

Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea

Ana Flávia de Carvalho Cassiano

10/2025





MESTRADO
ARTES CÉNICAS
DANÇA – COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA

Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea

Dissertação apresentada à Escola Superior de Música e Artes do
Espetáculo como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre
em Artes Cénicas, especialização Dança – Composição Coreográfica

Professor(es) Orientador(es)
PhD Claudia Marisa Silva de Oliveira
M.e. Júlio Adrião Fernandes Franja Cerdeira

10/2025

Dedico este trabalho àqueles que acreditam na arte como potência de transformação.

Agradecimentos

Aos meus orientadores Claudia Marisa e Júlio Cerdeira, que incentivaram a busca pelo que me move verdadeiramente enquanto artista, acolhendo as minhas fragilidades e inquietações;

À Angela Nolf, por todo o auxílio para chegar à este mestrado e por ter acreditado em meu potencial artístico desde o início da minha vida acadêmica;

À Ana Ester, Daiana, Erika, Vivian, Priscila e Henrique por se permitirem vivenciar o desafio desta jornada junto à minha investigação e por compartilharem experiências tão íntimas e sensíveis de forma tão verdadeira e disponível. Foi uma honra compartilhar esses momentos com vocês;

À minha psicóloga, Filipa Heitor, que abriu os meus sentidos para que eu pudesse enxergar minhas potencialidades e que me fez perceber que a persistência é uma das minhas maiores qualidades, pois apesar de tudo, eu nunca desisti;

Aos amigos Henrique e Letícia, com os quais pude compartilhar visões sobre a dança, todos os meus medos e celebrar cada conquista ao longo desses anos, com mensagens intermináveis, olhares atentos, apoio incondicional e imensa ajuda;

À Priscila, Anahi, Fernanda e Juliana por terem se transformado em uma verdadeira família e um porto seguro nessas terras distantes, que agora são a minha casa;

Raphael, Vivian e Julia, por se fazerem presentes, mesmo à distância, com muito apoio e amizade;

Ao Telmo, pelo incentivo e companheirismo nesse percurso;

Ao meu pai, Eduardo, minha mãe, Ana Maria, e minha família, que me apoiou, compreendeu as minhas escolhas, acreditou no meu potencial e se orgulhou de cada passo da minha trajetória;

Ao meu irmão Gabriel, pelo seu apoio fundamental a qualquer hora do dia ou da noite e pela ajuda com edições musicais e de vídeo;

À querida turma do MAC, com quem pude compartilhar ideias e aprender ao longo desse processo. A união da nossa turma fez este caminho muito mais leve;

Ao apoio e incentivo dos professores do departamento de Artes Cênicas da ESMAE.

Resumo

A presente investigação compreende ferramentas para a criação em dança utilizando o medo como ponto de partida para sua posterior ressignificação. A pesquisa guiada pela prática apresenta um percurso de laboratórios com sete artistas, incluindo a investigadora, e o processo de criação de “*Desvelar os medos*”. Os laboratórios foram desenvolvidos a partir de um conjunto de práticas que dialogam com os princípios de Klauss Vianna, Mary Starks Whitehouse, Carl G. Jung e Pina Bausch. A leitura do processo criativo sob a perspectiva de autores como Laurence Louppe, José Gil e Maurice Merleau-Ponty envolve a compreensão da poética da criação, além do corpo e de seus diferentes estados ao longo do fazer artístico.

Palavras-chave

Investigação guiada pela prática, processo de criação, ferramentas para criação, improvisação, emoções, medo

Abstract

This research encompasses tools for creation in dance, utilizing the emotion fear as a starting point for its subsequent resignification. The practice-led research presents a series of workshops with seven artists, including the researcher, and the creative process of "*Desvelar os Medos*" (Unveiling Fears). The workshops were developed based on a set of practices that dialogue with the principles of Klaus Vianna, Mary Starks Whitehouse, Carl G. Jung, and Pina Bausch. Reading the creative process from the perspective of authors such as Laurence Louppe, José Gil, and Maurice Merleau-Ponty involves understanding the poetics of creation, as well as the body and its different states throughout artistic creation.

Keywords

Practice-led research, creative process, creative tools, improvisation, emotions, fear

Índice

INTRODUÇÃO.....	1
1. O OBJETIVO DESTA INVESTIGAÇÃO.....	4
2. UMA INVESTIGAÇÃO GUIADA PELA PRÁTICA E SEUS PROCESSOS METODOLÓGICOS.....	5
3. O QUE SÃO AS EMOÇÕES.....	8
3.1. O Medo.....	10
4. OS LABORATÓRIOS DE CRIAÇÃO.....	13
4.1. A estruturação da prática inicial.....	14
4.2. Reflexões sobre os laboratórios.....	21
4.2.1. A compreensão e a escuta como o princípio do processo.....	21
4.2.2. A Imaginação Ativa de Carl Gustav Jung.....	29
5. A CRIAÇÃO DO OBJETO ARTÍSTICO: “DESVELAR OS MEDOS”.....	30
5.1. “Desvelar os medos” e a poética da obra.....	30
5.2 A construção do objeto artístico.....	34
5.2.1. O Corpo autobiográfico.....	41
5.2.2. A improvisação.....	44
5.2.3. A perspectiva sobre o corpo na criação em dança contemporânea	47
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	50
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	54
ANEXOS.....	57
I. Questionário reflexivo.....	57
II. Exemplos de registros escritos compartilhados nos laboratórios.....	63
III. Guião.....	66
IV. Cartaz.....	68
V. Folha de sala.....	69
VI. Imagens da apresentação.....	70
VII. Vídeo da apresentação.....	73
VIII. Declarações de Cedência de Imagem.....	74

ESMAE
ESCOLA
SUPERIOR
DE MÚSICA
E ARTES
DO ESPETÁCULO
POLITÉCNICO
DO PORTO

P.PORTO

Introdução

A investigação *“Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”* propõe o uso do medo como ponto de partida para a criação artística, ao experimentar e desenvolver ferramentas que possibilitem sua ressignificação no contexto da prática artística. O estudo apresenta como objetivo geral a investigação de processos criativos que permitam transformar a emoção do medo em estados corporais e gestos expressivos, convertendo-a em material poético e criativo para bailarinos e atores.

O medo, além de ser uma das emoções mais estudadas, está presente em todos os seres com sistema nervoso e cumpre uma função de sobrevivência, gerando reações corporais automáticas, mas por outro lado, também encontra-se no inconsciente e é passível de ser confrontado através de experiências que despertam relações com a memória e as visualizações (imagens). Dessa forma, foi escolhido como o agente capaz de originar materiais corporais ricos para o desenvolvimento criativo.

O presente estudo promove a vivência de uma investigação autobiográfica capaz de transformar a experiência de cada indivíduo em um material cênico com características universais. As ferramentas possibilitam, através de um conjunto de práticas que dialogam com os princípios de Klauss Vianna, Mary Starks Whitehouse, Carl G. Jung e Pina Bausch, que o artista possa entrar em contato com suas emoções - especialmente o medo - e seja capaz de reconhecer as reações de seus corpos, as memórias e manifestações do imaginário que são despertadas por meio deste tema. Todas essas ferramentas são dispostas durante laboratórios, desenvolvendo, também, uma organização mental com o recurso da escrita e das partilhas entre os artistas convidados e a investigadora, e por fim, o percurso é orientado para que cada sujeito seja capaz de construir material poético à partir dessa proposta.

A análise do processo criativo se dá de forma a englobar as perspectivas de autores como Laurence Louppe, José Gil e Maurice Merleau-Ponty, envolvendo a compreensão da poética da criação, do papel da improvisação em suas diferentes abordagens, do ponto de

vista do corpo e de seus diferentes estados ao longo da investigação artística.

Essa investigação propõe-se, portanto, a compreender o medo como um ponto de partida para a criação artística, por meio da escuta sensível do corpo em estado de atenção e percepção dos estados que surgem deste processo. Para isso, procura-se investigar as manifestações físicas e sensoriais do medo no corpo do bailarino/ator, observando como essa emoção se inscreve na musculatura, na respiração e na qualidade do movimento. Com base nessas observações, pretende-se desenvolver ferramentas metodológicas que ampliem a consciência e a disponibilidade corporal, de forma que o sujeito possa não apenas acessar o medo, mas também reconhecer, organizar e transformar as informações corporais que surgem dessa experiência.

Nesse percurso, revela-se essencial explorar a relação entre memórias, sensações e emoções, ao perceber como esses campos se cruzam na construção de gestos significativos e estados corporais expressivos. Deste modo, o medo amplia suas possibilidades ao deixar de ser apenas uma resposta instintiva de uma emoção primária e passa a apresentar-se como matéria criativa, que, ao ser transformada, ressignifica-se em movimento e presença cênica.

Por fim, o estudo dedica-se a refletir sobre o aspecto autobiográfico dessa vivência, analisando como as experimentações pessoais de cada artista emergem e se transformam no decorrer do processo. Essa reflexão envolve também os desafios e descobertas que sucedem desde os laboratórios de criação até a concepção do objeto artístico, compreendendo a prática como um espaço de investigação sensível, no qual corpo, emoção e poética se fundem em um processo criativo e de autoconhecimento.

A estruturação desta investigação inicia-se com o mapeamento de seus objetivos e dos procedimentos metodológicos desenvolvidos a partir da prática. Em seguida, apresenta-se um panorama sobre as emoções, com ênfase no medo. Depois, expõe os laboratórios de criação, que envolvem a organização das práticas, as reflexões que emergem desses experimentos e a escuta e compreensão como aspectos fundamentais do processo. Inclui-se também uma breve

explanação sobre a Imaginação Ativa de Carl G. Jung. Posteriormente, discute-se a criação do objeto artístico a partir da poética da obra “*Desvelar os Medos*”, ressaltando a importância da improvisação nesse processo e apontando algumas perspectivas sobre o corpo na criação em dança contemporânea, considerando alguns dos períodos históricos.

Finalmente, apresentam-se considerações sobre o percurso e desenvolvimento da investigação, as quais apontam reflexões sobre o alcance dos objetivos, as adversidades durante o processo e o modo como foram elucidadas.

1. O objetivo desta investigação

O objetivo geral desta pesquisa é investigar processos que permitam a resignificação da emoção ‘medo’ em estados corporais e gestos, de modo a convertê-la em material criativo para artistas da cena.

Para alcançar a intenção deste estudo, havia a necessidade de partir de uma abordagem prática, com os seguintes objetivos específicos:

1. Investigar as manifestações físicas e sensoriais relativas ao medo no corpo do artista da cena;
2. Desenvolver ferramentas metodológicas que favoreçam a ampliação da consciência e da disponibilidade corporal, tanto para que se consiga acessar o medo, quanto para a percepção e organização das informações, diante dessas reações;
3. Explorar a relação entre memórias, sensações e emoções, visando sua transformação em gestos significativos e estados corporais consolidados;
4. Experimentar processos criativos que resignifiquem o medo como material criativo e expressivo.
5. Refletir sobre o aspecto autobiográfico da experimentação, além dos desafios da exploração durante todo o percurso, desde os laboratórios até a criação do objeto artístico.

Nessa perspectiva, são requeridas as participações de seis artistas convidados e da investigadora nos laboratórios elaborados para o desenvolvimento do estudo prático e a prestação de depoimentos reflexivos de forma oral e escrita, para que todo o material que emerge dessa pesquisa possa ser analisado em confluência com algumas visões teóricas que regem este universo.

Vale ressaltar que a investigação prevê uma conduta individualizada, em que cada participante perceba suas experiências de modo singular. Laurence Louppe (2012) relembra que em *The Art of the Dance*, Isadora Duncan reconhece a verdadeira dança como sendo a de cada um, ou seja, a dança, ainda que sob as mesmas circunstâncias, não pode ser exatamente a mesma em duas pessoas diferentes. A autora ainda aborda que as técnicas contemporâneas, que contemplam tantos conceitos, por vezes tão minuciosos e

de difícil assimilação, são meios de conhecimento que orientam os bailarinos para uma singularidade. A escolha do público alvo desta investigação contempla artistas da cena, profundamente ligados ao trabalho corporal, e, apesar de não pertencerem a uma gama específica de estilo de composição, apresentavam previamente interesse na investigação do movimento e da criação para a cena. Levando em consideração que cada artista possui formações e treinamentos corporais distintos, compreende-se que tais diferenças não determinam, necessariamente, um estilo de composição ou técnica de movimento específicos na elaboração do exercício criativo. O processo valoriza o percurso autobiográfico, sem buscar, neste momento, a experimentação coletiva entre os participantes, mas sim a comparação das experiências individuais. Nesse sentido, ao trabalhar com esse nicho de artistas, reforça-se a intenção de um percurso autoral: todos recebem a mesma proposta nos laboratórios, porém cada um reage de forma íntima e singular, elaborando ao final uma partitura de movimento própria e única.

Relativamente às teorias inseridas nesta investigação, optou-se em perceber como a articulação entre a ‘Imaginação ativa’ junguiana, o Authentic Movement e a abordagem de Klauss Vianna, que se assemelha muito às técnicas somáticas, poderiam contribuir com o processo que visa confrontar o medo em suas camadas mais profundas. Ainda, para elucidar as questões relativas às emoções e, particularmente, o medo, adotou-se a perspectiva de Carl Gustav Jung e António Damásio. Por último, para compreender e comparar algumas noções de movimento, corpo e seus estados, foram escolhidos os pontos de vista dos autores José Gil, Maurice Merleau-Ponty e Laurence Louppe.

2. Uma investigação guiada pela prática e seus processos metodológicos

A presente investigação inicia seu processo guiada pela prática de experimentação artística, pois sem a materialização desta prática a pesquisa seria inviável. Antes de tudo, trata-se de uma investigação performativa, a qual Brad Haseman, Diretor de Pesquisa da Faculdade de Indústrias Criativas da Universidade de Tecnologia de Queensland, define de forma que:

Expressa-se em dados não numéricos, mas em formas de dados simbólicas que não se reduzem a palavras em textos discursivos. Estas incluem formas materiais de prática, de imagens fixas e em movimento, de música e som, de ação ao vivo e de código digital. (2006, p.103)¹

Além disso, a artista, pesquisadora e pedagoga finlandesa, Annette Arlander acrescenta que “a investigação performativa é guiada pela prática² e utiliza vários métodos”. (2016, p.9)

Segundo Arlander (2016), é possível determinar dois tipos de investigação em arte: direcionada para o produto ou objeto, centrada na criação de uma obra de arte, e baseada na prática ou guiada pela prática, em que visa a geração de conhecimento prático, crítico ou emancipatório. Na abordagem conduzida pela prática, como é o caso desta investigação, a experiência e o processo artístico têm prevalência sobre o resultado final, enquanto a investigação, quando orientada para o produto, tem como objetivo principal a obra finalizada. Essa separação é contestada na arte contemporânea, onde muitas vezes valoriza-se o processo e as interações ao invés do produto acabado, no entanto, pode ser útil para perceber as abordagens diversas que se sucedem ao longo do tempo. Ainda no contexto dessa investigação, o objeto artístico, que talvez possa ser compreendido como produto final, não é o foco principal da pesquisa, mas sim todo o processo que leva a ele, desde os procedimentos práticos e reflexivos até a composição do que foi desenvolvido até o momento da partilha ao público. O processo investigativo pode explorar novos conhecimentos e projetar outras possibilidades - prospectivo - ou ser orientado a compreender e articular práticas já existentes - reflexivo, mas existe uma linha tênue nesta investigação, porque ocorre uma articulação de elementos inspirados em técnicas pré-existentes e outros derivados da experiência artística plural da investigadora, o que acarreta, de alguma forma, ambas as formas de conhecimento.

No contexto da investigação artística baseada na prática, a criação pode surgir de métodos específicos que podem ser desenvolvidos para gerar estados de corpo particulares, como por exemplo a utilização do elemento medo como incitador para a

¹ Tradução livre do original “*Expressed in non-numeric data, but in forms of symbolic data other than words in discursive text. These include material forms of practice, of still and moving images, of music and sound, of live action and digital code.*” (Haseman, 2006, p.103)

² Expressão traduzida da original *practice-led research* em Arlander, A. 2016, p.7)

experiência corporal e a posterior resignificação das vivências no desenvolvimento do objeto artístico. Desta forma, a prática de pesquisa funciona para além de tornar-se instrumento de exploração sensorial, mas como meio de investigar e de produzir conhecimento, o que orienta a pesquisa em arte.

Nessa perspectiva, foram selecionados alguns procedimentos práticos, ferramentas reflexivas, documentação e análise para compor o método de trabalho. Entre os procedimentos práticos foram utilizados exercícios de disponibilização e escuta interna baseados em experiências de educação somática e consciência corporal, exercícios inspirados nos métodos da “Imaginação ativa”, de Carl Gustav Jung e do “*Authentic Movement*”, de Mary Starks Whitehouse - os quais serão abordados mais adiante -, provocações sonoras, condução imagética³, improvisação e no caso da composição final, inclui-se também o estudo dos gestos, experimentação com objetos cênicos, improvisação no silêncio e, também, aliada aos estímulos musicais. Todos esses elementos foram documentados através de gravações dos laboratórios e ensaios, somados à escrita ativa - como forma de reconhecer e organizar mentalmente as informações -, um questionário reflexivo (Anexo I), diários da investigadora com anotações e observações sobre o processo dos participantes e o próprio, assim como a escrita livre registrada por todos os integrantes (Anexo II). Além disso, foram analisadas as experiências resultantes destes procedimentos com a correspondência de algumas das abordagens teóricas principais, como Laurence Louppe, Maurice Merleau-Ponty, José Gil, Klauss Vianna, Jussara Miller, Carl G. Jung e Mary Stark Whitehouse.

A proposta utiliza, ainda, métodos que não visam uma técnica de treinamento específico, mas um movimento singular, que predispõe o autobiográfico, com pretensa disponibilidade dos artistas envolvidos para experimentar esta abordagem como ferramenta para criação. Apesar de inspirar-se de algum modo em métodos terapêuticos de arte e dança, não há uma inclinação para abordagem terapêutica, mas apenas um mecanismo para acessar o medo através de camadas mais profundas do inconsciente do indivíduo.

³ Termo utilizado pela investigadora para referir-se ao exercício livremente inspirado no ‘método das perguntas’ de Pina Bausch, utilizado para entrar em contato com um medo ao qual o participante se relaciona na forma de visualização, acesso à alguma memória específica que o leva ao confronto deste medo e imagens sensoriais envolvidas. As perguntas auxiliam na percepção dos indivíduos e são elaboradas de modo a direcionar à emoção em questão.

3. O que são as emoções

A palavra emoção possui origem no latim *movere*, que significa mover, pôr em movimento. Para os pesquisadores João Erivan Façanha Barreto⁴ e Luciane Ponte e Silva⁵, “é essencial compreender que a emoção é um movimento de dentro para fora, um modo de comunicar os nossos mais importantes estados e necessidades internas” (Barreto & Silva, 2010, p.387), sendo este um ponto de vista que tange esta investigação, uma vez que esta procura encontrar meios de acessar o medo vindo das camadas mais profundas até dar vazão para que este movimento interno flua para a criação em dança.

Atualmente, a compreensão sobre o funcionamento das emoções solidificou-se, afastando-se da concepção que as considerava fenômenos isolados ou secundários em relação à razão. Estudos recentes indicam que as emoções resultam da interação de múltiplos sistemas do cérebro e do corpo, distribuídos de forma integrada em todo o organismo. Nesse sentido, Barreto e Silva (2010) destacam que é “impossível separar emoção da cognição, nem a cognição do corpo” (p. 387), evidenciando a indissociabilidade entre processos emocionais, cognitivos e corporais.

O neurologista e neurocientista português António Damásio (2020) propõe uma classificação das emoções-propriadamente-ditas - classificação que o autor considera necessária para ajudar a organizar a natureza dos fenômenos, ainda que reconheça alguma inexatidão diante das categorias - considerando três categorias: as emoções de fundo, emoções primárias e emoções sociais. Estas apresentam ainda uma linha de divisão pouco precisa, na qual tendem a misturar-se por vezes. As emoções primárias, ou básicas, como o medo, a surpresa, a tristeza, a felicidade, o nojo e a zanga, são mais claramente definidas, pois comportam-se de modo mais consistente em diferentes culturas ou espécies. As emoções de fundo, por sua vez, diferem das emoções primárias por apresentarem um caráter mais difuso, demonstrando o bem-estar ou o mal-estar de um indivíduo, por meio de uma interação de diversos processos regulatórios do organismo ao mesmo tempo. Já as emoções sociais, como a vergonha, a culpa, a compaixão, a inveja, o ciúme, o orgulho, a simpatia, o desprezo, a indignação, a admiração, o espanto, o embaraço e a gratidão, mesclam componentes das emoções primárias com outras reações

⁴ Médico (UFC), Mestre em Ciências Fisiológicas pela Universidade Estadual do Ceará (UECE), Professor Assistente do Departamento de Morfologia (DM) da Universidade Federal do Ceará (UFC), Fortaleza-CE, Brasil.

⁵ Neuropsicóloga (USP), Mestre em Psicobiologia pela UNIFESP, Professora do Curso de Especialização em Neuropsicologia da Faculdade Christus, Fortaleza-CE, Brasil.

regulatórias diversas, assim, observa-se que circulam em torno da razão de encaixar-se, incorporar-se, ou indigna-se a determinadas situações sociais.

Damásio (2020) argumenta que as emoções são um modo natural de avaliar o ambiente que está ao nosso redor e também de esboçar reações de forma a adaptar-se a esse ambiente. Por vezes a avaliação é feita pela mente consciente, ou pensada, ao relacionar-se aos objetos que motivam as emoções - seja através da existência desse objeto, da relação com outros objetos ou mesmo a conexão deste com o passado -, no entanto, existe também uma avaliação automática feita pelo aparelho das emoções. Ele também explica que a “consciência e mente também são distinguíveis: consciência é a parte da mente relacionada ao sentido manifesto do self e do conhecimento.” (Damásio, O mistério da consciência, S/p⁶)

De forma resumida, emoções apresentam-se como padrões automáticos de respostas químicas e neurais desencadeadas por estímulos emocionais - reais ou lembrados -, que envolvem não só o corpo como o cérebro, com preparo evolutivo para gerar ações específicas, com a possibilidade de incluir aprendizados individuais, e que têm como finalidade favorecer a sobrevivência e o bem-estar do organismo. Assim, Damásio formula uma hipótese sobre a definição do que é uma emoção:

1. Uma emoção-propriadamente-dita é uma coleção de respostas químicas e neurais que formam um padrão distinto.
2. As respostas são produzidas quando o cérebro normal deteta um estímulo-emocional-competente (um EEC), o objeto ou acontecimento cuja presença real ou lembrada desencadeia a emoção. As respostas são automáticas.
3. O cérebro está preparado pela evolução para responder a certos EEC com repertórios de ação específicos. Mas a lista dos EEC não se limita àqueles que foram prescritos pela evolução. Inclui muitos outros adquiridos pela experiência individual.
4. O resultado imediato destas respostas é uma alteração temporária do estado do corpo e do estado das estruturas cerebrais que mapeiam o corpo e suportam o pensamento.

