista e doutora em artes:

Segundo Muller, na construção da dança contemporânea, não importam apenas os atributos físicos ou movimentos virtuosos que colocam o

espectador numa posição de contemplação. Pelo contrário, a mesma convida o público a construir conjuntamente o sentido da obra. São também questões que dizem respeito aos artistas ligados a essa dança, segundo a autora: o desejo de aproximação entre arte e vida, o discurso (com, sobre e a partir da dança contemporânea), o sistema, a inserção da obra e do artista [...] (Murta, 2013, p.10).

Ainda sobre essas diferenças entre as linguagens, o pensamento de Eloísa Domenici é resgatado no mesmo texto de Murta, e explica bem sobre o entendimento ampliado do que é movimento de dança:

Há algumas décadas a definição do que é dança vem sofrendo modificações profundas e, como consequência, também a ideia sobre o que é “movimento de dança”. Enquanto no ballet e na dança moderna, movimento é sinônimo de amplas viagens angulares dos segmentos corporais e/ou grandes deslocamentos pelo espaço, no pensamento contemporâneo essa noção deve incluir também os micro-movimentos articulares ou a simples modificação dos estados tônicos do corpo: modificações sutis provocadas pela modulação da tensão muscular que modificam a qualidade do movimento. (Domenici, apud Murta, 2013, p.9).

Uma observação relevante é que em relação a consciência corporal, posso dizer que já tinha conhecimento anterior porque já havia praticado outras linguagens, como a Yoga, inclusive o balé clássico também é uma técnica que trabalha bastante a consciência corporal, a depender da metodologia utilizada. As aulas que eu frequentei na Academia Sergipana de Ballet não traziam em suas metodologias a construção de uma consciência corporal. Consistia no aprendizado apenas através da demonstração da professora com repetições até conseguir executar corretamente o passo. Além disso, recordo que eram usadas metáforas para corrigir posturas e exercícios que só atrapalhavam o aprendizado, como “não sente no quadril”, “abra o peito”, “aperte a bunda”; “respire direito”. Essas metáforas usadas são equivocadas se pensadas em um trabalho de conscientização corporal, são vagas e limitadas, e podem atrapalhar o processo de aprendizagem do aluno.

As metáforas têm ganhado bastante importância nas pesquisas sobre ensino de artes. Os pesquisadores cognitivos, Lakoff e Johnson (2006) elucidaram que as metáforas não são apenas figuras de linguagem, elas estão em nossa linguagem verbal e não verbal cotidianas, pois fazem parte de um processo cognitivo

chamado procedimento metafórico do corpo, ou seja, o corpo conhece o mundo, os outros, a si mesmo, a dança por meio de metáforas (Lakoff e Johnson apud Greiner, 2006). Christine Greiner, autora, pesquisadora e professora em comunicação e artes, elucida mais sobre as metáforas nos estudos da cognição:

Na etimologia da palavra metáfora, nascida no grego, o significado primeiro já é o de “transferência ou transporte. O diferencial da pesquisa de Lakoff e Johnson é que metáfora tem sido entendida sempre como uma questão que diz respeito à característica da linguagem, uma matéria de palavras ao invés de pensamento e ação. No entanto, afirma os autores, a metáfora é mais do que isso. Nosso sistema conceitual é metafórico por natureza: um modo de estruturar parcialmente uma experiência em termos de outra. Quando conceituamos, há um transporte de informações e este é sempre, e inevitavelmente, de natureza metafórica (Greiner, 2006, p. 44).

A professora e pesquisadora em Dança Lenira Rengel, estuda o uso adequado das metáforas no processo de ensino-aprendizagem da dança. A mesma argumenta que pelo fato de não pensarmos sem sentir, é que se comprova facilmente que não podemos dissociar corpomentemente⁷, e que as metáforas dialogam, transitam entre o sensório-motor e as experiências subjetivas, a abstração, o pensamento, segundo Sueli Ramos, mestra e pesquisadora em dança (Rengel, apud Ramos, 2021):

O proceder de metáforas organiza o trânsito entre ação-palavra, razão-emoção, sensório-motor. Desta maneira, compreendendo o procedimento metafórico como um processo cognitivo do corpo e utilizando-o como elemento nuclear para esta organização de saberes, apontamos para a possibilidade de (re)organizar procedimentos metodológicos para o ensino de Dança, que possam atuar como contributos para uma sistematização de experiências e aprendizagem do movimento, por meio do uso de metáforas verbais e gestuais (Ramos, 2021, p.11).

Assim como as metáforas fazem parte do processo cognitivo, imitar o outro acontece por um processo neurocognitivo e faz parte do nosso aparato nervoso, ou seja, a imitação também é importante e acontece mesmo inconscientemente em nosso processo de aprendizado motor. Marcos Bragato, professor e doutor em comunicação e semiótica fala sobre a importância da imitação para os seres

⁷ A grafia corpomentemente junto, visa grifar a ideia de não separação. É uma grafia utilizada por diversos autores, sobretudo nos estudos em Dança, como Jussara Miller, Lenira Rengel, Helena Bastos.

humanos quando escreve “Criamos, é verdade, mas também imitamos; essa combinação é a que nos proporciona um perfil diferenciado dos primatas não humanos...” (Bragato, 2010, p.2). Esse ensinamento surgiu a partir da descoberta dos neurônios espelho:

a descoberta do sistema de neurônios – espelho (SNE) (Rizzolati et al) fornece agora a possibilidade de compreensão da ação e/ou da intenção do observado pela ativação subliminar nos circuitos neuronais fronto-parietais; ou seja, imitamos inconscientemente as ações dos outros e, conseqüentemente, compartilhamos de alguma forma os atos realizados por outros indivíduos; e não como se cogita muitas vezes, nas artes e humanidades, que os processos imitativos operam apenas quando o observador intenta imitar (Bragato, 2010, p.1).

Esse conhecimento sobre procedimentos cognitivos e suas abordagens nas práticas metodológicas das aulas que eu frequentava justificam a dissociação das diferentes linguagens que eu fazia na época. Quando comecei a praticar dança contemporânea não quis mais praticar balé clássico, seja por essas discrepâncias supracitadas nas formas de pensar a dança, ou talvez porque eu não conhecia outras metodologias de ensino para o balé clássico na época. Isso pode ter contribuído para que eu quisesse esquecer do meu passado como bailarina clássica, e junto a isso veio também um proposital abandono do meu repertório referente aos códigos do balé que vou vir a notar mais à frente em minhas práticas, quando for me dedicar aos estudos da improvisação em dança.

Depois que retornei à Aracaju, em 2017, continuei praticando dança contemporânea em outros espaços, sempre querendo aprender mais sobre essa forma de arte. A dança contemporânea continuou me estimulando a conhecer cada vez mais sobre o corpo em movimento e aquela vontade de entrar no curso da Licenciatura em Dança na UFS se concretizou, ingressei no curso no primeiro semestre de 2019. Foi no contexto acadêmico que pude aprofundar vários entendimentos sobre o corpo, pude refletir sobre vários questionamentos, muito bem acolhidos nos estudos contemporâneos em dança, nos estudos sobre improvisação, sobre desenvolvimento motor e cinestesia, enfim, no estudo sobre corpo em movimento.

Mesmo com tantos conhecimentos estudados, e tendo um conhecimento prévio de variadas linguagens da dança, eu ainda tinha certo receio em relação aos

meus movimentos: pensava que eles se esgotariam, que eles fossem finitos. Posteriormente em minha formação vou vir a entender que o conhecimento/movimento não finda, ele é reinventado, ressignificado a todo instante, porque nós mesmos estamos sofrendo mudanças a todo instante enquanto estamos em vida.

O contexto pandêmico

Saber o contexto em que eu estava é importante para entender como iniciei essa pesquisa. Estava em 2020, era o início da pandemia mundial ocasionada pelo coronavírus, noticiada oficialmente no mês de março desse ano, segundo o site da Organização Pan-americana de Saúde (OPAS):

Em 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que o surto do novo coronavírus constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) – o mais alto nível de alerta da organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional. Essa decisão buscou aprimorar a coordenação, a cooperação e a solidariedade global para interromper a propagação do vírus. Em 7 de janeiro de 2020, as autoridades chinesas confirmaram que haviam identificado um novo tipo de coronavírus, (...) em 11 de fevereiro de 2020, recebeu o nome de SARS-CoV-2. Esse novo coronavírus é responsável por causar a doença COVID-19. Em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi caracterizada pela OMS como uma pandemia. O termo “pandemia” se refere à distribuição geográfica de uma doença e não à sua gravidade. A designação reconhece que, no momento, existem surtos de COVID-19 em vários países e regiões do mundo (OPAS, 2021).

Eu seguia à risca o isolamento social aconselhado pelos órgãos sanitários, e por isso quase não saía de casa. Relembrando aquele tempo, hoje eu entendo que além de me privar de ver outras pessoas genuinamente por segurança, havia também um corpo parado/paralisado por todas as questões que estavam nos ameaçando. Na verdade, tudo estava paralisado naquele momento. Os órgãos oficiais de saúde perderam o controle da doença, que já ultrapassava quase todas as fronteiras das principais capitais do planeta em questões de dias, por conta de intensas redes de conexões entre países, através da transmissão em massa em aviões, aeroportos, restaurantes, igrejas, e demais lugares fechados.

Primeiro lembro que nos ensinaram a lavar as mãos corretamente. Depois a usar o braço para proteger as mãos ao tossir. Usar cotovelos era o nosso cumprimento nas ruas. Ensinaram a usar álcool 70% sempre. A não abraçar mais as pessoas. Ensinaram a usar máscaras, o jeito correto de usar, a máscara certa, não podia mais ser máscara de pano, ou deveria ter mais camadas, ou deveria ser de tal material, mas não poderia usar aquela que protegia mais porque se não as pessoas com mais dinheiro iriam comprar o estoque todo e os profissionais de saúde não conseguiriam se proteger adequadamente para conter essa doença que só crescia, crescia...e assustava todo mundo com imagens de hospitais lotados - gente morrendo em casa, no meio das ruas, lugares que não tinha nem mais chão para enterrar os seus.

Essa reportagem de dezembro de 2020 publicada no portal de jornalismo da Globo (G1) fala sobre essa fase que o Brasil viveu:

A alta de casos de Covid-19 em Manaus fez com que a prefeitura da cidade precisasse preparar novas áreas em cemitérios para enterrar os mortos vítimas da doença. No Cemitério do Tarumã restam apenas mais 80 vagas para receber mortos pelo novo coronavírus – foi lá que aconteceram os enterros coletivos em valas durante o pico da doença, em abril e maio. Nesta quarta-feira (30), agentes da prefeitura tiveram de preparar outra área no Cemitério do Tarumã para receber mortos por Covid. Nesse terreno serão disponibilizadas outras 1.026 vagas (G1, 2020).

