



SIMPÓSIO DE INTEGRAÇÃO, INOVAÇÃO E TECNOLOGIA

CORPOIMAGEM: Tempo presente

Carla Sabrina Cunha - IFB¹
Elizabeth Tavares Maia - IFB²
Helena de Lima Bastos - IFB³
Paulo Mateusz Vasconcelos Vianna - IFB⁴
Samantha Barbosa Silverio de Castro - IFB⁵
Carmen Mee Alonso - IFB⁶

RESUMO: O Grupo de Pesquisa Corpoimagem na Improvisação traz, neste artigo, o processo da pesquisa: Corpoimagem: Tempo Presente, como estudos e investigação da dança improvisação a ser levada para a cena. A metodologia da Prática como Pesquisa é vivenciada pelos integrantes do grupo a partir das práticas de meditação Shinè, Eutonia, Do-Ho e estudos dos gestos proposto por Huber Godard. Descrevemos as bases metodológicas das propostas lançadas para as improvisações entrelaçadas entre si, bem como, os aspectos específicos referentes aos estados de atenção encontrados em cada prática. As experiências trazidas nos relatos do grupo mesclam as próprias vivências aos aspectos teóricos das leituras propostas. Concluimos em processo contemplado os objetivos de promover a experiência e a criação de estruturas em dança improvisação para a cena que chegará ao público.

Palavras-chave: Dança improvisação; Somática; Dança contemplativa; Prática como Pesquisa.

¹ Carla Sabrina Cunha é docente do curso de Licenciatura em Dança do IFB, líder do grupo de pesquisa Corpoimagem na Improvisação da mesma instituição; é mestre pela ECA-USP, doutora em Arte Contemporânea pela UNB e possui pós-doutorado pela FAUUSP com pesquisa em dança improvisação. Atualmente é coordenadora do curso de pós-graduação Lato Sensu de Formação Docente em Práticas Somáticas e Dança do IFB. E-mail: csabrinacunha@gmail.com

² Elizabeth Tavares Maia é docente do curso de Licenciatura em Dança do IFB e do curso de pós-graduação Lato Sensu de Formação Docente em Práticas Somáticas e Dança do IFB. Líder do grupo de pesquisa Corpoimagem na Improvisação, nos projetos de pesquisa 'Para quem Voa um Pouso no Ar e Tempo Presente', na mesma instituição; é mestre em neurociências do comportamento pela Universidade de Brasília - UnB. Formada em dança e terapia através da dança pela Escola Angel Vianna (FAV), é eutonista e fisioterapeuta. Email: elizabeth.maia@ifb.edu.br

³ Helena de Lima Bastos é pedagoga formada pela UNIRIO, estudante do 5º período de Licenciatura em Dança do IFB, integrante do grupo de pesquisa Corpoimagem na Improvisação no IFB e pesquisadora PIBIC com apoio da FAPDF. E-mail: aneleh.amil@gmail.com

⁴ Paulo Mateusz Vasconcelos Vianna é brasileiro, artista bacharel em Comunicação Social pela UNB, estudante do 3º período da Licenciatura em Dança pelo IFB, integrante do grupo de pesquisa Corpoimagem na Improvisação no IFB e participante do Programa Nacional de Bolsa de Iniciação à Docência – PIBID/2024. E-mail: paulo68359@estudante.ifb.edu.br

⁵ Samantha Barbosa Silverio de Castro é estudante do 5º período de Licenciatura em Dança do IFB e integrante do grupo de pesquisa Corpoimagem na Improvisação no IFB. E-mail: samacomacento@gmail.com

⁶ Carmen Mee Alonso é atriz, professora de teatro, estudante da Licenciatura em Dança do IFB e integrante do grupo de pesquisa Corpoimagem na Improvisação. E-mail: carmenmee.21@gmail.com

ABSTRACT: The Body Image in Improvisation Research Group presents, in this article, the research process: Body Image: Present Time, as a study and investigation of dance improvisation to be brought to the stage. The group members experience the Practice as Research methodology through the practices of Shinè meditation, Eutonia, Do-Ho, and gesture studies proposed by Huber Godard. We describe the methodological foundations of the proposals put forward for the intertwined improvisations, as well as the specific aspects related to the states of attention found in each practice. The experiences presented in the group's accounts blend their own experiences with the theoretical aspects of the proposed readings. We conclude, in a contemplated process, the objectives of promoting experience and the creation of structures in dance improvisation for the stage that will reach the public.

