



Universidade de Brasília

Instituto de Artes
Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas

Erica Bianco Bearlz

POÉTICA PONDERAL DA MONTANHA
uma proposta de sistematização composicional em dança



Brasília
2018



Universidade de Brasília

Instituto de Artes
Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas

Erica Bianco Bearlz

POÉTICA PONDERAL DA *MONTANHA*
uma proposta de sistematização composicional em dança

Brasília
2018



Universidade de Brasília

Instituto de Artes
Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas

Erica Bianco Bearlz

POÉTICA PONDERAL DA *MONTANHA*
uma proposta de sistematização composicional em dança

Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado em Artes Cênicas do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade de Brasília, como requisito parcial para a obtenção de grau de Mestra em Artes Cênicas.

Orientadora: Prof. Dra. Alice Stefânia Curi

Linha de Pesquisa: Processos Composicionais para a Cena.

Brasília

2018



Universidade de Brasília



INSTITUTO DE ARTES
DEPARTAMENTO DE ARTES CÊNICAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES CÊNICAS

**DISSERTAÇÃO DE MESTRADO EM ARTES CÊNICAS APRESENTADA
AOS PROFESSORES:**

Professor (a) Dr. (a). Alice Stefânia Curi (PPGCEN/UnB)
ORIENTADOR (A)

Professor (a) Dr. (a). Júlia Ziviane Vitiello (DACO - UNICAMP)
MEMBRO EXTERNO

Professor (a) Dr. (a). Ciane Fernandes (UFBA)
MEMBRO EXTERNO

Vista e permitida a impressão
Brasília-DF, 26 de Julho de 2018

Coordenação de Pós-Graduação do Departamento de Artes Cênicas do Instituto de
Artes / UnB.

AGRADECIMENTOS

À minha mãe, pela vida.
Aos meus filhos, pela paciência.
Ao meu pai, pela sabedoria compartilhada.
A João Lucas, pelos encontros poéticos e pela trilha musical.
Ao Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas,
pelos saberes e experiências compartilhadas.
À Jéssica Martins, pela disposição.
À minha banca por ter aceitado o convite.
À Júlia, por lembrar-me de quem eu sou.
À Alice, especialmente pela confiança, empenho e observações.
Aos que colaboraram direta e indiretamente,
A todos, muito obrigada...

ARTA AO LEITOR

Querida leitora, querido leitor,

Preliminarmente, gostaria de agradecer-lhe pela leitura. Sua leitura inaugura a realização desta escrita, e serei sempre grata a este momento. Aproveito sua atenção para um breve esclarecimento: esta pesquisa é o resultado de minha dança. Explico-me...

Iniciei esta investigação acadêmica pretendendo sintetizar os aspectos de algumas metodologia e técnicas corporais pessoais que tenho experimentado ao longo dos últimos quinze anos e até pensei que eu apresentaria os resultados pesquisados em uma performance. Mas o contrário ocorreu: a criação rebentou no cerne da pesquisa. Quando dei por mim, já era a dança dançando: a experiência já havia reorientando as rotas iniciais. Ampliado s horizontes. Aceitei o desafio. Este texto então caminha para partilhar minha experiência dançada. Mas como apreender e registrar as cognições que aconteciam a partir da experiência em dança? A dança não se deixava fixar no papel, mas deixou-me fisgar alguns movimentos, paralisá-los no tempo, analisar, imaginar. Poetar. Isso na condição de sempre deixá-los voltar à dança. Então, esta pesquisa se deu na experiência de apreender alguns conteúdos dançantes. Uma coreografia grafada no papel? Penso que não. Nestas páginas, sob o viés de uma artista do corpo, os conceitos utilizados para guiar a pesquisa foram convidados a adentrar no universo da dança, compor a trama do conhecimento, render o fazer, bordar o corpo, dançar a dança.

O dia ficou sutil e paralelo. O céu, azul e amarelo. Vieram as dores do rebento. Bartolomeu Campos Queirós me lembrou que era preciso ter a coragem das sementes que apodrecem para inaugurar o fruto. Ainda sentindo as dores do rebento, comecei a escrever. Escrevo ao tempo que adubo a terra, a mesma terra que me come, enquanto deixo o tempo saturnar os dias. Enquanto registro meu apodrecer, sigo sonhando primaveras, conciliando-me, até o último sempre.

Goiânia, fevereiro de 2018



RESUMO

Sobre o viés de uma artista do corpo, esta pesquisa se dá numa tentativa de apreender alguns conteúdos dançantes por meio de uma análise do trajeto corporal em processo criativo. O corpo que dança, sendo o mesmo que escreve, que pensa sobre o que escreve, escreve sobre o que vive e lembra o que dança, conduz o leitor a um universo rico, amplo e, ao mesmo tempo, íntimo e particular. Por meio de uma narrativa auto-bio-etno-gráfica, esta pesquisa evoca experiências sensíveis e saberes emergidos do processo criativo em andamento *Cerrado Densidade Ressonância* para elaborar a performance *Montanha*. A complexidade em analisar a própria prática, no momento de sua realização, permite levar em conta o saber da dança propriamente dita, trazendo à tona sua forma particular de criar e articular conhecimentos. No entanto, não dispensam a presença da obra, produto polissêmico desta pesquisa, que carrega os dados não discursivos que foram encarnados neste processo e que só fazem sentido na experiência. Inspirado no bioma do Cerrado, o processo criativo de *Montanha* se deu no invisível, sob a pele, sob a terra, tal qual as raízes do Cerrado em busca d'água, seguindo caminhos tortuosos que carregam todos os riscos e acertos passíveis deste percurso. Em um desses percursos é apresentada uma prática corporal chamada *bola beartz*, desenvolvida a partir de minha experiência corporal pessoal da com a bola suíça e com a *Ideokinesis*. Pensar o corpo que dança, dançar o corpo que pensa, escrever o que resulta desta experiência. Esta dissertação foi dividida em quatro capítulos feitos de forma que o leitor possa escolher qual a ordem e em que cadência seguirá sua leitura, no intuito de preservar a mobilidade e não-linearidade do processo criativo da *Montanha*.

Palavras-Chave: Dança. Processo Criativo. Poética Ponderal. Ideokinesis.

ABSTRACT

On the bias of an artist of the body, this research was in an attempt to apprehend some dance content through the body path in a creative process. The body that dances, being the same one who writes, who thinks about what he writes, writes about what he lives and remembers what he dances, leads the reader to a rich, broad and at the same time intimate and private universe. Through a self-bio-ethnographic narrative, this dance research evokes sensitive experiences and knowledge emerged during the working process of Cerrado Density Resonance, which resulted in Mountain performance. The complexity of analyzing the practice itself was due to the resonance of the observation in the researcher's own body, allowing to take into account the knowledge of dance itself, its particular way of creating and articulating knowledge. However, they do not dispense with the presence of the work, the polysemic product of this research, which carries the non-discursive data that was embodied in this process and which only makes sense in the experience. Inspired by the Cerrado biome, the creative process of Mountain occurred in the invisible, under the skin, just like the roots of the Cerrado in search of water, under the earth, following a tortuous path that carries all the risks and hits this course. In one of these ways, a corporal practice is presented called ball bearlz, developed from my personal corporal experience of with the Swiss ball and the Ideokinesis. Think of the body that dances, dance the body that thinks, write what results from this experience. This dissertation was divided into four chapters designed so that the reader can choose the order and in which cadence will follow its reading, in order to preserve the mobility and non-linearity of the creative process of the Mountain.

Keywords: Dance. Creative Process. Ponderal Poetic. Ideokinesis.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 Pôr do sol, Goiânia 2016.....	3411
Figura 2 Pôr do sol no Mirante da Nova Aurora, Cavalcante-GO.....	16
Figura 3 Frames da Montanha.....	19
Figura 4 Articulação do tornozelo.....	20
Figura 5 Desenho anatômico da musculatura posterior.....	21
Figura 6 Construindo a Montanha – frames.....	22
Figura 7 Batráquio - frames.....	24
Figura 8 Ceba - frames.....	25
Figura 9 Água viva - frames.....	26
Figura 10 Criatura de cócoras - frames.....	26
Figura 11 Crânio - frames.....	27
Figura 12 Primeira cópula - frames.....	27
Figura 13 Ecdise - frames.....	28
Figura 14 Pouso cruzado - frames.....	29
Figura 15 Criatura da segunda cópula - frames.....	30
Figura 16 Canto da cigarra - frames.....	31
Figura 17 Montanha.....	39
Figura 18 Mapa gráfico da sistematização do processo criativo da Montanha.....	42
Figura 19 Montanha.....	45
Figura 20 Harmonia dos opostos.....	48
Figura 21 Movimento dos fragmentos.....	52
Figura 22 Esquema de condensação da matéria para estudos.....	52
Figura 23 Estudos para Montanha.....	53
Figura 24 Esquema de sublimação da matéria para estudos.....	53
Figura 25 Mergulho no eixo axial, estudo de oposições.....	56
Figura 26 Mergulho da Montanha.....	57
Figura 27 Autoscopia poética da Montanha.....	59
Figura 28 Autoscopia poética da Montanha.....	60
Figura 29 Quadrado mágico.....	62
Figura 30 Percursos de movimento no quadrado mágico.....	62
Figura 31 Aplicando percurso tensional nas costas.....	63
Figura 32 Cartografias tensionais da Montanha.....	64
Figura 33 Cartografias tensionais e fragmentos de Heráclito.....	65
Figura 34 Roteiro diagramático da Montanha, parte I.....	70
Figura 35 Roteiro diagramático da Montanha, parte II.....	71
Figura 36 Notações para diagrama sonoro.....	72
Figura 37 Desenho de João Lucas para a construção da sonoridade da Montanha.....	74
Figura 38 Estudo Luminoso da Montanha.....	75
Figura 39 Montanha - crânio.....	78

Figura 40	Corporis Humani Ossa - Posteriori Facie Proposita.....	83
Figura 41	Marca-livro marca vidas.....	85
Figura 42	Minha primeira apresentação de dança, em 1987, Jundiaí-SP.....	87
Figura 43	Página de diário, ano 2000.....	90
Figura 44	Página de diário, ano 2000.....	91
Figura 45	Articulação do tornozelo, visão externa. lado direito (maléolo externo).....	93
Figura 46	Fotomontagem para Montanha.....	95
Figura 47	Relaxamento Construtivo (RC).....	97
Figura 48	Exemplo de imagem utilizada em Ideokinesis.....	98
Figura 49	Formas de suporte de peso encontradas no corpo humano.....	100
Figura 50	Imagem para equilibrar a articulação sacro-íliaca.....	102
Figura 51	Eixo axial, linha imaginária.....	104
Figura 52	Os três diamantes.....	105
Figura 53	As nove linhas de movimento.....	106
Figura 54	Músculos das costas.....	110
Figura 55	Terceiro Movimento, 2002.....	112
Figura 56	Prática pessoal com a bola de 26cm de diâmetro.....	114
Figura 57	Aula prática, bola bearlz, 2012.....	115
Figura 58	Eu ministrando uma oficina de bola bearlz, Goiânia, 2011.....	116
Figura 59	Oficina de bola bearlz, 26 cm diâmetro, Goiânia, 2011.....	116
Figura 60	Prática de bola bearlz 70 cm diâmetro.....	117
Figura 61	Prática de bola bearlz 26 cm diâmetro.....	118
Figura 62	Prática de bola bearlz.....	119
Figura 63	Prática bola bearlz - 45 cm diâmetro - para performance Montanha.....	122
Figura 64	Prática bola bearlz - 75 cm diâmetro - para performance Montanha.....	122
Figura 65	Cartografias tensionais da Montanha.....	124
Figura 66	Fotomontagem.....	124
Figura 67	Cartografia tensional.....	126
Figura 68	Pôr do sol. Mirante da Nova Aurora, Cavalcante-GO, 2013.....	129
Figura 69	Trabalhos inspirados no Cerrado.....	133
Figura 70	Chegada no Mirante da Nova Aurora, Cavalcante-GO, 2013.....	134
Figura 71	Caminho para a Cachoeira de Santa Barbara, Cavalcante, GO, 2013.....	139
Figura 72	Estudo ponderal para a performance Montanha.....	144
Figura 73	Cachoeira de Santa Bárbara, Cavalcante-GO, 2013.....	151
Figura 74	Caminho para cachoeira de santa Bárbara, Cavalcante - GO, 2013.....	154
Figura 75	Pôr do sol no Mirante da Nova Aurora, Cavalcante - GO, 2013.....	158
Figura 76	Pot-pourri de imagens para espetáculo CAÇADA.....	162
Figura 77	Estudo para flores, espetáculo Deitar o Sal, 2016.....	164

SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO	12
2. DOSSIÊ DA MONTANHA	17
2.1. CORPO DANÇANTE	20
2.1.1. <i>A Montanha</i>	22
2.1.2. <i>Batráquio</i>	24
2.1.3. <i>Cepa</i>	25
2.1.4. <i>Água Viva</i>	26
2.1.5. <i>Criatura de Cócoras</i>	26
2.1.6. <i>Crânio</i>	27
2.1.7. <i>Primeira Cópula</i>	27
2.1.8. <i>Ecdise</i>	28
2.1.9. <i>Pouso Cruzado</i>	29
2.1.10. <i>Segunda Cópula</i>	30
2.1.11. <i>Canto da Cigarra / Novo Ciclo</i>	31
3. ENCADEAMENTOS CRIATIVOS NA EXPERIÊNCIA DA MONTANHA	32
3.1. MOTIVAÇÕES E DESEJOS	34
3.2. MAPEANDO O PROCESSO CRIATIVO NA EXPERIÊNCIA DA MONTANHA	40
3.3. GATILHOS POÉTICOS.....	43
3.3.1. <i>Cerrado</i>	46
3.3.2. <i>Fragmentos de Heráclito - Elaborando o critério de seleção dos fragmentos</i>	49
3.3.3. <i>Movimentando os fragmentos selecionados</i>	53
3.4. DEMANDAS CRIATIVAS.....	66
3.4.1. <i>Demandas Corporais</i>	66
3.4.2. <i>Demandas de Sistematização e Registro</i>	67
3.4.3. <i>Demandas Afetivas: Encontros Poéticos</i>	73
3.5. OBSERVAÇÕES SOBRE O MAPEAMENTO DO PROCESSO CRIATIVO	76
4. O AMBIENTE EM MEU CORPO DE DANÇA	79
4.1. PRIMEIRO MOVIMENTO – MINHA VIDA, MINHA DANÇA	81
4.2. SEGUNDO MOVIMENTO – RELATO UTO-BIO-ETNOGRÁFICO.....	85
4.3. TERCEIRO MOVIMENTO – GRADUAÇÃO E IDEOKINESIS.....	89
4.4. QUARTO MOVIMENTO – IDEOKINESIS E MINHA PERCEPÇÃO DO MOVER	97
4.4.1. <i>Ideokinesis e o equilíbrio mecânico</i>	100
4.4.2. <i>O movimento humano</i>	101
4.4.3. <i>Padrão postural</i>	104
4.5. QUINTO MOVIMENTO – BOLA SUÍÇA E BOLA BEARLZ	112
4.6. SEXTO MOVIMENTO – BOLA BEARLZ NA PRÁTICA	117
4.6.1. <i>Bola bearlz na poética ponderal da montanha</i>	121

5. NO CUME DA MONTANHA	128
5.1. PRELÚDIOS.....	129
5.2. PRELÚDIO DA MONTANHA.....	131
5.3. PRELÚDIO EM DANÇA.....	135
5.4. PRELÚDIO CORPORAL	140
5.5. PRELÚDIO VESPERTINO	145
5.6. PRELÚDIO CRIATIVO	152
5.7. PRELÚDIO PONDERAL OU DIÁRIO DA MONTANHA	155
BIBLIOGRAFIA	159
APÊNDICE.....	162
a) <i>CAÇADA - como raízes em busca d'água.....</i>	<i>162</i>
b) <i>DEITAR O SAL</i>	<i>163</i>

*sem limites
sem regras
profunda(mente)
pele e nervos
perpendicularam meu corpo torto
meandros e bifurcações
acariciam vícios
vincos e vínculos
sutil e paralelo
azul e amarelo*



*Figura 1 Pôr do sol, Goiânia 2016.
Acervo pessoal da autora.*

1. APRESENTAÇÃO

A arte não reproduz o que vemos. Ela nos faz ver.
Paul Klee

No fazer da dança, os saberes são engendrados no momento de sua realização. Para entender como a experiência em dança tece a trama de minha compreensão corporal, escolhi como ponto de partida o que chamo de *Cerrado Densidade Ressonância*, uma obra de dança de minha autoria em pleno processo de criação. A performance *Montanha*, que discorrerei de forma minuciosa nesta dissertação, é um dos seus rebentos.

O instrumental teórico para o desenvolvimento desta escrita foi escolhido à medida que ensejava uma tradução um pouco mais orgânica de minhas experiências para as palavras. Encalçar o trajeto incerto do corpo durante o processo criativo da *Montanha* trouxe fagulhas luminosas da construção do meu pensamento em dança. Organizações efêmeras dos registros, sensações e memórias que afloravam deste processo, em seus diferentes suportes, foram as formas adotadas para sua partilha.

Para iluminar melhor este percurso, escolhi pensar o processo criativo a partir do conceito de criação em rede trazido por Cecília Salles (2016). Este conceito foi usado como um farol nos momentos de tormenta, em noite escura. Nos momentos de calma, no descanso da jornada noturna, permiti uma pausa para cantos e encantos na fogueira. Deixei-me levar pelo fogo criativo, dancei ao redor das chamas, aquecendo a noite, sonhando madrugada de brasa e brisa. Convidei para este sarau a poesia noturna de Gaston Bachelard (1884-1962) e, para compor um mosaico sensível no horizonte, alguns fragmentos da filosofia de Heráclito (535 a.C. - 475 a.C.) foram trazidos para compor uma paisagem cuja força poética acalmaria as tormentas e incertezas da criação, silenciaria as marés, permitiria a lua brilhar na superfície d'água, refletindo ondulações sinuosas, cintilantes, tal qual reflexo em ônix¹ orvalhada.

Seguindo a metáfora luminosa da pesquisa em artes, o farol, embora ilumine um caminho, não permite a observação atenta dos meandros, das bifurcações, dos gravetos e pedregulhos do processo criativo. Precisei equipar-me de uma lanterna manual, de fácil acesso, para usar sempre que precisasse dosar os devaneios lunares ou diminuir distrações com vagalumes. Como uma lanterna de bolso, guardei comigo o conceito de auto-etnografia, trazido por

¹ Ônix é uma variedade do quartzo, de cor negra.

Sylvie Fortin (2009), no qual o pesquisador escreve a partir de sua própria experiência. E assim se deram estes escritos.

Num exercício auto-etnográfico, escrevi oferecendo minha nudez ao caminhar pelas veredas da experiência de uma criação em dança. Tentei burlar uma possível construção linear e temporal que a escrita sugere, permeando o texto com inferências tiradas de meu diário de bordo. Um momento para contemplar os devaneios do pensamento. Sentir-se respirando. Estas inferências, como sombras da escrita, aparecem pelo avesso, não são de cima para baixo, nem da esquerda para a direita. Elas surgem na contramão, exigem outro olhar do leitor, uma outra luz. Da mesma forma, as imagens trazidas sugerem uma pausa para contemplar as relações que se constroem a partir da linearidade que se desfaz.

No desenrolar do trabalho de pesquisa surgiram pontos de convergência com gravitação própria, em torno do quais minhas reflexões passaram a orbitar. Ocorreu-me que a não linearidade do processo poderia ser melhor percebida sem que eu determinasse uma ordem de leitura para este trabalho. Pensando nesta mobilidade, esta escrita foi organizada em quatro condensamentos porosos e permeáveis – ou capítulos - a partir dos pontos de convergência de minhas principais reflexões. Estes pontos foram: a obra artística em si; o processo criativo; as concepções de corpo e movimento que trago imbricadas em minhas memórias e, por fim, como registrar o processo criativo em uma pesquisa acadêmica sem perder sua mobilidade e seus possíveis desdobramentos sensíveis, contribuindo para uma epistemologia própria da dança.

Analisando meus registros auto-bio-etnográficos, em seus diversos suportes, pude acompanhar as escolhas responsáveis pela tessitura da performance *Montanha*, desvelando alguns saberes intrínsecos em minha experiência com a dança. Essa escrita que compartilho agora tangenciou todo o processo criativo, flagrando alguns saberes da experiência que circulam heterogeneamente durante o processo e alimentam os esforços da criação. Os registros auto-bio-etnográficos prenunciam o desenvolvimento do meu pensamento em plena criação, engendrando memórias e saberes num porvir da obra. Selecionei os que, neste momento, foram mais pertinentes.

Salles (2008) nos ajuda a pensar a criação como uma rede de conexões. Desta forma as múltiplas conexões do processo criativo preservam sua mobilidade e permitem leituras não lineares e não hierarquizadas. Proponho então ao leitor que fique à vontade para escolher a ordem dos condensamentos deseja experienciar a partir desta leitura. Faço um convite para difundirmos por esses escritos à deriva, sem bússolas ou ordens pré-determinadas. No entanto, esta leitura se completa apenas com a apreciação presencial da performance *Montanha* que desencadeou todo este processo, espero que você tenha oportunidade de ter esta. Com este

formato tento aproximar o leitor da mobilidade e plasticidade do processo criativo vivenciado nesta pesquisa em dança. Gosto de pensar estes capítulos como condensamentos astrolábicos que ajudam a localizar meu ponto de vista, sem a pretensão de apontar uma direção. A numeração dos capítulos apresentada foi feita apenas para facilitar a paginação e não pretende estabelecer nenhum indicativo de ordem.

Para ajudar-lhe a escolher por onde quer começar sua experiência, descreverei brevemente como condensei minhas reflexões dançantes. No capítulo *Dossiê da Montanha - frestas do meu corpo em dança*, numa linguagem auto-bio-etnográfica, convido você a adentrar comigo em meu universo dançante: rico, amplo e, ao mesmo tempo, íntimo e particular. Vamos nadar no íntimo de minha imaginação, nos interstícios da criação. O corpo que dança é o mesmo que escreve, que pensa sobre o que escreve, escreve sobre o que vive e lembra o que dança. Compartilho o que sinto por dentro da pele. E então, aberta pelo avesso, demoro-me ao seu olhar atento. Arrisco-me e exponho-me às inúmeras micro relações possíveis aos seus olhos: corpo de dentro, corpo da *Montanha*, corpo fluxo no processo criativo. Penso ser um risco necessário. Uma escrita para agora.

No capítulo *Encadeamentos Criativos na Experiência da Montanha - mapeando o processo criativo*, trago uma explanação sobre como se deu a criação da *Montanha*. Inspirado no bioma do Cerrado, em Heráclito e Bachelard, o processo criativo de *Montanha* deu-se no invisível, sob a pele, tal qual raízes do Cerrado em busca d'água, sob a terra, seguindo caminhos tortuosos e carregando todos os riscos e acertos passíveis deste percurso. Uma escrita para depois.

No capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha*, descanso construtivamente. Organizo meu corpo, realinho minhas estruturas internas e compartilho os estudos práticos que tenho realizado para cumprir as diversas demandas em dança com as quais lido diariamente, desde 1999. Apresento como tenho condensado minhas pesquisas de movimento numa prática que chamo de *bola bearlz*, desenvolvida a partir de minhas experiências pessoais com a bola suíça e com a *Ideokinesis*. Uma escrita para sempre.

No capítulo *No cume da Montanha - a dança como poética ponderal*, trago os prelúdios da *Montanha*, que corresponderiam talvez à uma introdução e, ao mesmo tempo, uma conclusão. Como o início da noite que equivale ao fim do dia, ou quando percebemos que a aurora encerra a noite. Verdadeiro anel de Moebius. Tomo fôlego para escalarmos ao cume da *Montanha* juntos, até algum mirante, ou vários, num contexto maior no qual a obra está inserida. Convido você para conversarmos sobre arte, dança, pesquisa e outras motivações que sempre

nos colocaram a caminhar, enquanto apreciamos as cores do poente. Trago os meandros que me orientaram nesta forma de escrita, refletindo sobre os ganhos e riscos desta escolha e, numa conversa despretensiosa. Quando o poente se despede no último laranja, discorro sobre algumas considerações processuais desta pesquisa, sem muitas delongas, pois a noite chega sem avisar e, de repente, *se sente a noite entrada como uma borboleta pela janela*². E a noite se adentra, sugerindo uma nova e auspiciosa aurora. Uma escrita para antes.

Estes condensamentos em forma de capítulos foram realizados a partir do meu desejo em trazer a obra artística para o primeiro plano da pesquisa. Esta escolha parte da vontade compartilhar as diversas experiências sensíveis que tenho vivenciado a partir da dança como contribuição para a criação de um campo epistemológico próprio da dança. Ou simplesmente de dança. Boa navegação.

² Trecho do poema “O Guardador de Rebanhos”, Alberto Caeiro (heterônimo de Fernando Pessoa).

meu corpo é o próprio atravessamento, comportamento temporal. sou também vários corpos, com órgãos, sem órgãos. convergência e consistência, intensidades e metamorfose. o corpo e o atravessamento. a atitude e o formar. o formar e a forma. experimento minha fronteira para ampliar o meu entre. depois que escolhi pensar-me sobre a terra e sob o céu, como manter-me fiel à terra? escrevo. caminho. caminhar é apressar-se lentamente. é destino. não quero chegar. apenas atravessar. escrever é cartografar regiões ainda por virem.



*Figura 2 Pôr do sol no Mirante da Nova Aurora, Cavalcante-GO, 2013.
Acervo pessoal da autora.*

2. DOSSIÊ DA MONTANHA
frestas do meu corpo em dança

para agora

olhos bem abertos. silenciosos. estou no avesso da pele, aproximando-me do que me separa do mundo. percebo minhas distâncias pelas oposições internas que consigo estabelecer. nuances de tensão. minha medida oscila. pulsa. silencio os ruídos desnecessários. sou ar e fluxo sanguíneo. minha boca se entreabre e estabelece intersecção com o ambiente. pensamento neblina suspende os hiatos lentamente. o corpo detalhado na ação justa, desvela-se pela sombra. usufrui de sua própria medida de tempo. tempo suspenso, escuta delicada. a imanência pousa na pele como borboleta. ouço o movimento. lembro o movimento. meu corpo oscila entre micro tensões. permito. saboreio o corpo edificar-se. pura biologia gosma. corpo visco cintilando existência. silêncio. segredo. corpo hábil para sombras revela pistas em seus rastros, na medida exata do olhar que espreita, com olhos bem abertos. silenciosos. que penetram até o avesso da pele. onde a montanha decanta, pouco a pouco, mergulha em côncavos sombreados, emerge em convexos esfumados. relevo. dentro e fora. para cima e para baixo. entre a terra e o céu. novo silêncio fecundo. ébano e luz, dedilhados em harmonias polifônicas

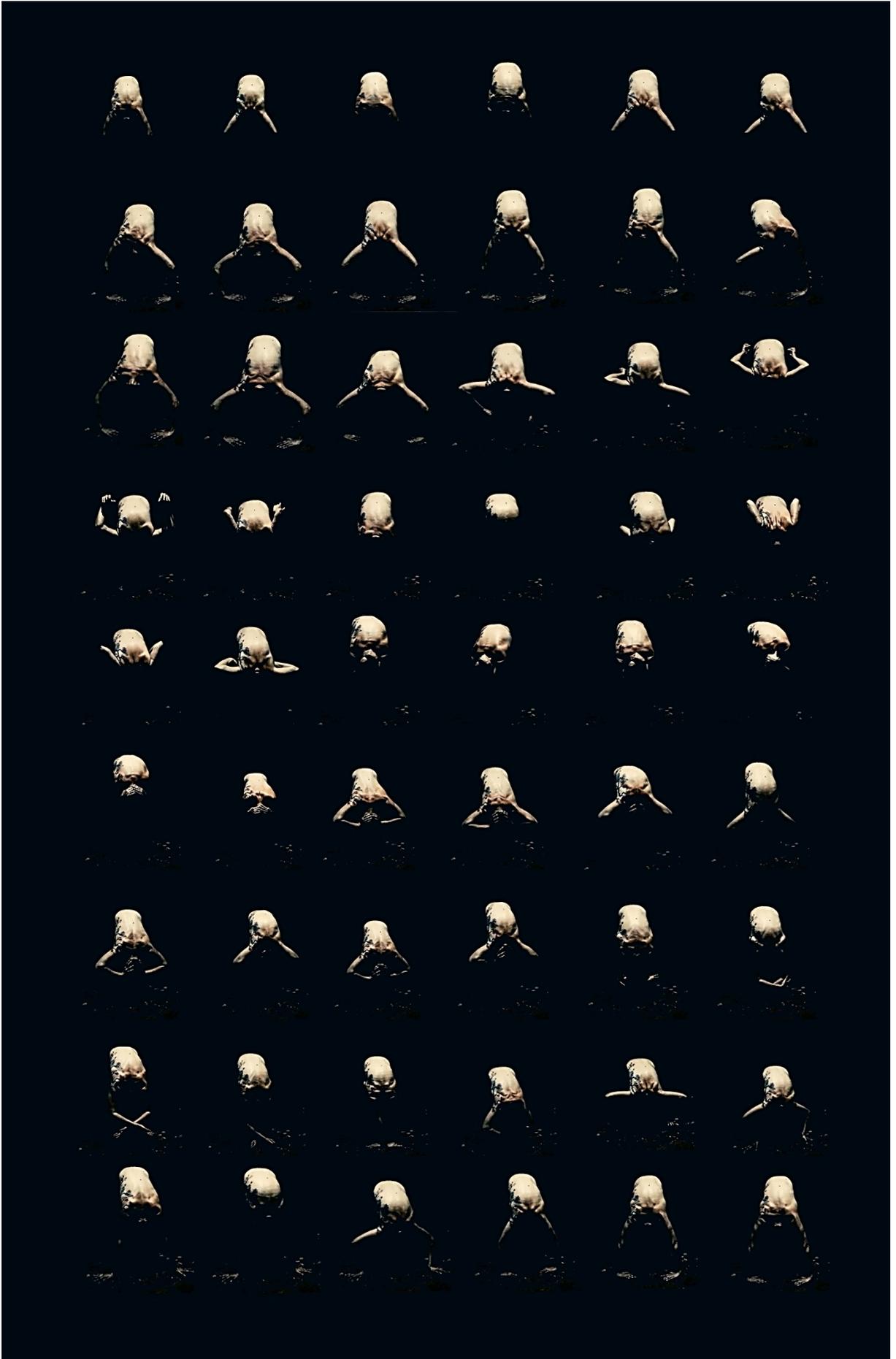


Figura 3 Frames da Montanha

2.1. CORPO DANÇANTE

O modo como um corpo é descrito e analisado não está separado do que ele apresenta como possibilidade de ser quando está em ação no mundo³.

Compartilho a experiência do corpo construído na performance *Montanha*⁴ de forma auto reflexiva. Dançar o corpo que pensa, pensar o corpo que dança, escrever o que resulta desta experiência, diminuindo a distância entre teoria e prática no fazer na dança que, quando vistas como duas vertentes separadas, acabam por levar ao binômio mente-corpo, não desejado nesta pesquisa.

O corpo da *Montanha* é o corpo que antecede a erupção. Uma relação ancestral com a natureza, que a florava subjetividades latentes e longínquas. Para encontrar a *Montanha*, permaneço de cócoras em preparação. Localizo meus ísquios. Deixo o fêmur descansar no acetábulo. Minhas escápulas escorrem em minhas costas, em direção aos ísquios, como um bote flutuando no curso de um rio. A *Montanha* chama a terra sob meus pés. Toco-a. Sito seu pulsar sob minhas mãos enquanto pressiono o chão. Meus pés recebem meu peso pela borda externa. Sinto pela borda interna dos pés a organização os meus maléolos. Meu arco do pé se aprofunda. Sinto a *Montanha* se formando em mim⁵.

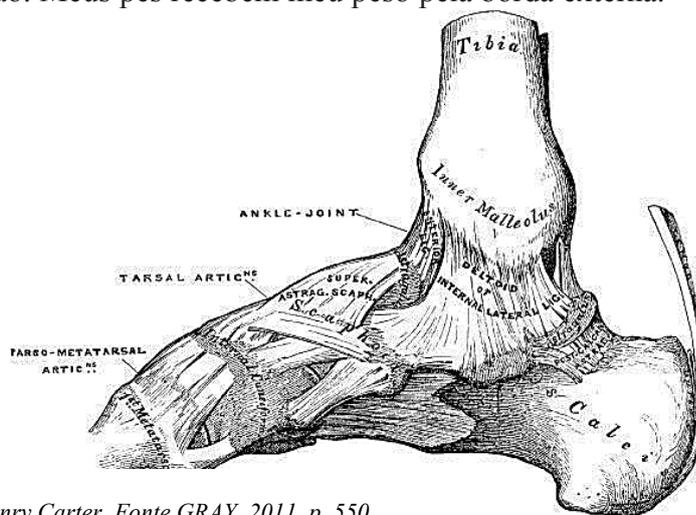


Figura 4 Articulação do tornozelo.

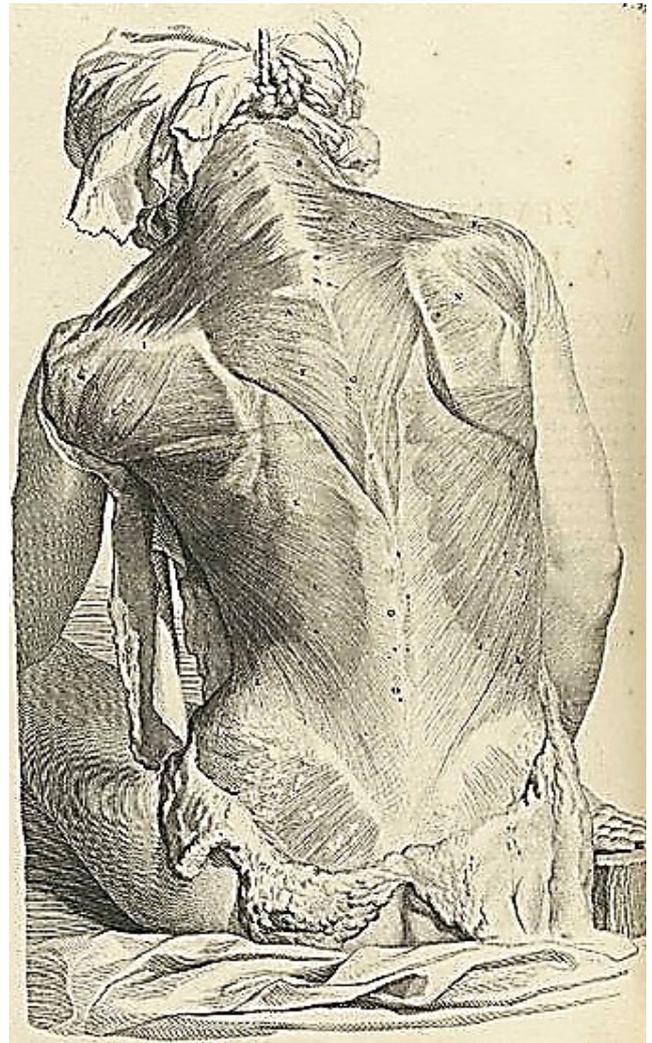
Destaque do maléolo medial. Ilustração de Henry Carter. Fonte GRAY, 2011, p. 550

³ GREINER, AMORIN, 2005, p.16.

⁴ Montanha faz parte de uma série de estudos coreográficos inspirados do bioma Cerrado e nos elementos naturais: terra, ar, água, fogo. A reunião desta série de estudos se chama Cerrado Densidade Ressonância, mais explicitados no capítulo Encadeamentos criativos na experiência da Montanha: mapeando o processo criativo. Montanha faz parte dos estudos sobre o elemento terra.

⁵ “Watch the action flowing through the spinal curves to the sacrum which hangs downwards into the back of the pelvis. Follow the action as it continues downwards to the ischium. See the ischium hanging downwards below the acetabulum as the femurs thrust upwards into the acetabulum. Watch the upwards thrust continuing along the axis of the torso to the center of the skull.” Observe a ação fluindo através das curvas da coluna vertebral até o sacro, que desce até a parte de trás da pélvis. Siga esta ação enquanto ela continua para baixo até o ísquio. Veja o ísquio pendendo para baixo, abaixo do acetábulo, enquanto os fêmures se empurram para cima no acetábulo. Observe o impulso ascendente ao longo do eixo do tronco até o centro do crânio. (ROLLAND, 1986, p. 77, tradução da autora).

*e então
aberta pelo avesso*



demoro-me ao seu olhar atento

2.1.1. A Montanha



Figura 6 Construindo a Montanha – frames

Breu.

Sem hesitar, mergulho a cabeça em direção ao chão enquanto projeto os ísquios para o alto. As mãos, com os dedos virados para dentro, pressionam o chão como se adentrassem no universo das raízes. Uma peregrinação em busca d'água. Os ísquios⁶, que recebem toda a compressão do tronco quando sento, agora estão no cume da *Montanha*, projetam meu corpo ao céu. Os braços firmes no chão formam uma base triangular com os pés, que permanecem unidos. Nesta posição, posso sentir a bacia apoiada no topo do fêmur⁷. Sinto a gravidade puxando o centro do meu corpo. Minhas pernas resistem, projetando-se para cima, num eixo vertical. Para cima e para baixo ao mesmo tempo, como na experiência metafísica de fumar um cigarro. Um cigarro sempre foi motivo de fascínio e síntese para mim. Como em tudo que leva o elemento fogo, seu senso tende à ambiguidade. Na ponta da brasa acesa, no intervalo entre uma respiração e outra, ao mesmo tempo em que a fumaça se eleva, a cinza é atraída pela gravidade da terra. Sublimação pura, num único ato, dois sentidos opostos. É como percebo o mover, a dança. Vejo minha sombra. Imagino a *Montanha*.

Meus ísquios permanecem alinhados aos calcânhares⁸, em oposição, exigindo esforço e concentração. Minhas escápulas pedem espaço e começam a flutuar em direção aos ísquios.

⁶ “The spine is transmitting the weight down to the pelvis, and then the weight will circle around through the pelvis and through the sitbones”. A coluna está transmitindo o peso para a pélvis e, em seguida, o peso irá circular pela pélvis e através dos ísquios. (BERNARD, STEINMÜLLER e STRICKER, 2006, p.85, tradução da autora).

⁷ “the deeper you are able to let the tighbone heads sink the thigh sockets, the easier it will be to realise the sitbones lengthening.” Quanto mais profundamente você for capaz de deixar a cabeça do fêmur afundar no acetábulo, mais fácil será perceber os ísquios alongando. (Ibid. p. 103, tradução da autora).

⁸ “As the shoulder blades are floating down to the sitbones, the sitbones do not wait passively for their arrival; rather, the sitbones are going to be moving away from the shoulder blades, down toward the heels and beyond. So the shoulder blades never catch up with the sitbones.” Enquanto as escápulas flutuam em direção aos ísquios, os ísquios não esperam passivamente por sua chegada; em vez disso, os ísquios se distanciam das escápulas, descendo

Quanto mais esta oposição se aprofunda, mais posso sentir a cabeça do fêmur adentrando no acetábulo. *A Montanha* é uma experiência extremamente interna, quase íntima.

Num momento de profunda intimidade da cabeça do fêmur com a articulação coxofemoral, sinto minha virilha aprofundando num grande vinco⁹. Sinto uma leve intenção para fora e para baixo num ponto atrás dos joelhos, início da fíbula, como se alguém quisesse separar minhas pernas, que estão em quinta posição¹⁰. Esta sensação escorre para a borda externa de meus pés. Sinto o apoio do chão, meus pés sugam o sumo da terra. Meus dedos abrem no chão elevando o arco dos meus pés. Este impulso reverbera em minha bacia¹¹, que entrega meu peso para minhas mãos. Minhas mãos, apoiadas no chão, refletem esta experiência.

Escápulas descem em direção ao quadril, minha nuca suaviza. Neste exato momento percebo uma formiga caminhando por minha mão esquerda. Meu diafragma hesita, abro os olhos, tudo escuro. Minha percepção dilatada acompanha a exploração da formiga pelos relevos de meus dedos. Consigo conter o ímpeto de interromper esta minúscula exploração, e percebo a cabeça do fêmur cair no vinco que se aprofunda em minha virilha, como uma bola de *golf* que finalmente encontra sua casa. A cabeça pesa¹² para o chão, minhas vértebras lombares se acalmam, os ísquios mantêm a projeção vertical por minha determinação e intensão. As mãos recebem o peso do torso com reverência, devolvendo o impacto em forma de oposição. A

em direção aos calcanhares e além. Então as escápulas nunca alcançam os ísquios. (Ibid. p. 116, tradução da autora).

⁹ "From the center of the knee to the center of femoral (thigh) joint. [...] 4. Imagine that the round head of the femur is a ball sunk deep into the femoral socket. In your mind's eye watch the ball rotating inward so that an eye painted on its front would be turning to look at the other femoral head. Next, imagine the ball rotating, so the eye on its front look toward your head." Do centro do joelho até o centro da articulação coxo-femoral [...] 4. Imagine que a cabeça redonda do fêmur é uma bola afundando na cavidade femoral. Em sua mente, observe a bola girando para dentro de modo que um olho pintado na sua frente virasse para olhar a outra cabeça femoral. Em seguida, imagine a bola girando, para que o olho em sua frente olhe para sua cabeça. (SWEIGARD, 1974, p.230-241, tradução da autora).

¹⁰ Posicionamento dos pés herdado da técnica de dança clássica. Nesta posição, os pés acompanham a rotação externa das pernas, desde o quadril, permanecendo paralelos, de forma que o calcanhar do pé da frente fique junto aos dedos do pé de trás.

¹¹ 'The pelvis act as a shock absorber against forces coming from two directions: the downward fall of weight from the trunk and the upward thrust from the ground as it receives the impact of the weight.' A pélvis age como um amortecedor contra as forças que vêm de duas direções: a queda para baixo do peso do tronco e o impulso para cima do solo à medida que recebe o impacto do peso (TODD, 1937, p.131).

¹² "...it is right under the occipital ridge. Find this soft neck pit in back, and let that soften and deepen. Touch your sacrum area, and let that soften and lengthen. This will help you to experience the head resting on the spine, among other things." ... está bem embaixo do cume occipital. Ache esse colo macio no dorso e deixe que ele amoleça e se aprofunde. Toque na área do sacro e deixe que isso amoleça e alongue. Isso vai ajudá-lo a sentir a cabeça apoiada na espinha, entre outras coisas ". (BERNARD, STEINMÜLLER e STRICKER, 2006, p. 161, tradução da autora).

musculatura das costas escorre como um rio¹³ morno em direção aos ísquios. Estou com a cabeça invertida, esta é uma sensação interessante, como se o rio corresse para o alto. Minhas escápulas vão de encontro aos ísquios, descendo pelas costas, subindo em oposição à gravidade. Uma queda para o alto. Piracema.

Minha cabeça mergulha na sombra do meu ventre. É o início da tectônica da *Montanha*. Permaneço com os olhos bem abertos. Silenciosos. Estou no avesso da pele, aproximando do que me separa do mundo. Percebo minhas distâncias pelas oposições internas que consigo estabelecer. Nuances de tensão. Minha medida oscila. Pulsa.

Silencio os ruídos desnecessários. Sou ar e fluxo sanguíneo.