⁶ Obra consultada em PDF sem acesso a numeração.

5. O resultado final das respostas é a colocação do organismo, direta ou indiretamente, em circunstâncias que levam à sobrevivência e ao bem-estar. (Damásio, 2020, p.66-67)⁷

Para efeitos de comparação, pois esses dois elementos são muitas vezes confundidos, os sentimentos, por sua vez, integram um campo mais elaborado, baseado na representação integrada da vida em andamento. Como afirma Damásio, “os sentimentos baseiam-se em representações integradas do estado da vida a par e passo com os ajustamentos necessários para que esse estado seja compatível com a sobrevivência” (2020, p. 144). Assim, aquilo que sentimos decorre do desenho íntimo do processo vital, das operações desse processo, das reações corretivas inatas ou adquiridas e do modo como tais processos se tornam mais ou menos eficientes quando se desencadeiam as ações regulatórias. Em suma, enquanto as emoções correspondem a respostas automáticas inscritas no corpo e no cérebro, os sentimentos dizem respeito à consciência desse fluxo vital, ao modo como ele é mapeado e experimentado pelo organismo.

3.1. O Medo

No início, quando esta investigação ainda procurava o seu percurso, foi desenvolvida como proposta para a Unidade Curricular de Cenografia, uma instalação artística denominada “O apanhador de medos”, localizada no Jardim da Cenografia, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo. Essa instalação tinha o intuito de convidar os transeuntes a adentrar o espaço de redes e fios entrelaçados e depositar ali seus medos. Entre as partilhas deixadas no espaço da instalação, estavam o “Medo de perder os sonhos”, “Não ser boa mãe”, “Não conseguir alcançar meus objetivos” e “Aranhas”, anunciando questões relacionadas aos desafios e experiências do cotidiano. Ao indagar sobre a representação daquele espaço, algumas das respostas foram: “um espaço seguro para depositar os medos”, “uma teia de aranha que captura os medos”, ou ainda “um labirinto em que os medos não encontram a saída”. A análise deste trabalho

⁷ Esta definição considerada temporária pelo autor, Damásio, A. em “*Fundamental Feelings*”, *Nature* 413 (2001): 781 tem como finalidade apresentar um modelo estratégico em relação a separação de emoções e sentimentos, com as especificidades e inclusões possíveis. Esta definição é composta por elementos mentais; elementos neurais e corporais; uma perspectiva evolucionária; e um comentário sobre a finalidade do processo.

trouxe uma reflexão para a investigação: para um participante se dispor a compartilhar seus medos mais profundos e trabalhar sobre eles, seria necessário oferecer um lugar de segurança e confiança, uma vez que este tema é envolto por diversas vulnerabilidades.

O medo, enquanto emoção primária, cumpre uma função adaptativa essencial ao agir como mecanismo de alerta em organismos que possuem um sistema nervoso. Sua ativação coloca o corpo em estado de alerta, ao estimular recursos fisiológicos e cognitivos que exigem atenção e ação instantâneas diante de potenciais ameaças. Esse processo ocorre a partir de circuitos automáticos do cérebro, envolvendo especialmente a amígdala (do cérebro) e o tronco cerebral, que se processam de forma involuntária, à margem da consciência. As conexões entre a amígdala e o hipotálamo são decisivas nesse contexto, pois sustentam as respostas emocionais relacionadas ao medo e à raiva. Como destacam Barreto e Silva (2010, p. 390), a amígdala é responsável pela “detecção, geração e manutenção das emoções relacionadas ao medo, bem como pelo reconhecimento de expressões faciais de medo e coordenação de respostas apropriadas à ameaça e ao perigo”.

Essa ideia dialoga com a hipótese formulada por António Damásio (2020), para quem as emoções constituem “uma coleção de respostas químicas e neurais que formam um padrão distinto” (p. 66), desencadeadas diante de EEC - estímulos emocionalmente competentes -, reais ou recuperados pela memória. Essas respostas, além de inscritas no corpo e no cérebro, possuem uma finalidade adaptativa ao orientar o organismo para contextos que sustentam a sobrevivência e a integridade. Através dessa perspectiva, o medo pode ser compreendido não só como uma reação automática, mas como uma emoção com função estratégica, que visa garantir a sobrevivência do indivíduo ao mobilizar ajustes corporais e cognitivos capazes de lidar com uma situação de risco imediato.

Em um primeiro momento, pairava a dúvida sobre quais meios seriam mais eficazes para acessar a emoção do medo, uma vez que este constituía o pressuposto central da investigação e, sem ele, as etapas subsequentes não poderiam ser realizadas. Antes de definir os exercícios que seriam efetivamente aplicados na pesquisa, foi realizado um laboratório teste com as alunas do curso de Composição Coreográfica, do Mestrado em Artes Cênicas, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo, com o objetivo de colocar o corpo em estado de alerta, explorando meios sensoriais de condução em duplas e inibição da visão, além da formulação de perguntas destinadas a direcionar os exercícios

para a dimensão emocional, em um período aproximado de duas horas. Ao definir os atores e bailarinas que comporiam esta investigação e perceber que alguns só poderiam participar de forma *online*, e devido às disponibilidades de horário distintas, os encontros seriam individuais, tornou-se necessário ajustar os estímulos para o campo auditivo ao invés do visual, ampliar as perguntas relacionadas à visualização e à ativação da memória, e incluir um exercício inicial de consciência e disponibilização corporal. Alguns participantes relataram que, ao pensar inicialmente na palavra “medo”, a mente procurava associações mais concretas, relacionadas ao cotidiano, como medo de aranhas, de violência ou de altura, como havia acontecido na instalação “Apanhador de medos”. No entanto, ao entregarem-se no processo do laboratório, emergiu algo mais profundo, oculto, que não se apresentava de forma evidente.

Durante os laboratórios, observou-se um fenômeno descrito por Damásio como decorrente do encontro com ‘objetos emocionalmente competentes’⁸. Determinados estímulos sonoros, como um grito, um disparo de arma de fogo, um barulho de automóveis a se chocar, ou ainda, a condução imagética, que direciona perguntas para uma situação real de medo já vivida, atuou como gatilhos capazes de convocar respostas emocionais intensas. Segundo Damásio (2020), “os objetos emocionalmente competentes podem estar presentes na realidade atual ou ser recuperados da memória. Já vimos como uma memória condicionada, não-consciente, pode levar a uma emoção. Mas a memória pode também provocar emoções à luz da consciência” (p. 70). Assim, acontecimentos passados que suscitaram medo podem, mesmo à distância temporal da memória, ser reativados e gerar novas experiências emocionais, ou seja, quando uma pessoa que, outrora vivenciou uma situação de medo intenso, encontra-se frente à elementos que possam relacionar-se àquela situação - seja um lugar, um objeto, um comportamento, uma pessoa ou qualquer item semelhante que ative o mal-estar sentido na primeira experiência, vai experienciar novamente as reações corporais. Ainda conforme o autor, “o efeito é o mesmo, quer o objeto esteja de facto presente como imagem perceptível, acabada de construir, quer como imagem reconstruída a partir da memória. Se o estímulo tem competência emocional, segue-se uma emoção” (Damásio, 2020, p. 70).

Algumas reações corporais dos participantes puderam ser vistas, outras foram relatadas durante a partilha logo após os exercícios e ainda outras foram descritas no

⁸ Termo citado por Damásio, A. Em “Ao encontro de Espinosa – As emoções sociais e a neurologia do sentir”, p.68

questionário (Anexo I); dentre elas a recolha do corpo em posição fetal, tensionamento das mãos, pés e área entre as sobrancelhas, tremor, sudorese, alteração dos batimentos cardíacos, alteração do ritmo respiratório, choro, grito e contração do esfíncter anal. À exceção do último, todos os outros foram percebidos em mais de um indivíduo. Essa semelhança nas respostas observadas encontra ressonância no que António Damásio (2013, S/p⁹) descreve em *O Sentimento de Si*, quando afirma que as emoções se expressam por padrões organizados de respostas químicas e neurais, preparados através da evolução para serem acionados em diferentes organismos quando os mesmos se deparam com estímulos emocionalmente competentes. Dessa maneira, mesmo em diferentes contextos ou sem contato direto entre si, indivíduos tendem a revelar reações fisiológicas parecidas diante de situações que despertam medo, algo que explica a confluência das respostas observadas no laboratório.

4. Os laboratórios de criação

Após anos de estudos de diferentes tipos de práticas criativas em contexto universitário, profissional e docente, a ideia dos laboratórios de criação como prática de investigação surgiu a partir da vontade de explorar a concepção autobiográfica em dança contemporânea, em artistas da cena, com base nas emoções como dispositivo precursor, os desdobramentos em cada indivíduo e posterior composição de material cênico através da resignificação das reações geradas nos corpos. Os artistas foram cuidadosamente selecionados com base em suas experiências distintas nas áreas da dança e do teatro.

Estas bailarinas e atores com idades entre 26 e 49 anos, de nacionalidade portuguesa e brasileira, todos com formação e/ou experiência profissional em suas respectivas áreas - grande parte também com experiência no ensino - participaram desta investigação - quatro deles de forma presencial e duas online - por meio de uma vivência prática intensiva.

Ademais, cada integrante, após o aceite do convite para fazer parte do projeto, recebeu um vídeo de apresentação e realizou um encontro com a duração de cerca de três horas, ao final foram dadas algumas tarefas para entrega subsequente e um questionário sobre informações pessoais e a experiência de participação¹⁰. Todos os participantes

⁹ Obra consultada em PDF sem acesso a numeração.

¹⁰ O questionário e as respostas completas de cada participante encontram-se no anexo I.

autorizaram o uso dos materiais criativos e reflexivos para análise nesta dissertação, bem como o uso de imagem nas apresentações públicas¹¹.

4.1. A estruturação da prática inicial

Inicialmente, os laboratórios partiram de uma breve conversa com explicações sobre o formato como aconteceriam, de que forma o material desenvolvido seria integrado no objeto artístico final, uma observação sobre como a pessoa estava a sentir-se no momento e esclarecimentos acerca de eventuais incômodos ou constrangimentos que alguém pudesse não se sentir à vontade para compartilhar publicamente. Em seguida, realizaram-se as seguintes etapas:

1ª parte: Com foco na escuta interna, cada participante foi instruído a colocar-se no espaço de forma confortável - sentados ou deitados - e alterar a posição caso sentisse necessidade. Depois, deveria observar a respiração, inspirar pelo nariz e expirar pela boca lentamente, além de prestar atenção às partes do corpo que tocavam o chão ou que apresentavam alguma tensão. A partir daí, cada ponto do corpo era mencionado, como por exemplo, topo da cabeça, testa, em volta dos olhos, nariz, maçãs do rosto, etc, em pequenas áreas, dentro de regiões maiores como cabeça, braço direito e esquerdo, tronco, bacia, perna direita e esquerda, e a atenção voltava-se imediatamente para o local, com a possibilidade de visualizar cada parte ou movê-la se houvesse necessidade, além de perceber e comparar se depois deste exercício era possível sentir alguma diferença na sensação de volume, temperatura ou tônus muscular, ao comparar um lado com o outro;

¹¹ Conforme o aceite no questionário, que consta no anexo I e documento de cedência de uso de imagem, no anexo VIII.



Figura 1: Ana Ester Ribeiro durante o exercício dos estímulos sonoros.

2ª parte: Com o corpo mais disponível, a próxima etapa intencionava despertar o estado de alerta e ampliar a percepção para as reações corporais que pudessem surgir diante de estímulos sonoros. Foi feita uma faixa sonora de 20'49 minutos que mesclava sons e ruídos entre sirenes, bebê a chorar, tiroteio, acidente de trânsito, gritos, ruídos estridentes não identificáveis, barulho de chuva, músicas repetitivas, entre outros, através da qual o participante foi instruído a observar quais reações acontecem e perceber como essas reações reverberaram em si. Logo após, essas reações eram colocadas em uma folha de papel, juntamente com alguma emoção, memória ou imagem que tenha surgido. Caso não tenha percebido nenhum efeito, isto também deveria de ser mencionado, bem como algum fator de interferência no local ou dispersão da atenção;

3ª parte: Esta etapa, nomeada como “condução imagética”, prezou por um direcionamento através da visualização, muito próximo das práticas somáticas - que de maneira geral o fazem por meio de um direcionamento anatômico -, das imagens mentais corporais de António Damásio, que se referem às emoções e estão conectadas com a construção da consciência, de elementos presentes na Imaginação Ativa, de Carl G. Jung e do *Método das Perguntas*, utilizado por Pina Bausch¹² em suas criações coreográficas. Primeiramente, voltou-se para o olhar interno, com o corpo relaxado e olhos fechados, ressaltando que o ambiente era seguro e que somente seriam utilizados os materiais que o indivíduo se sentisse confortável em expor. Em seguida, pediu-se para o participante pensar em uma situação em que sentiu muito medo. Após observar algumas reações corporais a acontecer naquele momento, inseriu-se uma série de perguntas que auxiliaram

¹² Pina Bausch (1940–2009) foi bailarina e coreógrafa alemã, diretora do Tanztheater Wuppertal, onde desenvolveu o chamado *Tanztheater*, uma forma de teatro-dança que mesclava movimento, palavra e situações da experiência humana.

na percepção daquele medo, de onde vinha e quais as construções que se estabeleceram à volta dele:

Que medo é esse? Como seu corpo reage?

Perceba à sua volta. Em que ambiente você está?

Você está sozinho(a) ou existe alguém com você?

Qual é a cor desse lugar?

O ambiente é claro ou escuro?

Este lugar é grande ou pequeno? É um lugar aberto ou fechado?

Qual é o cheiro? Qual é a temperatura?

Há alguma textura?

O que seu corpo tem vontade de fazer nesse momento? (acomode para a necessidade que está sentindo)

Concentre-se nas imagens mais fortes e mais presentes deste medo.

Você está com medo de quê?

Esse medo te paralisa ou impulsiona?

Deixe o seu corpo reagir.

Perceba o que ficou de mais presente para si: as reações, a emoção, a imagem, o bloqueio, as sensações”. (Perguntas feitas pela investigadora oralmente durante os laboratórios)

Posteriormente, após concentrar-se por um momento, foi dado o direcionamento para a escrita no centro da folha: “Qual é o seu maior medo?”. Ao redor deste mesmo papel foram escritas as percepções que ficaram mais intensas e presentes. Em outra folha, foram respondidas novamente as questões, para que eles pudessem reorganizar mentalmente as experiências¹³;

4ª parte: Nesta fase, observou-se atentamente todos os itens que foram escritos nas folhas de papel e foi pedido para sublinhar as emoções e reações corporais mais presentes nos dois últimos exercícios. Além disso, houve a indicação para circular as principais imagens manifestas nestes exercícios - imagens sensoriais, como textura, cheiro, som, sensação, espaço, ou memórias de lugares, pessoas, situações, entre outras. Em seguida, foi orientado que cada artista escolhesse apenas algumas das palavras destacadas e se concentrasse em retomar as sensações para torná-las novamente presentes em seus corpos. Por último, sem pensar em passos ou movimentos de uma técnica específica, foi

¹³ Exemplos de registros escritos e compartilhados no Anexo II.

indicado que elaborassem uma pequena frase de movimento, sem o objetivo de reproduzir o medo e as reações que surgiram neste laboratório, mas com a ideia de resignificá-los, expressando o movimento autoral, agora mais consciente, através de um novo sentido. A composição individual foi feita com bastante liberdade, uma vez que a finalidade deste exercício não era estabelecer um único modo de compor, afinal, todos os artistas selecionados eram profissionais e tinham seus próprios meios de criar, ainda que em sua maioria os métodos intercalaram-se entre improvisação, repetição e estudo de movimento. A finalidade principal do laboratório pautou-se na escuta interna e disponibilização dos estados mentais para trazer o medo das camadas mais profundas e adquirir consciência das reações e associações que são feitas, gerando um material corporal rico, que pode ser utilizado como ferramenta transformadora para uma criação singular.

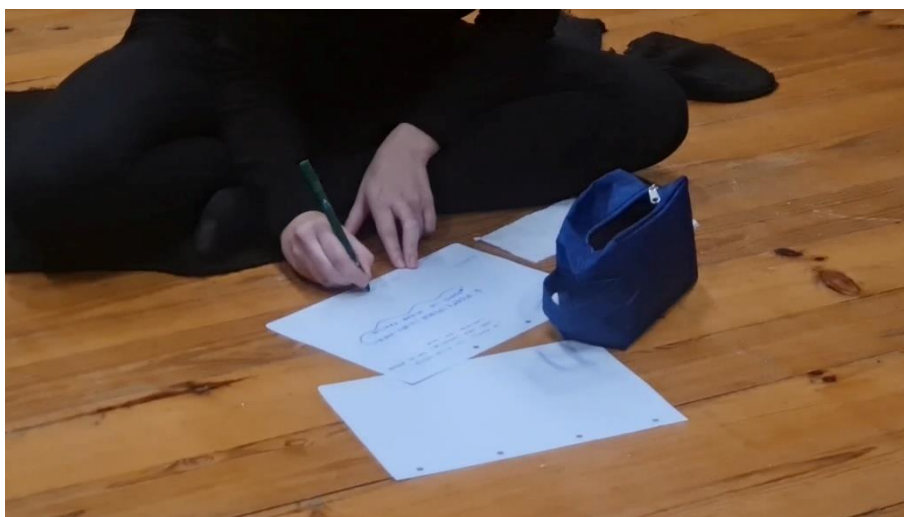


Figura 2: Participante durante a escrita sobre as percepções dos exercícios.

Na sequência, houve o ciclo de partilha, em que investigadora e participante fizeram reflexões e observações sobre o processo, com a possibilidade de levantar questões, esclarecer dúvidas e apontar descobertas. Ainda, foi dada a tarefa de fazer uma gravação com a frase de movimento em um ambiente que fizesse sentido para o(a) artista, mediante os elementos que surgiram na materialização da composição final. Estes vídeos, posteriormente, seriam integrados no processo criativo do objeto artístico final desta investigação.

Em uma das conversas, uma das participantes (Priscila Clemente) afirmou que não imaginava que dentre todos os medos possíveis, aquele seria o que iria surgir, pois

era algo muito internalizado. Outros participantes também relataram experiências próximas, em que acreditavam que iriam entrar em contato com um medo mais presente ou concreto e o que surgiu foi justamente o que estava mais oculto no subconsciente. Além disso, para três dos participantes, o exercício da paisagem sonora auxiliou a adentrar em um “lugar” mais vulnerável e, por consequência, mais propício ao despertar da emoção (Vivian Vinha, Ana Ester Ribeiro e Henrique Raínho), mas que não necessariamente possuía uma relação direta com a memória. De outro modo, para uma das artistas a condução imagética foi mais eficiente (Érika Teruya), para outra, este direcionamento auxiliou no encontro da emoção através de uma memória vivida (Vivian Vinha) e em outras percepções (Daiana Carvalho e Priscila Clemente) os mecanismos estavam interligados. Ainda, houve uma consideração sobre a eficiência dos feedbacks, porque auxiliam a decantar e organizar as informações que surgem de modo subjetivo, através da escrita ativa/criativa.

No decorrer dos exercícios, também houve algum atravessamento de outras emoções, que por vezes estavam relacionadas com alguma memória alcançada ou foi despertada por algum dos estímulos mencionados anteriormente. Dentre os estados emocionais citados estão a raiva, a ansiedade, a insegurança, angústia e dor. Apesar do medo ser o ponto central dessa investigação, é impossível isolá-lo, visto que os outros estados surgem e, por vezes, as sensações misturam-se, mas houve a tentativa de reflexão sobre o quanto aqueles estados estavam relacionados ao objeto disparador do medo em cada um.

Além disso, um dos principais interesses da pesquisa nas emoções era perceber como elas se inscrevem nos corpos. Sendo assim, através da observação e dos depoimentos colhidos após as partilhas, algumas das reações imediatas foram tensão muscular nas mãos, pés e no rosto, contração involuntária, respiração ofegante ou presa, tremor, choro, espasmo muscular, movimento reflexo, necessidade de assumir a posição fetal, sensação de paralisia e movimentos repetitivos, considerando que a mudança na respiração esteve presente em quase todos os casos.

Em relação às ferramentas utilizadas para o processo criativo, duas das artistas consideraram a condução inicial essencial para o despertar da consciência interna e desvinculação com o estado em que começaram o trabalho, com preocupações externas. Já relativamente ao estímulo sonoro, três pessoas consideraram ter um efeito significativo - mesmo que não considere todos os sons utilizados - e apenas uma considerou a condução

imagética como menos eficiente. Mencionou-se, ainda, o modo de organização através da fala e da escrita, como destacou Vivian Vinha:

Tivemos as conversas para verbalizar e organizar os pensamentos trazendo imagens, qualidades corporais, texturas e temperaturas, e registrando em escrita, o que acho muito significativo e eficaz para visualizar e entender o caminho que o processo vai tomando. Seguimos então para movimentos improvisados que já estavam subjetivamente presentes por nosso diálogo e registros anteriores, e depois a retomada da improvisação, que para meu modo de também trabalhar a dança, funciona muito. (em depoimento dado à investigadora, anexo I)

Por último, destacaram-se a estrutura e direcionamento presentes neste processo. Daiana Carvalho (em depoimento dado à investigadora, anexo I), refere como ferramentas eficientes a condução da pesquisadora proponente e a divisão por etapas, criando uma construção harmoniosa por usar e sempre retomar à temática disparadora: o medo.

Em virtude de duas participações terem sido feitas *online*, indaguei sobre esta vivência, visto que havia uma preocupação em não conseguir analisar os acontecimentos devido a subjetividade e a possível invisibilidade de algumas experiências. Apesar de alguns pequenos problemas técnicos de som e espaço - que não tiveram consequências significativas-, as respostas foram positivas, uma vez que este formato permitiu a participação de duas artistas da dança que residem no Brasil e não teriam possibilidade de realizá-la presencialmente. Segundo Vivian Vinha, que costuma trabalhar nesse sistema com frequência, “o online estabelece outras relações de corpo/espaço/tempo que geram novas possibilidades de criações, e são necessárias e bem vindas quando falamos de uma dança na contemporaneidade.” (depoimento dado à investigadora, anexo I). Outra observação feita por Daiana Carvalho (anexo I) foi que, mesmo no formato online, o laboratório proporcionou um ambiente colaborativo e dinâmico, com incentivo à troca de ideias e experimentação, o que fez com que a experiência se tornasse única, somada à condução da proposta, seus desdobramentos e estímulos enriquecedores da criação que permitiram que novos movimentos e narrativas surgissem de forma orgânica.

Por outro lado, dentre as contribuições para este processo de forma presencial, Priscila Clemente (anexo I) pontuou a estruturação e as etapas construídas de forma coerente, que possibilitaram a ampliação da consciência do corpo e das emoções,

permitindo que se circule entre o emocional e o racional. Além disso, por procurar um caminho autobiográfico e de grande escuta interna, possibilitou que Érika Teruya (anexo I), que normalmente desenvolve seus trabalhos pelos caminhos convencionais de técnicas mais plásticas, pudesse experimentar outros percursos.