Keywords: Dance improvisation; Somatics; Contemplative dance; Practice as research.

Introdução

Partimos da perspectiva da dança improvisação levada para a cena, pois possibilita o estudo e a experimentação da presença de quem dança e de viver a dança como um compartilhamento do momento, uma experiência.

A proposta dá continuidade aos projetos de pesquisa anteriores do grupo Corpoimagem na Improvisação inserido no curso de Licenciatura em Dança do IFB, que desde 2012 investiga a dança improvisação relacionada com a prática de estar em cena dançando.

Dança improvisação: tempo presente é uma proposta de pesquisa que está inserida nos estudos da Dança Contemplativa desenvolvida por Dilley (2005), no estudo dos gestos de Godard (1995), na Eutonia de Alexander (1997) e no Do-Ho do método Seitai-Ho apreendido com o professor Toshiyuki Tanaka em aulas.

A pesquisa se propõe a investigar a dança improvisação que emerge de estados meditativos e de práticas somáticas, uma vez que a dança improvisação solicita de quem dança um estado de presença no tempo/espço para as escolhas possíveis ao mover.

Tais escolhas implicam e tecem relações. Relações entre cada dançarino consigo, com o outro e com o público. Aqui as relações tecidas por estados contemplativos, somáticos e ou meditativos, compõem o campo somático ou mente da sala ou ainda a atmosfera do ambiente onde a dança acontece.

O objetivo geral é promover a experiência de improvisar em cena, a partir da prática de meditação Shinè, Eutonia, Do-Ho e os estudos dos gestos proposto por Huber Godard e o objetivo específico é criar a dança improvisação que se levará para a cena, ou seja, vivenciar o processo na sala de ensaio, criando estruturas para a dança improvisação.

O que pesquisa recente do grupo, em andamento, com o projeto de iniciação científica (PIBIC) nos aponta, é uma lacuna de dança improvisação levada para a cena nos contextos de

dança na cidade de Brasília, a improvisação é mais comumente usada como recurso para a criação de coreografia.

Portanto nossa proposta com esta pesquisa justifica-se por contribuir para criarmos processos metodológicos que possibilitem aos estudantes experienciar a dança improvisação em cena, ampliando repertórios de movimento e expandindo o pensamento coreográfico.

Referencial teórico

A Dança Contemplativa para Dilley tem um sentido para além de uma prática de dança improvisação comum, é oportunidade para a sincronização entre o corpo e a mente, como aprendido através de Chögyan Trungpa Rinpoche.

Chögyam Trungpa foi fundador da Universidade de Naropa em Boulder nos Estados Unidos, cujas práticas e disciplinas artísticas tem como base o Budismo Tibetano, ele desenvolveu o chamado *Mudra Space Awareness*, uma prática para sincronizar mente, palavra e corpo originada da dança monástica, *Chakrasamvara dance*, praticada por Trungpa em seu treinamento monástico no Tibete⁷. E essa sincronização também pode se estabelecer na *Contemplative Dance Practice* (CDP), na medida que “a prática de dança contemplativa é uma sala de meditação para dançarinos ou uma sala de dança para meditadores” (Dilley, p. 137, 2015. Tradução nossa).

Segundo Dilley a Prática da Dança Contemplativa passa a ser um local para observar e pesquisar de forma pessoal e coletiva a observação e percepção de si (Idem, 2015).

A dança para Dilley tem um sentido de prática, pois torna-se uma extensão da prática da meditação sentada, em que os dois campos dança e meditação coabitam o mesmo espaço. O espaço onde se dança é também o local de observar a própria mente e ao mesmo tempo, o espaço da meditação, em que se observa a própria mente, é também o local em que se dança. Portanto levar a dança improvisação para a cena apresenta-se como oportunidade de fazer os espaços coabitarem.