Essa outra reportagem da produção jornalística British broadcasting corporations do Brasil (BBC Brasil) mostra o colapso funerário que se destacou no Equador em abril de 2020:

Ao redor do mundo, milhares de imagens de cidades vazias e hospitais em colapso por conta da pandemia do novo coronavírus tomam conta dos noticiários. Nas últimas semanas, imagens chocantes também são vistas na cidade equatoriana de Guayaquil. Dali, circulam diversos vídeos e testemunhos sobre pessoas morrendo nas ruas e corpos esperando dias para serem coletados em casa. A província de Guayas, onde Guayaquil está localizada, registrou, ao menos segundo os dados oficiais até 1º de abril, mais vítimas da covid-19 do que países latino-americanos inteiros (...) O colapso do sistema funerário, como resultado dessa crise, é grande e o presidente do Equador, Lenín Moreno, teve que formar uma força-tarefa conjunta para enterrar todos os mortos (BBC Brasil, 2020).

Cada país agiu de um jeito, teve lugares com maior impacto no número de mortes e de pessoas com sequelas, e isso tem a ver diretamente com o comportamento das pessoas de cada país ou região, e claro, com a gestão do governo da época. A gestão do governo federal brasileiro durante a pandemia foi vergonhosa. O governo deixou de investir em aparelhamento de hospitais, em ações educativas e de supervisão e em vacinas, para investir em remédios que cientificamente não tinham comprovação no tratamento da doença pelo coronavírus, como mostra essas três reportagens a seguir. A primeira, do portal jornalístico Brasil de Fato, de maio de 2021, que fala do colapso nos hospitais em Manaus:

No fatídico 14 de janeiro de 2021, nas UPAs de bairro e nos principais hospitais de Manaus, cilindros de oxigênio vazios foram entregues aos familiares dos pacientes para que tentassem enchê-los em tempo de evitar as mortes. A empresária Denise Azevedo não conseguiu. A irmã dela morreu uma hora antes da chegada do cilindro cheio. Dias antes das mortes por asfixia, um e-mail enviado pela empresa White Martins foi ignorado pelo Ministério da Saúde. A empresa solicitava apoio logístico imediato para o transporte de 350 cilindros de oxigênio gasoso à Manaus. De 8 a 14 de janeiro, das 1057 mortes registradas na capital amazonense, 46% foram em decorrência da Covid-19, segundo a Prefeitura Municipal. Ainda em janeiro, um inquérito foi aberto pelo Supremo Tribunal Federal (STF) para investigar a conduta de Pazuello no colapso em Manaus. No mês passado, foi a vez do Ministério Público Federal ajuizar uma ação contra o general pela omissão no fornecimento de oxigênio aos pacientes (Brasil de fato, 2021).

Essa segunda reportagem, da BBC Brasil em janeiro de 2021 fala sobre o investimento errado baseado na negação aos dados científicos comprovados na época:

O governo do presidente Jair Bolsonaro (sem partido) já gastou quase R\$ 90 milhões com a compra de medicamentos sem eficácia comprovada no tratamento da covid-19, como cloroquina, azitromicina e o Tamiflu. Ao mesmo tempo, ainda não pagou o Instituto Butantan, que entregou as primeiras doses de vacinas aplicadas no Brasil. Desde o início da pandemia, tanto o presidente da República quanto o ministro da Saúde, Eduardo Pazuello defenderam o chamado "tratamento precoce" para a Covid-19 — ou seja, o uso de medicamentos como os citados acima nas fases iniciais da doença. Os medicamentos, no entanto, se mostraram ineficazes em diversos estudos rigorosos realizados ao redor do mundo. Renato Grinbaum é médico infectologista e consultor da Sociedade Brasileira de Infectologia (SBI) e reitera que o "tratamento precoce" não tem eficácia comprovada e não deve ser adotado (BBC Brasil, 2021).

Essa última reportagem da rede de notícias Cable news network no Brasil (CNN Brasil), fala sobre a má gestão do governo brasileiro em 2022 e 2021 respectivamente:

De acordo com o painel de dados do COVID-19 da OMS, o Brasil é o terceiro país no mundo com mais casos confirmados. Até segunda-feira (28), 29 milhões de pessoas foram infectadas. Apenas Estados Unidos (79 milhões) e Índia (43 milhões) ficam à frente. Em relação aos óbitos por covid, o Brasil é o segundo país no ranking da OMS – 658 mil pessoas morreram em decorrência da doença até março deste ano. Em janeiro de 2021, o Brasil foi considerado o pior país do mundo na gestão da pandemia. A avaliação foi feita pelo instituto australiano Lowy Institute, que faz pesquisas independentes sobre a gestão da pandemia em diferentes países, e analisou quase 100 estudos de acordo com critérios como casos confirmados, mortes e capacidade de detecção da doença (CNN, 2022).

Foram tantas ações de negacionismo da ciência e irresponsabilidade durante essa gestão, tantas mortes que poderiam ser evitadas, que me decepciona ver que esses políticos ainda estão em liberdade nos dias de hoje. Aconteceram muitas coisas que até hoje quando lembro sinto profunda tristeza. Naquela época já estávamos em profundo estado de choque, raiva, tristeza, e creio que por questões de adaptação, para que eu não sofresse tanto, preferi parar de ler as notícias. Mas como esquecer do que aquela doença estava fazendo com nossas vidas? Como não ficar indignada com o que aquele governo estava fazendo com nosso país? Não podia sair de casa, não podia socializar, e se fizesse era sempre com uma sensação ruim, com a possibilidade de contrair a doença e/ou transmitir para alguém mais frágil e a pessoa vir a falecer. Era tudo muito intenso e dramático. Era tempo mesmo de ficar em casa, sozinhos e isolados. Foi um momento de reflexão para muitas pessoas e em coletivo.

Nos primeiros anos da pandemia, com o medo do desconhecido e a angústia de não saber o que fazer naquele momento, tive a ansiedade aflorada em minha vida. Em tentativas de acalmar o fluxo incessante de pensamentos negativos, eu me mantive distanciada dos noticiários e tentava estar em movimento. Dançava quase todos os dias, fazia aulas e cursos online, meditava. Depois de algumas crises de angústia, comecei a anotar meus pensamentos e aflições, em uma espécie de diário pandêmico.

Ao abri-lo depois de alguns meses, em meio a várias páginas em branco (que pra mim diziam muitas coisas) havia uma única frase que dizia “saudades do cheiro da cidade sem medo”. Ler isso me impactou, lembrei que escrevi no dia que saí de casa após longo período isolada. Era um dia lindo e ensolarado, mas eu senti falta daquele estado de corpo⁸ sem ansiedade, e do movimento da cidade sem medo. Fiquei pensando como eu percebia meu corpo e os outros no mundo em um ambiente envolto por sentimentos de medo, angústia e ansiedade. Foi aí que comecei a pensar mais sobre as sensações, os sentidos, o corpo e seus comportamentos em determinados contextos.

O estado de corpo na pandemia era algo que eu pensava bastante. No início do isolamento social, as pessoas andavam tensas nas ruas, os desconhecidos que normalmente se cumprimentam no meu bairro quase nem se olhavam mais. Os familiares se falavam de longe, alguns preferiam nem se ver para não ceder à vontade de se tocar, já que estávamos proibidos; outros achavam toda essa restrição um exagero. Em encontros de pessoas em geral, era curioso ver, algumas pessoas esboçavam o gesto para abraçar o outro, que as vezes dava alguns passos para trás com hesitação. Alguns davam aquele abraço meio envergonhado, outros se encolhiam sem reação.

Eu observava também como estavam nossas relações quando não podíamos tocar o outro; quando não podíamos sentir o cheiro do outro porque estávamos distantes demais, ou com o nariz coberto pela máscara; quando nosso alcance visual se limitava aos muros de casa ou da janela do apartamento; como era difícil ver o outro quando não sabíamos direito como era sua expressão facial, que estava escondida pela máscara. Ou quando a gente não provava mais os sabores da rua porque geralmente comia em casa. As emoções, sentimentos e a percepção dos sentidos mudaram rapidamente nessa época de nossas vidas, e isso refletiu diretamente em nossos corpos, em nosso estado de corpo, e em nossas relações. Como estaria então nossa dança nesse momento único de nossas vidas? Como nossas sensações influenciam nosso estado de corpo?

⁸ A ideia de estado de corpo ou estado corporal será explicada a frente a partir dos escritos de Greiner (2006).

Os diferentes estados corporais modificam o modo como a informação será processada e o estado da mente pode ser entendido como uma classe de estados funcionais ou de imagens sensório-motoras com autoconsciência. Estes estados são gerados o tempo todo mas nem sempre são detectados visivelmente (Greiner, 2006, p. 64).

A mesma autora continua a explicar como os estados corporais influenciam aquilo que se torna visível no corpo:

Quando se começa a estudar o corpo a partir de estados diferentes (e, muitas vezes simultâneos), é como se identificássemos múltiplos escaneamentos nos quais imagens se atravessam umas às outras e mudam a cada instante.” Embora, como diz Damásio, o fluxo de imagens (que ele chama de pensamento) seja intenso e ininterrupto, é provável que haja especificidades no que diz respeito ao modo como tais imagens se organizam, significam (ou não) e se tornam (ou não) visíveis (Greiner, 2006, p. 109).