Já Ana Ester Ribeiro abordou a questão da vulnerabilidade do indivíduo neste tipo de pesquisa, pois em alguns momentos, por tratar-se de um estudo autobiográfico, pode suscitar algum constrangimento e bloquear o processo (depoimento dado à investigadora, anexo I). Eventualmente, existe a chance de isso acontecer - e aconteceu -, mas foi feita uma alteração no tempo de duração da condução imagética e algumas conversas para tranquilizar a situação, o que tornou o processo um pouco mais dilatado e confortável para a participante. Esta também sugeriu que um processo em conjunto com outras pessoas, em que a atenção não estivesse voltada apenas nela, poderia ter sido mais fácil. Apesar de ser um desejo inicial o trabalho em conjunto, a proposta foi feita individualmente com cada integrante devido às diferentes disponibilidades de tempo e localização geográfica.

Em um olhar vindo da experiência teatral, Henrique Raínho acrescentou que, mesmo quando o trabalho pretende partir de um ponto tão potencialmente abstrato como as emoções, essas ferramentas podem permitir que a criação desenvolva sua sustentação dramática junto à resposta corporal do intérprete. Além disso, “mesmo que todo o gesto ‘esteticizado’ não seja compreendido ou comunicante, haverá a chance de conexão entre a memória da experiência corporal do público e a experiência do intérprete.” (depoimento dado à investigadora, anexo I)

Na elaboração do exercício da criação de uma frase de movimento, a maioria dos participantes afirmou ter conseguido retomar as sensações por meio da convocação da memória corporal. Ainda, a estruturação do laboratório, da forma como ocorreu - exercícios práticos, escrita, análise - contribuiu para o resgate das sensações e construções imagéticas geradas pela emoção do medo. Já neste momento, a elaboração da síntese do processo como um todo aconteceu de modo mais racional, pois implica em escolhas e organizações dos materiais utilizados durante a prática de composição. No entanto, ao tentar reproduzir a frase de movimento durante o exercício de gravação em um ambiente distinto, houve dificuldade de convocar novamente a memória e o estado corporal, seja pelo hiato que se deu entre o laboratório e a gravação, pela mudança de espaço que interferiu na composição anterior, pela dificuldade em reconectar-se com as sensações, memórias e emoções, ou por adversidades alheias à investigação que alteraram

significativamente o corpo de uma das participantes. Desta forma, cada artista desenvolveu uma estratégia de resgate que, em geral, demandou um tempo mais dilatado, implicou em trazer de volta as ideias e percepções escritas e acrescentou a atenção à respiração. Ainda, apesar de todo o processo ter sido registrado em vídeo, foi evitado o contato com o mesmo, por iniciativa dos participantes, para resguardar a tentativa de procurar as sensações ao invés de apelar para a simples cópia e reprodução das frases de movimento. Nesse sentido, a gravação final mostrou-se inexata ao comparar as frases de movimentos apresentadas ao final do laboratório e nas gravações enviadas após alguns dias ou semanas, mas com outras ressignificações de movimento necessárias para garantir o estado corporal, o fundamento e a genuinidade da proposta.

4.2. Reflexões sobre os laboratórios

4.2.1. A compreensão e a escuta como o princípio do processo

Com a intenção de refletir a respeito dos laboratórios desta investigação, a partir das influências teóricas e resultados apresentados, é importante ressaltar que este trabalho não é reconhecido como um recurso para tratamento de medos e traumas, pois esta investigação possui pretensões artísticas e não terapêuticas – e isto foi elucidado para todos os integrantes. Embora frases como “foi como uma terapia”, “este processo é terapêutico” tenham sido mencionadas oralmente por alguns dos participantes durante a exposição de suas perspectivas e interpretações, considera-se como uma forma de expressar a sensação de bem estar após a participação naquele momento.

Pode-se questionar então: se não há interesse pela abordagem terapêutica, por quê buscar elementos deste viés para esta investigação? Embora, enquanto investigadora, neste momento, não tenha interesse em desenvolver uma linha de trabalho terapêutico, considero algumas referências do movimento artístico terapêutico de extrema importância para esta pesquisa, pois tiveram grande influência de diversas linhas da psicologia, em especial a de Carl Gustav Jung¹⁴, particularmente no caso de Mary Stark

¹⁴ Carl Gustav Jung (1875–1961) foi um médico psiquiatra e psicólogo suíço, fundador da Psicologia Analítica e do método da Imaginação ativa. O conceito de Imaginação ativa é um conceito basilar que sustenta toda a teoria e práxis da análise junguiana.

Whitehouse¹⁵, além da relevância da improvisação no caso de Mary Wigman¹⁶. Marisa Helena Silva Farah¹⁷ (2016) fala sobre como a influência de Wigman, bailarina, coreógrafa e professora alemã, deu-se no trabalho de Whitehouse, através de seu grande estudo e interesse pela improvisação, levando-a a uma importante questão: onde começa o movimento?

Para Wigman a improvisação deveria ser trabalhada através da impulsão, da escuta interna de si mesmo na qual pudesse levar ao movimento. O aspecto importante a ser destacado é que o movimento gerado pela escuta interna traz a presentificação do corpo no espaço, em estados difíceis de apreensão. (Farah, 2016, p. 547)

Neste aspecto, a questão que permeia o início do movimento torna-se bastante relevante, quando nos laboratórios um dos principais comandos foi ‘deixar o corpo reagir’. Por vezes, notava-se o incômodo de alguns dos participantes em permanecer imóveis e estes apenas iniciavam um movimento sem muitas pretensões, pois segundo Whitehouse, “os bailarinos (...) estão habituados a pensar que todo o movimento parte deles, que devem exercer uma força de vontade e esforço para cada coisa que querem que aconteça”¹⁸; já outras vezes era nítido que houve reações corporais espontâneas e estas foram um impulso interno para o movimento; em outros momentos, o movimento surgiu em reação à um estímulo sonoro ou guiado pela fala da investigadora, desencadeado por um estímulo emocionalmente competente, desencadeando ações corporais não planejadas.

Através do olhar de Whitehouse¹⁹, o movimento autêntico é aquele que surge de maneira inevitável e verdadeira, mesmo quando se apresenta de forma limitada ou fragmentada. Esse movimento é reconhecido como genuíno porque manifesta a singularidade de quem o realiza e se torna visível para quem observa, como uma expressão de verdade interior. Por outro lado, os movimentos que não surgem dessa conexão profunda com o corpo e com a interioridade do sujeito tornam-se “invisíveis”,

¹⁵ Mary Starks Whitehouse (1911–1979) foi bailarina e psicoterapeuta norte-americana, pioneira na integração entre dança e psicologia. Desenvolveu o *Authentic Movement*.

¹⁶ Mary Wigman (1886–1973) foi uma bailarina e coreógrafa alemã, considerada pioneira da dança moderna e uma das principais representantes da dança expressionista da Alemanha.

¹⁷ Marisa Helena Silva Farah é pesquisadora brasileira nas áreas de dança, corporeidade e educação. Possui doutorado em Educação pela USP (Brasil) e especialização em Psicoterapia Junguiana.

¹⁸ Tradução livre de “*Dancers (...) are accustomed to think they do it all, that they must exert will power and effort for each thing they want to have happen*”. (Whitehouse, M. S. em Pallaro, P. (Ed). (1999). *Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*).

¹⁹ Tradução livre da ideia da autora em em Pallaro, P. (Ed). (1999). *Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow, S/p*. (consultado em pdf, sem informação de página)

isto é, não se revelam de modo genuíno. Isso acontece quando certas partes do corpo permanecem esquecidas ou dissociadas da consciência, impedindo que o gesto se mostre por inteiro. A proposta da autora sugere, portanto, que há uma necessidade de adquirir consciência de cada parte do corpo, de modo que o movimento que emerge dessa integração possa ser verdadeiramente autêntico.

Em um primeiro exercício que consistia em sensibilizar o corpo e ativar uma escuta interna, foi feita a orientação para o direcionamento da atenção à cada parte, assim, foi possível notar alguns pontos de concentração de tensões. A respiração foi utilizada de modo figurativo, como se o ar fosse enviado para aquela zona, a inflar e criar espaços. Ao comparar o estado no início deste exercício e após o direcionamento parte a parte, houve um relaxamento de tensões e uma sensação de dilatação ao final, mencionada por quase todas as pessoas participantes. Na visão de Klauss Vianna²⁰ (2005), "quando trabalhamos o corpo é que percebemos melhor esses pequenos espaços internos, que passam a se manifestar por meio da dilatação. Só então esses espaços respiram." (p. 70) Ele também considera que estes espaços corporais possuem uma relação íntima com a respiração, uma vez que "em linguagem corporal, fechar, calcificar e endurecer são sinônimos de asfixia, degeneração, esterilidade. Respirar, ao contrário, significa abrir, dar espaço."(Vianna, 2005, p. 71) Esta abertura dos espaços corporais ampliou a disponibilidade corporal dos indivíduos, tornando-os mais acessíveis para iniciar as etapas seguintes, quando foram trabalhados os estímulos sonoros e imagéticos.

Deste modo, na segunda parte dos laboratórios de investigação, cada integrante deveria colocar-se em uma posição confortável, ouvir o estímulo sonoro e deixar-se reagir manifestando a vontade de seus corpos naquele momento. O estímulo sonoro consistia em um compilado de sons e músicas: barulho de sirene, choro de bebê, tiroteio, colisão de veículos, explosão de bombas, chuva, som de trem em movimento, ruídos não identificados, gritos, grunhidos, músicas repetitivas, músicas intensas e dramáticas, vozes desconfortáveis, entre outros. Este exercício tinha como objetivo a tentativa de deixar alguns sentidos mais latentes e potencialmente colocar o corpo em estado de alerta, de modo a facilitar o acesso às emoções, mas ainda sem um direcionamento explícito para o 'medo'. Desta forma, o exercício mostrou-se muito interessante tanto durante a observação externa, quanto nos relatos dos participantes. Ainda que alguns deles estivessem a racionalizar o exercício inicialmente, no decorrer do processo surgiram

²⁰ Klauss Vianna foi um bailarino brasileiro, introdutor de um método próprio voltado para a corporalidade expressiva de atores e bailarinos.

informações do inconsciente, que levaram às reações corporais visíveis como choro, gritos, contração muscular - tensões na face, região do plexo, região abdominal, braços, mãos e pés -, mudanças na respiração e movimentos corporais espontâneos – fechar as mãos, recolher o tronco e membros, movimentos de afastamento, entre outras. A tentativa de racionalizar o exercício implica em um esforço da mente de encobrir o inconsciente e trazer à tona apenas o que a consciência seleciona, no entanto, Jung (1990) explica que:

O inconsciente é uma realidade psíquica que só aparentemente pode ser disciplinada, e isto em prejuízo da consciência. Ele é e permanece alheio a todo arbítrio subjetivo e representa um âmbito da natureza que não pode ser melhorado nem deteriorado; podemos auscultar seus segredos, mas não manipulá-lo”. (p.56)

Ao final deste exercício houve um ciclo de partilha, em que cada participante disponibilizou seus relatos orais, escritos e, posteriormente, compartilhou algumas reflexões através de um questionário, onde já pôde comparar os exercícios entre si. Sendo assim, foi questionado se os artistas entraram em contato com a emoção do medo ou outras emoções que pudessem estar relacionadas e as respostas foram as seguintes²¹: Priscila relatou que sim “um pouco de incômodo e ansiedade durante os estímulos sonoros”, mas que não considera nenhuma relação entre ambos; já Érika considerou que foi um estímulo eficaz para acessar as emoções; Henrique sentiu que a paisagem sonora lhe permitiu “entrar em sua bolha sem qualquer restrição” e ressaltou a parte da faixa sonora que continha uma série de gritos como um “registro que o movimento de afastamento da zona da fonte sonora foi totalmente real”; Daiana afirmou o exercício de improvisação foi “abrindo espaço para surgir novos movimentos, narrativas e emoções”; Vivian considerou que entrou em contato com as emoções, mas percebeu que durante o estímulo sonoro isto ocorreu de maneira mais geral, afirmando que cada som a despertava e a levava a um lugar que não necessariamente ela tinha vivenciado o medo de fato. Já Ana Ester afirmou ter entrado em contato com outra emoção, a raiva.

Em alguns desses casos, o contato com a emoção ocorreu através de uma memória que já não estava tão presente, mas no último caso, ocorreu através de uma linguagem simbólica, uma situação ilusória e não uma memória real. Jung (1990) fala sobre a ocorrência da projeção do “seu próprio fundo psíquico desconhecido no que pretendia

²¹ Depoimento dado à investigadora, Anexo I.

explicar: "*obscurum per obscurius, ignotimi per ignotius*" (o obscuro pelo mais obscuro, o ignorado pelo mais ignorado)" (p. 256), no entanto, este método não ocorre de modo intencional. Neste caso, é possível que esta projeção possa ter acontecido como uma forma de fuga do inconsciente, que estaria a negar o encontro com uma memória dolorosa ao projetar um evento que sequer existiu. Jung (1990) elucida a questão da projeção referenciando os estudos alquímicos:

A rigor, a projeção nunca é feita - ela acontece, ela simplesmente está aí. Na obscuridade de algo exterior eu me defronto, sem reconhecê-la, com minha própria interioridade ou vida anímica. A meu ver, seria um erro reduzir a fórmula "*tam ethice quam physice*" (moral tanto quanto física) à teoria das correspondências, fazendo desta última sua causa ("*prius*"). Pelo contrário, essa teoria seria muito mais uma racionalização da vivência da projeção. O alquimista não pratica sua arte por acreditar teoricamente numa correspondência, mas tem uma teoria das correspondências pelo fato de vivenciar a presença da ideia na matéria (*physis*). (p.256)

Além disso, observou-se que em alguns dos participantes iniciaram o exercício com a preocupação de se chegar a um objetivo final, isto foi um meio racional de tentar projetar uma memória para conectar-se ao medo – embora a correlação com a emoção do medo ainda não tivesse sido referida, todas as pessoas participantes estavam cientes do tema da investigação -, entretanto, como explicou Jung, essa projeção não é passível de ser construída.

O compilado de estímulos do campo sonoro foi estruturado a partir de sons com músicas relaxantes no início e um percurso não linear entre provocações e sutilezas, com a duração prolongada, para que houvesse um tempo de desconexão das ideias pré-estabelecidas – principalmente a de que era necessário estar sempre em movimento ou a criar movimentos – e um mergulho mais profundo no estado inconsciente desta experiência. Em resumo, este exercício possibilitou uma desconexão do ambiente externo, e estabeleceu uma conexão com as manifestações interiores, o encontro do inconsciente através de memórias reais e irrealis (projeção de imagens) e ao final, com a ajuda da escrita, a percepção e organização do que foi acessado e suas repercussões.

Com o propósito de dar continuidade à conexão com o medo, o terceiro exercício do laboratório inseriu uma condução imagética, através da qual os indivíduos receberam

novamente o comando de colocar-se em uma posição confortável, de olhos fechados, onde foram lembrados que estavam em um ambiente seguro e que os materiais que surgissem só seriam trabalhados caso eles se sentissem confortáveis em expor, devido a possibilidade do surgimento de memórias e visualizações de alta vulnerabilidade. Após algumas respirações profundas, os artistas foram convidados a pensar em uma situação em que sentiram muito medo. Neste caso, diferentemente do exercício anterior, houve um direcionamento ao tema, algo que não ocorre no exercício da Imaginação Ativa e nem no *Authentic Movement*. Em seguida, foram feitas uma série de perguntas que auxiliavam na percepção da esfera que envolvia aquela situação de medo, para compreender suas relações, se provinha de uma situação real ou projetada, concreta ou abstrata. A ideia das perguntas surgiu através de uma livre inspiração em um dos processos de criação de Pina Bausch.

O chamado ‘Método das Perguntas’, desenvolvido por Bausch durante seu trabalho com o *Tanztheater Wuppertal*, apresentou-se como um dos procedimentos mais importantes em seus processos de criação. Ao invés de partir de sequências pré-determinadas de movimento, a coreógrafa instigava seus artistas por meio de perguntas que diziam respeito às experiências afetivas, à vida pessoal e às percepções do cotidiano dos bailarinos. As respostas sucediam de muitas formas, seja verbalmente, em imagens, ou em sequências de movimento, e serviam como ponto de partida para a composição dramaturgica. Nesse sentido, as perguntas atuavam como um disparador criativo, abrindo espaço para a emergência da subjetividade e para a construção de narrativas corporais que se entrelaçavam em cena. (Cypriano, 2005; Bentivoglio, 1994; citado por Silveira & Muniz, 2013).

Quando comparado a esse procedimento, o uso das perguntas nesta investigação como instrumento de acesso ao medo assume uma função distinta. Neste momento, o objetivo não é prioritariamente gerar material coreográfico, mas sim mapear sensorialmente como o corpo reage diante da evocação de memórias, imagens e sensações associadas a essa emoção. As perguntas operam de modo a guiar a exploração, o que leva o participante a ativar registros internos do campo visual, auditivo ou cinestésico, que possibilitam a observação e a tomada de consciência das próprias respostas corporais. Embora o objetivo direto não seja a criação de movimento, este processo pode, eventualmente, desdobrar-se em narrativas de movimentação, na medida em que a experiência sensorial e emocional encontra a expressão corporal.

Assim, enquanto em Bausch as perguntas funcionam como o agente da criação dramaturgica, no contexto do dispositivo “medo” elas se apresentam como um instrumento de investigação perceptiva e de consciência corporal, cujo foco está menos na composição artística e mais na revelação das reações internas que podem, eventualmente, originar algum material expressivo.

Neste processo, uma das imagens²² que chamou a atenção foi o compartilhamento de Daiana: “A imagem surgiu da boca e foi para uma relação boca ânus. (...) Nós temos este lugar da zona de perigo que vem do intestino, quase como um segundo cérebro. O corpo reage muito neste baixo ventre, no esfíncter, quando há sensação de medo ou perigo. (...) Eu sentia meu corpo monstruoso, mas era uma relação confortável. O medo também traz um lugar de segurança. Às vezes tem prazer no medo, sei lá”²³. Vianna (2005) relaciona a região do ânus às emoções da seguinte forma:

O ânus, como outra porta das emoções, além de cumprir a função específica de aparelho excretor, revela ainda estados emocionais - os desarranjos intestinais, a prisão de ventre e a própria excreção estão associados a processos físico-emocionais que atuam sobre todo o corpo e, muitas vezes localizam-se na região do esfíncter anal. (p. 108)

Ainda, mesma artista descreveu seu maior medo no terceiro exercício – que explicarei posteriormente -, como “o medo de si mesma”, em que fala “do lugar do medo na contenção de existência da vida”²⁴ e que isto pode não ser necessariamente algo ruim, mas que foi algo que foi de encontro com ela mesma. Além disso, mencionou novamente o ato de segurar o intestino como algo que pode estar associado à proteção. Jung (1990) fala sobre o conflito que se dá muitas vezes, até que se consiga encontrar a correspondência adequada entre consciente-inconsciente, que confira uma posição correta à personalidade e, complementa ainda que “um tal conflito não pode ser resolvido pela compreensão, mas só pela vivência” (p.61) e explica, em parte, sobre o medo que se apresenta no encontro com o inconsciente:

²² Nesta investigação, o termo “imagem” refere-se a uma ideia imaginada ou visualizada.

²³ Extraído do compartilhamento oral da participante.

²⁴ Extraído do compartilhamento oral da participante Daiana.

A consciência do homem moderno, porém distanciou-se demasiadamente da realidade do inconsciente. Ele acabou por esquecer-se que a psique não depende da nossa intenção, mas é em sua maior parte autônoma e inconsciente. Por isso o contato com o inconsciente provoca um terror pânico no homem civilizado, em boa parte devido à analogia ameaçadora que ele apresenta com a doença mental. (Jung, 1990, p.60)

Desta forma, tornar-se disponível para vivenciar o inconsciente e ir de encontro com as vulnerabilidades que estão ocultas é algo difícil e requer abertura por parte do artista e responsabilidade por parte do facilitador, pois “vivenciar o inconsciente é um segredo pessoal difícil de ser comunicado e a poucos. (...) O isolamento, porém, determina uma ativação compensatória da atmosfera psíquica e isto suscita o medo.” (Jung, 1990, p.62). Além disso, Jung (1990) admite que este processo exige coragem e não é isento de perigo. (p. 62)

Por fim, o último elemento do laboratório consistia na seleção das reações corporais, emocionais e imagens que ficaram mais presentes nos exercícios, na tentativa de retomar esses materiais em seus corpos e construir uma pequena frase de movimentos autorais, isto é, sem visar uma junção de passos pré-estabelecidos por uma técnica específica de dança. A ideia era que cada sujeito pudesse compor outras possibilidades de relação de sentidos através de um material autobiográfico, com o objetivo de ressignificá-lo.

Neste processo de ressignificação de algo tão íntimo, que parte de uma vulnerabilidade como dispositivo criador, é necessário um certo cuidado com a condução do laboratório, levando em consideração o bem estar dos participantes. Este mergulho profundo no inconsciente, que traz à consciência o medo e memórias sensíveis requer um certo distanciamento para que se estabeleça a ressignificação, como Vianna (2005) aponta suas reflexões:

Só posso ver o espaço à minha volta quando me afasto, e o mesmo se dá com minha emoção: ela embarga, atrofia, freia qualquer movimento que parta de mim. Não posso sentir e ao mesmo tempo dizer ou analisar o que se passa comigo. Solução: sinto e após o ato reflexivo narro o que sinto. Só então minha emoção chega ao interlocutor ou à plateia. É preciso que haja sempre um distanciamento

físico e crítico do que faço e do que digo. A emoção deve ser distanciada: ela é proveniente de uma técnica, é inerente aos músculos, ao espaço, aos ossos, ao corpo. (Vianna, 2005, p. 97)

A imagem ou memória que acessou aquela emoção traz reações para o corpo que podem ser usadas como ferramentas na construção de um trabalho cênico, as imagens do ambiente e imagens sensoriais podem ser usadas para novas possibilidades de estudos do movimento ou criação de narrativa, no entanto, faz-se necessário o distanciamento para que o artista não se envolva na emoção a ponto de impossibilitar a continuidade ao trabalho.