Para os encontros de estudos e práticas são usadas as abordagens de Hubert Godard pesquisador no campo das práticas somáticas, da análise do movimento humano, o autor nos traz a ideia da captação visual do gesto como algo do individual, e subjetivo, o que impede qualquer reprodução idêntica. Godard “descreve esse espaço subjetivo como uma construção baseada nos

⁷ The Journal of Performance and Mindfulness. Link: <https://www.performanceandmindfulness.org.uk/> acesso em 13 de julho de 2025.

hábitos de percepção, que constituem nossa história pessoal”. (In Org. Soter, 2011, p.11), bem como os “Katas” provenientes do Do-Ho. O Do-Ho nasce dentro da metodologia do Seitai-Ho criado por Haruchika Noguchi na metade do século XX, considerado uma “educação corporal que procura a naturalidade do corpo, é considerado no Japão como uma medicina natural, uma forma de cura sem remédio, sem aparelho, com o uso das mãos” (anotação de aula com Thoshiyuki Tanaka).

A experiência trazida pela Eutonia é o espaço dado ao tempo de observação das próprias sensações, a partir de consignas que requisitam o trabalho constante dos mecanismos atencionais, direcionados aos tecidos corporais.

Encontrando o pensamento de Godard, na Eutonia, a atenção dispensada aos tecidos corporais é ponto de acesso à subjetividade constituinte de cada história pessoal. As consignas trazidas para a experiência, nesta pesquisa, tratam do acesso às sensações provindas da atenção dada aos ossos e à pele.

A intenção cênica na atuação aparece no gesto eutônico de maneira própria (sem igual) pois brota da experienciamento de um estado de consciência no qual os mecanismos atencionais se encontram intensamente ativados em direção aos próprios tecidos corporais, por sua vez, constituídos da história e dos hábitos de percepção de cada pessoa.

Gerda Alexander, criadora da Eutonia, aponta o caminho para a flexibilidade do tônus tecidual corporal, o que , segundo ela, pode propiciar passagem por toda gama de sentimentos humanos, diluindo a fixação tônica. O nível desse tônus tenderá a ser um pouco mais alto ou um pouco mais baixo, conforme a constituição e o temperamento da pessoa (Alexander, 1983, p.13).

As consignas atencionais ao estado dos tecidos corporais, trazidas na Eutonia, promovem a liberação das fixações tônicas em grupos musculares distintos e finda por abrir caminhos para uma livre expressão das sensações/emoções no corpo, ou seja, para o sentir de sensação e o sentir de sentimento. O mover eutônico se dá nesse espaço onde a experiência parte da atenção, ou seja, do estado de auto-observação, o estado de contemplação de si mesma.

Os estados atencionais em movimento, propiciados pelas experiências em Eutonia encontram eco na prática da dança contemplativa proposta por Dilley (2015) como sincronização entre o corpo e a mente; a dança em Eutonia são os estudos de movimento gerados neste estado de autocontemplação.

Nesta pesquisa, a Eutonia conversa com os modos de sentar do Do-Ho do método Seitai-Ho, quando Gerda cria o que denomina ‘posições de controle’, hoje chamadas de ‘posições de cuidado’ na formação oferecida pelo Instituto Brasileiro de Eutonia. Para Gerda, permanecer

nestas posições traz a experiência pessoal da sensação das aderências teciduais e consequentemente das fixações tônicas e de toda a subjetividade emergente do estado de atenção aos tecidos corporais, ou, estado de autocontemplação.

As posições de controle “mostram exatamente onde o indivíduo tem algum encurtamento muscular e não pode realizar portanto o máximo de variações de movimento que permite a sua estrutura óssea” (Gainza, 1997 p.44).

As experiências de contato com o outro ou com um objeto ou com o meio, em Eutonia, parte da percepção das sensações da pele. Gerda propõe conduzir atenção para a sensação causada pela superfície daquilo que se toca pelo tato, para as sensações teciduais brotadas dessa experiência, “...o importante é conseguir perceber a diferença entre o limite de si e aquilo que nos rodeia, o mundo externo” (Gainza, 1997 p. 54).

