

**Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO**

**Centro de Letras e Artes – CLA**

**Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas - PPGAC**

CLÁUDIA REGINA GARCIA MILLÁS

## **Corpo-em-fluxo**

**Dança e escalada como práticas de emancipação para o artista da cena**

Rio de Janeiro - RJ

2019

CLÁUDIA REGINA GARCIA MILLÁS

## **Corpo-em-fluxo**

**Dança e escalada como práticas de emancipação para o artista da cena**

Tese apresentada ao Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas do Centro de Artes e Letras da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro para obtenção do título de Doutora em Artes Cênicas.

Área de concentração: Artes Cênicas

Orientador: Prof. Dr. Adilson Florentino

Rio de Janeiro - RJ

2019

Catálogo informatizada pelo(a) autor(a)

M645	<p>Millás, Cláudia Regina Garcia Corpo-em-fluxo: dança e escalada como práticas de emancipação para o artista da cena / Cláudia Regina Garcia Millás. -- Rio de Janeiro, 2019. 243 p.</p> <p>Orientador: Adilson Florentino da Silva. Tese (Doutorado) - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, 2019.</p> <p>1. dança. 2. escalada. 3. cura. 4. emancipação . 5. criação. I. Silva, Adilson Florentino da , orient. II. Título.</p>
------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO -UNIRIO  
Centro de Letras e Artes - CLA  
Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas - PPGAC

**“CORPO-EM-FLUXO: DANÇA E ESCALADA COMO PRÁTICAS DE  
EMANCIPAÇÃO PARA O ARTISTA DA CENA”**

por

**CLÁUDIA REGINA GARCIA MILLÁS**

Tese de Doutorado

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Adilson Florentino da Silva (Orientador)

Profa. Dra. Jacyan Castilho de Oliveira (UFRJ)

Prof. Dr. Renato Ferracini (UNICAMP)

Profa. Dra. Evelyn Furquim Werneck Lima (UNIRIO)

Prof. Dr. Domingos Sávio Ferreira de Oliveira (UNIRIO)

A Banca Considerou a Tese: Aprovada com louvor

Rio de Janeiro, RJ, em 02 de dezembro de 2019.

Aos meus alunos, parceiros de travessia.

## AGRADECIMENTOS

Vê-se necessária esta lista de agradecimentos a todos aqueles que fizeram parte da pesquisa, direta ou indiretamente, contribuindo para sua realização. Sabe-se que insuficientes são as palavras e grande o risco em não dar conta de todos os envolvidos. No entanto, torna-se uma ação imprescindível reconhecer seus esforços e engajamento, já que esta pesquisa se fez a muitas mãos. Agradeço, então:

À minha mãe, leitora assídua e interlocutora desta pesquisa.

Aos alunos, sempre, por me ensinarem e se disporem nas diversas práticas.

Aos professores do PPGAC (Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro), em especial Tatiana Motta Lima, pelas ricas trocas de experiência e acolhida generosa. Aos colegas de doutorado, em especial Kátia Maffi, pela escuta e companheirismo, e Paola Vasconcelos pela parceria no momento de defesa de tese.

À Casa 69, por me receber no Rio de Janeiro e propiciar um ambiente de criação. À Camila Fersi por suas aulas de dança e ao Guilherme Mattos, por suas propostas acrobáticas e por adentrar como diretor no trabalho “Sobre o que desaba e que não sei dizer”.

Ao CEB (Centro Excursionista Brasileiro), por abrir seu acervo de consulta e espaço de pesquisa, em especial ao membro Celso Perin, pelos materiais cedidos e pelas conversas generosas. Aos parceiros de escalada, Adílio Santos, Marcus, Letícia Ramos, Dani, e Emerson Gaier Rosa. E aos professores da Cia da Escalada do Rio de Janeiro.

Fernando Barcelos pelas conversas; Leandro Rivieri pela revisão do texto e parceria em diversas salas de ensaio; e Daniel Santos pelos laboratórios de criação e escuta.

Adilson Florentino, orientador desta pesquisa, por impulsionar o trabalho e torná-lo palpável e findo.

Aos membros das bancas de defesa e qualificação, em especial à Jacyan Castilho, por sua leitura cuidadosa e atenta, com apontamentos detalhados.

E ao Tadeu de Oliveira, pelo amor, escuta e parceria, nas alturas e no chão.

## RESUMO

Esta pesquisa tem como objetivo defender a tese de que a prática da escalada tradicional brasileira (DAFLON, 2016), como uma atividade na natureza (MARINHO, 2008, 2004, 2001), pode ser relevante para pensar e entender conceitos-chave das artes da cena, por possibilitar uma experiência de fluxo ao praticante (CSIKSZENTMIHALYI, 2002), que ao se dispor por inteiro no momento presente, concentrado, engajado e íntegro com seu corpo e mente na ação, sentindo-se conectado consigo, com o outro e com o meio, numa dinâmica ecológica (GUATTARI, 2012), com sensação de pertencimento ao mundo, promove um aumento da potência de vida, de sua complexidade, como uma possibilidade de cura (CANGUILHEM, 2009), considerada como emancipatória (SANTOS, 2007) e na qual o ser, desafixado, quando desaparece aquilo que o define e o paralisa como sujeito (SAFATLE, 2015) volta ao movimento da vida, transformando e se recriando ao longo do percurso (DUNKER 2015, 2008). Para isso, a autora se utiliza de uma abordagem qualitativa, da prática como pesquisa (BARRET; BOLT, 2007), por meio do método cartográfico (PASSOS; KASTRUP; ESCÓSSIA, 2010; ROLNIK, 2011), investigando de que forma a experiência com a escalada influenciou e complexificou suas ações como docente, pesquisadora e artista, numa tríade dinâmica, utilizando a narrativa, os diários de campo, depoimentos de alunos, imagens, vídeos, criações artísticas e diálogo com autores. Busca-se criar uma proposta de Dança Acrobática, a partir da perspectiva de que a acrobacia não se define por uma forma, mas por uma prática que lida com o extremo, o risco e com o que está no limite, por meio de uma qualidade e relação com o espaço incomum, fazendo com que o acrobata reconfigure a si mesmo, sem padrões enrijecidos, retificados e mecânicos (SOARES, 2017; SOARES; FRAGA, 2003). Pretende-se trabalhar em direção a um corpo-em-fluxo, utilizando saberes diversos, numa forma ecológica (SANTOS 2007, 2006, 2003, 2000), em que é acionada a dança (LOUPPE, 2012) e os fundamentos da educação somática (BERTAZZO, 2010, 2012; MULLER, 2007; VIANNA, 2005; CHAMPIGNION, 2003; GODELIEVE, 1995) para criação de um treinamento nas artes da cena (ARTAUD, 1993; FERRACINI, 2006, 2009, 2012; BURNIER, 2009), em diálogo com o circo, a escalada, o teatro, a música e o que mais for necessário para tal. Percebe-se a aproximação entre arte e vida e a necessidade de nos colocarmos como sujeitos da ação, passíveis à transformação.

Palavras-chave: dança, escalada, corpo-em-fluxo, cura, emancipação, criação.

## ABSTRACT

This research aims to defend the thesis about the traditional Brazilian rock climbing practices (DAFLON, 2016) as an activity in nature (MARINHO, 2008, 2004, 2001) that has become relevant to understand key concepts of the Arts of the Scene. As climbing enables the practitioner to experience flow (CSIKSZENTMIHALYI, 2002), which by being fully aware at the present moment, concentrated, engaged and intact with the body and mind in action, will feel connected with itself, with the other and with the environment, within an ecological dynamic (GUATTARI, 2012), that gives a sense of belonging to the world. This promotes an increased Power of Life, in its complexity, that has healing potential. (CANGUILHEM, 2009). These practices can be considered emancipatory (SANTOS, 2007), when leading the being that feels unattached from what defines it and hence feels the self paralyzed (SAFATLE, 2015) to return to the movement of life, by transforming and recreating itself along the way (DUNKER 2015, 2008). The author uses a qualitative approach for practice and research (BARRET; BOLT, 2007), through the cartographic method (PASSOS; KASTRUP; ESCÓSSIA, 2010; ROLNIK, 2011), investigating how the climbing experience influenced and enriched her actions as a teacher, researcher and artist, using narrative, field diaries, student statements, images, videos, artistic creations and dialogue with authors. This work seeks to create an Acrobatic Dance proposal, from the perspective that acrobatics are not defined by a form, but by a practice that deals with the extreme, the risk and the limits therein, through a relation with an unusual space, provoking the acrobat to reconfigure itself, without rigid, rectified and mechanical patterns (SOARES, 2017; SOARES; FRAGA, 2003). Working towards a state of flow as a *body-in-flow*, through various means, entwined with the environment with an ecological form (SANTOS 2007, 2006, 2003, 2000), in which dance is triggered (LOUPPE, 2012) and founds a somatic education (BERTAZZO, 2010, 2012; MULLER, 2007); VIANNA, 2005; CHAMPIGNION, 2003; GODELIEVE, 1995), which aims to create a training method in the Arts of the Scene (ARTAUD, 1993; FERRACINI, 2006, 2009, 2012; BURNIER, 2009), that dialogue with the acrobatics, climbing, theater and music. We perceive the approximation between art and life and the need to place ourselves as action subjects, susceptible to transformation.

Keywords: dance, climbing, body-in-flow, healing, emancipation, creation.

## **LISTA DE IMAGENS**

(Quando aparecem ao longo do texto, na ordem de cima para baixo e da esquerda para a direita)

### **Página 69**

Via Passagem dos Olhos – Pedra da Gávea, Rio de Janeiro – RJ, 2019. Foto: Tadeu de Oliveira

### **Página 70**

Via (nome desconhecido) - Cantagalo, Rio de Janeiro – RJ, 2018. Foto: Adílio Santos

Via dos Italianos - Pão de Açúcar, Rio de Janeiro – RJ, 2017. Foto: Andre Kuhner

Via El Paseo - Sítio do Rod, Lapinha – MG, 2019. Foto: Maurício

### **Página 71**

Via Antônio Calado - face norte, morro da Urca, Rio de Janeiro – RJ, 2018. Foto: Adílio Santos

Via (nome desconhecido) - Arcos – MG, 2018. Foto: Isabel Ramos

Morro Boa Vista, face nordeste, Rio de Janeiro – RJ, 2018. Foto: Leticia Ramos

Morro São João, Chacrinha, Rio de Janeiro – RJ, 2018. Foto: Marcos Babu

Grauzinho, Urca, Rio de Janeiro – RJ, 2018. Foto: Emerson Gaier Rosa

### **Página 72**

Via Madame Satã - Aderência Sumaré, Jardim Botânico, Rio de Janeiro – RJ, 2018. Foto: Adílio Santos

### **Página 73**

Via dos Italianos - Pão de Açúcar, Rio de Janeiro – RJ, 2017. Foto: Andre Kuhner

Via Cúmulus – Pedra do Elefante, Andradas – MG, 2019. Foto: Tadeu de Oliveira

### **Página 74**

Via Linha Vermelha - Pedreira do Garcia, Campinas – SP, 2019. Foto: Paulo Jardine Kikumoto

### **Página 75**

Via K2 – Corcovado, Rio de Janeiro – RJ, 2019. Foto: Flávio Leone

### **Página 84**

Curso de Guia de Cordada da Cia da Escalada, Rio de Janeiro – RJ, 2017. Foto: autor desconhecido.