4.2.2. A Imaginação Ativa de Carl Gustav Jung

Como referido anteriormente, apesar deste trabalho investigativo não possuir pretensões terapêuticas, alguns de seus exercícios possuem uma relação com a imaginação ativa. A imaginação ativa²⁵, conceito basilar na investigação de Jung, consiste em uma técnica ou abordagem terapêutica, criada pelo mesmo, ao realizar uma auto-experiência, que chamou primeiramente de confronto com o inconsciente. Esta experiência foi registrada nos chamados Livros Negros, que depois de revisões e o acréscimo de reflexões e suas pinturas, após muitos anos foi encadernado em couro vermelho, ficando conhecido como Livro Vermelho. (Farah, 2016)

Jung tinha interesse em descobrir como acontecia o confronto com o inconsciente e as maneiras que possuímos de identificá-lo. Além disso, era importante exercitar a eliminação a atenção crítica a fim de “libertar os processos inconscientes que irrompem a consciência sob a forma de fantasias” (Jung, 1916/2008, p. 89, citado em Farah, 2016, p.545)

Em outro ponto, é necessário conciliar esses conteúdos para haver controle da fantasia - imagem psíquica visual ou simbólica - e em seguida materializá-la através da escrita, do desenho, da pintura, da dança, entre outros. É neste momento que o indivíduo

²⁵ Jung (2008) Psychic imaging: a bridge between subject and object, In *The Cambridge Companion to Jung*. Ed. Polly Young-Eisendrath and Terence Dawson. Cambridge University Press (p.77-94). Nesse artigo-conferência apresentado na sociedade de psicanálise que Jung, pela primeira vez fala do conceito de Imaginação Ativa que se revelará transversal em toda a sua pesquisa e análise.

confronta o inconsciente e a consciência. Farah exemplifica o processo deste confronto da seguinte forma:

Se os conteúdos do inconsciente estão sempre prontos a interferir em nossas ações, ao torná-los conscientes evitamos sua intromissão e suas consequências. O processo de confrontação entre o Ego como centro da consciência e o inconsciente pode ser comparado a um diálogo entre duas pessoas com direitos iguais de falar e apresentar seus argumentos e posições. (Farah, 2016, p. 545)

Deste modo, o segundo e o terceiro exercícios do laboratório utilizam elementos da imaginação ativa de Jung, mas não em sua totalidade, principalmente por não possuírem os mesmos objetivos terapêuticos – embora, eventualmente possa ter ocorrido algum processo terapêutico, mesmo que inconscientemente. De certa forma, há um confronto do inconsciente com a consciência, que toca lugares de vulnerabilidade e que estão muitas vezes inibidos pela consciência, pois “um evento inconsciente que escapa ao consciente é figurado de alguma forma e em algum lugar: por exemplo, em sonhos, visões e fantasias.” (Jung, 1991, p.312)

Além disso, existe a produção da fantasia, que nesta investigação é tratada por imagem, e a revelação dos conteúdos exibida por meio da linguagem escrita, oral e artística (das artes do corpo). Na imaginação ativa, pode-se fazer um convite para um lugar simbólico, acionando uma imagética perceptiva, o que ocorre indiretamente no segundo exercício, no entanto, na abordagem de Jung não se direciona para um assunto específico, deixa-se fluir as imagens, diferentemente do que é proposto no terceiro exercício, quando os participantes são convidados a mergulhar no tema específico desta investigação: o medo.

5. A criação do objeto artístico: “Desvelar os medos”

5.1. “Desvelar os medos” e a poética da obra

O objeto artístico da presente investigação, denominado “Desvelar os medos”, partiu de uma articulação entre a prática de laboratório desenvolvido com os seis artistas convidados e uma pesquisa autobiográfica da investigadora. Desde o início, o objetivo

era criar uma obra artística em formato de solo para apresentação pública, para experimentar na prática as ferramentas desenvolvidas na etapa anterior e, posteriormente, analisar o processo de criação, na qual seriam também inseridos elementos provenientes dos percursos criativos concebidos pelos demais participantes. Vale também ressaltar que havia a vontade de representar esses artistas no processo criativo, ainda que não fosse possível colocá-los em cena presencialmente.

Este trabalho iniciou-se através de uma prática de escuta e criação muito próxima à produzida para os demais participantes, mas com desdobramentos posteriores do fazer artístico, devido ao tempo mais dilatado, com mais possibilidade de pesquisa em estúdio e com a inserção de novas propostas de experimentação. Deste modo, ao pensar na palavra ‘medo’, assim como alguns dos artistas convidados, as relações mais diretas do dia-a-dia com esta emoção vinham à mente: medo de altura, de sofrer alguma lesão, de qualquer tipo de violência, da não conclusão de algo planejado ou da incapacidade de realizar algo esperado. Entretanto, ao permitir uma escuta interna e um desprendimento do ego em querer controlar a situação, vieram à luz alguns dos medos mais desestabilizadores e difíceis de confrontar, uma vez que a investigação se tratava de um estudo autobiográfico destinado à exposição pública: o ‘medo de não conseguir dizer’ e do ‘julgamento’. Neste cenário, um dos maiores desafios era lidar com vulnerabilidades que costumavam permanecer em um lugar mais inconsciente, mas que foram reveladas por um caminho de reconhecimento do que precisava ser visto, sentido e ouvido, mediante um exercício honesto para com esta investigação. Devido a esse pressuposto de criação, a performance não procurou uma linha narrativa ou representativa, mas percorreu um caminho dramático denso e subjetivo, que pretendeu estabelecer uma relação com as sensações e percepções da artista e do espectador:

O tipo de percepção que o espetáculo coreográfico propõe é, em simultâneo, múltiplo e íntimo: múltiplo, porque, além do olhar, e provavelmente muito mais do que ele, são as sensações cinestésicas que nos põem em contacto com uma obra, com as suas vias de criação, com os seus objetivos e com o seu sentido; e íntimo, porque, sempre que estão em causa camadas sensíveis de tactilidade, a relação da análise com os canais da percepção convocada se identifica sobretudo com o que temos em nós de mais secreto, mais próximo ao mesmo tempo do sensorial e do emocional do que é directamente traduzível em termos racionalizantes habituais. (Louppe, 2012, p.36)

Assim, como sugere a historiadora especializada em estética da dança contemporânea Laurence Louppe (2021), a poética da obra procura delimitar aquilo que tem a capacidade de tocar o outro, de estimular a sensibilidade de quem faz e assiste, de reverberar o imaginário de ambos, ou seja, o conjunto de dinâmicas criativas que alimentam o trabalho artístico. Neste sentido, a poética não se limita a observar o campo do sentir dentro da experiência artística, ela também abrange as transformações que ocorrem nessa esfera. Seu objeto de estudo reúne ao mesmo tempo conhecimento, dimensão afetiva e ação. Diferentemente de outras abordagens, sua singularidade está em não apenas indicar o que uma obra provoca, mas em revelar os modos pelos quais ela produz esse efeito, pois demonstra com clareza o ponto onde a consciência percebe o ato artístico e reverbera sobre ele, além de quebrar a ideia tradicional de que há um “sentido único de comunicação” - do artista para o público -, isto quer dizer, ecoa para engrandecer a obra, tornando-a o centro de uma prática compartilhada.

O olhar e a escuta dilatam-se pelo tempo da obra, mesmo após a sua finalização, desde o reencontro com as ideias iniciais até as suas reverberações: o intuito primário, o descobrimento do material, a escolha minuciosa de cada ferramenta de criação e composição, o processo de construção; todos estes elementos compõem a “viagem imaginária do indivíduo”²⁶, que é reconstituída posteriormente na análise do objeto artístico, nem que seja pela suas estesias.²⁷

Nesse sentido, em paralelo com a pesquisa, a concepção de “viagem imaginária” proposta por Louppe (2012) refere-se ao percurso poético e perceptivo que a obra coreográfica implica, tanto na investigadora quanto no espectador, desencadeando imagens, respostas emocionais e deslocamentos internos que ultrapassam a materialidade gestual. Essa viagem não constitui uma narrativa linear ou racional, mas cria uma experiência sensível que se desdobra em diferentes níveis de percepção e sensação. A dramaturgia, por outro lado, pode ser compreendida como o processo estruturante que organiza os percursos subjetivos em uma esfera de significados que pode ser compartilhada. Almeida (2021) destaca que:

²⁶ Louppe, L. 2012, p.31.

²⁷ Termo utilizado por Louppe, L. 2012. p.31. Designa a experiência sensível imediata do corpo em movimento, tanto para quem dança quanto para quem é espectador. Percepção dos sentidos. O nível do sentir que antecede a análise intelectual ou discursiva, fundamentando a dança como poética.

O fazer dramaturgico se quer portanto plural, transversal, distributivo e expansível sobre variados domínios cênicos e artísticos, nutrido por variados domínios não necessariamente cênicos nem artísticos, ligado a uma poética de sentido inscrita no espaço-tempo singular de cada obra – de cada uma de suas efetuações performativas –, operando desde as mediatas decisões das salas de ensaio até as imediatas decisões que modulam um gesto cada vez que é performado. (p.58)

Desse modo, enquanto a viagem imaginária faz referência ao plano da experiência interna e afetiva, a dramaturgia atua como o meio de dar forma e estruturar essa experiência no espaço performativo, permitindo que o público seja atravessado pelo sentido da obra.

Portanto, a dramaturgia da dança não estabelece um limite através da organização externa de materiais, mas incorpora as viagens imaginárias da intérprete e do público, possibilitando que as experiências subjetivas de movimento, memória e emoção sejam convertidas em percepção compartilhada (Louppe, 2012; Almeida, 2021). Assim, “*Desvelar os medos*”, sugere uma conversa íntima da intérprete com os modos sutis pelos quais seus medos se inscrevem e se manifestam em seu corpo, sem procurar o caminho da representação daquela emoção, mas propondo a materialização da imagem e sensação ressignificadas, seja no corpo ou na interação com os objetos cênicos. Além disso, possibilita que o espectador tenha ressonâncias através do campo de sentido que é gerado pela obra, sem que este precise compreender o significado de cada gesto.

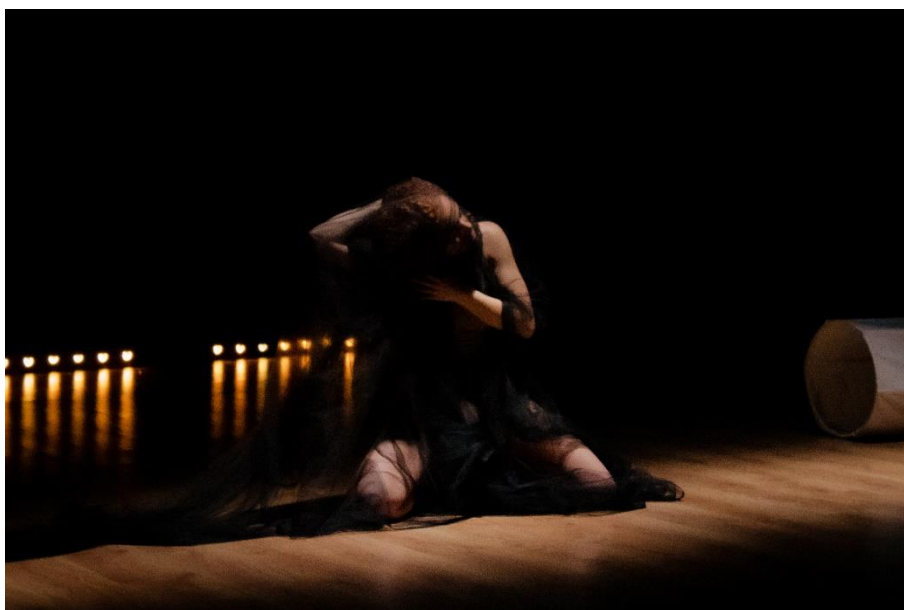


Figura 3: Apresentação do objeto artístico "Desvelar os medos".

5.2 A construção do objeto artístico

A construção do objeto artístico aconteceu mediante um processo experimental que inicialmente não possuía um formato idealizado, mas surgiu conforme as necessidades da expressão artística da investigadora. Ademais, pelo caráter mais intimista da investigação, percebeu logo a necessidade de um espaço menor e com mais proximidade do espectador para o momento da partilha. O trabalho, composto por quatro cenas, foi dividido da seguinte forma:

Cena 1. *“Coloquei sob a luz os medos que estavam ocultos”*: Primeiramente, acontece a elucidação dos medos inconscientes no corpo, com o uso de um candeeiro iluminado como metáfora e a consequente percepção das reações e sensações geradas, em seguida, acontece o desvelar destes medos, com o tule negro que se desenrola pelo percurso, onde, por vezes, desprende, cria resistência, traz segurança, sufoca, liberta e novamente recobre até que encontre o novo candeeiro, agora maior, com mais consciência. Para esta parte, foi utilizada uma edição musical com trechos de *“Insomnia”*, de Maja Ratkje e *“Varisevalehti”*, de Cucina Povera.

Cena 2. *“Como reagi e o que permaneceu de tudo isso”*: Há um estado de quase repouso prolongado, com micro movimentos como reação à projeção de vídeo que ocorre no candeeiro. O vídeo recorre à fragmentos do processo criativo dos outros artistas participantes e foi cuidadosamente organizado para conectar-se com as nuances da edição

que integra as músicas “*Vacuum*” e novamente “*Imnsonia*”, ambas de Maja Ratkje, onde a segunda repete-se propositalmente para criar conexão com a primeira parte da cena anterior.

Cena 3. “*Entre paralisar e reagir*”: Com a premissa de utilizar a tensão muscular, o mover por impulsos e pouca amplitude de movimentação, surgiu a imagem da ‘paralisia do sono’, que inspirou este trecho. A escolha sonora foi “*Sulfur*”, de Tanya Tagaq.

Cena 4. “*Ressignificar*”: Esta cena, dividida em dois momentos, retrata as transformações que ocorrem em níveis distintos. O primeiro, trata da retomada dos gestos e desdobramento dos estados corporais, com mais amplitude de movimento e uso ampliado do espaço cênico, com a ambientação musical de “*Mouthpiece IX, Pt. 2*”, de Erin Gee, ORF Vienna Radio Symphony Orchestra. Já no segundo, no silêncio, retoma-se o contato com objeto cênico e ocorre a introdução da fala sem direcionar o olhar para o público em quase nenhum momento, como uma conversa interna que termina através do direcionamento de uma pergunta ao espectador.

O processo laboratorial conduzido pela investigadora partiu de experiências semelhantes às vivenciadas pelos demais participantes. Contudo, como não era viável direcionar e experienciar simultaneamente os exercícios, foi elaborado um áudio-guia a partir de uma gravação. Da prática de escrita emergiram diversas frases relacionadas a medos, sensações, reações e imagens, que serviram como material de base para as etapas subsequentes. Entre elas, destacam-se duas que orientaram todo o percurso criativo – “medo de não conseguir dizer” e “medo do julgamento”²⁸ – bem como outras formulações, tais como “não ter o controle” e “falar e ninguém ouvir”. Foram também registradas reações corporais significativas: “batimentos cardíacos acelerados”, “mudança na respiração”, “tensão no maxilar”, “contração muscular”, “arrepio” e “grito em silêncio”.

Durante a prática com estímulo sonoro, emergiu uma imagem particularmente marcante: “uma figura grotesca, monstruosa, devorando a mão”. Esta figura se desdobrou na intenção de gritar sem conseguir emitir som, compreendendo uma barreira para qualquer fluxo que desejasse sair ou entrar pela boca. A intensidade da tensão no maxilar chegou a provocar dor física por algum tempo. Já no exercício de condução imagética, houve a necessidade de reiniciá-lo, uma vez que o primeiro momento revelou um

²⁸ Conforme consta no Anexo II.

bloqueio que poderia ser interpretado como manifestação subconsciente do medo de falhar. O retorno à respiração consciente permitiu restabelecer a concentração e a presença na prática, tornando possível a sua retomada. Embora a experiência tenha se apresentado poucos movimentos externos, produziu reverberações silenciosas, porém intensas, repletas de imagens e memórias. Essas sensações permaneceram vívidas por alguns dias e, nas práticas seguintes, buscou-se reativar esse material, recorrendo frequentemente aos registros videográficos como meio de consulta e continuidade dos processos que se mostraram eficazes.

Na etapa de experimentação, foram estabelecidas estratégias para retomar e aprofundar os eventos desencadeados no primeiro processo: leitura dos registros; respiração consciente com os olhos fechados, acompanhada da tentativa de reproduzir gestos até que se tornassem naturais; improvisação com algumas das músicas utilizadas nos exercícios iniciais; e improvisação em silêncio, nas quais a proposta central consistia em confrontar-se diretamente com as sensações.



Figura 4: Prática de laboratório de criação com experimentação de materias para a cena.

Deste modo, foram iniciados os estudos para a primeira cena, com alguns estados corporais que começaram a se intensificar. Através desses estados, algumas imagens ganhavam novas características, transformando-se e sugerindo outras necessidades. Foi nesse ínterim que se iniciaram as experimentações com o tecido, como um meio de restaurar a sensação do corpo preso, encoberto e que se desmancha. Em princípio foi

utilizado um tecido suave, mas consistente de aproximadamente 6 metros de comprimento na cor branca. A cor trouxe a sensação de algo suave que não condizia com a proposta da cena, que refletia um momento mais denso. Logo, o tecido foi substituído por um tule mais longo (10m), mais volumoso, semitransparente e na cor preta. Então, a criação da cena foi iniciada através da ideia de “desvelar os medos”, com a tentativa de coreografar os movimentos, depois, de deixá-los totalmente livres e improvisados e por fim, o recurso realmente utilizado de estabelecer pilares gestuais e improvisar o caminho até eles, com a necessidade de dilatar as imagens que se formavam. Em outro momento, trabalhou-se a característica do rosto velado, primeiramente com folhas de papel a cobri-lo, depois com a ideia de fios que se desfazem para, finalmente, surgir a imagem do candeeiro com a luz. Na verdade, a luz já fazia parte de um desejo cenográfico, no entanto, ainda não havia sido encontrado um sentido para a presença desta em cena, que em outro momento apresentou sua importância. A partir da ideia do rosto encoberto, buscou-se também, o reencontro das reações ao medo acompanhadas de um recorte de gestos trabalhados pelos outros participantes. Este recorte estabeleceu-se através de uma consulta no material videográfico, o qual foram selecionados trechos considerados pertinentes para compor a obra. Este material gerou algumas dúvidas a respeito de apropriar-se ou não da imagem do outro, pois em uma prática voltada para si, inserir o gesto do outro trouxe desconexão. Foi decidido que ao invés de partir do gesto do outro para desdobrar-se até o gesto próprio, seria testado o caminho reverso ao começar do estado corporal e improvisar até chegar ao gesto do outro; essa prática tornou o movimento mais fluido e presente. Este trecho foi coreografado, posteriormente, com uma relação bastante precisa com a partitura musical e representa a única parte onde isso acontece. A concepção do rosto encoberto também ficou estabelecida, sendo que, do momento em que se remove o candeeiro até a chegada no próximo objeto de cena, mantém-se a ideia de encobrir o rosto parcialmente, seja através do cabelo ou do tule.



Figura 5: Ensaio da primeira cena de "Desvelar os medos".

A segunda cena foi desenvolvida de forma a incluir as pesquisas dos outros participantes. Novamente, recorreu-se às múltiplas horas de gravações, onde foram selecionados trechos da frase de movimento criada e de algumas reações espontâneas dos laboratórios. A organização desse material foi feita em uma linha do tempo, com algumas sobreposições pertinentes e, depois, sincronizada à uma faixa sonora editada, composta por duas músicas, em que uma delas remete à primeira cena. O vídeo resultante desse processo foi projetado num segundo objeto cênico, um novo candeeiro maior e posicionado na horizontal, rente ao piso e do lado oposto da cena. Durante toda a transmissão, a intérprete está posicionada deitada com a cabeça inserida no cilindro e mantém micro movimentos que a conectam com a terceira cena.

A cena seguinte desdobra uma imagem que surgiu durante os ensaios, através de experimentações sobre a tensão muscular e à falta de controle. Na ressonância desse processo, surgiu a ideia de não conseguir se mover, que levou à imagem da paralisia do sono, que de alguma maneira também teve uma conexão com a figura da monstruosidade. O objetivo traçado para essa cena também compreendia permanecer próxima ao chão, ter um trajeto demarcado e os movimentos serem feitos através da improvisação, com ênfase no estado corporal.

A última cena compreendia um resgate aos gestos iniciais, à imagem da “figura monstruosa devorando a mão” e da resignificação desses elementos com mais urgência

e um fluxo mais amplo. Esta é a única parte em que o espaço cênico é utilizado de forma integral, primeiramente na zona posterior e depois, ao atravessar o tule que permaneceu todo o tempo em cena, na zona frontal. Inicialmente foi pensada como cena coreografada e a escolha da música havia sido propositalmente com vozes incompreensíveis. Eventualmente, o ritmo desta proposta conduzia o movimento para um lugar de passividade que estava a impactar negativamente a proposta. Após a mudança da trilha sonora, a música com poucas notas e alguns sons projetados pela boca, favoreceu a conexão com os estados corporais pretendidos e conectou-se melhor com a imagem. Ao final, houve a inclusão de uma parte em que se usava a voz, como contraponto dos gritos em silêncio que foram remetidos em alguns momentos. O texto foi escrito pela investigadora, com base em depoimentos próprios e dos participantes:

Eu tenho medo de errar
De sentir
De não sentir mais nada
Tenho medo de não poder ser
Um medo? Eu mesma
Medo de sofrer
E de não viver
Medo de não fazer parte
Não pertencer
Medo de deixar ir
Medo de não sentir
Medo de ter coragem
E do julgamento
Medo do vazio
E da impermanência
Eu tenho medo de não conseguir
dizer
E as palavras morrerem dentro
de mim
Mas às vezes, pode haver prazer
no medo, sei lá
E você, tem medo do quê?



Figura 6: Cena final de "Desvelar os medos".

O texto compôs uma determinação da investigadora em aceder um de seus medos, que está relacionado com a dificuldade de conseguir manifestar-se oralmente através de textos e ideias e, que juntamente com a determinação da improvisação como expressão artística, caracterizou a imprevisibilidade presente no objeto artístico, gerando uma pressuposta ‘falta de controle’ - que também foi sinalizada durante os laboratórios.

O trabalho em sua totalidade possui partituras repetíveis estabelecidas, no entanto, compreende, pelo processo da improvisação, a possibilidade da alteração do caminho e da ordem entre elas. A improvisação que, em princípio, foi uma ferramenta para a criação, ganhou espaço para a expressão artística para esta obra, tornando-se a estrutura principal para a composição. A expressividade e o movimento autoral também se tornaram mais importantes no contexto da criação do que a reprodução e a apropriação de movimentos dos outros participantes. O estudo de apropriação de gestos foi feito, mas por outro percurso, visando a intenção expressiva da investigadora, descartando a ideia da reprodução pura do movimento do outro e direcionando para o estudo a partir do gesto e, também, do caminho até ele. A respiração consciente também foi um fator importante tanto no restabelecimento da concentração durante as práticas, quanto na consolidação de um estado corporal no início da primeira cena, quando se acelerava o fluxo respiratório até quase o limiar da hiperventilação, gerando um aumento no fluxo sanguíneo e nos batimentos cardíacos - é importante lembrar que é necessário ter cautela durante esse tipo de experimentação -, gerando sensações de dilatação e presença ampliada.

Outro ponto, é que desde o início fica estabelecido que não há um contato visual direcionado ao público, mantendo-se como parte da dramaturgia a conexão interna da artista, proveniente das vivências em estúdio, como uma conversa íntima. No entanto, essa esfera de sentido sofre algumas intervenções, primeiramente quando se determina a ultrapassagem do tecido no chão, cortando o espaço de cena, através do gesto de “apontar”, que remete ao julgamento. Outro momento em que isso acontece é diante da última parte, em que a intérprete rompe com a fala direcionada, desta vez, ao público, diferentemente das outras vezes em que fala para si, sem estabelecer conexão visual com a plateia.