Formigas e formigamentos já não importam. Minha boca se entreabre e estabelece intersecção com o ambiente. Tempo suspenso, escuta delicada. A imanência pousa na pele como borboleta.

2.1.2. Batráquio¹⁴



Figura 7 Batráquio - frames

Trago minha cabeça para minha sombra. Quanto mais aproximo, mais distante fico. As mãos aprofundam no chão, sinto minhas axilas abrirem como guelras. Meus cotovelos distanciam-se um do outro. Esta ação reflete em minha bacia, que dá indícios de uma báscula. Inspiro. Equilíbrio¹⁵ a forma. Aprofundo os braços contra o chão na expiração e recupero a

¹³ "... the image you will use is to think of a river flowing over your spine, up the front and down the back." ... a imagem que vocês usarão é pensar em um rio que flui sobre sua espinha, subindo pela frente e descendo pelas costas. (Ibid., p. 70, tradução da autora).

¹⁴ Que tem forma ou características de sapo ou rã.

¹⁵ "To attain conscious control of the structural balance of the human body, we must know its component parts, their relationships, and the forces acting upon and within them. We must understand its materials and their functions and behavior. Understanding the mechanical principles of weight support which apply alike to animate and inanimate structures must be a part of this knowledge". Para alcançar o controle consciente do equilíbrio

distância entre meus ísquios e calcanhares. Agora, ísquio em oposição à cabeça. Um vinco começa a se formar em meu trapézio. No máximo da tensão, minhas escápulas testam assimetrias.

Meus contornos estão em metamorfose. Sinto uma grande rachadura filiforme no alto do meu trapézio. Texto sua profundidade. Minha cabeça se projeta para a escuridão. Meu corpo oscila pelo ínfimo. Braços batráquios. Eu poderia saltar em minhas profundezas como um sapo no silêncio da lagoa. Meu pulmão infla num discurso silencioso pelo avesso. Meus lados direito e esquerdo coabitam a fronteira vertical. Meus ossos desenham meu espaço interno como se estivessem libertos da carne. As clavículas usufruem desta liberdade. O movimento me conduz numa espécie de hipnose. Sortilégio perceptivo. Contrações e distensões reconfiguram coreografias abstratas de espessuras musculares. Batráquios são exuberância orgânicas.

2.1.3. Ceba ¹⁶



Figura 8 Ceba - frames

Salto. Solto o chão. Os braços pairam como sementes aladas no ar. Meus pés se enraízam. As sementes ganham vida. Densificam-se como os galhos de uma ceba já madura.

Os galhos secam. Estalam novas sementes. O tronco arde no fogo de agosto.

Recolho-me.

estrutural do corpo humano, devemos conhecer suas partes componentes, seus relacionamentos e as forças que agem sobre e dentro delas. Precisamos entender seus materiais, suas funções e seu comportamento. Entender os princípios mecânicos de suporte de peso que se aplicam tanto a estruturas animadas quanto às inanimadas precisa ser parte desse conhecimento (TODD, 1937, p. 23, tradução da autora).

¹⁶ Tronco da videira.

2.1.4. Água Viva



Figura 9 Água viva - frames

Crio constrangimentos de percursos para criar possibilidades de experiências. Estou no marco zero. Todas as distâncias partem de mim. Estou em meu casulo. Sinto a pele enrijecer-se. Minhas costas abrem-se como grandes leques. Guelras aladas. Preciso de ar. Flutuo. Inflo e esvazio. Estou imersa em água. O silêncio aparente camufla agitações interiores.

2.1.5. Criatura de Cócoras

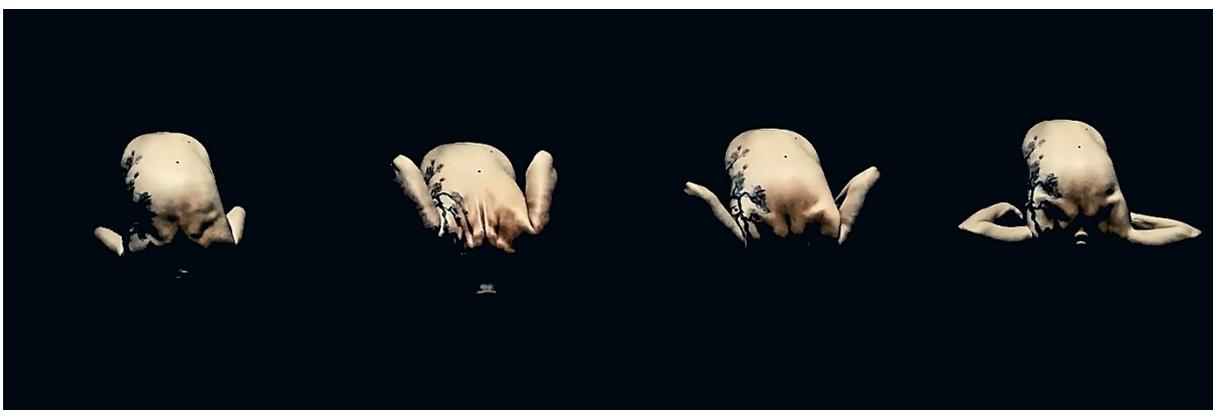


Figura 10 Criatura de cócoras - frames

Meus braços deslizam para minhas coxas. Tornam-se pernas de uma criatura de cócoras. O movimento suaviza, torna-se afetuoso. A criatura é fêmea e está a pôr ovos. Traição: penso guardar o inapreensível. Quase lembro a infância, mas nunca chego em alguns lugares de minha memória. Talvez seja isso, viver a utopia do encontro. Talvez eu precise apenas sonhar. Viver de espaços e memórias evaporadas. Quanto mais avanço, mais o lugar se evapora. Sinto o perímetro das minhas escápulas. Meu trapézio resiste. Vejo a *Montanha* pela sombra.

2.1.6. Crânio



Figura 11 Crânio - frames

A musculatura interna das pernas quer fundir-se na vertical, subir ao céu. Meu quadríceps relaxa, entrega-se à terra e permite algum espaço à articulação coxofemoral.

Construo uma figura evidenciando minhas sombras. Uma espécie de crânio ganha forma. Traciono minha cervical para dentro. Tento não sufocar criando espaço na garganta pelo hioide. Memórias passam no meu estômago como eclipses. Está escuro. Noite é ver o preto, a sombra. O atravessamento noturno desaloja coisas.

O que desejo ver? O que não vejo? O que de fato faz com que eu veja?

... O que é destinado a ser visto. Nada mais.

2.1.7. Primeira Cópula



Figura 12 Primeira cópula - frames

Minhas mãos no pescoço ocultam e revelam desenhos coreográficos. Um movimento desencadeia o outro, o corpo ganha ritmo próprio. Meus braços querem separar a cabeça do pescoço, estirando minhas vértebras cervicais. Lentamente, ordenho com as costas o fluxo da espinha para a cabeça. A bacia gera e retém o fluxo de movimento. Despeja. Rega e acolhe.

O fluxo começa a descer pelas vértebras. A cabeça pesa. Reage aos impulsos das vértebras. Seguro-a com força. O chão é árido. Poeira e pedras. A bacia recebe a seiva sugada da terra pelos pés. Sinuosa e larga, armazena o fluido. Lembra da sensualidade. O que está por existir começa sua luta pela vida. Cópula. Uma percepção envelopada, sentida, terrena. Que será isso? Nomear é dispor as coisas avizinhas pelo abismo até o infinito. Estranhamento. Entro para dentro de mim. É infinito. Sinto a gravidade chamando. Sublime é quando a resistência à queda é máxima. Quanto mais adentro no espaço, mais o espaço se estira, mais o espaço se adensa. Não quero chegar, apenas atravessar. Preciso ir ao infinito para voltar munida de espaçamentos. A cópula precisa de um tempo propício.

Meu corpo, meu peso. Minha medida, minha dimensão, no movimento exato. Quanto mais movimento, maior o silêncio. Quanto mais para fora eu vou, mais para dentro eu venho. Arrepio cósmico. Não há excessos na cópula.

2.1.8. Ecdise¹⁷



Figura 13 Ecdise - frames

A superfície de minha pele se modifica denunciando novo redemoinho interno. O gesto rebenta. Na oposição extrema, a tensão máxima. Síntese máxima do movimento.

Escuto o som do movimento, das frestas se rompendo, no tempo propício. Sinto uma pulsão nômade. Experimentar é ir ao encontro?

Nova onda de agitação se precipita. O movimento é familiar. Estou acolhida. Será este um encontro? Meus braços estabelecem uma moldura. Sinto a pele das minhas costas ressecarem. Preciso de espaço. Preciso das sombras. Preciso da ausência de contornos, preciso das partes, da invenção. Quero nascer.

¹⁷ Nome dado à metamorfose da cigarra.

Minhas mãos se soltam num gesto seco. Ecdise. Um novo ser chega ao mundo. Tensões abreviam meu corpo. Formas abstratas e obscuras se configuram. O movimento é secretado pela pele. Meus dedos reconhecem o chão. A terra me toca infinitamente, infimamente.

Cartografo entre a distância experienciada e a lembrada. Traduzo o mundo que consigo. Sonho mapas impossíveis.

Troco de latitude e de longitude, vou figurando aos poucos.

O espaço esbarrou por dentro da pele.

Não vi mais nada.

Era só o movimento.

2.1.9. Pouso Cruzado



Figura 14 Pouso cruzado - frames

Há um grande acúmulo de tensão na região da nuca. No ápice da extensão o corpo começa a vibrar. Permito-me à gravidade. A respiração segue em concordância. As mãos aprofundam no chão, mais uma vez, ísquios para o céu. Espinha da escápula nadam em minhas costas. Outra piracema. O fêmur¹⁸ aprofunda no acetábulo ainda mais. A cabeça cresce para o chão. Volto para a *Montanha*. Tento organizar o fluxo de sensações experienciadas. Silêncio.

Escuto minha pulsação. Novamente estou no infinito da terra. Meu universo se reconfigura. Cresço em busca das estrelas. Da mais alta. Aprofundo em busca d'água. Da mais funda. Pausa. A imobilidade é conflito disfarçado.

¹⁸ “Man’s bones play a large part in his sense of control and position in his world. How he centers them, determines his degree of self-possession.” Os ossos do ser humano desempenham um grande papel em seu senso de controle e posição no mundo. Como ele os centraliza, determina seu grau de autocontrole. (TODD, 1937, p.2, tradução da autora).

2.1.10. Segunda Cópula



Figura 15 Criatura da segunda cópula - frames

Tem movimentos que me põem a deslocar, tremem meu chão. Rompem¹⁹. Racham minha experiência temporal. Meu corpo treme junto. Caminho. Existem mínimos que são o máximo do corpo. Reminiscências. Movimento passageiros. Pressinto um novo cio. Preciso procriar para sobreviver. Meu corpo torna-se espasmódico. As intensidades dispensam qualquer necessidade de sentido. Trago a força do rebento da semente. O grito, o choro, a oração. Trago tudo isso e nada disso. Renasço. Alimento-me do que já está morto. Retenho e espalho. Vejo como raízes. Sou a flor, a água e a *Montanha*. Defendo meu território. Está seguro. Posso adormecer. Prelúdio vespertino.

¹⁹ “With given conditions established, ‘it happens’, exactly as ‘it snows, it rains’ and for similar reasons; conditions are right. Movement is the result of conditions established according to fundamental principles, governing a dynamic living mechanism. Understanding the underlying principle is fundamental to understanding the movements.” Com determinadas condições estabelecidas, ‘acontece’, exatamente como ‘neva, chove’ e por razões semelhantes; as condições estão certas. O movimento é o resultado de condições estabelecidas de acordo com princípios fundamentais, que governam um mecanismo vivo dinâmico. Entender o princípio por trás deste mecanismo é fundamental para entender os movimentos. (TODD, 1937, p. 7, tradução da autora).

2.1.11. Canto da Cigarra / Novo Ciclo



Figura 16 *Canto da cigarra - frames*

Ouço o movimento. Lembro o movimento. Meu corpo oscila entre micro tensões. Permito. Saboreio o corpo²⁰ edificar-se. Decanto-me pouco-a-pouco com a gravidade. Mergulho novamente no avesso da pele, emergindo em relevos fecundos. Meu corpo pulsa. Outra formiga, mais passageira. A gravidade é soberana, posso pressentir a queda.

Percebo a musculatura metamorfosear-se acompanhando o tilintar da formiga em minha mão direita. Enquanto percebo, cartografo tensões ainda por virem, numa suspensão perceptiva que abre espaço para expectativas difusas. O corpo reconfigura o necessário para evitar o colapso da estrutura. A gravidade ajuda a cunhar matéria de expressão na carne. Corpo palimpsesto. Novo relevo. Meu corpo canaliza intensidades e experimenta sentidos outros.

Quantos afetos recém-surgidos poderiam ser investidos em outras matérias de expressão? Ou o que impediria este processo?

Talvez o grau de intimidade e entrega que eu possa comportar. Ponderações

²⁰ “The whole body, enlivened as it is by muscular memory, becomes a sensitive instrument responding with a wisdom far outrunning that of man’s reasoning or conscious control. The neuromusculatures of skeleton and viscera interact, always conditioned by what has been received, as well as by what is being received; and this because of emotional and mental evaluations” O corpo todo, animado como é pela memória muscular, torna-se um instrumento sensível respondendo com uma sabedoria muito superior à do raciocínio do homem ou do controle consciente. A neuromusculatura do esqueleto e das vísceras interagem, sempre condicionadas pelo que foi recebido, bem como pelo que está sendo recebido; e isso por causa de avaliações emocionais e mentais. (TODD, 1937, p.2-3, tradução da autora).

3. ENCADEAMENTOS CRIATIVOS NA EXPERIÊNCIA DA *MONTANHA*
mapeando o processo criativo

para depois

o que vejo? entre mim e o mundo há um terreno de distâncias, ambivalências e contradições a serem encontradas. a visibilidade é o encolhimento do invisível. olho o mundo, o mundo me olha. vejo de dentro e sou vista de fora. um universo se configura. caminho. gosto de viajar, entrar no cerrado. o horizonte está por todo lado. o longínquo me chama. caminho. na distância extrema, sinto uma aproximação absoluta. minha alma se desloca sob a lua fina, um espaço aparece. um pé à frente do outro. sinto o tremor da terra sob meus pés. quando chegarei? quando saí? só posso pensar daqui, seja lá onde este aqui estiver. à medida que avanço, alguns lugares se iluminam. um mundo aparece no silêncio do pensamento. vejo o mundo, tenho o mundo à distância. perco o mundo à medida em que o vejo. o que me resta? talvez suas fissuras, talvez minhas sombras.

3.1. MOTIVAÇÕES E DESEJOS

Um homem se propõe a tarefa de desenhar o mundo. Ao longo dos anos, povoa um espaço com imagens de províncias, de reinos, de montanhas, de baías, de naus, de ilhas, de peixes, de moradas, de instrumentos, de astros, de cavalos e de pessoas. Pouco antes de morrer, descobre que esse paciente labirinto de linhas traça a imagem de seu rosto²¹

Ao juntar memórias, impressões e vivências, como peças espalhadas de um grande quebra-cabeças, uma imagem começa a despontar. Reconheço: é a imagem de meu próprio rosto. Tive receio de isso ser um sinal narcisista. Depois de confirmar internamente a presença deste sinal narcísico, aos poucos aprendi a fazer as pazes com essa ideia. Agora vejo que esta pesquisa reflete como espelho quem eu sou. De início não gostei muito do que vi e tive receio de mostrá-la a outros olhos. Estou agora um pouco mais acostumada com esta ideia. Na verdade, todas as minhas escolhas refletem quem eu sou, pois reúno fragmentos de mundo nos quais me reconheço para oferecer aos outros. O recente desejo de compartilhar meus percursos, escolhas, entendimento corporal que se expressam em meu fazer impulsionam essa escrita.

Posso dizer, meio a contragosto, que *Montanha* é um autorretrato feito de meus vestígios. Algumas vezes, ao olhar para estes rastros de experiências em meu rosto, em minha vida, em meu corpo, em minha memória, tive vontade de modificá-las, trocá-las ou magicamente fazê-las desaparecer. Ainda estou aprendendo a reconhecê-las em mim. Isto nem sempre é um processo fácil ou prazeroso. Mas de tanto observar estas marcas, tentar refazer os caminhos percorridos ou até inventar outros, passei a amar este retrato, em todas as suas imperfeições, em todas as suas brechas. Percebo que é por meio de minhas fissuras que a luz encontra passagem para entrar.

Olhando meus caminhos e escolhas no processo criativo da *Montanha*, identifiquei alguns pontos luminosos, ou algumas rachaduras dependendo do ponto de vista. Chamarei por agora tais pontos de vaga-lumes. Percebo que meus registros processuais hora ou outra iam de encontro à luz desses vaga-lumes, de maneira mais ou menos consciente. Acho que pelo menos quatro vaga-lumes acabaram brilhando mais do que outros: minhas memórias de infância, meu contato com a Universidade de dança, minha mudança para Goiás e, juntando todas as luzes anteriores, a maternidade.

²¹ BORGES, Jorge Luís. Epílogo. O fazedor. Trad.: Josely Vianna Baptista. São Paulo: Companhia das Letras, 2008.

Na Universidade, o contato com a *Ideokinesis*²² e com a bola suíça²³ conectaram questões muito intrínsecas à minha personalidade e à minha forma de perceber o movimento desde a infância. A bola foi o apoio que faltava para meu corpo confiar e se deixar mover, dançar. Nunca mais separei-me das bolas. Mudei para Goiás para minha primeira experiência profissional em dança e, em minha mala, trouxe algumas roupas, um travesseiro velho e a bola suíça. Com a mudança para Goiás veio o encantamento com o Cerrado. Desde então, minhas experiências cerratenses tornaram-se componentes de meu autorretrato. Talvez esse entusiasmo se deu pelo canto das cigarras, talvez pela profusão das raízes dos ipês, por suas águas ou pelas cores de seu poente. Talvez pelo prazer de viver tudo isso ao mesmo tempo. Foi em Goiás também que tive meus dois filhos. A bola também estava lá, embalando-me entre as contrações do parto.

Depois de treze anos neste novo cenário, olhei para o espelho e dei-me conta que meu rosto estava diferente. Novas marcas, cabelos brancos, alguns quilos a mais. Como cheguei até aqui? Olhei para o lado e vi muitas experiências bagunçadas no armário. Quis revisitar essas experiências. Entender meu corpo agora, depois de tanto tempo nesta profissão-dança. Num entardecer, observando os vaga-lumes se aproximarem do jardim de minha casa, entendi que era um bom momento para compartilhar minhas experiências. O Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da UnB ajudou-me nesta etapa de minha vida. Comecei essa pesquisa na intenção de entender como eu desenvolvi meu pensamento corporal a partir da bola suíça e, neste processo de investigação, surgiu a necessidade de desenvolver um novo trabalho artístico que, aos poucos, transformou-se no que chamo hoje de *Cerrado Densidade Ressonância (CeDensiRe)*²⁴. O mergulho na criação artística teve implicações cruciais no desencadeamento

²² *Ideokinesis* é uma das mais antigas técnicas de treinamento corporal que unem o corpo e a mente. Emprega o uso de imagens para melhorar padrões musculares. A *Ideokinesis* foi desenvolvida por Mabel Todd (1880-1956) no início da década de 1920, em Nova York. A palavra *Ideokinesis* foi originalmente usada pelo pianista Luigi Bonpensiere para explicar aspectos de sua técnica de ensino de piano. Lulu Swiegard (1895-1974), aluna de Todd e principal difusora da técnica, passou a usar este termo para descrever sua metodologia: uso da imagem ou pensamento como facilitador do movimento. O nome *Ideokinesis* foi retirado de um professor de piano chamado Bonpensière, que utilizava um sistema parecido em suas aulas de música. Ele retirou este nome dos termos gregos: *ideo*, que significa pensamento ou ideia e *kinesis*, que significa movimento. Uma tradução possível seria: imagem como facilitadora do movimento. Neste trabalho, ver sobre *Ideokinesis* no capítulo O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha, desta dissertação.

²³ Bola suíça, ou bola pezzi, foi produzida primeiramente na Itália. Ficou conhecida como ‘bola suíça’ porque os primeiros fisioterapeutas americanos a entrarem em contato com este trabalho o fizeram na Suíça, onde sua precursora Dra. Susanne Klein-Vogelbach e seus exercícios de cinética funcional com o uso da bola já eram conhecidos. *Ideokinesis*

²⁴ Ao longo deste capítulo, discorrerei sobre o surgimento do trabalho artístico *CeDensiRe* e da performance *Montanha*.

desta pesquisa. A performance *Montanha*, momento do processo criativo mais profundamente aqui descrito, traz um pouco do meu mergulho em um Cerrado noturno e enigmático, conforme será expresso neste capítulo.

O registro desse processo criativo possibilitou-me acompanhar a criação da rede de informações e conexões criativas e poéticas que se estabeleceram e se corporificaram durante o desenvolvimento do processo. A motivação inicial em entender o papel da bola suíça em minha formação corporal transformou-se, durante o processo criativo, em ferramenta de construção de uma técnica corporal pessoal que pudesse atender às demandas da criação que surgia, trazendo consigo novamente os vaga-lumes de minha história pessoal.

Se partirmos do pressuposto de que técnica é uma compilação de procedimentos e elementos organizados de maneira particular. E que a experimentação e desenvolvimento desses elementos só pode ser assimilada individualmente, para assim tornar-se própria. E que nunca uma pessoa fará igual à outra, porque os sujeitos são diferentes entre si e sua relação com os procedimentos é particular. Podemos, assim, considerar que a organização pessoal de procedimentos experienciados pode ser denominada de uma técnica pessoal, individual, mesmo que ela possua pontos de contato com outros (COLLA, 2008).

Evidenciando principalmente os saberes que experienciei através da *Ideokinesis*, a descrição do processo que levou ao corpo da *Montanha* é um convite para um mergulho nas tensões internas e subjetivas percorridas pelos movimentos em meu corpo. As formas de registro que surgiram durante o processo, principalmente o registro das imagens videográficas, foram fundamentais para a construção tanto da performance *Montanha* quanto para a análise dos saberes imbricados. Estar sensível ao percurso interno do movimento no corpo, por meio da *Ideokinesis*, possibilitou o mapeamento do percurso das tensões internas experienciadas na *Montanha*, que chamei de cartografia tensional. Esta cartografia tensional foi posteriormente transformada em paisagem sonora por João Lucas²⁵, grande parceiro nesse processo. João ajudou-me a perceber a textura sonora que emergiam de meu corpo, a cantar as sombras das memórias com outro tom na voz.

Compartilhar este percurso recém surgido é uma escolha arriscada, pois o que é compartilhado não é uma técnica específica, um saber específico, um produto específico ou uma teoria, nem mesmo uma metodologia a ser reproduzida. São relatos de uma corporeidade intensa, vivenciada ao tempo de seu registro, com a intenção - ou pretensão - de tornarem

²⁵ Eu e João Lucas cursamos juntos a disciplina Laboratório de Criação em Artes Cênicas, ministrada pelo professor Marcus Mota, oferecida no primeiro semestre de 2017 no PPG-AC da UnB. Como será detalhado posteriormente, a obra *CeDensiRe* surgiu a partir desta disciplina. João Lucas compôs a trilha sonora da *Montanha*.

visíveis as construções das tessituras poéticas que emergiram no corpo neste fazer, evidenciando a complexidade de sua criação. O exercício de explicitar o caminho percorrido, a exposição de minhas dúvidas e reflexões e os resultados alcançados, trazem consigo o saber advindo de minha experiência, meu autorretrato, que talvez possa apontar caminhos para aqueles que desejam estudar e refletir sobre a dança. Continuo minha caminhada neste momento da minha pesquisa artística que escapa à nomeação, que carrega toda minha trajetória, que se mostra, mesmo vulnerável, à partilha.

olhos bem abertos. silenciosos. estou no avesso da pele, aproximando do que me separa do mundo. percebo minhas distâncias pelas oposições internas que consigo estabelecer. nuances de tensão. minha medida oscila. pulsa. silencio os ruídos desnecessários. sou ar e fluxo sanguíneo. minha boca se entreabre e estabelece intersecção com o ambiente. pensamento neblina suspende os hiatos lentamente. o corpo detalhado na ação justa, desvela-se pela sombra. usufrui de sua própria medida de tempo. tempo suspenso, escuta delicada. a imanência pousa na pele como borboleta. ouço o movimento. lembro o movimento. meu corpo oscila entre micro tensões. permito. saboreio o corpo edificar-se. pura biologia gosma. corpo visco cintilando existência. silêncio. segredo. corpo hábil para sombras revela em seus rastros pistas na medida exata do olhar que espreita, com olhos bem abertos, silenciosos, que penetram até o avesso da pele. onde a montanha decanta pouco a pouco, mergulha em côncavos sombreados emerge em convexos esfumados. relevo. dentro e fora. para cima e para baixo. entre a terra e o céu. novo silêncio fecundo. ébano e luz, dedilhados em harmonias polifônicas



Figura 17 Montanha

3.2. MAPEANDO O PROCESSO CRIATIVO NA EXPERIÊNCIA DA *MONTANHA*

O processo criativo *CeDensiRe* se desencadeou a partir da disciplina Laboratório de Criação em Artes Cênicas, oferecida aos alunos do Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas da UnB, no primeiro semestre de 2017, pelo professor Marcus Mota. A proposta do professor Mota foi que cada um desencadeasse seu processo criativo tendo como gatilho poético inicial a leitura de alguns fragmentos da filosofia de Heráclito²⁶, filósofo pré-socrático do século V a.C. Os filósofos pré-socráticos tinham o pensamento fundado no devir, ou seja, percebiam a vida com um constante processo de mudança e transformação, a arte e o corpo apareciam como um dos principais mediadores do pensamento. Esta atitude muda consideravelmente após o século V, com o nascimento ‘oficial’ da filosofia a partir de Sócrates e Platão, trazendo a ideia de verdade, criando uma grande cisão com o desconhecido da vida. Por trás de um acontecimento qualquer haveria um princípio originário, cujo caminho para encontrá-lo seria a razão. A partir desta cisão, o mental passou a ser considerado superior ao corporal²⁷.

Para concluir a disciplina com o professor Marcus Mota, usaríamos os fragmentos de Heráclito que nos fossem mais significativos como gatilhos poéticos iniciais de nosso processo criativo. Também deveríamos manter um blog²⁸ atualizado com nossas inferências e diários do processo, para compartilharmos entre os colegas da disciplina. Deveríamos pensar em um resultado prático que conjugasse ao menos duas linguagens artísticas distintas, que seria apresentado ao final da disciplina numa mostra coletiva²⁹. Esta última premissa desencadeou ricos diálogos entre os participantes da disciplina e pudemos, ao longo do semestre, conhecer e nos aproximar dos *discentes-artistas*³⁰ que tivéssemos maior afinidade para o desenvolvimento de nosso projeto artístico.

²⁶ Conhecido como *o obscuro* pelo caráter complexo e enigmático de seus escritos, Heráclito é considerado o pai da dialética. Da obra original de Heráclito restaram apenas alguns fragmentos, encontrados em forma de citação em obras de filósofos posteriores. Para Heráclito, só haveria existência no devir, no fluxo, no movimento. Heráclito trouxe à discussão a ideia da unidade dos opostos, do real visto ao mesmo tempo como uno e plural (MARTINS, 2007). A fonte mais consultada sobre a vida de Heráclito é Diógenes Laércio, apesar de suas referências à Heráclito carregarem um tom caricatural.

²⁷ Reflexões retiradas das minhas anotações pessoais a partir de discussões realizadas durante a disciplina.

²⁸ O blog que desenvolvi nesta disciplina está disponível no endereço eletrônico: ericabiancobearlz.blogspot.com.br

²⁹ Os trabalhos finais foram apresentados como parte integrante da programação do *Cometa Cenas-2017*. O *Cometa Cenas* é uma mostra semestral de Artes Cênicas da Universidade de Brasília, parte do Programa de Extensão e Ação Continuada (PEAC) da UnB.

³⁰ Nesta disciplina, todos os alunos eram considerados artistas, numa atitude muito generosa do professor Mota.

Durante o processo criativo despontaram demandas de organização e sistematização da dança que surgia. Organizei estas demandas em três condensamentos: demandas corporais, demandas de sistematização e registro, demandas afetivas.

A demanda corporal surgiu à medida que o processo avançava e eu precisava estar com meu corpo com uma sensibilidade específica para conseguir apreender as nuances poéticas que despontavam. As demandas corporais levaram ao surgimento da *Montanha*.

As demandas de sistematização e registro estavam diretamente ligadas ao desenvolvimento desta pesquisa de mestrado. Eu precisava registrar os percursos e resultados alcançados sem tornar os registros muito duros, assépticos, distantes da experiência. Eu gostaria que o registro em si fomentasse a criação. A partir deste desejo, fui no meu ipê amarelo e separei cinco sementes: minhas memórias cinestésicas, meu diário de bordo, registros fotográficos e videográficos, momento de análise dos registros³¹, momento de construção do roteiro da performance. Cada uma destas sementes poderia gerar um novo e frondoso ipê, mas no momento apenas colhi as sementes para observar de perto. São lindas. Aladas. Pode ser que um dia eu as plante por aí, ou simplesmente deixe que o vento as leve...

As demandas afetivas surgiram da necessidade de trocar as experiências vivenciadas com outros artistas. Aqui destaco o afeto de João Lucas, compositor, pianista, colega da disciplina. A partir deste encontro, muitas possibilidades poéticas se abriram, nossos processos criativos se cruzaram num intenso processo de tocas mútuas: João criou a paisagem sonora para minha performance, *Montanha*, e eu performei para a composição musical de João, *A Umidade das almas*³². Dos encontros afetivos também surgiram os primeiros esboços para uma possível iluminação da obra, reforçando as imagens e metáforas poéticas do universo que surgia. As informações surgidas a partir destes encontros poéticos foram aos poucos sendo incorporadas no roteiro de composição da performance.

³¹ A autoscopia é uma metodologia de análise e autoavaliação de uma prática por seu protagonista por meio do recurso de videogravação. Ver mais em SADALLA, Ana Maria Falcão de Aragão; LARocca, Priscila. Autoscopia: um procedimento de pesquisa e de formação. Educação e Pesquisa, v. 30, n. 3, 2004.

³² Sobre o processo criativo de João, visitar: <http://aumidadedasalmas.blogspot.com>.

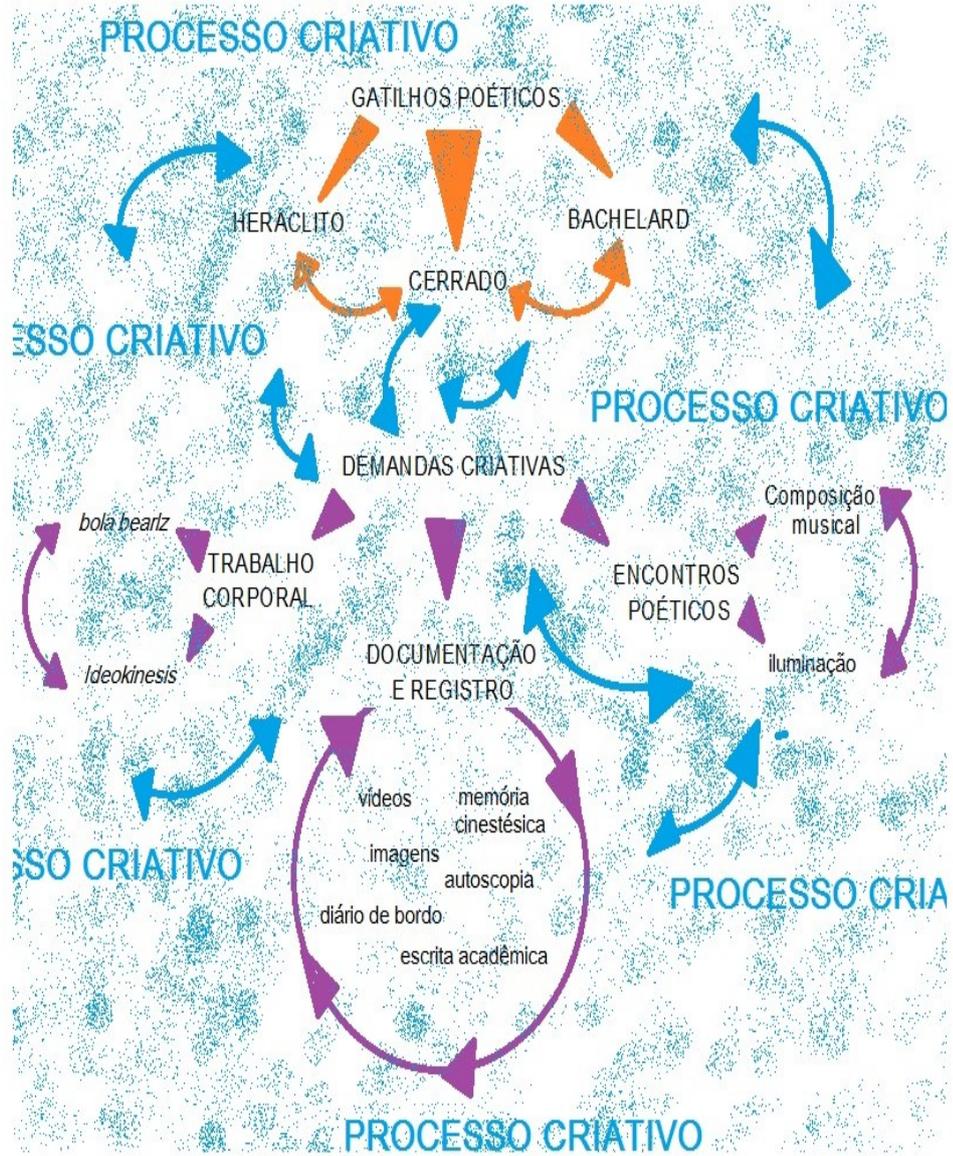


Figura 18 Mapa gráfico da sistematização do processo criativo da Montanha

3.3. GATILHOS POÉTICOS

Em *CeDensiRe*, os gatilhos poéticos escolhidos tiveram papel fundamental no direcionamento das demandas criativas e das formas de registro e documentação do processo. Cada gatilho poético foi escolhido por seu potencial em trazer novos *insights* e para o processo, fomentando experimentações que traziam novas possibilidades de registro, num efeito bumerangue.

O primeiro gatilho criativo, disparado pela leitura dos fragmentos da filosofia de Heráclito, fez aflorar como um outro gatilho poético o bioma do Cerrado, que já estava presente em minhas pesquisas artísticas como fundo poético desde 2010. Já no primeiro mês do processo, o Cerrado passou a ser a tônica principal do universo poético das densidades que ressoavam no corpo. A partir de então, os fragmentos de Heráclito ligados à materialidade de alguns elementos naturais presentes no Cerrado - como o fogo, a terra, a água e o ar – foram evidenciados como gatilhos poéticos no processo para a continuidade dos disparos criativos.

No desenrolar da disciplina Laboratórios de Criação, a partir de sugestões do professor Mota, comecei a trazer para minha construção poética alguns textos de Bachelard³³, não no intuito de discutir sua filosofia, mas apenas para deixar-me levar por sua poética do imaginário. As leituras de Bachelard neste processo criativo foram realizadas de forma fragmentada, tal como os fragmentos de Heráclito, servindo apenas de pílulas poéticas para a construção do imaginário da *Montanha*.

Em *Montanha*, minha *atitude ponderal*³⁴ desencadeia o movimento e, ao mesmo tempo, atua sobre ele, permitindo dinâmicas internas em forma de movimento. Imaginar estas dinâmicas e seus possíveis desdobramentos estão no cerne do meu interesse poético. O esforço em perceber em que momento as dinâmicas corporais internas se polarizavam, criando oposições intensas, teve um impacto interessante em meu movimento e ajudou no detalhamento de minhas observações. Segundo Louppe (2010), reconhecer a importância do peso como uma

³³ Segundo Freitas (2006), a imaginação poética proposta pela metafísica de Gaston Bachelard, relacionando-as aos arquétipos dos quatro elementos (água, ar, terra e fogo), são explicitadas nos subtítulos das obras sobre os quatro elementos, todas arrebanhadas por sua obsessão pelo elemento fogo, que ilumina sua epistemologia e metafísica poética: “A água e os sonhos: ensaio sobre a imaginação da matéria”(1942), “O ar e os sonhos: ensaio sobre a imaginação do movimento”(1943), “A terra e os devaneios da vontade: ensaio sobre a imaginação das forças” (1948) e “A terra e os devaneios do repouso: ensaio sobre as imagens da intimidade”(1949). Sobre o elemento fogo, destaca-se “Fragmentos de uma poética do fogo (1999b), e “A chama de uma vela (1989)”.

³⁴ Atitude ponderal é o termo que utilizo para referir-me ao agenciamento ponderal do corpo, à forma pessoal de relacionar-se com a força da gravidade no corpo. Trago minhas reflexões sobre a *atitude ponderal* no capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha*, desta dissertação.

possibilidade poética em potencial foi uma das grandes descobertas da dança contemporânea. Ir ao encontro da gravidade, aprofundar o universo subterrâneo do Cerrado fez emergir a poética de *CeDensiRe*, numa rica dinâmica criativa: “A imaginação dinâmica une polos. Permite-nos compreender que algo em nós se eleva enquanto alguma ação se aprofunda - e que, inversamente, algo se aprofunda quando alguma coisa se eleva.” (BACHELARD, 2001, pg. 109).

Conforme eu acionava as leituras de Heráclito e Bachelard como gatilhos poéticos do processo criativo, meu fascínio pelas raízes, pelo do subsolo do Cerrado se aguçava, sugerindo construções imagéticas específicas. Isso porque a poética de Bachelard tinha uma certa ressonância em minhas pesquisas de movimento, principalmente na construção de um espaço corporal interno³⁵ do qual o movimento rebentava. Cada vez mais o Cerrado se esparramou pelo universo da criação até que se tornou o gatilho poético principal. A partir de então, as leituras de Heráclito e Bachelard serviam para balizar os aspectos cerratenses que seriam aprofundados no processo criativo. A construção do universo poético em torno de minhas impressões sobre o Cerrado deu-se a partir das minhas memórias e experiências pessoais e da pesquisa em dança que já estava sendo desenvolvidas nesta mesma pesquisa.

Conforme o imaginário do trabalho se configurava, aprofundei os gatilhos relativos aos fragmentos de Heráclito e ao Cerrado. Estes gatilhos, descritos a seguir, operaram no processo de forma intersticial não hierárquica, fomentando densidades e ressonâncias mútuas, que deram o nome do trabalho: *Cerrado Densidade Ressonância*. O Cerrado começou a torcer no subterrâneo de meu corpo.

³⁵ Sobre uma possível poética da construção do espaço interno, ver: BACHELARD, Gaston. *A poética do espaço*. Tradução de Antônio de Pádua Danesi. 2008.

*o cerrado move
deseja
aparece
torce.*

o cerrado é subterrâneo



Figura 19 Montanha

3.3.1. Cerrado

Passei a perceber as raízes do Cerrado de forma mais intensa. Elas ficam no subsolo, invisíveis, sustentam as árvores e ajudam na absorção das águas. Seu volume é muito superior ao volume de suas copas. O Cerrado é uma floresta de cabeça para baixo.

O universo subterrâneo das raízes passou a fazer parte do processo criativo e a iniciei minha busca por uma poética corporal tentando imaginar o esforço³⁶ dessas raízes no subsolo, as tensões e dificuldades oferecidas pela terra e outros elementos naturais, enquanto eu buscava água para minha sobrevivência.

Nesta imagem poética, da mesma forma que as tensões invisíveis geradas e sofridas pelas raízes no subsolo, fora do plano visível, seriam o vir-a-ser do Cerrado, as inúmeras tensões musculares internas de meu corpo seriam o vir-a-ser do movimento, e poderiam alterar meu desenho corporal de acordo com sua intensidade. Estas tensões e micro tensões musculares invisíveis, aos poucos, tornavam-se visíveis a partir da modificação da textura muscular.

A imagem da raiz também sugeriu um mergulho para dentro de mim mesma, para minhas bases de sustentação, de onde eu retiraria todo o substrato necessário à realização da performance. Neste processo, memórias de infância vieram à tona, assim como minhas bases e experiências em relação ao movimento. Neste mergulho pude perceber que meus movimentos se iniciavam a partir de uma intenção, de um desejo primordial de contato com o mundo. Este desejo acionava dinâmicas corporais internas, ainda invisíveis aos olhos, mas que afetam e determinam meu estado de ação. Tal como as raízes do Cerrado, eu quis aprofundar no subterrâneo, encontrar minhas águas mais profundas. Virei de ponta cabeça, queria experimentar o Cerrado invertido.

Ter o Cerrado como gatilho poético do processo criativo trouxe uma reflexão sobre a vida que surge a partir da morte, num ciclo eterno. Ideias de ciclos, oposições, condensamentos e sublimações corporais passaram a fazer parte do universo estudo poético do trabalho. Esta poética permeou não só o processo criativo que surgia, mas toda a pesquisa em dança que estava sendo realizada concomitantemente à composição de *CeDensiRe*, num complexo de relações e situações entre minhas memórias, planos espaciais, eixos corporais, sentimentos,

³⁶ Para Laban (1879, 1958), um dos principais pensadores do movimento do século XX, *esforço* seria a pulsão de atitudes internas que se expressam em forma de movimento. É o ritmo dinâmico do movimento de quem o realiza, a partir de uma certa atitude interna (RENGEL, 2003, p.60).

conscientização da mobilidade dos membros superiores e inferiores do corpo, passado e presente, do lado direito e lado esquerdo do corpo, futuro e desejo, velocidades, durações suaves e intensas, tudo ciclicamente, como se o final de um movimento já desencadeasse o início do outro. Nascer e morrer, para renascer.

A ideia de ciclo passou a ressoar em toda a poética do trabalho, levando-me a uma espiral interna, ao reconhecimento de um microcosmo interno por meio do qual eu poderia me reconectar ao macrocosmo. O corpo adquiria densidades a partir desta ressonância e, ao mesmo tempo, as ressonâncias eram percebidas nas densidades corpóreas construídas, que ecoavam de uma cena para a outra. O Cerrado tornou-se metáfora de um princípio unificador no qual energias opostas, incluindo a mortalidade e a imortalidade, poderiam ser reconciliadas. Todas estas experiências foram arrebanhadas em *Cerrado Densidade Ressonância*.

*Pela raiz percebo, transcendendo,
construo espaços.
Pela raiz sou cavidade,
relevo,
distância,
resíduo.
Pela raiz existo.*



Figura 20 Harmonia dos opostos

3.3.2. Fragmentos de Heráclito - Elaborando o critério de seleção dos fragmentos.

Heráclito escreveu seu pensamento em um livro do qual hoje restam apenas alguns fragmentos. Seu livro original teria sido dividido em três partes: cosmologia/bases naturais, política e ética/viver em sociedade, religião/sagrado³⁷. Minhas leituras iniciais dos fragmentos de Heráclito estavam voltadas para físcar possíveis relações com minha pesquisa em dança atual³⁸. Desde meu primeiro contato com o universo heraclítico, algumas ponderações começaram a ser mais recorrentes e foram afunilando a triagem dos fragmentos selecionados para estudo poético. Os fragmentos relacionados à cosmologia e suas bases naturais vinham ao encontro ao meu interesse temático.