### **Página 85**

Treino de escalada indoor. Vertical Escalada, Uberlândia – MG, 2018. Foto: Beatriz Freire

### **Página 94**

Visão panorâmica da Urca e Botafogo a partir da Via Luiz Arnaud – Morro da Babilônica, Rio de Janeiro – RJ, 2017. Foto: autora

Visão panorâmica da praia Vermelha a partir da Via Luiz Arnaud – Morro da Babilônia, Rio de Janeiro – RJ, 2017. Foto: autora

### **Página 126-128**

Espetáculo “Ao Vestir Vertigens”, Campinas – SP, 2012. Fotos: Pedro Langella

### **Página 135-137**

Espetáculo “Cidade Maravilhosa” - Universidade Federal de Uberlândia – MG, 2017. Fotos: Renata Silva

### **Página 142-144**

Performance “Ausência/presença” - espaço Mesa, morro Dona Marta, Rio de Janeiro – RJ, 2017. Fotos: Fernando Barcellos

### **Página 150-158**

Espetáculo “Sobre o que desaba e que não sei dizer” – Universidade Estadual de Campinas UNICAMP – SP, 2019. Fotos: Tadeu de Oliveira

### **Página 194-198**

Desenhos realizados pelos alunos da oficina “Jogos criativos e experiências corporais” em São Paulo – SP 2019.

### **Página 213-215**

Intervenção Urbana “Seis propostas para se dançar” Universidade Federal de Uberlândia – MG, 2018. Fotos: Jemerson Carlos Bob

## SUMÁRIO

- **Importante saber!** Prévia ou apresentação da pesquisa \_\_\_\_\_ 10
- **1. Primeiros passos:** narrativas autobiográficas \_\_\_\_\_ 18
- **2. Caminhada vertiginosa:** escalada e montanhismo \_\_\_\_\_ 41
- **3. Desaparecer:** experiências do corpo-em-fluxo \_\_\_\_\_ 95
- **4. Práticas artísticas:** dança e escalada – possíveis relações \_\_\_\_\_ 115
- **5. Práticas docentes:** Dança Acrobática – o outro na pesquisa \_\_\_\_\_ 159
- **Final da via:** considerações em curso \_\_\_\_\_ 226
- **Referências** \_\_\_\_\_ 234

## **IMPORTANTE SABER! Prévia ou apresentação da pesquisa**

A escrita do projeto de pesquisa para desenvolvimento deste estudo iniciou quando me percebi em certo estado de fixação mental, no qual determinado pensamento dominava-me e, com isso, paralisava-me por inteira. Entrava em uma espécie de rodaminho que, ao contrário de me movimentar ou lançar-me para diferentes partes, fazia-me fincar o pé na terra, como uma estaca, e escurecia-me a vista, como se meu campo de visão fosse limitado e tudo se esmaecesse. Sentia esta sensação como uma espécie de adoecimento e percebia que quando praticava algumas atividades, principalmente a escalada, conseguia me desafixar de tal pensamento, por me ater somente à ação daquele momento, no presente, sentindo-me mais leve e feliz por isso.

Quando fixada, girava em torno do mesmo problema, sem conseguir resolvê-lo, mesmo porque parecia não haver solução. Não conseguia habitar o espaço e tampouco me efetivar, pois ficava no plano mental, paralisada no passado com algo que se foi, ou no futuro com o que ainda poderia ser. O problema consumia-me. A este estado de fixação, podemos relacionar o que Deleuze (1997) definiu como doença: que não seria um processo, mas a parada do processo, ou seja, interrupção de um fluxo que nos deixa estagnados e sem movimento.

Já, quando estava escalando, sentia que a ação envolvia-me por completo; não existiam pensamentos em que corpo e mente destacam-se: a ação era o próprio pensamento; em conformidade com o presente, o corpo todo era uno, integrado e coeso, sendo o que tinha de ser naquele momento, realizando somente o necessário. Minha atenção estava no presente. Sendo assim, o escalador poderia ser visto como a figura do escritor para Deleuze, que não seria um doente, “mas antes médico, médico de si próprio e do mundo” (DELEUZE, 1997, p. 13).

A prática da escalada não tinha exclusividade neste tipo de processo. Podia perceber também essa sensação de presença com outras práticas corporais, como em um jogo de capoeira, por exemplo, em que deveria cantar, bater palma, tocar um instrumento ou dançar na roda, sem tempo ou espaço para fazer outra coisa que não aquilo que o jogo pedia. Se, no momento em que estava dentro da roda, jogando com o outro, distraísse-me com algum pensamento, talvez tomasse um chute na cabeça. Ou mesmo quando estava tocando um instrumento e cantando, minha atenção era totalmente voltada ao jogo, à letra da música, ao

ritmo, ao mestre que dava as coordenadas ou aos colegas. Não sobrava tempo nem espaço para qualquer outra coisa que não fosse própria do jogo.

No entanto, foi com a escalada que pude ter mais clareza, percebendo em meu próprio corpo, o que seria a sensação de inteireza, concentração, presença, conexão e potência corporal. A partir desta prática, pude entender melhor alguns conceitos-chave das artes da cena, como a possibilidade de ter o corpo aberto e poroso, sendo atravessado por forças que me conduziam, em um estado sutil e sensível que conseguia acessar.

Neste ponto, percebia que a prática da escalada envolvia-me de uma forma que me colocava no presente, não dando margem para o pensamento fixado e, no presente, fazia-me fluir com ele, numa espécie de movimento da vida, suave e invisível, mas altamente perceptível, em que corpo e pensamento percebem-se como um só, integrados com o tempo e o espaço. Neste fluxo de vida em que me colocava, sentia que o que me definia - e, muitas vezes, paralisava-me ante certas ideias e “problemas” - não mais existia. Ou seja, não existia mais aquele eu, determinado e moldado por certos padrões e, sim, aquilo que chamarei de um corpo-em-fluxo, por me aproximar da teoria de fluxo cunhada por Mihaly Csikszentmihalyi (2002).

O que me tirava da zona de fixação, que mais tarde passei a denominar de cura, seria uma potência de transformação, em consonância com os autores Dunker (2015, 2008), Safatle (2011) e Neves (2018), baseados nos preceitos de Canguilhem (2009). Associo, assim, esta cura com uma forma de emancipação do ser, quando se percebe de outra forma e se recria no instante, saindo de uma dada condição, estabelecendo um paralelo com o que nos convoca Boaventura de Sousa Santos (2006).

Seria uma cura de si mesmo; emancipar-se de uma determinada condição, situação ou posição; possibilidade de mudança, alteração de lugar e ponto de vista; sair de uma condição de fixação e baixa de potência de vida; deixar de ser, para si mesmo, forma invisível e colonizada; tentativa de se efetivar, fazer de si mesmo outro, transformando a noção que tem de si mesmo; reinventar-se, poder ser outro.

Sentia que adentrava em uma experiência de fluxo, que me exigia tamanha atenção, que parte de mim era esquecida, meus problemas e a vida cotidiana não tinham espaço, assim me desafixava. Com isso, integrava-me, ecologicamente, comigo mesma, com o outro e com o meio, a partir do diálogo com as propostas de Felix Guatarri (2012).

A pergunta mais importante era: para estar presente, com minha atenção toda voltada

para o instante, o que era preciso desaparecer? Na fala de diversos diretores, percebemos esta necessidade de que o ator dispa-se, que algo quebre-se para que outra coisa possa emergir e assim dar espaço ao acontecimento. Em minhas aulas, após alguns exercícios iniciais de percepção de si, que nos ajudam a nos dimensionar de forma mais ampla, a partir da consciência do formato, volume, contorno, densidade do corpo e outros aspectos, ouço alguns alunos dizerem que têm a sensação de terem desaparecido ao mesmo tempo que se sentem mais presentes, ou que uma casca rompera-se e, assim, podiam ver-se mais vivos e ativos... O que seria, então, que deveria desaparecer em nós para que pudéssemos nos sentir mais potentes e integralmente capazes de ser, a partir do instante, e permitirmo-nos ser transformados pelo agora?

A busca por essa potência do corpo, transformação do ser e aumento de sua complexidade, fizeram-me perceber, a partir da prática da escalada, possibilidades de trabalho corporal e levantamento de questionamentos que poderiam servir especificamente para a discussão em torno do artista da cena e seu labor. A partir desta prática vertical imersa na natureza, pude pensar melhor, pensar corporalmente.

Trago, portanto, o corpo e a experiência empírica como fonte do trabalho e lugar de investigação. É necessário colocar-se no lugar de fala, dizer a partir da primeira pessoa, em seus atravessamentos, a partir da experiência e não de supostas verdades, como nos diria Larrosa (2016). A contingência para o início desta pesquisa era pessoal e as buscas subsequentes, em determinados momentos, cruzaram com as de outras pessoas. Desta forma, busquei relacionar e compartilhar estas práticas, tanto por meio da docência em cursos de graduação em dança e teatro de algumas universidades em que atuei, e de espaços culturais independentes, como por espetáculos e performances artísticas, percebendo como chegavam até as pessoas e de que modo isso voltava para minha própria prática de maneira transformada.

Sendo assim, esta pesquisa não objetiva tornar-se um método, nem tampouco tem a pretensão de servir como receita, para quem quer que seja, mas uma forma de compartilhar a experiência vivida, a partir de uma análise crítica e contextual em que algumas ideias e possibilidades de pensamento são colocados.

E como fazer esta pesquisa baseada na prática? A utilização dos diários de campo como materiais de trabalho foram possibilidades e a dinâmica de pesquisa qualitativa com base cartográfica, necessária. Foram utilizados dois diários: um de altura, composto no

decorrer das práticas de escalada, e outro de sala, na relação com a dança em processos de criação, treinamento e docência. Em cada um destes diários, descrevia sensações e impressões das vivências, como um relato de experiência, sem me preocupar com formato, tamanho ou conteúdo.