5.2.1. O Corpo Autobiográfico

Diante da verificação de que nesta investigação, tanto os estudos de laboratório com todos os participantes, quanto os estudos de composição do objeto artístico partem de um denominador comum, o “eu” e as relações que ele estabelece, são apresentadas algumas reflexões acerca das relações entre poética da memória e do corpo autobiográfico.

Nesse sentido, Louppe (2012) oferece uma análise significativa sobre a relação entre memória e esquecimento, conceitos aproximados por Dominique Dupuy em encontros realizados em Arles, em 1989:

A memória (que, neste caso, revela sua utilidade) opõe-se a uma força de fixação modelizante: pode actuar na distensão da passagem, na perda das identificações espetaculares, em proveito de um corpo transitório que nunca se enraíza numa dada essência, muito menos numa forma, mas que se constrói (ou se desconstrói) na história. É um corpo-história evolutivo, preso e transportado pela historicidade através do seu tempo próprio. Por esta razão (...), a temática da memória tem o seu lugar numa abordagem da poética da dança, como um dos instrumentos da poética, como recurso da poética de um corpo disjunto e de toda a autoridade estabelecida, mas também como articulação de saberes específicos do corpo contemporâneo, que conferem à memória dos movimentos e dos corpos uma dimensão ao mesmo tempo existencial e cognitiva. (p.53)

O corpo autobiográfico apresenta-se, portanto, como um corpo-história enquanto bailarino e enquanto ser, que carrega suas experiências pessoais e se constrói através delas. Em outros momentos da história, pensava-se no corpo como uma distinção entre o ser (humano) e o bailarino, em especial na dança clássica, no entanto na contemporaneidade a concepção alterou-se, quando este passou a ser compreendido integralmente, com sua história, memória e experiência. Nessa perspectiva, a criação nesta investigação trata de corpos que manifestam sua história, através de suas memórias e relações que estabelecem com o tema do medo, mas que perpassam diferentes técnicas e conhecimentos específicos a respeito da dança e do movimento, sem fixar um padrão estético único, ao contrário, desconstruem esse padrão em prol da auto observação. Ainda,

convergem em um ponto de identificação que parte das ferramentas metodológicas utilizadas neste processo, onde o estímulo para confrontar lugares de vulnerabilidade das vivências pessoais, muitas vezes presentes em esferas do inconsciente, gera materiais sensíveis e ricos. Mesmo partindo de uma pesquisa autobiográfica, a criação não se encerra “no eu”, pois ela acaba por ressoar em um âmbito do humano, mais universal.

A partir da perspectiva da psicologia do self de Hermans²⁹ e estudos da performance e dança, Santana (2009) abarca o sentido de dança autobiográfica como aquela que encena o self, que em sua dimensão refere-se ao “eu” como forma expressiva e relacional. Para o autor, a dança autobiográfica não se limita à interpretação de experiências pessoais, mas transcende a individualidade do intérprete, combinando aspectos socioculturais e coletivos. Dessa forma, “a dança autobiográfica é a dança que encena o self” e este “carrega um sentido dialógico, extrapolando a particularidade pessoal do(s) criador(es) e/ou intérprete(s)” (Santana, 2009, p. 25), de modo que os elementos comunicados traduzem a representação de si a partir da perspectiva da construção e percepção do artista.

Assim, a autobiografia dançada circunda a autorreferência, que embora inclua, não se esgota na representação individual: o corpo em cena torna-se o lugar de uma identidade construída e compartilhável, em que “existem, na própria obra, referências relevantes à pessoalidade do criador-intérprete” (Santana, 2009, p. 26).

Para aprofundar essa compreensão, Santana (2009) recorre à teoria do Self Dialógico de Hermans, segundo a qual o self é multivocal, dialógico e corporificado. Nesse ponto de vista, o self é percebido como um espaço imaginário subjetivo, ocupado por diversas posições de identidade construídas nas interações sociais e culturais. Essas posições se transformam ao longo da vida e estabelecem diálogos entre si, compondo uma rede de vozes internas e externas. O autor explica que “cada posição, ao ser ocupada, implica em uma ou mais vozes subjetivas que dialogam entre si, no próprio imaginário pessoal, ou com um interlocutor atual, imediato, caracterizando o self enquanto multivocal” (Santana, 2009, p. 26); além disso, o autor explica as posições internas como aquelas que são sentidas como parte de si mesmo, as posições externas como as que são sentidas como parte do ambiente e apresentam relevância para as posições internas e as posições que encontram-se fora do espaço do self, mas adquirem uma existência

²⁹ Hubert J. M. Hermans, cientista pesquisador na área da psicologia, cofundador e principal desenvolvedor da Teoria do Self Dialógico (*Dialogical Self Theory – DST*).

potencial, uma vez que podem aflorar nesse espaço através de algum acontecimento ou ao longo da vida. Esse modelo dialógico do self, o qual implica que o sentido se constrói na relação, também é corporificado, na medida que os diálogos internos se estabelecem em níveis pré-verbais e sensório-motores. As autorrepresentações emergem de metáforas corporais, onde o corpo constitui-se como um instrumento através do qual o self estabelece o pensar, o sentir e o movimentar-se. (Santana, 2009)

Assim, “as ações do self, nas mudanças dentro de uma auto narrativa, são capazes de apresentar o self enquanto um espaço imaginário, cujo funcionamento opera numa analogia do self como espaço do mundo e os atos mentais como os atos corporais.” (Santana, 2009, p.50). Nesse sentido, o self pode ser compreendido como um campo dinâmico de deslocamentos e transformações, no qual múltiplas “posições-de-eu” existem em simultâneo e se alternam segundo o contexto e o momento — como, por exemplo, “Eu enquanto pai (mãe)”, “Eu enquanto artista” ou “Eu enquanto amigo (a)”.

Portanto, o conceito de self dialógico desenvolvido por Hermans e interpretado por Santana (2009) sugere que o “eu” é um espaço dinâmico de vozes, posições e relações, ou seja, uma esfera de inúmeras identidades que afloram nas interações com o outro e com o mundo. Neste sentido, o self não é permanente, mas se constrói a todo momento na relação, por meio do diálogo entre o interno e o externo, o pessoal e o social, o vivido e o imaginado.

De maneira semelhante, Merleau-Ponty (2018), em *Fenomenologia da percepção*, compreende o sujeito não como uma consciência isolada, mas como um corpo encarnado, um “campo de presença” que existe em relação a si, ao outro e ao mundo, “porque esta presença o lança no mundo natural e cultural a partir do qual ele se compreende” (p. 605). De acordo com a perspectiva do autor, em relação ao mundo fenomenológico, ele ainda afirma que:

O mundo fenomenológico é não o ser puro, mas o sentido que transparece na intersecção de minhas experiências, e na intersecção de minhas experiências com aquelas do outro, pela engrenagem de umas nas outras; ele é, portanto, inseparável da subjetividade e da intersubjetividade que formam sua unidade pela retomada de minhas experiências passadas em minhas experiências presentes, da experiência do outro na minha. (Merleau-Ponty, 2018, p.18)

Ou seja, para Merleau-Ponty, tal como para Hermans, o sujeito só se constitui na intersubjetividade, em outros termos, no cruzamento de percepções, emoções e experiências que o vinculam ao outro e à história.

Essa visão encontra, também, ressonância na reflexão de Louppe (2012) sobre o “corpo-história” e a poética da memória na dança. Para a autora, a memória é um processo de construção e reconstrução contínua, que não permite que o corpo seja determinado por uma forma ou natureza definitiva, permitindo-lhe tornar-se um corpo que transita e se transforma em sua história. Assim, o corpo age como um espaço contínuo de inscrição temporal, onde cada movimento carrega vestígios do vivido e, ao mesmo tempo, se torna veículo para a construção de novas interpretações e sentidos, do mesmo modo que o self dialógico e o corpo fenomenológico Merleau-Pontyano.

5.2.2. A improvisação

A improvisação foi um recurso de grande relevância nas práticas desta investigação, uma vez que esteve presente em mais de uma situação, com finalidades distintas em cada etapa.

Algumas visões a respeito da improvisação entram em divergência, como aponta Louppe (2012), ao referir-se à perspectiva mais conservadora de Susan Langer, que reflete que a dança não pode ser considerada uma obra de arte se não for premeditadamente e passível de ser repetida. Em contraste, outros autores, como Steve Paxton, defenderam que a experiência da improvisação — no caso, a *contact improvisation* — pode ser entendida como “a representação de uma escrita do corpo” (Louppe, 2012, p. 238). Assim, ainda que se configure como prática significativa no preparo corporal e na pesquisa de movimento, a improvisação revela-se igualmente potente como forma de criação, seja prévia ou durante a performance.

Atualmente, a improvisação é considerada um procedimento criativo baseado na ação exploratória do corpo, que permite que o movimento se construa no instante da experiência. Louppe (2012) considera a improvisação um elemento indispensável na dança contemporânea, pois acredita que pode ser ao mesmo tempo o fundamento da obra, uma técnica de preparo corporal, um modo de investigação do mover e uma maneira de desenvolver o potencial criativo de cada indivíduo. Este pensamento confere ressonância

ao de Jussara Miller, que apresenta seguinte ideia:

A improvisação permite a vivência do sentido próprio das ações de investigar, indagar, pesquisar, inquirir, descobrir, achar, interfacear e seguir os vestígios do corpo em criação, não excluindo, mas acolhendo a experiência do indivíduo criador em sua transformação num jogo imprevisível de experimentação e risco onde a percepção e a conexão de sentidos acontecem no momento presente. (Miller, 2021, p,42)

A escola alemã estabeleceu os processos de improvisação como algo fundamental ainda que não possuísse bases referenciais, visto que os princípios de improvisação em outras disciplinas artísticas possuem conceitos muito distintos. Em disciplinas tradicionais, a improvisação parte de uma combinatória instantânea, mas com vocabulário já conhecido, através do qual existe uma seleção consciente e até codificações preestabelecidas, já na dança contemporânea a improvisação tende a ter um caráter mais exploratório que possibilita “alcançar a profundidade dos recursos artísticos” (Louppe, 2012. p.235).

A prática da improvisação estimula a atenção ao momento presente e aos movimentos, o que propicia a percepção consciente das variações de estados corporais que, eventualmente, poderiam tornar-se movimentações mecânicas, em decorrência da falta de atenção ou da prática repetitiva realizada de maneira automática. A observação consciente do próprio corpo permite uma experiência plena do tempo presente, que é singular, à medida que cada instante da dança se constrói em tempo real. Manter a atenção de modo intencional, permite a percepção para navegar entre processos conscientes e inconscientes na criação do movimento, o que promove um estado de presença essencial que favorece a prática da improvisação.

Segundo Miller (2021), a pesquisa do corpo em improvisação acontece a partir de diversos estados de atenção: voltados para si, para o espaço e para o outro. Estes estados se articulam em colaboração para que se possa ampliar o estado de presença, aspecto fundamental para a prática da improvisação em dança. Nesse sentido, a escuta sensível do corpo estabelece o princípio fundamental dessa abordagem.

Ao trabalhar a motricidade a partir de sua sensorialidade, o praticante é convocado constantemente a se perceber, a se olhar e se visitar a cada experiência, sendo

convidado à autopercepção e ao autoconhecimento, promovendo, assim, a possibilidade de se perceber em si e de se perceber no mundo. (Miller, 2021, p.43)

Na abordagem desta investigação, durante os laboratórios, recrutou-se em praticamente todos os momentos o estado de atenção voltado para si e em alguns momentos, houve uma necessidade maior de atentar-se também para o espaço - que para alguns dos participantes foi mais limitado, mediante a disponibilidade de local encontrado para realizar a prática. Como este estudo foi feito individualmente com cada artista, não houve o estado de atenção em relação ao outro, que seria possível em caso de um estudo coletivo. Na criação do objeto final, apesar do processo também ter sido realizado de modo individual, houve da mesma forma o estado de atenção aos objetos cênicos, que estabelecem sua presença relativamente à cena e à investigadora.

A ideia inicial era ter a improvisação como um meio de aprofundar as possibilidades exploratórias do corpo em conexão com o medo e todos os impulsos internos que surgiram a partir deste tema. Além disso, no decorrer dos primeiros laboratórios a improvisação foi utilizada como um recurso pré-composição por alguns dos artistas participantes, que posteriormente utilizaram recortes deste material para elaborar suas composições das frases de movimento. Pina Bausch utilizava este recurso como ferramenta criativa, explorando material biográfico de seu elenco, além de outros elementos como memórias de viagens, emoções e outros, em que as elaborações feitas pelos bailarinos, depois de diversas interações e modificações, acabavam por tornar-se parte de uma criação despersonalizada e abrangente enquanto experiência humana. Deste modo, nesse contexto, a improvisação não se estabelece em cena, mas previamente como recurso de experimentação para criar material artístico. (Louppe, 2012, p.235)

No entanto, ao longo das práticas, surgiu a necessidade de perceber os estímulos de outra maneira, na tentativa de manter o estado corporal que havia sido descoberto. Durante os ensaios, perante a tentativa de estabelecer uma composição fixa e repetível, notou-se a dificuldade em resgatar o estado corporal inicial, observando-se um caráter mais automático na movimentação. Para resgatar este ponto importante, foram feitos alguns experimentos de manter alguns gestos como pilares e algumas posições no espaço estabelecidas, gerando um mapeamento em torno da cena. Então, durante a primeira parte da quarta cena, seriam mantidos todos os percursos através da improvisação. A repetição quando se estabelece através dos estados de atenção, gera uma expansão do vocabulário corporal, desconstruindo estes padrões habituais que tendem a manter o movimento de

um modo mecanicista, o que favorece novas descobertas no instante presente.

Dessa forma, a solução encontrada gerou alguma imprevisibilidade, o que corroborou para que a sensação da falta de controle associada ao medo estivesse presente e, por consequência, possibilitou mais um meio para o resgate da sensação do estado corporal alcançado anteriormente.

Através de seu trabalho com a improvisação baseado na Técnica Klauss Vianna, Miller (2021) pauta-se em três diferentes perspectivas de pesquisa: “a improvisação como investigação de movimento, a improvisação para a criação coreográfica e a improvisação em cena.” (p.43). Assim, todas estas perspectivas foram utilizadas em momentos distintos desta investigação, sendo a primeira fundamental para o desenrolar inicial da prática, mantendo sua importância durante todo o percurso; a segunda estabeleceu-se ao final dos laboratórios com os participantes e durante o processo de criação do objeto artístico; e a terceira no momento em que este foi apresentado ao espectador.

5.2.3. A perspectiva sobre o corpo na criação em dança contemporânea

O corpo com atenção e percepção consciente dispõe de mais autonomia para escolher de onde quer partir e para que rumo que quer seguir. A consciência lhe permite perceber com mais clareza onde encontram-se as dificuldades que permeiam o processo artístico e, com essa compreensão, confere-lhe caminhos para experimentar com mais liberdade e encontrar outras soluções no momento da criação.

Na perspectiva de Merleau-Ponty (2018), o corpo compreende-se como o modo pelo qual existimos e nos relacionamos com o mundo, pois é através dele que sentimos, percebemos e conferimos sentido à realidade. Para ele:

O mundo não é um objeto do qual possuo comigo a lei de constituição; ele é o meio natural e o campo de todos os meus pensamentos e de todas as minhas percepções explícitas. (...) O homem está no mundo, é no mundo que ele se conhece. (p.6)

Assim, para o autor, “o corpo é nosso meio geral de ter um mundo”(Merleau-Ponty, 2018, p.203), e como ponto de partida para a relação corpo-mundo, em alguns momentos ele se limita à gestos vitais; em outros transforma gestos em expressões

simbólicas, como no caso dos hábitos motores da dança, através dos quais são criados novos significados; e por fim, a significação pretendida não é capaz de ser obtida naturalmente pelo corpo, então, ele cria instrumentos que expandem sua possibilidade de expressão e ação, projetando à sua volta um mundo cultural.

Em *Fenomenologia da Percepção* (2018), Merleau-Ponty refere-se ao saber prático e incorporado do corpo, conhecimento este que surge da ação e não da reflexão conceitual. Para ele, o saber experiencial do corpo é mais antigo do que o saber intelectual, ou seja, o corpo, ao entrar em ação, conhece e percebe o mundo, tornando-se sujeito de conhecimento sem necessidade de analisar seus significados, relações ou fundamentos.

É sob essa mesma ótica, que José Gil, em *Movimento Total – O Corpo e a Dança* (2001), encontra eco ao descrever a consciência de si do bailarino como uma experiência pré-reflexiva e sensível. Gil afirma que “a consciência do movimento se torna movimento da consciência” (Gil, 2001, p. 36), ao ressaltar a concomitância entre sentir e agir, entre corpo e percepção. Essa consciência permanece velada, pois as palavras ou imagens não podem ser traduzidas diretamente: “a consciência de si permanece obscura, porque se confunde com a própria textura dos afetos que a compõem” (Gil, 2001, p. 45).

Em outras palavras, José Gil (2001) explica que os afetos que constituem a consciência do bailarino podem ser de dois tipos: os afetos categoriais, como emoções reconhecíveis, como medo, alegria, tristeza, e os afetos de vitalidade, que se referem às pequenas variações corporais, como o fluxo, a intensidade, o ritmo e a expansão ou contração do corpo. É justamente na esfera dos afetos de vitalidade que a consciência de si, na dança, dialoga com o pensamento de Merleau-Ponty (2018), em que o corpo sabe através da experiência, do fazer, percebendo internamente os fluxos de energia e ritmo que estruturam a experiência estética. Assim, para Gil (2001), a consciência de si não é algo completamente elucidado e racional, mas um modo de atenção viva e encarnada, mesclada às emoções e sensações do corpo. A dança, então, torna-se o lugar onde o corpo se apresenta como sujeito criador e perceptivo, passível de produzir significados que não se limitam às palavras nem à lógica racional.

As noções sobre o corpo e a expressão em dança, no entanto, sofreram transformações ao longo dos anos, apresentando uma evolução dentro do recorte de tempo modernidade, pós-modernidade e contemporaneidade:

Na primeira, que reflete a dança na modernidade, o corpo apresenta-se como mediador à linguagem corporal, onde deixa de ser um meio orgânico da expressão para passar a ser compreendido como um sistema de códigos linguísticos, o qual Geraldi (2009)

descreve como uma terminologia amplamente utilizada nas práticas cênicas, como linguagem corporal, linguagem do movimento e linguagem da dança. Assim, “o papel mediador do corpo na expressão de um sentimento, ideia ou psicologia, estará coerente, na acepção moderna, com o conceito de linguagem simbólica que sustenta a correspondência dualista entre conceito-expressão, conteúdo-forma, significado-significante” (Fernandes, 2000, citado em Geraldi, 2009, p.31) e assume a obra artística como unidade significativa. As teorias estéticas mais atuais admitem a obra artística como criação e já não mais como expressão, inclinando-se a não separar conteúdo de forma, sentimento e pensamento de expressão - expressão esta, que procede em duplo sentido, ou seja, do interior para o exterior e do exterior para o interior. Nesse sentido, o corpo já não representa apenas emoções ou ideias, como na dança expressionista, por exemplo, mas passa a ser compreendido como signo e texto, ou seja, um material auto-referente, que produz sentido dentro de uma esfera simbólica.

Na geração que ficou conhecida como pós moderna, composta por coreógrafos estadunidenses ligados à *Judson Dance Theater*, surgiu um movimento que se opunha à perspectiva dos modernistas, voltado para o anti-expressionismo e para uma dança não teatralizada, ou ainda, que rejeitava propostas fundamentadas em estruturas musicais ou temáticas literárias. (Geraldi, 2009)

Experimental o corpo em diferentes perspectivas de espaço, tempo ou orientação gravitacional; formular ou ilustrar uma teoria da dança durante o seu progresso; compor usando métodos aleatórios, determinação espontânea, repetição, eventos simultâneos, colagem todos esses se tornariam propósitos válidos para se fazer dança. O corpo, não tendo que expressar nada além de si próprio, será tomado como elemento privilegiado de trabalho e reflexão. (Geraldi, S. M. 2009, p.31)

Deste modo, o objetivo deixa de ser a expressão de um estado emocional e passa a ser a investigação do próprio corpo em movimento, transformando-se em objeto e sujeito de pesquisa, ao mesmo tempo.

Já na atualidade, Gil (2001) aprofunda essa mudança de perspectiva ao propor a dança não mais como expressão de sentido, mas como o próprio sentido, onde o corpo torna-se campo de imanência - ou seja, onde existe e se manifesta dentro do próprio corpo e do movimento, sem estar sujeito à uma causa ou sentido que vem de fora, como uma emoção ou a representação de uma narrativa. O autor expressa que:

A imanência constrói-se aproveitando uma circulação de energia que vem do fundo (quer dizer, do inconsciente do corpo) e vai para a superfície (os músculos, a pele, as articulações visíveis do corpo); e o ‘fundo’ possui diferentes estratos, mais ou menos profundos, mais ou menos suscetíveis a emergir. O que implica vários planos de imanência possíveis, bem como vários regimes de expressão do sentido.” (Gil, 2001, p.97)

Ou seja, o corpo que dança gera a significação, e não transporta esta significação. A expressão não adquire o sentido de exteriorizar, mas de circular internamente entre níveis de consciência e materialidade corporal.

Portanto, em uma linha de continuidade histórica, a visão relativa ao corpo na dança modificou-se em questão de concepção e função. Em resumo, na modernidade o corpo adquiriu uma concepção de linguagem simbólica, com a função de representar ideias e emoções; na pós modernidade, o corpo transformou-se numa experiência autônoma com a premissa de negar a incumbência da expressividade e voltar-se para a investigação do movimento pelo movimento; e na contemporaneidade, pelo conceito de Gil (2001), o corpo existe como campo de imanência e fluxo de sentido, sendo o corpo o próprio sentido no movimento. Essas perspectivas são fundamentais para compreender a abordagem adotada nesta investigação, uma vez que a emoção é o ponto de partida e o dispositivo criativo. Entretanto, não se trata de uma representação do medo de modo ilustrativo, mas sim da investigação do movimento que emerge de lugares profundos do corpo e se manifesta na superfície, produzindo o sentido através da própria ação do movimento.

6. Considerações finais

A investigação *“Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”* apresentou-se como um percurso de exploração poética e dos estados e sensações do corpo, através da prática artística que resultou em novas compreensões sobre o movimento, o gesto e a emoção. O processo, que se sustenta por uma abordagem de investigação guiada pela prática, revelou que a resignificação do medo não ocorre de forma a alterar a percepção de como indivíduo o sente, no entanto,

só se torna possível quando se compreende o corpo como espaço capaz de perceber e transformar, e não apenas como instrumento expressivo.

O processo iniciou-se com a prática, no entanto, foi necessário um distanciamento do período mais imerso para que a análise pudesse ser feita. Algumas percepções aconteceram de forma mais clara ao olhar para o percurso no tempo passado, já que durante o período da criação a investigação passou por um momento de bloqueio da análise crítica. Como se trata de uma experiência que parte da experimentação, algumas práticas precisaram de ajustes e novas tentativas, necessitando de mais tempo para a compreensão e percepção de cada vivência. Por isso, pode-se considerar que iniciar a investigação pela prática e fazer a análise do processo posteriormente foi fundamental para essa pesquisa.