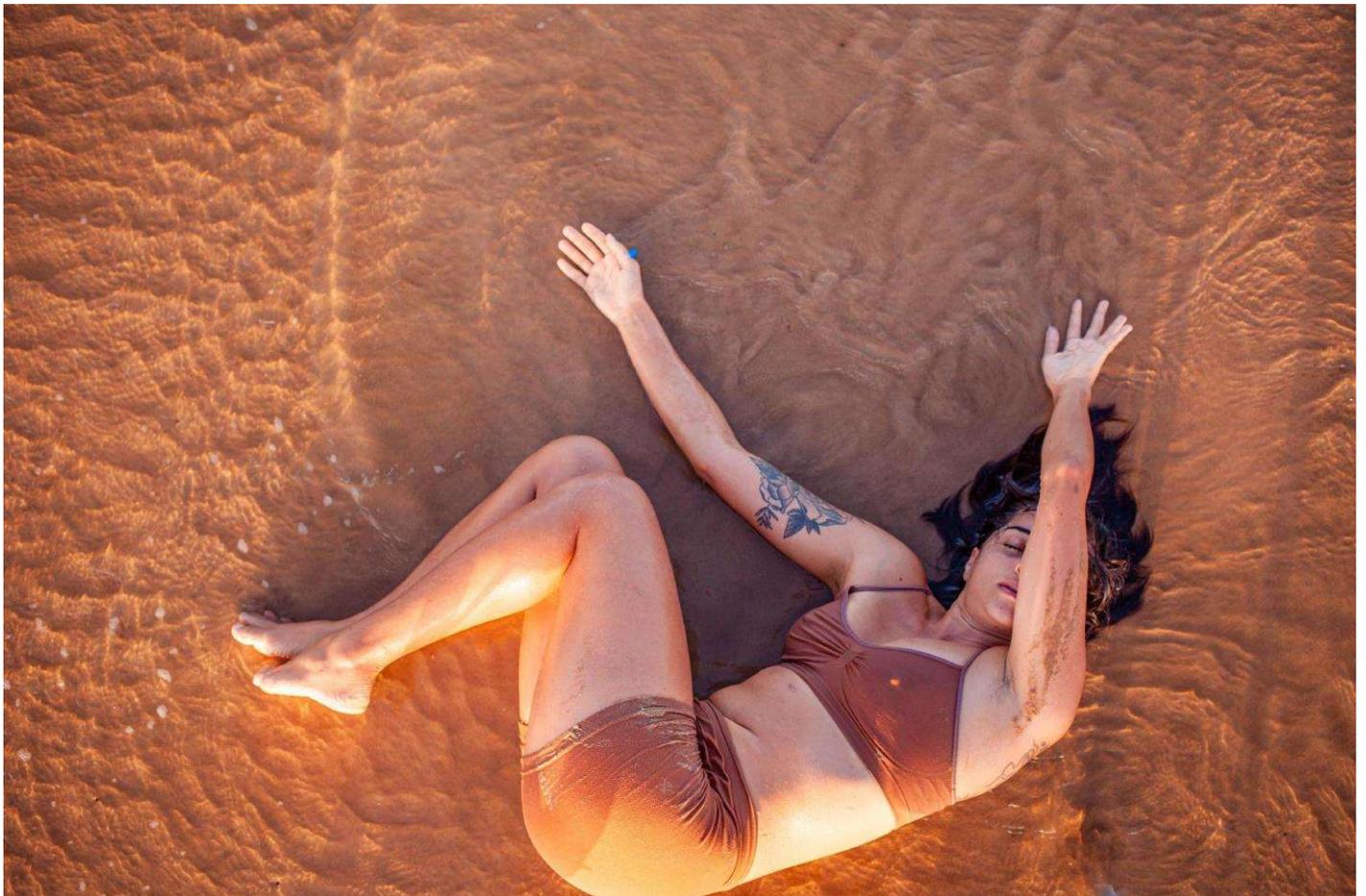
Na situação em que vivíamos na pandemia, os encontros aconteciam em sua maioria em ambientes virtuais. Nesse contexto, eu refletia na dança que surge em meio à supervalorização da visão, e ainda, em meio à visão sem reciprocidade, pois mesmo considerando que as duas câmeras estivessem ligadas em uma interação com outra pessoa, ao olhar uma tela você vê o olho da pessoa com a qual se relaciona, mas não olha no olho dela, ou seja, não há uma troca tal qual num encontro presencial. Me identifiquei com as palavras da professora doutora Isabel Marques quando a mesma discorre sobre dança em ambiente pandêmico, citando Boaventura dos Santos (SANTOS, apud MARQUES, 2020):

Temos portanto que estar atentos ao que Boaventura dos Santos (2019) nos lembra: a visão sem reciprocidade, no mundo ocidental capitalista, patriarcal e colonialista, estaria no topo da hierarquia dos sentidos por ter sido associada à cognição, ou seja, à mente – a supremacia da visão excluiu e relegou a segundo escalão os outros sentidos, diga-se de passagem, cruciais para o dançar dialógico, consciente, sensível (Marques, 2020, p. 167).

Tinha essa mesma percepção de que na pandemia estávamos usando o sentido da visão demasiadamente e sentia um certo incômodo em como as aulas de dança aconteciam. Na verdade esse processo já vinha acontecendo antes, como explica a professora:

A visão como única e mais importante forma de ensinar e aprender dança já havia de certa forma sido posta de escanteio pelo movimento somático das décadas de 1980/90. Esse movimento garantiu às aulas de dança um maior cuidado com o corpo, e principalmente, que o corpo fosse percebido a partir de si mesmo. Infelizmente, tenho forte convicção de que a supremacia da visão a que estamos assistindo nas redes não é um mero retrocesso, mas um retrato fiel do pequeno alcance da inclusão de uma educação sensível no mundo do ensino da dança. Novamente, vejo que a pandemia somente colocou lentes de aumento naquilo que já estava acontecendo (Marques, 2020, p. 167).

QUANDO A DANÇA ENCONTRA O MAR



Registro feito pela cinegrafista para o edital do Festival de Ecoperformance / 2021

Tenho poucas lembranças da minha primeira infância, surgem como borrões em minha memória... lembro de estar no mar no colo da minha mãe, e de passar por ondas enormes. Eu nasci em Aracaju, uma cidade praiana, e sempre gostei do mar, apesar de nutrir sentimentos contraditórios tanto de medo como de

admiração por ele. Após alguns anos de experiência, hoje entendo um pouco mais sobre seus movimentos, como entrar e sair em segurança, como notar presença de buracos, como lidar com ondas inesperadas. Sinto que o aprendizado e a experiência com o mar estão sempre em movimento, vão mudando com o passar dos anos...

Durante a pandemia, por necessidade de sair um pouco do isolamento restrito à minha casa e do forte desejo de me desvencilhar da dança que ocorria através de telas de celulares e computadores, passei a ir frequentemente sozinha a praia. Deitava na beira do mar, sentindo a areia quente e a fina camada de água apenas porque gostava, era onde me sentia bem naquela época. Gostava de sentir a água ir e vir e de sentir meu corpo sendo movido por sua força... eram momentos de reflexão e de auto percepção, como uma meditação a beira mar.

Achava interessante não ter certeza como o movimento das ondas viriam - muitas vezes eu era surpreendida com alguma mudança no ritmo das ondas ou com uma força maior do que eu esperava. A imprevisibilidade me instigava, gostava do risco inerente que era estar exposta a aquela situação. O termo onda aparecia com muita frequência nos tempos da pandemia mundial do coronavírus, era uma metáfora usada para explicar a maneira como aconteciam as transmissões do vírus coletivamente. Eu refletia também sobre o termo imprevisibilidade – por mais que a gente tenha consciência que a vida é imprevisível, naquele momento parecia que era ainda mais.

As aulas da faculdade que estavam suspensas retornaram no mês de outubro de 2020 de forma remota. Foi neste ano que eu comecei a participar do GECA. Fiquei surpresa e senti muita identificação com as pesquisas do grupo, pois eles pesquisavam o que eu gostava de experimentar e o que eu achava interessante de notar/ pensar quando eu estava em um contexto descontraído na natureza.

Participar do GECA me trouxe memórias do que eu fazia na época que eu morava no Rio de Janeiro (2015/2016). Concomitante as aulas de dança contemporânea, eu experimentava os ensinamentos aprendidos em sala de aula em meio a natureza, era um ambiente que me instigava a explorar mais possibilidades de movimento. Eu gostava de experimentar movimentos mais naturais, orgânicos,

no sentido de serem movimentos possíveis dentro das minhas possibilidades articulares, motoras e criativas, não apenas movimentos codificados por alguma técnica.

Nesse período eu fazia muitas trilhas, gostava de explorar os ambientes - eu testava as melhores maneiras de pisar nas pedras ao fazer uma trilha, como usar os apoios das mãos e as alavancas dos braços pra subir um algum lugar; explorava rolamentos e espirais na beira do rio, tentava entender os melhores apoios ao passar por troncos de árvore. Quando aponto os melhores apoios nesse contexto quero dizer a maneira como eu me colocava no ambiente, como encontrava segurança pra não cair ou se machucar e conseqüentemente encontrava uma fluidez nos movimentos, sem travas, sem pausas bruscas, me adaptando aos obstáculos.

Eu não sabia o que significava mover tendendo para o fluxo contínuo na época, apenas gostava de me sentir assim. Só na graduação entendi o que eu gostava de explorar em minha dança, quando tive contato com o estudo do sistema Laban/Bartenieff. O entendimento de como utilizar os fatores de movimento elucidados por Laban (1978) aconteceu quando li as obras de Rengel (2005) e Ciane Fernandes (2006), esta que é professora, doutora e pesquisadora em artes cênicas. Laban foi um estudioso de diversas áreas, como desenho, artes plásticas e arquitetura, e talvez por isso trouxe uma percepção abrangente do movimento em sua sistematização (Fernandes, 2006). A LMA (Laban Movement Analysis (depois categorizado Laban/Bartenieff em colaboração com sua aluna Irmgard Bartenieff) permite descrever não apenas o movimento humano e a natureza mas a arte em geral, é o que Fernandes explica:

A LMA permite delinear as características principais da obra de arte – desde as artes plásticas, arquitetura e literatura até a música e o vídeo – sem com isso conferir-lhes necessariamente um significado. Ao contrário, essa análise da obra de arte permite a multiplicação de seus signos, recriando-os em outras formas artísticas.” (Fernandes, 2006, p.39).

Hoje em retrospectiva, entendo que me aproximar do GECA em 2021 tinha a ver com meu desejo em me reconectar com a natureza, queria voltar a experimentar maiores possibilidades de movimentos, que já explorava quando morava no Rio de Janeiro, agora com mais arcabouço teórico e intenções de fazer uma pesquisa

científica. Como estava em um contexto de pandemia e não podia sair da cidade, a praia foi o ambiente natural mais fácil e prático naquele momento. Foi quando minha dança encontrou o mar.

la para a beira do mar fazer experimentações sozinha. As aulas aconteciam em modo remoto, além disso ainda havia um estado coletivo de muito medo e insegurança em encontrar outras pessoas. Por essas questões, o grupo de estudos preferiu manter apenas as discussões teóricas que aconteciam em reuniões virtuais.

As minhas primeiras experimentações na praia aconteceram enquanto eu era apresentada às teorias sobre a relação corpoambiente⁹, à teoria corpomídia de Greiner e Katz, e aos estudos ampliados sobre o corpo. Percebi que estes não são entendimentos simples, e que estar em movimento foi e está sendo essencial para que esse aprendizado aconteça.

O conhecimento contemporâneo sobre corpo traz o entendimento de que estamos sempre em relação com o nosso entorno, o mundo não é como um objeto aguardando um observador. As relações entre corpo e o ambiente se dão por processos co-evolutivos, como explica Greiner:

Assim como não há organismo sem ambiente, dificilmente há ambiente sem nenhum organismo. O ponto-chave é que os seres vivos e seus ambientes se situam em relação, uns com os outros, através de suas especificações mútuas ou de uma relação de co-determinação (Greiner, 2006, p. 44).

A teoria corpomídia é uma teoria criada por Katz e Greiner (2005) e fala sobre um novo entendimento de corpo, de como ele é mídia de si mesmo, ou seja, a informação não chega, entra no corpo e simplesmente passa, mas sim entra em negociação com as que já estão e o resultado desse cruzamento é o que constitui o corpo. “Dizer corpomídia é chamar atenção para o fato de que o corpo está sempre mudando e mostrando a mudança...” (Katz, 2021, p. 22).

Como a pesquisa começou

⁹ Os termos corpoambiente e corpomídia estão assim escritos propositalmente, e assim como corpomente, visam chamar atenção para uma não dissociação.

Antes de entender meus experimentos como uma pesquisa acadêmica, eu deitava na beira do mar para relaxar e refletir sobre o que vivia naquele momento pandêmico, e acabava explorando alguns movimentos que as ondas me sugeriam, movendo meu corpo em direções e sentidos diferentes. Com a participação no GECA comecei a pensar em outras formas de exploração de movimentos. Como disparador inicial da minha pesquisa decidi mover a partir de alguns sentidos - visão, audição, olfato, paladar.