Os registros por foto, no âmbito da escalada, foram feitos por alguns parceiros ao longo de nossas práticas, mas ainda escassos por não querer perder o lugar da experiência de fluxo que me propunha ao ficar preocupada com a câmera, desvirtuando o ato de escalar. Registros das práticas artísticas foram realizados por profissionais e amadores, disponibilizados nesta pesquisa e no acervo virtual pessoal da autora.

Para cada tema convoco autores específicos que auxiliam nas discussões e reflexões, tornando-se parceiros de escrita para composição deste texto: Flores (1978), Daflon (2016), Faria (2006) e Beck (1995) para discutir a definição de **escalada**; Faria (2005), Brito (2008) e Eliade (1992) para pensar sobre a definição e simbologia das **montanhas**; Lordeiro (2012), Daflon (2016), Faria (2006, 2017) e Bonatti (1978) para contextualização histórica do **montanhismo**; Sigoli e Junior (2004), Barbandi (2006) e Marinho (2008, 2004, 2001) para questionar a definição generalizada de escalada como um **esporte**; Serres (2004) para dialogar sobre possibilidade de abordar a escalada como **prática sensível**; Csikszentmihalyi (2002) para analisar a **Teoria do Fluxo**, dialogando com Guatarri (2012), Herrigel (1975) e Safatle (2015) sobre necessidade de “desaparecer”, **desprender-se de si** e esquecer-se de si mesmo; Louppe (2012) nas reflexões sobre criação e prática em **dança contemporânea**; Dunker (2015, 2008), Safatle (2011) e Neves (2018), baseados nos preceitos de Canguilhem (2009), para abarcar o conceito de **cura** como potência de transformação; Boff (1999) com a introdução do **cuidado**; Santos (2010, 2007, 2003, 2000) para refletir sobre **práticas ecológicas** e a perspectiva de **emancipação**; Soares e Fraga (2003) e Gois, Soares e Silva (2015) para introduzir o panorama adotado no trabalho com a **Dança Acrobática**, distanciando-se da criação de corpos retos e corpos-máquinas; Shusterman (2012) com o estudo de **consciência corporal** necessário para a prática; Larrosa (2014) com a qualidade de **experiência**; Bertazzo (2010, 2012), Vianna (2005), Muller (2007), Champignon (2003) e Godelieve (1995) em relação às **práticas somáticas** no campo da dança; Artaud (1993), Ferracini (2006, 2009, 2012) e Burnier (2009) para desenvolvimento das propostas de **treinamento** nas artes da cena; Soares (2017), Nunes (2008), Gebara (1992) e Gaya (1994) com discussão acerca da **Educação Física**.

Desse modo, a escrita deste trabalho nasce a partir de uma necessidade pessoal de

me sentir viva, de uma busca por práticas de cura e emancipação que me fizessem voltar a sentir a pulsação da vida, como parte do mundo, integrada, e de certa forma, feliz. Não tem como separar, neste caso, o trilha da pesquisa com meu trilha de vida. Arte e vida estão intimamente interligadas. Revelar o percurso de vida é contextualizar a pesquisa e dar um norte ao leitor de onde o estudo surgiu e como se desenvolveu até chegar ao que lhes apresento. Além disso, é por meio deste resgate histórico pessoal que identificamos as ferramentas que serão usadas ao longo da pesquisa como recursos disponíveis, revelando a interdisciplinaridade presente.

Da mesma forma, considerar que a escrita é viva, uma parte de nós, que está em movimento e que os acontecimentos que nos cercam refletem no texto produzido, é igualmente importante. Não se pensa no texto como tese fechada e acabada, mas como texto móvel, passível de mudança, em constante transformação.

Neste caso, mudanças de vida são percebidas como interferências ao longo do trabalho por termos iniciado-o na cidade de Uberlândia-MG e concluído na cidade do Rio de Janeiro - RJ, cada qual com sua conjuntura política, social, climática, ambiental e cultural. Escrever ouvindo um pássaro cantar com certeza não é o mesmo que pular da cadeira ao ouvir um som de tiro da janela. Levar-se-á em consideração o tempo/espaço em que estou ao realizar a pesquisa e quais são as condições para que este trabalho seja feito. Estamos vivos e nossa pesquisa também. A partir de uma prática cartográfica, mapeio, então, esses movimentos da pesquisa, os desvios de percurso, as tensões criadas, as mudanças, surpresas e as pulsões que nos empurram para certo lado. Percebo-me ao longo da pesquisa e como também, ao fazê-la, ela é quem me faz.

A cartografia como método busca, como diriam Deleuze e Guatarri (2011), a construção de uma abordagem rizomática dos textos, em diálogo, acoplamento, para a criação de novas leituras. Em uma perspectiva de pesquisa qualitativa, é impossível captar total ou completamente o significado de uma ação, texto ou objeto, pois a linguagem é entendida como um sistema instável de referentes (Denzin; Lincoln, 2005) e, sendo assim, a cartografia possibilita acompanhar processos e a experiência de produzir conhecimento no mundo da experiência vivida.

A ideia da cartografia como uma prática de conhecimento foi introduzida pelos autores Deleuze e Guatarri (2011), que se apropriaram da palavra “cartografia” do campo da Geografia para se referir ao traçado de mapas processuais de um território existencial. Esse tipo de

território pode ser visto como coletivo enquanto possibilidade relacional; político por envolver interações entre forças; ético por traçar critérios e expor referências que o fizeram existir; e liga-se a certa estética, pois se apresenta dentro de uma construção, uma maneira de dar forma ao próprio território existencial.

Ao escrever este texto, atravessada por uma música, já me via dançando devagar, na cadeira e, logo após, no solo, montando uma sequência de aula que teria que dar no dia seguinte, voltando em seguida ao texto com outro molejo, interrompida pelo telefone em que alguém clamava por parceria de escalada para o dia seguinte e, assim, já partia para o diário de altura que mais tarde utilizaria em meu texto novamente.

Ser professora-pesquisadora-artista, numa tríade dinâmica que se retroalimenta, é outra característica desta pesquisa que será levada em consideração. O que fazia em sala de ensaio, no âmbito do processo de criação das performances e trabalhos práticos, contaminava o processo em sala de aula como docente na universidade ao compartilhar com os alunos buscas de vida por uma determinada prática de si, assim como alimentava o texto que escrevia enquanto pesquisadora. Da mesma forma, as leituras, aulas frequentadas, exposições visitadas, filmes assistidos e espetáculos vivenciados eram fontes para o que pensava e levava para a sala de ensaio e de aula.

Com o outro – fosse na interação com um aluno, parceiro de trabalho ou de escalada, fosse no testemunho de um experimento artístico, vendo o que ressoa e de que forma - pude me distanciar do objeto/sujeito da pesquisa e tentar analisar o que estava empreendendo. Agradeço, desta forma, aos alunos que se dispuseram a essa busca e generosamente se entregaram às atividades propostas, acreditando na pesquisa e dedicando-se, cada um da sua forma, ao que era partilhado. Da mesma forma, agradeço aos meus parceiros de escalada e de dança, alguns dos quais que, mesmo sem saber, fazem parte destes escritos.

Unir dança e escalada não é proposto aqui com intuito formal de composição de uma dança vertical, mas de perceber pontos de encontro e divergência das práticas, como lugares de emancipação e cura, em que posso me recriar e perceber a mim mesma e ao mundo de outra forma. Podia dizer que, lá em cima, ao escalar, pensava melhor porque meu pensamento era fluxo e meu corpo era o próprio pensamento. Porque toda eu escalava, ou melhor, era escalada, ao ser corpo-em-fluxo. Pertencia ao espaço e, por isso, existia. Escalar me permitia habitar o espaço com suas intensidades e sentir-me parte desse espaço, num movimento de transformação que me enriquecia de possibilidades. Podia ser inundada pelo

universo. Finalizava a atividade, a cada vez, um pouco diferente, com outros tons que me compunham distintamente, tornando-me outra.

Tinha a sensação do corpo em expansão por me sentir parte do espaço, do tamanho do mundo, como se meus braços se prolongassem com a rocha, meus cabelos com o ar. Ao mesmo tempo, depois dessa sensação, um silêncio imenso habitava-me, como se tudo decantasse e então pudesse sentir a pulsação da terra. Vazio. Neste vazio era plena, ao contrário dos momentos de fixação que me reduziam a um tempo e me paralisavam no espaço.

As palavras-chave para este trabalho são: experiência de fluxo, dança, escalada, práticas ecológicas, emancipação, cura, corpo-em-fluxo, criação, professor-pesquisador-artista e arte-vida.

O texto se apresenta em seis partes que se subdividem em sessões. A primeira, como os primeiros passos para adentrar nessa jornada, consiste em narrativas autobiográficas e tem como intuito delimitar o lugar de fala e fazer emergir os conceitos-chave da pesquisa a partir da história pessoal da autora desde a infância até os dias atuais em que se encontra na feitura deste texto. Por ser escrito em primeira pessoa, contextualizar a história pessoal, o lugar de fala, tornou-se imprescindível. Trata-se de uma professora, pesquisadora e bailarina falando de dança e escalada, entrecruzando seus pensamentos com pressupostos filosóficos, debatendo com autores da educação física e dialogando com o conteúdo de diversas áreas.

A segunda parte, como uma caminhada vertiginosa, tem como objetivo contextualizar e dar luz à prática da escalada, revelando suas especificidades, possibilidades e forma como será abordada dentro da presente pesquisa. Para tanto, faz-se uma revisão bibliográfica crítica a partir de autores selecionados, trazendo o questionamento da definição de escalada como esporte e outra perspectiva de abordagem para seu enquadramento. Além disso, busca situar o leitor neste contexto compartilhando os procedimentos e condutas da prática e relacionando-os com as vivências e relatos dos diários de altura. Essa etapa é uma forma de aproximar as pessoas que não são do universo da escalada com o cerne da pesquisa afim de que possam se envolver, de alguma maneira, com a prática de forma mais efetiva, segundo suas nuances, e entender de que forma os paralelos com o universo das artes da cena foram criados.

Na terceira parte, intitulada “Desaparecer: experiências do corpo-em-fluxo”, faz-se uma delimitação do tema de pesquisa a partir do conceito norteador do *Flow*, segundo concepção definida por Mihaly Csikszentmihalyi (2002), estabelecendo correlação com as

práticas da dança e da escalada. Focaremos nos elementos enumerados pelo autor para desfrute da experiência, em especial, a questão de desaparecer o eu, que relacionaremos com outros autores.

No quarto momento, temos uma aproximação da dança e da escalada a partir da análise de quatro obras autorais, como uma quadrilogia do corpo no espaço: “Ao vestir vertigens”, “Cidade Maravilhosa”, “Ausência/Presença” e “Sobre o que desaba e que não sei dizer”, que tratam da percepção de desaparecimento de si no processo de criação em cena.