A partir dos laboratórios práticos realizados com os seis artistas e a investigadora, foi possível observar que o medo, quando acessado de forma consciente, pode tanto causar um bloqueio, quanto acessar um caminho para a potência criativa e, neste caso, é possível de gerar gestos autênticos e estados de presença intensos. Quando há o bloqueio é necessário perceber que algumas pequenas modificações no percurso do laboratório podem ser necessárias, como alteração na ordem de algum dos exercícios, repetição de algum item, tentativa de deixar o (a) participante mais à vontade para expor suas vulnerabilidades ou compreender que pode ser necessário expandir o tempo da prática. A escuta sensível e a atenção direcionada ao instante - princípios fundamentais à abordagem de Klauss Vianna e Jussara Miller e à noção de escuta de si - tornaram-se essenciais para acessar às camadas mais profundas da experiência emocional, onde corpo e memória se fundem.

As ferramentas metodológicas aplicadas durante os laboratórios apresentaram um resultado relevante no conjunto de suas etapas, pois, todos os participantes conseguiram entrar em contato com a emoção pertinente à essa investigação e desenvolver um caminho até a criação. Cada exercício isolado possivelmente terá menos eficiência, em virtude do percurso que vai se construindo ao longo do processo. A sequência propõe a ampliação da escuta interna e a utilização de estímulos que colocam o corpo em estado de alerta, conduzindo ao acesso e ao desbloqueio de memórias relacionadas ao medo. Esse processo acontece de forma integrada, abrangendo a escuta sensível dos impulsos, fluxos e estados corporais, bem como a ampliação dos sentidos. Associa-se, também, o elemento da escrita

e partilha das experiências, que ajudam a compreender as experiências e no decantar do processo, corroborando para a organização das ideias e enriquecendo a dinâmica, como um todo, para a geração do material corporal sensível.

Relativamente aos encontros com os participantes, notou-se que a dificuldade referida com mais frequência foi sobre refazer a experiência em outro espaço e sem o mesmo preparo do laboratório. Nota-se que a vivência integral do processo facilita o percurso e, quando ela não acontece, os participantes precisam recorrer à modos de voltar ao estado que havia sido encontrado durante a prática. Alguns recorrem aos registros escritos, outros em vídeo, outros visualizam o trajeto do processo. Todos esses recursos são válidos e, individualmente, cada participante desenvolveu sua maneira de reencontrar o estado corporal atingido anteriormente. Desse modo, a possibilidade de mais encontros com os participantes poderia ser benéfica para retomar os estados corporais de modo mais eficaz.

Notou-se que o tempo de prática ficou demasiadamente extenso, com todos os exercícios, e isso dificultou a retomada dos estados corporais em um tempo mais curto. Em todos os ensaios, já durante a criação, era necessário um tempo de preparo, atenção à respiração, volta ao material para só depois conseguir iniciar o trabalho criativo. Foram necessários alguns dias em estúdio para organizar um modo de resgate para que os ensaios pudessem acontecer sem prejuízo. Alguns dos testes contemplavam deixar o corpo ativo e cansado, como por exemplo, agitar cada parte do corpo isoladamente causava o aumento do fluxo sanguíneo, gerava a sensação de dilatação e tornava cada membro mais presente - essa foi uma forma mais rápida de acessar a disponibilidade corporal do que o primeiro elemento do laboratório. Além disso, fechar os olhos, trabalhar a respiração mais rápida e consciente também auxiliava nesse processo. Outro exemplo foi quando a investigadora experimentou o método de improvisação, levando a atenção do movimento até chegar a um determinado gesto e também percorrer o caminho contrário. Este processo testado repetidas vezes resultou em um caminho eficaz para rever os estados corporais descobertos no laboratório que, posteriormente, integraram a criação.

A pesquisa trouxe a noção de que o medo é também memória inscrita no corpo, e que seu confronto e elaboração caracterizam uma prática ligada à criação de sentido por meio do sensível e, simultaneamente, ao modo como o sujeito existe, sente e se reconhece no mundo. Nesse sentido, as contribuições da Imaginação Ativa de Carl Gustav Jung

atuaram possibilitando um diálogo entre consciente e inconsciente, favorecendo o surgimento de manifestações do imaginário e gestos simbólicos. Essa esfera simbólica do gesto, que emerge do inconsciente corporal aproxima-se, também, do *Authentic Movement* de Mary Starks Whitehouse, reforçando a importância do estado de presença e do corpo disponível como caminhos para o autoconhecimento e a criação.

A forma como foi estruturada a metodologia da pesquisa, articulada entre reflexão teórica e prática corporal, possibilitou o cruzamento entre as perspectivas de Laurence Louppe, José Gil e Maurice Merleau-Ponty, autores que compreendem o corpo como espaço vivo de experiência e pensamento. A ideia de corpo-história, sugerida por Louppe, dialoga diretamente com o corpo fenomenológico de Merleau-Ponty e com o corpo sensível de Gil, afirmando que o gesto transporta em si as marcas da história individual, mas que é capaz de abrir-se para coletivo e para o universal, devido aos afetos e sentidos que, ao serem evocados, possuem a capacidade de tocar o espectador, ultrapassando o domínio do “eu”.

Desse modo, essa prática reafirma a relevância da autobiografia dançada como espaço de investigação do ser, onde o corpo é simultaneamente observador e criador de suas próprias histórias e memórias. A resignificação do medo revela-se, então, como ato de presença e de escuta, em que o artista se apresenta como um elo entre suas vivências internas e o contexto externo que o influencia - que no caso do objeto artístico, trata também das experiências compartilhadas pelos outros indivíduos. Assim, a criação em dança se consolida como lugar de transformação, onde o gesto aflora da escuta sensível e o corpo se torna lugar de consciência e potência de existência.

Por fim, essa investigação alcança o objetivo de resignificar o medo em material artístico e expressivo, propondo que o confronto do “medo” não fique restrito ao campo psicológico, mas que alcance um patamar poético, que consiga transformar a vivência emocional em criação. Desse modo, o objeto artístico “*Desvelar os Medos*” dá vida a esse percurso, não como um resultado final, mas como um processo vivo, que se refaz no fluxo da experiência.

Referências bibliográficas

Almeida, P. S. C. de. (2021). Coreografia e dramaturgia: Sentido e(m) ato. *Moringa – Artes do Espetáculo*, 12(1), 53-67. Universidade Federal da Paraíba. <https://doi.org/10.22478/ufpb.2177-8841.2021v12n1.59959>

Arlander, A. (2016). *Investigação em artes e/como interdisciplinaridade*. Org. Almeida, C.& Alves, A. NEA/i2ADS Núcleo e Investigação em Educação Artística/Instituto de Investigação em Arte, Design e Sociedade; FBAUP Faculdade de Belas Artes da Universidade do Porto.

Basulto, M. S. A. (2024) *Adaptações técnico-poéticas de intérpretes de dança em criações múltiplas: coreografando experiências*. (115 p.) [Dissertação de mestrado] Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Instituto de Artes, Campinas, SP. Disponível em: [20.500.12733/27072](https://doi.org/10.20500/20.500.12733/27072). Acesso em: 29 set. 2025.

Damásio, A. (2020). *Ao encontro de Espinosa: as emoções sociais e a neurologia do sentir*. (4ª ed.) [Looking for Spinoza – Joy, Sorrow and the Feeling Brain]. Temas e Debates- Círculo de Leitores (Bertrand Editora).

Damásio, A. (2015). *O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si*. Companhia das Letras.

Damásio, A. (2013). *O sentimento de si: corpo, emoção e consciência* (P. E. Ferreira, Rev.; Versão portuguesa rev. e anotada pelo autor). Temas e Debates / Círculo de Leitores. (Obra original publicada em 1999)

Fazenda, M. J. (2007). *Dança Teatral: Ideias, Experiências, Acções*. Lisboa, Celta Editora

Fernandes, C. (2009). *Pina Bausch e o Wuppertal Dança-Teatro: Repetição e Transformação*. (2ª Ed.). São Paulo- Annablume.

Geraldi, S. M. (2009) *Raízes da teatralidade na dança cenica: recortes de uma tendencia paulistana*. 321 p. [Tese de doutorado]. Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Artes, Campinas, SP. Disponível em: [20.500.12733/1610605](https://doi.org/10.20500/20.500.12733/1610605). Acesso em: 29 set. 2025.

Geraldi, S. (2012). O lugar da teatralidade na dança contemporânea. *Sala Preta*, 12(2), 13-26.

<https://doi.org/10.11606/issn.2238-3867.v12i2p13-26>

Gil, J. (2001). *Movimento total: o corpo e a dança* (M. S. Pereira, Trad.). Lisboa: Relógio d'Água.

Godard, H. Gesto e percepção. In: Pereira, R.; Soter, S. (Org.). *Lições de Dança* 3. Rio de Janeiro: UniverCidade Editora, 2001, p. 11-35.

<https://www.scribd.com/document/845183239/GODARD-Gesto-e-percepA-A-o>

Haseman, B. (2006). A Manifesto for Performative Research. *Media International Australia*, 118(1), 98-106.

<https://doi.org/10.1177/1329878X0611800113> (Original work published 2006)

Jung, C. G. (1990). *Psicologia e alquimia* (Appy, M. L., Makray, M., Silva, D. M. R. F.) (9ª ed.). Petrópolis, RJ: Vozes. (Obra publicada pela primeira vez em 1944 e como vol. VII das Obras Completas em 1972)

Louppe, L. (2012). *Poética da dança contemporânea*. (Rute Costa, Trad). Prefácio Maria José Fazenda. Orfeu Negro. Lisboa, 2012 (1ª edição portuguesa)

Merleau-Ponty, M. (2018). *Fenomenologia da percepção* (C. A. R. de Moura, Trad., 5ª ed.). São Paulo: WMF Martins Fontes. (Obra original publicada em 1945).

Pallaro, P. (Ed). (1999). *Authentic Movement: Essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*. Pallaro, P.(Ed).(v. 1). Jessica Kingsley Publishers.

Barreto, J. E. F. & Silva, L. P. (2010). Sistema límbico e as emoções: uma revisão anatômica. *Rev Neurocienc* [internet], 18(3):386-394.

<https://doi.org/10.34024/rnc.2010.v18.8466>

Farah, M. H. S. (2016) A imaginação ativa junguiana na Dança de Whitehouse: noções de corpo e movimento. *Psicologia USP*. 27(3):542-552.

<https://doi.org/10.1590/0103-656420150121>

Miller, J. (2022). Improvisação: o corpo como protagonista da criação. *Manzuá: Revista de Pesquisa em Artes Cênicas*, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 41–52, 2022.

<https://doi.org/10.21680/2595-4024.2020v3n3ID24641>

Monteiro, A. C. L. (2011). Corpo-narrativa: considerações a partir de um corpo que dança. *Pesquisas e Práticas Psicossociais* 6(2):189-195. [Monteiro.pdf](#)

Moraes, J. (2012). Repetição como estratégia de dramaturgia em dança. *Sala Preta*, 12(2), 86-104. <https://doi.org/10.11606/issn.2238-3867.v12i2p86-104>

Nascimento, M. V. M. & Miller, J. (2019). Memória, imaginação e improvisação na técnica Klauss Vianna. *Olhares*, 6(1), 14–23.

<https://doi.org/10.59418/olhares.v6i1.116>

Galindo, D., & Miliolli, D. (2017). Coreocartografia: corpos, dança, pesquisa em psicologia. *Revista Polis e Psique*, 7(3), 26-42. Recuperado em 03 de fevereiro de 2024.

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2238-152X2017000300003&lng=pt&tln=pt.

Santana, E. A. R. (2009). *Dança autobiográfica – multivocalidade do self encenado a partir e além da carne negra* [Dissertação de mestrado]. Universidade Federal da Bahia.

Silveira, J. C. F & Muniz, M. L. (2013) Pina Bausch e Tanztheater Wuppertal: processos de criação e dispositivos de composição (1973 a 2009). *Moringa Artes do Espetáculo* 4(2):93-112

https://www.researchgate.net/publication/344168702_PINA_BAUSCH_E_TANZTHEATER_WUPPERTAL_processos_de_criacao_e_dispositivos_de_composicao_1973_a_2009

Tourinho, L.L., Silva, E.L., (2006) Estudo do movimento e a preparação técnica e artística do intérprete de dança contemporânea. *Artefilosofia* (Publicação contínua), Ouro Preto. V.1 n.1 (2006):125-133.

[Estudo do movimento e a preparação técnica e artística do intérprete de dança contemporânea | Artefilosofia](#)

Vianna, K. (2005). *A dança*. 3a Ed. São Paulo - Summus.

Anexo I

Questionário Reflexivo

Investigação: Ressignificação das Emoções: O medo como ferramenta para criação em dança contemporânea

Questões referentes ao Projeto de Investigação para a obtenção do título de Mestrado, de Ana Flávia de Carvalho Cassiano, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo - IPP.

Nome completo:

- 1 - Vivian Gonçalves Vinha
- 2 - Érika Megumi Teruya
- 3 - Ana Ester Pimenta Pereira Ribeiro
- 4 - Henrique da Fonseca Raínho
- 5 - Daiana Miranda Carvalho
- 6 - Priscila Clemente Martin de Paula

Data de envio:

- 1 - 22/08/2024 15:03:48
- 2 - 14/09/2024 13:45:23
- 3 - 26/09/2024 15:07:58
- 4 - 07/10/2024 11:06:30
- 5 - 25/10/2024 17:15:07
- 6 - 20/02/2025 17:24:03

Idade:

- 1 - 34 anos
- 2 - 49 anos
- 3 - 26 anos
- 4 - 27 anos
- 5 - 35 anos
- 6 - 37 anos

Formação artística:

- 1- Graduação e Licenciatura em Dança - Unicamp
- 2 - Bailarina
- 3 - Ensino vocacional de dança na Academia de música de Vilar do paraíso: 5º ano ao 9ºano; Curso profissional de intérprete de dança contemporânea na Escola Profissional do Balletatro: 10ºano ao 12ºano; Curso complementar de Canto Jazz no Conservatório de Música do Porto (2015/2020); Licenciatura em Dança na Escola Superior de Dança em Lisboa; Mestranda em Ensino de Dança pela Escola Superior de Dança e em Artes Cénicas (Dança) pela Esmae.
- 4 - Interpretação
- 5 - Dança
- 6 - Atriz

Profissão atual:

- (especificar funções e se atua em mais de uma área)
- 1 - Professora de Dança e Assessora Artística

- 2 - Artesã e figurinista
- 3 - Professora de dança e Host numa empresa de gestão de alojamentos locais.
- 4 - Professor, ator e encenador
- 5 - Bailarina, criadora e produtora - Plataforma Panelinha e Professora de artes - UNITAU/BALBI
- 6 - Professora e Atriz

Esteja ciente de que todo material produzido durante os laboratórios possui finalidade acadêmica. Sendo assim, autoriza que o conteúdo gerado durante estes laboratórios possa integrar o objeto artístico final e a dissertação?

Observação: Caso ocorra alguma situação específica que você não deseja compartilhar publicamente, poderá sempre comunicar.

- 1 - Autorizo
- 2 - Sim
- 3 - Autorizo.
- 4 - Autorizo.
- 5 - Sim.
- 6 - Sim

Formato de participação:

- 1 - Online
- 2 - Presencialmente
- 3 - Presencialmente
- 4 - Presencialmente
- 5 - Online
- 6 - Presencialmente

Você acredita que este formato de laboratório é eficaz na construção de um processo criativo? Justifique.

1 - Acredito plenamente na força do online para otimizar e até mesmo potencializar encontros e elaborações artísticas como esse processo, que não poderiam acontecer presencialmente. O online estabelece outras relações de corpo/espço/tempo que geram novas possibilidades de criações e são necessárias e bem vindas quando falamos de uma dança na contemporaneidade.

2 - Sim. Aprendi a usar ferramentas para estar totalmente presente durante o processo.

3 - Creio que tem pontos mais positivos e outros menos positivos. Como é um processo em que estão presentes apenas a coreógrafa e um intérprete, poderá ser constrangedor se não houver algum tipo de convivência anterior entre estes, visto o tema e a abordagem serem autobiográficos e exigindo grande vulnerabilidade. No meu caso, como já tinha algum à vontade com a Flávia, mesmo me sentindo constrangida por vezes, através de momentos de conversa com ela no momento consegui relaxar e prosseguir com o processo. Se não conhecesse a Flávia talvez tivesse sido mais fácil num processo conjunto com outros performers (a atenção não estaria toda em mim!).

4 - Acredito que sim, principalmente quando o trabalho pretende partir de um ponto tão potencialmente abstrato como as emoções. Creio que permitirá que a criação crie a sua sustentação dramática a par da resposta corporal do intérprete. Desta forma, mesmo que todo o gesto esteticizado não seja compreendido ou comunicante, haverá a chance de conexão entre a memória da experiência corporal do público e a experiência do intérprete.

5 - Sim, acredito que este formato de laboratório é positivo na construção de um processo criativo em dança. Ele proporciona um ambiente colaborativo e dinâmico, onde a troca

de ideias e a experimentação são incentivadas e mais que isso, seja uma experiência única. E o cuidado pela condução da Artista Pesquisadora Flávia, foi pontual e certo em todos os momentos. Além disso, a estrutura do laboratório, modo on-line, permite que os participantes como eu, em distâncias, explorem, criem e participem de modo ativo do desenvolvimento dessa pesquisa. A proposta desse laboratório, acerca do disparador criativo "MEDO" e seu desenvolvimento e estímulos enriquecem a criação, permitindo que novos movimentos e narrativas surjam de forma orgânica."

6 - Absolutamente. O laboratório é muito bem estruturado, com etapas coerentes, onde nós conseguimos obter uma consciência interessante do nosso corpo e das nossas emoções, a condução permite que nós circulemos entre o emocional e o racional.

Você acredita que poderá utilizar este modelo de processo de criação em outros futuros projetos?

1 - Acredito e não descarto o uso deste modelo, adaptando-o para contexto em que atuo (crianças e jovens em projeto social, turmas numerosas...) O uso do online de certa maneira já acontece não em tempo real (ao vivo) mas com gravações que auxiliam o intercâmbio de materiais entre as cidades que atuo, e que poderiam facilmente acontecer na maneira que fizemos este processo. Com certeza será um estímulo que levarei em minhas criações artísticas no futuro.

2 - Com certeza!

3 - Sim, tendo em conta o que escrevi anteriormente.

4 - Sim, como fim em si ou como meio de pesquisa de uma determinada emoção agregada a uma personagem ou grupo.

5 - Sim, acredito que poderei utilizar este modelo de processo de criação em futuros projetos e para novas criações em Dança. A estrutura colaborativa e flexível que ele oferece é extremamente valiosa e se adapta bem a diferentes contextos (grupos e individual). A troca de ideias e a experimentação contínua promovem um ambiente fértil para a criação, independentemente do tipo de projeto (dança, teatro, performance)

6 - Sem dúvidas é uma ferramenta poderosa para a construção de uma partitura corporal (independente de ser uma atriz ou bailarina)

Poderia citar quais ferramentas deste laboratório foram eficientes e quais não obtiveram efeito em seu processo criativo?

1 - A condução inicial foi eficiente para me tirar de um estado de rotina, e mergulhar em um outro estado corporal e mental para o laboratório. Os estímulos sonoros escolhidos (mas não todos, considero então alguns desses sem efeito sobre mim) tiveram forte impacto em minhas reações corporais. Em seguida tivemos as conversas para verbalizar e organizar os pensamentos trazendo imagens, qualidades corporais, texturas e temperaturas, e registrando em escrita, o que acho muito significativo e eficaz para visualizar e entender o caminho que o processo vai tomando. Seguimos então para movimentos improvisados que já estavam subjetivamente presentes por nosso diálogo e registros anteriores, e depois a retomada da improvisação, que para meu modo de também trabalhar a dança, funciona muito.

2 - Eficientes: a provocação (sonora ou não) para encarar alguns medos. Não obtiveram efeito: nenhum

3 - Eficientes: a passagem da escrita para a composição, o estímulo musical como potenciador da emoção e da imaginação para gerar movimento. Menos eficientes: o conectar com a emoção apenas a partir de uma referência verbal à mesma (Medo).

4 - Provavelmente o mais eficiente terá sido a paisagem sonora. Do ponto de vista da experiência, as duas fases seguintes sobrepuseram-se de certa maneira.

5 - A condução ativa da pesquisadora proponente pelo laboratório. A ação de ser dividida em etapas; criando uma construção harmoniosa. Usa e retorna sempre à temática disparadora: o medo.

6 - Todas as ferramentas têm a sua relevância e nos direcionam para uma potência de criação.

Você considera que conseguiu entrar em contato com a emoção "medo" durante o laboratório? Em caso afirmativo, isto aconteceu através do exercício da "paisagem sonora" e/ou da "condução imagética"?

1 - Sim, com certeza entrei em contato. No sonoro de uma maneira mais geral, cada som me despertava e me levava a um lugar que não necessariamente eu tinha vivenciado o medo de fato. Na imagética eu realmente relatei e mergulhei mais profundamente em uma memória vivida.

2 - Sim, pela condução imagética.

3 - Os dois, talvez mais a paisagem sonora.

4 - A paisagem sonora, pois foi-me permitido entrar na minha bolha sem qualquer restrição - o momento mais curioso foi, seguramente, na parte da faixa sonora que continha uma série de gritos. Registro que o movimento de afastamento da zona da fonte sonora foi totalmente real.

5 - Exercícios de Improvisação: Abrindo espaço para surgir novos movimentos, narrativas e emoções. Feedback/troca conversa: Os feedbacks foram muito eficazes, pois ajudaram a decantar e organizar as coisas que surgiram no subjetivo. (escrita ativa/criativa)"

6 - Considero, mas não consigo separar uma coisa da outra.

No decorrer dos exercícios, foi possível entrar em contato com outras emoções? Quais? Considera que estas estavam diretamente relacionadas com a primeira?

1 - Acho que todas relacionadas de certa forma, a emoção que era o medo de perder alguém chegou a ser relacionada a ansiedade e trouxe até outras memórias.

2 - Sim, um pouco de incômodo e ansiedade durante os estímulos sonoros. Não considero.

3 - Raiva, sim.

4 - Como discutido em sala, as ligações que fiz foram a sentimentos de insegurança e solidão. A nível de emoções não faço registro de uma interação digna de nota com outras emoções. Uma vez que o enunciado era tão claro creio que não houve também necessidade de explorar outras coisas por, por exemplo, falta de compreensão das instruções ou das próprias imagens que foram surgindo.

5 - Sim, elas são atravessadas umas pelas outras. Acredito que seja difícil não haver esses barramentos.

6 - Muitas emoções que acredito estarem relacionadas com a primeira: angústia, desespero e dor.

Ao entrar em contato com as emoções, você percebeu alguma reação imediata em seu corpo ou que se repetiu? (Ex. tremor, rigidez em alguma parte do corpo, contração das mãos, pés ou tronco, movimentos repetitivos, choro, mudança na respiração ou nos batimentos cardíacos, etc.)