A relação com o outro, nesta pesquisa, passa pela experiência do que Gerda vem chamar de prolongamento na percepção do campo energético/elétrico que se propaga para além do corpo físico e se encontra com o campo emanado do outro”.

“No início trabalhamos a pele, ou seja, a periferia de nosso corpo visível. O passo seguinte inclui a zona invisível de radiação, o prolongamento, o contato real dentro do espaço e com os seres que nos rodeiam” (Gainza, 1997 p. 63).

Mover junto é um dos princípios propostos neste grupo de pesquisa, objetivando o desenvolvimento da percepção do campo cênico que se estabelece no processo de criação.

Metodologia

A metodologia utilizada será a Prática como Pesquisa, ou originalmente Practice as Research (PaR), segundo Fernandes; Scialon; Pizarro (2022, p. 202) “o termo surgiu no contexto acadêmico anglo-saxão no final da década de 1990 para dar suporte às pesquisas que exigiam experimentação prática e artística” podendo o eixo metodológico ser a prática realizada ou os procedimentos artísticos que direcionam a pesquisa. Dessa forma:

A Prática como Pesquisa diz respeito ao fazer criativo nas artes como modo específico e múltiplo de gerar conhecimento, ou seja, como metodologias próprias que vão desde a Pesquisa Performativa (Hasenan, 2006) às modalidades de pesquisas guiadas, baseadas ou a partir de prática artística (Fernandes, Ciane; Scialon, Melina; Pizarro, Diego, 2022 p. 203).

Dentro das categorias propostas pelos autores esta pesquisa se insere no que se denomina pesquisa como prática artística, na qual esta prática é o eixo e a metodologia pode associar várias abordagens. Portanto a sala de ensaio para as experimentações da dança improvisação são guiadas pelas abordagens da pesquisa do gesto, do Do-Ho, eutonia e meditação.

A Eutonia propõe um Inventário. O Inventário é o momento de pausa para percorrer todas as unidades corporais com a atenção. Na maioria das vezes é realizado na posição deitada, mas pode ser experienciado em qualquer posição, sentada, de pé, em locomoção, durante a improvisação em dança, enfim, de maneiras diversas.

Visamos um despertar da atenção aos tecidos corporais e às sensações como inspiração para o mover. A partir das posições de conforto propostas na Eutonia e dos modos de sentar do Do-Ho, trabalhamos as transferências de peso nas passagens de uma posição à outra experienciando o *repousser*⁸, o repelir a superfície de apoio. O transporte do movimento de uma unidade corporal à outra se propõe a aflorar a percepção da sensação da propagação do movimento através do esqueleto.

Para a composição gestual, três consignas, que acompanham todo o processo de criação, são propostas, são estas o dedilhar, o escorregar e o pressionar a pele da face, com os dedos das mãos, em um primeiro momento e seguir propagando a experiência por outras unidades corporais. Dessa experiência colhe-se o gesto que fica de cada intérprete criador, para fazer parte da estrutura de improvisação que se processará em cena.

Dos gestos ao movimento, dos traços das trajetórias de locomoção pelo espaço às experiências em pausa, o processo de criação vai se dando de maneira a se ter o próprio processo como a Obra que se apresenta ao público.

Para a elaboração deste artigo, especialmente na discussão, onde trazemos os relatos das experiências de cada pessoa, partimos da escrita livre e mesclando os relatos aos conteúdos dos textos disponibilizados pelas professoras coordenadoras deste projeto de pesquisa.

