

## **LIVRO A DANÇA DA AUTO INVESTIGAÇÃO: O TANTRA YOGA COMO PREPARAÇÃO PARA A DANÇA CONTEMPORÂNEA**

Sarah Figueiró de Araújo (UEMS)<sup>1</sup>

Dra. Christiane Araújo (UEMS)<sup>2</sup>

**Eixo Cênico:** Cena da pesquisa em Artes.

**Palavras-chave:** Tantra Yoga, Dança Contemporânea, Educação Somática.

O livro “A dança da auto investigação: o tantra yoga como preparação para a dança contemporânea é fruto do Projeto de Iniciação Científica “Elaboração de livro didático: o Tantra Yoga (AMA) como preparação para Dança Contemporânea” que foi realizado durante os anos de 2022 e 2023 sob a orientação da professora Dra. Christiane Araújo, dentro a área de conhecimento da Linguística, Letras e Artes – Artes – Dança no Núcleo de pesquisa CRI(s)ES, linha 1 do Grupo de Pesquisas de Poéticas e Educação em Dança – GPPED, através do curso de Licenciatura em Dança da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul Unidade Universitária de Campo Grande - UUCG.

Utilizando a metodologia qualitativa e de pesquisa bibliográfica desenvolvemos práticas e estudos do/sobre o corpo, buscando o desenvolvimento do indivíduo de maneira integral unindo dois campos do conhecimento – o yoga e a dança – a partir da Educação Somática. O Tantra Yoga da Ananda Marga Academy foi o método escolhido como preparação do artista da dança contemporânea como investigador dos processos do corpo como algo que atravessa o próprio indivíduo e que dança em sua totalidade, ou seja, um corpo espírito, psíquico e físico integral. Defendemos que este corpo vivido por meio do Tantra Yoga trará a consciência à corporalidade por meio das formas corporais propostas nos ásanas, da experiência sensorial, do movimento ou a imobilidade, da copresença, do afeto e da temporalidade da permanência. Envoltos aos conhecimentos que visam o processo de unidade da alma e do espírito por meio da libertação das limitações mentais envoltas na prática física do corpo. A

1 Pós Graduada em Direito de Família e Sucessões. Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul. Grupo de Pesquisas de Poéticas e Educação em Dança – Núcleo CRI(s)ES. E-mail: sarahfigueiro@hotmail.com.

2 Doutora em Educação. Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul. Grupo de Pesquisas de Poéticas e Educação em Dança – Núcleo CRI(s)ES. E-mail: chris.araujo@uems.br.

preparação corporal por meio do Tantra Yoga possibilita a experiência do sensível que pode fundamentar a dança contemporânea a partir dos processos de auto investigação que a consciência do movimento expressa a partir do corpo que se tem.

A pesquisa resultou em aulas práticas desenvolvidas no Núcleo CRI(s)ES pela professora supracitada a partir da percepção e da consciência corporal, despertado por meio dos tópicos pele, direções, respiração e eixos promovendo a auto investigação para a expressão artística sustentado por um corpo disponível para o movimento, desperto em sua sensibilidade, criatividade e expressão. E na publicação do livro físico “A Dança da Auto Investigação: O tantra yoga como preparação para dança contemporânea” (ISBN: 978-65-266-0579-0) pelo Clube de Autores (<https://clubedeautores.com.br/livro/a-danca-da-auto-investigacao>) e em e-book pela Amazon (<https://a.co/d/hH6fZvI>). Que foi exposto junto a apresentação oral das autoras na “Jornada de Artes da UEMS – JART, Ato VI, “Corpora: repertórios artísticos e pedagógicos em diálogos” aonde dez unidades estarão disponíveis para venda física.

**Imagem I:** Capa do livro A dança da Auto investigação.



**Fonte:** Sarah Figueiró de Araújo. 21 de agosto de 2023.

## REFERÊNCIAS:

ACADEMY, Ananda Marga. Aulas do Curso de formação em Tantra Yoga. Hotmart, 2021-2022.

ÁCHARYÁ, Avadhútika Ánandamirtra. **Meditação e os segredos da Mente**. 4ª ed. Brasília: Ananda Marga Yoga e Meditação, 2008.

\_\_\_\_\_. **Yoga para a saúde integral**. 5ª ed. Brasília: Ananda Marga Yoga e Meditação, 2017.

AGAMBEN, Giorgio. **O que é o contemporâneo? E outros ensaios**. Chapecó: Editora Argos, 200.

ANANDAMÚRTI, Shrii Shrii. **Caryácarya – parte 3**. 2ª ed. Brasília: Ananda Marga Yoga e Meditação, 2009.

\_\_\_\_\_. **Psicologia do yoga**. 2ª ed. Brasília: Ananda Marga Yoga e Meditação, 2013.