Em seguida, em “Práticas docentes: Dança Acrobática”, trazemos a perspectiva do outro para a pesquisa, a partir da descrição e análise de duas disciplinas ministradas no curso de graduação em dança da Universidade Federal de Uberlândia no segundo semestre de 2017 e primeiro semestre de 2018, quando a autora pôde colocar em prática sua proposta de Dança Acrobática<sup>1</sup>, segundo os princípios estabelecidos anteriormente. Faz-se uma análise crítica das disciplinas a partir das impressões e relatos dos estudantes descritas nos diários de campo, como forma de apresentar a voz do outro e perceber de que forma a pesquisa reverberou. Trazemos, ainda, outros desdobramentos analisando a prática docente na disciplina “Fundamentos da Ginástica Artística” na Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Rio de Janeiro no primeiro semestre de 2019 e oficinas relacionadas ao tema.

Chegando ao final da via desta jornada de pesquisa, apresentam-se as considerações finais que, antes de concluírem algo, trazem possibilidades, levantam apontamentos e direções possíveis de serem seguidas, como uma nova via a escalar. Não se trata de um fim, mas da necessidade, por formalização, de um fechamento.

Cabe ainda ressaltar que, por opção, manteve-se a versão original de excertos em outras línguas utilizados ao longo do texto, traduzindo-os somente em nota de rodapé, na tentativa de preservar suas integridades. As expressões estrangeiras são marcadas em itálico e as palavras criadas ou fora do contexto aparecem entre aspas para facilitar o entendimento do leitor.

---

<sup>1</sup>Utilizaremos o termo Dança Acrobática em maiúsculo para querer dizer especificamente sobre as propostas de aula defendidas nesta tese, elaboradas pela autora como uma busca do corpo-em-fluxo, que serão tratadas de forma mais aprofundada no quinto capítulo “Práticas docentes”.

## 1. PRIMEIROS PASSOS: narrativas autobiográficas

*Quem olha, olha de algum lugar e esse lugar, muitas vezes, determina o olhar  
(Ana Cristina Colla, 2013)*

Neste capítulo, tenho como intuito, por meio de uma autobiografia que não seja somente curricular e baseada em dados ou informações, mas de memória, revisitar o vivido e criar a partir do presente narrativas que visem trazer à tona questões centrais da pesquisa que têm seu gérmen em pontos específicos de minha história. Busco, nestas narrativas, localizar os pontos de tensão, vendo a origem de alguns conceitos que mais tarde serão convocados no desenrolar deste texto. Serão destacados, em negrito, os conceitos: práticas ecológicas, cura, interdisciplinaridade, emancipação, desafixação, encantamento, cuidado, experiência de fluxo, desamparo e ausência-presença.

Esta narrativa torna-se importante por contextualizar o sujeito da ação, suas motivações e escolhas e por acompanhar o fluxo da pesquisa, que é uma intersecção entre arte e vida. Acredito que alguns acontecimentos foram fundamentais para alimentar e tensionar esta investigação. Por isso, a importância em definir o lugar de fala e compartilhar a moldura do olhar.

Desde criança, tive uma formação híbrida. Aprendi a gostar de estar em lugares que me proporcionavam diferentes visões do mundo. Mais que isso, acredito que aprendi a gostar de ser estrangeira, de me sentir sempre aprendendo, como quem chega a um lugar novo e começa devagar a se enveredar. A multiplicidade passou a fazer parte da minha vida.

Vivi com os pés descalços, sentindo a terra, com a roupa suja, subindo em árvores e caindo delas, comendo frutas do pé, brincando na rua de correr e de pegar, ralando todo o corpo a cada tombo de bicicleta, tocando a campainha dos vizinhos e fugindo, nadando, pulando de um lugar para outro: do judô para o balé, para a capoeira, o jazz, o piano, daí para o inglês, a flauta, a escola, o artesanato, o sapateado, e então para a dança, o circo e o teatro.

Nasci em Campinas, no estado de São Paulo, no ano de 1985. Mãe médica de família e professora, atuante do SUS (Sistema Único de Saúde brasileiro) em defesa da saúde pública, participante dos programas de saúde coletiva e preventiva, com ações de docência voltadas para práticas humanistas na relação médico-paciente mais estreita, indo até a casa dos pacientes, conhecendo seu dia a dia, conversando com eles, escutando suas histórias e queixas, tocando em seus corpos para examiná-los, olhando em seus olhos para conhecê-los e tentando estabelecer um espaço de troca e confiança; militante do PT (Partido dos

Trabalhadores); com crença no ser humano, na simplicidade da vida, no parto natural, na amamentação materna, nos direitos das mulheres. Pai advogado, servidor público, Procurador do Estado de São Paulo, admirador de Mario Covas; almejava que suas filhas fossem para uma escola em estilo de internato, bilíngue, e que pudessem falar, assim como ele, pelo menos cinco línguas, que se tornassem pessoas cultas, que dominassem a escrita e a oratória, com vasto conhecimento. Apesar de habitarem lugares distintos, com pensamentos diversos, às vezes extremos, ambos buscaram incentivar e proporcionar às suas três filhas uma vasta formação artística, desde pequenas. Talvez por essas peculiaridades da própria estrutura familiar, em que, mesmo quando as crenças não coincidem, é possível dialogar e aprender com o outro, percebendo que a diferença, antes de ser um limitador, é também um fator de multiplicidade, tornei-me esta pessoa errante e plural, em busca de **práticas ecológicas**, como sugerido por Boaventura (2006, 2007, 2003, 2000).

Hoje, penso que a audácia de adentrar no campo da saúde, para falar sobre uma perspectiva de **cura**, pode ter vindo desta aproximação com a forma como minha mãe entendia o seu fazer, que longe de ser uma prática intervencionista, na qual a figura do médico é vista como superior, era uma prática humana e sensível, que dependia de uma interação.

Ao longo da educação básica e do ensino fundamental, sempre ao lado de minhas duas irmãs desde os dois anos de idade, estudei na Escola do Sítio, diferenciada pelo pensamento construtivista, pela estrutura física ligada à natureza e ensinamentos práticos apoiados na experimentação, mais próxima da filosofia e crenças de minha mãe. Nessa escola, que nos primórdios mantinha a característica rural de um sítio, com áreas verdes, quadras abertas, tanques de areia, hortas, diversas árvores, animais de criação como cavalos, vacas, galinhas e porcos, além de animais de estimação como cachorros e gatos, vivia com os pés descalços, com a roupa suja de terra, brincando com os colegas ao ar livre. Vale ressaltar que, nos anos 1980 e 90, não tínhamos tanto acesso aos equipamentos eletrônicos como celulares, computadores e afins que hoje têm uso indiscriminado pela maioria das crianças e jovens que permanecem mais tempo sentados apertando botões diante de telas coloridas do que praticando alguma atividade física. Nossas brincadeiras eram corporais, de correr, jogar bola, pular corda, amarelinha, elástico, de cavar buracos, fazer castelos de areia, de subir em árvores, pular o muro ou portão da escola... Mantínhamos, essencialmente, o saber a partir do corpo, das vivências sensoriais e motoras.

Além disso, nesta escola, realizávamos uma série de passeios pela cidade, em visitas a museus e parques ecológicos, e viagens como estudos do meio. A cada ano, tínhamos um

roteiro diferente: na quinta série fomos até Altinópolis - SP, conhecer a estrutura geológica e a biodiversidade do local, adentrando em rios, nadando em cachoeiras e caminhando pela mata; na sexta série, para Apiaí - SP, visitar o PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto da Ribeira),<sup>2</sup> acompanhados de um espeleólogo, especialista em cavidades naturais do solo, que nos guiou dentro de cavernas, para ouvir seu silêncio e ver sua escuridão; na sétima, para Ilha Grande - RJ, conhecer um pouco da vida marinha, mergulhando com máscara *snorkel* na água cristalina que ainda era recorrente no local; e na oitava, como ano de formatura, por decisão do próprio grupo de alunos, para Florianópolis – SC, visitar as praias, dunas e badalações da cidade. Destas vivências, acredito que o maior legado seja a valorização das experiências práticas, a relação entre os agentes de forma a privilegiar a criação de grupos, fortalecer o coletivo, as trocas, o diálogo e a escuta, e o contato direto com a natureza, que refletia e contribuía, mais uma vez, para uma consciência ecológica de mundo.

Também por morar no distrito de Barão Geraldo do município de Campinas – SP, desde os seis anos de idade, tive contato com eventos, espetáculos e aulas relacionados à Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), sediada neste local. Participei, desde cedo, de cursos ministrados por profissionais do âmbito acadêmico, ligados à Universidade, como o Curso de Extensão: “Iniciação à Dança Criativa” com Soraia Maria Silva, no primeiro semestre de 1993 e com Eusébio Lobo, no segundo semestre desse mesmo ano.

Iniciei meus estudos em artes em 1990, no Conservatório Musical Carlos Gomes de Campinas, no Curso de Iniciação Artística nas modalidades de dança, música, teatro e artes visuais. Essa escola, na qual segui até os 19 anos de idade passando por diversos professores e estruturas, foi um importante marco artístico em minha formação. Com atividades paralelas à escola formal, eu passava pelo menos o período vespertino, e depois também o período noturno, praticando diversas atividades. Costumava dizer que este espaço era minha primeira casa, pois passava mais tempo nele do que no ambiente familiar. Penso que a **interdisciplinaridade**, que veremos ser uma chave da pesquisa, em que diferentes saberes dialogam para construir e fazer uma prática, já começara aqui, quando dentro do

---

<sup>2</sup>Criado por um decreto em 1958 (Governo do Estado de SP), com cerca de 35 mil hectares de Mata Atlântica preservada, o Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira é considerado uma das Unidades de Conservação mais importantes do mundo. Abriga a maior porção de Mata Atlântica preservada do Brasil e mais de 300 cavernas. É considerado hoje um patrimônio da humanidade, reconhecido pela UNESCO. Localizado no sul do Estado de SP, entre as cidades de Apiaí e Iporanga, o Parque conta com mais de 350 cavernas, dezenas de cachoeiras, trilhas, comunidades tradicionais e quilombolas, sítios arqueológicos e paleontológicos.

universo artístico estudava diferentes modalidades e aprendia com formas e estruturas diversas.