Como já dito, o contexto pandêmico me fazia refletir bastante sobre a hierarquização dos sentidos, com uma supervalorização da visão e desvalorização dos demais, e como isso refletia em nossos corpos, em nossas danças. Então passei a me questionar como seriam meus movimentos na beira do mar se eu ativasse¹⁰ um sentido apenas? E quais movimentos surgiriam se eu ativasse dois ou mais sentidos ao mesmo tempo?

Após leituras do capítulo “Gênese e migração das principais teorias do corpo” do livro “O corpo” de Greiner (2006), percebi que não era apenas uma questão de uso errado de uma terminologia, junto a isso vem um entendimento que dissocia corpo e ambiente, mas também corpo e mente, racional e emocional. Uma concepção de mundo que ainda traz muitos dualismos¹¹, fruto do paradigma cartesiano¹², que perdura em nossa sociedade ainda hoje. No ambiente virtual temos a possibilidade de silenciar sons quando queremos, bloquear pessoas em

¹⁰ A ideia de ativar os sentidos passou a não ser coerente para mim em um determinado momento. A partir das reflexões no GECA sobre o entendimento ampliado de corpo, pude perceber que eu usava o termo abrir os sentidos, ou até mesmo ativar um sentido. Inclusive no início dos experimentos até me propunha experimentar movimentos com apenas um sentido, ou unindo dois dos sentidos. Com os estudos sobre o corpo, percebi que estava caindo na concepção antiga de corpo máquina, onde seria possível escolher qual dos sentidos eu quero usar em cada momento.

¹¹ Aqui me refiro aos dualismos cartesianos, que conta com a premissa de que o ser humano é formado de duas partes, o pensamento e a matéria. A partir desse entendimento há implícita a separação de corpo e mente, racional e emocional, corpo e ambiente.

¹²

O paradigma cartesiano surgiu nos séculos XVI e XVII, quando então o universo era visto sob moldes teológicos. Esse paradigma, influenciado por Descartes, ficou também conhecido como mecanicista, uma vez que concebe o mundo e o homem como máquinas (e por conseguinte ambos estavam sujeitos às leis da mecânica). O princípio só considera como verdadeiro o que pode ser comprovado, o objetivo e o quantificável, por isso a matemática passou a exercer grande influência no conhecimento científico enquanto conhecimentos subjetivos eram rechaçados da ciência.

um só clique, desligar e ligar a câmera a qualquer momento. Na beira do mar isso não é possível, mesmo atenuando alguns sentidos, eles continuam fazendo parte do corpo que somos. Não possuímos um corpo, nós somos corpo, não há possibilidade de selecionar unicamente algum sentido, somos todos os sentidos.

Esse primeiro evento que aconteceu no início da pesquisa me fez perceber como é complexa a desconstrução de um conceito tão enraizado em nossa sociedade. Experimentar os sentidos me fez perceber que estou aprendendo sobre o movimento, corpoambiente e corpomídia enquanto me movimento.

Continuei com as experimentações a partir dos sentidos, mas no início não aconteceu o que eu esperava, eu não estava conseguindo explorar os movimentos como gostaria. Apenas surgia algo que acontecia na conexão corpoambiente - algo pessoal e introspectivo que eu achava esteticamente interessante.

Durante os primeiros anos (2020/2021) os registros eram apenas sensoriais. Eu não quis fazer nenhum registro audiovisual, nem quis chamar nenhum espectador para o local, por dois motivos: eu estava exausta de usar aparelhos celulares durante a pandemia; havia também um incômodo com o olhar de outras pessoas, tinha a sensação de não ficar à vontade para fazer os experimentos quando estava sendo observada.

Em 2021, em ocasião do I Festival Internacional de Ecoperformance, para me candidatar precisava enviar um videodança e então eu planejei um registro profissional junto a uma cinegrafista, aproveitando aquele processo criativo no qual eu estava inserida há um ano. Eu queria conseguir chegar naquele estado que achava esteticamente interessante quando estava sozinha na praia, porque quando conseguia me conectar com o ambiente, mesmo estando de olhos fechados, sabia que o resultado seria bom para uma fruição artística. Então organizei um roteiro de filmagem e deixei acordado que precisava de silêncio e algum tempo para me concentrar na beira do mar. O resultado final não me agradou, e hoje reflito alguns motivos. Primeiro que toda a logística no dia da filmagem falhou, chegamos no local da praia tarde, o tempo destinado para meus

experimentos ficou muito curto. E o tempo despendido nesse tipo de experimento é muito importante.

Outra questão foi que eu estava tão preocupada com a estética das cenas captadas que eu não consegui relaxar e me concentrar no momento presente. Tive uma preocupação exacerbada com as imagens que seriam obtidas, como sairiam no vídeo. Pensamentos que me ocorriam durante o processo: como me portar diante da câmera, se ficaria bonita ou feia, com cabelo no rosto ou sem; ou ainda, que movimentos ficariam interessantes pensando no formato de um videodança? Em vez de me mover desde uma conexão com o mar e os sentidos, que era a minha proposta inicial, eu passei a me mover por motivações externas. A filmagem não capturou a conexão a qual me agradava artisticamente, resultando em movimentos codificados, vazios de significado para mim ou até mesmo em um corpo paralisado, sem ideias.

Para esse videodança eu criei o roteiro, fiz o experimento, me preoquei com a direção das cenas, com as edições dos vídeos, ou seja, acumulei muitas funções e não consegui atingir ao meu objetivo principal que era a exploração de movimentos na beira do mar. Não fui contemplada no festival, mas ainda no ano de 2022 pude apresentar meu relato de experiência do processo criativo que tinha naquele momento no 6º Congresso Científico da ANDA, quando partilhei minha experiência com colegas e pesquisadores da área.

Depois desses eventos, e pensando sobre o que já havia experimentado e o que desejava experimentar, fiz mais algumas reflexões. A primeira reflexão foi que a proposta de aguçar alguns sentidos na beira do mar como estímulo para o movimento não estava funcionando, eu continuava com um corpo quase que em repouso sendo levado pelas ondas, um corpo passivo quase a todo momento.

Parecia que prestar atenção aos sentidos era algo muito sutil naquele ambiente cheio de ondas, então eu dissociava a atenção entre sentir e mover – não me deixava levar pelo movimento, quando prestava atenção para algum sentido o movimento cessava. Surgiam desenhos que o mar fazia junto a mim quando eu estava deitada na beira do mar que eu gostava esteticamente. Eu improvisava

movimentos, mas sentia que estes se esgotavam rapidamente ou eram movimentos clichês e repetitivos que não me agradavam.

Queria acessar novos movimentos, entrar em contato com a minha própria dança, uma dança que fosse única e autêntica, e as palavras de Fernandes (2018) nos esclarece o significado de autenticidade nesse contexto:

Para Mary Whitehouse, aluna de Mary Wigman e criadora do método somático denominado Movimento Autêntico, autenticidade refere-se ao movimento pessoal, num contexto de mover-se de olhos fechados e com foco interno, sempre com uma testemunha. Esse movimento pessoal acontece ao perceber e seguir seus próprios impulsos, numa dinâmica entre mover e ser movido, no momento presente de integração consciente- inconsciente. O autêntico não se refere a fazer algo diferente ou único em termos formais, nem a expressões individuais separadas do contexto ou do ambiente, mas a seguir a conexão com a força motriz [...] (Fernandes, 2018, p.128).

Essa minha busca pelo novo se conectava com o medo que eu ainda tinha de que os movimentos do meu vocabulário se esgotariam. Por esse motivo comecei a evitar conscientemente movimentos que lembrassem alguma técnica a qual eu já havia praticado, pois acreditava que dessa maneira conseguiria trilhar um caminho para a autenticidade.

Segundo Fernandes (2018), o movimento autêntico não acontece porque você encontra um movimento nunca antes dançado, mas é quando você move encontrando uma verdadeira conexão com seus impulsos internos de movimento.

Temos gradualmente testemunhado uma mudança na compreensão da autenticidade e suas implicações. A cópia deixou de ser algo valorizado como transmissão de conhecimento ou proliferação de multiplicidades e passou a remeter à mecanização e padronização generalizadas, com a perda de uma identidade pessoal fundada na senso - percepção em meio ao excesso de informação e proliferação de modelos ideais e artificiais de corpo, comportamento e relacionamentos. Assim, a autenticidade tornou-se uma alternativa ao *status quo* consumista, reassumindo um caráter dinâmico e ecológico mediante a rigidez e coerção do “reproduzível” (Fernandes, 2018, p.40).

O movimento autêntico propõe mover a partir da “pulsão mais interna - que tem a qualidade de sensação. Este impulso guia para fora no espaço então o movimento se torna visível como ação física.” (Fernandes, 2018, p. 129).

Percebi que para encontrar o movimento autêntico, para dançar o que não está visível, devemos estar presentes no momento, pois o que acontece no presente não se repete, estamos sempre nos modificando enquanto em vida, mesmo que não seja visível a olho nu.

Como já dito, entendi que aguçar os sentidos não estava servindo como estímulo para o movimento na época, havia um bloqueio em começar uma improvisação, eu não conseguia acessar aquele estado de corpo permissivo, me sentia corpo impotente, como se “recolhido numa carapaça, impedido de expandir-se, dilatar-se.” (Gil, apud Gouvêa, 2012, p. 167). O não movimento não é um problema, pois o corpo parado também pode fazer parte de uma criação em dança. Eu sentia que havia muitos movimentos, mas era quase como uma dança interna (de imagens e registros emocionais) e não visível externamente.

Sentia falta de uma fluidez natural que pode ocorrer em uma improvisação, quando estamos em conexão com a experiência. Quando há dissociação entre corpo e mente, há uma mecanização dos movimentos, e eu sentia isso no início dos experimentos, como se estivesse dançando movimentos estereotipados, muito pensados, pouco expressivos ou previsíveis (Gouvêa, 2012, p. 163).

A improvisação é uma criação imediata de dança, e “não se limita ao que aparece à consciência (...) mas pode ir em direção ao virtual, ao invisível, ao imperceptível que se mostra nas fronteiras entre consciente e inconsciente” (Gouvêa, 2012, p. 161). Para acessar esse estado de corpo entre a consciência e a inconsciência, devemos nos esvaziar do excesso de racionalização, dos movimentos que costumamos dançar, das amarras e pensamentos limitantes, entrando em contato com nossa dança mais verdadeira, mais autêntica, portanto.

Para acessar esse estado de corpo do improvisador, deve-se atentar que “A improvisação (...) parte sempre de uma matriz mínima da qual se sai e para qual se pode voltar a qualquer momento”, e aprende também a se livrar de matrizes que não o fazem movimentar, que impedem seu fluxo de movimento. (Gouvêa, 2012, p. 173):

Desvendar o corpo expressivo é saber libertar as intensidades que lhes dão vida, não apenas executar movimentos de dança. É preciso acolher o acaso, transformando a experiência em arte (Gouvêa, 2012, p.172):

Abandona-se o território codificado, significado, vivido em direção à zona de indeterminação entre conhecido e desconhecido, tornando o corpomente, ao longo das experimentações, cada vez mais permeável às forças caóticas que pulsam em um plano intensivo (virtual) (Gouvêa, 2012, p. 173).