Logo de início chamaram-me a atenção os fragmentos que traziam a ideia da harmonia por meio de fluxos antagônicos, em constante mutação e transformação. A ideia da mutação constante se exemplifica quando Heráclito nos propõe a pensar que um rio nunca é o mesmo, pois suas águas correntes se renovam a cada segundo. Esta metamorfose a partir de energias opostas ressoava familiar em minhas percepções de corpo, uma vez que estamos num constante jogo constante de reequilíbrio ao mover, acionando musculaturas contrárias à ação da gravidade.

A maneira peculiar de Heráclito pensar a *Physis*³⁹ remetia-me cada vez mais ao Cerrado. Para Heráclito, a *Physis* seria a fonte originária de todos os entes do Universo, o vir-a-ser da natureza e, dentre os elementos naturais, o fogo seria o elemento primeiro a partir do qual todos os outros elementos surgiriam em uma dinâmica harmônica. No cerrado, o fogo é o principal agente transformador, trazendo a vida a partir da destruição, da transformação.

A partir de Heráclito, passei a perceber o Cerrado como um bioma cuja harmonia aconteceria a partir de forças antagônicas, num devir perene entre polos opostos - vida e morte, fogo e água, seca e chuva. Levei minha percepção para o que estaria oculto no Cerrado, o

³⁷ Estas e outras informações aqui apresentadas sobre Heráclito foram retiradas de minhas anotações pessoais a partir das falas do professor Marcus Mota durante a disciplina Laboratórios de Criação. As informações e experiências desta disciplina podem ser encontradas no endereço eletrônico: <http://criacao2017.blogspot.com/>.

³⁸ Minha atual pesquisa em dança apresenta um estudo minucioso do equilíbrio de forças que atuam no corpo a partir da força gravitacional, por meio da *Ideokinesis* e passam pelo universo poético do Cerrado. Sobre como utilizo a *Ideokinesis* em meu trabalho corporal, ver o capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha* desta dissertação.

³⁹ A natureza em seu sentido mais amplo e profundo, de onde tudo brota e para onde tudo retorna.

universo subterrâneo das raízes, trazendo este potencial invisível e oculto como matriz para a criação de um trabalho performático a partir de tensões corporais invisíveis.

Heráclito diferencia duas formas de transformação da matéria, tendo o fogo como seu elemento desencadeador: ‘condensação’ e ‘sublimação’. Esta nomenclatura me levou a pensar sobre transformações de densidades corporais e em direções espaciais bem definidas. Em alguns fragmentos, Heráclito propunha ciclos de condensação e de sublimação da matéria, sugerindo possíveis rotas ascendentes e descendentes para a matéria em transformação. O eixo vertical começou a aparecer como lugar possível para as transformações corporais.

No corpo, as rotas de energia ascendente e descendente lembravam a ação da gravidade em meu corpo, ora puxando meu corpo para a terra - ação descendente - ora reagindo em oposição - ação ascendente. No corpo, estas duas ações opostas ocorrem ao mesmo tempo e podemos pensar que a qualidade dos movimentos está relacionada à relação mais ou menos harmoniosa entre estas forças. A harmonia dos opostos. Muitas outras associações entre os fragmentos de Heráclito, as características do Cerrado e possibilidades poéticas de movimento começaram a florescer.

Um momento pontual de minhas experimentações corporais a partir de Heráclito foi quando montei uma metodologia para pensar no corpo as rotas ascendentes e descendentes de transformação da matéria a partir do fogo⁴⁰. Desta metodologia eu estabeleceria o critério que me ajudaria a selecionar, dentre os 126 fragmentos de Heráclito, aqueles que seriam utilizados neste momento da pesquisa.

O ciclo natural do Cerrado, seu aspecto retorcido, suas raízes profundas, suas nascentes ocultas e a importância do fogo ao bioma me remetiam a um Cerrado noturno e oculto. Numa primeira seleção, os fragmentos selecionados orbitavam no universo dos elementos naturais, dos ciclos, da vida e da morte, do devir e do que está oculto. Passadas algumas semanas de experimentações, realizei uma segunda seleção verticalizando as ideias de oposições e ciclos. Os fragmentos de Heráclito selecionados foram retirados da obra *A arte e o pensamento de Heráclito: uma edição dos fragmentos com tradução e comentário*, de Charles Kahn, 2009, e estão listados a seguir, assim como um diagrama referente aos estudos que fiz para a uma segunda seleção destes fragmentos.

⁴⁰ Sobre a condensação e a evaporação da matéria, assim como a importância do fogo em Heráclito, ver: LAERTIUS, Diógenes. *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*, trad. Mario da Gama Cury, UnB, 1987, p. 251-255.

a) Primeira seleção dos fragmentos de Heráclito:

- frag. 8. Os contrários conferem e dos diferentes nasce a mais bela harmonia (e o prélio tudo origina).
- frag. 36 - Morte das almas; tornarem-se água; morte da água: volver-se em terra. Mas da terra (re)nasce água; e da água, alma.
- frag. 54 - A harmonia invisível supera a visível.
- frag. 56 - Iludidos estão os homens, no que tange as coisas visíveis, como Homero, que foi o mais sábio dos gregos, pois enganaram-no umas crianças que matavam piolhos, dizendo: “O que vimos e pegamos, deixamos; o que não vimos nem pegamos, trazemos”.
- frag. 60 - O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo.
- frag. 76. (a) Vive o fogo a morte da terra; e o ar, a morte do fogo; a água vive a morte do ar; e a terra, a da água. (b) Morte do fogo, o nascimento do ar. (c) Porque morte da terra é o nascimento da água, e a morte da água, nascimento do ar, e do ar, o fogo, e assim por diante.
- frag. 77 - Prazer (ou morte?) das almas é o tornarem-se úmidas... Nós vivemos a morte delas, e elas, a nossa morte.
- frag. 91 - Não se pode descer duas vezes no mesmo rio... afluí e refluí... avança e retrocede
- frag. 99 - Se não fosse o sol, (só pelas demais estrelas) seria noite.
- frag. 103 - Pois comum é o início e o término na circunferência de um círculo.
- frag. 120 - Limites de aurora e crepúsculo, a Ursa, e à Ursa oposto, o limite de Zeus fulgurante.
- frag. 123 - A natureza (phýsis) quer (philei) ocultar-se.
- frag. 124 - O kósmos mais belo (e mais perfeito): um informe amontoado de dejetos (coisas jogadas ao acaso).
- frag. 125 - Até o Kikéon se decompõe se o não agitarem.
- frag. 126 - O (que é) frio aquece, o quente arrefece, o úmido seca, o seco umedece.

b) Segunda seleção dos fragmentos de Heráclito:

- frag. 54: A harmonia invisível supera a visível
- frag. 123: A natureza (phýsis) quer (philei) ocultar-se
- frag. 60: O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo
- frag. 8. Os contrários conferem e dos diferentes nasce a mais bela harmonia (e o Prélío tudo origina).

frag. 77 - Prazer (ou morte?) das almas é o tornarem-se úmidas... Nós vivemos a morte delas, e elas, a nossa morte.

- frag. 36: Morte das almas; tornarem-se água; morte da água: volver-se em terra. Mas da terra (re)nasce água; e da água, alma.

c) Terceira seleção: movimentos dos fragmentos

Depois de estudar os fragmentos da segunda seleção, agrupei-os a partir da sensação de movimento que me proporcionavam, conforme a Figura 21. As figuras 22, 23 e 24 mostram alguns registros dos primeiros estudos de movimento para os fragmentos selecionados.

RAÍZES CERRADO	OPOSIÇÃO CABEÇA-CAUDA	OPOSIÇÃO DIREITA-ESQUERDA	TRANSFORMAÇÕES DE ESTADOS
frag. 54: A harmonia invisível supera a visível frag. 123: A natureza (phýsis) quer (philei) ocultar-se	frag. 60: O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo	frag. 8. Os contrários conferem e dos diferentes nasce a mais bela harmonia (e o Prélío tudo origina).	frag. 77 - Prazer (ou morte?) das almas é o tornarem-se úmidas... Nós vivemos a morte delas, e elas, a nossa morte. frag. 36: Morte das almas; tornarem-se água; morte da água: volver-se em terra. Mas da terra (re)nasce água; e da água, alma.

Figura 21 Movimento dos fragmentos

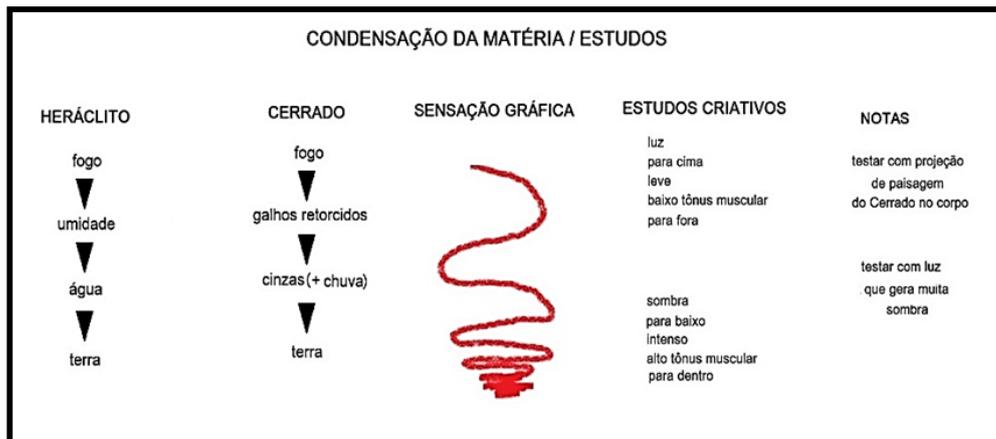


Figura 22 Esquema de condensação da matéria para estudos

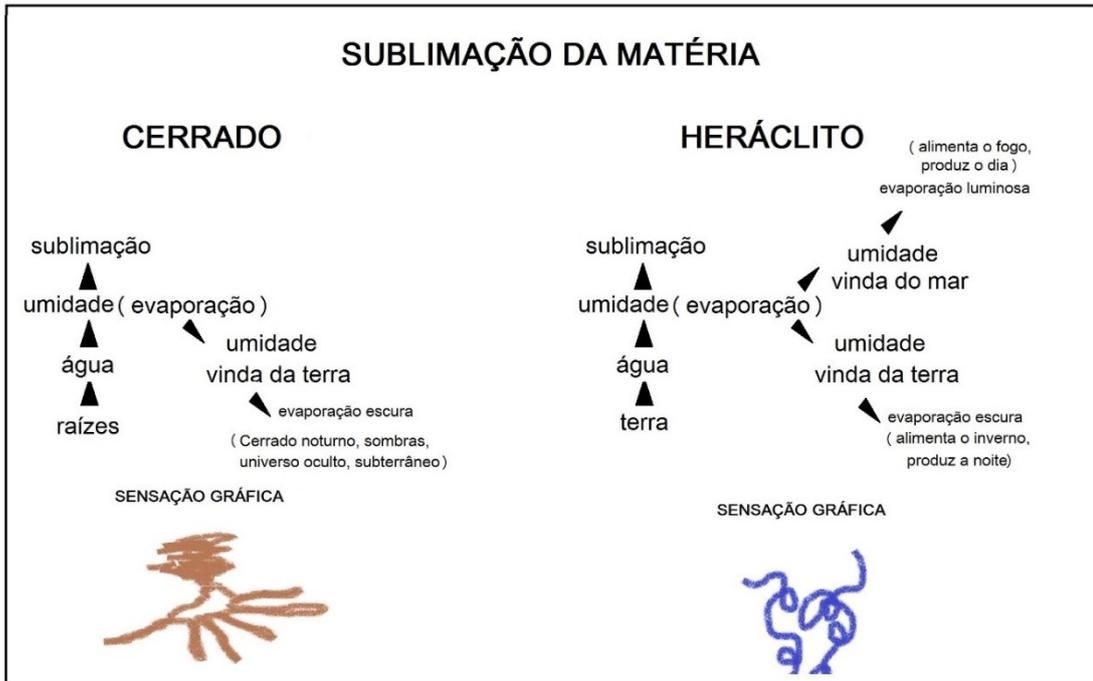


Figura 24 Esquema de sublimação da matéria para estudos



Figura 23 Estudos para Montanha.
À esquerda, Montanha condensada. À direita, Montanha evaporada

3.3.3. Movimentando os fragmentos selecionados

a) *Frag. 54 - A harmonia invisível supera a visível /*

b) *Frag. 123 - A natureza (phýsis) quer (philei) ocultar-se*

No estudo de movimento a partir dos fragmentos 54 e 123, o mergulho do corpo em direção à terra passou a fazer parte das ações corporais. Eu queria entrar na terra, ser raiz no escuro de dentro do Cerrado, mergulhar numa peregrinação em busca d'água. Primeiramente em pé, este mergulho se iniciava pela conscientização de meus pés em contato com o chão. Quando meu corpo todo estava conectado aos meus pés, eu elevava meus braços ao céu, criando uma energia de oposição ao enraizamento de meus pés⁴¹. Então, eu começava o mergulho tentando sentir desde o topo de minha cabeça. Enquanto a cabeça seguia em direção ao chão, enquanto eu mergulhava em direção à terra, inúmeros jogos de tensões internas se estabeleciam⁴².

Nesta descida, eu permanecia com os joelhos estendidos até que o topo da cabeça ficasse paralelo ao chão, numa relação espacial oposta à inicial, como se eu quisesse dobrar meu eixo vertical⁴³ ao meio. Eu aproximava meu tronco o máximo possível das pernas, como se quisesse sobrepor-los. O jogo de tensões resultante desta ação era contínuo e quase infinito, pela própria impossibilidade fisiológica de levar meu tronco para o mesmo espaço ocupado por minhas pernas. Ao inverter a cabeça, posicionando-a para baixo, inverte-se também o jogo de tensões musculares internas que normalmente ocorrem no corpo, pois sua relação com a gravidade passa a ser oposta. O movimento era percebido desde as nuances de tensões que surgiam por debaixo da pele, invisíveis, que modificavam a morfologia do corpo aos poucos, até tornarem-se completamente visíveis. Essas tensões internas eram como eu percebia movimento das raízes

⁴¹ “Os pés apresentam uma íntima relação com o solo. Penetram a terra como se adquirissem raízes, sugam-na como se recolhessem a seiva; amassam o barro, levantam a poeira; mastigam, devolvem e revolvem a terra através de seus múltiplos apoios”. (RODRIGUES, 2005, p. 43)

⁴² Uma descrição minuciosa destas tensões aparece no capítulo *Dossiê da Montanha*.

⁴³ Linha imaginária que passa exatamente no centro de gravidade do corpo, perpendicularmente ao chão, em torno do qual forças que atuam direções opostas se equilibram, dividindo o corpo em partes mais ou menos equilibradas.

das árvores no Cerrado, por debaixo da terra, dando estrutura para a árvore, numa peregrinação constante em busca d'água.

Na figura 22, os vetores indicam a direção do esforço muscular interno que ocorre no corpo durante o movimento do mergulho no eixo vertical. As tensões musculares internas, representadas pelos vetores, aos poucos começam a se tornar visíveis. Na figura 8 pode-se observar o surgimento de tensões musculares na região do trapézio texturizando a pele.

Nesta posição corporal - cabeça invertida e pernas estendidas em *quinta posição*⁴⁴ - havia um grande esforço em equilibrar simetricamente as tensões que surgiam nos lados direito e esquerdo do corpo. O próprio incômodo que eu sentia nesta posição desencadeava diversas tensões internas, que passam a ser cada vez mais visíveis, cada vez mais intensas, tornando cada vez mais difícil manter a simetria corporal, ao mesmo tempo que o corpo encontrava uma harmonia própria, um equilíbrio pulsante, à medida que eu permanecia nesta posição. Aparentemente imóvel, internamente meu corpo era um universo de sensações.

Experienciar essas tensões ocultas a partir dos fragmentos de Heráclito 54 - *A harmonia invisível supera a visível* - e 123 - *A natureza (phýsis) quer (philei) ocultar-se* - abriu um outro campo de investigação: comecei a ter a curiosidade em ver essas tensões se (trans)formando, perceber as diferenças que ocorriam entre os lados direito e esquerdo para gerar a harmonia visível da forma, experienciar esta descida de outras formas. Para atender a esta demanda criativa, utilizei alguns recursos de edição de imagem e vídeo, numa autoscopia⁴⁵ minuciosa. O processo de autoscopia levou-me a desenvolver uma linguagem audiovisual própria, para além do simples estudo das imagens videográficas. Comecei a chamar estes estudos de autoscopia poética⁴⁶, e pretendo aprofundá-la em estudos futuros.

⁴⁴ Na quinta posição, nomenclatura referente ao balé clássico, o pé dianteiro fica cruzado de modo que os dedos do pé de trás toquem o calcanhar do pé da frente. Nesta posição eu conseguia acionar de forma mais eficiente a musculatura interna das pernas e, assim, manter-me estável no eixo vertical, mesmo de cabeça para baixo.

⁴⁵ A palavra “autoscopia” é composta pelos termos “auto” - uma ação realizada pelo próprio sujeito e “scopia” - refere-se a escopo, objetivo ou mira. A ideia de autoscopia diz respeito a uma ação de autoanálise em torno de alguma finalidade. Nesta dissertação, a autoscopia é entendida a partir de Sadalla e Laroca (2004), que abordam o termo como uma técnica de pesquisa e de formação que se vale de videogravação de ações de um ou mais sujeitos visando sua posterior autoanálise. A autoscopia, assim, possui dois momentos essenciais: a videogravação propriamente dita da situação a ser analisada e as sessões de análise e reflexão deste registro.

⁴⁶ Os registros da autoscopia poética de *Cerrado Densidade Ressonância* encontram-se disponíveis em:

https://www.youtube.com/playlist?list=PLVwLnAUmj0nu8hVurFS6toAs4_SAI8QkG.

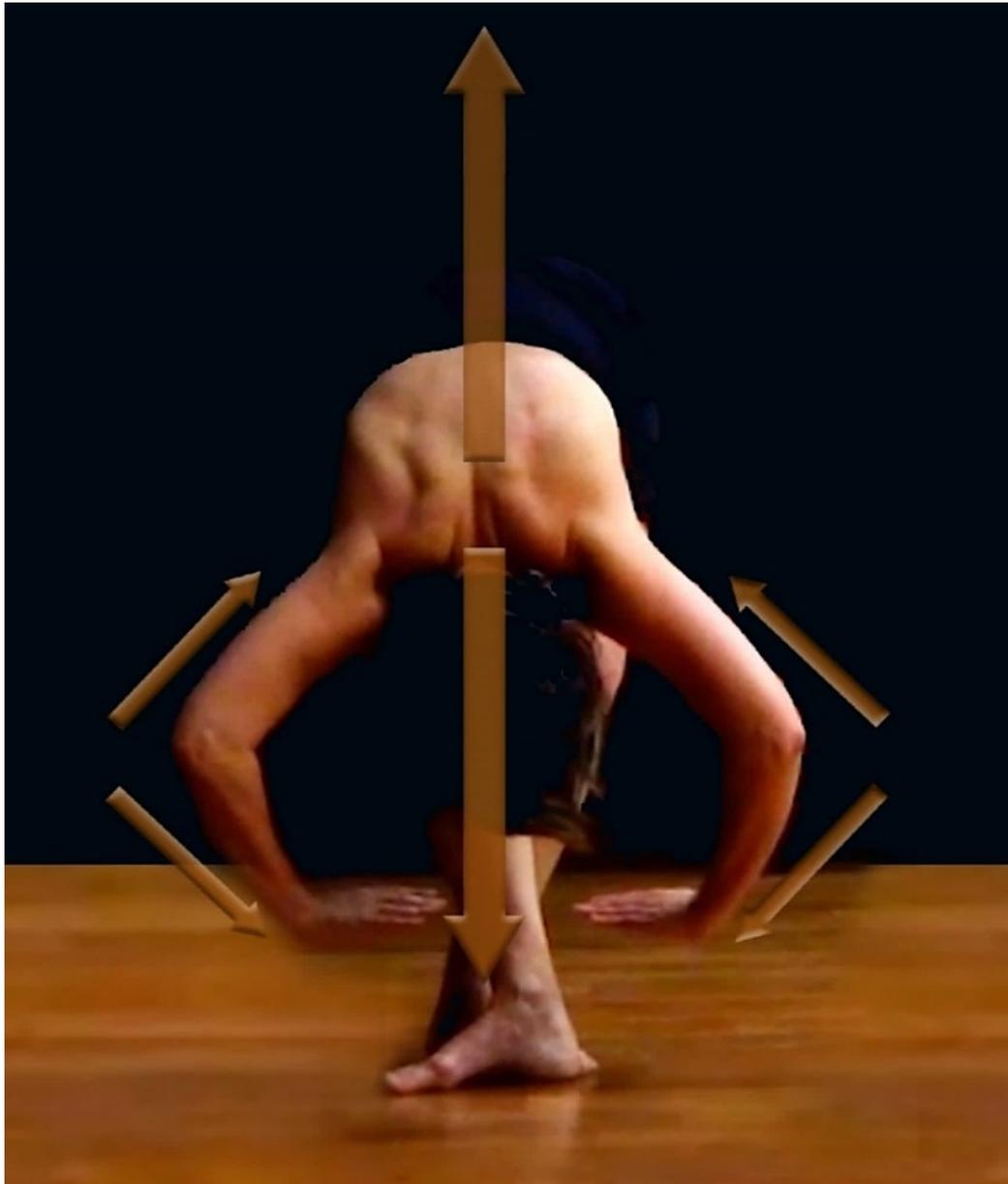


Figura 25 Mergulho no eixo axial, estudo de oposições.

c) b) Frag. 60 - O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo.

Para pensar o frag. 60 de Heráclito tive como ponto de partida o movimento do mergulho. A partir da autoscopia do mergulho, diversos outros estudos videográficos foram feitos, cada um visando um aspecto específico do processo. Editei o vídeo para que eu pudesse ver o mergulho em movimento reverso - que chamei de sublimação - ao mesmo tempo que analisava o movimento em seu desenvolvimento original - que chamei de condensação. O mesmo movimento visualizado, ao mesmo tempo, em sentidos opostos: de um lado a condensação, do outro a sublimação.



Figura 26 Mergulho da Montanha.

Da esquerda para a direita, os momentos do mergulho: queda da copa, seiva no tronco e profusão da raiz.

Para esta análise, dividi o mergulho em três momentos, para facilitar minha observação. O início, com braços elevados, chamei de queda da copa; o meio do trajeto de seiva no tronco e o final, quando minhas mãos chegavam ao chão, de profusão da raiz. Editei⁴⁷ este vídeo em diversas velocidades para perceber possíveis diálogos entre as formas que emergiam no corpo. Comecei a compor a duração de cada momento, tanto no condensamento quanto na sublimação, a partir da observação do material videográfico editado.

⁴⁷ Eu editei os vídeos utilizando o programa *Adobe Premiere Pro 9*, da série Adobe.

Neste fragmento, tomando a ascensão como resultante da relação com o fogo (fogo elemento e fogo no sentido espiritual), o caminho inverso seria voltar à terra, ou seja, ceder à força da gravidade (gravidade como força oculta que age em nós e como condição humana que nos traz à terra, à nossa finitude biológica).

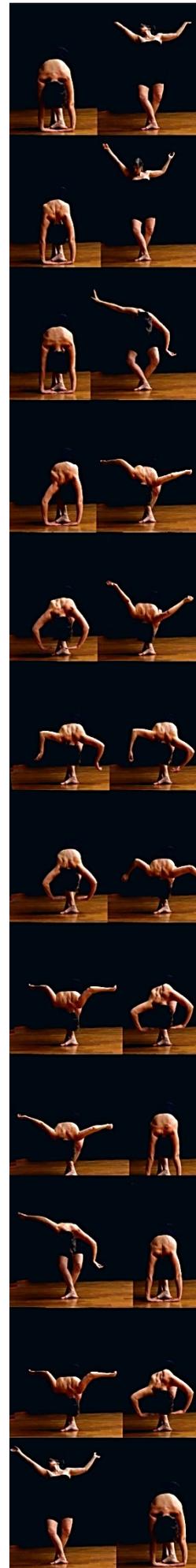
Para experimentar este fragmento, foi feito um vídeo onde aparece, ao mesmo tempo, a performance acontecendo da forma original e em tempo reverso (do final para o começo). Assim, na esquerda a performance se desenvolve numa ascensão do corpo e, na direita, o corpo segue em caminho descendente. Por ser a mesma imagem, podemos apreciar o corpo realizando exatamente o mesmo caminho para cima e para baixo.

A partir da autoscopia poética de condensamento e sublimação da *Montanha*, observei que algumas das tensões musculares geravam linhas de forças, ora convergentes ora divergentes, servindo de estímulo criativo para a continuação da pesquisa corporal. Estas linhas que eu observava em meu corpo eram decorrentes de minha memória corporal a partir de minhas vivências em *Ideokinesis*, que estão explicitadas no capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha* desta dissertação. Trazendo a *Ideokinesis* para ajudar na construção do corpo da *Montanha*, passei a pensar a gravidade como a energia oculta geradora da *Montanha*, uma força oculta que age no corpo, a condição humana me traz à terra, à minha finitude biológica.

A gravidade, a sensação do peso, ganhou grande potência poética para a elaboração do trabalho artístico. Controlar ou ceder à ação da gravidade, resistir ou entregar-se à morte. Esta modulação tensional tornou-se a poética ponderal da *Montanha*, como na "morte vertical" evocada por Doris Humphrey⁴⁸. Mas não uma queda puramente vertical, e sim uma rendição do corpo à sua própria inclinação, como num balanço, um jogo de movimento em torno do eixo gravitacional. Como sugere Hubert Godard (2001), nesta modulação da queda, a musculatura tensional responsável pelo *pré-movimento*⁴⁹ também seria modulada, ampliando a gama de expressividade, mantendo a elasticidade necessária para transitar entre os dois polos, entre o céu e a terra. (apud LOUPPE; GARDNER, 2010).

⁴⁸ Apud LOUPPE; GARDNER, 2010, p.65

⁴⁹ Pré-movimento é o termo utilizado por Godard para referir-se à existência de uma pré-organização corporal que antecede qualquer movimento. Outras implicações das ideias de Godard para esta pesquisa estão apresentadas no capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha* desta dissertação.



*Figura 27 Autoscopia poética da Montanha.
Condensamento e sublimação da Montanha.*

d) Frag. 8. Os contrários conferem e dos diferentes nasce a mais bela harmonia (e o Préludio tudo origina).

Para pensar corporalmente uma harmonia que nascia de situações contrárias, editei o material videográfico de forma a evidenciar as diferenças entre o lado direito e o esquerdo de meu corpo durante o mergulho. Nas *Figura 8* fica clara a diferença de tensões que eu exerço de um lado e outro do corpo, gerando a harmonia da forma. Neste estudo foi feita uma edição onde aparecem três figuras, sendo que a da esquerda foi formada por um espelhamento de meu lado esquerdo, a figura central é a imagem original e a figura à direita foi formada pelo espelhamento de meu lado direito



*Figura 28 Autoscopia poética da Montanha.
Lados direito e esquerdo.*

e) *Frag. 77. – Prazer (ou morte?) das almas é o tornarem-se úmidas... Nós vivemos a morte delas, e elas, a nossa morte.*

f) *Frag. 36. – Morte das almas; tornarem-se água; morte da água: volver-se em terra. Mas da terra (re)nasce água; e da água, alma.*

Estes fragmentos sugerem que o ciclo de condensação da matéria ou do espírito, o caminho em direção à água, é descendente. Corporalmente relacionei o caminho descendente à maneira que eu me entregava à força da gravidade, à terra, à morte. Na natureza, as raízes nutrem-se da matéria orgânica presente na terra, seguem aprofundando em busca d'água, numa trajetória descendente, enquanto o corpo da planta sobe em busca do sol, numa trajetória ascendente. Seguindo as pesquisas poéticas iniciadas com o frag. 60 - *o caminho para cima e para baixo são um e o mesmo*- comecei a criar algumas trajetórias, pensando em como eu poderia traçar paralelos metafóricos entre os fragmentos 77 e 36, as imagens poéticas que eu já estava trabalhando no Cerrado – no caso, com suas raízes - e os percursos e reorganizações tensionais que eu percebia em meu corpo a partir de minhas vivências com a *Ideokinesis*.

O frag. 36 de Heráclito criou em meu corpo uma tensão vertical muito forte, principalmente em minhas pernas e braços. Eu desejava trabalhar meu tronco com algum contraponto à essa verticalidade. Passei então a investigar uma forma de desconstruir alguns percursos já assimilados em minha musculatura para descobrir novas possibilidades de meu corpo aprofundar na terra, como raiz, e depois voltar em busca do sol, de forma que eu permanecesse o tempo todo com as mãos no chão e com as pernas estendidas. Para este estudo, eu precisava de uma imagem que me permitisse trabalhar, de cabeça para baixo, com a musculatura de minhas costas de forma menos subjetiva. Eu gostaria de experimentar este percurso de movimento a partir da sugestão de uma certa 'umidade das almas', ligada ao frag. 77 de Heráclito, que pudesse me tirar um pouco do eixo vertical de oposições entre terra e céu que eu já estava trabalhando. Foi quando busquei como referência espacial a figura o quadrado mágico⁵⁰. Um estudo das espacialidades sugeridas pelo quadrado mágico no processo criativo

⁵⁰ O Quadrado Mágico é uma superfície subdividida em casas quadradas, como um tabuleiro de xadrez. Os quadrados são ocupados com números de 1 a 9 de modo que a soma dos números das linhas horizontal, vertical ou diagonal, resulte sempre o mesmo valor, no caso, 15. Há diversas versões sobre a origem dos quadrados mágicos, no entanto, aceita-se que a sua origem tenha vindo da China e da Índia há cerca de 3000 anos. O nome quadrado mágico foi dado pois na época achava-se que estes tipos de quadrados tivessem poderes especiais. Acreditava-se que este quadrado era o símbolo que reunia os princípios básicos que formavam o universo, onde os números pares simbolizavam o princípio feminino (Yin), os números ímpares o princípio masculino (Yang), o número 5 representava a Terra, ao redor da qual estariam distribuídos os quatro elementos principais. A coreógrafa belga Anne Teresa De Keersmaecker realizou ao longo de sua trajetória artística diversos estudos coreográficos a

da *Montanha* foi feito paralelamente à esta pesquisa, e descrevê-lo em sua complexidade não é o objetivo aqui proposto. No entanto discorrerei sobre algumas espacialidades encontradas, de forma simplificada, para compartilhar as construções poéticas que se desdobraram no corpo da *Montanha* e, principalmente, em sua ambientação sonora.

A escolha do quadrado mágico como referência espacial partiu de pesquisas anteriores que já me instigavam em relação a ciclos e elementos naturais, uma vez que a divisão espacial do quadrado mágico é ligada a elementos da natureza, como apresentado na figura 29.

4 vento	9 fogo	2 terra
3 trovão	5 terra	7 lago
8 montanha	1 água	6 céu

Figura 29 Quadrado mágico

Como provocação inicial para este estudo, relacionei os elementos naturais trazidos pelos fragmentos 77 e 36 de Heráclito aos elementos naturais representados na figura do quadrado mágico, sem me aprofundar no simbolismo do quadrado em si.

O que me interessava neste momento eram os possíveis trajetos espaciais que poderiam surgir desta provocação, que eu poderia transformar em um percurso tensional dentro do meu corpo, uma vez que eu não deslocava pelo espaço.

Identificação de elementos naturais nos fragmentos	Elementos	Ciclo de condensação dos elementos	Correspondência numérica com o quadrado mágico	Proposta de percurso para estudos tensionais
<p>frag. 77 - Prazer (ou morte?) das <u>almas</u> é o tornarem-se <u>úmidas</u>... Nós vivemos a morte delas, e elas, a nossa morte.</p> <p>frag. 36 - Morte das almas; tornarem-se <u>água</u>; morte da água: volver-se em <u>terra</u>. Mas da terra (re) nasce água; e da água, alma</p>	<p>fogo (alma) vento (umidade) água terra</p>	<p>fogo ▼ umidade : vento ▼ água ▼ terra</p>	<p>9 ▼ 4 ▼ 1 ▼ 2</p>	

Figura 30 Percursos de movimento no quadrado mágico

partir da figura do quadrado mágico. Algumas de suas reflexões sobre sua forma de utilizá-lo podem ser encontradas em no endereço eletrônico: <https://www.youtube.com/watch?v=rkfhae2sgbM>.

Aproveitei a disposição espacial e numérica dos elementos da natureza no quadrado mágico para vislumbrar e desenhar possíveis percursos de tensões internas para a *Montanha* seguindo os ciclos dos elementos propostos por Heráclito.

A Figura 31 ilustra o percurso das contrações musculares criadas nas costas, como se a musculatura seguisse o percurso estabelecido, em laranja, como um *GPS tensional*. Imaginar o quadriculado do quadrado mágico nas costas ajudava a localizar o percurso das contrações nas costas com maior precisão.

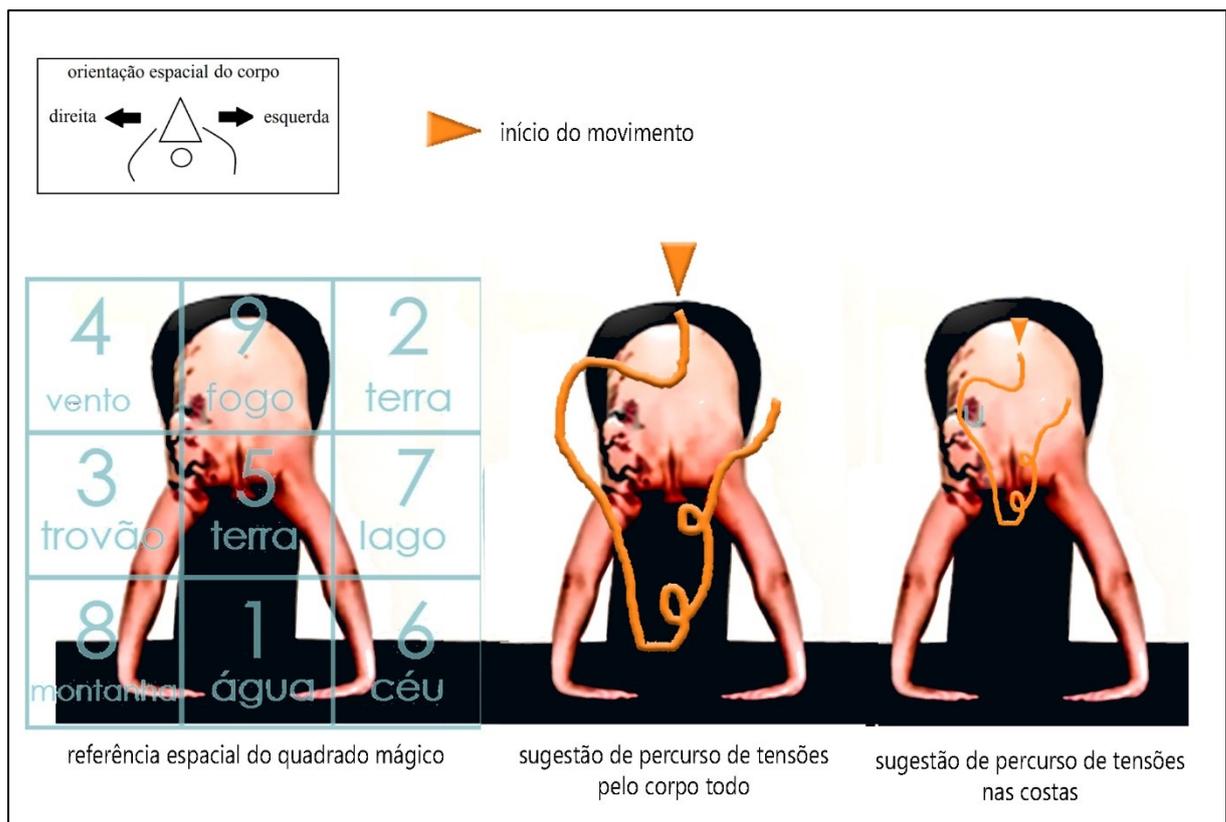


Figura 31 Aplicando percurso tensional nas costas.

Neste exemplo, a rota de tensões internas nas costas a serem percorridas passariam pelas posições: 9 – 4 – 1 – 5 - 2. A partir da tentativa de percorrer a rota sugerida pelos números do quadrado mágico, outras tantas tensões eram criadas, e uma cartografia muscular começava a tomar relevo. Passei a chamar este mapa tensional de *cartografia tensional da Montanha*. A sensação imaginada durante este percurso de tensões musculares era de um ganho constante de massa corporal acompanhado de um aumento gradativo no tônus empregado em sua realização.

Passei a experimentar esta cartografia tensional de duas formas. Na primeira, apenas percorria corporalmente o percurso traçado no papel. Para isso, imaginava o plano do quadrado perpendicularmente ao solo, e com minhas costas, conduzia as contrações musculares

específicas. Na segunda, além de percorrer este suposto trajeto, modulava a gradação da intensidade das tensões que eu empreendia, iniciando com pouca intensidade no elemento fogo e, à medida que eu me aproximava da terra, aumentava a intensidade das contrações musculares.

Diversas cartografias tensionais como esta foram feitas e, aos poucos, fui selecionando as que possuíam maior reverberação poética em mim. Com o tempo, o desenho inicial do quadrado mágico foi sendo abandonado, permanecendo apenas as rotas tensionais mais significativas, que foram por fim incorporadas e elaboradas na performance *Montanha*.

A cartografia tensional da *Montanha* também foi utilizada para criar a ambientação sonora da performance, que será descrita na próxima seção deste capítulo, quando eu discorro sobre as demandas afetivas do processo criativo da *Montanha*.

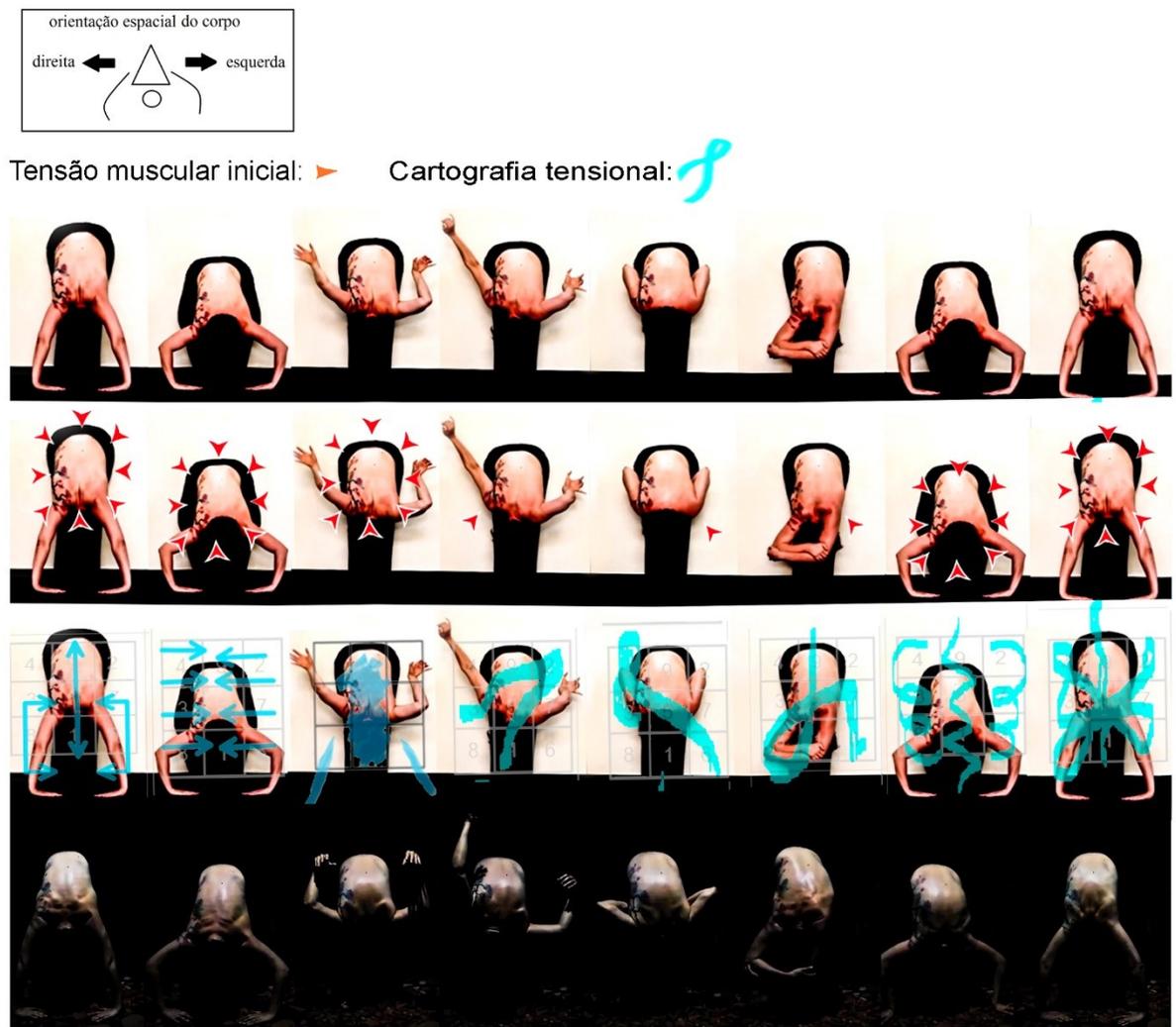
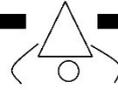


Figura 32 Cartografias tensionais da *Montanha*

Posição corporal inicial: cabeça próxima ao solo, flexão da coluna inversão da cabeça com cauda para cima

Orientação corporal na posição inicial: direita ← → esquerda

Tensão muscular inicial: ▶

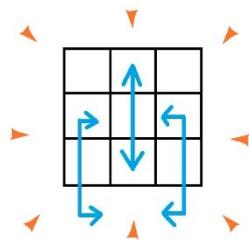


Fragmento

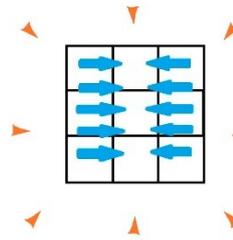
Cartografia tensional / notações para musculatura das costas a partir da Ideokinesia

54. A harmonia invisível supera a visível.

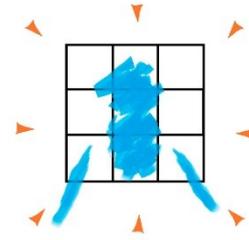
123. A natureza quer ocultar-se



Cabeça em oposição ao quadril, mãos empurram o chão, escápulas distanciam-se, pés afundam no chão.

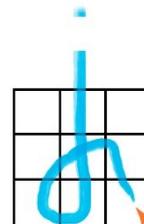
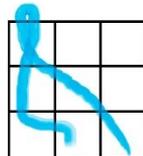
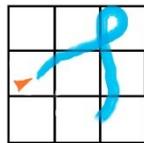


Contrações isométricas da musculatura das costas, isolando ao máximo cada ação muscular, chegando no máximo da tensão suportável.



Continua com as contrações isométricas da musculatura das costas, inserindo algumas quebras de cotovelo, ainda simétricos

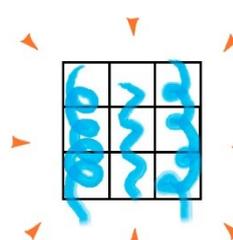
60. O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo.