Resultados e Discussão

A pesquisa está em andamento, em processo, com previsões futuras de apresentação da dança improvisação como resultado final. A discussão que segue gira em torno das experiências vividas pelos integrantes do grupo de pesquisa em processo de autopercepção e criação. Cada

⁸ *Repousser* em francês significa repelir, esta é uma prática da eutonia em que o aluno empurra com uma parte de seu corpo contra uma resistência, ele permite e acompanha conscientemente a resposta de seu corpo à este empurrar. (ver site oficial da Associação Brasileira de Eutonia. Acessado em 12/07/2025 em: <https://www.eutonia.org.br/conteudos/conceitos/73>).

integrante se propôs a trazer contribuições diversas para os encontros, como por exemplo a integração da leitura do Tarot ao final de cada encontro. Assim, desde as bases prático-teóricas trazidas pelas professoras se tecem os relatos individuais a respeito da experiência no processo de criação da dança improvisação por vir.

Paulo Vianna

O primeiro contato com o grupo de pesquisa Corpoimagem na Improvisação foi pela contemplação da obra “Para quem Voa, Um Pousa no Ar”⁹. Naquele momento, fui profundamente tocado pela organicidade dos gestos e pela fluidez poética que permeavam a apresentação. Quando convidado a integrar o novo processo criativo do grupo, mergulhamos em uma investigação que alia a improvisação em cena a práticas somáticas e meditativas – como o Shinè, a Eutonia, o Do-Ho – e aos estudos do gesto propostos por Hubert Godard. Essas vivências nos conduziram a explorar, por meio da meditação e de exercícios de atenção plena, as camadas mais sutis do tocar, dos movimentos e das posturas anatômicas evocadas. Além disso, com o fim de aprofundar as reflexões, foram introduzidas figuras arquetípicas do Tarot como ferramentas de análise psíquica, investigando como uma posição corporal se transforma em outra e como cada uma delas abre distintas dimensões do pensar-sentir. Essa abordagem ampliou as possibilidades de criação artística, enriquecendo um estado de percepção contemplativa e expandindo o acesso ao inconsciente como dispositivo criativo. Nesse contexto, diálogo com as reflexões de Marques (2003), que em suas práticas de dança utiliza os Arcanos do Tarot não por seu viés esotérico ou psicológico, mas como uma linguagem simbólica e analógica—ancorada na perspectiva junguiana—, capaz de provocar reflexões profundas e pessoais sobre o ensino da dança. Sinto que essa abordagem ressoa, na medida em que os arquétipos funcionam como catalisadores de um processo criativo que transita entre o corpo, o imaginário e o invisível:

Segundo Sally Nichols (1980), as figuras do tarô trazem mensagens de grande importância que a cultura verbal não entende nem aceita. O tarô representa uma história simbólica, arquétipos que possibilitam não somente um reencontro com aspectos negligenciados por nós mesmos como também uma reorientação de comportamento por meio de escolhas próprias. A autora afirma que:

Pela confrontação dos arquétipos e pela relativa libertação de sua compreensão, tornamo-nos cada vez mais capazes de responder à vida de maneira individual [...], o indivíduo estará livre para agir conforme as necessidades mais profundas e o mais verdadeiro eu (Nichols *apud* Marques, 2003).

⁹ Performance de dança improvisação como resultado de pesquisa realizada em 2024 pelo grupo e também resultado da pesquisa de pós-doutorado: “Dança improvisação como prática meditativa” da docente Carla Sabrina Cunha.

Inspirado pela observação dos encontros, abranger a temática aos Arcanos do Tarot, foi um passo mais para refletir que cada posição revela uma narrativa única, simbólica e subjetiva. Jung foi pioneiro na investigação dos arquétipos como um meio de conexão com a psicologia profunda, nessa jornada em direção à plenitude. Entretanto, vale mencionar que não seria possível compreender e abarcar a completude de um arquétipo uma vez que seu significado transcende a experiência. Assim como o corpo que dança se expressa e traduz em movimentos que emergem das diversas possibilidades.

Quando Sano, relaciona o conceito do “cultivo de si” (Quilici, 2011), com as práticas do Seitai-ho, ainda que aproximando-o ao campo artístico, ressalta que não é uma técnica de preparação cênica, mas uma técnica proposta para compreender o corpo como organismo vivo capaz de vivenciar a completude deste cultivar-se.