Segui com a formação diversificada no Conservatório de Campinas até o nível técnico, quando optei por seguir profissionalmente na área da dança. Estudávamos diversas modalidades como sapateado americano, flamenco, jazz, balé moderno e balé clássico, com professores estrangeiros de Cuba, Argentina, Espanha e Estados Unidos. Através desta escola, participei também de diversos festivais nacionais, como Festival de Dança de Campos de Jordão (2003); Dança Ribeirão (2004); e Passo de Arte em Santos (2004), obtendo alguns prêmios. Acredito que uma das minhas grandes motivações para seguir profissionalmente na área de dança adveio de um professor desta instituição, Ruben Terranova, argentino radicado no Brasil que ministrava aulas de Dança Moderna e que me instigou a seguir e acreditar em mim mesma.

Em 2004, ingressei no curso de Graduação em Dança da UNICAMP. Foram cinco anos, entre o bacharelado e a licenciatura, fundamentais para minha formação. Tive a oportunidade de participar das pesquisas desenvolvidas por diversos professores e funcionários do Departamento de Artes Corporais da Universidade, formar grupos de estudos, desenvolver minhas próprias práticas, ser monitora de disciplinas, bolsista, estagiária e aluna de grandes mestres. Destaca-se neste contexto minha participação no projeto Artista Residente Luís Fernando Bongiovanni, em processos de criação ligados a técnica Forsythe e improvisação; no grupo DANÇABERTA com direção da professora Julia Ziviani com espetáculos infantis apresentados em diversos locais da própria Universidade e na cidade de Campinas; na Pesquisa de Doutorado de Sayonara Pereira com o espetáculo ES-Boço fundamentado na dança-teatro; e mais adiante, na Cia Domínio Público, com a direção de Holly Cavrell, seguindo profissionalmente por 10 anos.

Paralelamente à área de dança, mantive meus estudos de piano clássico, flauta transversal e teoria musical com professores particulares. Em 2004 tornei-me professora de flauta e iniciação artística do espaço Mousikearte de Campinas, no qual ministrava aulas e mantinha minha formação em piano com a professora Lilian Monteiro e, em aulas especiais, com a renomada Sonia Rubinsky. Essa formação musical acompanhou-me ao longo da Graduação por meio de estágios, juntamente com os músicos funcionários do Departamento de Artes Corporais da UNICAMP, tocando nas aulas regulares do curso de Graduação em Dança. Como intérprete, sinto que a música serve-me como uma forma de respiro, um momento em que posso sentar ao piano ou com a flauta e tocá-los sem compromisso,

somente para mim, transportando-me para outro mundo, livre da obrigação de produzir algo ou tocar para alguém.

Essa formação pautada na prática diz muito sobre minha busca por metodologias de pesquisa baseadas na experiência, como a “prática como pesquisa” (BARRET; BOLT, 2007) ou a cartografia (PASSOS; KASTRUP; ESCÓSSIA, 2010; ROLNIK, 2011). Além disso, a vivência no meio rural, em contato direto com a natureza, seja por meio da Escola do Sítio com sua filosofia, estrutura física e propostas de estudos do meio, seja por residir no distrito de Barão Geraldo que mantinha traços rurais, cercado de fazendas, fez-me ter forte interesse pelos estudos ambientais, a ponto de, na escolha do curso para prova de vestibular, optar por Gestão Ambiental na USP (Universidade Estadual de São Paulo) e Dança na UNICAMP. Apesar de ter continuado no universo artístico na graduação, o interesse ambiental permanece e se revela na pesquisa de doutorado na qual trago a prática da escalada em rocha- em contato direto com a natureza, mais especificamente com a montanha, lugar potente e sagrado para muitas culturas- como uma possibilidade de **cura**.

Meu primeiro trabalho autoral em dança, ainda no segundo ano do curso de graduação, foi o solo coreográfico “Difícil de segurar como um sonho”, elaborado especialmente para o evento Circuito SESC Campinas com o programa Quintas Aéreas, realizado em julho de 2005, em parceria com o grupo CircoLuz, a convite da pesquisadora Cleo de Paula. Essa coreografia foi ainda apresentada nos anos seguintes em diversos eventos acadêmicos, mostras e festivais culturais.

Após a graduação, integrei grupos formados por alunos do curso, desenvolvendo trabalhos coreográficos, intervenções e interlúdios, apresentados nos eventos universitários e culturais da cidade. Mais tarde, como artista independente, desenvolvi criações em dança contemporânea, como o espetáculo solo “N. 36” e “Travestida”, que buscavam ampliar a potência corporal a partir de ações físicas. Não segui, portanto, uma formação como intérprete, sendo bailarina de companhias de dança e seguindo o desejo criador do diretor artístico ou coreógrafo. Busquei trilhar o meu caminho como criadora, a partir de trabalhos autorais em diálogo com outros profissionais, como parceiros que atuavam enquanto provocadores e orientadores das propostas por mim expressas.

O interesse e a curiosidade fizeram-me buscar ainda outros cursos e oficinas, para além das atividades vivenciadas na graduação, como uma formação complementar, ministrados por profissionais de diferentes partes do Brasil e também do exterior, como: “O

Corpo do Ator” com Renata Melo; “Dança Contemporânea” com Mirim Druwe, Mark Sieczkarek, Andrea Pivato, Mario Nascimento e Monica Lira; BMC (Body-Mind Centering) com Adriana Almeida e Jens Johannsen; e “Dança Teatro” com Sandro Borelli.

Reforçando o caráter plural ou até mesmo indisciplinar da minha formação, adentrei em outra área durante o período da graduação: iluminação cênica. Tive meu primeiro contato, como assessora e responsável técnica do evento Casarão Aberto realizado no ano de 2005, com direção de Silvana Nascimento, que trazia para o espaço cultural municipal de Campinas - SP, Casarão do Barão, artistas convidados, mostras e oficinas de dança, teatro, música, performance e exposições de artes visuais. Neste evento, conheci o profissional Valmir Peres, funcionário responsável pelo Laboratório de Iluminação do Departamento de Artes Cênicas da UNICAMP, que me convidou para estagiar e desenvolver projetos nesse espaço. Ao longo deste estágio, que durou cerca de dois anos, realizei e concluí, em 2007, a pesquisa de iniciação científica “Estudo da função estética e expressiva da luz no espetáculo de dança em palcos italianos” financiada pelo PIBIQ – CNPq, com orientação do professor Dr. Eusébio Lobo e coorientação do meu supervisor de estágio Valmir Peres.<sup>3</sup>

Após essa pesquisa, realizei, como iluminadora, a concepção e operação de luz de diversos espetáculos de dança, adentrando nesse universo dos bastidores da cena, entendendo um pouco mais sobre este ofício considerado como técnico dentro das artes da cena, que muitas vezes não é visto e valorizado. Para mim, era bastante importante poder conhecer o que estava “por trás” da cena, quais eram as estruturas necessárias, quem eram as pessoas que ali trabalhavam, de que modo faziam, como se comunicavam, etc. Entendia que os saberes, independente da hierarquia em que se encontram, são válidos e legítimos, e precisam ser vistos e considerados como tal. Percebia a importância das diversas formas de conhecimento para a composição do espetáculo e sua dramaturgia, como a coreografia, a trilha sonora, cenário, indumentária, iluminação e etc.

O contato com a educação somática e estudos de consciência corporal, presentes fortemente em meus treinamentos corporais e práticas docentes, surgiu antes do início da graduação, em 2003, quando iniciei aulas fundamentadas acerca do pensamento de Klauss Vianna, com a professora Jussara Muller no Salão do Movimento em Campinas, seguindo com esta profissional ao longo de seis anos.

---

<sup>3</sup> O Resultado desta pesquisa, em formato de relatório técnico apresentado à agência de fomento da pesquisa, pode ser acessado por meio do link <https://www.iar.unicamp.br/lab/luz/proj2007/claudia/relatorio.pdf> Acesso em 21 de nov. de 2018.

Mais tarde, já no curso de graduação, tive contato com o estudo de consciência corporal desenvolvido pela professora Julia Zivianni, que me instigou ainda mais a pesquisar sobre esta linha. Busquei, então, cursos que me ajudassem a entender e sentir meu próprio corpo. Uma lesão na coluna lombar também me forçou a parar e perceber-me, buscando outro tipo de trabalho e entendimento corporal que propiciasse minha recuperação e prevenção de novas lesões. Passei a me interessar pela área de fisioterapia desenvolvida pela minha então terapeuta corporal Maria Antonia Miguet, que trabalhava com Ivaldo Bertazzo<sup>4</sup> em São Paulo e era formada no método de Cadeias Musculares e Articulares G.D.S.<sup>5</sup>. Iniciei assim, em 2008, a formação neste método, com a equipe de São Paulo e Regine Hubeaut da França, como responsáveis pela formação e, em 2011, participei do ciclo de formação no Método Bertazzo, desenvolvido pela Escola do Movimento Ivaldo Bertazzo. Há seis anos ministro uma vivência, “Jogos Criativos e Experiências Corporais” como parte do módulo 1 do ciclo “Aspectos Comportamentais” da formação em Cadeias Musculares e Articulares G.D.S., sob direção de Maria Antonia Miguet e Rita Wada, representantes do ICL – Institut des Chaînes et des Techniques GDS – Bélgica.

Nesta etapa, pude perceber a cura enquanto uma forma de **cuidado**, como coloca Leonardo Boff (1999), importante para resgatarmos o contato conosco e assim conseguir perceber o outro e termos a dimensão do mundo a partir da sensação de pertencimento, importante para adentrar numa possibilidade ecológica.

Primeiramente, passei a dialogar esses estudos no ensino e prática do balé clássico, por meio da bolsa PAD da UNICAMP (Programa de Apoio Docente), no segundo semestre de 2007, com a professora Ângela Nolf como responsável. Por iniciativa dos alunos, que gostariam de continuar com as aulas e, percebendo uma demanda da comunidade em

---

<sup>4</sup> Ivaldo Bertazzo, nascido na cidade de São Paulo em 1949, é dançarino, diretor e pesquisador corporal. Trabalha, desde os anos 1970, com cidadãos comuns, denominados por ele de “cidadãos dançantes”, na educação do corpo e na transformação do gesto como manifestação da própria individualidade. Criou em 1976 a Escola de reeducação do movimento e o Método Bertazzo de reeducação do movimento. No âmbito social fundou o projeto “Dança Comunidade”, em parceria com o SESC SP, em que buscava transformar a vida de jovens da periferia por meio da dança. Ao longo de sua trajetória criou mais de trinta espetáculos, reconhecidos internacionalmente, como Samwaad e Milágrimas (BERTAZZO, 2010; 2012).