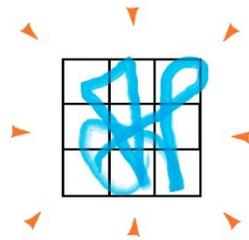
As contrações do lado esquerdo começam a diferir das do lado direito, gerando divergências, mas que ainda tendem a voltar ao equilíbrio.

36, Morte das almas; tornam-se água, morte da água: volver-se em terra. Mas a terra (re)nasce da água; e da água, alma. (CII)

frag. 8. Os contrários conferem e dos diferentes nasce a mais bela harmonia



Cresce a tensão entre cabeça e bacia. Cotovelos e punhos estão sempre exercendo forças em direções opostas. As escápulas querem maior liberdade, mas são impedidas pelos braços, que desejam ainda manter uma certa simetria.



Os braços desprendem-se de qualquer simetria, buscam a ascensão enquanto a cabeça, às vezes, insiste em dirigir-se para o chão, gerando tensão em alguns momentos. A cabeça, aos poucos, sede aos impulsos vindos da coluna e a cervical ganha maior movimentação

Figura 33 Cartografias tensionais e fragmentos de Heráclito.

3.4. DEMANDAS CRIATIVAS

CeDensiRe começou pela construção de um estado de percepção ampliada, uma espécie de silêncio atento. Na tentativa de acompanhar o florescimento do ente poético que surgia, no momento em que surgia, passei a registrar minhas experiências por meio outros suportes além de minhas memórias cinestésica: diário de bordo, fotografias, vídeos, garatujas e poesias. Precisei desenvolver uma prática corporal que fornecesse ferramentas para perceber esse mover poético. As demandas criativas que surgiram em *CeDensiRe* foram condensadas em três tópicos: demandas corporais, demandas de sistematização e registro, demandas afetivas.

3.4.1. Demandas Corporais

Para perceber a origem do movimento em meu corpo, precisei vivenciar minuciosamente a lentidão de seu nascimento. Cada movimento deveria corresponder ao justo gesto de sua ação, eliminando qualquer excesso, estilo, ou músculos desnecessários. Aqui apareceu a primeira demanda criativa: eu precisava de algum trabalho corporal que me conduzisse a um profundo estado de concentração e percepção interna. A *Ideokinesis*⁵¹ surgiu no processo criativo para atender a estas demandas, favorecendo novas experiências e possibilidades afetivas, sensibilizando-me para uma compreensão cada vez mais apurada de minhas organizações corporais preestabelecidas, dando-me a chance de trabalhá-las de outra forma.

Em *Montanha*, as formas se revelam pouco a pouco, num devir da imaginação, ao mesmo tempo que ganham significados mais profundos. Um relevo especial ora se aprofunda nas memórias, ora se eleva para a pele, ora sobe ao tronco ora desce aos pés, numa dinâmica entre o céu e a terra. O movimento reflete e reflui, numa intensidade desafiadora, manifestando-se um duplo sentido. Como se registrasse o momento em que o crepúsculo se torna noite.

As demandas corporais da *Montanha* levaram-me a especular sobre minha prática em dança, revelando sua singularidade, trazendo reflexões sobre meu pertencimento ou não a certos fluxos de reflexões teóricas, evidenciando meu próprio pensamento em dança⁵².

⁵¹ Ver capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha* desta dissertação.

⁵² O que chamo de ‘pensamento em dança’ se assemelha ao que Dubatti nomeia de pensamento teatral: O artista, na práxis, para a práxis e sobre a práxis, produz pensamento continuamente, de várias maneiras, segundo as poéticas, isto é, segundo a forma de trabalho, os procedimentos estruturais e a concepção de teatro, e é quem mais

3.4.2. Demandas de Sistematização e Registro

a) *Documentação por diário de bordo*

Mariana Marcondes Machado (2010) acredita que o registro do processo de criação precede a reflexão, e que o diário de bordo pode ser um bom recurso filosófico e metalinguístico para o pesquisador-criador. O diário de bordo seria uma ferramenta fenomenológica para o trabalho criativo, justamente por traduzir a experiência pré-reflexiva da pesquisa. Em *CeDensiRe*, realizei meu diário on-line, por meio do blog ericabiancobearlz.blogspot.com.br. Diversos trechos de meu diário de bordo do processo criativo⁵³ de *CeDensiRe* permeiam entre as páginas desta dissertação. Selecionei algumas passagens de meu diário na última seção do capítulo *No cume da Montanha: a dança como poética ponderal* desta dissertação. A seguir, trago um trecho retirado deste blog, como exemplificação da masterização das experiências que ocorrem neste processo de escrita.

- *Sobre encontros poéticos colaborativos com João Lucas - 10/06/2017*

Contrário à paralisação e ao tédio, há no encontro uma grande estimulação emocional e intelectual, intensificando percepções múltiplas, felicidade, vertigem, numa verdadeira subjetivação transformadora, que fortalece as decisões poéticas que estão sendo tomadas. Os encontros estabelecem um tempo próprio, cada encontro possui sua duração subjetiva, podendo ser minutos ou horas. Ocorre um sentimento de oportunidade existencial, uma gratidão de se viver o que está vivendo. Um contágio produtivo, uma vontade de produzir, um marco em minha construção autobiográfica. Um sentimento de ter sido eleita para testemunho deste encontro, uma gratidão por vivenciar todos os itens apontados acima. vou chamar estes encontros de Encontros Poéticos Produtivos.

sabe, ou um dos que mais sabe, de teatro. Chamo de pensamento teatral a produção de conhecimento que o artista e o técnico-artista geram na práxis, para a práxis e sobre a práxis teatral. (DUBATTI, 2016, p. 94).

⁵³ Meu diário de bordo *on line* pode ser consultado no endereço ericabiancobearlz.blogspot.com.br.

b) Documentação por imagens (fotografia e vídeo)

A documentação por meio de imagens e vídeos foi imprescindível durante o estudo corporal dos fragmentos de Heráclito. Com recursos simples de edição de vídeos, pude ampliar, acelerar, ralentar, duplicar, inverter o trabalho corporal. Pude perceber nuances de tensões corporais às quais eu não estava muito atenta, ampliar as sensações que faziam mais sentido para mim. O registro em vídeo, no processo criativo de *CeDensiRe*, foi uma ferramenta fundamental para a poética do trabalho. Eu poderia registrar o momento da transformação corporal.

A partir da autoscopia realizada com os materiais de registro do processo criativo de *CeDensiRe*, um imaginário sonoro começou a ser construído e, com este imaginário, a vontade de elaborar uma ambientação sonora específica que ajudasse a criar a atmosfera poética do trabalho. O encontro com o músico e compositor João Lucas teve grande impacto no processo criativo e na forma de sua documentação. Passei a chamar tais encontros de *Encontros Poéticos Colaborativos* (EPC)⁵⁴, que se tornaram amplamente produtivos e passaram a fazer parte da pesquisa artística de *CeDensiRe*, ampliando a colaboração artística de João Lucas em minha pesquisa para além da composição musical. Os EPCs tornaram-se uma importante via de temperança dos saberes experienciados na pesquisa, e serão explicados no item 2.3. *Encontros Poéticos* deste capítulo.

⁵⁴ A característica imprescindível do EPC é o encontro pessoal presencial, um convívio mútuo que verticaliza afetos entre os envolvidos, atravessando as possíveis hierarquias de funções que uma criação artística demanda.

c) Documentação por notações e diagramas

Na disciplina Laboratório de Criação, o professor Marcus Mota sugeriu a criação de um roteiro diagramático (MOTA, 2016) que me ajudou a entender melhor a estrutura dramática da construção poética que despontava no processo. A ideia era utilizar o roteiro diagramático para evidenciar momentos de potência poética e, assim, estabelecer, ao longo do processo criativo, um certo ritmo que conferisse a dramaturgia desejada à obra. Para o meu processo criativo, este roteiro também seria importante para a composição musical da performance, servindo como uma espécie de partitura dramática. As cartografias tensionais da *Montanha* elaboradas no decorrer do processo criativo sugeriam também texturas sonoras específicas.

O primeiro obstáculo para montar o diagrama em minha pesquisa foi roteirizar o estado cinestésico que meu corpo percorria. A roteirização passava por uma análise racional que divergia da lógica corporal durante da experiência. A medida que eu tentava trazer à tona com maior clareza os possíveis percursos cinestésicos, minha memória cinestésica emergia em forma de rabiscos no papel. Aos poucos, os rabiscos passaram a atuar como *links* para a cinestesia da experiência na *Montanha*.

Depois que comecei a utilizar o recurso do vídeo para registrar a experiência corporal, ficou mais fácil identificar as modulações do esforço nas cartografias tensionais que surgiam, mapeá-los e relacioná-los com outros materiais do processo para, aos poucos, construir meu roteiro diagramático. Isso porque, à medida que eu assistia aos vídeos, meu corpo ressoava os percursos de tensão que estavam sendo mostrados na imagem. Eu cartografava as tensões observadas e depois organizava no roteiro diagramático. Escolhi sete itens para compor meu roteiro diagramático, por atenderem às minhas necessidades de registro para a construção poética da *Montanha*: momento do dia (incidência da luz do sol/noite), tensões visíveis, tensões invisíveis, cartografia tensional, imagem poética, diagrama sonoro, fragmento de referência. O diagrama feito para a *Montanha* pode ser observado nas figuras 34 e 35. Notas sobre o diagrama sonoro podem ser observadas na Figura 36.

Cena/iluminação	Tensão corporal visível	tensão corporal invisível	diagrama corporal	imagem	diagrama sonoro	fragmento
- entrada - Escuro, apenas visibilidade necessária para plateia posicionar- se	Plateia posicionando-se	Na plateia		fogo		123. A natureza quer ocultar-se
- Início - Totalmente escuro		Na plateia		semente úmida		
- Aurora - Luz incide lentamente , vinda de cima.	Aparente repouso	Cabeça em oposição ao quadril, mãos empurram o chão, escápulas distanciam-se, pés afundam no chão.		Raízes brotam das mãos e aprofundam na terra. A coluna é uma queda d'água.		
- dia - Luz em sua intensidade máxima	Simetria harmônica	Contrações isométricas da musculatura das costas, isolando ao máximo cada ação muscular, chegando no máximo da tensão suportável.		A cachoeira das costas seca.		54. A harmonia invisível supera a visível.
- dia - Luz em sua intensidade máxima	Simetria harmônica	Continua com as contrações isométricas da musculatura das costas, inserindo algumas quebras de cotovelo, ainda simétricos		a terra, seca, racha. Nas fendas surgem vagalumes e aleluias.		

Figura 34 Roteiro diagramático da Montanha, parte I

Cena/ iluminação	Tensão corporal visível	tensão corporal invisível	diagrama corporal	imagem	diagrama sonoro	fragmento
- dia -Luz em sua intensidade máxima	Início de assimetria, mas ainda em composições harmônicas	As contrações do lado esquerdo começam a diferir das do lado direito, gerando divergências, mas que ainda tendem a voltar ao equilíbrio.				60. O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo. (CIII)
-Início da tarde -Luz em sua intensidade máxima	Os braços saem do chão. Maiores possibilidades simétricas e assimétricas.	Cresce a tensão entre cabeça e bacia. Cotovelos e punhos estão sempre exercendo forças em direções opostas As escápulas querem maior liberdade, mas são impedidas pelos braços, que desejam ainda manter uma certa simetria.				36. Morte das almas; tornam-se água, morte da água: volver-se em terra. Mas a terra (re)nasce da água; e da água, alma. (CII)
- tarde -Luz em sua intensidade máxima	Os braços ganham liberdade e buscam a ascensão	Os braços desprendem-se de qualquer simetria, buscam a ascensão enquanto a cabeça, às vezes, insiste em dirigir- se para o chão, gerando tensão em alguns momentos. A cabeça, aos poucos, sede aos impulsos vindos da coluna e a cervical ganha maior movimentação				36. Morte das almas; tornam-se água, morte da água: volver-se em terra. Mas a terra (re)nasce da água; e da água, alma. (CII)
-Início crepúsculo -Luz em sua intensidade máxima	Início do caminho inverso da performance, até anoitecer.	60. O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo. (CIII)

Figura 35 Roteiro diagramático da Montanha, parte II

Fragmento	Diagramas	Notas
123. A natureza quer ocultar-se		<p>o som permeia todo o ambiente, não se sabe de onde vem. o som está em todos os lugares.</p>
54. A harmonia invisível supera a visível.		<p>o som incide perto do fogo, nº 9, onde tudo se inicia início de tensões espaciais</p> <p>o som se harmniza e ocupa todo o espaço, de forma fragmentada.</p>
60. O caminho para cima e o caminho para baixo são um e o mesmo.		<p>o som segue as rotas de condensação e sublimação da matéria , seguindo a espacialidade sugerida pelo quadrado mágico</p> <p>a ambientação sonora ocorre de forma diametralmente oposta</p> <p>sonoridades serpenteiam o espaço cênico</p>

Figura 36 Notações para diagrama sonoro

3.4.3. Demandas Afetivas: Encontros Poéticos

O processo criativo de *CeDensiRe* vem modificando-se e enriquecendo-se a partir da convivência com o pensamento composicional e musical de João Lucas. A discussão da composição musical para *CeDensiRe* com João perpassou, de modo significativo, todo o pensamento poético do trabalho. A partir dos EPCs, foram ampliadas as possibilidades estratégicas composicionais usuais, potencializando o surgimento de novos entes poéticos no trabalho, ampliando as oportunidades de aprofundamento e aprimoramento para além da composição musical.

A verticalização das afecções entre os envolvidos na experiência do encontro criativo em EPC proporcionou uma nova densidade poéticas em *CeDensiRe*. A excepcionalidade e potência destes EPCs ocorre tanto no momento exato do encontro quanto a posteriori, quando a memória do encontro catalisa afetos, decantando algumas das poéticas surgidas no EPC. Há, desta forma, uma tomada de consciência da construção do pensamento criativo na medida que este se constrói. O corpo torna-se cada vez mais sensível ao momento em que os saberes e as experiências individuais anteriores estabelecem os diálogos poéticos⁵⁵, e esta sensibilidade reverbera também nas ações corporais.

Ao contrário de um encontro contingente, na experiência de *CeDensiRe*, o EPC tem proporcionado uma experiência inexorável e exclusiva: as dimensões poéticas atingidas não poderiam ser construídas se não pelo EPC. Além disso, há uma certa organicidade que se constrói, uma certa novidade ontológica⁵⁶ que se evidencia a cada encontro, uma certa minúcia metafísica, dando a impressão de que alguns aspectos simbólicos universais (cosmológicos) se desdobram em reconhecimentos e afetos mútuos, revelando em uma conexão profunda a partir da poética que se cria.

a) *Composição musical*

Num primeiro momento, o roteiro diagramático da *Montanha* (Figuras 15 e 16) foi utilizado para pensar a ambientação sonora da performance. Esta ambientação teria o objetivo

⁵⁵ Esta experiência poética parte do e acontece no EPC, mas sabemos que não é em todo encontro que esta alquimia ocorre. Como diz João Lucas, certamente a abertura para a criação de afetos está intimamente ligada a isso, assim como toda a complexidade e os mistérios dos encontros.

⁵⁶ DUBATTI, 2016, p.165.

de desenhar trajetos sonoros na sala de apresentação semelhantes aos trajetos das tensões musculares que percorriam meu corpo durante a performance. O percurso sonoro seguiria o mapa das tensões corporais de ascensão e evaporação em direção ao céu, com frequências agudas, ou a umidificação e condensação, em direção à terra, com frequências graves. Surgiu a ideia de ambientar a sala da performance com quatro caixas de som que, de alguma forma, pudessem criar percursos sonoros independentes entre si ao longo da performance. A partir desta ideia original foi-se aprofundando as relações entre a movimentação e a ambiência sonora, aproximando-se de uma cartografia musical, que evoluía e se modificava à medida que na pesquisa corporal também ocorriam mudanças.

O ambiente sonoro proposto por João Lucas aos poucos ajudava a construir o imaginário da performance. As ideias sonoras iniciais surgiram como um contraponto às tensões corporais criadas, como forma de permear o ambiente performativo com as tensões construídas no interior do corpo da performer. Um relevo de tensões, então, passou a ser construído ao longo da performance, em forma de roteiro diagramático, no intuito de criar uma certa dramaturgia das tensões que pudesse ser lida por João e transformada em paisagem sonora. Neste momento, o registro em vídeo com iluminação adequada foi fundamental para a escolha dos relevos corporais que fariam parte da composição coreográfica.



Figura 37 Desenho de João Lucas para a construção da sonoridade da Montanha

b) Estudos luminosos

O estudo da incidência da luz na pele durante minhas experimentações corporais foi determinante para a escolha das cenas que integrariam a *Montanha*. Na autoscopia dos estudos luminosos da *Montanha*, observei que a luz incide na pele revelando o corpo aos olhos. Eu passei a perceber meu corpo a partir da luz que insidia em minha pele. Uma luz que revelava contornos, acariciava relevos revelados em sombras, cicatrizes veladas no tempo. Se a luz fosse intensa, a sombra seria cirúrgica. A luz perpendicularava meu corpo torto, meus meandros, acariciava meus vincos, vínculos e vícios. Eu observava a *Montanha* e fantasiava sobre suas sombras. Imaginei a luz penetrando em minha pele, pelos poros, pelos e nervos do meu corpo. Infiltrada na pele, a luz atravessava meu corpo e o revelava sua estrutura interna. Corpo esfinge, desvelado pelo avesso. A luz continuou entrando, encontrou um espelho dentro e refletiu-se. Meu corpo era luz. A luz emana do corpo e o corpo torna-se pura intensidade. É a fonte e a causa da luz. É pura criação. O corpo cria, modula sua forma interna e externa, masteriza diversos saberes que são experienciados pelas porosidades luminosas de seus afetos.

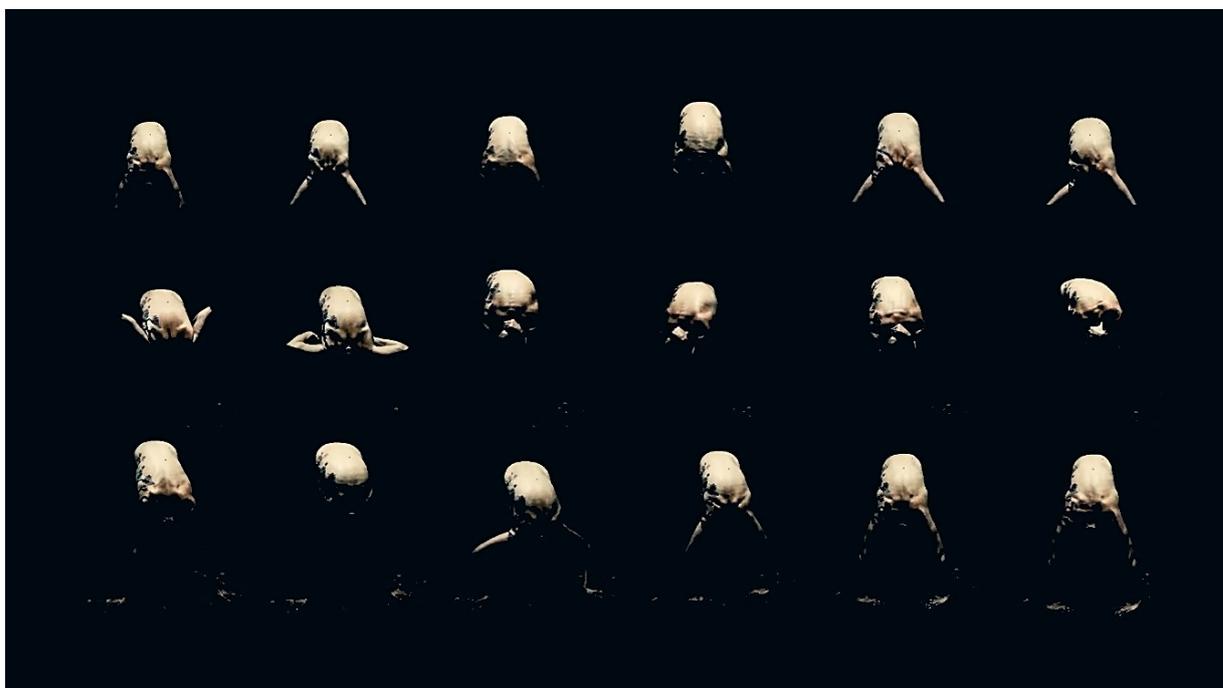


Figura 38 Estudo Luminoso da Montanha

3.5. OBSERVAÇÕES SOBRE O MAPEAMENTO DO PROCESSO CRIATIVO

Acredito que aprofundar a observação e o entendimento do meu percurso corporal a partir das demandas criativas de uma criação em dança contemporânea apontou caminhos para que eu pudesse reinventar o meu movimento, ao mesmo tempo que eu estabelecia uma estreita conexão entre minha prática e meu desejo artístico. Além da documentação do processo criativo para observações e estudos posteriores, a forma com que esta documentação se deu foi fundamental e passou a atuar como matéria prima criativa no processo artístico como um todo. A escolha da *Ideokinesis* como pano de fundo do trabalho corporal teve impacto direto do direcionamento da criação da *Montanha*, uma vez que toda a poética deste o trabalho surgiu no e a partir do meu corpo em realinhamentos e jogos de tensões específicos. Com estes registros espero contribuir nas pesquisas em dança, fomentando a promoção da autonomia na construção de um saber a partir da experiência corporal que possa ser compartilhado com outros profissionais que atuam com o movimento, seja no campo da criação e atuação artística seja no ensino do movimento enquanto consciência corporal e autopoiesis.⁵⁷

⁵⁷ Termo criado na década de 1970 pelos biólogos e filósofos chilenos Francisco Varela e Humberto Maturana para designar a capacidade dos seres vivos de produzirem a si próprios, não havendo separação entre o ser e o fazer.

O que desejo ver? O que não vejo? O que de fato faz com que eu veja? O que é destinado a ser visto. Nada mais. Tem objetos que nos deslocam. Tem encontros que nos rompem. Racham nossa experiência temporal, nos põe a deslocar, tremem nosso chão. Meu ponto zero sismográfico tremeu. Caminho. Existem mínimos que são o máximo do lugar. Reminiscências. Movimento passageiros. Meus olhos cegam-me e distanciam-me do mundo. Chegarei onde me for familiar. Onde eu for acolhida. Será este nosso encontro? Preciso de espaço. Preciso das sombras. Preciso da ausência de contornos, preciso das partes, da invenção, do inapreensível. Preciso tremer junto. Traição: penso guardar o inapreensível. Falho. Nunca chego nos lugares de minha memória. Talvez seja isso, viver a utopia do encontro. Talvez eu precise apenas sonhar. Viver de espaços e memórias evaporadas, deslocar a esmos. Quanto mais avanço, mais o lugar se evapora. O horizonte se afasta à medida que caminho em direção a ele. Quanto do espaço meus olhos podem varrer? Quantos metros quadrados meus pés já caminharam? Quantas curvas criei? Em que medida me apego ao solo? O que isso me revela? Relevos. Pelo grão de areia o mundo se manifesta, e nos relacionamos com ele.



Figura 39 Montanha - crânio

4. O AMBIENTE EM MEU CORPO DE DANÇA
construindo a corporeidade da Montanha

para sempre

"Vivendo, todo o corpo carrega seu significado e conta sua própria história, de pé, sentado, caminhando, acordado ou dormindo. Ele traz toda a vida para o rosto do filósofo e envia tudo para as pernas da dançarina. Um mundo casual enfatiza demais o rosto. A memória gosta de lembrar todo o corpo. Não são os rostos de nossos pais que voltam para nós, mas seus corpos, nas cadeiras costumeiras, comendo, costurando, fumando, fazendo todas as coisas familiares"⁵⁸

⁵⁸ "Living, the whole body carries its meaning and tells its own story, standing, sitting, walking, awake or asleep. It pulls all the life up into the face of the philosopher and sends it all down into the legs of the dancer. A casual world over-emphasizes the face. Memory likes to recall the whole body. It is not our parent's faces that come back to us, but their bodies, in the accustomed chairs, eating, sewing, smoking, doing all the familiar things" (TODD, 1937, p.1, tradução da autora).

4.1. PRIMEIRO MOVIMENTO – MINHA VIDA, MINHA DANÇA

Entender como a intensidade das experiências com o movimento permanecem em minhas memórias corporais, refletir sobre seus alicerces e produzir conhecimento que possa ser compartilhado a partir deste entendimento tornou-se essencial nesta pesquisa. Num relato retrospectivo, afloro rastros de minha história pessoal em meus movimentos e elucidado minha forma específica de assimilar, sentir e interagir com o entorno. A partir das tensões entre minhas memórias, minhas experiências e os contextos nos quais atuo, é possível tomar maior consciência de meu processo de formação e construir novas possibilidades para repensar em quais caminhos desejo prosseguir. Neste percurso, a autobiografia⁵⁹ e a auto-etnografia⁶⁰ mostraram-se ferramentas eficazes em meus propósitos. A escrita autobiográfica permitiu checar a intensidade de minha subjetividade na construção do meu pensamento e de minha produção artística. Ajudou-me a repensar questões relativas à criação em dança com uma intimidade que outro método não seria capaz, levando-me ao âmago de minhas reflexões enquanto artista-pesquisadora. O entendimento do meu lugar de fala, reavivado em meu corpo a partir de minhas memórias, ajudou a estabelecer uma relação de troca com meu entorno, contextualizando-me em relação à produção existente em dança, levando-me a compreender minha própria produção.

Revirar memórias é sempre desafiador. Uma vez li que memórias sempre carregam contrabandos afetivos. Selecionar o que persiste na névoa da experiência talvez seja uma forma relativamente fiel de recuperar uma trajetória. Situações esquecidas, que talvez tenham sido escolhidas para o serem, podem apontar os motivos pelos quais aquelas que perduraram, perduraram.

⁵⁹ [...] a história pessoal deve se tornar o trampolim para uma compreensão maior. O praticante pesquisador que se volta sobre ele mesmo não pode ficar lá. Seu discurso deve derivar em direção a outros. [...] A coleta dos dados sobre seu processo criador permite ver a parte visível de sua prática efetivamente, mas, também, ver a parte invisível, as intuições, os pensamentos, os valores, as emoções que afloram na prática artística e que nascem do relato simples aos gestos. [...] Os dados auto-etnográficos, definidos como as expressões da experiência pessoal, aspiram a ultrapassar a aventura propriamente individual do sujeito (FORTIN, 2009, p. 83-84).

⁶⁰ “Autoethnography is an approach to research and writing that seeks to describe and systematically analyze (graphy) personal experience (auto) in order to understand cultural experience (ethno) [...] A researcher uses tenets of autobiography and ethnography to do and write autoethnography. Thus, as a method, autoethnography is both process and product.” A auto-etnografia é uma abordagem de pesquisa e escrita que procura descrever e analisar sistematicamente (graficamente) a experiência pessoal, a fim de entender a experiência cultural. [...] Um pesquisador usa princípios de autobiografia e etnografia para fazer e escrever auto-etnograficamente. Assim, como método, auto-etnografia é tanto processo quanto produto (ELLIS; BOCHNER, 2011, p. 1, tradução da autora).

Hoje, memórias abandonadas são facilmente recuperadas com recursos tecnológicos nas mídias sociais. Muitas vezes o facebook se encarrega de “lembrar-me” um fato ocorrido, uma data específica, um alguém mais ou menos especial. Lembranças recuperadas cronologicamente *relocalizam* outras tantas memórias afetivas *desdatadas*, misturadas, disfarçadas. Recuperar pedaços esquecidos da minha história tem sido uma experiência gratificante, principalmente por perceber o quanto delinearam e inauguraram o que sou agora.

Nessa revisitação afetiva mais ou menos cronológica, revolvo pistas das escolhas que me representam hoje, resgato motivações que sempre me desafiaram a compreender meu corpo na dança, inclusive questionando o porquê do meu corpo estar na dança. Nas pistas encontradas, sempre esbarro em mestres e pessoas imprescindíveis com as quais convivi em algum momento desta caminhada. Minha memória visita incessantemente diversos fragmentos das minhas experiências em dança. Reflete em meus gestos dançados, como se meu corpo filtrasse e selecionasse as memórias oportunas para cada ocasião de movimento.

Escrever a partir de minhas memórias ajudam os momentos importantes e determinantes de minha formação não caírem no esquecimento. Colaboram na abertura de algumas frestas de percepção corporal, por meio das quais posso construir novas possibilidades de movimento, posso perceber o que realmente percebo em meu corpo, não seguindo ao primeiro impulso em mover-me da maneira de sempre.

Quando danço, tanto a maneira como percebo meu corpo em movimento quanto a intensidade com que me permito ser afetada por esta percepção modifica meu mover, meu dançar. Minhas imperfeições posturais denunciam meus hábitos, camuflam afetos, revelam as paisagens por onde andei ou rotas que evitei. Erros, acertos, imperfeições. E destas imperfeições rebenta minha dança. O desafio é estar atento ao novo. Abrir-se à uma experiência inédita e, ao mesmo tempo, não fazer do novo uma obrigação, uma prisão. Estar sensível e atento. Penso que este estado sensível se assemelha ao agenciamento ponderal que cada um tem de si - como se posiciona e se reelabora no mundo, como se desloca no espaço e organiza suas estruturas internas em relação às interferências que surgem no caminho, ou à uma interferência constante em nossas vidas: a ação da força de gravidade sobre nós. Entregar-se, resistir para entregar-se novamente, num fluxo constante. Como me deixo levar pelo fluxo do movimento?

*“Para cada pensamento apoiado pelo sentir,
há uma mudança muscular”⁶¹”*

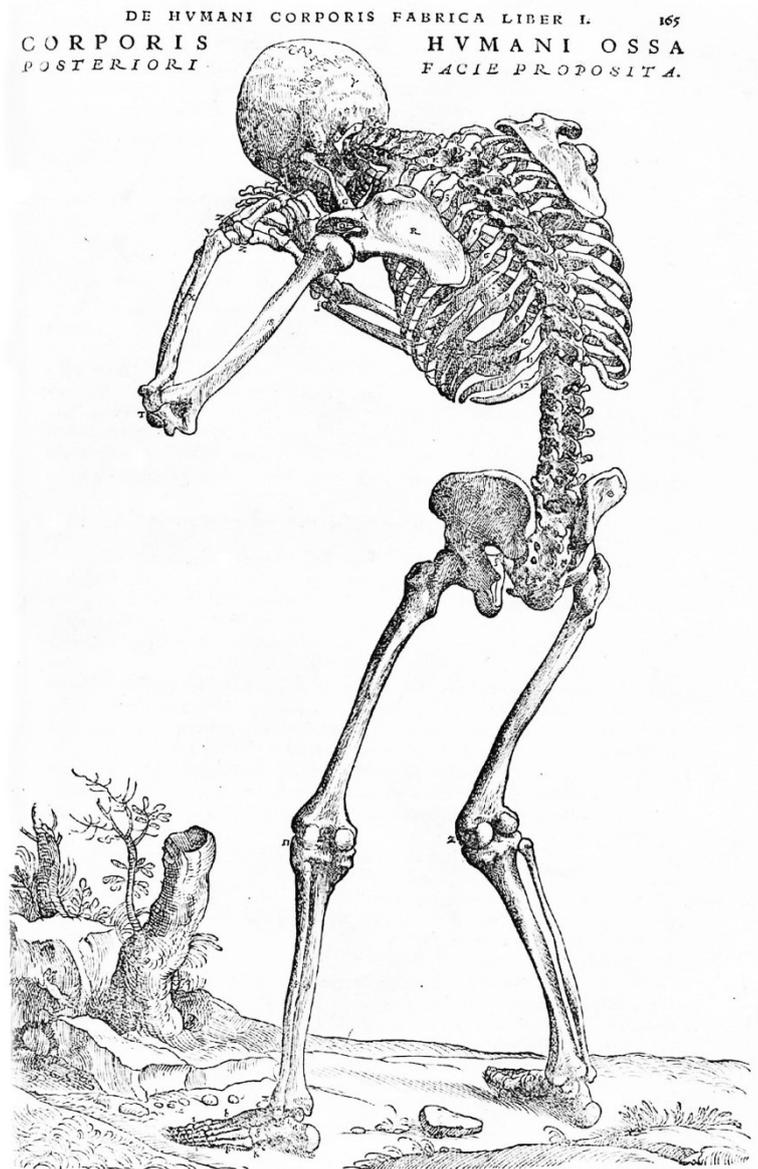


Figura 40 Corporis Humani Ossa - Posteriori Facie Proposita.
VERALIUS, 1543, p. 165

⁶¹ *“For every thought supported by feeling there is a muscle change”* (TODD, 1937, p.1, tradução da autora).

*caminho. meu corpo
é o próprio atravessamento.
comportamento temporal.*

*sou também vários corpos,
com órgãos, sem órgãos.
convergência e consistência.
intensidades e metamorfose.*

*o corpo e o atravessamento
a atitude e o formar
o formar e a forma.*

*experimento minha fronteira
para ampliar meu entre.
depois que escolhi pensar-me
sobre a terra e sob o céu,
como manter-me fiel à terra?*

*escrevo. caminho.
caminhar é apressar-se lentamente.
é destino.
não quero chegar, apenas atravessar.
escrever é cartografar regiões ainda por virem.*

4.2. SEGUNDO MOVIMENTO – RELATO UTO-BIO-ETNOGRÁFICO

Desde criança percebo o mundo pelo o movimento. Aprendi muito contemplando o movimento das mãos de meu pai, em seu ofício de projetista mecânico. Suas mãos decidiam sobre as réguas, as retas e as curvas. As canetas, ah, as canetas! Até hoje procuro canetas que me proporcionem nuances. Na época não entendia por que escolher entre uma caneta 0.04 ou uma 0.05. As mãos do meu pai sabiam. Nem muita força, nem pouca. Isso se quisesse terminar o desenho e ainda ter canetas. A inclinação da mesa, a distância do corpo, o lugar do olhar, a pressão exata das mãos, o cigarro. Sem saber, meu pai me preparava para compreender o mundo com o corpo.



*Figura 41 Marca-livro marca vidas.
Minha primeira foto, nos braços de meu pai, utilizada como marcador de livros.*

Nos desenhos de meu pai, projetos de prensas hidráulicas⁶², tudo devia estar pertinente. A força empregada pela máquina era muita, qualquer desajuste poderia comprometer toda a estrutura. No desenho, linhas retas e curvas trabalhavam para transferir a pressão certa, ao ponto certo, sem desperdício de energia. A energia excedente iria para algum lugar. O que fazer com esse excedente? Caso fosse em demasia, um outro projeto seria necessário, pois alguma coisa estaria desacertada. Penso que estes talvez tenham sido meus aprendizados basilares: pressionar a caneta com a força justa, organizar as linhas e as curvas para o resultado ser eficiente, cuidar do excedente e, principalmente, continuar com a caneta ileso para outros desenhos. Achei, naquela época, que esse cuidado com a caneta poderia servir para outros movimentos. Assim, a tudo o que movia meu olhar indagava sobre possíveis linhas retas e curvas em seu interior, sobre a espessura do traçado, o desperdício de energia e sobre o cuidado com a caneta. Um movimento chamava-me mais a atenção que outros: o movimento das pessoas. Eram canetas diferenciadas, mais misteriosas. Muitas vezes meu encantamento com esse mover-pessoa era tanto que eu abandonava essas linhas e curvas todas. Em especial quando enredada em meu próprio mover. Disseram-me que o que eu gostava era de dança.

Comecei a estudar dança aos nove anos de idade por recomendação médica. Na ocasião eu estava muito acima do peso considerado "normal" para minha idade e a expectativa era que a dança ajudasse a compensar esta questão. Pensei logo que a dança poderia equilibrar meu esforço e preservar meu corpo. Em minha primeira aula de dança pensei que encontraria caminhos para meu corpo traçar no espaço, como as canetas de meu pai que percorriam o papel. Na sala de dança, havia pouca variedade de espessuras nas canetas. Eu era a mais espessa. Pareceu-me, naquele momento, que na dança as canetas deveriam todas ser da mesma espessura. Assim, desde meu primeiro contato com a dança, a relação com meu corpo se deu pelo peso: um problema que precisava ser resolvido.

⁶² A prensa hidráulica é uma máquina mecânica utilizada para a elevação ou para comprimir itens grandes. Considerada uma das máquinas mais importantes da revolução industrial, sua força é gerada através da utilização de sistemas hidráulicos para aumentar a potência a um padrão de nível mecânico. A prensa hidráulica funciona graças ao Princípio de Pascal, que diz que a pressão de um fluido dentro de um sistema fechado é constante e, ao aplicar força em determinado ponto concentrado, a pressão é transmitida igualmente em todas as direções, de maneira proporcional.

Carreguei esta questão comigo pelos anos de estudo na academia de dança do meu bairro e, posteriormente, para o curso de graduação em dança na UNICAMP, em 1999. Na graduação entendi que meu peso não era uma questão a ser resolvida, mas uma experiência a ser vivenciada. Canetas de todas as espessuras eram possíveis. Necessárias! Minha relação afetiva com o peso, de certa forma, direcionou meu olhar para o movimento corporal. Foi o início de meu caminho artístico e pedagógico na dança.

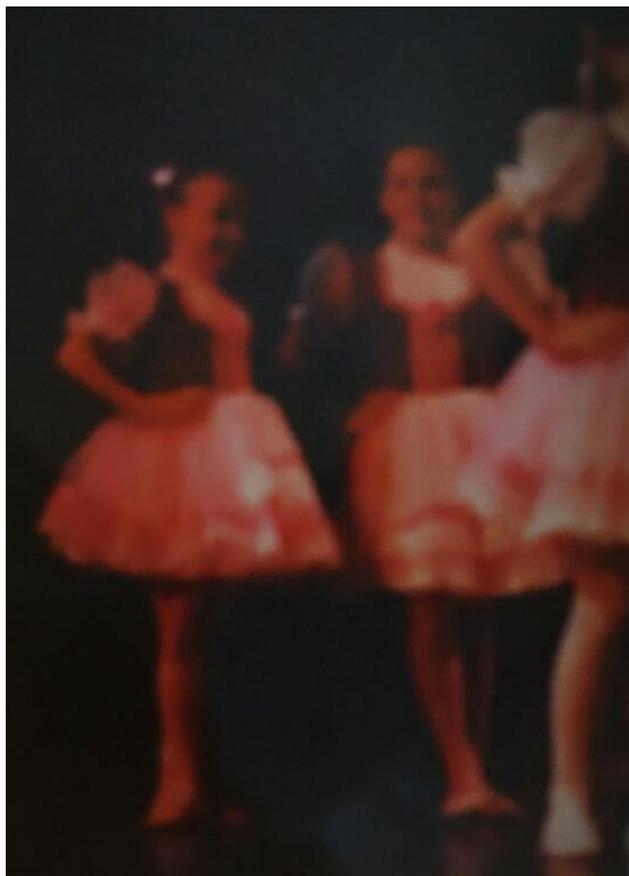


Figura 42 Minha primeira apresentação de dança, em 1987, Jundiaí-SP. Da esquerda para a direita, Marina, minha irmã caçula, e eu.

Volto a lembrança de minha primeira aula de dança. Estava de collant, agasalho e sapatilhas. Não tinha meias-calças. Na verdade, percebi que não as tinha quando olhei para as futuras colegas, e todas as pernas estavam cobertas por meias-calças. Senti-me um pouco vulnerável, mas fui mesmo assim. Entrei na sala, posicionei-me imitando as outras alunas que ali estavam: enfileiradas, mão direita na barra. Era uma aula de ballet, mas naquela época isso não tinha importância: era minha primeira aula de dança. Segurei na barra, *plié*. Eu tinha que controlar o meu corpo na vertical, minha velocidade, meu esforço. Prestar atenção para manter a posição aberta dos pés. Desci, subi. Os braços das novas colegas se abriram, os meus em

seguida o fizeram. Eu podia prestar atenção em mim e ficar atenta às colegas ao mesmo tempo. Eu podia dançar.

Aquela dança foi muito diferente da que dançava com minhas colegas do bairro. Na rua de casa, a garota mais popular - devido aos seios e cabelos fartos - inventava os 'passos' e nós, o grupo, a imitávamos. Parece-me agora que não era tão diferente assim... Na aula de ballet, acabei dançando pouco para meus padrões de dança da época. Mas percebi que eu podia controlar e dosar meus movimentos. De alguma forma, entendi que a dança poderia aparecer enquanto eu me relacionava com minhas possibilidades corporais.

A cada dia percebia melhor meu corpo e brincava com as possibilidades do meu esforço. Era quase matemático: esforço diferente, sensação diferente, movimento diferente. Era um grande laboratório. Um parque de diversões.

Gostava de chegar mais cedo para assistir as crianças mais velhas nas aulas de dança. Era incrível o quanto elas dominavam o próprio corpo. Eram tão magras... Seria este o segredo? Ficava ali assistindo, como se analisando o mapa do tesouro, procurando pistas de como empregar meus próprios esforços. O fascínio pela observação do movimento me acompanhava desde aquela época.

Quando participava de festivais de dança, corria para assistir aos ensaios dos grupos concorrentes, prestava atenção em como usavam seus corpos, como combinavam os movimentos, o que diferenciava aquela bailarina tão especial. Uma bailarina que nem era tão magra ganhou o primeiro lugar do festival. Ela propunha traçados que só um corpo com algumas curvinhas poderia expressar. Gostei. Desde então o que era prescrição médica tornou-se uma prática diária em toda minha adolescência, preservando-se até a época do vestibular. Entrei na graduação em dança⁶³!

⁶³ Cursei a Graduação em Dança na Universidade Estadual de Campinas, entre 1999 e 2002.

4.3. TERCEIRO MOVIMENTO – GRADUAÇÃO E *IDEOKINESIS*

Desde 1999, ano em que entrei na graduação em Dança, tive a oportunidade de olhar para meu corpo como um verdadeiro templo de percepções. Tudo parecia ser possível. Quanto mais consciência eu adquiria em meu mover mais meu olhar a outros movimentos se aguçava. Este novo status vinha carregado de novas sensações, de novos desejos, de inquietações que me impulsionavam a querer experienciar cada vez mais. Minhas descobertas eram vivenciadas em forma de laboratório e improviso e muitas vezes tornavam-se performances cênicas. Depois viravam anotações, viravam exercícios de dança em minhas aulas, viravam coreografias, viravam performances. Reviravam toda a minha percepção e modificavam minhas estratégias de movimento e de ensino. Ao mesmo tempo, o desenvolvimento destas estratégias de pensamento-corpo foram formando, naturalmente, um repertório de exercícios e uma metodologia de ensino do movimento.

Um marco importante em minha graduação foi ter participado do grupo de pesquisa em movimento chamado Dançaberta, dirigido por Júlia Ziviani⁶⁴, no Departamento de Artes Corporais da UNICAMP, (DACO). Neste grupo eram desenvolvidas pesquisas em Educação Somática⁶⁵ com ênfase em *Ideokinesis*, metodologia fundada a partir dos estudos de Mabel Todd⁶⁶, com continuidade no trabalho de Lulu Sweigard, uma de suas principais discípulas.