1 - Um corpo mais tenso, contraído, que não reage, paralisado. Mão bem presentes. Respiração ofegante, corpo quente, cansaço...

2 - Sim. Coração "apertado" e necessidade de dar um respiro para aliviar.

3 - Sim, tremor, tensão na zona das sobancelhas, movimentos repetitivos e mudanças na respiração.

4 - Como referido acima na secção de gritos o meu corpo afastou-se de imediato da fonte sonora e acrescento a necessidade de assumir a posição fetal por protecção.

5 - Sim, repetições de movimentos, elevação de tónus, aumento de respiração. Mas principalmente repetição de movimentos.

6 - Contração e espasmo muscular, dor no coração, respiração presa.

Durante o exercício de condução imagética, você considera que o material corporal surgiu à partir de impulsos internos que te fizeram mover ou de uma organização mental e consequente elaboração de movimentos? Justifique.

1 - Considero que foi mais uma organização mental que veio das imagens e sensações registradas anteriormente: "deitar, medo, ansiedade, esperar, puxar, mas não sair do lugar, me acolher, me esconder..." e que depois naturalmente formaram essa elaboração de movimentos.

2 - A partir de impulsos internos. Foi como se o corpo tivesse uma necessidade de se mover a fim de externar o que se passava por dentro.

3 - Uii, creio que os dois! Por vezes iniciando por impulsos internos que me levavam a uma organização mental e elaboração de movimentos. Outras, iniciava por uma organização mental e durante a elaboração de movimentos surgiam impulsos e tornava-se um jogo entre esses impulsos e uma organização mais mental.

4 - Seguramente uma mistura das duas. Posso referir a vontade de levantar articulada com a ideia de desequilíbrio em pontas de pés.

5 - De uma condução imagética e sonora, visto que existia uma "trilha" que também era um dispositivo/disparador presente. A trilha traz mas pra algo concreto, isso também sendo uma elaboração mais racional da coisa.

6 - Eu acredito que foi a partir de uma organização mental, conduzida durante a sessão, mas que potencializou meu repertório e consequentemente estimulou a criação também guiada pelo impulso.

Na elaboração do exercício final, onde deveria criar uma célula de movimento, você foi capaz de utilizar a memória corporal das reações que teve durante os exercícios anteriores? Ao gravar a movimentação que você criou em outro local, considera que foi possível retomar a mesma qualidade de movimento e as sensações que surgiram durante o exercício?

1 - Sim, consegui acessar as memórias corporais anteriores no exercício final, estavam bem vivas e presentes em mim. Ao gravar (fiz alguns dias depois do encontro, e não quis deixar muito para depois, justamente para não perder as sensações vividas) tive necessidade de retomar os escritos, colocar um estímulo sonoro, e ter um tempo para entender a relação das emoções com os sentimentos. Apesar de achar que consegui retomar, é muito diferente chegar na sensação sem ter vivido todo o caminho que foi percorrido naquele dia, tudo ajudou para a construção do estado final, e ao gravar tive que acessar sozinha e em outro tempo.

2 - Foi bem difícil resgatar todas as sensações. Precisei de um tempo, estímulos, ler e reler minhas anotações. Não acessei o material para não interferir e acabar apenas reproduzindo. Me concentrei e voltei ao dia do experimento..., porém não tive aquelas sensações mais pesadas.

3 - Quanto à primeira pergunta, sim. Quanto à segunda não (creio que a distância de tempo entre o dia com a Flávia do dia em que gravei o vídeo, cooperou para este resultado).

4 - Provavelmente a ligação mais óbvia foi com a respiração bem como alguns movimentos repentinos, que ao longo do laboratório vieram da urgência de resposta a alguns estímulos criadores de ansiedade, mas que na célula final verteram na instabilidade

do corpo. A respiração foi essencial, não por ter estado ofegante durante o laboratório, mas para conseguir convocar alguma ansiedade sentida pela memória de certas situações de medo.

5 - Sim, existe o uso do recurso da elaboração de síntese, mas a condução previa que isso vai ocorrer, ajuda em ir não deixando as coisas se perder ao longo do laboratório. O segundo momento de gravação tem mais uma caracterização para elaborar intelectual, eu acho. Claro, a memória corporal, principalmente quem é artista da dança, está mais aflorada. Mas a "elaboração" depois tem mais uma racionalização e ao mesmo tempo outras escolhas que entram no processo. Ao escolher tal lugar em vez de x local. A memória e a proposta esta em relação constante com as informações do laboratório proposto, mas são momentos de um mesmo processo complementar distinto.

6 - Se utilizei a memória corporal, não foi consciente. Estava mais presente em mim, as sensações. Não foi possível retomar. Eu agora já não sou a mesma, passei por fortes transformações e não pude trazer a mesma intenção. Além de estar a gravar em um ambiente que não favorece a concentração, um aquecimento, preparação de uma forma geral. No meu caso, no vídeo produzido na sessão, um dos medos era o de minha criança ter algum problema ou a perda; eu estava preenchida por um medo que já não existe, mas que deixou um hiato e lidar com isso me trouxe um excesso de consciência na execução e a respiração assumiu outro significado. A respiração presa, com medo de não conseguir parar de pensar que estou vazia, oca.

Observações, críticas e sugestões que você gostaria de compartilhar.

1 - Na verdade só a constatação que tivemos sobre os estímulos sonoros, que por questões técnicas a mediadora não conseguiu ouvir nitidamente enquanto fazia o laboratório, mas que de forma alguma prejudicou o andamento do processo. Aproveito para elogiar a condução generosa e preocupada com meu bem estar neste processo de acessar fortes emoções.

2 - Adorei a experiência e a me desafiar a explorar algumas emoções mais abstratas, mas ainda acho que preciso me aprofundar mais. Grata!!

3 - Por norma relacionamos sempre o movimento à emoção, digamos ao longo da formação em dança e nas peças que interpretamos. Acho que este processo estruturado pela Flávia permite sistematizar, trazendo da intuição à consciência e à verbalização (quer através da escrita, quer da conversa), o trabalho do intérprete-criador, deixando-o também visível para o coreógrafo.

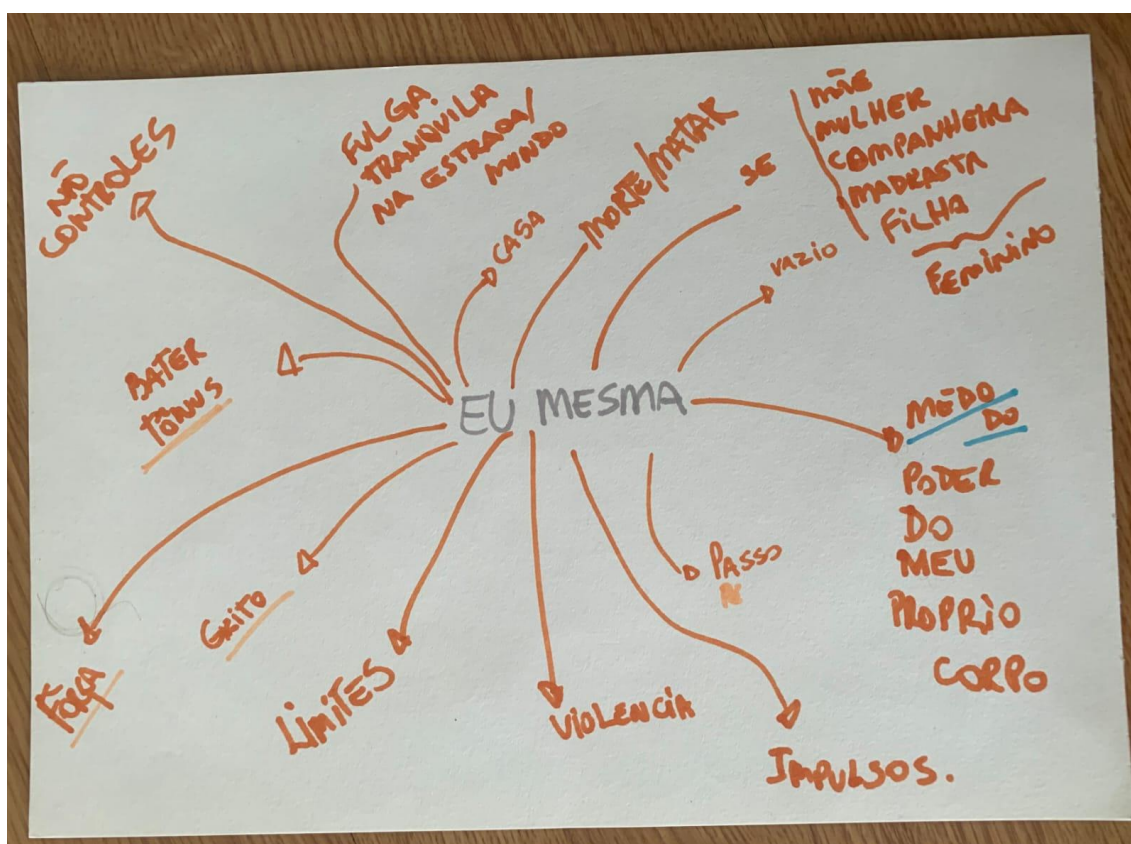
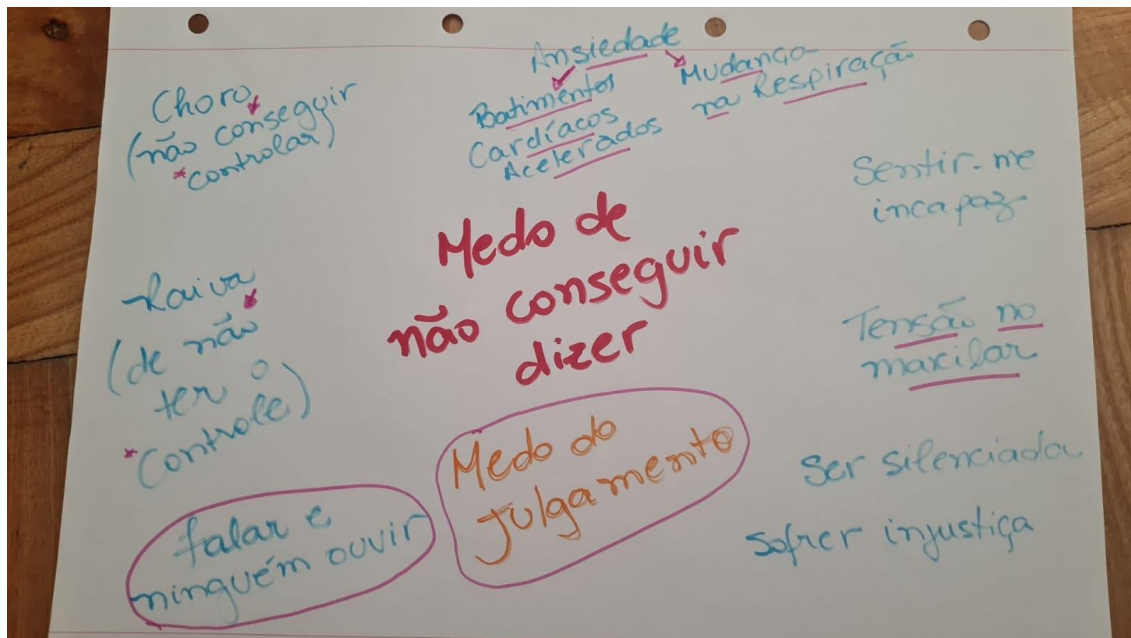
4 - .

5 - Agradeço ao convite, e ressalto a importância dessa pesquisa para o campo/área de conhecimento da dança. Me sinto muito honrada em ser parte e espero contribuir. Uma ótima pesquisa para você e seus orientadores. E já querendo ver as conclusões e desdobramentos dessa pesquisa. Como falei no dia, existem muitas possibilidades, e creio que ela não deva findar com a conclusão do mestrado. Abraços.

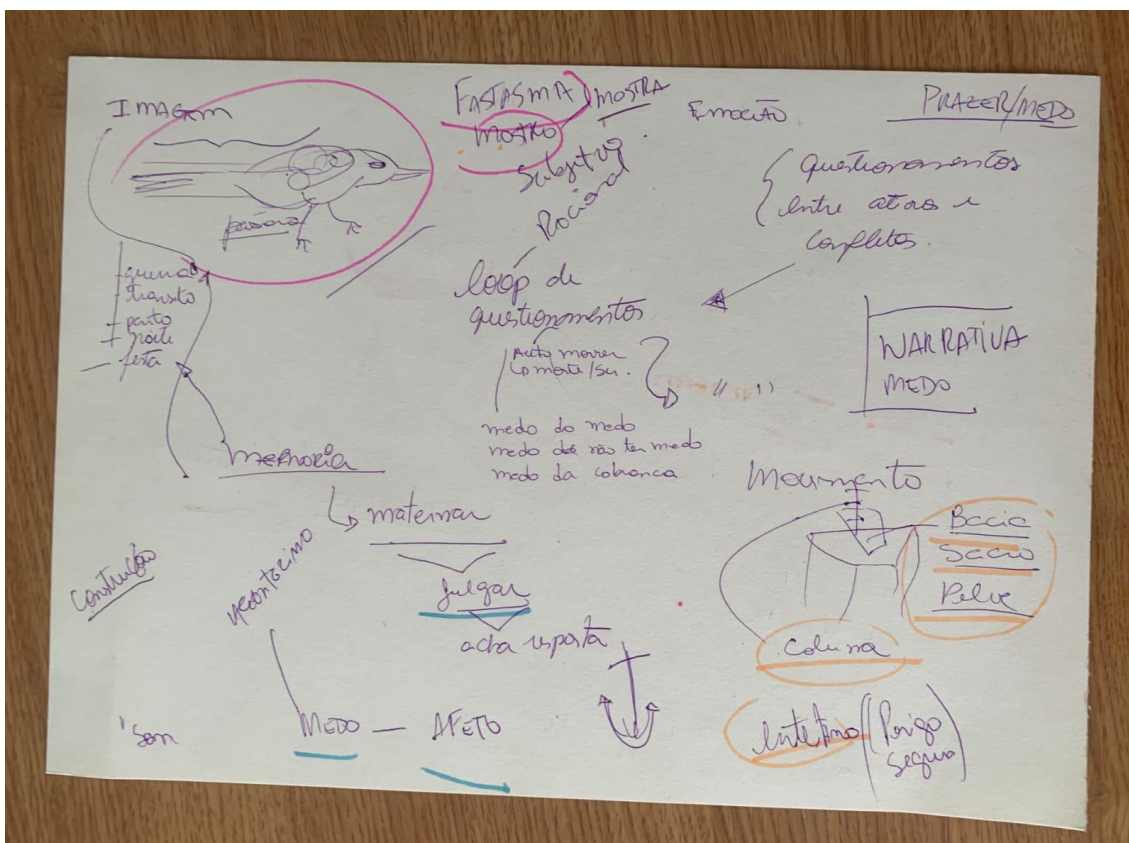
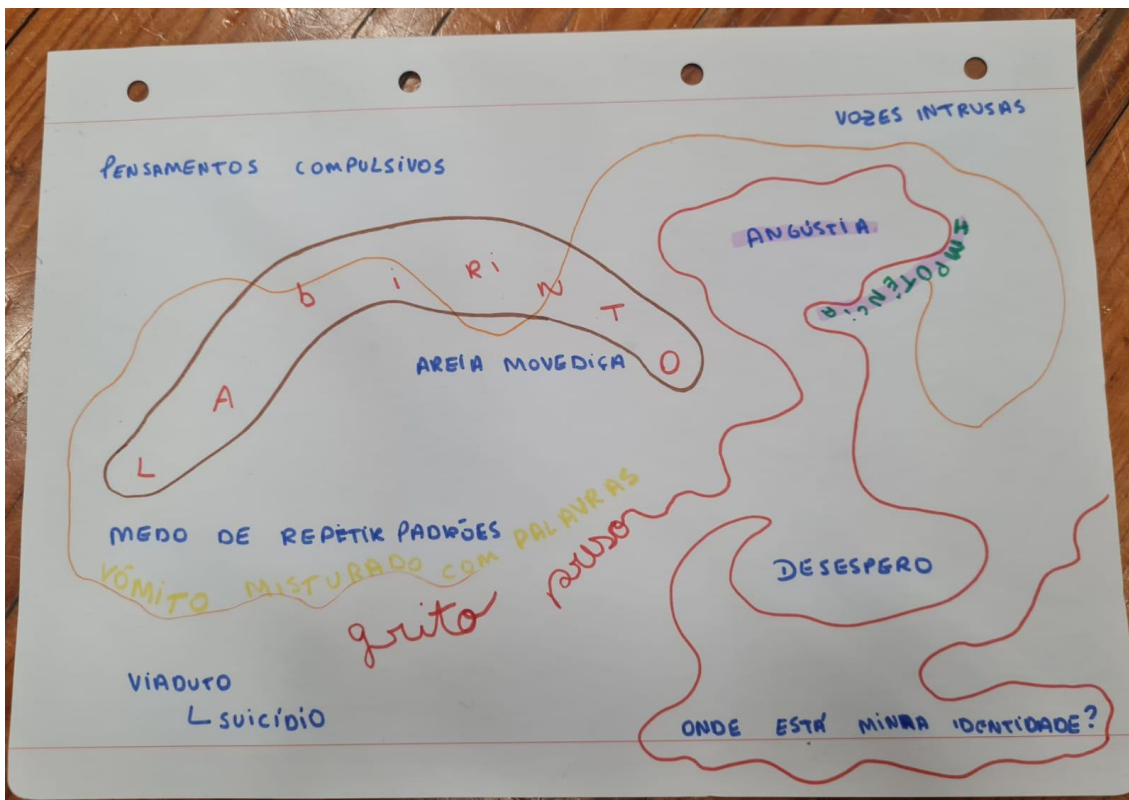
6 - Obrigada por compreender meu tempo e por permitir eu vivenciar esse mergulho.

Anexo II

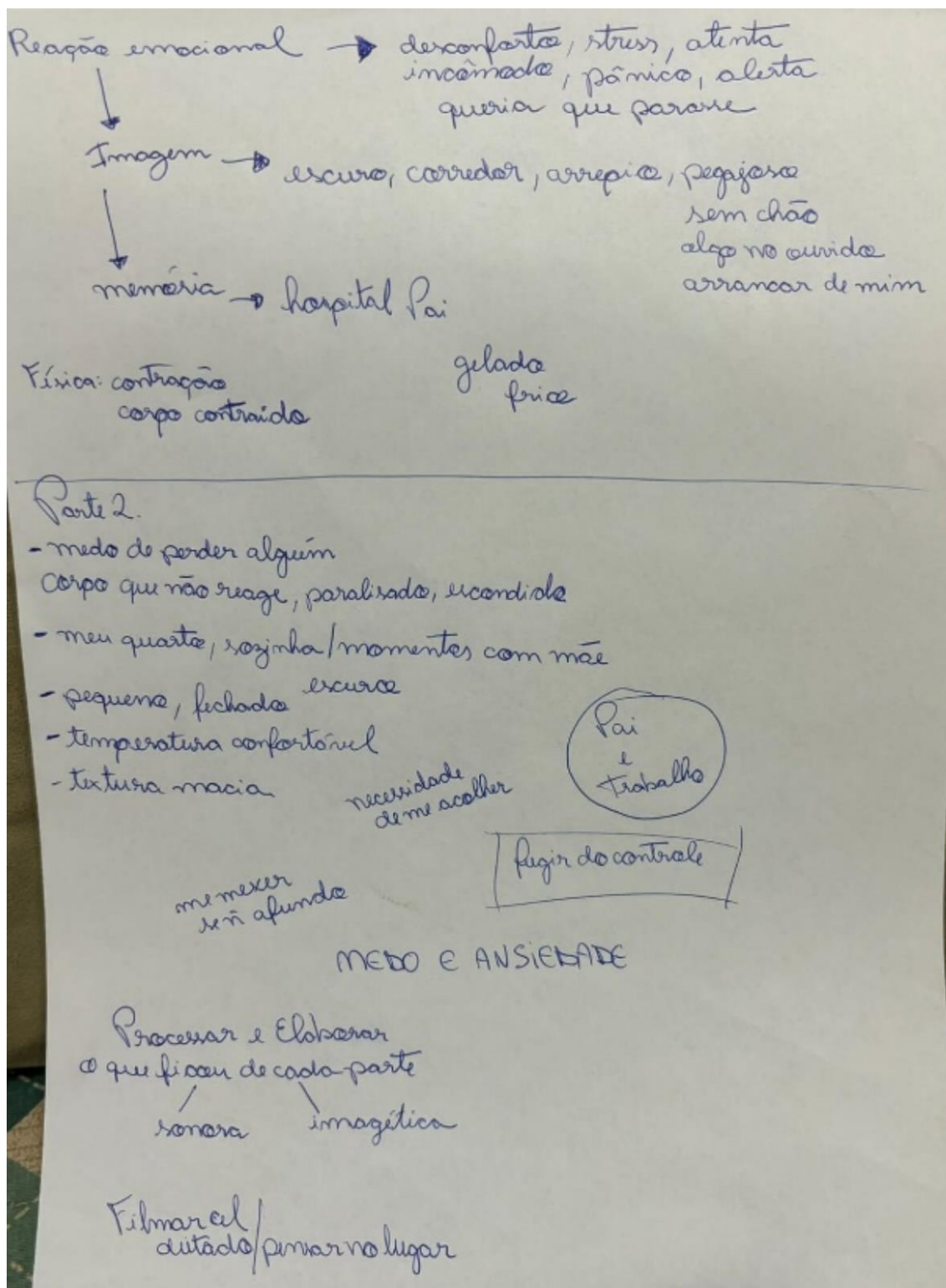
Exemplos de registros escritos compartilhados nos laboratórios



Registros referentes à “condução imagética”.



Registros referentes ao exercício do estímulo sonoro.



Registro que corresponde à organização mental no final do processo de laboratório.

Anexo III

Guião

Cena 1: Coloquei sob a luz os medos que estavam ocultos	Tempo: 10'39
Introduzir a música “ Insomnia Varisevalehti editada ” e a luz entra aos poucos.	
Inicia a cena com a intérprete posicionada à esquerda, com o tecido preto enrolado no corpo e um objeto branco com luz sobre a cabeça, tapando o rosto. Assim que entra a música, o movimento sutil inicia.	
1º momento: não há deslocamento e a movimentação é mais gestual e sutil.	
2º momento: há uma mudança na música (na mesma faixa), que passa por um ruído e finaliza com um grito. A movimentação é mais voltada para a tensão e finaliza com um tremor, ainda sem deslocamento.	
3º momento: Há um silêncio (12 segundos) e inicia uma nova música (na mesma faixa). Retira-se o objeto com a luz e através de movimentos com o desenrolar do tecido, inicia-se um deslocamento até o outro lado da cena (direito), onde se move apenas pela faixa do meio. Culmina na figura deitada com a cabeça para dentro do outro objeto branco posicionado no chão e coberta pelo tecido, que fica pelo chão durante a cena.	