<sup>5</sup> O Método de Cadeias Musculares e Articulares G.D.S. leva as iniciais do nome de Godelieve Denys-Struyf, de família belga, nascida no antigo Congo Belga, que foi sua iniciadora nos anos 1960-70. Trata-se de um método global de fisioterapia e abordagem de prevenção, tratamento e manutenção da boa organização corporal (DENIS-STRUYF, 1995; CHAMPIGNION, 2003). A formação oficial no método se dá por meio de dois centros associados: Centro de Formação Philippe Campignon e o Institut des Chaînes Musculaires et Techniques G.D.S., que servem como referência para as demais filiais estrangeiras, como no Brasil, presentes nas cidades de São Paulo e Rio de Janeiro.

participar de cursos oferecidos pela Universidade, no ano seguinte, em 2008, criamos o Curso de Extensão intitulado “Bale Clássico Consciente”, que ministrei por dois semestres, como convidada do Departamento de Artes Corporais, com Ângela Nolf novamente como professora responsável.

Em 2009, continuei esta pesquisa docente em espaços independentes da cidade, como a Casa Ananda em Barão Geraldo (Campinas – SP), com a aula “Bem Estar Corporal”, que visava ampliar a consciência corporal, aguçar a sensibilidade e desenvolver o prazer dos participantes, pelo movimento. Percebia que o trabalho acontecia na ordem do **encanto**, quando os alunos conseguiam se envolver consigo mesmos, com prazer, sentindo-se bem, mais despertos e potentes, como se, de alguma forma, algo se transformasse e pudessem se reconfigurar, vendo-se de outra forma. Essas experiências de iniciação à docência foram fundamentais para minha trajetória, pois pude começar a investigar possibilidades de diálogo com diferentes saberes e conceitos antes estudados.

Outra área que me proporcionou experiências com um mundo ousado, desconhecido e instigante foi o circo. Iniciei meus estudos na modalidade de trapézio fixo em 2005, com a família circense tradicional Brede, estabelecida em Barão Geraldo. Essa família ministrava aulas regulares no fundo do quintal de sua casa onde construíram uma estrutura para prática dos aparelhos aéreos circenses, arame, cama elástica, malabares e acrobacias de solo. Atualmente, Alex Brede, o filho da família, juntamente com sua esposa e filhos, ministra aulas regulares na Cia do Circo, espaço independente de formação circense e eventos culturais fundado por eles em Barão Geraldo.

Com essa família, tive a oportunidade de aprender diversas atividades corporais a partir dos saberes do circo tradicional, pautados na transmissão oral, passada de geração para geração, numa relação familiar em que todos os membros estão presentes, atuam e agregam de alguma forma para a construção e perpetuação daquele saber. Com Marion Brede, a mãe da família, alemã, nascida e criada no circo, com números virtuosos, de alto nível técnico, como equilíbrio de cabeça sob um arame inclinado, em que descia de um pedestal até o chão, aprendi a ter seriedade e comprometimento no trabalho, pois sempre atenta aos detalhes, tentava com seu rigor aproveitar o máximo de cada aluno. Felix Caro, o pai da família Brede, chileno, portô de trapézio em voos, magro e forte, bem humorado e brincalhão, sempre com um sorriso no rosto, que ainda nos seus sessenta anos de idade mostrava-nos posições de força extrema no trapézio, sempre pronunciava duas palavras como apontamento para o nosso trabalho – e que trago comigo - estivéssemos no ar fazendo uma

pirueta de ponta-cabeça ou no chão em cima de outro parceiro: “Tranquilo. Suave...”. Alex Brede, o filho da família, volante de trapézio em voos, foi meu grande mestre em diversas modalidades circenses. Muito atento e observador, tornou-se um grande lonjeiro<sup>6</sup> de trapézio em balanço. Com ele, mantive aulas regulares de circo, desenvolvendo números de trapézio fixo, tecido acrobático, lira, tecido marinho, double trapézio e mão a mão, desde o ano de 2005 até o ano de 2014. Aprendi a respeitar e confiar no outro, seja ele o professor, o aluno, ou o parceiro de treino.

Na linha do circo contemporâneo, buscando integrar as artes, fundei e integrei diversos grupos e trupes circenses, participando de trabalhos artísticos apresentados em diversos locais e regiões do país. Foi a partir do estudo da modalidade de tecido acrobático circense com o educador físico José Guilherme Pereira Bergamasco, fundador da escola NanoCirco em Campinas - SP, que iniciei uma pesquisa que resultou no trabalho de conclusão do Curso de Graduação em Dança na UNICAMP, intitulado “Ilê Ifé”, com orientação da Professora Dra. Inaicyrá Falcão dos Santos. Nesse momento, concentrei-me em integrar o circo com as danças brasileiras, vertente primeiramente estudada com a professora Graziela Rodrigues e, mais tarde, com a professora Inaicyrá Falcão, que se tornou orientadora do trabalho, a partir da pesquisa da mitologia e cultura lorubá por ela desenvolvida. Nessa etapa, a possibilidade de uso dos espaços aéreo e vertical instigou-me e revelou a lacuna ainda existente na pesquisa nacional em dança que quase não os utilizava em suas criações e composições. Poucos estudos, materiais bibliográficos e referenciais teóricos a esse respeito encontravam-se disponíveis.

Buscando aprimorar-me no circo contemporâneo e nas possibilidades de criação multidisciplinares dessa área, no ano de 2010, tive a oportunidade de passar três meses na Europa, participando de diversos festivais, cursos de formação, residências e espetáculos, como público e como artista. Em Portugal, participei do Festival de Artes de Rua de Palmela (Projecto Circundar) com o estágio de formação no módulo “Corda Vertical e Contacto Improvisação” dirigido por Branko Potocan da Eslovênia, no qual o resultado final foi apresentado no evento em questão. Neste mesmo festival, tive a oportunidade de assistir a belíssimos espetáculos de circo contemporâneo de grupos e artistas de diferentes localidades do mundo, como do francês Jean Daniel Fricker, que une a dança Butoh (butô) ao

---

<sup>6</sup> De maneira simplificada, a lonja define-se por um sistema de segurança circense composto por um cinto resistente preso à cintura do acrobata e amarrado por cordas seguradas por um lonjeiro (professor ou treinador em acrobacias). Assim estará feito um sistema de peso e contrapeso entre o acrobata e seu lonjeiro que evita a colisão direta do acrobata com o solo em uma possível queda.

malabarismo e contorção. Guardo estes trabalhos inspiradores na memória até hoje e acredito que tenham sido os responsáveis por me motivar a seguir pesquisando e criando diferentes poéticas de cena.

Ainda neste mesmo ano de 2010, em estadia na Espanha, participei do curso intensivo de mímica e teatro gestual na Escola Internacional de Mim Corporal Dramático de Barcelona (Moveo) com professores de mímica franceses, discípulos do Decroux. Já na França, participei do curso regular de tecido acrobático e corda lisa no Les Arenes de Nanterre - Loctambules (França) com Michel Nowak, aprofundando-me na técnica de aéreos circenses. Nestes países, tive contato com muitos grupos, profissionais e festivais internacionais de circo contemporâneo que me enriqueceram e abriram horizontes de possibilidades. Na França, tive ainda a oportunidade de conhecer outro grupo, Lunatic, de Cécile Mont-Reynaud, com trabalhos sensíveis que misturam a dança aos aéreos, que serviram como referência para o meu futuro projeto de mestrado.

Ao retornar dessa viagem enriquecedora, com vontade de criar e pesquisar, desenvolvi em parceria com dois músicos, Ivan Gomes e Victor Lessa, trabalhos relacionados ao circo contemporâneo: “Tecido Acrobático Solo”, “Primeiros Estudos” e “Improviso I”, que tinham o aparelho circense do Tecido Acrobático como fonte de criação e apropriação para exploração do espaço. Seguindo esse fluxo, em 2011, retomei com o trapezista Marcelo Foca o grupo cênico-circense “Caiu do Céu”, do qual fomos fundadores, desenvolvendo o projeto sociocultural “Do Tradicional ao Contemporâneo: O Circo na Escola” financiado pelo PROAC ICMS (Programa de Ação Cultural do Estado de São Paulo – ICMS) para criação e circulação do espetáculo de circo-teatro “O Semeador de Sonhos”, com direção de Mauro Braga, e o espetáculo “Ao Cair do Céu”, com minha direção, apresentado em diversos festivais e mostras nacionais.

Ainda neste âmbito, em 2011, devido a minha formação híbrida, fui convidada para ser orientadora e assessora da área circense nos projetos sociais e artísticos produzidos pela ONG ICA de Mogi Mirim, em especial como diretora da Cia Carpe Diem, desenvolvendo trabalhos ligados ao movimento do circo contemporâneo, como a criação do espetáculo “Espaços de Memória”, por mim dirigido e apresentado no final do ano de 2011 e início de 2012. Nessa fase, tive contato com jovens artistas, ex-alunos desta ONG e então professores da mesma, com quem obtive ricas experiências.

O desenvolvimento da pesquisa em circo contemporâneo também resultou na

estruturação de uma metodologia de ensino que buscasse unir a dança com as acrobacias circenses, com foco na preparação corporal necessária para a prática e em matrizes de movimento baseadas em inversão de eixo, apoios, sustentação, e equilíbrio, que denominei de “Dança Acrobática”. Ministrei este curso, inicialmente, no espaço independente Casa Ananda em Barão Geraldo (Campinas – SP) ao longo dos anos de 2011 e 2012 para bailarinos e *performers* graduados em dança na Universidade Estadual de Campinas. Esse foi o embrião do que, atualmente, transformou-se em conteúdo das disciplinas que ministro nas Universidades nos cursos de graduação em dança, o que mais adiante será exposto e analisado.

Como profissional, com a Cia Domínio Público, dirigida pela norte americana erradicada no Brasil, professora doutora do Departamento de Artes Corporais da Unicamp, Holly Cavrell, foram 10 anos de experiência, desde 2008 até 2017, como intérprete-criadora e assistente de direção de diversos espetáculos financiados por leis de incentivo cultural da própria universidade, do município de Campinas, do Estado de São Paulo e do Governo Federal, além de mostras e festivais nacionais. Como um estágio profissional, tanto na parte artística quanto na área de produção, foi um espaço rico de trocas, experiências e criação. Juntamente com a integrante Sara Mazon, concretizamos nosso sonho de construir uma Cia “estável” onde poderíamos desenvolver nossas pesquisas, em diálogo com a diretora Holly Cavrell. Apesar da Cia ter sido criada em 1995, tratava-se, até então, de um grupo amador, com elenco rotativo e trabalhos temporários, sem conseguir manter ciclos de apresentação. Nossa missão, na parte de produção e coordenação da Cia, foi estruturar um núcleo de pessoas, capaz de manter os espetáculos produzidos em cartaz e em circulação por todo o país, garantindo que toda equipe fosse remunerada e que pudéssemos, assim, tornarmo-nos profissionais e investir em qualidade artística.