Desde minha primeira participação no Dançaberta comecei a fazer uso de um diário no qual eu escrevia e pontuava as percepções e descobertas do dia, como ecoavam nas outras disciplinas práticas e no meu fazer artístico.

⁶⁴ Júlia Ziviani Vitiello é professora Titular pelo Departamento de Artes Corporais do Instituto de Artes - UNICAMP,, atua na graduação do curso de Artes Corporais e no Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena. Coordena há dezesseis anos o grupo de pesquisa em dança e educação somática Dançaberta - UNICAMP,. Possui graduação em Bachelor of Arts - New York University (1990), mestrado em Master Of The Fine Arts Dance - New York University (1991) e doutorado em Educação pela Universidade Estadual de Campinas (2004).

⁶⁵ A Educação Somática é um campo teórico e prático que se interessa pela relação consciência e aprendizado a partir da experiência, a partir do corpo e de seu movimento (BOLSANELLO, 2016). O principal é o como se aprende, e não apenas sobre o que se aprende. Um dos objetivos da Educação Somática é levar o aluno a tomar contato com os aspectos subjetivos de seu corpo, explorando-o criativamente, percebendo suas ações, emoções e atitudes corporais como referência primordial em seu aprendizado. Com a prática regular dos exercícios propostos, a pessoa torna-se mais atenta a seus próprios movimentos, gestos e posturas cotidianas, tornando-se capaz de reconhecer quais geram desconforto, podendo então evitá-los ou contorná-los.

⁶⁶ Mabel Elsworth Todd (1880 - 1956) foi a fundadora do que posteriormente viria a ser conhecido como *Ideokinesis*, que será aprofundada no item 2.4.

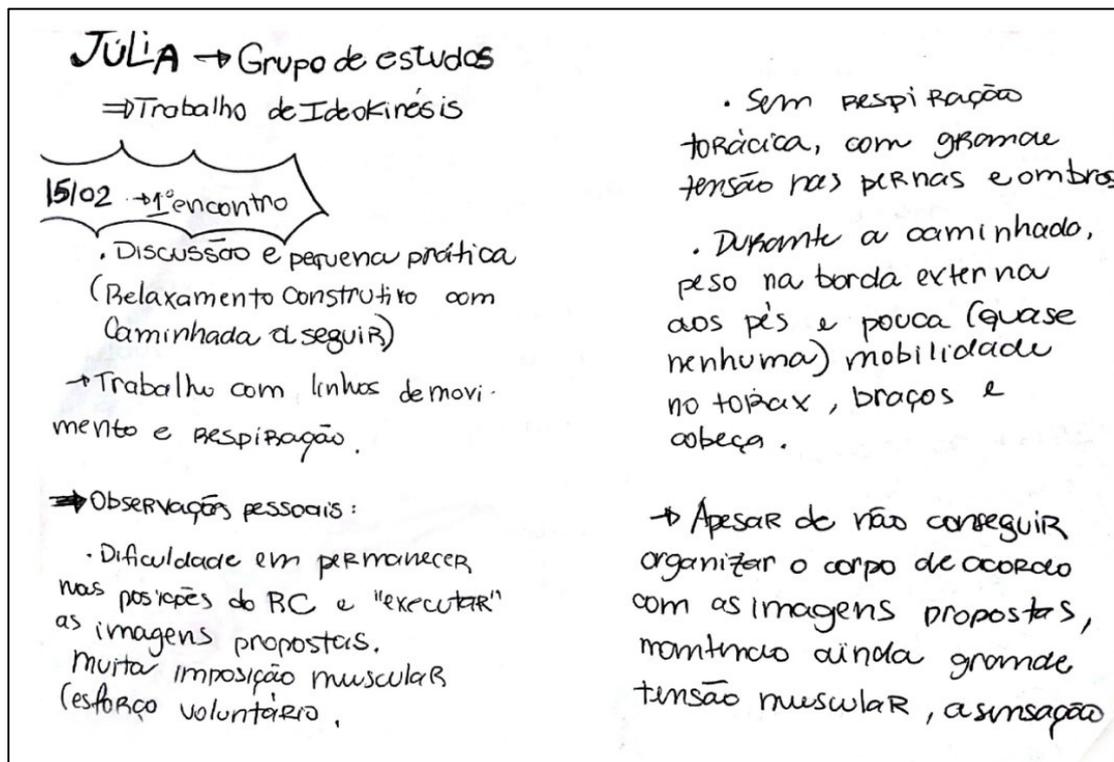


Figura 43 Página de diário, ano 2000.

O uso de um diário em todo o processo de aprendizagem foi de fundamental importância. Nele estavam registradas as experiências mais significativas que, aos poucos, decantavam em meu corpo. Meu diário de aulas era uma espécie de cartografia sensível na qual eu mapeava como o movimento acontecia em meu corpo. Feito o mapeamento, eu divagava sobre as rotas possíveis neste mapa sensível. Minhas notas no diário condensavam a cada dia meu interesse nas tensões corporais geradas a partir das diferentes relações com a gravidade. Meu olhar tornava-se aos poucos um radar de nuances de tensões corporais tanto em mim quanto nos corpos que eu observava.

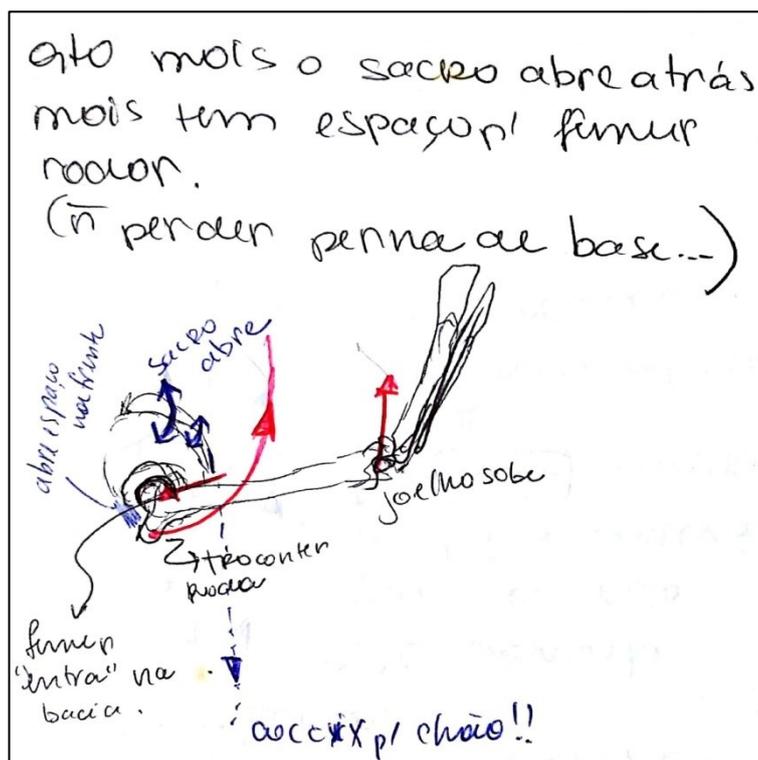


Figura 44 Página de diário, ano 2000.

O prazer pela observação, herança do convívio com meu pai em seu ofício, continuou forte na Universidade. Sempre que podia, assistia às aulas das turmas mais adiantadas. Gostava de observar os alunos tentando realizar os movimentos propostos, inferindo possibilidades, escolhendo ações mais eficientes. Estas observações formavam o escopo das possibilidades que eu experimentava em meu próprio corpo nos laboratórios no DACO. Depois de cumprir as disciplinas do dia, marcava uma sala-laboratório para testar as possibilidades observadas e outras tantas imaginadas. Tentava achar soluções mais eficientes, mas também gostava de experimentar as menos eficientes para entender, corporalmente, porque elas não funcionavam.

Muitos questionamentos ficavam sem resposta. Outros, ao longo dos anos, eram mais ou menos solucionados com minhas pesquisas e experiências próprias. Sempre ficava a pergunta em relação ao movimento: de onde vem? para onde vai? por onde passa? qual o seu rastro? Essas quatro perguntas básicas sempre estiveram comigo nas observações. A cada dia, novas observações, novas explorações, novas possibilidades para o mesmo movimento.

Da mesma forma que eu aprendia muito observando outros corpos, passei a observar meu próprio corpo. Na Universidade eu experimentava movimentos por horas, registrava em

VHS⁶⁷ e, logo depois, assistia. Tornei-me bolsista do DACO, o que facilitou muito esta prática, pois eu ficava no departamento todos os dias até mais tarde e aproveitava para exercitar meus experimentos corporais. Gostava de assisti-los logo depois do experimento pois a sensação do movimento ainda era muito presente e, assim, eu podia associar as sensações às formas que eu observava e desejava desenvolver.

Elaborei uma metodologia para observar meus avanços, pois naquela época eu não pensava em metodologia. Ao assistir vídeos dos improvisos e estudos, escolhia o que me agradava mais, assistia mais algumas vezes alguns trechos selecionados e tornava a fazer uma nova experimentação prática a partir desta primeira triagem. Essa metodologia continuava por um tempo até que alguns padrões de movimentos se estabeleciam e então eu elaborava uma coreografia com eles. Para potencializar meu desempenho nas coreografias, aplicava os conhecimentos em *Ideokinesis* em minha forma de pensar os movimentos⁶⁸.

Em termos de processo criativo, mesmo depois de elaboradas as coreografias eu continuava usando o recurso do vídeo como ferramenta de estudo⁶⁹. Observava minha performance, melhorava algumas amplitudes, mudava a ordem da sequência coreográfica, unia coreografias distintas em uma única performance... Mesmo sem muita consciência, eu já estava estabelecendo um caminho para a pesquisa do movimento que uso até hoje, analisando e reeditando vídeos⁷⁰. Desta forma meu olhar tornou-se cada vez mais treinado para perceber padrões mais ou menos eficientes em meu próprio movimento.

Nos anos de graduação que seguiram, minhas práticas pessoais com a *Ideokinesis* abriram um universo de pesquisa das nuances de tensões corporais internas que ensejaram mudanças significativas em meu corpo, em meus padrões de movimento, em minha postura, no apoio de meus pés no chão. Lembro de ter que comprar sapatos novos, pois os antigos estavam com o solado gasto com um padrão de marcha que já não era mais o meu, gerando muito desconforto - antes, meus maléolos ficavam caídos para fora, desalinhando meus tornozelos.

⁶⁷ VHS - Video Home System (ou "Sistema Doméstico de Vídeo", em português) - é um padrão comercial para consumidores de gravação analógica em **fitas** de videoteipe desenvolvido na década de 70.

⁶⁸ Na graduação havia um evento mensal, chamado Unidança, uma mostra dos trabalhos de dança dos alunos do DACO. Então, mensalmente, eu dançava ao menos uma coreografia de minha autoria neste evento, o que me colocava em constante experiência de como aplicar a *Ideokinesis* em meus movimentos de dança. Sem sombras de dúvidas, o Unidança teve importância ímpar em minha formação.

⁶⁹ O estudo de imagens videográficas para estudo ca-se autoscopia. No capítulo *Encadeamentos criativos sobre a experiência da Montanha: mapeando o processo criativo*, discorro sobre como utilizo este recurso até hoje.

⁷⁰ Esta forma de pesquisa de movimento em processo criativo está detalhada no Capítulo 2, *Encadeamentos Criativos na Experiência da Montanha*,

Desde então a possibilidade de utilizar imagens e modulações corporais internas como potência criativa e como organização corporal começaram a instigar-me bastante.

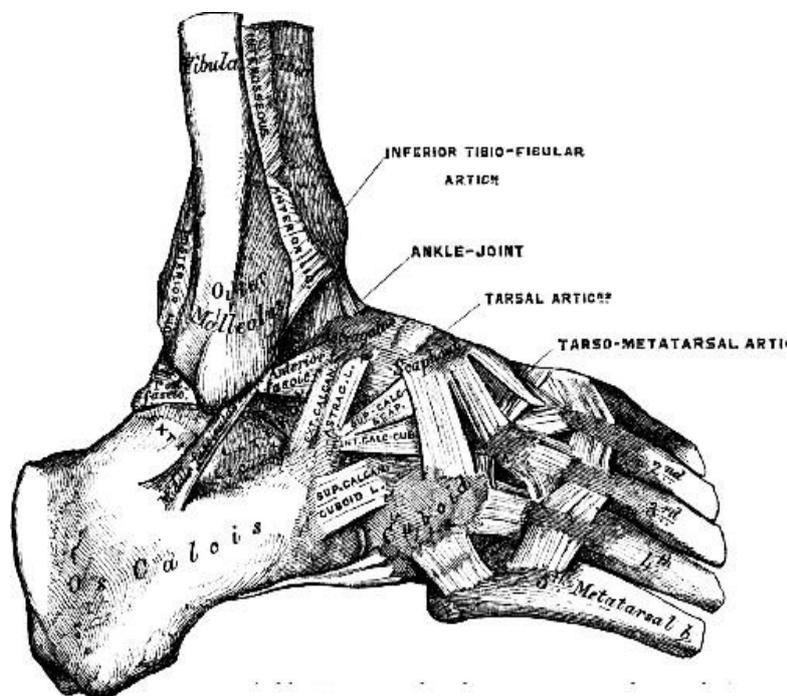


Figura 45 Articulação do tornozelo, visão externa, lado direito (maléolo externo). Ilustração de Henry Carter. Fonte GRAY, 2011, p. 552.

Minha experiência na graduação e meu encantamento com a *Ideokinesis* estão imbricados em meu modo de pensar o movimento. Certamente possibilitaram minhas escolhas e preferências atuais, dentre as quais destaco o contato com a pesquisa de Hubert Godard⁷¹ em 2011⁷². Godard, desenvolve uma teoria e uma prática de movimento que ainda hoje faz muito sentido para minhas reflexões a partir da experiência com a *Ideokinesis*. Ele traz uma perspectiva do movimento que abarca múltiplas vertentes de análise como filosofia, neurofisiologia, análise fisiológica, reabilitação e terapia física, além de publicar estudos a partir de conceitos de biomecânica, fisiologia e fenomenologia, tudo isso num esforço para

⁷¹ Hubert Godard é ex-bailarino, rolfista, pesquisador e diretor do departamento de dança da Universidade de Paris VIII (França), responsável pela formação em Análise Funcional do Movimento do Centre National de La Danse, FR. Realizou pesquisas nos campos da readaptação funcional, da biomecânica e sobre a função do sistema nervoso na motricidade. Foi responsável (1988 - 1994) pelo curso de formação para especialização em análise do movimento (Análise Funcional do Corpo no Movimento da Dança/AFCMD) no Centro Nacional de Dança em Paris, CND. Co-diretor do Centro Metis – International Center for Research and Therapy em Milão.

⁷² Em 2011, na cidade de Goiânia, eu e alguns artistas e pesquisadores do movimento nos unimos para pensarmos possibilidades criativas a partir do estudo das estruturas corporais. Este encontro resultou na criação do espetáculo *Madam*, premiado pela Lei municipal de Incentivo à Cultura da Cidade de Goiânia de 2012, no qual tive a oportunidade de performar com Adriano Bittar e Nilo Santana. Mais informações no blog: <http://corposedificadosneka.blogspot.com.br/>.

entendermos melhor a educação pelo movimento. Godard (2011) parte do pressuposto que nossa relação com a gravidade vai além do alinhamento das estruturas e, justamente por isso, as experiências subjetivas, afetivas e psicológicas não poderiam ser desconsideradas em trabalhos de análise ou ensino do movimento.

Godard (1994, 2001), em consonância com Todd (1937) e Sweigard (1974), ressalta que a maneira como cada indivíduo percebe a gravidade tem impacto direto sobre a qualidade expressiva de seu movimento. Como já evidenciava Laban,⁷³ a partir da relação com a gravidade somos capazes de perceber inúmeras nuances expressivas em cada gesto. Nesta perspectiva, mudar minha relação com a gravidade poderia ocasionar novas experiências expressivas, novas organizações corporais.

Mudanças na organização corporal pressupõem mudanças na percepção do movimento⁷⁴. No exato momento que antecede cada movimento há uma pré-organização corporal para possibilitar sua realização que Godard (2001) chama de *pré-movimento*. A *função tônica*⁷⁵ seria responsável por controlar esta organização e a *Ideokinesis* poderia contribuir muito na modulação da *função tônica*. Esta foi a premissa para as construções poéticas do trabalho artístico *Cerrado Densidade Ressonância (CeDensiRe)*⁷⁶, do qual a performance *Montanha* faz parte. Em *Montanha* inverteo minha relação usual com a gravidade ao posicionar-me de cabeça para baixo. Nesta posição, a coluna vertebral é percebida pela perspectiva das micro tensões internas geradas a partir de duas direções opostas, uma para a terra e outra para o céu. Controlar ou ceder à ação da gravidade foram os dois polos desta articulação poética. Risco e equilíbrio,

⁷³ Na década de 1920, Laban (1879, 1958), um dos principais pensadores do movimento do século XX, apontava do peso do corpo e do seu deslocamento no espaço como o ponto de partida em suas reflexões sobre o movimento. Para Laban, como cada pessoa gerencia e organiza seu corpo ao mover está impregnado de sua história pessoal, o que lhe resulta numa organização corporal única e, conseqüentemente, em uma forma de mover única. Esta organização interna individual seria dependente de uma certa “atitude interior” que daria a qualidade do movimento expresso. Laban chamou esta atitude individual de *assinatura corporal* (SUQUET, 2008).

⁷⁴ Posso afirmar esta premissa a partir de minha experiência pessoal. Depois que passei a dar atenção aos meus hábitos posturais, muitas mudanças qualitativas em meus movimentos foram possíveis.

⁷⁵ A *função tônica* é o conjunto das ações coordenadas entre o sistema nervoso, muscular e esquelético que nos mantém em pé e opera - em grande parte - num nível subcortical, escapando à nossa consciência e vontade. Quando estamos em pé, a *função tônica* é experienciada principalmente a partir da coluna vertebral, sempre em dois sentidos opostos ao mesmo tempo (NEWTON, 1995).

⁷⁶ *Cerrado Densidade Ressonância* é uma performance artística em processo de criação que surgiu a partir da disciplina *Laboratório de Criação em Artes Cênicas*, ministrada pelo Prof. Dr. Marcos Mota, oferecida aos alunos do Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas da UnB no primeiro semestre de 2017. Mais informações sobre o processo criativo de *Cerrado Densidade Ressonância* estão disponíveis em ericabiancobearlz.blogspot.com.

render-se ao peso, morrer e voltar a viver. Uma modulação tensional continuamente ajustada pela *função tônica*. A gravidade teve grande *peso*⁷⁷ na construção da *Montanha*.



Figura 46 Fotomontagem para Montanha. Estudo da sensação das forças de oposição nas com desenhos feitos com minha mão esquerda (não-dominante).

⁷⁷ Além do jogo de palavras, aqui o peso não é apenas deslocado: desloca, constrói, simboliza a partir de sua própria sensação. Reconhecer a importância do peso como uma possibilidade poética em potencial foi uma das grandes descobertas da dança contemporânea (LOUPE, 2010).

as relações se constroem das tensões e precisam de tempo. caminho. meu corpo, uma sensação exata. caminho. silêncio. quanto mais para fora eu vou, mais para dentro eu venho. o tempo desta caminhada não se vincula à duração. a duração é longitudinal. caminho. amanhece. no amanhecer o mundo cochicha. caminho. arrepio cósmico. não há excessos numa caminhada

4.4. QUARTO MOVIMENTO – IDEOKINESIS E MINHA PERCEPÇÃO DO MOVER

Embora não seja o objetivo desta pesquisa o aprofundamento do conceito de *Ideokinesis*, de sua história ou aplicações práticas, não tem como realçar a importância da experiência da *Ideokinesis* em meu trabalho sem contar minimamente a história de seus fundadores. No entanto, desde já quero deixar claro que a *Ideokinesis* só faz sentido quando experienciada na prática. Não há como apreender ou entender a potência desse trabalho apenas lendo ou estudando suas teorias em livros, mas é claro que o estudo aprofundado concomitante à prática permite se chegar a uma sensibilidade muito peculiar, específica e profunda que, no caso da produção artística desta pesquisa, fez toda a diferença na poética alcançada.

Minha primeira experiência com a *Ideokinesis* foi por meio do Relaxamento Construtivo (RC). A posição do RC consiste em você deitar-se em decúbito dorsal, com joelhos flexionados, braços relaxados no corpo. Para garantir o conforto na posição e reduzir ao máximo os movimentos voluntários, coloca-se um pequeno apoio sobre o metatarso - que ajuda a aliviar a articulação do quadril - e sobre o crânio - ajudando o alinhamento do pescoço. Usamos corda ou tira em volta dos joelhos, para não haver nenhum trabalho muscular nas pernas durante o exercício. Os joelhos flexionados também ajudam a aliviar tensões na lombar, evitando sua hiperextensão no caso das pernas permanecerem estendidas no chão.

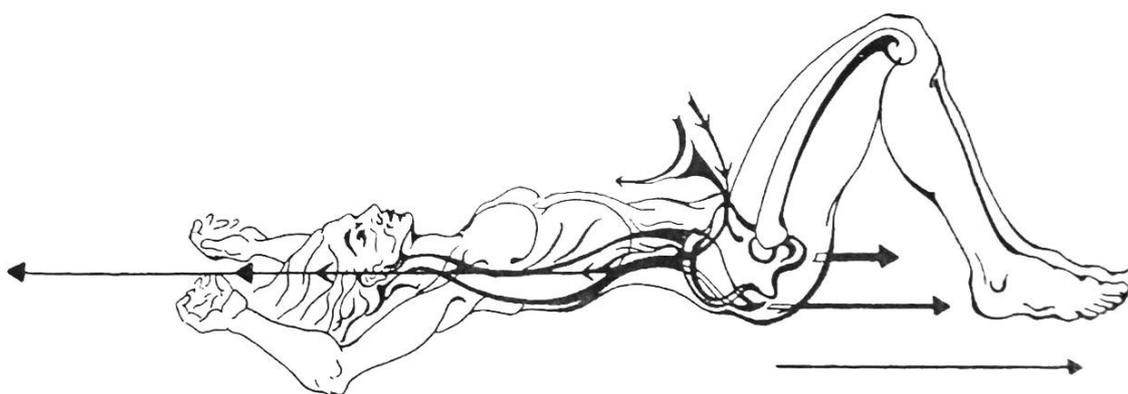


Figura 47 Relaxamento Construtivo (RC).

Deitando na posição do RC, visualizando a coluna alongando para cima em oposição ao sacro, que projeta em direção aos calcanhares. O eixo axial está crescendo entre as orelhas e para cima do topo da cabeça, a cavidade abdominal afundando em direção à frente da coluna vertebral. Fonte: DOWD, 2014, p. 9.

A *Ideokinesis* é um método que traz a possibilidade de o movimento humano ser desenvolvido em sua plenitude, assim como a manutenção do desenvolvimento alcançado. O potencial máximo do movimento do ser humano estaria relacionado à sua máxima eficácia e eficiência com o mínimo gasto de energia em sua realização. Este método oferece uma forma criativa de usar a imaginação e processos mentais, por meio de imagens estruturadas de uma forma específica que, pela continuidade de seu exercício, promovem a melhora do alinhamento corporal, da postura, dos movimentos e de sua fluência, pautas essenciais para a dança. Mabel Todd foi pioneira nesta metodologia e sua aluna, Lulu Sweigard, ajudou muito na disseminação deste método científico.

As ideias de Todd envolviam o uso de imagens visuais criativas, baseadas na anatomia humana e na intenção conscientemente relaxada de criar uma refinada coordenação neuromuscular. O trabalho de Todd foi publicado em seu livro *The Thinking Body* (1937), que agora é considerado pelas escolas de dança modernas como um estudo clássico da fisiologia e da psicologia do movimento. Após o contato com os ensinamentos de Todd, Sweigard alterou radicalmente sua carreira acadêmica. Seu objetivo passou a ser validar a abordagem de Todd, documentar mudanças na postura que ocorreram através do pensamento da imaginação sem qualquer esforço muscular voluntário. Os resultados destes estudos foram publicados no livro *Human Movement Potential: Its Ideokinetic Facilitation*, em 1974. Neste trabalho, Sweigard apresenta aspectos importantes da cinesiologia, discute o funcionamento do sistema nervoso no controle da postura e apresenta uma descrição completa de suas práticas de pesquisa e ensino. Este livro apresentou o termo *Ideokinesis* como o termo definitivo para esta abordagem do movimento.

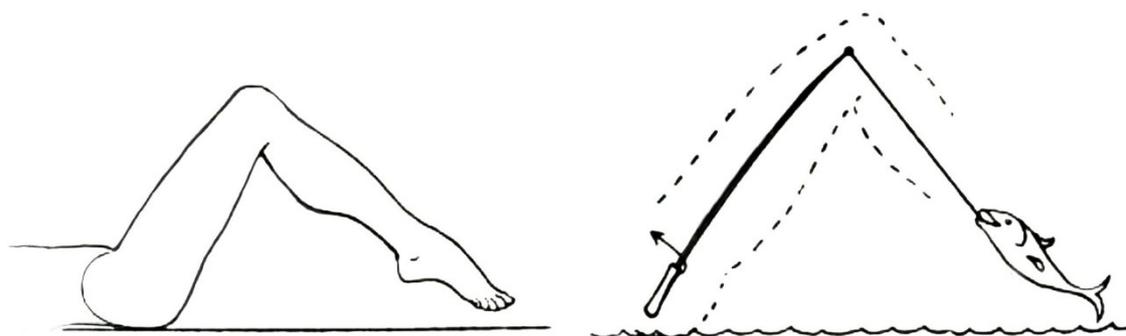


Figura 48 Exemplo de imagem utilizada em Ideokinesis. Esta imagem ajuda a trazer o controle do movimento da coxa para perto da pélvis. Fonte: SWEIGARD, 1974, p. 290.

A primeira geração de alunos que se influenciaram fortemente pelas ideias de Mabel Todd foram Lulu Sweigard, Bárbara Clark, Pamela Matt, Irene Dowd, Nancy Topf e, um dos mais importantes, Andre Bernard⁷⁸.

Mabel Todd (1874-1956) viveu e lecionou contemporaneamente a Frederick Matthias Alexander (1869-1955) E foi de uma geração anterior a Moshe Feldenkrais (1904-1984). Sem grande surpresa podemos encontrar muitos Paralelos entre seus métodos que relacionam a mente e o corpo. Em todos o que motivou a pesquisa inicial do corpo humano foi a necessidade de resolver um problema pessoal por si mesmos. Todos começaram a observar suas próprias ações com muita atenção e curiosidade e, mesmo depois de solucionar os seus problemas, não pararam a investigação. Podemos dizer que o aspecto principal deste tipo de investigação é que ela muda também o investigador. Hábitos que nos tornamos cientes não são mais inconscientes e, assim, podemos mudá-los (BERNARD, STEINMÜLLER e STRICKER, 2006, p. viii, tradução da autora)⁷⁹.

Segundo Bernard (2006), *Ideokinesis* é uma disciplina que emprega o uso de imagens para melhorar padrões musculares. As imagens utilizadas estariam sempre inscritas no tempo presente para enfatizar que elas estão acontecendo no momento, e não visam uma finalização ou um ponto de chegada. A palavra *Ideokinesis* tem sido relacionada a termos como educação neuromuscular, educação psicofísica, educação psicofisiológica, educação psicomotora, educação Ideomotora, higiene estrutural, mecânica corporal, treinamento *psicofilosófico*. É uma das técnicas mais antigas de treinamento a partir da relação entre mente e o corpo, e depende inteiramente da intenção e do desejo do aprendiz. Andre Bernard afirmou em um de seus workshops que usa um outro termo para este trabalho, que aliás faz mais sentido para mim: *fisiofilosófico*. Filosófico porque quando adentramos profundamente neste trabalho ele passa atuar como uma filosofia corporal, intervindo em como pensamos o corpo e, principalmente, em como pensamos sobre nós mesmos.

⁷⁸ Em seu livro, “*Ideokinesis- a creative approach to human movement & body alignment, 2006*”, encontramos transcrições de dois workshops completos de Andre Bernard, além de entrevistas e artigos do mesmo autor, que esclarece seu trabalho com a *Ideokinesis*.

⁷⁹ “Mabel Elsworth Todd (1874-1956) lived and worked at the same time as F. M. Alexander (1869-1955) and was a generation older than dr. Moshe Feldenkrais (1904-1984). Not surprisingly, there are remarkable parallels between these three founders of body-mind methods. First, for all three, investigating the way the human body works was motivated foremost by the need to solve a physical problem of their own. They all began by observing their own actions and reactions with great attentiveness and curiosity, but they did not stop investigating once their symptoms improved. Instead, the learning process itself inspired them to continue. The crucial aspect about this kind of learning is that it changes the learner. Habits of which we are aware are no longer unconscious habits, and so we can change them.”

4.4.1. *Ideokinesis* e o equilíbrio mecânico

A *Ideokinesis* reconhece e enfatiza a importância do design da estrutura humana para os mecanismos do mover, assim como as leis mecânicas⁸⁰ que atuam sobre toda forma em movimento, a complexa gama do trabalho muscular e os diversos aspectos e funções do sistema nervoso para o movimento humano. O primeiro fator que afeta o equilíbrio e o movimento do corpo é a gravidade. Para alcançar um estado de equilíbrio, a estrutura corporal precisa exercer uma resistência contra a gravidade. Aplicando as leis das mecânicas na estrutura humana, é possível determinar as forças de equilíbrio mais eficientes de forma que quanto mais a estrutura óssea se aproximar das leis do equilíbrio mecânico, menor será a necessidade de esforço muscular para sua manutenção.

O corpo exerce esta resistência de duas formas, através de um equilíbrio mecânico - por meio do design e estrutura do esqueleto - e através da força muscular. No corpo humano, o peso é suportado de três formas básicas: compressão, suspensão e apoio angular.

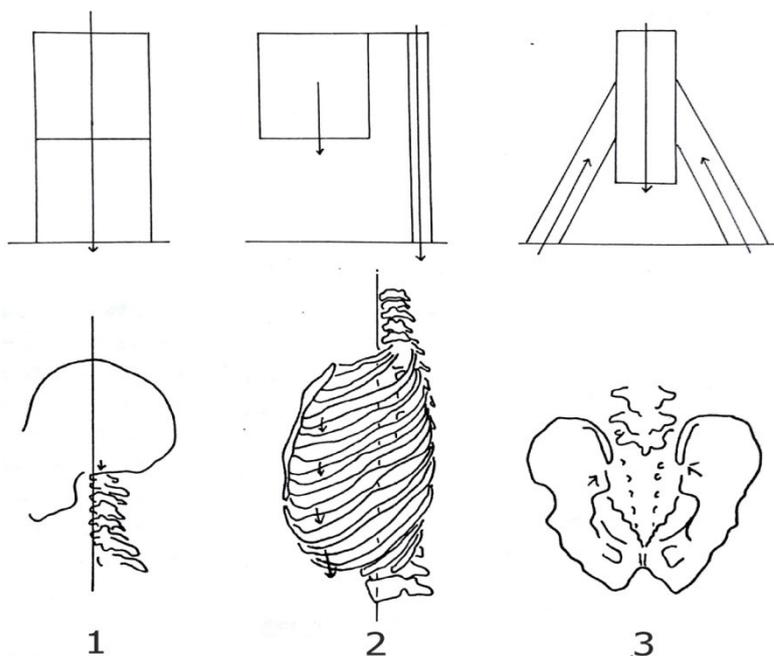


Figura 49 Formas de suporte de peso encontradas no corpo humano.
Fonte: ROLLAND, 1996, p. 20-21

⁸⁰ As leis mecânicas possibilitam e constituem a base primária para compreensão dos comportamentos estático e dinâmico dos corpos materiais. As três leis que constituem a base da mecânica foram formuladas pelo físico inglês Isaac Newton ainda no século XVII: Princípio da Inércia, Princípio da Mecânica e Princípio da Ação e Reação.

Quanto mais próximo do centro de gravidade o suporte do esqueleto estiver, menos energia será necessária para manter o equilíbrio. Em termos de alinhamento corporal, isso significa que a cabeça deve estar alinhada com a coluna vertebral, com a caixa torácica, com a pélvis, sobre as pernas e sobre os pés. As imagens trabalhadas pela *Ideokinesis* são derivadas dos conceitos de equilíbrio mecânico corporal (ROLLAND, 1996).

4.4.2. O movimento humano

Para entender como a *Ideokinesis* modifica padrões de movimento faz-se necessário definir o que seria o movimento. Mabel Todd considera o movimento como um evento neuro-musculo-esquelético. Sem o emprego desses três sistemas juntos não existe movimento voluntário. O sistema nervoso inicia e controla o movimento, estimulando os músculos para a ação: mover o esqueleto no espaço. Para um movimento ser realizado em todo seu potencial, estes três sistemas – nervoso, muscular e esquelético - devem operar em harmonia e equilíbrio. Quem controla e coordena todo movimento é o sistema nervoso central. Podemos ter controle voluntário de alguns aspectos do movimento, mas da grande maioria não. O controle de qual coordenação será a melhor para cada movimento ou os padrões nervosos que percorrem os músculos durante a ação pretendida ficam por conta do sistema nervoso.

Andre Bernard explica de forma simples e clara este sistema no movimento: o sistema nervoso seria uma espécie de mensageiro que levaria a mensagem para os músculos. os músculos fariam o trabalho, ou seja, seriam a força, e o esqueleto, que suporta todo esse sistema, seria o que é movido. Bernard (2006), para elucidar a função das imagens neste trabalho, acrescenta ao papel do sistema nervoso a função de organização dos padrões musculares, ou seja, as “mensagens”, que realizam o movimento. No entanto o sistema nervoso organiza estes padrões musculares em um nível subcortical, ou seja, em um nível inconsciente. Caso tenha intervenção consciente neste processo, toda a harmonia do conjunto é prejudicada. Vale lembrar que o padrão muscular é um conjunto de ações musculares que realizam o movimento desejado. Fora em situações patológicas, os músculos não agem isoladamente.

O sistema nervoso ao organizar os padrões musculares está respondendo à nossa ideia de movimento. Se o movimento não é bem executado, é porque seu padrão de movimento também não está organizado, ou seja, o sistema nervoso estaria mandando uma mensagem

ineficiente para os músculos. A *Ideokinesis* pretende fazer com que nosso sistema nervoso envie a mensagem correta aos músculos. Nossa consciência fica focada no movimento e o sistema nervoso organiza os padrões musculares para responder claramente o que a gente quer fazer.

Em um de seus workshops, Andre Bernard aponta que movimentos ineficientes são resultantes de padrões musculares ineficientes e que, para melhorá-los, precisamos abrir mão dos padrões posturais que não nos servem mais. Mas não podemos comandar diretamente o que o nosso sistema nervoso faz com a musculatura. É neste ponto que entra o trabalho com as imagens proposto pela *Ideokinesis*. A função das imagens seria o de modificar a ‘mensagem’ enviada pelo sistema nervoso aos músculos. As imagens trabalham no sistema homeostático do corpo. São imagens específicas que, para cumprir sua função, devem ser sentidas e percebidas com intenção, desejo, atitude e pensamento por parte do aprendiz.

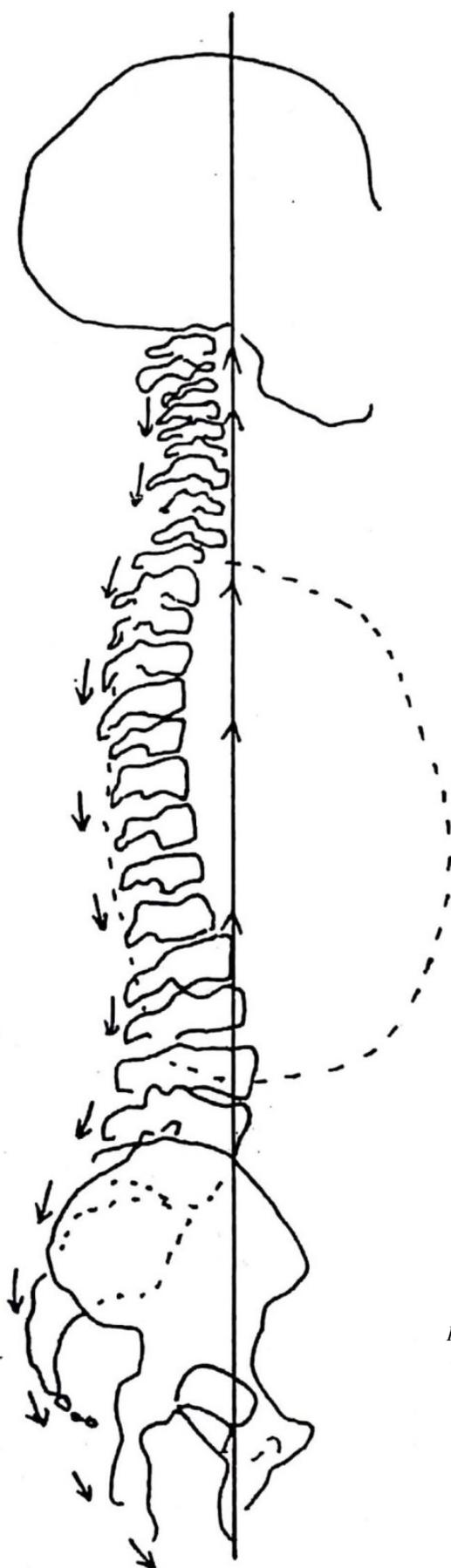


Figura 50 Imagem para equilibrar a articulação sacro-iliaca, localizada na parte de trás da pélvis. Fonte: ROLLAND, 1996, p. 51.

Veja o sacro pendendo para baixo na parte de trás da pélvis. Observe a ação fluindo para a frente através de sua curva até a linha do eixo um pouco abaixo do encaixe do fêmur na bacia. Veja os ossos do fêmur apoiando o peso da coluna em linha com o eixo. Siga o suporte dos fêmures para cima ao longo do axis até o centro do crânio (côndilos occipitais)⁸¹.

⁸¹ "See the sacrum hanging downwards in the back of the pelvis. Watch the action flowing forwards through its curve to the axis line somewhat below the femur sockets. See the femur bones supporting the weight of the spine in line with the axis. Follow the support from the femurs upwards along the axis to the center of the skull (occipital condyles)" (ROLLAND, 1996, P. 51, tradução da autora).

4.4.3. Padrão postural

Um dos primeiros padrões musculares que a *Ideokinesis* trabalha é o padrão postural, uma forma específica do alinhamento do esqueleto. Segundo Todd (1937) e Sweigard (1974), cada indivíduo teria o seu padrão postural, formado a partir do alinhamento constante e persistente que mantemos em relação ao nosso centro de gravidade na posição em pé, com os pés paralelos. Essa posição difere da posição anatômica, na qual os braços estão com as palmas voltadas para cima. Sweigard em seus estudos nos apresentou um modelo ideal de padrão postural, inspirado nos padrões de equilíbrio mecânico ideal trazidos por Todd. Segundo a autora o padrão postural ideal é aquele cujo peso está equilibrado tão perto do centro de gravidade quanto a sua estrutura permite, e o centro de gravidade está tão baixo na estrutura quanto possível na posição em pé. No padrão postural ideal, o centro axial, uma linha de força imaginária, passaria exatamente pelo seu centro gravitacional, atravessando o corpo desde o topo da cabeça e afundando perpendicularmente ao chão.

Os fisiologistas nos mostraram que o centro de gravidade no corpo humano está localizado um pouco à frente da parte superior do sacro. Essa linha de força imaginária passa pelo centro gravitacional do corpo humano e todo o equilíbrio corporal será feito a partir da relação com esta linha. A imagem da linha axial ajuda a tornar a força da gravidade visível. Em termos de equilíbrio, a cabeça, a caixa torácica e a bacia podem ser consideradas as três estruturas mais pesadas a serem equilibradas na postura ereta. Estão conectadas pela coluna vertebral, que passa pelo eixo axial nas curvas lombar e cervical.

Em meu corpo, gosto de trabalhar o equilíbrio em torno do eixo axial a partir da imagem dos *três diamantes* propostas por Irene Dowd, um na base da pélvis, uma na cintura escapular e um na base do crânio. (DOWD, p. 57-58). Na Figura 23, podemos observar que o diamante da pélvis (a) conecta o sacro, a sínfise púbica e as duas articulações coxofemorais. O diamante da cintura escapular (b)

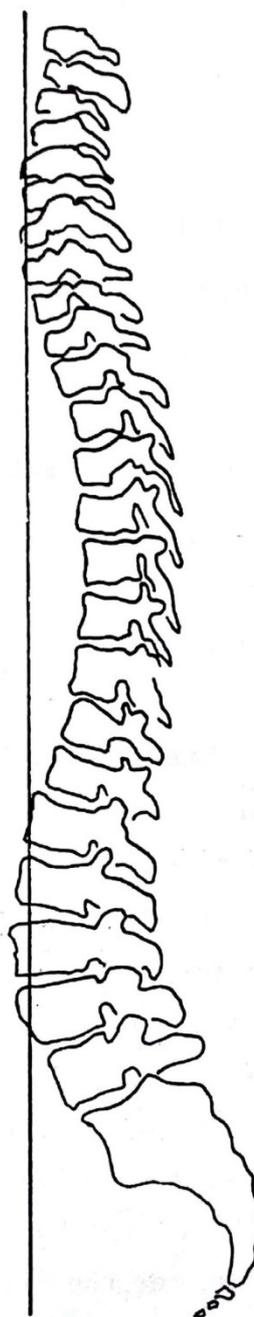


Figura 51 Eixo axial, linha imaginária.
Fonte: ROLLAND, 1990, p. 30.

conecta os pontos centrais da articulação dos ombros com a parte superior do esterno e a segunda vértebra. O diamante do crânio (c) conecta o processo mastoide ao occipital atrás e ao palato duro, no céu da boca. O centro dos diamantes, quando alinhados, passam pelo eixo axial corporal.

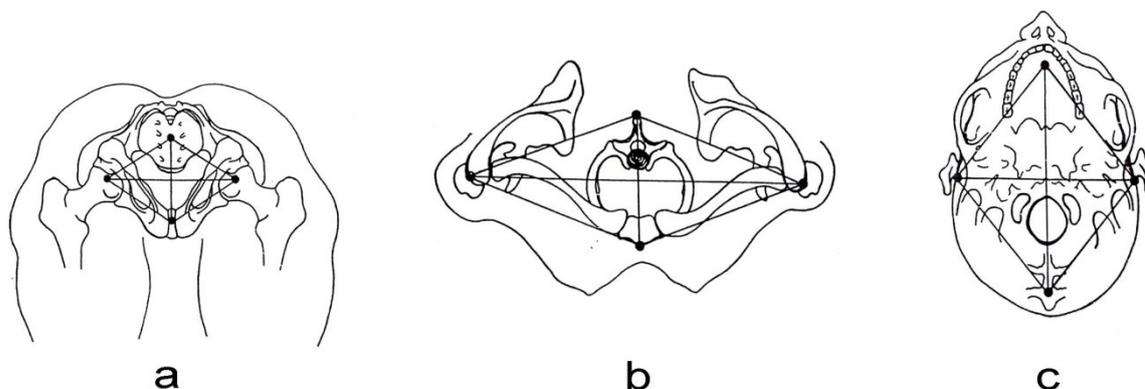


Figura 52 Os três diamantes.
Fonte: DOWD, 1990, p.57-58

O padrão postural determina o nosso alinhamento corporal e, como Todd e Sweigard nos mostraram em seus estudos científicos, a qualidade da performance do movimento está diretamente ligada à qualidade do alinhamento do esqueleto. Isso significa que desequilíbrios mecânicos em uma dessas estruturas implica em ineficiência na outra estrutura e, da mesma forma, a melhoria em um leva à melhora da outra.