Ainda sobre nosso processo criativo, nos dedicamos em experimentar sequências de movimentos para a composição da estrutura de improvisação, entre gestos e os modos de sentar da prática de Do-Ho. Para além dessas posições de cuidado, os Arcanos também foram apresentados ao final das práticas para abrir o leque de possibilidades e reflexões de desenvolvimento da estrutura para improvisar.

Sobre essa investigação, dos modos de sentar e de estados corpo-mente, no espaço liminar meditativo, onde as sensações do respirar, do tocar e do mover, tocam o ar. (Quilici, 2018), evoca o “teatro da mente”, onde o aprendizado consistiria em criar a possibilidade de contemplar sem se identificar: ao mesmo tempo, reconhecendo momentos de silêncio e acuidade perceptiva.

Dessa forma, as práticas desenvolvidas no grupo Corpoimagem na improvisação demonstram como a integração de práticas somáticas, estudos do gesto e arquétipos do Tarot — enquanto ferramentas analíticas — podem ampliar as possibilidades de investigação em dança e performance. Sinto que a utilização de símbolos arquetípicos, associados a técnicas de atenção corporal, não apenas enriquece a possibilidade para improvisar, mas também oferece um método reflexivo para explorar camadas subjetivas do movimento como um estudo que contribui para discussões sobre práticas somáticas, processos criativos e a interface entre corpo, psicologia e arte.

Samantha

No processo de pesquisa e criação da obra “Para quem voa, um pouso no ar” as práticas partiram de um aprofundamento na meditação Shinê, prática tibetana que pode ser traduzida como “repouso na calma”. A prática consiste em sentar em uma posição confortável, alinhar a coluna,

pousar o olhar em um ponto fixo, dar atenção à um suporte, no caso, usamos a respiração e manter o corpo em pausa.

Como coletivo, a partir daquele momento, senti que estávamos experimentando um processo de sensibilização mútua e de construção de uma conexão crescente entre nós, enquanto grupo. A meditação Shinê foi o ponto de partida para a criação de uma estrutura de improvisação e o desenvolvimento do estado de presença para a cena.

A proposta que se seguiu consistiu em investigar micro movimentos e improvisação coletiva a partir de um estado meditativo e contemplativo. Os micro movimentos estão bastante presentes em práticas como a dança Butô, com o intuito de experimentar além do movimento visível e se aprofundar nas sensações dos movimentos internos.

Ao longo de diversos encontros, experienciei uma sensação de expansão sensorial. Enquanto dançávamos, percebia uma ampliação da minha percepção, na qual era possível sentir a presença dos demais dançarinos independentemente da distância ou do olhar. O ambiente ao meu redor também permeava meus movimentos, que, embora sejam meus, são estimulados por várias formas de conexão com o espaço e com o que me rodeava.

Atualmente estamos vivenciando outro processo de criação. Começamos a investigar as formas de sentar do Do-Ho de modo a evocar figuras e estruturar uma estrutura para improvisar na cena. Em conjunto com o estudo dos gestos de Godard.

Preparamos o corpo com práticas somáticas e utilizamos de alguns princípios de movimento do Setai-ho para articular uma improvisação. Partículas de improvisação são costuradas em uma coreografia em que há uma atenção especial aos detalhes. Cada gesto de mão, olhar, velocidade e intenção do movimento. E para além da sensação temos analisado as figuras que formamos ao dançar e sua intenção. Evocando arquétipos com o auxílio do tarot.

Segundo Godard (In Org. Soter, 2002 p.27) "Podemos considerar a atitude postural e o pré movimento, que antecipam inevitavelmente o gesto, como um plano de fundo sobre o qual se desenha o movimento aparente: a figura." Assim, há uma afetação entre linguagens, o movimento que se traduz em imagem, imagem essa que depois dá forma e detalhe ao movimento. Despertando intenção e profundidade em cada gesto e respiração, confirmando as práticas somáticas e meditativas como propiciadoras da atenção plena para a escuta do corpo e suas possibilidades de movimento.

Helena

Os gestos trazem a história do corpo e esses registros de movimento recriam momentos, sentimentos e sensações. A pele amplia suas percepções para a cena, para o mundo e a dança se faz a partir da escuta profunda do corpo e seus desejos do presente. Nas experimentações e estudos no grupo de pesquisa, vivenciamos os gestos a partir da improvisação e das qualidades do toque das mãos na pele.