Para improvisar é preciso “expandir probabilidades de novos movimentos com novos sentidos, desarticulando, desmembrando, desformando o que já existe”. Ou seja, não devemos negar movimentos que dançamos costumeiramente, é preciso conhecê-los bem, “para entender seus mecanismos de ação e de reprodução, retomando-os à exaustão se for necessário, até que da repetição surja a diferença e um novo sentido em um corpo outro apareça” (Gouvêa, 2012, p. 174).

Outra autora que fala sobre isso é Katz, quando ela escreve que o improvisado é um evento de aquisição de um novo vocabulário, onde é solicitado ao dançarino que faça novos rearranjos aos movimentos que ele já conhece, que busque “novos recursos exploratórios e não consolide famílias de movimento”.

Ao contrário do que eu pensava no início da minha pesquisa, ter acumulado vocabulário de muitas técnicas não atrapalha o caminho que quero percorrer em direção a autenticidade, pelo contrário:

[...] as experiências confirmam que quanto mais sólida for a formação deste corpo, mais apto ele estará a realizar as desarticulações que pretende. Não se trata de um paradoxo, mas de uma condição. O que a amplitude do conjunto de recursos motores moldados sob a forma de passos de dança parece garantir é um alto percentual combinatório entre os elementos deste conjunto. Para improvisar, um corpo precisa haver colecionado muitas experiências motoras (Katz, 2006, p. 14-15).

QUANDO O MOVIMENTO ENCONTRA A EXPRESSÃO



Registro feito pelo fotógrafo do bar da praia/ 2023

As experiências anteriores mostraram que eu não estava conseguindo desenvolver bem minha improvisação na beira do mar, acredito que por uma série de questões já citadas no capítulo anterior. A questão de não conseguir acessar uma qualidade de presença (Gouvêa, 2012, p. 162), o fato de muitas vezes não me sentir confortável com o olhar do outro; o fato de que naquela época ainda não tinha definido os objetivos e a metodologia de trabalho, ficando ainda mais insegura durante os experimentos, dentre outros. Na ocasião específica do I Festival Internacional de Ecoperformance foi preciso entregar um produto para a seleção e considerei natural me preocupar mais com o resultado final do que com

o processo de criação do momento, por isso passei a relevar esse episódio e comecei a refletir sobre as demais questões que limitavam minhas criações.

Lembro que em relação a concentração e a conexão com o momento, estar à mercê das ondas do mar foi um desafio. Eu me colocava na beira do mar e tentava focar em um ou dois sentidos para começar a improvisar, mas a água e a areia incomodavam os olhos, ouvidos e nariz, então eu estava sempre de olhos fechados, e usava protetores auriculares e nasais de silicone. Mas para aguçar esses sentidos eu precisava retirar a proteção, e ficava muito difícil me concentrar no momento presente, não conseguia fluir em movimento nessa experiência, pois sofria constantes incômodos com a água, a areia e as ondas que rompiam a todo instante.

Em relação ao olhar do outro, a maneira como a investigação começou, a partir de uma motivação pessoal de reflexão durante pandemia do coronavírus, me levou a momentos introspectivos e à sensação de que estar acompanhada me inibiria no momento da improvisação na beira do mar. Como fluir em movimento em um ambiente público sempre foi uma questão para mim – ainda mais depois da frustração dos registros feitos para o videodança - isso me levava a pensar com cuidado nas estratégias de registro, quem faria e como faria. Por escolha própria, resolvi não registrar o início dos experimentos, até que fosse definida a metodologia adequada.

Quanto aos passantes na praia foi interessante perceber que no início eu me sentia desconfortável em improvisar quando tinha muita gente passando, mas também quando tentava improvisar em uma região muito deserta da praia. Porque não me sentia segura em ser uma mulher, dançando e ainda sozinha - isso contribuía para eu não conseguir me concentrar e improvisar livremente. Precisava encontrar um lugar e horário propícios.

Quando comecei a usar a metodologia atual

Numa nova etapa dos experimentos iniciada em 2023, já com as reflexões sobre o que funcionava ou não e definida a metodologia adequada, escolhi um ponto da praia para estar que ficava próximo a um bar, em uma distância que me sentia tanto a vontade para improvisar quanto sem medo de ser assaltada ou vulnerável a outras abordagens desagradáveis. O horário também influenciava, pois quanto mais perto do meio dia, mais difícil se tornava por conta do calor, mas também não podia ficar depois das cinco da tarde, pois o ambiente já se tornava perigoso. Defini então que começaria os experimentos por volta das nove horas da manhã.

Assumi que eu mesma me filmaria, com objetivo de revisitar e analisar os movimentos depois, sem me preocupar com a estética do momento ou com produtos finais. A filmagem seria com a câmera do celular, apoiado em um tripé apropriado.

Quanto aos estímulos que me levassem a uma improvisação, resolvi retirar aqueles que focavam em diferentes sentidos, pois senti que os mesmos não estavam servindo como estímulos para mim. Eu também me encontrava em outro contexto, com outro estado corporal e com outros interesses também, dado que já haviam passado dois anos desde o início dessa investigação.

Estava estudando sobre os fatores de movimento de Laban na graduação nessa mesma época e me instigava muito a labanálise¹³, ou análise Laban do movimento, que é o estudo do método sistemático de observação, registro e análise dos aspectos qualitativos do movimento corporal (Fernandes, 2006). Defini então que queria estudar os fatores de movimento de Laban (1978) e alguns verbos de ação para gerar gestos que me levassem à livre criação da improvisação.

A metodologia de campo foi mantida. A primeira etapa era o preparo do corpo, com uma prática para atenção/ concentração de minha escolha. O que aconteceu na maioria das vezes foi que as experimentações eram extensas e demandavam bastante tempo, e por conta disso quando eu chegava na praia já ansiosa pra

¹³ Termo traduzido ao português do *Labananalysis* ou *Laban Movement Analysis - LMA*

começar logo e acabava não fazendo as práticas próprias para preparo do corpo. Notei como isso atrapalhou o andamento das experimentações.

Demorei a me concentrar, achei que a praia estaria mais vazia, mas pelo contrário, tinha mais gente passando em comparação aos demais dias em que estive. Avistei um pescador com sua bicicleta, será que ele está indo ou vindo? Não queria dividir o espaço da beira do mar com ele, porque ambos se atrapalhariam em seus processos, então fiquei pensando em sua trajetória para me posicionar longe.

(diário 15/05/2023)

Apesar de não fazer muitas práticas relacionadas à concentração, no início de cada investigação eu geralmente focava no momento observando o lugar onde queria ficar, os arredores, o movimento da maré. Deitava na areia seca ou na beira do mar e começava a improvisar me inspirando no que via ao meu redor, me desconcentrando às vezes, voltando a improvisar, até que me sentia mais pronta.

Me concentro melhor quando estou na beira do mar, afastada da faixa de areia onde passam pessoas e quando estou de frente pro mar. Tem relação com o fato de não estabelecer contato com as pessoas. De costas para elas eu sinto que não estou dançando para ser observada, mas focada em meu momento experimental. Em minhas improvisações na praia nem sempre fecho os olhos, pelo fato do ambiente da praia ser público e porque, como estou sozinha, muitas vezes não me sinto à vontade para tal. Hoje sinto que minha concentração não depende se estou com olhos abertos ou fechados, há vezes que consigo me conectar tanto ao momento que mesmo estando de olhos abertos, não vejo nada ao meu redor.

(diário 15/05/23)

Passaram garis que fazem a limpeza da praia e eu me desconcentrei novamente. Tem dias que não estou muito concentrada, isso é natural. Mas

depende do momento do processo em que estou. Outro dia passou um caminhão da limpeza, mas eu continuei experimentando e o mesmo não me atrapalhou em nada, na verdade nem vi quando ele passou na minha frente, tamanha a concentração que tinha no dia. É que quando já estou imersa no processo é mais difícil desconcentrar, mas quando há pequenas interrupções antes de iniciar de fato, parece ser mais difícil de fluir, o movimento cessa rápido, o cansaço surge, a inspiração parece ficar estagnada.

(diário 15/05/23)

O cansaço também foi fator para desconcentrar, além de outros imprevistos... Quando o sol foi subindo, as pessoas foram saindo cada vez mais da areia, e me senti mais concentrada assim. Creio que já estava aproximadamente há duas horas experimentando – em certo momento fiz um movimento no chão e senti queimar um ponto no braço, quando olhei melhor pra areia vi uma porção de águas vivas bem pequenas e que pareciam mortas, porque estavam com uma coloração mais opaca e já sem a bolha de cima, eram apenas como fios azuis na areia. Mesmo assim senti arder muito aquela região do braço e senti que foi o que precisava para terminar os experimentos do dia...

(diário 15/05/23)

Aqui, uma anotação em meu diário de campo que poderia resumir como começavam meus experimentos quase todos os dias:

Sol forte das dez da manhã. Protetor solar. Maré secando. Barbante amarra celular no suporte quebrado. Posiciono celular na areia, calculo a área de captação da imagem, marco com gravetos. Deito na areia. Tento me concentrar. Pensamentos no estágio, escola, alunos, grade escolar. Respiro lentamente olhando para o mar, penso em começar logo. A pressa me estressa. Começo mesmo assim.

(diário 15/05/23)

Um ponto importante da metodologia de campo é o posicionamento da câmera para gravação dos vídeos. Como assumi que eu mesma faria meus próprios vídeos, precisava olhar a distância do mar onde queria ficar, por conta da câmera que precisava estar posicionada fixa em um só lugar.

Mesmo sabendo quando a maré estava secando ou enchendo, algumas vezes eu era surpreendida com a água se aproximando do celular, por isso optei por deixar o mesmo mais distante do mar. Por conta disso e para conseguir observar melhor os movimentos nos vídeos, preferi colocar a opção de *close* no celular, mesmo sabendo que teria imagens com menor qualidade.

No momento da experimentação eu preferia não estar prestando atenção na câmera, apesar de que a proposta de eu mesma me filmar requeria essa atenção dividida, para garantir que os registros estivessem sendo feitos. No início tive vários vídeos onde as imagens não foram captadas – seja porque saí do enquadramento da câmera sem perceber, seja porque o vento derrubou o celular do apoio. Outro dia, a câmera parou de funcionar por conta do superaquecimento do celular. Por conta desses eventos muitas experimentações foram perdidas durante o processo.

Por isso, para me certificar que a filmagem acontecesse e que não atrapalhasse tanto as experimentações, criei o mecanismo de experimentar a metodologia em partes separadas. Experimentava o primeiro fator e quando sentisse que já tinha finalizado, voltava para pausar a câmera, pois precisava me certificar que estava filmando adequadamente.

Mas todo esse processo de dançar e posicionar a câmera para filmagem gerava um cansaço. Houve dias que tive que mudar o lugar algumas vezes, quando observava um pescador que passava de um lugar para outro, ou quando a maré estava subindo... quando o vento era forte e derrubava o celular. Esses momentos de posicionamento da câmera do celular foram muito desgastantes durante o processo com um todo.