Nos trabalhos corporais, quando pensamos no alinhamento axial, pensamos neste eixo subindo em direção contrária à ação da gravidade. A prática da *Ideokinesis* atua diretamente na *atitude ponderal*, ativando a musculatura profunda para realizar uma ação anti-gravitacional. Despertando a musculatura profunda para essa função, a musculatura superficial fica livre para realizar outras tarefas.

Sweigard promoveu um estudo científico entre 1929 e 1931 para pesquisar o quanto a *Ideokinesis* poderia promover mudanças mensuráveis no alinhamento corporal. O resultado do estudo mostrou que a ideação - *Ideokinesis* - é acompanhada por um padrão subcortical de coordenação muscular e que os movimentos respondem às imagens. A partir das mudanças detectadas, as imagens que tiveram mais resultados na reorganização postural em pé foram organizadas para serem aplicadas genericamente em situações de aprimoramento postural e de movimento. Foram detectadas doze mudanças significativas na organização corporal da maioria dos sujeitos envolvidos nesta pesquisa. Foram identificadas nove áreas no esqueleto humano cuja localização, direção do movimento imaginado e alinhamento promovia influência

determinante no alinhamento da estrutura. Cada área desta foi denominada como linha de movimento. Ao todo foram elencadas *nove linhas de movimento*. Cada linha começa e termina em um osso específico, tendo uma direção muito precisa, resultante do trabalho de coordenação da musculatura envolvida em sua realização (SWEIGARD, 1974, p. 187- 193).

As nove linhas de movimento trazidas por Sweigard (1974) estão apontadas na

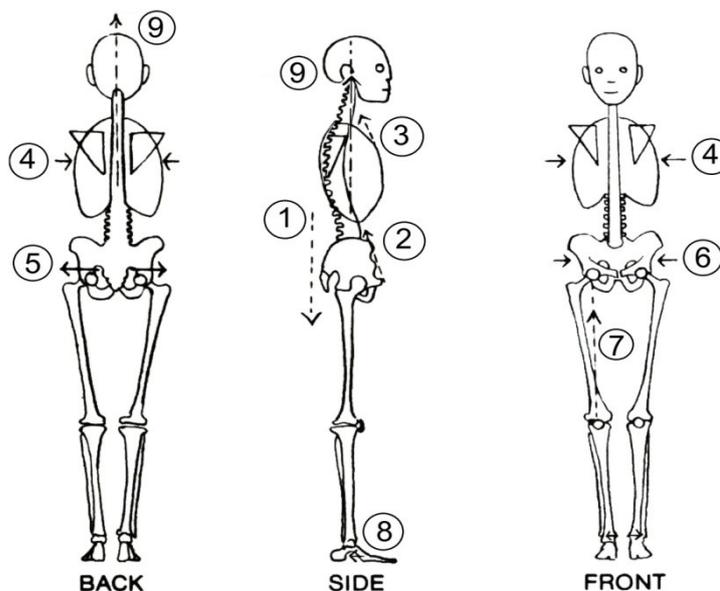


Figura 53 As nove linhas de movimento.
Fonte: SWEIGARD, p. 193.

Minhas notas sobre as linhas:

- linha 1⁸² - Em pé, gosto de utilizar a imagem de minhas escápulas flutuando em direção aos meus calcanhares, passando pelos meus ísquios. Deitada, imagino que minhas costas são um rio que segue seu fluxo, também em direção aos ísquios e pés.
- linha 2⁸³ - Para esta segunda linha gosto de imaginar um elástico vermelho bem firme conectando a púbis à décima segunda vértebra torácica.

⁸² “A line-of-movement to lengthen the spine downward. [...] one of the directions of the spine as a whole was downward as the response to imagined movement's having released tightness in the muscles of the back, especially in the lumbar area” 1- Uma linha de movimento para alongar a coluna para baixo. [...] Esta linha descendente promove a liberação de tensões nos músculos das costas, especialmente na região lombar”. (SWEIGARD, 1974, p. 193, tradução da autora).

⁸³ “A line-of-movement to shorten the distance between the mid-front of the pelvis and the twelfth thoracic vertebra. [...] the front of the pelvis moves upwards and the twelfth thoracic vertebra moved forward, shortening the distance between them” Uma linha de movimento para encurtar a distância entre a frente da pélvis e a décima segunda vértebra torácica [...]. A frente da pelve se move para cima e a décima segunda vértebra torácica é movida para a frente, encurtando a distância entre ambas. (Ibid., tradução da autora).

- linha 3⁸⁴ - Para esta linha, Imagino que a base do meu crânio está sendo suspensas por balões, ao passo que vou relaxando o esterno.
- linha 4⁸⁵ - Para esta linha, imagino minha caixa torácica como grandes dedos que aprofundam na região posterior, ao lado das vértebras, e seus dedos longos se projetam por dentro de minha caixa torácica, até o esterno, atravessando-o por dentro, projetando-se para fora e envolvendo-me num novo abraço.
- linha 5⁸⁶ - Aqui imagino meu sacro criando asas que, quando batem, aumentam o espaço entre todos os ossos da bacia.
- linha 6⁸⁷ - Nesta linha imagino minhas cristas ilíacas aproximando-se e beijando-se, da direção do umbigo.

⁸⁴ "A line-of-movement from the top of the sternum to the top of the spine. [...] backward movement of both the first thoracic vertebra and the head, and upward movement of the breast bone. [...] The change in position of the head and the first thoracic vertebra indicates also that the upper spine has assumed a better alignment in relation to the pelvis" Uma linha de movimento do topo do esterno até o topo da espinha. [...] direcionar o movimento da primeira vértebra torácica e da cabeça para trás e pensar o movimento ascendente do osso do peito. [...] A mudança de posição da cabeça e da primeira vértebra torácica indica também que a parte superior da coluna assumiu um melhor alinhamento em relação à pelve. (Ibid., p. 194, tradução da autora).

⁸⁵ "4- A line-of-movement to arrow the rib-cage. The decrease in the width and the circumference of the rib-cage and the lowering of the position of the shoulders indicates that the less muscular effort is put 'forth' in holding either the chest or shoulder in positions. [...] Success in this line-of-movement makes a market contribution to alignment of the spine for weight support, to flexibility of the shoulder girdle, and to a more efficient position of the pelvis and lower limbs." Uma linha de movimento para direcionar a caixa torácica. A diminuição da largura e da circunferência da caixa torácica e a diminuição da distância entre os ombros indicam que um menor esforço muscular é desprendido para manter o peito e os ombros em suas posições. [...] O sucesso nessa linha de movimento traz uma contribuição marcante para o alinhamento da coluna no suporte de peso, para a flexibilidade da cintura escapular, e para um posicionamento mais eficiente da pelve e dos membros inferiores" (Ibid., tradução da autora).

⁸⁶ "A line-of-movement to widen across the back of the pelvis. The fact that all patterns of the movement of normal lower limbs begin at the femoral joint indicates the great importance of the stability and mobility of this joint, both for weight support and for movement. The position of the heads of the femora in their sockets is as important to the efficiency of their mechanical function as the position of the hub of a wheel on its axle is to its mechanical function. When muscles across the back of the pelvis are constantly tighter than necessary, the heads of the femora cannot be centered in their sockets; and their movement, especially that of flexion, meets strong muscular resistance. This line-of-movement helps to release the tightness of the outward rotators of the femora which so often occurs when the ribs are held upwards (the lifted chest) and the anteroposterior tilt of the pelvis is too marked. It gives the pelvis a better contour in reducing its backward prominence; it does not increase the horizontal width of the pelvis" Uma linha de movimento para se alargar na parte de trás da pélvis. O fato de que todos os padrões do movimento de membros inferiores normais começam na articulação femoral indica a grande importância da estabilidade e mobilidade desta articulação, tanto no suporte do peso quanto para o movimento. A posição das cabeças dos fêmures em seus encaixes é tão importante para a eficiência de sua função mecânica quanto a posição do cubo de uma roda em seu eixo. Quando a pelve está constantemente mais apertada do que o necessário, as cabeças dos fêmures não podem ser centralizadas em suas cavidades e seu movimento, especialmente o de flexão, encontra forte resistência muscular. Esta linha de movimento ajuda a liberar o aperto dos rotadores externos dos fêmures, que frequentemente ocorre quando as costelas são sustentadas para cima (o peito levantado) e a inclinação anteroposterior da pélvis é muito marcada. Reduz a proeminência da pélvis para trás sem aumentar a largura horizontal da pélvis" (Ibid., p. 194-195, tradução da autora).

⁸⁷ "A line-of-movement to narrow across the front of the pelvis. This line of movement improves muscle control on the inside of the tight joints and thus contributes to the centering of weight in the femoral joints. Whereas the

- linha 7⁸⁸ - Aqui gosto de imaginar que meu acetábulo é a caçapa de uma mesa de sinuca e que recebe o fêmur como se fosse uma bola, aprofundando na caçapa.
- linha 8⁸⁹ - Imagino meus pés formando um anel de moébius.
- linha 9⁹⁰ - Imagino-me um feixe de luz direcionada para o céu.

O aprendizado do movimento acontece a partir do desejo de mover-se, por meio de tentativa e erro, imitação, cultura. Assim que um movimento é aprendido, sua coordenação se torna automática, podendo ser mais ou menos eficiente. Obviamente, aprender um novo movimento não garante com que ele seja performado em sua máxima eficiência e potência, ou que alcance o potencial inerente à sua estrutura. Isso acontece porque todo novo aprendizado

preceding line-of-movement released muscle tightness on the back of the pelvis, this one promotes an increase of muscle work on the inside and front of the femoral joints, which helps to prevent weight from sagging against the Y ligaments.[...] The muscle whose activity is increased by this line-of-movement are probably the psoas major, the iliacus, the pectineus and the adductor brevis and longus on each side of the body" Uma linha de movimento para estreitar a parte frontal da pélvis. Esta linha de movimento melhora o controle muscular no interior das articulações tensas e, assim, contribui para a centralização do peso nas articulações femorais. Enquanto a linha de movimento precedente liberava a rigidez muscular na parte posterior da pélvis, esta promove um aumento do trabalho muscular no interior e na frente das articulações femorais, o que ajuda a evitar que o peso flua contra os ligamentos iliofemorais. [...] Os músculos cujas atividades são aumentadas por esta linha de movimento são provavelmente o psoas maior, o íliaco, o pectíneo e os adutores curto e longo de cada lado do corpo (Ibid., p. 195, tradução da autora).

⁸⁸ "A line-of-movement from the center of the knee to the center of femoral joint. The changes of the lower limbs toward a vertical position for support of the pelvis indicates an improved relationship of the femora to the pelvis at the femoral sockets. This change, with others in the pelvic area as indicated in the two preceding lines-of-movement, results in a better balance of each half of the pelvis as a Class I lever with the femoral joint at its fulcrum. The direction and centered location of imagined movement in the thigh is essential to promote balance of muscle action around the femur and primary control of the lower extremity close to the pelvis. Only when the lower limbs are controlled close to the pelvis can it engage in its synergy of movement with minimal strain placed on the joints of the knee, ankle and foot." - Uma linha de movimento do centro do joelho até o centro da articulação femoral. As mudanças dos membros inferiores em direção à posição vertical para suporte da pelve indicam uma melhor relação dos fêmures com a pelve nos encaixes femorais. Esta mudança, como indicado na segunda linha de movimento, resulta em um melhor equilíbrio de cada metade da pelve. A direção e localização centralizada do movimento imaginado na coxa é essencial para promover o equilíbrio da ação muscular em torno do fêmur e controle primário da extremidade inferior próxima à pelve. Somente quando os membros inferiores estão controlados perto da pélvis, ela pode se envolver em sua sinergia de movimento com o mínimo de esforço nas articulações dos joelhos, tornozelos e pés (Ibid., tradução da autora).

⁸⁹ "8 - A line-of-movement from the big toe to the heel. [...] This, with decreased tilt of the pelvis and better control of femora close to the pelvis, results in a more centered weight thrust at the ankle joints, less pronation and eversion of the feet and hence reduction of the inside length of the feet" Uma linha de movimento do dedão do pé até o calcanhar. [...] Isso, com diminuição da inclinação da pelve e melhor controle dos fêmures próximos à pélvis, resulta em um peso mais centralizado nas articulações do tornozelo, menos pronação e eversão dos pés e, portanto, redução do comprimento interno dos pés (Ibid., p. 195-196, tradução da autora).

⁹⁰ "9 - A line-of-movement to lengthen the central axis of the trunk upwards. [...] This line-of-movement is one which promotes many simultaneous changes in the trunk, especially in the alignment of the spine and the position of the head. [...] The stability of an imagined central axis can exert indirectly a strong influence on the efficient performance of all patterns of movement in any activity" Uma linha de movimento para alongar o eixo central do tronco para cima. [...] Esta linha de movimento é aquela que promove muitas mudanças simultâneas no tronco, especialmente no alinhamento da coluna e no posicionamento do tronco. [...] A estabilidade trazida por um eixo central imaginado pode exercer indiretamente uma forte influência para um melhor desempenho de todos os padrões de movimento em qualquer atividade (Ibid., p. 196, tradução da autora).

será realizado a partir de nossas coordenações previamente estabelecidas, que nem sempre são as mais eficientes.

Um esqueleto muito desalinhado necessitará de grande esforço muscular para manter e mover a estrutura, além do gasto de energia para equilibrar a estrutura durante o movimento. Muitos casos de desalinhamento são genéticos, por patologias ou acidentes, mas a grande maioria são por hábitos inadequados. Mudar tais padrões inadequados é possível através de um trabalho de re-coordenação dos nossos padrões neuromusculares, responsáveis por pelos hábitos de equilíbrio e padrões de movimento. Para isso, toda a ação voluntária deve ser reduzida ao mínimo. As ações sendo mínimas, haverá uma grande redução da ação muscular, ou seja, estaremos utilizando quase nada de nossos padrões musculares já estabelecidos em nosso corpo. Nosso sistema nervoso tem uma sabedoria inata que automaticamente escolherá, se lhe for dada a chance, os modelos de movimento que forem mais pertinentes. Assim, a maior contribuição voluntária para o sistema nervoso central será a ideia do movimento, o pensamento. Concentrar-se na imagem do movimento levará o sistema nervoso central a escolher a coordenação neuromuscular mais eficiente para tal performance, por meio do reflexo inato e mecanismos de feedback. É isso o que a *Ideokinesis* se propõe a fazer (SWEIGARD, 1974).

Entender como o movimento acontece no corpo e como torná-lo cada vez mais expressivo tornaram-se pautas de grande importância em minhas investigações em dança. A presença material do meu próprio corpo até hoje é minha principal fonte de pesquisa para desdobramentos poéticos e pedagógicos. Meus movimentos carregam minha história pessoal e, neste contexto, a *Ideokinesis* acolhe minhas necessidades físicas e aspirações artísticas, validando minhas sensações físicas como fonte da expressão corporal, abrindo um importante campo de investigação em dança a partir de um estudo minucioso do funcionamento do corpo.

Neste caminho, algumas ferramentas de investigação de movimentos que me foram apresentadas na graduação tiveram grande relevância em minhas práticas e possibilitaram novos desdobramentos e aprofundamentos. Entre elas, destaco o uso da bola suíça a partir dos princípios da *Ideokinesis*. Meu primeiro vislumbre artístico a partir destas experiências com a bola suíça foi expressa na criação do trabalho coreográfico *Terceiro Movimento*, descrito no próximo tópico, e que foi concomitante a estas experiências. A partir de então, o trabalho com a bola permaneceu presente em minhas atuações artísticas e pedagógicas com o movimento.

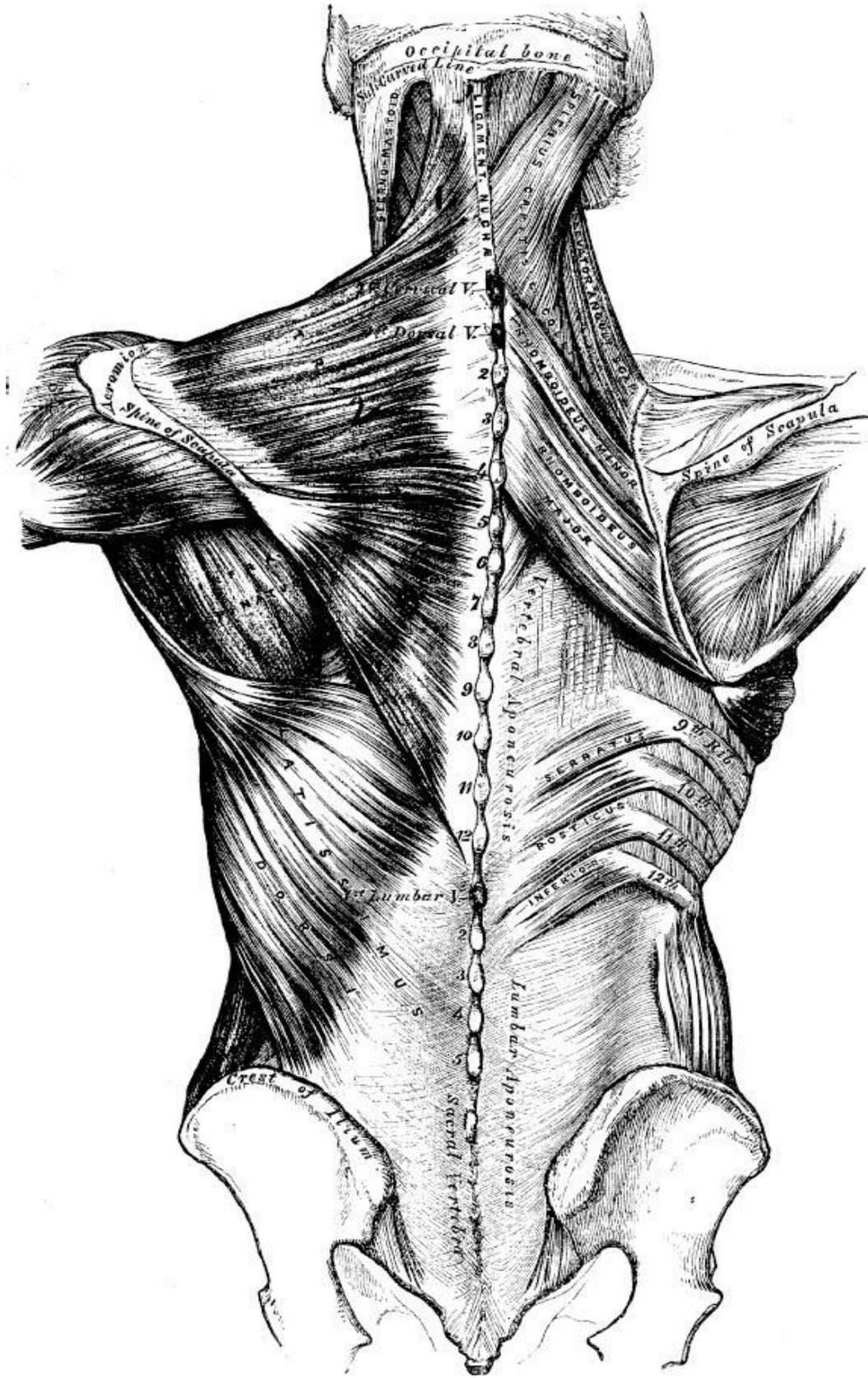


Figura 54 Músculos das costas.
 À esquerda, está exposta a primeira camada muscular e, à direita, a segunda e parte da terceira camada muscular. Ilustração de Henry Cart.

minhas memórias no horizonte. quanto mais avanço, mais o lugar se evapora. o horizonte se afasta à medida que caminho em sua direção. quanto do espaço meus olhos podem varrer? quantos metros quadrados meus pés já caminharam? quantas curvas criei? em que medida me apego ao solo? o que isso me revela? relevos. pelo grão de areia o mundo se manifesta e nos relacionamos com ele. traição: penso guardar o inapreensível. falho. nunca chego nos lugares de minha memória. talvez seja isso, viver a utopia do encontro. talvez eu precise apenas sonhar. viver de espaços e memórias evaporadas. deslocar a esmos.

4.5. QUINTO MOVIMENTO – BOLA SUÍÇA E BOLA BEARLZ⁹¹

Terceiro Movimento foi o nome do trabalho artístico mais importante que realizei no período de graduação, em coautoria com Karime Niveloni⁹². Foi criado durante minhas experiências com *Ideokinesis* aplicadas na bola suíça, com o grupo Dançaberta. Esta experiência foi ponto de partida para minhas investigações futuras: a fusão entre o equilíbrio da estrutura corporal trazido pela *Ideokinesis* e o desequilíbrio constante proporcionado pelo uso da bola suíça. Apresentamos *Terceiro Movimento* por muitos anos, inclusive fomos convidadas a participar, em 2002, de um evento no Centro Cultural de São Paulo chamado *Feminino na Dança*⁹³. Foi minha primeira atuação profissional com um trabalho de minha autoria, realmente inesquecível.



Figura 55 *Terceiro Movimento*, 2002.
Da esquerda para a direita, Erica Bearlz e Karime Niveloni

⁹¹ Este nome surgiu pela primeira vez em 2003, de forma espontânea entre as pessoas que faziam minhas aulas de dança, nas quais eu pesquisava movimentos com a bola suíça.

⁹² Karime Niveloni, amiga de infância, dançamos juntas desde sempre. Foi Karime quem me apresentou o curso de Dança da UNICAMP, e convenceu-me a tentar o vestibular.

⁹³ *Feminino na Dança* era parte da programação permanente do Centro Cultural de São Paulo, com a duração de duas semanas. Este evento garantia espaço aos experimentos e coreografias ainda em andamento realizadas por bailarinas e criadoras. Na ocasião de minha participação, juntamente com a bailarina Karime Niveloni, tivemos a colaboração de Ângela Nolf.

Terceiro Movimento falava sobre partilha de peso, estudo do apoio, vislumbre de equilíbrio e desequilíbrio. Compartilhar afetos, histórias e anseios, brincar, experimentar livremente, celebrar nossas descobertas. A bola suíça possibilitava muitos estudos táticos para situações coreográficas, além de proporcionar novas relações com a gravidade. Com a bola pude vivenciar a relação do meu corpo com o meu próprio peso de maneira tão intensa que esta experiência se repercute até os dias atuais, influenciando minha forma de entender o movimento⁹⁴. Foi a primeira vez que percebi as inúmeras possibilidades que as relações do corpo com a gravidade poderiam sugerir ao mover.

Meu contato com a bola suíça potencializou minhas percepções decorrentes da experiência com a *Ideokinesis*. Logo percebi que as imagens trabalhadas pela *Ideokinesis*, no sentido de reorganização postural, poderiam ser aplicadas durante o movimento com a bola. Passei a estudar as nove linhas de movimento propostas por Sweigard como um recurso para equilibrar meu corpo sobre a bola. Em deslocamentos espaciais, trabalhava as linhas para além de meu corpo, levando em consideração o centro de gravidade da bola. As nove linhas de movimento, em vez de levar meu corpo para a posição de equilíbrio em pé, ajudava-me a permanecer com o meu centro de gravidade conectado ao centro de gravidade da bola suíça perpendicularmente. A partir das situações criadas entre a bola, meu corpo e a gravidade eu podia relacionar e equilibrar os jogos de tensões que surgiam para que, num processo contínuo de autoconsciência, surgissem novas possibilidades expressivas.

Comecei a estudar como meu corpo reagia mais ou menos organizadamente a partir dos desafios gravitacionais propostos pelo movimento com a bola uma vez que a bola não permanece na mesma posição durante o mover, modificando constantemente a relação ponderal do corpo no percurso do movimento. Hoje, chamo esta ‘escuta’ ponderal aguçada de *atitude ponderal* e trabalho meus processos de criação em dança a partir dela.⁹⁵

⁹⁴ “A dança moderna dá as boas-vindas ao movimento sentido, vivido em primeira pessoa do singular. Essa corrente artística engrossa seu tronco da dança contemporânea, onde a materialidade do próprio corpo é o próprio material para a criação estética.” (BOLSANELLO, 2016, p. 27)

⁹⁵ “[...] o trabalho com a gravidade pode ser considerado como uma das bases sobre as quais as novas propostas que surgiram a partir do final do século XIX se fundam. [...] A proposta de explorar os movimentos em sua relação com a gravidade possibilitou o surgimento de uma nova dança, onde a relação com a força gravitacional passa a ter uma importância central. [...] O trabalho com a gravidade trouxe novas possibilidades de expressão para a dança. Aspectos como peso, carga, dor, cansaço começaram a fazer parte do repertório da dança cênica ocidental. O trabalho com o peso das diversas partes do corpo ativa diferentes estados corporais, pois é a própria materialidade orgânica que está em jogo. Dessa forma, o bailarino descobre novas sensações e percepções, e essa exploração sensorial passa a ser objeto de pesquisa tanto em relação ao treinamento, quanto em relação aos processos criativos” (SILVEIRA; VITIELLO, 2016, p.33,34).

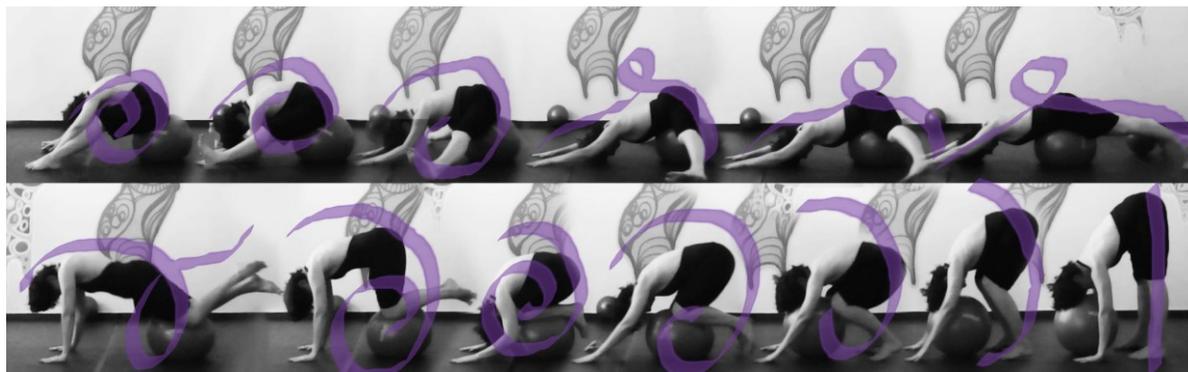


Figura 56 Prática pessoal com a bola de 26cm de diâmetro.
Alongamento para performance Montanha.

Exercitar a *atitude ponderal* pressupõe mover-se a partir de um entendimento prévio mínimo da *função tônica* corporal. A *atitude ponderal* é experienciada internamente em duas direções: na vertical, nos dois sentidos opostos em relação à gravidade e na direção espacial do movimento, também nos dois sentidos opostos à tal direção. Ao longo de minha experiência com a bola, trouxe as experiências mais assertivas para exercitar a *atitude ponderal* durante o movimento numa prática pessoal que chamo de *bola bearlz*.

Na prática da *bola bearlz*, o corpo está com seu peso apoiado na bola. Ao realizar qualquer movimento, a bola rola no sentido do movimento inicial. Automaticamente, nuances de tensões musculares internas atuam para manter o equilíbrio homeostático do corpo. Tais organizações acontecem a partir dos padrões posturais que, como já visto anteriormente, podem ser aprimorados por meio da *Ideokinesis*. Com a prática, pude ter cada vez mais consciência das organizações necessárias para a realização do movimento, podendo antecipá-las ou criá-las a partir de meu desejo ou necessidade. Estas reorganizações internas mapeiam os percursos internos do movimento que trago à tona tanto em momentos de organização postural quanto e laboratórios de criação. Variações no diâmetro da bola, assim como se estão mais ou menos cheias, influenciam diretamente a experiência do movimento.

A profundidade das mudanças corporais possibilitadas pela prática da *bola bearlz* ou a qualidade das nuances de movimento percebidas variam de acordo com o conhecimento que cada um tem de si, sendo uma abordagem que funciona tanto para corpos com pouca experiência de movimento quanto para profissionais experientes, sem modelo ideal pré-determinado. Na figura abaixo, aparecem corpos com nenhum conhecimento específico de dança experienciando uma oficina de *bola bearlz*. Os vetores amarelos representam a relação do corpo com o eixo da bola. As linhas verdes representam as linhas de movimento sugeridas durante a prática do exercício ilustrado. As linhas vermelhas fazer referência às relações

espaciais criadas entre os praticantes.

A instabilidade no corpo gerada a partir da prática *bola bearlz* está relacionada à nossa capacidade de adaptação, com acuidade. Um exercício de percepção muito intenso que exige uma resposta diferente do corpo a cada instante.

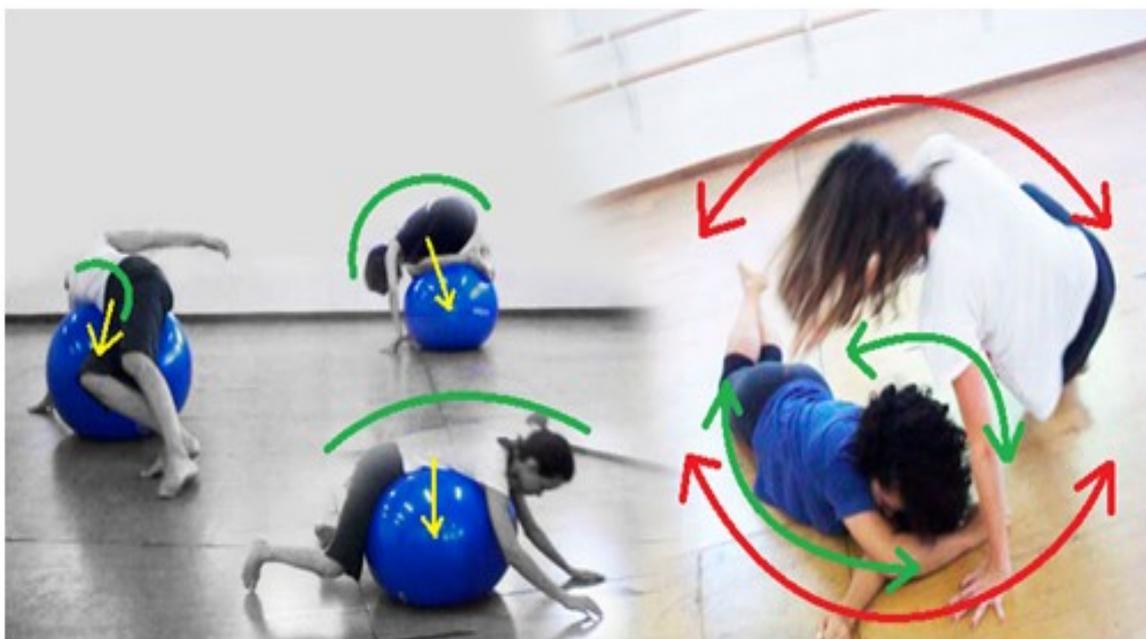


Figura 57 Aula prática, bola bearlz, 2012

O exercício da *atitude ponderal* com a *bola bearlz* favorece a relação ponderal entre as partes do corpo e como estas se articulam no movimento. As articulações tornam-se pontes entre devires criativos, abrindo um leque de possibilidades para eu decidir, escolher ou permitir por meio de qual caminho interno o movimento acontecerá em meu corpo. Permanecer atenta à *atitude ponderal* pode permitir, de forma mais eficiente, a inibição da ação de uma musculatura desnecessária em alguma articulação e, assim, possibilitar a realização do movimento em sua máxima amplitude, em sua máxima expressão poética, eliminando possíveis bloqueios expressivos.

A partir desta profunda consciência das nuances de tensões corporais no mover que exige a *atitude ponderal*, a qualidade do contato com o chão se mostra fundamental, pois é o que fornecerá a relação de oposição com a força da gravidade desencadeando toda a gama de tensões possíveis. A partir da qualidade desta relação primária do corpo com a gravidade se estabelecerão todas as outras relações: consigo mesmo, com as partes de seu corpo, com o espaço ao redor, com outros corpos, com o espaço cênico, com o público e assim sucessivamente, numa espiral de percepções de afetos.



Figura 58 Eu ministrando uma oficina de bola bearlz, Goiânia, 2011.



Figura 59 Oficina de bola bearlz, 26 cm diâmetro, Goiânia, 2011

Tenho experimentado bolas de diâmetros diversos⁹⁶ para a prática da *bola bearlz*. Uso as bolas com diâmetros maiores para experimentos de projeção no espaço e deslocamento. A bola maior oferece maior superfície de apoio ao corpo, é mais acolhedora em movimentos lentos e sustentados e, por outro lado, oferece mais velocidade e risco de queda em movimentos mais intensos. Já as bolas com diâmetros menores exigem maior esforço muscular e maior mobilidade da coluna em torções. Para a performance *Montanha*, a bola de diâmetro menor foi utilizada para explorar tensões internas mais profundas e a maior para garantir uma boa organização da cintura escapular em movimentos lentos.

⁹⁶ Tenho utilizado bolas com diâmetro de 90cm, 75cm, 65cm, 45cm e 26cm, variando o quanto estão cheias de ar ou não, para experimentar possibilidades distintas de relação do meu corpo com a bola.

4.6. SEXTO MOVIMENTO – BOLA BEARLZ NA PRÁTICA

Descrevo agora algumas orientações gerais que tenho adotado para o trabalho com a bola bearlz comigo mesma e com os grupos com os quais trabalho. Mudanças no diâmetro das bolas, assim como se estão mais ou menos cheias, interferem diretamente nesta experiência. Estas características da bola a ser utilizada pode variar de acordo com as necessidades individuais.

Após um primeiro momento de contato livre com a bola, procuro quietar o corpo e concentrar a atenção em mim mesma com a ajuda da respiração. Tento perceber qual a mínima quantidade de esforço muscular necessária para manter meu corpo equilibrado sobre a bola. Depois deste primeiro contato, exploro a relação do meu centro de gravidade corporal com o centro da bola, ora aproximando-os ora distanciando-os. É nesta exploração que identifico se há pontos no corpo com maior concentração de energia, tensão ou esforço, e sigo a exploração no sentido de espalhar a energia pelo corpo todo, diluindo tensões e reduzindo ao máximo o esforço empregado na realização do movimento. Para isso, identifico os pontos de apoio do corpo na bola, do corpo no chão e da bola no chão e exploro a relação entre o ponto de apoio e a direção do movimento.

Ao entregar o máximo de peso na bola, percebo as curvaturas naturais de meu corpo, assim como sua relação com a forma e o diâmetro da bola. Bolas com diâmetro maior possibilitam deslocamentos espaciais maiores e fluidos, bolas com diâmetro menores oferecem maior velocidade nas transições dos movimentos.

Após explorar os pontos de apoio que tenho, deixo o movimento acontecer a partir da troca de peso entre meu corpo e a bola, utilizando os membros de acordo com a necessidade dos apoios nos deslocamentos. Identifico um importante vetor de movimento que permanece sempre ativo em minha exploração com a bola. Este vetor sai do meu centro de gravidade e segue perpendicularmente ao centro de gravidade da bola, recebendo seu impulso de volta. O direcionamento deste vetor é que possibilita com que eu consiga manter meu corpo em contato constante com a bola, em todos os movimentos realizados. A Figura 70 mostra a direção do meu movimento em relação à bola. É melhor sentido com bolas de 65 cm de diâmetro ou mais.



Figura 60 Prática de bola bearlz 70 cm diâmetro

Não é uma coordenação simples, uma vez que a direção deste vetor muda devido à mobilidade do eixo corporal possibilitado pela bola. É justamente nesta dificuldade em manter este vetor ativo, principalmente ao longo das mudanças do eixo corporal em relação à bola, que ocorrem reorganizações corporais importantes.

Para uma exploração mais dinâmica com a bola, procuro enfatizar a relação entre a cabeça e a pélvis (Figura 71); aproximando, distanciando ou torcendo, gerando novas situações e desafios. Para explorações mais dinâmicas, tenho utilizado bolas de 26 a 40 cm. Seu diâmetro reduzido exige maior tônus muscular para permanecer-se em contato com a bola, além de proporcionar maior velocidade na troca de direção do movimento.



Figura 61 Prática de bola bearlz 26 cm diâmetro

É importante dedicar um tempo para perceber as mudanças da qualidade do movimento realizado ao longo da prática. As novas organizações corporais podem, posteriormente, ser experimentadas sem o uso da bola, adequando o trabalho às necessidades e potencialidades individuais. A intensidade da experiência com a bola bearlz varia de acordo com as características pessoais dos praticantes.

Na figura 72 é possível vislumbrar algumas das intensidades simultâneas que a prática que chamo de bola bearlz possibilita.



*Figura 62 Prática de bola bearlz.
Ênfase na relação cabeça-bacia e a intensão do centro do corpo
perpendicularmente à bola*

*quanto mais adentro no espaço,
mais o espaço se estira,
mais o espaço se adensa.
as relações precisam de um tempo propício.
caminho.
estou na justa medida entre mim e o espaço.
meu corpo,
meu peso,
minha medida.
minha dimensão.
uma sensação exata.*

4.6.1. Bola bearlz na poética ponderal da montanha

O modo como vivencio a prática da *bola bearlz* a partir da *Ideokinesis* está intimamente ligado às minhas experiências corporais pessoais. Meu corpo traz o andar de meu pai, os pés e pintas da minha mãe, as pernas da minha avó. Este mesmo corpo vai para o estúdio de criação, herdando toda a herança da evolução humana, desde quando ficamos na posição bípede. Minhas experiências pessoais com o movimento têm possibilitado uma articulação entre os aspectos sociais e emocionais relacionados tanto à minha carga genética herdada quanto às minhas estruturas corporais humanas que, em aliança com minhas experiências mais íntimas, abraçam-se num amálgama que se torna meu terreno de criação. Todo o processo criativo de *Cerrado Densidade Ressonância*, do qual a performance *Montanha* faz parte, ocorreu neste terreno fecundo.

Utilizei a *Ideokinesis* de uma maneira muito peculiar no processo criativo da *Montanha*. Devido a minha pesquisa de alguns princípios da *Ideokinesis* com a *bola bearlz*, meu corpo já estava bastante familiarizado com alguns princípios da *Ideokinesis*, em especial às nove linhas de movimentos trazidas por Sweigard. Então durante o processo eu constantemente traçava percursos internos que me levavam de uma forma abstrata construída a partir das sensações cerratenses⁹⁷ que eu explorava para a *Montanha* para alguma das nove linhas de movimento, ou vice-versa. Eu usava uma linha qualquer como ponto inicial e, a partir de uma intenção exagerada na direção desta linha, deixava meu corpo reagir até que recuperasse a posição inicial ou se deparasse com outra linha de movimento.

⁹⁷ Relativas ao bioma do Cerrado, universo poético do trabalho *Cerrado Densidade Ressonância*, do qual a performance *Montanha* faz parte.

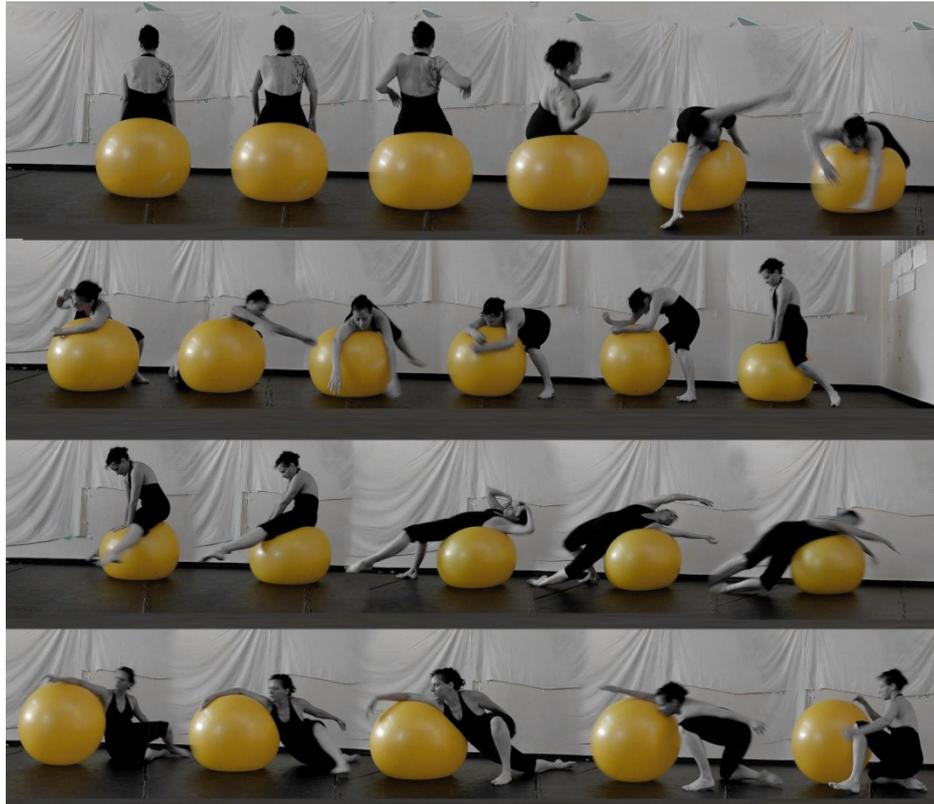


Figura 64 Prática bola bearlz - 75 cm diâmetro - para performance Montanha.

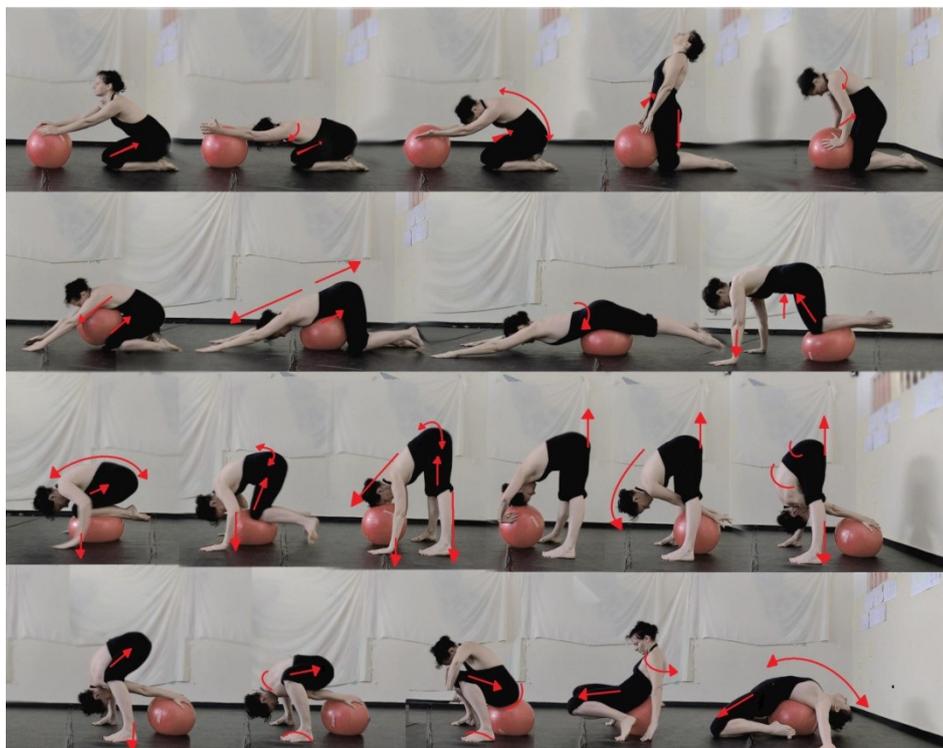


Figura 63 Prática bola bearlz - 45 cm diâmetro - para performance Montanha

No trabalho com a *bola bearlz*, o corpo permanece em contato com a bola gerando uma partilha gravitacional, semelhante ao princípio da dança-contato elaborada por Steve Paxton⁹⁸ na década de 1960, com a diferença de que a partilha ocorre com a bola, e não com outro corpo, como no caso da dança contato.