O dedo que passeava pelo dorso da mão, pressionando levemente e de forma delicada, fez destacar uma veia pulsante, e saltou os olhos de quem se permitiu permear por essa dança. Pressionar, deslizar, apertar destacaram singelezas e fortalezas do grupo. As velocidades, tamanhos e texturas dos movimentos com o acariciar, bater, puxar transmitiam prazer, raiva, angústia e outras emoções, atravessadas também por inquietações vividas no momento.

Gestuar impossibilita uma reprodução idêntica, segundo Godard (In Org. Soter, 2002, p.12) por ser a expressão de um estado interno único e esse ponto, por exemplo, foi um dos desafios para coreografar nossas sequências. Os desejos transmutantes tornaram as ideias infundáveis e sem cópia, ampliando nossos repertórios de formas e desenhos no espaço. Com isso, para reproduzirmos uma célula, voltávamos para algumas bases pré-acordadas: as técnicas de Do-ho, o *repousser*, as qualidades de toque, a respiração e o mover pela sensação.

Os princípios de seítai-ho indo ao encontro ao resgate das sabedorias do corpo nos conectaram com alguns arquétipos do tarot, dilatando ainda mais nossas percepções corporais. A forma de sentar japonês provenientes do Do-Ho nos levou para a imagem do guerreiro e nessa posição onde estamos sentados com a coluna ereta, uma perna flexionada, com os joelhos apontando para cima próxima do tronco e a outra também flexionada, porém em rotação externa e apoiada no chão, nos convidou para levar a atenção aos ossos, articulações e músculos.

As escolhas de posicionamentos de cada parte do corpo são intencionais e percebidas em suas minúcias pelo grupo. Todo e qualquer detalhe é importante para a composição e estas investigações revelam a necessidade de escutar o que e como corpos pulsam dentro, suas microações e detalhes anatômicos. Além de apontar para dimensões afetivas e subjetivas do gesto. O que emerge é processual, poético, não linear, vivo, singular e em constante transformação.

Carmen

Modos de sentar: a pausa é uma coisa interessante, pois enquanto o corpo aparentemente para, percebo, ele não para de se mover por dentro, tanto em seus fluxos fisiológicos, quanto em suas dimensões mental, emocional e energética. E além disso, parar, em meio a movimentos velozes de um cotidiano sulamericano capitalista, parar é coisa rara. Mas,

mais raro talvez seja se perceber na pausa, permitir-se presença na pausa, se organizar organicamente na pausa, respirar, respirar de novo, e de novo, não se fixar a ideias, pensamentos, telas mentais, apenas estar na própria presença da pausa, simples presença da existência. Assim, imaginando-me como uma montanha que respira a seu modo, uma árvore que balança com o vento e para quando ele passa, como um ser humano que se percebe gente, me percebo pessoa, só, e em conexão com tudo aqui, este meio que me circunda, o todo. Por que me parece raro? A pausa me traz de volta a certeza de que não sou outra coisa que não um ser humano. Não sou uma máquina, não sou um ser ilimitado e que deve produzir diariamente coisas relevantes e úteis para o mundo. Eu posso apenas estar presente e estando presente estou onde eu deveria estar. Em mim, cada forma e modo de sentar gerava sensações específicas, muitas vindas, acredito eu, das minhas memórias pessoais e também coletivas, como a sensação-imagem de guerreiros japoneses em posição de contemplação, espera, aprendizado. O encontro com essas sensações-imagens me geram paz e curiosidade, de onde vem isso? A partilha do grupo, onde cada pessoa traz em suas próprias percepções, amplia uma curiosa compreensão da multiplicidade que somos. Moldados por estes corpos de matéria viva e antiga, matéria orgânica que se faz e refaz há bilhões de anos neste planeta, poeiras de estrela, carregados de memórias familiares, ancestrais. Coisas que vem não se sabe de onde. Coisas que estão aqui em mim, em nós. As mesmas posições, diversas possibilidades. Estamos tão vivas. Tudo vibra.