Quando eu encontrei as condições ideais para minhas investigações e consegui me filmar dançando, ainda usava roupas próprias para banho, como biquíni ou maiô. Depois desse dia que julguei proveitoso, comecei a ir à praia com um

vestido que geralmente uso como figurino em minhas criações. Achei as primeiras gravações em vídeo interessantes e pensei que poderia aproveitá-las depois, em outros contextos artísticos.

No primeiro dia que improvisei com o figurino, em um lugar confortável, sozinha, mas me sentindo segura em dançar ali, aconteceu algo que não esperava. Cansada depois de duas horas de experimentos, fui para baixo de um sombrero do bar mais próximo e enquanto bebia água falei ao garçom que não iria demorar, que já estava de saída. Ele me disse que não fosse ainda, que queria me mostrar umas fotografias que ele havia tirado de mim. O garçom trabalhava ali e me disse que gostava de fotografar surfistas em movimento com sua câmera profissional. Ao me mostrar as fotos fiquei muito feliz e entusiasmada, além do fato dele ter feito um registro em fotos daquele momento único, ele conseguiu capturar a essência da conexão corpoambiente que eu tanto apreciava.

Imagino que o fato de eu não ter percebido sua presença foi muito relevante para que isso acontecesse, ele me disse que se manteve longe a todo momento, mas com a certeza de que as fotos não perderiam tanta qualidade por se tratar de uma câmera adequada para isso. Apesar de ter gravações em vídeo feitas por mim no dia, esses registros em foto foram importantes em minha pesquisa, tanto por se tratar de outra forma de captar minha expressão, tanto pelo fato de terem sido feitos pelo olhar de outra pessoa, haja visto que eu tinha uma certa dificuldade em improvisar quando pensava no olhar do outro.

Ao invés de me inibir, essas fotos me inspiraram a voltar ao mesmo lugar nos demais dias de experimento. Eu sabia que era possível ele me fotografar novamente, mas queria entender como/se surgiria esse desconforto. Por isso voltava sempre à região perto do seu bar, mas sem falar ou pedir nada a ele, e fazia exatamente aquilo que minha metodologia me propunha a fazer no dia.

Nesse dia estava improvisando na beira do mar e em certo momento avistei o fotógrafo com sua câmera, ele ainda estava distante, porém bem mais próximo que a outra vez, aproximadamente cinquenta metros a minha frente. Me desconectei do momento muito rapidamente, e custei a voltar à aquela conexão. Na saída da praia comentei com ele sobre isso, e pra minha surpresa ele teve a

mesma percepção que eu, ele lamentou que sua presença de alguma maneira mudou a dinâmica que eu estava tendo com o mar, a conexão e a dança que surgia a partir disso, desde o momento que eu o vi.

Após a perda, a reflexão

O encontro inesperado com o fotógrafo da praia ganhou outra importância ao final da minha pesquisa. Na primeira semana do mês de maio, por problemas no *backup* do meu celular, acabei perdendo tudo que tinha registrado nos últimos meses. Foram perdidas gravações de três dias na praia, com duas horas de experimentações cada dia – cerca de vinte vídeos com aproximadamente quinze minutos de duração cada. A importância das fotos que tenho hoje comigo é que elas acabaram sendo o único registro dos primeiros dias de experimentações na praia quando eu estava usando a nova metodologia, pois todos os outros vídeos dessa etapa foram perdidos.

Por conta dessas perdas, é importante mencionar que nos novos registros que fiz, em mais duas idas à praia, há algumas diferenças em relação aos primeiros registros. Uma diferença é a minha disposição para criação, que reduziu consideravelmente, visto que eu já estava cansada de todo o processo investigativo. A segunda diferença é que lembrando dos vídeos apagados lembrei de certos movimentos que para mim tinham sido interessantes, e para não esquecer tentei refazê-los assim que estive na praia, então o movimento não fluiu da mesma forma, não tem a mesma espontaneidade que a improvisação tinha proporcionado nas primeiras vezes.

Hoje eu não queria ir. Foi o primeiro dia de experimento depois da perda de tudo. Vivendo a perda dos meus vídeos, agora vou começar de novo sabendo que não será o mesmo, porque nunca é...

Hoje não foi fácil, ainda sinto raiva e tristeza por ter perdido tudo. Mas também não posso negar o cansaço, a carga de trabalho no final do período, as poucas horas de sono...

(diário 12/05/23)

A repetição de movimentos foi algo que eu já refletia após os primeiros dias de experimento, antes mesmo de perder os vídeos. Porque chegava em um momento da investigação de certos fatores ou verbos de ação e já sentia que tinha explorado tudo que meu corpo seria capaz, pelo menos naquele momento. E no restante dos dias, o que eu faria? Tinha esse receio de que repetir seria perder a oportunidade de explorar algo novo, então quando eu sentia que estava entrando em alguma repetição, parava e passava a investigar outro fator.

Hoje eu tava cansada, com dores musculares. Meu ombro direito tem uma certa resistência na mobilidade, mas tentei fazer tudo que lembrava. O que me atrapalhou foi que perdi os vídeos. Hoje eu fiquei tentando resgatar alguns movimentos interessantes que eu tinha percebido nas experimentações passadas, e isso me prendeu a coisas antigas e não a coisas novas...

ou será que não? repetir coisas antigas é depois transformar elas – em outras coisas? O problema é só o tempo. Eu fico preocupada com o tempo que vou levar pra fazer cada coisa, e hoje eu só poderia ficar até meio dia, então, quis fazer um pouco de tudo...

(diário 12/05/23)

O que eu pude perceber ao longo do processo é que a repetição leva a alguma transformação com o tempo, mas não é algo que acontece rapidamente, acontece a partir de pequenas mudanças, mesmo que não se note logo de imediato. É preciso tempo e paciência para que o processo ocorra.

O problema é que eu repeti movimentos apenas pensando em registrar em vídeo para não os esquecer, mas não repeti sendo receptiva a pequenas mudanças, de forma a notar uma transformação a partir disso. Verdade que fiz isso com alguns fatores, mas não com todos os propostos na metodologia. Mesmo assim, em alguns registros em vídeo é possível visualizar o trajeto que a experimentação e improvisação toma, quando seleciono alguns movimentos, esqueço outros, quando o movimento se repete e se transforma ao longo da investigação.

OS EXPERIMENTOS

Como já dito, comecei meus experimentos na beira do mar há dois anos, mas com a metodologia atual, comecei a experimentar em meados do mês de março de 2023. Passei por muitas fases diferentes durante esses meses de experimentos na praia.

No início era algo mais introspectivo e com objetivos de relaxamento, depois meu interesse foi crescendo, fiz registros em foto e em vídeo com uma cinegrafista. Tentei me filmar de algumas formas diferentes, e por fim cheguei nessa metodologia atual. Elegi um lugar fixo na praia da Aruana (Aracaju/SE), que se encontrava um pouco mas não muito afastado de um bar, a faixa de horário seria de 9h às 12h, e a frequência seria duas vezes na semana durante o mês de maio.

As filmagens seriam feitas com meu próprio celular, apoiado em um tripé, porém, acabou que esse aparato tecnológico quebrou no meio dos experimentos e eu acabei apoiando meu celular em objetos aleatórios que surgiam no dia, como em pedras, troncos ou sandálias por exemplo.

Tinha uma rotina fixa e estava bem delineada a ordem do que queria experimentar nas idas à praia, como fluxo, peso, alguns verbos de ação e tempo. A seguir descrevo sensações, lembranças, fotos e vídeos de cada item experimentado. Todas as fotos foram cedidos por Júnior, o fotógrafo que trabalhava no bar da praia.

Algumas fotos foram tiradas a uma maior distância que outras, por isso apresentam qualidades diferentes. Para este trabalho fiz uma edição de alguns momentos que julguei interessantes para disponibilizar em vídeo, mas as experimentações duravam em torno de quinze a vinte minutos cada.

Fluxo



Ontem quando eu cheguei no mar
Fiquei pensando na continuidade do fluxo
Na continuidade do fluxo da vida
É pesado lembrar que
A vida continua
Ou que é difícil aceitar
Que temos um tempo de vida
Que ela acaba um dia.
Lá vem mais uma onda!
Me lembre que a vida é imprevisível
E me chame pra dançar
(diário 10/03/23)

Braço nuvem. Corpo nuvem. Vejo rabo de sereia. Vejo um tempo súbito, variadas texturas em mãos leves e orquestradas. Pontos cotovelos, pontos pés, pontos mãos. Qual o tamanho do ponto? De onde você vê o ponto? Linhas tortas, linhas que se encontram em suas redondezas, se cruzam, formam pequeninos rolamentos que parecem não sair do lugar. Desenhos na água, linhas retas paralelas, quem diria que o mar faz isso? espirais de caramujos, dunas, carros, pássaros, espuma das ondas, estrela do mar, caranguejos que entram e saem de buracos...são desenhos que eu via e me inspiravam a criar em uma improvisação. Aqui, há algumas filmagens desses momentos: <https://youtu.be/gZ5zKMmiLdk> e <https://youtu.be/JeQU7tTNVbE>

Como o fator fluxo está implícito em todo movimento, inicialmente eu me propunha começar os dias de experimento improvisando com foco no fluxo tendendo para o contínuo. Naturalmente e sem planejar, me inspirava nos desenhos, formas e movimentos ao meu redor. Como era sempre esse fator o primeiro a ser experimentado, foi perceptível para mim que eram momentos que eu ainda não estava tão concentrada, e nos meus registros em vídeo pode-se notar alguma desconexão nos primeiros minutos e um aumento da continuidade do fluxo na metade e final do tempo do vídeo.

O desenho do infinito foi uma inspiração ao movimento que eu resolvi adicionar na metodologia no desenrolar das experimentações, então ele surgiu em variadas etapas e em cada momento proporcionou diferentes improvisações. Ao me inspirar no desenho do infinito enquanto estava experimentando o fluxo conseguia fluir mais continuamente do que quando experimentava fluxo me inspirando no que me rodeava. Esse vídeo mostra uma improvisação que iniciou quando eu pensava no desenho do infinito: https://www.youtube.com/watch?v=_xpKtAoJ6LE

A seguir, uma sequência de fotos onde experimento o fator fluxo pensando no desenho do infinito, são fotografias que parecem ter sido feitas em disparo único, pois parece que há continuidade do movimento de uma para outra.







Repito duas fotos aqui, pois as mesmas têm algo em comum, e unindo minhas sensações do momento com as imagens, posso dizer que ambas mostram o quanto eu estava apreciando a minha improvisação. O movimento parecia fluir continuamente, é uma sensação que me lembra a infância, brincar no balanço, pegar impulso lá do alto e deixar o corpo ser levado...



Peso

Durante a experimentação desse fator senti dificuldade em isolar as partes que havia proposto. Como pensar na cabeça separada dos braços, em relações distintas com a gravidade? Como inverter o centro de sustentação (parte inferior do corpo) e o centro de leveza (parte superior do corpo) e dançar pensando em todas as partes articuladas? Teve momentos que não conseguia intencionalizar as três, mas apenas duas partes no movimento dançado.

Durante minha análise das fotos foi interessante notar movimentos distintos mas que contam com a mesma relação do fator peso entre as mesmas partes do corpo propostas, como será mostrado a seguir.