Na prática *bola bearlz*, há um consentimento em abandonar o corpo, que passa pela posição vertical somente por alguns instantes. A bola acolhe o peso do corpo, estabelecendo um diálogo ponderal. Neste diálogo ocorrem diversas e intensas variações de força, pressão, impulsão que modulam o movimento. Sutilmente, a cada prática, nossa consciência corporal se conecta com a ação ou movimento que amplia a nossa percepção em relação ao mesmo de forma cada vez mais consciente.

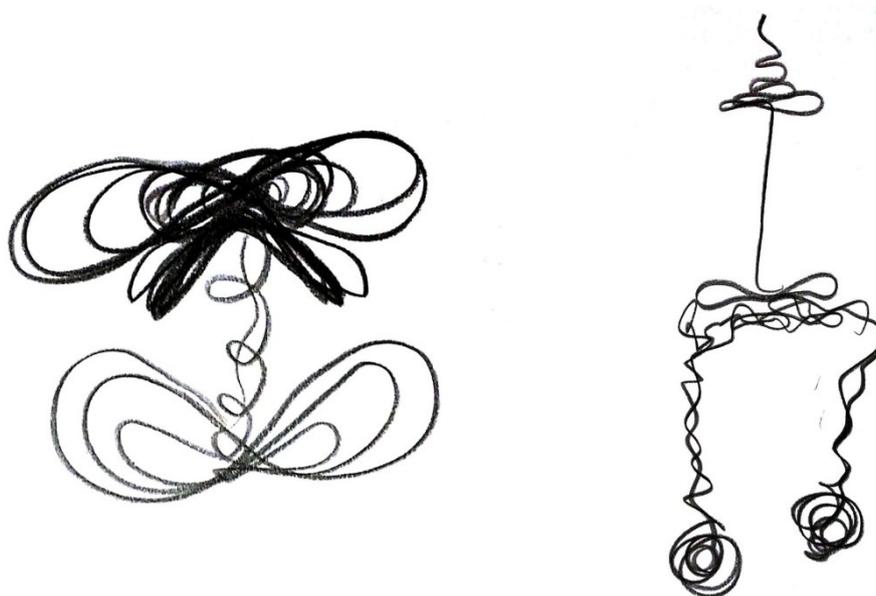
A *Ideokinesis* aumentou minha consciência no momento em que, durante a prática *bola bearlz*, uma ação muscular reflexa surgia, dando-me a chance de inibi-la, caso fosse demasiada. Diferentes formas de organização corporal são solicitadas constantemente ao corpo em movimento na bola. Ações reflexas, verdadeiras texturas musculares, estão ligadas ao nosso estado emocional e vice-versa. Com a prática da *bola bearlz*, experienciei a entrega ao desconhecido de forma cada vez mais serena e passei a utilizar esta experiência em trabalhos artísticos e coreográficos, como no caso da performance *Montanha*.

Nestes experimentos eu permanecia atenta aos percursos internos que o corpo traçava e, na medida do possível, ensejava novos percursos tensionais, evitando meus vícios de dinâmica ou de coordenação motora. Aos poucos fui abandonando as posições harmoniosas sugeridas pelas nove linhas de movimento e explorando os percursos tensionais resultantes destas experiências. Aos poucos pude realizar uma espécie de cartografia tensional da *Montanha* por meio de anotações, diários, desenhos e rabiscos.

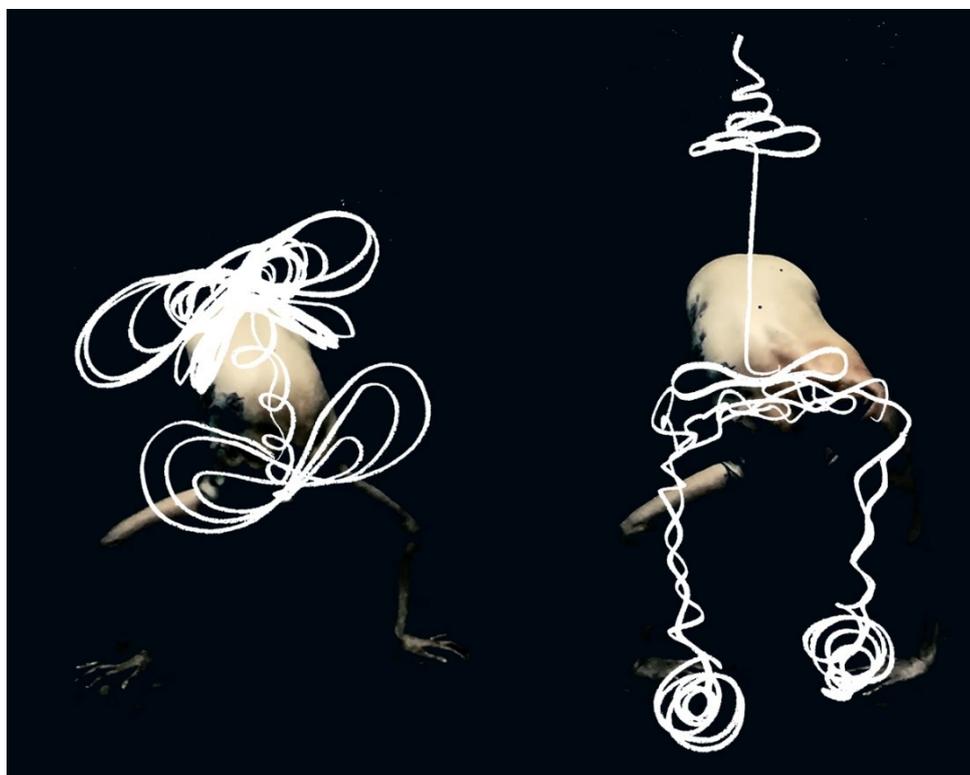
Durante este processo, eu fotografava meu ensaio e desenhava minhas sensações por cima das imagens, hora para intensificar uma sensação ora como um recurso para aprimorar situações de coordenação motora específica. Depois eu realizava os percursos corporais

⁹⁸ Steve Paxton (nascido em 1939 em Phoenix, Arizona) é um dançarino e coreógrafo experimental. Seu histórico incluiu três anos com Merce Cunningham e um ano com José Limón. Desenvolveu a forma de dança conhecida como Contato Improvisação, uma forma de dança que utiliza as leis da física, gravidade e inércia para explorar a relação entre dançarinos. Sua abordagem influenciou a coreografia globalmente.

selecionados com a bola. Esta prática lapidava tais percursos tensionais internos tornando possível uma coreografia tensional que se transformou na performance *Montanha*.



*Figura 65 Cartografias tensionais da Montanha.
Desenhos feitos com minha mão esquerda (não dominante).*



*Figura 66 Fotomontagem.
Cartografia tensional para a performance Montanha.*

Ao contemplar uma montanha imagino possíveis movimentos em seu cerne. Seu relevo revela suas tensões e esconde fissuras. Uma *atitude ponderal* exacerbada e paradoxal, o corpo quer ao mesmo tempo mergulhar na terra e quer livrar-se dela. Uma relação ancestral com a natureza, que aflorava subjetividades latentes e longínquas. No processo de criação da *Montanha*, à medida que algumas situações poéticas ganhavam relevo eu pesquisava novas organizações internas possíveis para sua realização a partir de minha prática pessoal com a *bola bearlz*.

Cada vez que realizo a performance *Montanha*, preciso engendrar internamente uma erupção limítrofe. Num primeiro momento permaneço de cócoras em preparação. Imagino a montanha⁹⁹.

Localizo meus ísquios. Deixo o fêmur descansar no acetábulo¹⁰⁰. Minha caixa torácica envolve-me num abraço¹⁰¹. Meu ventre sobe¹⁰². Estou mais perto de mim. Meu esterno conecta-se à base de meu crânio, percebo o volume de minha caixa torácica¹⁰³. Escápulas escorrem em minhas costas, em direção aos ísquios¹⁰⁴, como um bote flutuando no curso de um rio¹⁰⁵. Meus pés recebem meu peso pela borda externa, sinto a borda interna nos pés sustentarem-se, organizando meus maléolos¹⁰⁶. Meu arco do pé se aprofunda. Meu sacro ganha espaço¹⁰⁷. Minhas cristas ilíacas abraçam meu ventre¹⁰⁸. Mergulho.

⁹⁹ A descrição das imagens que seguem está numerada de acordo com as linhas de movimento propostas por Lulu Sweigard (1974), como mostra a figura 04.

¹⁰⁰ “*A line-of-movement from the center of the knee to the center of femoral joint*”. Uma linha de movimento do centro do joelho até o centro da articulação femoral (SWEIGARD, 1974, p. 195, tradução da autora).

¹⁰¹ “*A line-of-movement to arrow the rib-case*.” Uma linha de movimento para setar a caixa torácica (Ibid., p. 194, tradução da autora).

¹⁰² “*A line-of-movement to shorten the distance between the mid-front of the pelvis and the twelfth thoracic vertebra*” Uma linha de movimento para encurtar a distância entre o meio da frente da pélvis e a décima segunda vértebra torácica (Ibid., p. 193, tradução da autora).

¹⁰³ “*A line-of-movement from the top of the sternum to the top of the spine*” Uma linha de movimento do topo do esterno até o topo da espinha (Ibid., p. 194, tradução da autora).

¹⁰⁴ “*A line-of-movement to lengthen the spine downward*”. Uma linha de movimento para alongar a espinha para baixo. (Ibid., p. 193, tradução da autora).

¹⁰⁵ “*A line-of-movement to lengthen the spine downward*.” Uma linha de movimento para alongar a espinha para baixo (Ibid., tradução da autora).

¹⁰⁶ “*A line-of-movement from the big toe to the heel*”. Uma linha de movimento do dedão do pé até o calcanhar (Ibid., p. 195, tradução da autora).

¹⁰⁷ *A line-of-movement to widen across the back of the pelvis*”. Uma linha de movimento para se alargar na parte de trás da pélvis (Ibid., tradução da autora).

¹⁰⁸ “*A line-of-movement to narrow across the front of the pelvis*”. Uma linha de movimento para estreitar a parte frontal da pélvis (Ibid., tradução da autora).

A *Montanha* cresce para o céu enquanto o topo de minha cabeça dilata para baixo. Ao mesmo tempo, a terra é céu. Nova sublimação¹⁰⁹. Sinto a *Montanha* se formando em mim¹¹⁰.

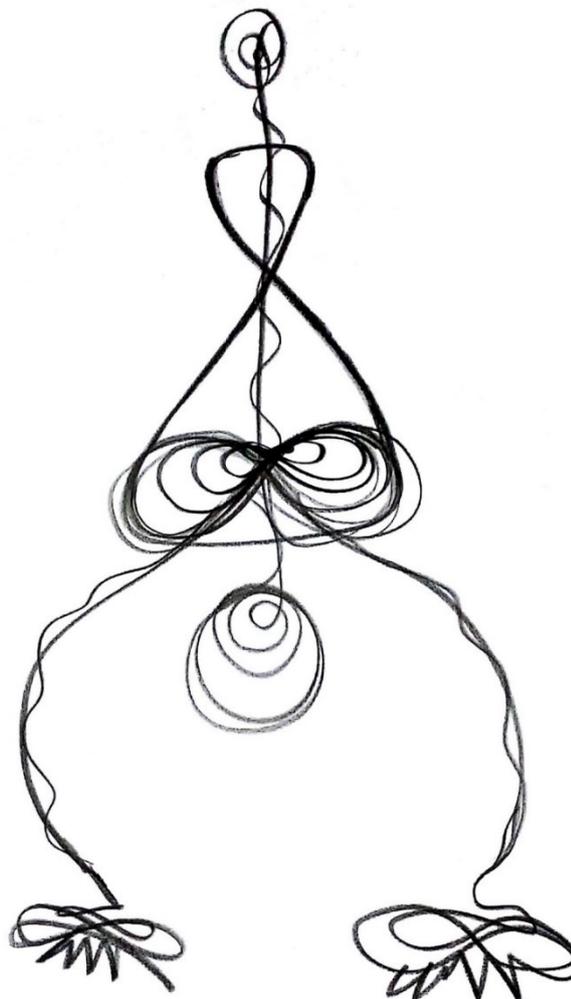


Figura 67 *Cartografia tensional*.
Desenho feito com minha mão esquerda (não-dominante) de como sinto minha energia no início da performance *Montanha*.

¹⁰⁹ “A line-of-movement to lengthen the spine downward. [...] . A line-of-movement to lengthen the central axis of the trunk upwards.” Uma linha de movimento para alongar a espinha para baixo. [...] Uma linha de movimento para alongar o eixo central do tronco para cima (Ibid., p. 193-196, tradução da autora).

¹¹⁰ “A line-of-movement to lengthen the central axis of the trunk upwards”. Uma linha de movimento para alongar o eixo central do tronco para cima (Ibid., p. 196, tradução da autora)

*sinto meu corpo. caminho, anoitece.
noite é ver o preto. a sombra.
o atravessamento noturno desaloja as coisas.
uma linha caminhada é diferente de uma linha
traçada, pois jamais poderá ser apagada.
caminho em síntese máxima de movimento.
escuto o som dos meus próprios passos,
de meu desalojamento,
das minhas frestas se rompendo.
em sito, em visto, no tempo propício.
caminho numa pulsão nômade.
experienciar é ir ao encontro.
talvez a chegada seja repouso*

5. NO CUME DA MONTANHA
a dança como poética pondera

5.1. PRELÚDIOS

Neste capítulo trago alguns de meus prelúdios numa conversa despreziosa, exponho alguns caminhos que percorri para alcançar uma versão própria de meu fazer em dança que, embora apresentado sob o viés de alguns padrões científico, preservam sua cartografia particular. Eles correspondem, talvez, à uma introdução e, ao mesmo tempo, a uma conclusão. Como o início da noite que equivale ao fim do dia, ou quando percebemos a aurora encerrar a noite. Um prelúdio vespertino, como um anel de Moebius. Convido o leitor para escalarmos até o cume da *Montanha*, num mirante mais alto, ou um contexto mais amplo no qual esta pesquisa está inserida. Chegaremos lá ao pôr-do-sol, se tivermos sorte. Então, quando apreciarmos as cores do poente, convidarei o leitor para conversarmos sobre dança, corpo, pesquisa e outras motivações que me colocaram a caminhar até aqui. Boa escalada.



Figura 68 Pôr do sol. Mirante da Nova Aurora, Cavalcante-GO, 2013.

desejo de estar. ir ao encontro. criar morada, em vez de simplesmente ir. o que vejo torna-se imenso de súbito. é ensurdecedor. deixou de ser ordinário. deixou de ser banal. deixou de ser conhecido. tornou-se movimento. é avassalador.

5.2. PRELÚDIO DA MONTANHA - PONDERAÇÕES CERRATENSES

Como uma boa paulista, antes de chegar em Goiás eu não sabia de Cerrado. Tinha uma vaga ideia de vegetação rasteira, talvez com baixa diversidade. Cheguei em Goiás sem saber diferenciar uma árvore comum de um pé de manga. Com o tempo, aqui, nesse Cerrado azul e laranja, aprendi a ver. A ver e a sentir meu entorno. Minha pele sente o seco e o molhado, meus olhos acompanham os ciclos dos "pé-de-tudo-quanto-é-coisa", minh'alma se encharca nessas águas. E os Ipês, no auge da agonia da seca, choram flores. Aprendi a apreciar a revoada das aleluias¹¹¹, a sentir a presença divina em sua busca pela ascensão. A ter comoção com o canto da cigarra que prenuncia, em seu último fôlego, que as águas estão chegando, e para isso precisamos abandonar nossas cascas e velhas estruturas, para ficarmos aptos a voar. Meu encontro com o Cerrado foi um prelúdio necessário.

Deste meu feliz encontro com o Cerrado, destaco dois momentos de produção artística que tiveram um impacto importante em minha forma de pensar a criação em dança e que influenciaram de forma determinante o processo criativo de *Cerrado Densidade Ressonância*. O primeiro momento foi em 2010, quando realizei minha primeira pesquisa artística voltada para este bioma, que resultou no espetáculo *Caçada - como raízes em busca d'água*¹¹². Este encontro amadureceu-se num segundo momento, em 2016, quando tive a oportunidade de aprofundar minhas pesquisas corporais inspiradas no Cerrado a partir da participação no espetáculo *Deitar O Sal*¹¹³ dirigido por Sônia Mota.

A observação do ambiente natural do Cerrado tem marcado profundamente meu olhar e influenciado minhas produções artísticas. Em meus diários de bordo sempre apareciam uma forte relação com a terra assim como a busca pelo céu, como se a cada registro eu suspeitasse uma sublimação. Os ipês contavam da importância dos tempos áridos com sua copa florida na estiagem, as cigarras e aleluias cantavam os segredos da esperança e da fé, carregando em seu canto memórias úmidas. A observação do Cerrado fornecia as metáforas da peregrinação humana, em busca do essencial, em busca do sagrado. Segui adentrando no Cerrado de Goiás,

¹¹¹ A aleluia, também conhecida como "siriri" é uma casta de cupim reprodutora, na forma alada. As revoadas são formadas por aleluias reprodutoras, machos e fêmeas, uma efêmera nuvem de insetos que acontece geralmente ao entardecer. Depois da revoada, as aleluias perdem suas asas, já longe do cupinzeiro que nasceram para, com seu parceiro, iniciarem um novo ninho.

¹¹² Ver apêndice 2.

¹¹³ Ver apêndice 2.

caçando minha essência e emoções mais preciosas. No percurso, o ar seco e empoeirado da *estrada de chão*¹¹⁴ tinha cheiro de antigamente, quando eu visitava meus parentes no interior de São Paulo de trem. Engraçado isso, estrada de chão. Parece que as outras estradas com o chão escondido pelo asfalto tiveram sua ancestralidade escondida também...

A pesquisa poética para a construção da *Montanha* levou-me a perceber o Cerrado de uma forma um pouco distinta de minhas experiências anteriores. O cerrado tornou-se um devir perene entre dois polos opostos, ponderando entre o céu e a terra, tendo o fogo, ou o desejo, como principal elemento de transformação de sua materialidade. Passei a compreender as raízes, ocultas no subsolo e incrivelmente profundas, como fonte de sua expressividade, como o *pré-movimento*¹¹⁵ do Cerrado. Estes *insights* iniciais levaram-me a reparar no potencial do invisível como matriz para a criação de um trabalho em dança.

Procurando entender meu fascínio pelo invisível da dança, reencontrei-me com artistas ligados ao movimento que, desde o início do século XX, têm contribuído para muitas mudanças nos paradigmas da dança e da percepção do corpo dançante. Com a ajuda destes e tantos outros grandes mestres, que tive oportunidade de conhecer em minha trajetória, mergulhei nos prelúdios da dança, do corpo e do processo criativo da *Montanha*. Encerro este capítulo com alguns dos devaneios e ponderações poéticas que foram registradas em meu diário de bordo, que chamo de *diário da Montanha*. É uma escrita errante, *pensamentos-garatujos*, esboçada a partir das esquivas que aprendi a dar quando alguns pedregulhos rolavam ladeira abaixo durante a minha escalada ao cume da *Montanha*. Penso que a performance *Montanha* pode ter sido a resultante entre os movimentos de esquiva, os momentos de repouso e as pausas para a contemplação que gozei durante esta ladeira.

Algumas destas ponderações poéticas rolaram soltas pelas frestas desta escrita, sugerindo algumas pausas para sentirmos o corpo enquanto contemplamos o horizonte. Traço alguns itinerários possíveis para alcançar uma versão própria do meu fazer enquanto vislumbro, no horizonte, uma partilha de saberes. Enquanto isso, aprecio o poente e observo instâncias que coexistem em minha trajetória dançante.

Em apêndice, trago uma breve contextualização de dois processos criativos vivenciados anteriormente, também no universo poético do Cerrado, que colaboraram na criação de *Cerrado Densidade Ressonância*, obra artística em criação da qual a performance *Montanha* faz parte.

¹¹⁴ O mesmo que estrada de terra, sem asfalto.

¹¹⁵ Termo criado por Godard (2001), que aparece mais detalhadamente no capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha* desta dissertação.



*Figura 69 Trabalhos inspirados no Cerrado.
Da esquerda para a direita: Caçada, Deitar o Sal, Montanha, todos com intenso uso das costas.*

as situações parecem espalhadas. há sempre um impulso em juntá-las. há sempre uma necessidade de coesão. há sempre um encontro. como em qualquer encontro, o caminho em direção ao outro é sempre uma negociação. preciso compreender o que fiz para saber como continuar, para talvez deixar um percurso.



Figura 70 Chegada no Mirante da Nova Aurora, Cavalcante-GO, 2013.

5.3. PRELÚDIO EM DANÇA - MUDANÇAS NA FORMA DE EXPERIENCIAR A DANÇA A PARTIR DO SÉCULO XX

O exame de como as novas concepções de corpo influenciaram a maneira do bailarino experienciar o movimento temperou a tônica desta pesquisa numa dança invisível, sentida, magnético, que remete à pequena dança de Steve Paxton (*small dance*).¹¹⁶ A *small dance* é uma dança mínima que se realiza a partir dos inúmeros ajustes que o corpo faz para permanecer-se na vertical, resistindo à gravidade. A partir desta consciência corporal interna - que nesta pesquisa foi facilitada pela *Ideokinesis* - o corpo é capaz de perceber diversas nuances e variações qualitativas relativas ao movimento, das quais podemos extrair material coreográfico e composicional.

“ter a consciência dos movimentos internos produz dois efeitos: a consciência amplia a escala do movimento, experimentando o bailarino a sua direcção, a sua velocidade e a sua energia como se tratassem de movimentos macroscópicos; e a própria consciência muda, deixando de se manter no exterior do seu objecto para o penetrar, o desposar, impregnar-se dele: a consciência torna-se *consciência do corpo*, os seus movimentos enquanto movimentos de consciência adquirem as características dos movimentos corporais. em suma, o corpo preenche a consciência com a sua plasticidade e continuidade próprias. Forma-se assim uma espécie de ‘corpo da consciência’: a imanência da consciência ao corpo emerge à superfície da consciência e constitui doravante o seu elemento essencial” (GIL, 2001, p. 134).

Desde Loie Fuller (1862-1928), a percepção do corpo em movimento sofre impactos importantes para o desenvolvimento da dança: o corpo dançante assume um carácter vibrátil, do qual e para o qual confluem dinâmicas sutis. As novas possibilidades de visão advindas com o desenrolar do século XIX também influenciaram a forma de apreensão do corpo. A ascensão da fotografia e do cinema, a urbanização das cidades, a industrialização crescente oferecia um mundo encharcado de movimentos. Os avanços nas ciências cognitivas também aproximavam, cada vez mais, a percepção do corpo de sua mobilidade, uma vez que cientistas descobriram que a percepção, mesmo quando inconsciente, provocava descargas motoras que podiam ser registradas tanto no nível do tônus muscular quanto por meio de alterações no sistema cardiorrespiratório. A ligação entre percepção e movimento, para artistas da dança, passa a ser cada vez mais central em suas buscas por novas formas de expressão.

¹¹⁶ Steve Paxton, criador da dança *contato improvisação*, considera a *small dance* uma espécie de fonte primordial do movimento.

Émile Jaques-Dalcroze (1865-1950), pedagogo suíço, propõe que o movimento seria uma experiência muscular apreendida por um ‘sexto sentido’ e em 1906, Charles Scott Sherrington, um dos fundadores da neurofisiologia, reúne os comportamentos perceptivos deste ‘sexto sentido’ sob o nome de propriocepção, hoje chamado de sentido do movimento ou cinestesia. No século XX, esse território da mobilidade consciente e inconsciente tornou-se palco das explorações dos bailarinos e artistas da dança. Perceber a mobilidade interna, as pulsões corporais fisiológicas, e sua projeção no espaço, assim como a aparente imobilidade do corpo passam a ser assunto da dança (SUQUET, 2008).

A partir dos anos 1920, Laban fez do peso e do deslocamento no espaço o cerne de seu trabalho. Para Laban, a maneira como cada um organiza e articula seu peso, como se relaciona com a gravidade, é única e depende de como o indivíduo percebe seu corpo e seu mover. Depende de uma atitude interna, invisível, que levaria a uma organização corporal que, por sua vez, transformar-se-ia na matéria de dança do indivíduo. Para Laban, dançar seria um constante modular do peso. Cada indivíduo experimenta uma forma própria de se relacionar com a gravidade e esta forma faria emergir uma certa assinatura corporal, intrínseca à história corporal pessoal de cada um. Isso se assemelha ao que chamo de *atitude ponderal*. Penso que dançar é algo parecido com *criar poéticas ponderais*.

O acesso progressivo à verticalidade pelo desenvolvimento da musculatura gravitária está assim, indefectivelmente, ligado à história psicológica do indivíduo e de sua relação com o outro. Não há modificação da tonicidade do corpo sem mudança do estado emocional e vice-versa. Ora, os músculos tônicos antecipam toda possibilidade de movimento, portanto, de transferência ponderal, enquanto o tecido conjuntivo mobiliza a globalidade da estrutura corporal. Não só o peso, afeto e movimento se fundem uns nos outros, mas o menor dos movimentos implica o indivíduo na sua totalidade funcional. Noutras palavras, a própria fibra do ser se vê atingida quando entra em jogo com o peso. Rudolf Laban não se contentou em fantasiar nesse jogo o meio de uma lembrança, ao mesmo tempo difusa e global, dos estados da matéria. Viu também nisso o vetor de uma transformação profunda no indivíduo. Mergulhando na matéria corporal, inscrevendo nela ativamente o seu imaginário, o bailarino reconfigura, com efeito, suas disposições perceptivas. Para Laban, a dança não poderia depender de uma forma de expressionismo qualquer. Se a ‘moção’ não é separável da ‘emoção’, como é que poderia expressá-la? A dança não exprime nenhuma interioridade psicológica. Ela é fundamentalmente, segundo a expressão de Laban, o ‘poema do esforço’ pelo qual o ser não cessa de inventar a sua própria matéria (SUQUET, 2008, p. 529-530).

Já nos anos 1940, Merce Cunningham leva seus bailarinos a subverterem suas percepções que, segundo o coreógrafo, mesmo quando inconscientes, seguiam um certo padrão corporal expressivo mais ou menos conhecido e condicionado. Cunningham, junto com seu colaborador John Cage, começam a fazer uso da aleatoriedade das suas composições, no sentido de subverter as percepções, colocando a ‘assinatura corporal’ à prova para possibilitar uma nova expressividade. Os bailarinos de Cunningham têm um controle absoluto de seu centro de

gravidade, conferindo uma sensação de extremo domínio corporal. Steve Paxton, que integrou a companhia de Cunningham no início dos anos 1960, explorou este controle gravitacional de outra forma, numa forma partilhada, numa dança que se fundamenta na troca de peso entre os bailarinos. Esta dança levou o nome de *contact improvisation* ou *dança contato*.

Como o nome sugere, o *contato improvisação* é uma dança que parte do contato físico entre, ao menos, duas pessoas. Há grande valorização do tato nesta dança, uma vez que não podemos tocar sem ser tocado. A entrega do peso ao parceiro modula as dinâmicas e os esforços, numa dança fugaz e sem premeditações, uma vez que nasce no ato da relação ponderal. Paxton nomeou esta dança de ‘composição instantânea’, que reivindicava grandes modalidades adaptativas dos bailarinos. Na dança contato, a visão cede lugar a outras percepções. Os movimentos são orientados pelo senso cinestésico do movimento. Sua forma e sua estrutura estão subordinadas a seu processo. Há uma grande valorização na emergência do movimento e uma certa emancipação dos outros sentidos do corpo. O corpo assume seu lugar de matéria sensível e pensante (SUQUET, 2008, p. 533-538).

Uma possível organização desse ‘invisível’ na dança começou a aparecer em coreografias e experiências de movimento a partir do século XX, como se a opacidade da carne deixasse de existir. Este novo lugar do movimento possibilitou a investigação de formas heterogêneas de pensar e fazer dança, evidenciando a figura do bailarino como criador de sua própria obra a partir da investigação de sua corporeidade. Loïe Fuller, Isadora Duncan (1877–1927), Rudolf Laban (1879–1958), Ruth Saint Denis (1879–1968), Mary Wigman (1886–1973), Ted Shawn (1891–1972), Martha Graham (1894 –1991), Merce Cunningham (1919–2009), Steve Paxton (1939) e outros tantos bailarinos, artistas e estudiosos da dança trouxeram o movimento para uma outra esfera perceptiva, possibilitando aflorar um corpo menos idealizado, mais encarnado, que quer experimentar seus limites. A cinestesia passa a ser ingrediente fundamental dos estudos em dança, uma vez que o pesquisador parte de suas vivências corporais para pesquisar em dança, numa auto-etnografia, evidenciando a importância da experiência pessoal nas pesquisas em dança.

A experiência, a possibilidade de que algo nos aconteça ou nos toque, requer um gesto de interrupção, um gesto que é quase impossível nos tempos que correm: requer parar para pensar, parar para olhar, parar para escutar, pensar mais devagar, olhar mais devagar, e escutar mais devagar; parar para sentir, sentir mais devagar, demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, falar sobre o que nos acontece, aprender a lentidão, escutar aos outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço (BONDÍA, 2002, p. 24).

A cinestesia é o ingrediente principal desta pesquisa. Ela precisa de um tempo propício e encontra esta possibilidade na dança. Encontra este tempo em meu corpo, um tempo de parar e reparar. um acidente. ascendente. pare, repare: a sua respiração...

no corpo uma cartografia tensional se constrói ao mesmo tempo em que tensões internas se desmancham. ao mesmo tempo que a paisagem se transforma, o corpo urge expressar afetos. os afetos pedem passagem, o corpo cartografa composições que se fazem necessárias. a gravidade ajuda a cunhar matéria de expressão na carne. corpo palimpsesto. quantas camadas posso aguentar? quantos segredos minha pele carrega? quão longe posso caminhar? haverá um astrolábio que me localize?



Figura 71 Caminho para a Cachoeira de Santa Barbara, Cavalcante, GO, 2013.

5.4. PRELÚDIO CORPORAL - CONCEPÇÕES DE CORPO A PARTIR DO SÉCULO XX

Para contextualizar o corpo trabalhado na *Montanha*, apresento um breve levantamento das concepções de corpo que influenciaram, principalmente a partir do século XX, a forma de se fazer e pensar dança, até chegar na abordagem do *corpo enquanto experiência*¹¹⁷, pilar da Educação Somática¹¹⁸, que ressoa amplamente nesta pesquisa. Como na Educação Somática, nesta pesquisa o corpo é percebido e vivenciado a partir de uma perspectiva interna e integrada.

Segundo Bolsanello¹¹⁹ (2005), a partir das mudanças de paradigmas proporcionadas pelo pós-Positivismo e pelos questionamentos epistemológicos trazidos pela fenomenologia, principalmente por Merleau-Ponty (1908-1961), a experiência corporal e subjetividade humana passaram a ser validadas como fonte de conhecimento. Esta mudança de paradigma provocou importantes mudanças na maneira de se pensar e se fazer dança, principalmente a partir de 1960. Mudanças na forma de apreender o corpo deixaram obsoletos os métodos de ensino onde a cópia dos movimentos prevalecia, abrindo espaço para a investigação do imaginário e do sensível no corpo, atitude que revolucionaria a dança nas décadas posteriores. Foi nesta época que a Educação Somática encontrou um amplo terreno fértil para sua expansão: a dança.

O desenvolvimento das práticas somáticas na dança promoveram grandes mudanças estéticas e pedagógicas, ampliando espaço para as improvisações como métodos de investigação de novos padrões de movimento, para além do transbordamento de emoções proposto por Isadora Duncan no início do século. A própria (i)materialidade do corpo, do movimento, passou a ser motivo de exploração, reafirmando a dança como uma arte autônoma, não mais um instrumento de representação.

A ousadia estética da dança possibilitou um novo campo de investigação e atuação para a Educação Somática, que por sua vez fornecerá subsídios para os artistas da dança materializarem a expansão do corpo desejada. Importante averiguar que na mesma época da expansão somática aconteceram grandes avanços nas pesquisas sobre a cognição humana,

¹¹⁷ O conceito de corpo enquanto experiência se insere numa ideologia holística e ecológica que preconiza o homem como um ser total que, como todo ser vivo, tem a capacidade de se auto-regular : de buscar um estado de equilíbrio físico, psíquico, social e em suas relações com o meio ambiente (BOLSANELLO, 2005, p.100).

¹¹⁸ A Educação Somática é um campo teórico e prático que aborda relação consciência e aprendizado a partir da experiência (BOLSANELLO, 2016), evidenciando os aspectos subjetivos do corpo como referência primordial de aprendizado. No capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha* desta dissertação, trago algumas considerações sobre a influência da Educação Somática nesta pesquisa.

¹¹⁹ Débora Pereira Bolsanello é especialista em Educação Somática pela Université du Québec à Montréal (2004) e Mestre em Dança (2005) pela Université du Québec à Montréal (revalidado UFBA), concentrando sua pesquisa em Educação Somática e corporeidade.

abalando crenças de como o humano construía seu conhecimento sobre o mundo, colocando em xeque a soberania da visão sobre os outros sentidos.

Greiner e Amorim (2005) também apontam mudanças significativas no modo de se pensar o corpo no ocidente a partir de Merleau-Ponty. O corpo começou a ser pensado como, ao mesmo tempo, uma estrutura física e vivida, conferindo grande importância para situações interna e externa do corpo, fenomenológicas e biológicas, sem ser em universos opostos. Na virada do século XIX para o século XX, com forte influência de Friedrich Wilhelm Nietzsche (1844-1900), surgiram novas metáforas para definir o corpo que nascia das experiências corporais¹²⁰. As mudanças sucessivas dos termos usados como metáforas de corpo apontam as sucessivas mudanças do pensamento, que cada vez mais dá importância à singularidade dos estados corporais individuais. (GREINER, AMORIM, 2005, p.25-26). A partir do século XX, cada vez mais pesquisadores apontam que o corpo pensa e gera pensamento, ou seja, que o pensamento se constrói no corpo, pelo corpo e a partir da experiência.

Nas experiências artísticas do corpo, em especial na dança, podemos dizer que ocorre uma experiência diferenciada no corpo que dança, enquanto dança. Para um corpo dançante, é desejável uma sensibilidade distinta que nos permita realizar uma gama de diferentes associações entre as informações vivenciadas. Diversas pesquisas artísticas e acadêmicas¹²¹ trazem propostas para uma aproximação a este corpo.

As diferentes formas de representação do corpo na contemporaneidade também apontam para uma tentativa de trazer à tona novas possibilidades de percepção corporal, embora ainda muito ligadas ao sentido de sua representação visual. Interessante notar que, mesmo para explicar que algo não está sujeito ao império da visão, acabamos por utilizar termos que reforçam sua supremacia em relação aos outros sentidos. A própria ideia de trazer à tona pode sugerir algo velado, interno, obscuro ou escondido, ou seja, um algo que escapa a visão e que, para ser considerado, precisa emergir, materializar-se, estar sobre a incidência da luz para ser visto. Essas terminologias ainda carregam resquícios de um pensamento dual, de um corpo de

¹²⁰ Talvez a mais conhecida tenha sido a proposta por Antonin Artaud (1896-1948), e desenvolvida pelo filósofo francês Gilles Deleuze (1925-1995) do *corpo sem órgãos, ou CsO*. O CsO estaria relacionado a um corpo cujos processos afetivos estariam nas fissuras, e não nas partes organizadas de um todo. Para saber mais: DELEUZE, Gilles. *Mil platôs: capitalismo e esquizofrenia*. Editora 34, 2000; DELEUZE, Gilles; GUATTARI, Félix. *O Anti-Édipo: Esquizofrenia e Capitalismo*, 1985.

¹²¹ “A presença de cada indivíduo enquanto experiência no mundo, provido de sua memória pessoal relacionada ao momento presente, pode permitir ao indivíduo um maior acesso, não necessariamente consciente, às relações que podem se tornar mais complexas. [...] Partindo então destes princípios técnicos localizados, percebemos que a atenção dada à percepção do corpo quando em estado artístico pode ser diferenciada da percepção do cotidiano” (AMARAL, 2012, p.4).

dentro e outro de fora, do visível em oposição ao invisível, do racional em oposição ao emocional. Mas aos poucos, a experiência corporal ganha espaço nas discussões sobre nossa forma de perceber o mundo.

Os estudos sobre a visão começaram a produzir dados que abalavam profundamente as crenças sobre como o ser humano constrói o conhecimento sobre o mundo. Mostrou-se que a visão não é um fenômeno passivo, de captação da imagem dos objetos do mundo, mas, sim, uma construção do cérebro na interação com esses objetos, no qual participam, além da informação visual, outros tipos de dados, como tato, cheiro, sons e também experiências da memória. Essas pesquisas tiveram implicações filosóficas determinantes. A existência de uma realidade objetiva ficou seriamente abalada e a subjetividade passou a estar necessariamente implicada na construção de qualquer tipo de conhecimento. Este foi o começo do que mais tarde viria a se tornar, nos anos 1980-90, uma corrente teórica denominada *embodied cognition*, segundo a qual a experiência corporal (sensório-motora) é a base para a construção de qualquer tipo de conhecimento. A ciência chegava a conclusões muito importantes: o corpo está diretamente implicado no conhecimento do mundo — a maneira como se experiencia o mundo interfere determinadamente no que se conhece (DOMENICI, 2010, p. 72).

A Educação Somática tem contribuído muito para a criação de um campo epistemológico do corpo, evidenciando a subjetividade nos campos de estudos voltados para a dança. O corpo percebido a partir de si mesmo, em primeira pessoa, passa a orientar inúmeras escolhas estéticas e pedagógicas em dança. A partir desta perspectiva, quanto mais sensível o corpo, maiores seriam suas possibilidades criativas.

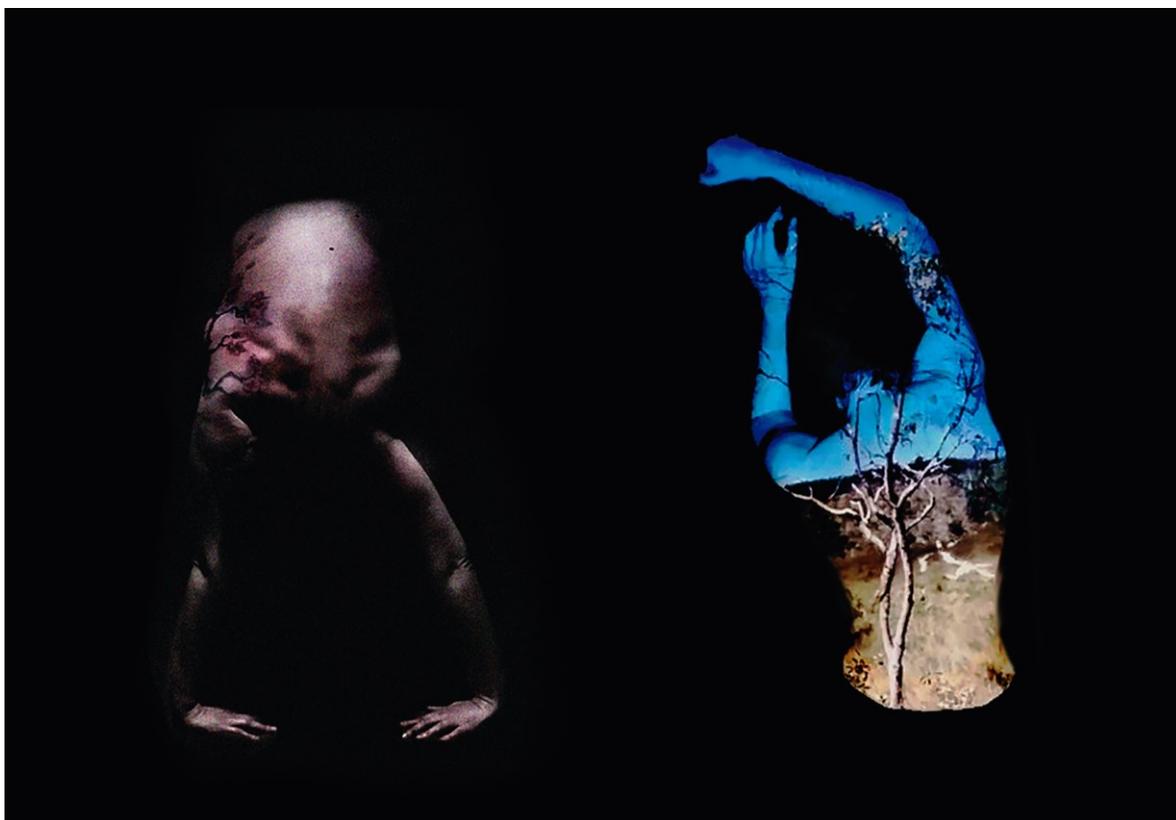
Existem inúmeras teorias e vertentes de pensamento que se propõem a entender o corpo, dentre as quais destaca-se Mabel Todd (1880-1956), precursora da *Ideokinesis*¹²² uma das mais antigas abordagens corporais que unem o corpo e a mente para melhorar padrões musculares. Em seu livro, *The thinking body: a study of the balancing forces of dynamic man*, publicado em 1930, Todd explica alguns dos mecanismos corporais complexos que tornam possíveis as ações neuromusculares, usando imagens específicas que poderiam ajudar a modificar padrões de movimento. Esse estudo foi desenvolvido e aprofundado por sua aluna, Lulu Sweigard, que deu a esse estudo de reorganização corporal com imagens o nome de *Ideokinesis*. A partir desta pesquisa minuciosa do sistema de equilíbrio corporal, poderiam ser identificados alguns padrões de movimentos menos eficientes e, portanto, não desejados. A *Ideokinesis* seria uma abordagem corporal que possibilitaria restabelecer este equilíbrio, utilizando-se de imagens

¹²² No capítulo *O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da Montanha*, trago uma ampla discussão sobre a *Ideokinesis* e suas implicações nesta pesquisa.

específicas como mediadoras das sensações internas e do movimento visível. A *Ideokinesis* teve profundo impacto da construção do corpo da *Montanha*¹²³.

¹²³ No capítulo *Dossiê da Montanha: frestas de um pensamento em dança*, a narrativa foi realizada a partir dos princípios da *Ideokinesis* trabalhados no processo de criação da *Montanha*.

Na tentativa desesperada de não morrer de meus próprios clichês, busco experiências que me proporcionem novos gestos, mesmo que serigrafados em cima de impressões prévias, mesmo que meus entre-gestos transbordem minhas impregnações - às vezes até com mais força do que os gestos escolhidos conscientemente. Palavras, sem tanto valor. os gestos não são da ordem da nomeação... Um conjunto de relações escapou de minha vontade de dizer e se pronunciou independentemente de minha vontade. Agora fico gesticulando sem parar.