Gestos com as mãos: essa experimentação se deu em fluxo de improvisação, em uma dança das mãos, entre escolhas e não escolhas, entre negociações internas e repetições. As mãos que se abrem à frente do rosto, as mãos que cobrem o rosto todo, puxam os próprios cabelos, são as mesmas mãos que acarinham suavemente a face e que impõe o afastamento de algo ou alguém, ou batem no peito de orgulho, tanto quanto se fecham de raiva. Caminhos que as mãos percorrem encontrando gestos cotidianos e absurdos (absurdo e cotidiano muitas vezes tão próximos). Os movimentos de mudança de posição aconteciam a partir da sensação do corpo, o corpo ganhando permissão para mover-se nesta busca por gestos e ver os gestos das outras pessoas e experimentá-los em mim, gestos diferentes de atos de coragem, de sabedoria, de afeto, de cura, de sensualidade, estendeu e dinamizou ainda mais a percepção sobre outras possibilidades de ser, estar e criar, pra além da dança, da cena. Pra vida.

Na prática como pesquisa o resultado pode ser o próprio processo criativo, pois cada experiência gera uma nova, que poderá vir a somar-se ao repertório expressivo durante a dança improvisação na cena.

Assim, através da metodologia da prática como pesquisa, trouxemos no presente texto um recorte da práxis vivenciada pelo grupo com intuito de compartilhar o estágio em que se encontra a pesquisa.

Conclusão

O Projeto de Pesquisa Corpoimagem: Tempo Presente, continuidade da pesquisa anterior do grupo que resultou na obra: Para quem voa, um pouso no ar, encontra-se em processo, segue pelo campo das práticas contemplativas integrando as experiências somáticas, vindas da Eutonia, do Do-Ho, da meditação, dos estudos do gesto e expandindo-se ainda para uma leitura dos arquétipos do Tarot enquanto ferramenta analítica possibilitadora de investigações em dança e performance. O grupo segue em processo criativo da estrutura para improvisar, no qual se aprofundam as relações de tempo, fluência, velocidade e intensidade, que vibram no campo da sala de ensaio; campo este que volta e meia poderá se transformar no espaço de relação com o público, na cena.

Referências Bibliográficas

Kuypers, P., Tavares, T. J. R. da S., & Olsson-Forsberg, M. Buracos Negros: uma entrevista com Godard Hubert. Gesto e percepção. Tradução de Silvia Soter. In: PEREIRA, Roberto; SOTER, Silvia (Org.). **Lições de Dança 3**. Rio de Janeiro: UniverCidade Editora, 2002. p. 11-35

DILLEY, Bárbara. **This Very Moment: teaching, thinking, dancing**. Boulder, CO: Naropa University Press, 2015.

FERNANDES, Ciane; SCIALOM, Melina; PIZARRO, Diego. **Somática e Prática como Pesquisa em Dança**. Revista Brasileira de Estudos em Dança, Rio de Janeiro, ano 01, n. 02, p. 200-223, 2022.2

GAINZA, Violeta. **Conversas com Gerda Alexander**. Vida e pensamento da criadora da Eutonia. São Paulo: Summus Editorial, 1997.

MARQUES, Isabel A. Uma jornada didática pelo MUNDO do tarô. In: MARQUES, Isabel A. **Dançando na escola**. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2012. p. [99-100].

QUILICI, Casiano Sydow. Artes performativas, modos de percepção e práticas contemplativas **PÓS**: Revista do Programa de Pós-graduação em Artes da EBA/UFMG. v.8, n.15: mai.2018 Disponível em <https://eba.ufmg.br/revistapos>

QUILICI, Cassiano Sydow. **O Conceito de ‘Cultivo de si’ e os Processos de Formação e Criação do Ator/Performer.** São Paulo: Universidade Estadual de Campinas, 2011.

SANO, Beatriz Yamada. **A prática do seitai-ho (educação corporal japonesa)** do Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena – Unicamp; orientação de Cassiano Sydow Quilici.