A primeira criação com este grupo foi o espetáculo coreográfico “Babel”, com direção artística de Holly Cavrell e direção teatral de Ésio Magalhães, contemplado por algumas edições do ProAC (Programa de Ação Cultural do Estado de São Paulo) para criação e circulação, totalizando mais de 50 apresentações, em diversas cidades do país. Com o espetáculo “Suportar”, um duo de dança criado em 2012, juntamente com Leandro Rivieri, pude ter clareza da importância do investimento financeiro por meio dos editais de cultura, para manutenção de uma obra artística. Ao todo, ao longo de seis anos, realizamos com este espetáculo mais de 100 apresentações por diversos municípios e espaços brasileiros. Víamos, a cada apresentação, como o trabalho se transformava e o sentíamos vivo, desdobrando-se

conforme o contato com o público a cada novo espaço, tempo e proposta. O desenvolvimento deste trabalho deu origem também a uma intervenção, “Jogos de Suportar”, com a qual desenvolvemos pesquisa de improvisação e criação em espaços alternativos.

Com intuito de seguir na vida acadêmica e desenvolver projeto de pesquisa que relacionasse a dança com o circo, em possibilidades de criação e escritas cênicas, iniciei em 2011 estudo como aluna especial no Programa de Pós Graduação em Artes da Cena na UNICAMP. Cursei as disciplinas ministradas por Matteo Bonfitto, Patrícia Leonardelli e Renato Ferracini, voltadas para o teatro, que foram importantes para que pudesse suprir uma lacuna existente em minha formação acadêmica de graduação em Dança enquanto referencial teórico e estudo teatral.

Por esta mesma carência, após conclusão do curso de graduação em dança, iniciei uma série de estudos e cursos voltados para as artes cênicas, destacando-se as oficinas intensivas oferecidas pelo LUME e Barracão Teatro de Campinas. Nestas experiências, alarguei meu entendimento sobre o conceito de técnica e treinamento corporal. Em especial no curso desenvolvido por Renato Ferracini, a partir do que o LUME conceitua como treinamento energético (FERRACINI, 2012) - em que se acredita que a exaustão física pode ser uma forma de experienciar energias potenciais - pude sentir o princípio de uma **experiência de fluxo**, como se meu corpo fosse dançado pelo espaço. Sentia que não era eu que controlava os movimentos e os planejava ou premeditava de uma forma racional, mas, ao me integrar como o espaço, num estado de escuta e sensibilidade, permitia que fosse atravessada por outras forças e estímulos, sem precisar controlar, mas apenas receber.

Em 2012, portanto, entrei no curso de mestrado acadêmico do Programa de Pós Graduação em Artes da Cena da UNICAMP com orientação da atriz e pesquisadora do LUME Teatro Ana Cristina Colla, como bolsista financiada pela FAPESP (Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo). Desenvolvi pesquisa relacionada à criação cênica nos espaços vertical e aéreo que resultou no título de mestre com a dissertação “Trajetórias de risco, treinamento e criação: experiências vividas nos espaços vertical e aéreo” defendida em 2014 e tendo como base de treinamento os trabalhos que havia experienciado com o grupo acima referido.

Com esta pesquisa, além de integrar os conhecimentos da dança, do circo e dos recentes estudos com o teatro, mais propriamente do teatro físico, iniciei ainda uma investigação do espaço vertical por meio das técnicas de rapel e escalada. Passei a integrar o

Grupo de Escalada Esportiva da UNICAMP (GEEU) e iniciei meus estudos na área com treinamentos diários, focando na questão técnica da ação, nos procedimentos de segurança, nos equipamentos e estruturas e nas questões históricas e conceituais envolvidas nessa prática.

Percebi, ao longo da pesquisa de mestrado, que a questão não estava mais na investigação do circo contemporâneo ou na integração das artes, que com certeza viam-se presentes, mas o foco estava no estudo do Espaço propriamente dito. Interessava-me pensar no espaço como fator de *a(fe)tivação* que nos aguça a sensibilidade, tornando-nos porosos para o acontecimento e permitindo-nos vivê-lo em sua complexidade, integralmente. O Espaço, assim, poderia proporcionar outras perspectivas, maneiras de ver e viver o mundo. Eu sentia que no alto, conseguia ser outra, pensar melhor, recolocar os problemas. Portanto, não se tratava mais do circo ou da dança, mas de criações cênicas que usassem os espaços vertical e aéreo como potência, fator de *a(fe)tivação* e, até mesmo, como uma postura política de se colocar (ou se ausentar), propondo outras formas de ser e estar no mundo, pois como nos diria Manuel de Barros: “As coisas não querem mais ser vistas por pessoas razoáveis: elas desejam ser olhadas de azul – que nem uma criança que você olha de ave” (BARROS, 2013, p. 278). Por isso, minha proposta estava em inverter o sentido das coisas, girar nossa perspectiva, criar outros pontos de vista, tirar nosso chão, torcer até perder o foco, parecer outra coisa. Queria andar na parede, fazer um guarda-roupa suspenso, sentar numa cadeira invertida, estar de cabeça para baixo para conversar com alguém ou plainar como uma semente ao vento. Nessa etapa, minha principal fonte de inspiração eram os trabalhos desenvolvidos por Trisha Brown, os quais mais adiante aprofundarei ao descrever os trabalhos artísticos produzidos nesta fase do mestrado.

Para o desenvolvimento desta parte prática proposta no projeto de pesquisa, fundei, em 2013, um grupo de estudos formado por alunas e ex-alunas do curso de graduação em dança da UNICAMP que mais tarde se transformou no Coletivo Invertido, com o qual desenvolvi, como diretora e intérprete-criadora, a instalação “Ao Vestir Vertigens”, o espetáculo-intervenção “De Olhos Fechados” e, mais recentemente, o projeto “Arranjos para chão, pedra e voos – criação de vídeo dança e sequência fotográfica” para a criação e circulação de um vídeo dança e sequência fotográfica, financiado pelo ProAC 2015/2016 - Governo do Estado de São Paulo.

Enquanto atividade docente, participei como bolsista do Programa de Estágio Docente (PED) no Departamento de Artes Corporais da UNICAMP, ao longo dos anos de 2013 e 2014,

atuando em diversas disciplinas do Curso de Graduação em Dança, dentre técnicas em dança e Trabalhos de Conclusão de Curso, como provocadora e coorientadora.

Passei a me interessar também por pesquisas voltadas à performance, participando primeiramente do workshop de Dança Contemporânea ministrado por Khosro Adibi (Irã/Holanda) e em 2013 da residência artística IPL (Internacional Performance Lab), também por ele ministrada no SESC Palladium em Belo Horizonte – MG da qual fui convidada a participar. Nesta ocasião, éramos em torno de 15 participantes, jovens artistas de diferentes regiões do Brasil, que recebíamos um auxílio para alimentação e transporte e nos hospedávamos, todos juntos, em um hostel da cidade, permanecendo nesta imersão artística por 10 dias.

Essa residência foi importante, para além de questões técnicas em performance também válidas e legítimas, sobre ética e condutas, precisamente sobre nosso fazer, não enquanto um ofício do ator ou bailarino, mas enquanto um ofício de ser ator-bailarino-performer, relacionando arte-vida.<sup>7</sup> Descrevo a seguir um trecho da residência que me marcou e convoca questões que serão trabalhadas adiante.

No primeiro dia desta residência, dispusemo-nos em uma roda e Khosro colocou uma mochila ao centro. Perguntou a uma pessoa do grupo como era o objeto que estava vendo e pediu que o descrevesse. Este, afirmou que a mochila era preta e vermelha com dois bolsos. Em seguida, Khosro pediu para que outra pessoa, que estava sentada do lado oposto do primeiro, descrevesse o objeto. Este, por sua vez, relatou que a mochila era preta com listras amarelas, uma corrente prateada, um chaveiro e um zíper. Khosro então perguntou se algum dos dois estava mentindo e ambos afirmaram terem relatado o que estavam vendo. Como poderia? Então, nos fez constatar que ambos apresentavam verdades, cada um sob seu ponto de vista, informando uma parte do todo e que, se queríamos, de fato conhecer o todo, precisávamos do outro para nos contar o que estava vendo. Ou seja, precisamos do outro para conhecer, para nos dizer o que não estamos vendo e que não temos condição de ver, porque nos é possível ter um ponto de vista, apenas, a cada instante. No caso da mochila, tínhamos dimensão de um pedaço dela, e precisávamos do outro para nos deslocar e

---

<sup>7</sup>Burnier revela esta diferença já no título de seu livro “A arte **de** ator” (grifo nosso), nos contextualizando que esta colocação já havia sido feita por Decroux, quando ele: “estabeleceu a sutil, mas fundamental, diferença, ao *dizer l’art d’acteur* e não *l’art de l’acteur*. Ele se refere a uma arte que emana do ator, algo que lhe é ontológico, próprio de sua pessoa-artista, do ‘ser ator’. E não à arte do ator, pois ela não lhe pertence, ele não é seu dono, mas é quem a concebe e realiza” (BURNIER, 2009, p. 18).

conhecer um pouco mais sobre ela. Khosro queria nos mostrar que no processo do conhecimento, precisamos nos deslocar do lugar comum; não adiantava defender um ponto de vista como verdade única e universal, mas como uma verdade, dentre outras; consentir que existem outros pontos de vista que divergem do meu, mas que o complementam; e perceber que o todo é feito de muitas partes, plurais, heterogêneas e “dissensuais”. Ele queria nos dizer que não precisávamos brigar por nossas verdades, nem discordar do outro pelas suas, que poderíamos e deveríamos coabitar com a diferença, que precisávamos dela para ver melhor, para compreender o mundo de forma mais efetiva e mais ampla.

Esta, para mim, é uma **postura ecológica**, termo que será recorrente nesta pesquisa. Trata-se de uma filosofia, que tem a ver com a ética do trabalho de ser ator, bailarino e performer, em consonância com o que Boaventura de Sousa Santos (2006) proclama por uma “Ecologia dos Saberes”. Para mim, essa postura é uma prática, seja no espaço da pesquisa, da sala de aula, nos trabalhos artísticos que estão entrelaçados com a minha vida. Khosro não dissocia sua fala de sua prática de vida. Vemos que suas palavras se tornam presentes em cada ação e gesto. Sua alimentação é reflexo desses pensamentos ecológicos. Ele não come alimentos processados ou industrializados, satisfaz-se com uma cenoura após a aula. Utiliza quatro trocas de roupas: duas de aula e duas do dia a dia. Após ser expatriado do Irã, terra natal, e deportado para a Holanda, não possui uma casa, mas apenas um *motor home*, com o essencial para viver. Circula pelo mundo criando novas relações, para trocar suas sabedorias em dança e performance. Sua voz é baixa, seu ser miúdo, semblante calmo. Vive cada dia, em sua intensidade. Fala a todos, com todos. E escuta.