*Figura 72 Estudo ponderal para a performance Montanha.
Na esquerda, Montanha condensada, à direita, Montanha evaporada.*

5.5. PRELÚDIO VESPERTINO - CONSIDERAÇÕES ESCRITAS DE UMA PESQUISA GUIADA-PELA-PRÁTICA

Gosto de pensar que escrevo em um prelúdio vespertino. Não somente porque este texto foi escrito no entardecer deste estudo, mas porque pensar no amplo contexto em que esta pesquisa se insere é um ótimo pretexto para apreciar um pôr-de-sol-azul-e-laranja do Cerrado. O que me motivou nesta jornada, as coisas que me são caras, podem ter a sorte de serem atualizadas à medida que compartilhadas, dilatando o instante minucioso da partilha de saberes. Melhor ainda se em companhia de amigos. Sigo escrevendo e celebrando este encontro por meio desta escrita. Interessante notar que minha experiência se assemelha à do leitor à medida que leio o que escrevo, tomando consciência da construção do meu pensamento criativo.

Estes escritos, pois, resultam de uma pesquisa em dança contemporânea. Uma particularidade é que além de ser a pesquisadora, sou também a artista da obra pesquisada. Uma vez que as experiências vivenciadas por mim foram utilizadas como dados etnográficos, também sou o próprio corpo da pesquisa. Numa pesquisa em arte como esta, há o risco de cair em um certo narcisismo ou, num extremo oposto, ocorrer um distanciamento da principal fonte de conhecimento - minha própria experiência. Minhas experiências de movimento agregaram outras paletas de cores depois que conheci o Cerrado. Foi encantamento à primeira vista.

Há 15 anos, uma grande mudança de latitude em minha vida modificou minha forma de apreender o mundo. Uma paixão modificou de maneira importante minha forma de experienciar a dança. Essa paixão que tomou meu corpo de assombro tinha nome: Cerrado. Minha atual pesquisa artística em dança, que chamo de *Cerrado Densidade Ressonância*, aflora a partir desta paixão. *Cerrado Densidade Ressonância* é um processo prene, com alguns rebentos em maturação. É o caso da performance *Montanha*¹²⁴, que é analisada ao longo dos quatro capítulos desta pesquisa artística.

A pesquisa em arte possui necessidades específicas que nem sempre os modelos tradicionais da pesquisa qualitativa ou quantitativa conseguem atender de modo satisfatório. Brad Haseman (2006) discute que ao longo da última década, a pesquisa guiada-pela-prática emergiu como uma estratégia potente para estes pesquisadores em artes cujos propósitos e condutas apontam outros entendimentos sobre como o conhecimento é criado. Este tipo de

¹²⁴ A performance *Montanha*, parte do rebojo criativo de *Cerrado Densidade Ressonância* se desencadeou a partir da disciplina Laboratório de Criação em Artes Cênicas, oferecida aos alunos do Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas da UnB no primeiro semestre de 2017 pelo professor Marcus Mota.

pesquisa prática é conhecida por diversas nomenclaturas, entre elas prática criativa, pesquisa performativa, performance como pesquisa, pesquisa através da prática, prática como pesquisa ou pesquisa guiada-pela-prática. A pesquisa guiada-pela-prática é intrinsecamente empírica e vem à tona quando o pesquisador cria novas formas artísticas para performance e exibição (HASEMAN, 2006).

Os pesquisadores guiados pela prática normalmente sentem-se limitados ao usarem palavras para captar nuances e sensibilidades que emergem do processo e acabam optando por outros meios simbólicos para apresentarem seus resultados. Neste tipo de pesquisa a prática em si é essencial e prescinde todo o pensamento construído, e o pesquisador acaba inventando seu próprio método de registro. Este é o caso desta pesquisa, que apresenta uma escrita ‘solta’ em capítulos a serem lidos na ordem que o leitor desejar, diversos vídeos de estudos realizados durante o processo criativo e pressupõe a apreciação de uma performance.

Durante o registro desta pesquisa procurei evidenciar seu aspecto experiencial e subjetivo, promovendo construções de realidades a partir do meu próprio ponto de vista, incorporando os saberes sensíveis integrados aos conhecimentos teóricos.

“Na pesquisa pós-positivista, uma variedade de possibilidades de escrita incluem a autobiografia, o conto, a justaposição da obra de arte, diários, poesias etc., tornando a pesquisa compatível com a dança. Já as pesquisas com prática artística não são apenas compatíveis com a arte: elas nascem da arte, de seus modos particulares e únicos de articular, relacionar diferenças e criar conhecimento. Neste sentido, o conhecimento com dança é inovador e relevante não apenas para a dança ou para as artes, mas para o contexto da pesquisa num âmbito bem mais amplo. A dança reconquista, assim, um território de produção de conhecimento que lhe é próprio e único, além de fundamental para a integração das várias faculdades e aspectos numa contemporaneidade fragmentada, separatista e desensibilizante” (FERNANDES, 2014, p. 23).

Partindo do ponto de que esta pesquisa em dança está intrínseca à minha corporeidade, a complexidade em analisar a minha própria prática acontece devido às ressonâncias desta observação em meu corpo no decorrer da pesquisa. Para apreender de maneira sensível as possíveis formas de cognição que ocorreram na experiência de movimento, realizei a análise do processo de construção da corporeidade da performance *Montanha* a partir de minha experiência com a *Ideokinesis*¹²⁵ e com o desenvolvimento da prática *bola bearlz*¹²⁶. Estas ressonâncias cinestésicas tornaram-se os dados etnográficos mais importantes desta pesquisa. A pesquisa etnográfica, na dança, permite levar em conta o saber da dança propriamente dita,

¹²⁵ Ver capítulo O Ambiente em meu Corpo de Dança - construindo a corporeidade da *Montanha* desta dissertação.

¹²⁶ idem

relacionando-o com outros saberes, permitindo uma teoria que emerge da prática, um conhecimento de dança, e não somente sobre a dança (MEYER, 2014, p.8).

O uso de imagens videográficas teve papel muito importante na auditoria do que seria incorporado na performance e na escrita, evidenciando meus critérios de seleção. Cada imagem ou sensação selecionada funcionava como uma guia para conceituar ideias sobre corpo e sobre o processo criativo da *Montanha*. Como em uma autoscopia,¹²⁷ eu permanecia em constante autoavaliação da imagem poética por meio da auto-observação.

Nesta pesquisa, o momento da documentação do processo - diário de bordo, vídeos, áudios, fotografias, desenhos, rabiscos, poemas - proporcionou um distanciamento relativo da experiência do movimento que permitiu aflorar alguns horizontes teóricos para a compreensão dos saberes que emergiram. O registro interferiu na prática, e vice-versa.

Minha corporeidade foi constantemente reinvestigada a partir da documentação. Da mesma forma, a análise da documentação possibilitou novos devires poéticos. O modo com percebo a dança se revelou, em meu diário de bordo, de maneira intimamente ligado à minha história pessoal de vida, de movimento. Os registros detalhados da experiência criativa vivenciada em *Montanha* revelaram, aos poucos, a forma como percebo a experiência da criação, como os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo da pesquisa encarnaram no corpo, dialogando com experiências anteriores, num rebojo dos saberes operacionais envolvidos nos processos criativos.

Um dos momentos mais desafiantes desta pesquisa foi encontrar uma forma de registro que desse conta deste momento impreciso e sensível do processo de criação da *Montanha*. Optei relatar a experiência vivenciada por meio de uma narrativa auto-etnográfica, evocando experiências sensíveis pessoais para além das decorrentes deste processo. Esta escolha possibilitou uma convergência dos saberes vivenciados e apresenta minha compreensão das experiências que surgiram. No entanto, não dispensam a presença da obra, produto polissêmico desta pesquisa, que carrega os dados não discursivos encarnados em meu corpo durante este processo e que só fazem sentido na experiência.

Ciane Fernandes (2015) traz uma modalidade de pesquisa guiada-pela-prática intitulada *Abordagem Somático-Performativa*. O termo Somático está relacionado à palavra *soma*, que

¹²⁷ “A autoscopia vale-se do recurso de videogravação de uma prática, visando a análise e auto-avaliação por um ou mais protagonistas dessa prática. Por meio da videogravação objetiva-se apreender as ações do ator (ou atores), o cenário e a trama que compõem uma situação. O material videogravado é submetido a sessões de análise a posteriori da ação os quais se destinam a apreensão do processo reflexivo do ator (ou atores), através de suas verbalizações durante a análise das cenas videogravadas” (SADALA, 2004, p. 419).

faz referência ao ser em sua total integração corpo-mente. Segundo a autora, esta abordagem vem se mostrando um paradigma auspicioso para as artes que enfatizam o corpo e seus processos como forma de criar conhecimento, em especial às artes cênicas.

A pesquisa em artes cênicas não se inicia nem se baseia em teorias de outras áreas, mas as utiliza para confirmar e correlacionar dados artísticos. O que legitima a pesquisa em artes cênicas é a prática imersiva intensa e viva na obra de arte e suas particularidades constitutivas, ao qual se associam teorias conforme a coerência e necessidade da obra estudada. As artes – em especial as cênicas – são constituídas por movimento (pausa e ebulição), presente no corpo, cena, preparo, recepção, ensino, pesquisa, escrita, palestras, registros etc. (FERNANDES, 2015, p.83)

De uma certa forma, percebo que esta pesquisa se aproxima da Abordagem Somático-Performativa trazida por Ciane, pois o guia para o registro e análise dos processos vivenciados foi a intensidade dos sentidos gerados a partir de minha experiência prática. As formas de registro desta pesquisa emergiram à medida que a própria poética do trabalho se edificava. O mergulho intenso e minucioso no movimento, o exercício constante de perceber e seguir cada impulso que emergia, num estado constante entre mover e ser movido, entre o que é consciente e o que está inconsciente, levou-me a um estado de presença como se eu pudesse testemunhar o rebento do movimento desde o íntimo do meu corpo até o momento em que ele se torna visível por meio de uma ação física, um pensamento, uma sensação, um poema, uma dança.

A abordagem corporal trazida pela *Ideokinesis* foi fundamental no mapeamento deste fluxo de movimento, possibilitando-me perceber alguns padrões corporais automáticos no momento em que surgiam, dando a oportunidade de meu corpo construir novas rotas para o fluxo do movimento acontecer. Todas as minhas experiências tornam-se paisagens corporais por meio das quais passo a perceber o mundo. Nesta pesquisa esforcei-me em narrar as sensações e imagens delineadas em meu saber corporal olhando para minha própria trajetória, pensando a construção do meu saber em dança, revisitando minhas memórias corporais e sugerindo a abordagem corporal da *Ideokinesis* com porta de entrada para esse mergulho interno. A experiência do movimento transforma e forma minha maneira de apreender o mundo e influi em minha forma de atuar sobre ele.

Apesar de ser uma experiência individual, acredito que esta pesquisa não se encerra em um narcisismo pois permanece conectada às pesquisas de outros artistas do movimento, ajudando a entender como o ato de criação se transforma no próprio método de pesquisa, carregando toda a entropia¹²⁸ e autonomia inerentes ao processo artístico.

¹²⁸ Entropia aqui foi usada para referir-se ao grau de desordem, incerteza e casualidade em que as informações são vivenciados no processo criativo, muita das quais são inapreensíveis e irreduzíveis ao registro.

A experiência no corpo da *Montanha* mobilizou a escrita ao mesmo tempo que esta alimenta a experiência. Diversas camadas sensíveis se entrelaçam com referenciais teóricos, dando suporte à criação. Junior e Bonfitto (2016) apontam para uma possível escrita dos erros, a elaboração de uma escrita que pudesse abrir ao pesquisador o registro das incertezas como forma de aproximar o leitor da experiência vivenciada pelo artista-pesquisador, permitindo o fator-surpresa presente nos processos aliar-se ao registro, evidenciando a antropofagia do pesquisador-artista, ao apropriar-se das referências, ao expor suas incertezas, ao compartilhar suas frustrações.

Registrar a dança. O registro do registro, o registro da cena, o registro do processo, o registro dos referenciais que deram origem ao processo, a reflexão prática. E a dança continua irregistrável. A maioria dos percursos e escolhas acontecem quando o corpo decide que é chegada a hora. Enquanto aguardo esta hora, sigo caminhando, na esperança de encontrar alguma paisagem nova. De repente me dou conta que estou caminhando em círculos. Sigo buscando referenciais de que o pensamento acontece no movimento. Enquanto isso, meu corpo permanece estático em frente a esta tela. Registrar a dança por meio da escrita é perceber a impossibilidade de sua fixação no papel. É caminhar por suas arestas, é perceber o que escapa do registro. É o que não está lá e, no tanto, sempre esteve. Como quando vi pela primeira vez a cachoeira da Santa Bárbara e não precisei de explicação. O que eu vejo quando vejo um corpo que dança não é apenas a forma do movimento que se apresenta os meus olhos, da mesma forma que os sentidos obtidos no procedimento desta escrita escapam pelos os espaços em branco entre as palavras deste texto.

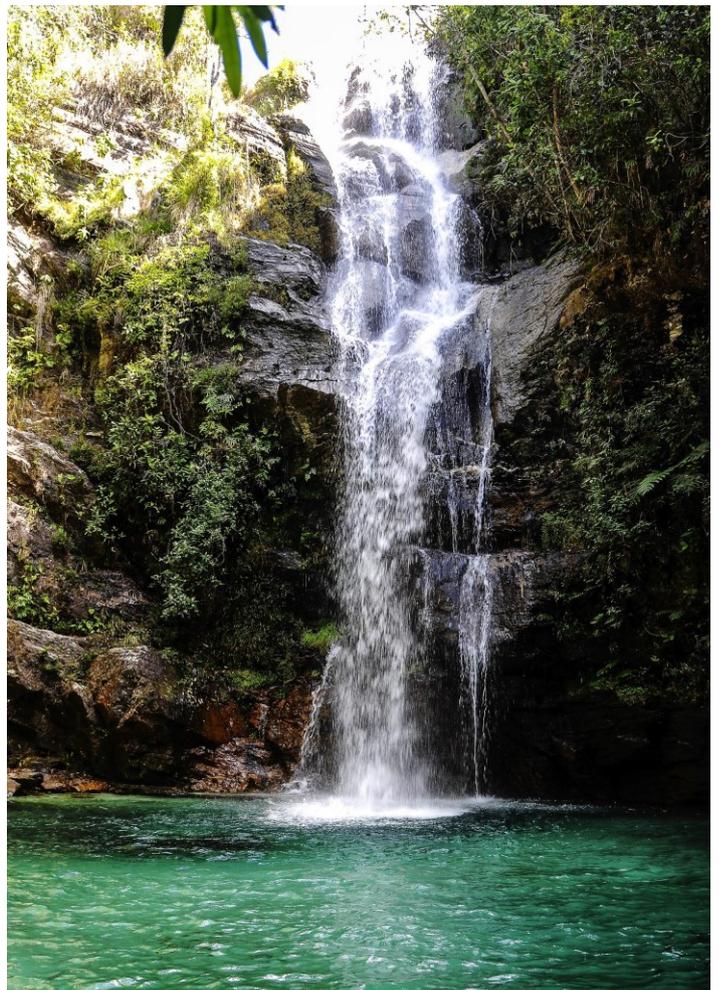


Figura 73 Cachoeira de Santa Bárbara, Cavalcante-GO, 2013.

5.6. PRELÚDIO CRIATIVO - CONSIDERAÇÕES SOBRE O PROCESSO

Cerrado Densidade Ressonância, processo criativo em andamento, continua a deixar muitos rastros de seu percurso em minha experiência pessoal, alguns mais velados que outros. A maioria destes rastros estão registados em meu corpo e modificam continuamente minha maneira de vivenciar o próprio processo, interferindo em meus critérios de seleção do que consigo trazer à tona e o que ainda permanece submerso. A performance *Montanha* reflete um pouco este momento, e narrar seu processo de criação tem me ajudado revelar camadas superpostas do processo de criação que, quando explicitadas, trazem consigo a construção de meu pensamento, de meu corpo, revelam a constante metamorfose de minha percepção. O processo criativo da *Montanha*, precioso viveiro, foi permeado por inúmeras formas de registro. A escrita tem ajudado a romper nuances da construção do meu pensamento durante o processo criativo.

A experiência que, no tempo desta escrita, convergeu-se na obra *Montanha* ainda é móvel, processual e, por isso, alguns pontos tendem a escorregar de minha apreensão. Revelar o processo de construção do corpo da *Montanha* evidenciam meus critérios de seleção e rejeição do material que, aos poucos, se condensava. Os registros não foram feitos de forma linear, e esta não linearidade se dá devido aos processos de inter-relação e interconexão entre pensamentos e áreas diversas, às vezes divergentes. No decorrer do processo, algumas situações condensavam-se como se fosses nós, pontos de adensamento e aglutinação de ideias, em torno dos quais outras relações se estabeleciam. Estes nós surgiam ao longo do processo ora por insistência em uma ideia ora como relampejos de sentidos. Advinham como *insights* cuja força poética era suficientemente intensa para condensar experiências em sua órbita. Uma verdadeira rede criativa, que proliferavam novas possibilidades de construção. Salles (2016) evidencia que para entendermos a interatividade nas conexões de redes criativas, devemos estar atentos à influência mútua que se estabelece entre os elementos da rede, em todas as direções. No caso da dança, as conexões acontecem, ao mesmo tempo, por dentro e por fora da pele, possibilitando novos nexos, gerando novas relações, possibilitando a criação.

No ato criador, uma das maneiras do desenvolvimento do pensamento se dá por meio de inferências, ou seja, o novo é gerado partir de um conjunto de questões previamente conhecidas, que servirão para futuras inferências. Não há uma busca pelo princípio gerador original, nem de se chegar a uma obra acabada. O resultado do processo criativo é mais uma etapa do processo, e carrega o potencial para uma nova criação. (SALLES, 2016, p.20).

Cecília Salles, em seu livro *Gesto Inacabado: Processo de criação artística* (1998), aponta que acompanhar o percurso no artista por meio da crítica genética¹²⁹, ou seja, acompanhar o registro de seu processo criativo - rascunhos, roteiros, diários, notas, esboços - pode trazer à luz os procedimentos que tornaram sua construção possível, revelando a edificação do pensamento por trás da obra. Para Salles, ao nos aproximar da obra artística pelo viés de sua construção, criamos aberturas para uma possível leitura do pensamento construído na experiência do fazer artístico.

Jorge Larrosa Bondía (2002), doutor em pedagogia pela Universidade de Barcelona, diz que nosso processo de subjetivação ocorre no acontecimento, ou seja, por meio da experiência. E para que a experiência aconteça, seria preciso dar-lhe o tempo propício. Os registros do processo criativo da *Montanha* falam sobre o tempo que estive mergulhada em sua construção, receptiva e atenta aos vestígios do acontecimento. O saber vindo da experiência da *Montanha* está encarnado em mim. É um saber inseparável. Neste momento, confio nesse saber e esforço-me para trazê-lo à tona por meio da palavra para partilhar com outros pesquisadores em dança. Escrever é uma montanha à parte.

¹²⁹ A Crítica Genética surgiu com o desejo de melhor compreender o processo de criação artística, a partir dos registros dos percursos deixados pelo artista. O nome Genética faz referência ao processo de gênese das obras pesquisadas.

danço. viagem corpórea. viajar é maravilhar-se e decepcionar-se. uma ilusão de ter vencido a distância, de ter apagado o tempo. a distância sempre será intransponível. com ela, desenho meu espaço. estou no marco zero. o que desejo ver? o que não vejo? o que de fato faz com que eu veja? ... o que é destinado a ser visto. nada mais. tem processos que nos deslocam. tem encontros que nos rompem. racham nossa experiência temporal, nos põem a deslocar, tremem nosso chão. meu ponto zero sismográfico tremeu. caminho. todas as distâncias partem de mim. não há astrolábio que me localize. estou aqui, seja lá onde este aqui estiver. não é porque você voltou que você voltou. sair é mais fácil que chegar.

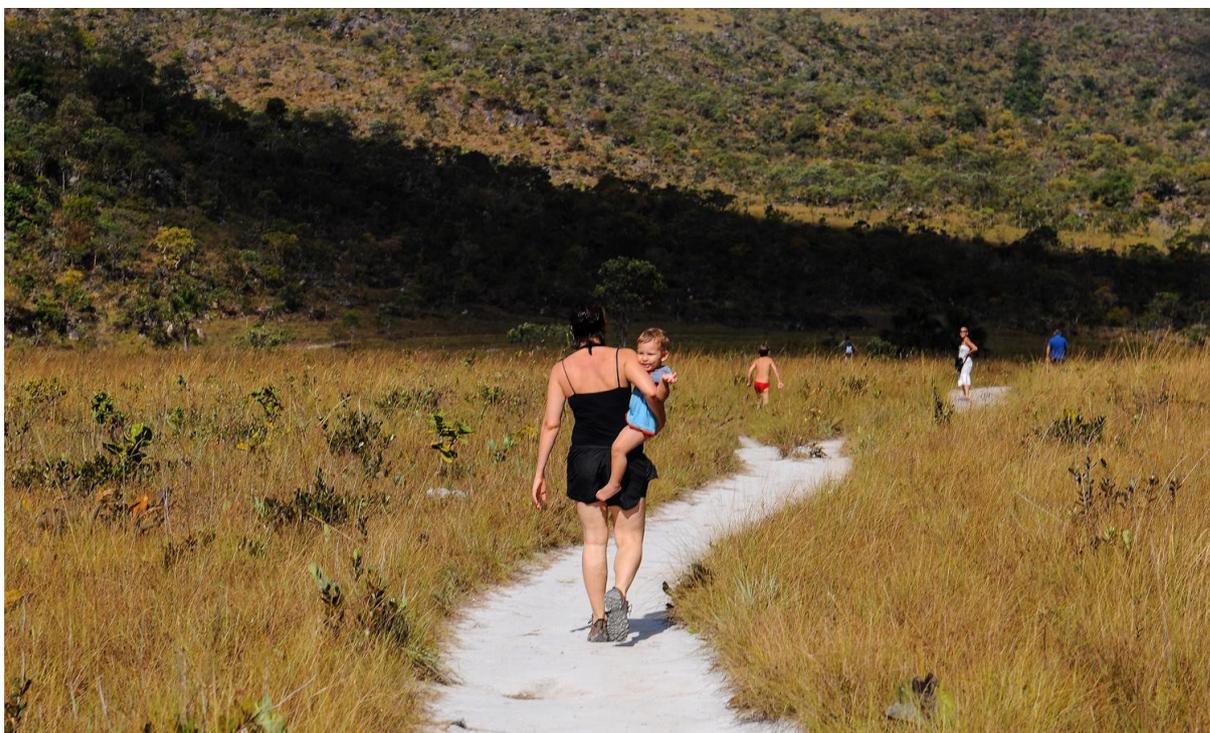


Figura 74 Caminho para cachoeira de santa Bárbara, Cavalcante - GO, 2013. Imagem realizada durante pesquisa de campo para o espetáculo Caçada. Estou carregando meu filho Lui nos braços.

5.7. PRELÚDIO PONDERAL OU DIÁRIO DA MONTANHA - PONDERAÇÕES E CLAUDICAÇÕES POÉTICAS DE MEU DIÁRIO DE BORDO

*

O que vejo? Entre mim e o mundo há um terreno de distâncias, ambivalências e contradições a serem encontradas. A visibilidade é o encolhimento do invisível. Olho o mundo, o mundo me olha. Vejo de dentro e sou vista de fora. Um universo se configura. Caminho. Gosto de viajar, entrar no Cerrado. O horizonte está por todo lado. O longínquo me chama. Caminho. Na distância extrema, sinto uma aproximação absoluta. Minha alma se desloca sob a lua fina, um espaço aparece. Um pé à frente do outro. Sinto o tremor da terra sob meus pés. Quando chegarei? Quando saí? Só posso pensar daqui, seja lá onde este aqui estiver. À medida que avanço, alguns lugares se iluminam. O mundo aparece no silenciamento do corpo. Vejo o mundo, tenho o mundo à distância. Perco o mundo à medida que o vejo. O que me resta? Talvez suas fissuras e sombras.

*

O mundo tem o tamanho de minha percepção. Preciso da distância para que o horizonte se faça aos meus olhos. Localizo-me: estou sobre a terra e sob o céu. Levanto meus olhos e vejo um caminho possível. Um desejo de distância me põe a caminhar. Memórias passam como eclipses. Não há astrolábio que me localize. A distância pulsa e chama. Não quero chegar, apenas atravessar.

*

No céu, breu. Na distância extrema, a aproximação absoluta. Quimera. O espaço só aparece porque a alma se desloca. O aqui é lá onde ele estiver.

*

A imobilidade é conflito disfarçado. Um pé à frente do outro. Avanço no espaço, mas não tenho o espaço. Quando chegamos? Quando saímos? O movimento desaloja. Sua interpretação é posterior, e vem do outro.

*

Encontro. Dois corpos. Entre. Entro. Sou entre a imanência e a transcendência. Entre o visível e o invisível. Não há transparência: o encontro vai em direção à carne. O corpo sente e é sentido. Só posso pensar daqui, esteja este aqui onde estiver.

*

A *Montanha* aparece em espessura. Em condensamento. Uma concentração máxima. Entre mim e a *Montanha* há um terreno de distâncias. Ambivalências, contradições a serem encontradas. *Contradições*. Novamente, estou na distância que me separa da *Montanha*.

Te olho do meu ponto. Você me olha de volta do seu ponto. Dois pontos que não traçam uma reta: o encontro e a dissolução da hierarquia do observador. O invisível se encolhe: vejo a *Montanha*. Uma cicatriz na paisagem. Silêncio.

*

O mundo sempre se levanta com fissuras. Nestas frestas, talvez poderemos entrar. Ou sair. Para que o mundo apareça, há que se haver um espaçamento. Céu e Terra. Sobre a Terra, sob o céu. O céu é o movimento errante das estrelas. Um além e um aquém. Não quero desvelar a *Montanha*, quero entender suas sombras. Entendo à medida que atravesso. Se eu não me demoro, apenas descrevo. Mapas são pura invenção. A linguagem assedia.

*

Que dimensão é esta que me faz levantar os olhos? O que das coisas aparece em mim? Fiz cirurgia para tirar o véu dos meus olhos. Quando vi o mundo pela primeira vez, ele desapareceu. Hoje, a visão é dispositivo de segurança de elevador.

*

Idas e voltas. abismos. Olhar-fenda, uma percepção envelopada, sentida, terrena. Que será isso? nomear é dispor as coisas avizinhas pelo abismo, uma do lado da outra, até o infinito. Estranhamento é sempre a possibilidade de estar junto. Quando atravesso, meu espaço vem comigo. Sublime é a resistência máxima à queda. Um naufrágio é sublime, à medida que ficamos à deriva, enquanto o barco afunda.... Preciso ir ao infinito para voltar munida de espaçamentos. Escrevo o que alcanço. É isso ou nada.

*

O que nos faz sinal quando o coração diz: é aqui? Um precipício é mais um fragmento do mundo. Olho a *Montanha* de tal forma que lhe dou forma. Um percurso traça a ida e a volta.

*

A distância separou-me do horizonte. Tenho um lampejo ilusório de apreendê-lo. O relevo começa em meu corpo. O que vejo me escapa, meu corpo se reconfigura. Meu ponto de contato com o mundo se reconfigura sob meus pés. Percebo o instante ir para onde a astrologia e a geografia se tocam, neste espaço fora da norma que me separa do horizonte e me impele a seu encontro. Intersecção entre o céu e a terra, onde não há mais ponderações.

*

Cerrado. O silêncio me assedia. As intensidades dispensam qualquer necessidade de sentido. Contemplo. Meus pés, ainda embaixo de mim, configuram meus olhos. Caminho. Meus passos são minha medida. Minha respiração. Meu tamanho. Meu pulso. Meus passos são

fractais. Não sinto necessidade de nomear coisas que não significam mais. Meu dentro está imenso.

Sigo na vertical, percebendo meus vestígios se equilibrarem, ponderando como a chama de uma vela. Novos pontos de apoios, novas nuances de tensão. A paisagem tem a duração de um ponto de vista. Num instante mágico, o encontro se eterniza. Instante máximo, presença máxima. Se eu pudesse decifrar ao menos um lampejo mínimo deste acidente, nomeá-lo-ia? Existe linguagem que dê conta do encontro? Quanto maior o caminho, maior o vazio. O que resta? Segredo. Sagrado.

*

Meus olhos me cegam e me distanciam do mundo. Chegarei onde me for familiar. Onde eu for acolhida. Será este o encontro? Preciso de espaço. Preciso das sombras. Preciso da ausência de contornos, preciso das partes, da invenção, do inapreensível. Preciso tremer junto.

*

Uma suspensão perceptiva. Novo relevo. Corpo tectônico. Epifanias. Fluxo de intensidades. Apreendo o movimento que surge da tensão fecunda entre o fluxo do movimento e sua representação. Meu corpo canaliza intensidades e experimenta sentidos outros. Quanto se suporta do fluxo desencadeado no instante em que a paisagem se abre? Quantos afetos posso liberar? O que possibilita a troca? Talvez o grau de intimidade e abertura que me permito ao encontro.

*

Caminho escrevendo meus passos sobre a terra. A terra me toca infinitamente, infimamente. Cartografo o entre da distância experienciada e lembrada, Traduzo o mundo que consigo. Sonhos mapas impossíveis. Troco de latitude e de longitude, vou figurando aos poucos. O espaço esbarrou em mim. Não vi mais nada.

A medida das coisas talvez esteja como faço delas uma medida. Decanto devagar. A distância sempre disfarça alguma coisa. Vou abolir minhas coordenadas em prol da flutuação.

Como se reinventar a partir da relação? o que o encontro pode ensinar em relação ao outro? em estar com o outro? como fugir de uma esquizo-descrição do que já foi? como ligar o que, a priori, se opõe? talvez, dosando o afeto que dá o tom ao encontro. talvez, dosando o impulso. de qualquer forma, deve sempre haver o movimento. fica o vislumbre da mistura idealizada entre nossas falhas e pontos luminosos.



Figura 75 Pôr do sol no Mirante da Nova Aurora, Cavalcante - GO, 2013.

BIBLIOGRAFIA

- AMARAL, Ana Clara. A imaginação do corpo-em-arte. *ILINX-Revista do LUME*, v. 2, n. 1, 2012.
- BACHELARD, Gaston. *O ar e os sonhos: ensaio sobre a imaginação do movimento*. Martins Fontes, 2001.
- BERNARD, Andre; STEINMÜLLER, Wolfgang; STRICKER, Ursula. *Ideokinesis: A creative approach to human movement and body alignment*. North Atlantic Books, 2006.
- BIDLOO, Govard; LAIRESSE, Gerard; GUNST, Pieter Stevens van. *Anatomia humani corporis*. Tot Amsterdam, 1690.
- BOLSANELLO, Débora Pereira. *Educação Somática: Ecologia do movimento humano. pensamentos e práticas*. Curitiba: Juruá, 2016.
- _____. *Educação somática: o corpo enquanto experiência*. Motriz, Rio Claro, v. 11, n. 2, p. 99-106, 2005.
- BONDÍA, Jorge Larrosa. Notas sobre a experiência e o saber de experiência. *Revista brasileira de educação*, n. 19, p. 20-28, 2002.
- BORGES, Jorge Luís. Epílogo. *O fazedor*. Trad.: Josely Vianna Baptista. São Paulo: Companhia das Letras, 2008.
- CARRIÈRE, Beate. *Bola suíça: teoria, exercícios básicos e aplicação clínica*. Tamboré:Manole, 1999.
- COLLA, Ana Cristina. *Experiência e percepção*. *Anais ABRACE*, v. 9, n. 1, 2008.
- DOMENICI, Eloisa Leite. *O encontro entre dança e educação somática como uma interface de questionamento epistemológico sobre as teorias do corpo*. 2010.
- DOWD, Irene. *Taking root to fly*. Northampton, MA: Contact Editions, 1990.
- DUBATTI, J. *O teatro dos mortos: introdução a uma filosofia do teatro*. Tradução de Sérgio Molina. São Paulo: Edições SESC São Paulo, 2016.
- ELLIS, Carolyn; ADAMS, Tony E.; BOCHNER, Arthur P. *Autoethnography: an overview*. *Historical Social Research/Historische Sozialforschung*, p. 273-290, 2011
- FERNANDES, Ciane. Em Busca da Escrita com Dança: algumas abordagens metodológicas de pesquisa com prática artística. *Dança: Revista do Programa de Pós-Graduação em Dança*, v. 2, n. 2, p. 18-36, 2014.
- _____. Princípios em movimento na pesquisa somático-performativa. Resumos do 5º Seminário de Pesquisas em Andamento PPGAC/USP / organização: Charles Roberto Silva; Daina Felix; Danilo Silveira; Humberto Issao Sueyoshi; Marcello Amalfi; Sofia

- Boito; Umberto Cerasoli Jr; Victor de Seixas; – São Paulo: PPGAC-ECA/USP, 2015, v.3, n.1, p. 81-95.
- FORTIN, Sylvie; GOSELIN, Pierre. Considerações metodológicas para a pesquisa em arte no meio acadêmico. *ARJ-Art Research Journal*, v. 1, n. 1, p. 1-17, 2014.
- FORTIN, Sylvie; MELLO, Trad Helena. *Contribuições possíveis da etnografia e da auto-etnografia para a pesquisa na prática artística*. *Cena*, n. 7, p. 77-88, 2009.
- FREITAS, Alexander de. *Água, ar, terra e fogo: arquétipos das configurações da imaginação poética na metafísica de Gaston Bachelard*. *Educação e filosofia*, v. 20, n. 39, p. 39-70, 2006.
- GIL, José. *Movimento total: o corpo e a dança*. Antropos, 2001.
- GODARD, Hubert. *Gesto e percepção*. In *Lições de dança 3*, p. 11-35. Rio de Janeiro: UniverCidade, 2001.
- _____. *Reading the Body in Dance*. Rolf Lines, Boulder, Rolf Institute, v. 22, n. 3, p. 36-41, 1994.
- GRAY, Henri. *Gray's Anatomy With Original Illustrations By Henry Carter (e-book)*. Arcturus, 2011.
- GREINER, Christine; AMORIM, Claudia. *Leituras do corpo*. Annablume, 2005.
- HASEMAN, Brad. *Manifesto pela pesquisa performativa*. Resumos do 5º Seminário de Pesquisas em Andamento PPGAC/USP / organização: Charles Roberto Silva; Daina Felix; Danilo Silveira; Humberto Issao Sueyoshi; Marcello Amalfi; Sofia Boito; Umberto Cerasoli Jr; Victor de Seixas; – São Paulo: PPGAC-ECA/USP, 2015, v.3, n.1, p. 41-53.
- JUNIOR, Moacir Romanini; BONFITTO, Matteo. "escrita dos erros": sobre os possíveis modos de registro na pesquisa em artes cênicas. *Lamparina-Revista de Ensino de Artes Cênicas*, v. 2, n. 7, p. 111-118, 2016.
- KAHN, Charles H. *A arte e o pensamento de Heráclito: uma edição dos fragmentos com tradução e comentário*. São Paulo: Paulus, 2009
- LAERTIUS, Diógenes. *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*, trad. Mario da Gama Cury, UnB, 1987, p. 251-255.
- LOUPPE, Laurence; GARDNER, Sally. *Poetics of contemporary dance*. Dance Books Ltd, 2010.
- MACHADO, Maria Marcondes. O diário de bordo como ferramenta fenomenológica para o pesquisador em artes cênicas. *Sala Preta*, v. 2, p. 260-263, 2002.
- MARTINS, M. V. S. *O pensamento de Heráclito: uma aproximação com o pensamento de Parmênides*. 2007.

- MEYER, Sandra. Perspectivas auto-etnográficas em pesquisas com dança contemporânea. Anais. 29ª Reunião Brasileira de Antropologia. Natal, 2014.
- MOTA, M. *Teatro musicado, roteiro diagramático e seminários interdisciplinares: experiências em pesquisa, ensino e criação no laboratório de dramaturgia da Universidade de Brasília*. Cena, n. 19, 2016.
- NEWTON, Aline C. *Basic Concepts in the theory of Hubert Godard*. Rolf Lines, 1995.
- RENGEL, Lenira. *Dicionário Laban*. Annablume, 2003.
- RODRIGUES, Graziela. *Bailarino, pesquisador, intérprete: processo de formação*. Ministério da Cultura, FUNARTE, 2005, p. 46.
- ROLLAND, John. *Inside motion: An ideokinetic basis for movement education*. Rolland String Research Associates, 1996.
- SADALLA ARAGÃO, Ana Maria Falcão de; LARocca, Priscila. Autoscopia: um procedimento de pesquisa e de formação. **Educação e Pesquisa**, v. 30, n. 3, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ep/v30n3/a03v30n3.pdf>
- SALLES, Cecília Almeida. *Crítica genética: fundamentos dos estudos genéticos sobre o processo de criação artística*. São Paulo: EDUC, 2008.
- _____. *Gesto inacabado: processo de criação artística*. Annablume, 1998.
- _____. *Redes da criação - a construção da obra de arte*. horizonte, 2016.
- SILVEIRA, J. C. F., e J. Z. VITIELLO. *Repensando a dança contemporânea: aproximações com a dança moderna e a educação somática*. O Percevejo Online 7, nº1, 2016, p. 28-39.
- SUQUET, Annie. O corpo dançante: um laboratório da percepção. *Histórias do Corpo: as mutações do olhar*, v. 3, p. 509-540, 2008.
- SWEIGARD, Lulu E. *Human Movement Potential: Its Ideokinetic Facilitation*. University Press of America, 1974.
- TODD, Mabel Elsworth. *The thinking body: A study of the balancing forces of dynamic man*. Princeton Book Company Pub, 1937.
- VESALIUS, Andreas. 1543. *De humani corporis fabrica*, disponível em https://www.nlm.nih.gov/exhibition/historicalanatomies/vesalius_home.html, acesso em 01/05/18.

APÊNDICE

OUTROS PROCESSOS CRIATIVOS A PARTIR DO CERRADO

a) CAÇADA - como raízes em busca d'água

O espetáculo *Caçada - como raízes em busca d'água* surgiu a partir de uma pesquisa de campo no Cerrado goiano, pelas cidades de Colinas do Sul e Cavalcanti, na comunidade Kalunga do Engenho II. Esta pesquisa, viabilizada pelo Prêmio Funarte Procultura de estímulo ao Circo, Teatro e Dança de 2010, contou com uma equipe multidisciplinar composta por oito artistas goianos - músicos, performers, fotógrafos e bailarinos. As imagens do cerrado que ilustram esta pesquisa foram captadas nesta pesquisa, pela fotógrafa Layza Vasconcelos, e estão disponíveis para a comunidade interessada por meio do blog deste projeto: <https://paisagenscorporais.blogspot.com>.



Figura 76 Pot-pourri de imagens para espetáculo CAÇADA. Estas imagens foram coletadas durante a pesquisa de campo em Colinas do Sul e Cavalcante (GO), 2013.

O foco desta pesquisa eram as manifestações populares locais, assim como a relação da comunidade local com o Cerrado, passando pelo impacto do Cerrado na própria equipe de pesquisa. No decorrer da pesquisa foram lançadas as percepções e sensações peculiares de cada artista, alcançando coletivamente um entendimento sobre uma jornada interior, individual, de nossas origens culturais, e um profundo contato com a terra. *Caçada, como raízes em busca*

d'água realizou dez apresentações públicas pelo Prêmio Funarte Procultura de Incentivo ao Circo, Teatro e Dança/2010, dez apresentações públicas pelo Prêmio Klauss Vianna de Dança/2013, seis apresentações públicas pela Lei Municipal de Incentivo à Cultura da cidade de Goiânia/2013, uma apresentação no festival teNpo/2013 em Porangatu e uma apresentação no Teatro SESC Centro de Goiânia em 2015. No momento atual, o espetáculo está passando por um rearranjo criativo por meio da premiação do Fundo de Cultura de Goiás/2016.

b) DEITAR O SAL

Em 2016 tive meu segundo mergulho criativo no Cerrado por meio do espetáculo *Deitar o Sal*, promovido pelo Conexão Samambaia, que é um programa de residências trans-estéticas oferecido pela EMAC / UFG que visa promover encontros e estreitar o diálogo entre artistas pesquisadores de diferentes áreas para organizar espaços colaborativos de criação, abrigando e viabilizando a produção de ações culturais e intervenções urbanas. Fui convidada para a realização de uma turnê nacional com este espetáculo por dez cidades entre o Norte e o Centro-Oeste brasileiros. O motivo do convite se deu devido à minha experiência anterior com o espetáculo *Caçada*. Em 2016 tive meu segundo mergulho criativo no Cerrado por meio do espetáculo *Deitar o Sal*, promovido pelo Conexão Samambaia¹³⁰. Fui convidada para a realização de uma turnê nacional com este espetáculo por dez cidades entre o Norte e o Centro-Oeste brasileiros. O motivo do convite se deu devido à minha experiência anterior com o espetáculo CAÇADA, uma vez que para a criação de *Deitar o Sal* foi realizada uma pesquisa de campo no Cerrado com o elenco original, que deu a tônica do trabalho.

Dirigida por Sônia Mota¹³¹, tive que elaborar quatro cenas a partir da imagem de algumas flores do cerrado. Sônia deu-me total liberdade para trazer o que eu tinha de memória corporal do cerrado de minhas pesquisas anteriores, o que resultou em quatro *flores*, flor 01, flor 02, flor 03 e flor 04, além dos momentos grupais realizados com todo elenco.

A flor 01, inspirada em plantas carnívoras, era iniciada no chão e, lentamente, estabilizava-se na vertical, em pé. No ápice do seu desenvolvimento, voltava a inclinar-se ao chão. As flores

¹³⁰ Conexão Samambaia é um programa de residências trans-estéticas oferecido pela EMAC / UFG que visa promover encontros e estreitar o diálogo entre artistas pesquisadores de diferentes áreas para organizar espaços colaborativos de criação, abrigando e viabilizando a produção de ações culturais e intervenções urbanas.

¹³¹ Nascida em 1948, em São Paulo, exerceu um papel decisivo na dança contemporânea brasileira como bailarina, professora e coreógrafa nas décadas de 70 e 80. Mudou-se em 1989 para a cidade de Colônia, na Alemanha, e até 2004 trabalhou quase que exclusivamente como professora de dança, aplicando seu método *Arte da Presença* em diversas escolas e companhias profissionais da Europa.

02 e 03 eram realizadas em uma plataforma elevada do chão. A flor 02 mais psicodélica, utilizava luzes estroboscópicas nas mãos e reagia de forma intensa aos estímulos musicais eletrônicos, como sementes secas estalando, secas, soltando sementes ou entrando em combustão. A flor 03 mostrava uma flor em decomposição, como se o tempo reverso da flor 01. A flor 04, inspirada em trepadeiras, resultou em um dueto. Destas *flores*, um universo poético começou a se abrir em minhas pesquisas artísticas pessoais, resultando no que chamo agora de *Cerrado Densidade Ressonância*.



Figura 77 Estudo para flores, espetáculo *Deitar o Sal*, 2016.
Da esquerda para a direita: flor_01, flor_02, flor_03, flor_04.