Cena 2 Como reagi e o que permaneceu de tudo isso.	Tempo: 10'05
Introduzir o vídeo .	
Projeção de vídeo no objeto branco de 100x40cm, posicionado no chão, na horizontal, do lado direito da cena. A intérprete permanece imóvel durante toda a cena do vídeo.	

Cena 3 Entre paralisar e reagir.	Tempo: 3'
Introduzir a música “ Sulfur ”.	

<p>Nesta cena os movimentos iniciam devagar e ganham intensidade no decorrer da música. Parte-se da posição inicial do lado direito da cena (a mesma em que a primeira cena termina), com a cabeça coberta pelo objeto branco, aos poucos move-se no espaço pelo chão, libertando-se do tecido e do objeto branco, ocupando o espaço entre tecido e a parte de trás da cena até aproximadamente o meio da cena por trás do tecido. Movimentos mais convulsivos e com tónus elevado.</p>	
---	--

<p>Cena 4 Ressignificar</p>	<p>Tempo: 9'40 + cena de aproximadamente 3'</p>
<p>Introduzir a música “Mouthpiece IX, Pt 2.” e a continuação no silêncio (introdução da voz na cena)</p>	
<p>1º momento: Retomada de gestos e introdução de novos movimentos mais amplos e com mudança de níveis (alto, médio e baixo). O início permanece no plano de fundo (atrás do tecido) e depois percorre-se até a boca de cena, utilizando o espaço de maneira mais geral. Movimentos alternados entre suaves e intensos.</p>	
<p>2º momento: No silêncio, a intérprete volta para o centro do tecido e começa a girar, enrolá-lo com os pés, ao mesmo tempo que inicia um pequeno texto. Ao final, a luz apaga-se em <i>blackout</i> e uma pergunta é lançada ao público.</p>	
	<p>Tempo total: +- 36'24 (aproximadamente 40')</p>

Anexo IV

Cartaz



P. PORTO

DESVELAR OS MEDOS

APRESENTAÇÃO FINAL DO MESTRADO EM ARTES CÉNICAS
DANÇA E COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA

criação e interpretação:
FLÁVIA CASSIANO

orientação: CLÁUDIA MARISA E JÚLIO CERDEIRA

projeto de investigação
RESSIGNIFICAÇÃO DAS EMOÇÕES:
O MEDO COMO FERRAMENTA PARA A CRIAÇÃO
EM DANÇA CONTEMPORÂNEA

DATA: 17/05/2025
HORÁRIOS: 17H E 21H
LOCAL: SALA 213 - ESMAE
RUA DA ALEGRIA, 503
4000-045 PORTO

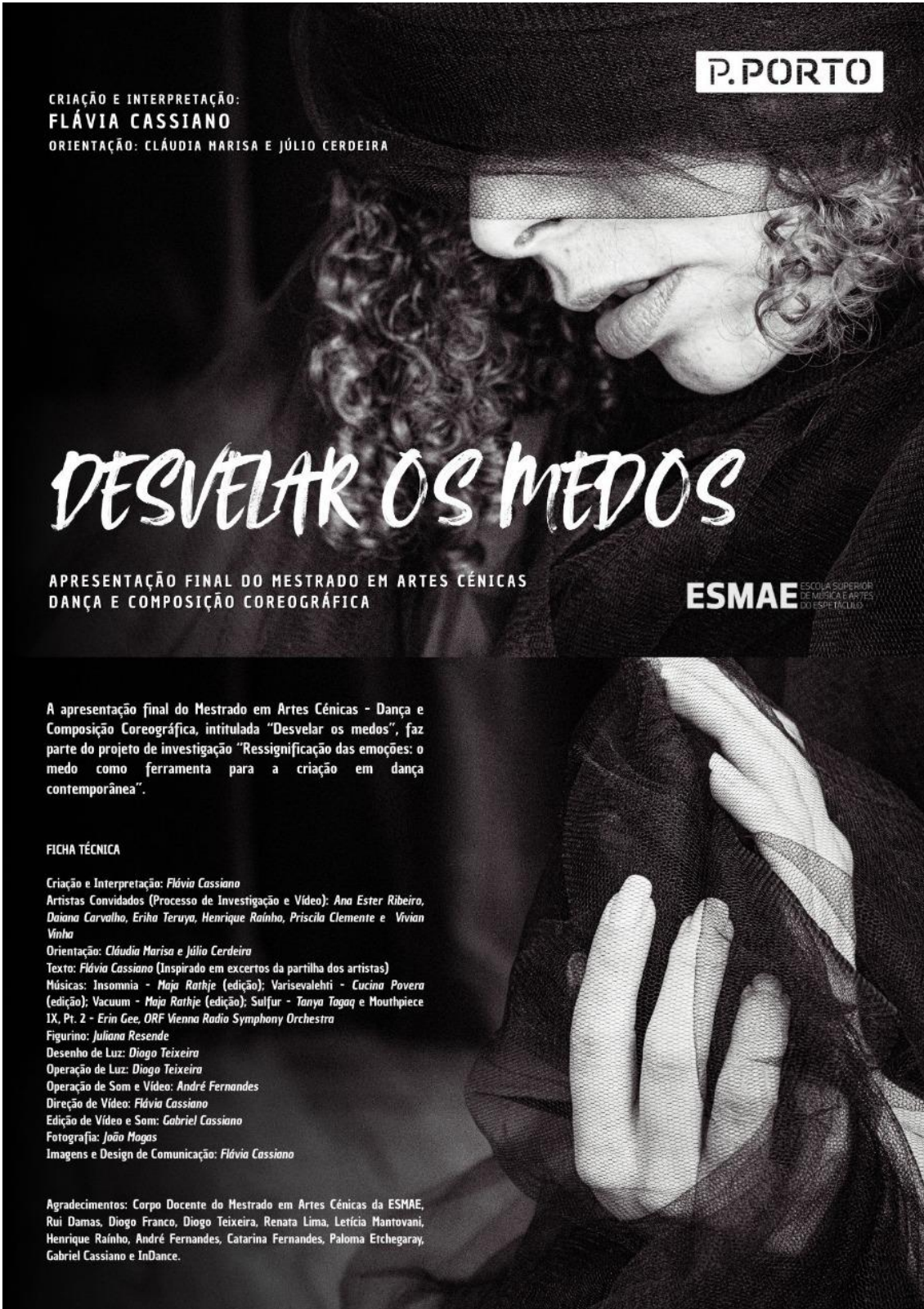
ENTRADA GRATUITA
(ATÉ O LIMITE DA LOTAÇÃO DO ESPAÇO)

INFORMAÇÕES E RESERVAS:
CASSIANO.FLAVIA@GMAIL.COM

ESMAE ESCOLA SUPERIOR
DE MÚSICA E ARTES
DO ESPETÁCULO

Anexo V

Folha de sala



P.PORTO

criação e interpretação:
FLÁVIA CASSIANO
orientação: CLÁUDIA MARISA e JÚLIO CERDEIRA

DESVELAR OS MEDOS

APRESENTAÇÃO FINAL DO Mestrado em Artes Cénicas
DANÇA e Composição Coreográfica

ESMAE ESCOLA SUPERIOR DE MÚSICA E ARTES DO ESPETÁCULO

A apresentação final do Mestrado em Artes Cénicas - Dança e Composição Coreográfica, intitulada "Desvelar os medos", faz parte do projeto de investigação "Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea".

FICHA TÉCNICA

Criação e Interpretação: *Flávia Cassiano*
Artistas Convidados (Processo de Investigação e Vídeo): *Ana Ester Ribeiro, Daiana Carvalho, Eriha Teruya, Henrique Rainho, Priscila Clemente e Vivian Vinha*
Orientação: *Cláudia Marisa e Júlio Cerdeira*
Texto: *Flávia Cassiano* (Inspirado em excertos da partilha dos artistas)
Músicas: *Insomnia - Maja Rathje* (edição); *Varisevalehti - Cucina Povera* (edição); *Vacuum - Maja Rathje* (edição); *Sulfur - Tanya Tagaq* e *Mouthpiece IX, Pt. 2 - Erin Gee, ORF Vienna Radio Symphony Orchestra*
Figurino: *Juliana Resende*
Desenho de Luz: *Diogo Teixeira*
Operação de Luz: *Diogo Teixeira*
Operação de Som e Vídeo: *André Fernandes*
Direção de Vídeo: *Flávia Cassiano*
Edição de Vídeo e Som: *Gabriel Cassiano*
Fotografia: *João Magas*
Imagens e Design de Comunicação: *Flávia Cassiano*

Agradecimentos: Corpo Docente do Mestrado em Artes Cénicas da ESMAE, Rui Damas, Diogo Franco, Diogo Teixeira, Renata Lima, Leticia Mantovani, Henrique Rainho, André Fernandes, Catarina Fernandes, Paloma Etchegaray, Gabriel Cassiano e InDance.

Anexo VI

Imagens da apresentação

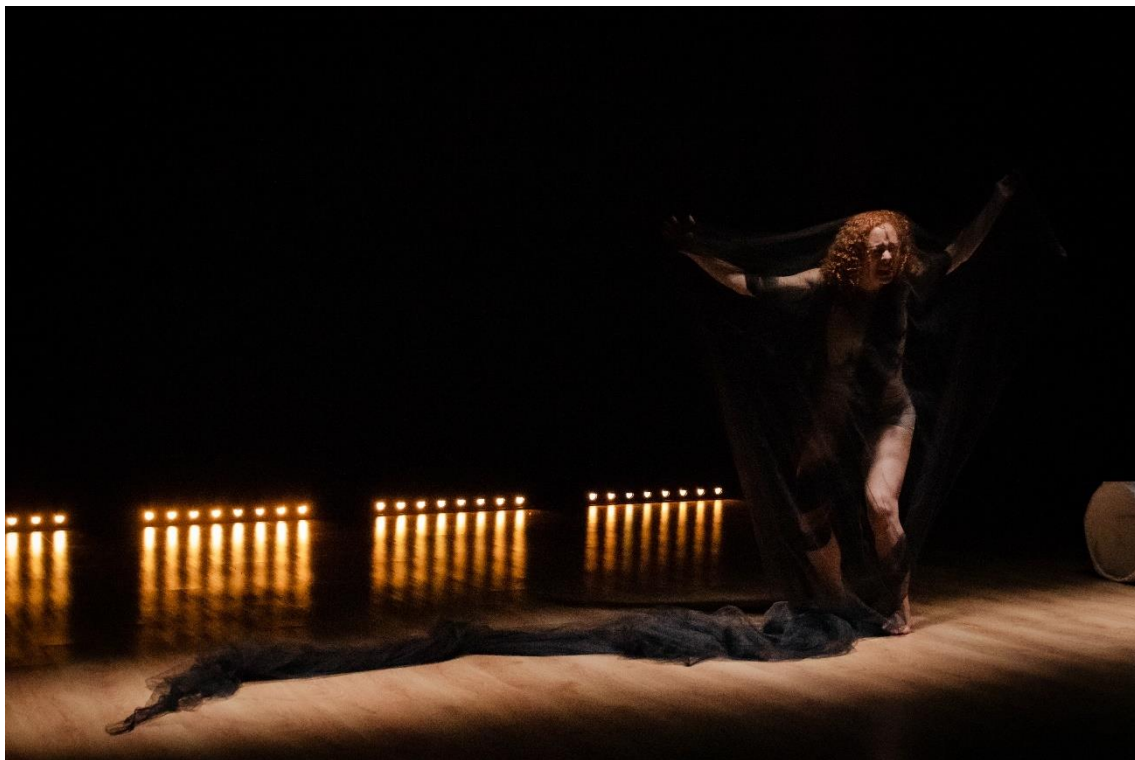
“Desvelar os Medos”



Cena 1 (1º Momento): *“Coloquei sob a luz os medos que estavam ocultos”.*



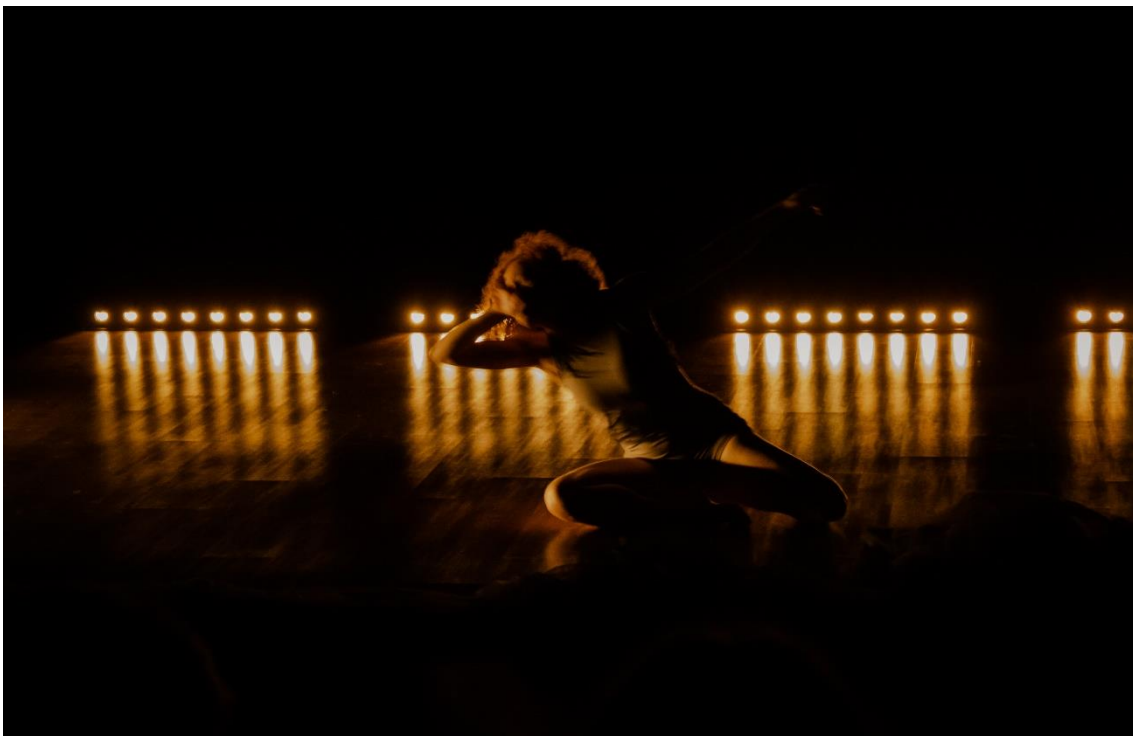
Cena 1 (3º Momento): *“Coloque sob a luz os medos que estavam ocultos”.*



Cena 1 (3º Momento): *“Coloque sob a luz os medos que estavam ocultos”.*



Cena 2: *“Como reagi e o que permaneceu de tudo isso”.*



Cena 3: *“Entre paralisar e reagir”*.



Cena 4: *“Ressignificar”*.

Anexo VII

Vídeo da apresentação

<https://youtu.be/i57xg7UmzQg>

“Desvelar os Medos”, estreia em 17/05/2025.

Trechos dos depoimentos dos participantes foram reproduzidos como instalação precedendo a apresentação. Disponíveis neste *link* à partir de 35’56.

Anexo VIII.

Declarações de Cedência de Imagem

DECLARAÇÃO DE CEDÊNCIA DE IMAGEM

Eu, Ana Ester Pimenta Pereira Ribeiro e portador do Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão nº: 15698722, emitido a / / , autorizo, de forma livre e informada, a utilização da minha imagem (fotografias, depoimentos e/ou gravações em vídeo) no âmbito da investigação académica “Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”, desenvolvida por Ana Flávia de Carvalho Cassiano no Mestrado em Artes Cénicas - Dança e Composição Coreográfica, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo - Instituto Politécnico do Porto, para fins exclusivamente científicos, educativos e/ou culturais.

Esta autorização inclui o uso da imagem nos produtos decorrentes da investigação, como apresentações, publicações (impressas ou digitais), exposições, vídeos ou outros meios de divulgação ligados ao contexto académico e científico.

Declaro ainda que esta autorização é concedida sem qualquer tipo de compensação financeira e que fui devidamente informado/a de que poderei, a qualquer momento, solicitar o acesso ou a eliminação dos registos, nos termos da legislação aplicável à proteção de dados.

Nos termos do acima indicado, dou a minha anuência aos termos aqui apresentados por via da minha assinatura.

Data: 15 de maio de 2025.

Assinatura:

Ana Ester Ribeiro

Nome Completo:

Ana Ester Pimenta Pereira Ribeiro

DECLARAÇÃO DE CEDÊNCIA DE IMAGEM

Eu, Daiana Miranda Carvalho e portador do Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão nº: 45.698.408-2 SSP/SP, emitido a 05/12/2025, autorizo, de forma livre e informada, a utilização da minha imagem (fotografias, depoimentos e/ou gravações em vídeo) no âmbito da investigação académica “Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”, desenvolvida por Ana Flávia de Carvalho Cassiano no Mestrado em Artes Cénicas - Dança e Composição Coreográfica, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo - Instituto Politécnico do Porto, para fins exclusivamente científicos, educativos e/ou culturais.

Esta autorização inclui o uso da imagem nos produtos decorrentes da investigação, como apresentações, publicações (impressas ou digitais), exposições, vídeos ou outros meios de divulgação ligados ao contexto académico e científico.

Declaro ainda que esta autorização é concedida sem qualquer tipo de compensação financeira e que fui devidamente informado/a de que poderei, a qualquer momento, solicitar o acesso ou a eliminação dos registos, nos termos da legislação aplicável à proteção de dados.

Nos termos do acima indicado, dou a minha anuência aos termos aqui apresentados por via da minha assinatura.

Data: 24 de Julho de 2025.

Assinatura:



Nome Completo: Daiana Miranda Carvalho RG:45.698.404-2 SSP/SP.

DECLARAÇÃO DE CEDÊNCIA DE IMAGEM

Eu, Erika Megumi Teruya e portador do Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão nº: 23.866.321-8, emitido a 10/06/2021, autorizo, de forma livre e informada, a utilização da minha imagem (fotografias, depoimentos e/ou gravações em vídeo) no âmbito da investigação académica “Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”, desenvolvida por Ana Flávia de Carvalho Cassiano no Mestrado em Artes Cénicas - Dança e Composição Coreográfica, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo - Instituto Politécnico do Porto, para fins exclusivamente científicos, educativos e/ou culturais.

Esta autorização inclui o uso da imagem nos produtos decorrentes da investigação, como apresentações, publicações (impressas ou digitais), exposições, vídeos ou outros meios de divulgação ligados ao contexto académico e científico.

Declaro ainda que esta autorização é concedida sem qualquer tipo de compensação financeira e que fui devidamente informado/a de que poderei, a qualquer momento, solicitar o acesso ou a eliminação dos registos, nos termos da legislação aplicável à proteção de dados.

Nos termos do acima indicado, dou a minha anuência aos termos aqui apresentados por via da minha assinatura.

Data: 17 de Maio de 2025.

Assinatura:

Erika m. Teruya

Nome Completo:

Erika Megumi Teruya

DECLARAÇÃO DE CEDÊNCIA DE IMAGEM

Eu, Henrique da Fonseca Raínho e portador do Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão n.º: 15383985, emitido a / / , autorizo, de forma livre e informada, a utilização da minha imagem (fotografias, depoimentos e/ou gravações em vídeo) no âmbito da investigação académica “Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”, desenvolvida por Ana Flávia de Carvalho Cassiano no Mestrado em Artes Cénicas - Dança e Composição Coreográfica, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo - Instituto Politécnico do Porto, para fins exclusivamente científicos, educativos e/ou culturais.

Esta autorização inclui o uso da imagem nos produtos decorrentes da investigação, como apresentações, publicações (impressas ou digitais), exposições, vídeos ou outros meios de divulgação ligados ao contexto académico e científico.

Declaro ainda que esta autorização é concedida sem qualquer tipo de compensação financeira e que fui devidamente informado/a de que poderei, a qualquer momento, solicitar o acesso ou a eliminação dos registos, nos termos da legislação aplicável à proteção de dados.

Nos termos do acima indicado, dou a minha anuência aos termos aqui apresentados por via da minha assinatura.

Data: 25 de abril de 2025.

Assinatura: Henrique da Fonseca Raínho

Nome Completo: Henrique da Fonseca Raínho

DECLARAÇÃO DE CEDÊNCIA DE IMAGEM

Eu, Priscila Clemente Martin de Paula e portador do Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão n.º 32202459, emitido a ___/___/___, autorizo, de forma livre e informada, a utilização da minha imagem (fotografias, depoimentos e/ou gravações em vídeo) no âmbito da investigação académica “Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”, desenvolvida por Ana Flávia de Carvalho Cassiano no Mestrado em Artes Cénicas - Dança e Composição Coreográfica, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo - Instituto Politécnico do Porto, para fins exclusivamente científicos, educativos e/ou culturais.

Esta autorização inclui o uso da imagem nos produtos decorrentes da investigação, como apresentações, publicações (impressas ou digitais), exposições, vídeos ou outros meios de divulgação ligados ao contexto académico e científico.

Declaro ainda que esta autorização é concedida sem qualquer tipo de compensação financeira e que fui devidamente informado/a de que poderei, a qualquer momento, solicitar o acesso ou a eliminação dos registos, nos termos da legislação aplicável à proteção de dados.

Nos termos do acima indicado, dou a minha anuência aos termos aqui apresentados por via da minha assinatura.

Data: 10 de Maio de 2025.

Assinatura:



Nome Completo:

Priscila Clemente Martin de Paula

DECLARAÇÃO DE CEDÊNCIA DE IMAGEM

Eu, Tivian Gonçalves Lima e portador do Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão nº: 46284410-9, emitido a 30/11/2017, autorizo, de forma livre e informada, a utilização da minha imagem (fotografias, depoimentos e/ou gravações em vídeo) no âmbito da investigação académica “Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a criação em dança contemporânea”, desenvolvida por Ana Flávia de Carvalho Cassiano no Mestrado em Artes Cénicas - Dança e Composição Coreográfica, na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo - Instituto Politécnico do Porto, para fins exclusivamente científicos, educativos e/ou culturais.

Esta autorização inclui o uso da imagem nos produtos decorrentes da investigação, como apresentações, publicações (impressas ou digitais), exposições, vídeos ou outros meios de divulgação ligados ao contexto académico e científico.

Declaro ainda que esta autorização é concedida sem qualquer tipo de compensação financeira e que fui devidamente informado/a de que poderei, a qualquer momento, solicitar o acesso ou a eliminação dos registos, nos termos da legislação aplicável à proteção de dados.

Nos termos do acima indicado, dou a minha anuência aos termos aqui apresentados por via da minha assinatura.

Data: 15 de maio de 2025.

Assinatura: Tivian Gonçalves Lima

Nome Completo: Tivian Gonçalves Lima

ESCOLA
SUPERIOR
DE MÚSICA
E ARTES
DO ESPETÁCULO
POLITÉCNICO
DO PORTO

P.PORTO

M

MESTRADO
ARTES CÉNICAS
DANÇA – COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA

Ressignificação das emoções: o medo como ferramenta para a
criação em dança contemporânea
Ana Flávia de Carvalho Cassiano