\_\_\_\_\_. **A libertação da Mente através do Tantra Yoga**. 4ª ed. Brasília: Ananda Marga Yoga e Meditação, 2008.

ARAÚJO, Christiane. **A Dança na disciplina de Arte**: Transposição entre as linguagens artísticas. Campo Grande, MS: Life Editora, 2021.

ARAÚJO, Christiane; ARAÚJO, Sarah Figueiró de. **A dança da auto investigação**: O Tantra Yoga como preparação para dança contemporânea. 1ª Ed. Joinville: Clube dos Autores S/A, 2023.

AUSTRY, Didier. **O tocante-tocado na relação com o sensível** – Por uma filosofia do contato. In: BOIS, Danis; JOSSO, Marie-Christine; HUMPICH, Marc (Orgs.). Sujeito sensível e renovação do eu. As contribuições da fasciaterapia e da somato-psicopedagogia. São Paulo: Paulus, Centro Universitário São Camilo, 2008.

BERTHERAT, Thérèse; BERNSTEIN, Carol . **O correio do corpo** - novas vias da antiginástica. São Paulo: Martins Fontes, 1982.

\_\_\_\_\_. **O Corpo tem suas razões** - antiginástica e consciência de si. 20ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1987.

DUARTE JR, J. F. **A montanha e o videogame**: Escritos sobre educação, Col. Ágere. Papyrus, Campinas, 2010.

HOOKS, bell. **Tudo sobre o amor**: novas perspectivas. São Paulo: Elefante, 2020.

IMBASSAÍ, Maria Helena. **Sensibilidade no cotidiano**: conscientização corporal. Rio de Janeiro: Editora UAPÊ, 2006.

JOSÉ, A. M. S. **Dança contemporânea: um conceito possível?** In: Anais Eletrônicos **Colóquio Internacional Educação e Contemporaneidade**. São Cristóvão: EDUCON, 2011. Disponível em:  
<<http://www.educonufs.com.br/vcoloquio/cdcoloquio/cdroom/eixo%209/PDF/Microsoft%20Word%20-%20DANcA%20CONTEMPORaNEA%20UM%20CONCEITO%20POSSiVEL.pdf>>.  
Acesso em: 21 mar. 2014.

KELEMAN, Satanley; CAMPBELL, Joseph. **Mito e Corpo**. 3ª ed. São Paulo: Summus, 2001.

LASZLO, Cora Miller. **Outros caminhos de dança**. 1ª ed. São Paulo: Summus, 2018.

MILLER, Jussara. **A escuta do corpo**. 3ª ed. São Paulo: Summus, 2016.

MILLER, Jussara. **Qual é o corpo que dança?**: dança e educação somática para adultos e crianças. Summus Editorial, 2012.

MURTA, Flor. **Concepções de Dança contemporânea: uma breve revisão**. Anais do **III Encontro Científico Nacional de Pesquisadores em Dança**. Comitê Dança em Mediações Educacionais. Maio, 2013.

NABHANIILANANDA, Dada. **Feche os olhos e abra sua mente**: introdução à meditação espiritual. 1ª Ed.. Brasília: Ananda Marga Yoga e Meditação, 2020.

ROBATTO, Lia. **O ensino de dança**. A dança como via privilegiada de educação. Salvador: EDUFBA, 2012.

SIQUEIRA, Denise. **Corpo, comunicação e cultura**: A dança contemporânea em cena. Campinas, SP: Autoresassociados, 2006.

SOTER, Silvia. **Sobre técnicas e métodos**. In: O QUE QUER E O QUE PODE SER [ESS]A TÉCNICA? - Seminários de Dança. Joinville, 2009.

TADRA, Debora Sicupira Arzua; VIOL, Rosimara; ORTOLAN, Sabrina Mendes; MAÇANEIRO, Scheila Mara. **Elementos básicos da linguagem da dança**: consciência do corpo e do movimento. In: TADRA, Debora Sicupira Arzua; VIOL, Rosimara; ORTOLAN, Sabrina Mendes; MAÇANEIRO, Scheila Mara. **Linguagem da Dança**. 2. ed. Curitiba: Ibpex, 2009. Cap. 3, p. 58-76.

TAVARES, Maria da Consolação G. Cunha F. **I m a g e m C o r p o r a l** : conceito e desenvolvimento. Barueri: Manole, 2003.

TOURINO, Lígia Losada; SILVA, Eusébio Lôbo. **Estudo do movimento e a preparação técnica e artística do intérprete de dança contemporânea**. Revista Artefilosofia, Ouro Preto, n.1, p.125-133, jul. 2006.

XAVIER, Jussara. **O QUE É A DANÇA CONTEMPORÂNEA?** Revista “O Teatro Transcende” do Departamento de Artes – CCE da FURB – ISSN 2236-6644 Blumenau, v. 16, n. 01, p. 35-48, 2011.