Não foi em todas as imagens que consegui discernir onde estava experimentando colocar mais ou menos peso, já que as imagens capturam rápidos momentos e minha lembrança é que nessa etapa da experimentação eu tive que recomeçar diversas vezes. Eu reiniciava tentando focar em imprimir pesos diferentes entre a cabeça, braços ou pernas, dessa maneira em algumas fotos não há como saber qual foi a intenção do momento. Coloquei aqui apenas as imagens em que a intenção ficou mais nítida.

Disponibilizo aqui alguns momentos de experimentações com o fator peso:

<https://www.youtube.com/watch?v=IHf-zQeQaLE>

<https://www.youtube.com/watch?v=8k5c-tJQHn4>

<https://www.youtube.com/watch?v=ptYlpCbEaAE>



A areia da praia que sustenta meu corpo é muito diferente daqueles que estou acostumada.

Ele é móvel, instável, parece que tudo fica mais pesado e difícil de fluir, tudo pesa, até o cabelo pesa.

(diário 11/04/23)



Tentando expressar peso na cabeça e leveza dos braços. Era difícil controlar essa dissociação, então percebi que as pernas quase não variaram, elas apenas acompanhavam o restante, seja caminhando, deslocando, mas não consegui pensar em sua intenção em relação ao peso nesse momento.



Nesse momento tento expressar maior peso na cabeça e braços simultaneamente.



Quando tentei deixar braços e pernas leves, parece que para começar precisava sentir o peso, precisei elevá-los e sentir a gravidade agindo. Então comecei a transferir o peso entre as pernas, tentando não deixá-las tão fixas ao chão, passei a fazer pequenos saltos de um lado e de outro nessa busca por leveza, até chegar a saltos com deslocamento.



Aqui tento expressar maior peso em braços com menor peso nas pernas e o que podemos observar é que com a essas intenções executei movimentos com formatos parecidos, colocando as pernas acima e os braços abaixo.

Na primeira foto eu uno as duas mãos e cedo os braços a gravidade, o que me leva a uma inclinação que se equilibra quando a perna sobe e se mantém suspensa por alguns segundos (essa descrição tem algumas lembranças minhas do momento dançado junto com o registro da imagem).



Tiveram alguns momentos que consegui expressar o peso nas três partes do corpo simultaneamente. Na primeira imagem acima escolhi expressar maior peso na cabeça e leveza em braços e pernas, o registro em imagem lembra um pequeno salto. Na segunda imagem eu consigo expressar maior peso na cabeça e nos braços e leveza em uma das pernas, suspensa no ar.



Essa sequência de fotos evidencia o momento em que eu tentava deixar a cabeça e os braços pesados e deixar as pernas leves. É possível perceber como eu inicio a experimentação, primeiro apoiando um joelho e um pé no chão com pernas em paralelo; depois me mantenho com os mesmos apoios, apenas abrindo mais a base de sustentação para depois conseguir equilibrar uma das pernas, que suspende no ar.

Ondular

A minha primeira ondulação começou pela coluna, como se eu não pudesse ignorar essa grande onda que nosso tronco é capaz de fazer. Para frente, para trás, para os lados. No restante dos dias eu não sabia mais o que fazer. Repeti as ondulações de tronco muitas vezes até que em um determinado dia comecei a querer ondular os braços. Articulei ombro, cotovelo, punho e dedos das mãos nessa ordem. Quis mover as pernas do mesmo jeito, e fiz essas conexões entre ossos moverem como uma grande onda...alguns registros estão aqui: <https://www.youtube.com/watch?v=zRHeGjr8Eo8>

Torcer

Começo abrindo cada vez mais espaço articular, jogando os braços para um lado e para o outro com uma força centrífuga, até o momento que eu começo a girar em espiral. O movimento em espiral me levou a giros completos, posteriormente a giros enquanto saltava, giros combinados a quedas, giros com apenas uma perna. Conseguimos visualizar alguns desses momentos aqui: https://www.youtube.com/watch?v=wOBfQS_R4fY

Esse experimento me lembrou novamente aquele balanço da minha infância. Quando a gente torce as alças de sustentação de um balanço e depois solta, o balanço gira com certa velocidade. Quanto mais você torce suas alças, maior será a velocidade atingida nesses giros. Foi assim que me senti torcendo, quando flexionava mais os joelhos, conseguia torcer mais o tronco e entrar em um espiral que me levava a giros cada vez mais rápidos.

Empurrar/puxar, deslizar e flutuar

Ao experimentar os verbos empurrar/puxar¹⁴, deslizar e flutuar iniciei mostrando os movimentos que se destacaram e que tinham seus registros apagados. Acabo sendo mais direta e pontual, o que talvez aponte para uma diferença na fluência dos demais, entretanto foi a estratégia escolhida aqui para não perder estas ações.

No início dos experimentos com os verbos empurrar/puxar, frequentemente fazia o movimento de empurrar saindo do centro do corpo para fora e o movimento puxar trazendo de fora para o centro do corpo, lembrando os movimentos de expansão/contração.

Já em outro momento eu executo os movimentos de empurrar/puxar com um deslocamento em diagonais direita/esquerda. Esses movimentos conjugados e alternados acabam por formar um trajeto em diagonais opostas e simétricas, formando esse desenho na areia:



¹⁴ Percebi que durante a experimentação utilizava estas ações sempre de maneira conjugada, portanto adoto essa grafia.

Com o verbo deslizar experimento transferências de peso ao deslizar os pés no espelho d'água; o movimento continua mas agora com tronco baixo e as mãos deslizando no chão junto aos pés, com deslocamento do corpo nos quatro apoios; o movimento se transforma em rasteiras, passando a perna pela frente e por trás. O experimento desses verbos se encontra nesse link: <https://www.youtube.com/watch?v=w7Gc1tsTQsQ>

Ao experimentar o verbo flutuar, quis deixar o corpo passivo, deitado na beira do mar. Quando a onda chegou, me levou pra longe eu me senti flutuando, ou boiando nesse caso. Tentei executar esse verbo em plano médio/alto, para isso, lembrei da sensação que foi estar flutuando. Foi a vez que me senti mais fidedigna ao verbo flutuar em meus experimentos, porque não me baseei na forma, mas na sensação. Foi difícil lembrar exatamente daquela sensação do momento, e fiquei com vontade de experimentar ser levada pela onda mais algumas vezes para aguçar mais essa percepção de flutuar. Algumas imagens em vídeo desse momento: <https://www.youtube.com/watch?v=BglDxHlrO0U>

Rolar

Rolar na areia da praia é muito diferente de rolar no piso de uma sala de aula. Você percebe o relaxamento necessário para rolar bem quando consegue sentir a areia tocando cada parte do corpo gradativamente.

O mesmo mecanismo acontecia na água, quando deitava em repouso e recebia uma onda, ela me rolava em tempo acelerado até a beira do mar e eu percebi que se não relaxasse o corpo era mais difícil manter o rolamento até o final da onda. Quando você não larga o corpo para a onda é como se o fluxo daquela energia se rompesse rapidamente. Aqui nesse vídeo é possível assistir esses rolamentos experimentados...

https://www.youtube.com/watch?v=k_1DdrBj30g

Para improvisar mais fluidamente...

É preciso somar o que já dançamos com o que queremos criar, e não dividir, restringir movimentos. Uma observação interessante na experimentação dos pesos em diferentes partes do corpo foi que surgiram movimentos que lembravam códigos do balé clássico, apesar de que em nenhum momento racionalizei fazê-los. São movimentos que eu já vivi, tenho essa memória, e é o que surge quando improviso.

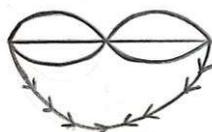
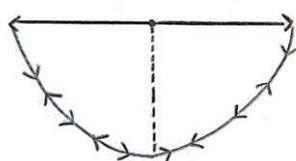
Lá nos primórdios da minha investigação na beira do mar eu pensava demais em qual movimento fazer, e acabava excluindo conscientemente do meu repertório movimentos que lembrassem a técnica do balé clássico, ou qualquer outra técnica. Por querer dançar algo novo e autêntico eu acreditava que não deveria repetir códigos de uma técnica em minhas improvisações. Hoje eu entendo que invariavelmente, quando estamos improvisando, virão à tona movimentos que estão em nossa memória corporal, queiramos expressá-los ou não. No decorrer do processo de investigações, aceitar que isso aconteceria me fez relaxar e fluir mais nos movimentos que vinham sem racionalizá-los, e isso trouxe mais conexão com o momento e com minha própria expressividade.

Depois que eu pude acessar as fotos, lembro de ter ficado feliz pelo fotógrafo ter capturado momentos assim, que mostrou minha relação com uma técnica, mas que na verdade eu estava experimentando um fator de movimento. A perna estava em *en dehours* e levantada em altura maior que 90 graus, mas os braços estavam unidos no centro do corpo fazendo a forma de uma seta apontando para baixo.

Repetir para transformar

É interessante assistir como um certo movimento inicia na improvisação e como ele é selecionado para ser repetido e transformado. Um bom exemplo está nesse vídeo, <https://www.youtube.com/watch?v=ptYlpCbEaAE> em que começo experimentando o peso mas acabo me inspirando muito no desenho do infinito. Em 4min17s é perceptível como o movimento inicia com a passagem da mão pelo braço, como se estivesse lavando/esfregando o próprio membro do ombro até a mão; os braços são lançados ao lado, fazem um desenho de semicírculo em frente ao corpo; retorna o movimento como se estivesse lavando o braço; leva braços para junto ao corpo e o desenho do infinito vai ficando cada vez mais visível, perceptível quando sobe acima da cabeça.

Dessa continuidade surge algo diferente, mas que flui; a partir daí escolho o movimento e repito algumas vezes; é um movimento em que as mãos se encontram de um lado do corpo, uma das mãos volta deslizando por toda extensão do braço passando pelo ombro e centro do peito, depois retorna pelo mesmo ombro para os dedos da mão; segue em uma união rápida das mãos no centro do corpo para então escorregar a outra mão pelo braço oposto. Esse movimento contínuo e repetido algumas vezes traça um desenho de semicírculo abaixo dos braços no plano frontal. Depois de repetir esse movimento de braços, logo depois eu faço desenhos do infinito no espaço, mas agora no plano sagital. Depois de visualizar esses movimentos citados no vídeo, desenhei essas duas imagens em meu diário (30/05/2023), pensando nos vetores e na direção da energia dos meus braços no espaço:



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse experimento começou de forma despretensiosa, como uma forma que encontrei para relaxar e abstrair aquela época difícil que vivia na pandemia. Quando resolvi considerar esse experimento como uma possibilidade de escrita acadêmica, vieram alguns questionamentos, incertezas e várias reflexões.

Tive uma formação técnica prévia à graduação em licenciatura em dança, e lembrar minha trajetória na dança me fez compreender que mesmo querendo desconstruir alguns conceitos, não é uma tarefa simples, pois são ideias muito enraizadas em nossa sociedade. Por exemplo, compreendo que ainda prezo pelo resultado final das minhas criações em improvisação, ainda não consigo me lançar em direção ao total desconhecido, tenho receio de que não fique interessante, me preocupo com o que os outros vão achar. Isso ainda é um paradigma a ser quebrado.

Refleti sobre o meu estado de corpo na época do início do experimento, e entendi que era realmente uma época difícil de fluir em movimento – era uma época em que tudo estava paralisado, inclusive nós mesmos. Fazíamos quase todas as nossas práticas de dança de maneira virtual, onde há naturalmente uma supervalorização do sentido da visão e subvalorização dos demais sentidos. Como trabalhar um corpo não dissociado da mente nesse formato de aula? Como ser inteiro em um tempo em que tudo está fragmentado?

Hoje, sem mais necessidade de ter aulas virtuais, ainda vemos a crescente tendência de aulas em que há uma predominância da visão, quando o professor se limita a demonstrar e ao aluno é solicitado repetir. Percebi que essa metodologia pode ser bastante eficiente para o ensino de determinadas técnicas de dança, mas limitadora quando pensamos em práticas como a improvisação.

Ao analisar os motivos de dançar em ambientes naturais e não mais em ambientes fechados, percebi dois motivos. Além da necessidade de sair um pouco da minha própria casa naquela situação crítica de isolamento social, havia o fato de que estar na natureza me instiga a observar e entender o movimento de uma forma

mais ampla, por exemplo quando sentimos os apoios diferentes que fazemos em cada superfície, e como isso muda os caminhos e trajetos de nossa dança.

A natureza me instiga a explorar o fluxo contínuo nos movimentos, a dançar sem travas ou descontinuidades, algo que passei a investigar nas aulas de dança contemporânea e que para mim fazem todo sentido quando em um ambiente natural.

O ambiente natural me inspira a explorar novas movimentações, a apenas sentir o presente e improvisar, racionalizando menos o movimento. O ambiente natural me conecta às sensações/emoções do momento e a externar movimentos que são mais condizentes com minhas imagens internas.

O que quero discutir como esse processo de investigação é que eu tinha um entendimento errôneo no que concerne vocabulário de dança e autenticidade. Refleti que quando comecei a praticar dança contemporânea não quis mais acessar meu vocabulário do balé clássico ou de outras técnicas, ignorando todo o conhecimento que havia adquirido ao longo dos anos.

No começo desse experimento, por querer alcançar uma autenticidade, eu reprimia conscientemente movimentos que lembrassem códigos de quaisquer técnicas, e fui notando que minha improvisação foi ficando cada vez mais empobrecida de ideias, um corpo sem potência expressiva.

Ao longo do experimento e já com a nova metodologia, parei de inibir as movimentações que surgiam espontaneamente. Para minha surpresa, vi acontecer improvisações mais interessantes e foi bonito perceber minha memória corporal presente enquanto dançava.

Escolher a investigação dos fatores e verbos de ação como estímulos para o movimento foi importante, pois pude ter uma base de ações que me guiava no caminho da improvisação. Pensei que ter uma rotina metodológica poderia ser limitante em uma livre improvisação, mas ela me mostrou caminhos possíveis.

Hoje eu entendo que não estava tão aberta a jogar com o acaso, a ir em direção ao desconhecido naquela época. Recorrentemente retornava de uma livre improvisação para algum fator de Laban, para algo mais palpável, mais racional.

Mais ao final dos experimentos, quando eu já havia explorado muito as movimentações, comecei a repeti-las. Isso me deixou com receio de que era o fim das minhas experimentações, de que não havia mais nada a se fazer na beira do mar.

Mas continuei minha rotina de experimentos, acreditando que ainda estava gerando algum conhecimento ao me mover. Até que eu consegui vivenciar algo novo. Comecei a notar que a cada dia surgiam pequenas mudanças, e descobri como eu experimentava diferentes nuances do movimento ao longo do tempo. Se o momento presente não se repete, e se nós estamos sempre mudando enquanto em vida, repetir um movimento é o caminho para acolher pequenas mudanças, fazendo novos rearranjos, criando enfim, algo novo (Katz, 2006). É preciso paciência e confiança de que são das repetições que surgem as mudanças.

Apreendi que ter acumulado um vocabulário de dança ao longo desses anos não é algo prejudicial em minhas novas criações, pelo contrário, improvisa melhor quem tem mais vocabulário para explorar. Por isso não se deve negar padrões repetitivos de nossa dança, deve-se conhecê-los bem e se necessário, repetir até surgir a mudança. Para ir ao encontro do acaso é preciso desarticular seu vocabulário, aprender a fazer novas conexões com o que você já dança (Katz, 2006).

Esse processo na beira do mar me ensinou que estou aprendendo a fluir em movimento em uma improvisação; a improvisação ensina ao dançarino a “experimentar as forças do acaso agindo sobre suas escolhas e isso lhe ensina a desapegar dos resultados como produtos fechados” (Gouvêa, 2012). Continuo tentando desvendar esse corpo expressivo a cada prática, entendendo a experiência como a vida em si, imprevisível, mas cheia de possibilidades.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, M. A. A influência dos paradigmas cartesiano e emergente na abordagem do processo saúde-doença. Rev. Esc. Enf. USP, v.29, n.2, p.133-40. ago. 1995.

BRAGATO, Marcos. Espelhamento e Imagética Corporal: Uma alternativa à problemática da imitação pela perspectiva da neurociência cognitiva na compreensão da atividade motor em dança. In: VI Congresso de Pesquisa e Pós-graduação em Artes, 2010, São Paulo. Rio Grande do Norte, 2010.

ELIAS, Marina.. Improvisação como possibilidade de reinvenção da dança e do dançarino. PÓS: Revista do Programa de Pós-graduação em Artes da EBA/UFMG, S. I., p. 173–182, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistapos/article/view/15689>. Acesso em 10/07/23

FERNANDES, Ciane. O corpo em movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas, 2. ed. São Paulo: Annablume, 2006.

FERNANDES, Ciane. Dança Cristal: da arte do Movimento à Abordagem Somático Performativa, Salvador: EDUFBA, 2018.

GREINER, Christine. O corpo: Pista para Estudos Interdisciplinares, 2 ed. São Paulo: Annablume, 2006.

GOUVÊA, Raquel. Revista Científica/FAP, Curitiba, vol 9, p.160-176, jan./jun. 2012. Disponível em: <https://periodicos.unespar.edu.br/index.php/revistacientifica/article/view/152/149>. Acesso em 06/06/23

KATZ, H. O coreógrafo como DJ, in: PEREIRA, Roberto e SOTER, Silvia. Lições de dança nº 1, Rio de Janeiro, UniverCidade Editora, 2006. p. 13-23.

KATZ, Helena. Corpar. Porque corpo também é verbo. In: BASTOS, Helena (org). Coisas Vivas. Fluxos que informam. 1 ed. São Paulo: ECA- USP, 2021. v, 4. p 19- 31.

KRISCHKE, Ana Maria Alonso. Contato improvisação: a experiência do conhecer e a presença do outro na dança. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas. Programa de Pós-Graduação em Educação, 2012.

LABAN, Rudolf. Domínio do movimento, Lisa Ullmann (org.). São Paulo: Summus, 1978.

LEPECKI, André. Planos de composição. In: GREINER, Christine; ESPÍRITO SANTO, Cristina; SOBRAL, Sonia (orgs.). Cartografia rumos itaú cultural dança 2009-2010: criações e conexões. São Paulo: Itaú cultural, 2010.

MARQUES, Isabel. Pandemia pelas telas: quando tecnologias e empreendedorismo se encontram nas aulas de dança. Desafios Pandêmicos e outros modos de re – existências nas artes. Salvador, 2020. Disponível em: <https://portalanda.org.br/wp-content/uploads/2020/12/ANDA-2020-EBOOK-1-OS-DESAFIOS-PAND%C3%80MICOS-1.pdf>.

MURTA, Flor. Concepções de dança contemporânea: uma breve revisão. In: ANAIS DO III ENCONTRO CIENTÍFICO NACIONAL DE PESQUISADORES EM DANÇA. Comitê Dança em Mediações Educacionais – Maio/2013

RAMOS, Sueli Machado. Corpo/ensino/aprendizagem/metáfora por procedimento metafórico: uma composição didático- metodológica para o ensino de dança. Dissertação (mestrado profissional) – Universidade Federal da Bahia, 2021.

RENGEL, Lenira. Dicionário Laban, 2ª ed. São Paulo: Annablume, 2005.

ROCHA, Thereza. Por uma (des) ontologia da dança em sua (eterna) contemporaneidade. Cadernos Virtuais De Pesquisa Em Artes Cênicas, 2009. Disponível em <http://seer.unirio.br/pesqcenicas/article/view/754>. Acesso em 24/07/23

ROCHA, Thereza. O que é dança contemporânea: uma aprendizagem e um livro de prazeres, Salvador: Conexões Criativas, 2016.

TRINDADE, Gabrielly bianca de melo. Tendências pedagógicas: a praxis do profissional de dança frente a pedagogia progressista. Dissertação (graduação), Universidade do estado do amazonas, escola superior de artes e turismo, curso de licenciatura em dança, 2019.

Webgrafia

América latina e caribe ultrapassam um milhão de mortes por COVID-19. OPAS, 2021. Disponível em <https://www.paho.org/pt/noticias/21-5-2021-america-latina-e-caribe-ultrapassam-um-milhao-mortes-por-covid-19>

Com vagas para mortos por covid perto do fim, prefeitura de manaus prepara novas áreas em cemitério. G1, 2020. Disponível em

<https://g1.globo.com/am/amazonas/noticia/2020/12/30/com-vagas-para-mortos-por-covid-19-perto-do-fim-prefeitura-prepara-novas-areas-em-cemiterio-de-manaus.ghtml>

Mortos em casa e cadáveres nas ruas: o colapso funerário causado pelo coronavírus no equador. BBC Brasil, 2020. Disponível em <https://www.bbc.com/portuguese/internacional-52129845>

CPI da COVID: qual a relação da crise em manaus com o silêncio de eduardo pazuello? Brasil de Fato, 2021. Disponível em <https://www.brasildefato.com.br/2021/05/18/cpi-da-covid-qual-a-relacao-da-crise-em-manaus-com-o-silencio-de-eduardo-pazuello>

'Tratamento precoce': governo bolsonaro gasta quase r\$ 90 milhões em remédios ineficazes, mas ainda não pagou butantan por vacinas. BBC Brasil, 2021. Disponível em <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-55747043>

É falso que OMS tenha escolhido brasil como um dos melhores no combate à pandemia. CNN Brasil, 2022. Disponível em <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/e-falso-que-oms-tenha-escolhido-brasil-como-um-dos-melhores-no-combate-a-pandemia/>

<https://novaescola.org.br/conteudo/7216/john-locke#:~:text=Locke%20acreditava%20que%20as%20crian%C3%A7as,a%20diferentes%20m%C3%A9todos%20de%20aprendizado.>

BEIRA DE MIM. Vanessa Hagenbeck Carranza. Direção de Raiane de Souza e Vanessa Carranza. 1 videodança. (8min30s). Disponível através do link <https://youtu.be/0vRrLW6vSiQ>. Acesso em 28/07/23