Ao voltar desta experiência enriquecedora, deparo-me com uma situação que alterou o rumo da minha vida e foi o gérmen para a atual pesquisa: encontrar meu pai morto, na sala de sua casa. Mesmo sabendo de seu estado depressivo, por acompanhar de perto os últimos cinco anos de sua vida, tendo a chave de sua casa para poder entrar e sair, pois era eu mesma que cuidava do espaço quando ele se ausentava, o acontecimento marcou-me literalmente. A imagem que retive ao abrir a porta de sua casa e vê-lo, não é somente visual, mas sinestésica: tem cheiro, som, relação com espaço, duração, temperatura, forma, cor, textura... Dissolver esta imagem chocante que estava fixada em meu corpo foi uma das necessidades que senti e que me fizeram buscar práticas de **cura**.

Porém, este não foi o único acontecimento marcante desta época. O ano de 2013 foi excepcional em minha vida. Comparo com a experiência de estar no mar e, depois de um período tranquilo da água, sofrer com uma série de ondas que te arrancam do chão e te fazem

perder o ar, sem te deixar voltar à superfície para tomar fôlego, pois, na sequência, surge uma nova onda que te derruba, te faz chacoalhar no fundo, e imediatamente outra, e assim até voltar o período de calma novamente. Após o falecimento “trágico” do meu pai, sofri um assalto em minha residência, quando três meliantes pularam o muro e invadiram o espaço, mantendo-me como refém por longas horas com um revólver (que segundo os policiais, era de verdade, muito potente e estava engatilhado) apontado para minha cabeça, enquanto via minha casa ser virada de pernas para o alto e retirados todos os objetos. Aquela imagem do corpo morto do meu pai, literalmente estendido no chão, neste momento, tomou uma proporção latente em meu próprio corpo, de perda de vida. Era eu mesma que morria com aquela arma apontada para minha cabeça, ao som dos ataques e insultos. Somado a isso, terminava uma longa relação amorosa, que, como sabemos, fazem-nos perder o chão, experimentar uma sensação de vazio interno e falta de sentido da vida; e tentava também terminar meu mestrado, certamente com algumas alterações de comportamento e humor, derivadas da possível síndrome do pânico que adquiri. Esse foi um ano também marcado por uma forte seca na região sudeste do país, quando enfrentamos racionamento de água nas cidades, longos períodos de estiagem e baixa umidade relativa do ar que trazia diversos problemas de saúde à população. Questionava-se sobre a permanência da vida na terra nestas condições, percebendo que as questões ambientais eram urgentes e necessárias de serem pensadas e tratadas.

Contudo, essa sensação de **desamparo** gerada a partir das vivências descritas que me abalaram podem ser vistas de forma positiva pela perspectiva levantada por Safatle (2015) ao afirmar que “toda ação política é uma ação de desabamento, e só pessoas desamparadas são capazes de agir politicamente” (SAFATLE, 2015, p. 67), sendo a indeterminação e o desamparo necessários para que outras possibilidades possam ser inscritas. Então, essa sensação ou condição de desamparo, engendrou outras forças que me fizeram criar paragens distintas, levando-me a outros modos de viver, até então não imagináveis.

Portanto, em 2014, após finalizar a pesquisa de mestrado, uni-me com um parceiro de vida escalador e fui viver na zona rural de São Bento do Sapucaí, uma pequena cidade na divisa entre os Estado de São Paulo e Minas Gerais, a fim de resgatar o contato com a natureza, desenvolver o cultivo com a terra e a proximidade com a população local, pequenos agricultores e artesãos. Buscava, antes de tudo, uma prática de cura! Esta foi a primeira vez que usei a palavra “cura” e que busquei formas de trabalhar com o sofrimento humano, no caso, pessoal. Apreendi a plantar, a colher, a produzir meu próprio alimento, semear árvores,

pensar em práticas alternativas de manejo da terra e introduzir formas conscientes de consumo dos meios naturais, buscando uma integração e convívio harmônico com o ambiente. Por se tratar de uma cidade montanhosa, frequentada por escaladores de toda parte, também busquei me aprofundar nesse universo, praticando a escalada tradicional brasileira e esportiva em rocha, que serão detalhadas mais adiante neste texto, como forma de ampliação do estado de consciência em integração com o meio.

Cura então, neste contexto da pesquisa, em consonância com autores contemporâneos como Dunker (2015, 2011, 2008), Safatle (2015, 2011) e Neves (2018, 2017), que a partir das concepções de saúde, doença e cura propostas por Canguilhem (2009), pode ser pensada como realização de uma experiência de emancipação da norma, como uma experiência que tem compromisso com a transformação e não com a reificação das normalidades estabelecidas, como nova forma de estar no mundo e que convida à criação de outras maneiras de satisfação.

Fundi assim, em 2015, no quintal de minha casa, um espaço cultural múltiplo, a “Casa Vermelha”, que pretendia unir os moradores daquela zona rural, num momento de encontro e trocas, por meio da arte. Foram apresentados, nesse espaço, o espetáculo “O circo da inclusão animal” do ator e palhaço Fernando Fubá, o espetáculo de circo-teatro “O Poste” de Daniel Salvi e números de aéreos circenses por mim realizados. Buscávamos promover trocas efetivas (e afetivas), como um escambo, em que cada parte oferecia o que produzia a partir do conhecimento e técnica que desenvolvia. O artista oferecia a arte e os moradores contribuíam com os seus produtos (desde hortaliças até queijos e artesanatos), sem precisarmos envolver o dinheiro como moeda de troca.

Nesta fase, tive como mestre, Seu Antônio, morador local, agricultor orgânico de tradição que herdou de seu pai, Tião Tino, este labor antes mesmo desse termo ter se tornado uma marca no Brasil. Aprendi com ele, além de técnicas de plantio, práticas e posturas éticas de vida que carrego comigo e que são fundantes para a presente tese a respeito de uma ecosofia circunscrita por Felix Guatarri (2012). Conto uma passagem que ilustra esta postura e ética ecológica:

Eu plantava milho no fundo do meu quintal e um dia fui surpreendida por maritacas que atacavam minha plantação, deixando as espigas, por mim ansiosamente esperadas, com a palha rasgada ou despedaçadas ao chão. Espantei-as e, indignada, atravessei a rua e fui atrás de Seu Antônio em sua horta, para tentar buscar uma solução para o problema. Deparei-

me com ele sentado num banco sorrindo. Tinha um sorriso largo e calmo no rosto, se deliciando com algo que via ao longe. Esbaforida, eu fui me acalmado também e buscando em seu olhar o que estava observando: eram as maritacas comendo seu milho! Fiquei sem reação. Perguntei então para ele como podia se divertir vendo as maritacas comerem os milhos que ele tinha plantado com tanto empenho e suor, e ele me respondeu: “eu não planto só para mim. Quando eu planto, eu planto uma parte para as maritacas, outra parte para as minhocas... porque o milho não é só meu. Elas também precisam”.

Outra passagem interessante, que pode nos ajudar a pensar sobre esta visão ecológica, foi quando o encontrei triste e pensativo em sua horta. Perguntei o que havia acontecido e ele me disse que estava se questionando se estava certo tirar o mel que as abelhas produziam, pois se sentia roubando algo que elas trabalhavam muito para fabricar. Porém, fazendo uma linha de raciocínio a partir da observação da natureza, lembrou que outros animais se alimentavam do mel delas e que talvez ele poderia fazer o mesmo, sem prejudicá-las, tirando somente uma parte e deixando o restante para elas.

Existe nessas duas passagens descritas algo que mais tarde levantarei em relação à saúde, que é a noção de **cuidado**, que Leonardo Boff (1999) irá trabalhar em seu texto, e que outros autores buscam refletir a partir da etimologia da palavra cura (PAIVA, 2007; ROSSI, 1991). Seu Antônio, apesar de não ser letrado, não ter lido nenhum destes autores ou frequentado uma universidade, como um mestre, ensinou-me, em suas práticas diárias, o que era cuidar e como podia me curar a partir desta perspectiva de cuidado. Pois ao me aproximar do outro, aproximava-me de mim mesma.

Percebemos o quão distantes estamos de nós, quando desconhecemos os ciclos naturais, quando ignoramos os movimentos da natureza, tendo todas as frutas à disposição o ano inteiro no supermercado, sem perceber que cada uma nasce numa época do ano porque tem uma lógica para acontecer. Distanciamos-nos destas “eco-lógicas” e, sem perceber, distanciamos-nos de nós mesmos, pois fazemos parte do todo, ou melhor, somos este todo.

Ainda na cidade de São Bento do Sapucaí – SP, em 2016, fui em busca de práticas populares, de saberes orais e ancestrais e passei a integrar o grupo Baú de Folias, com atividades artístico pedagógicas e criações voltadas ao universo da cultura popular, integrando, assim, como intérprete-criadora, o espetáculo “Foliar: heranças de lá pro meu povo de cá” do Grupo Baú de Folias, parte do projeto “Teatro Garagem Fuscalhaço” (financiado pelo PROAC 2015/2016 - Governo do Estado de São Paulo), apresentado na

cidade para grupos escolares e para a população local. Nesse mesmo ano, também passei a ministrar aulas de Circo, Dança Livre e Artes da Cena na Casa de Cultura Miguel Reale, localizada na cidade, buscando compartilhar com o público local minha pesquisa na área, descentralizando o acesso e ampliando o campo de atuação.

Em 2016, novamente separada de meu companheiro de vida, sentindo certo **desamparo**, fui em busca de **práticas de cura** que me **desafixassem** de certa ideia ou sentimento recorrente, que me impedia de transitar por outras paisagens. Para isso, realizei uma viagem de três meses à Argentina, a fim de pesquisar rituais ancestrais que mantivessem forte conexão com o meio natural e práticas corporais de cuidado sobre si que pudessem ser vistas como ações transformadoras.

Existe, neste ponto, uma tentativa de trabalhar em direção a uma “morte” do sujeito, enquanto ser determinado, fixado em seus predicados, como diria Safatle (2015). Seria necessário me “desidentificar”. Buscava adentrar num processo de singularização por meio de um tipo de dispositivo que fosse capaz de produzir subjetividade, multiplicação de antagonismos, forças em devir, possibilidades de transformação, como propõe Guatarri (2012) ao pensar no sujeito como componentes de subjetivação.

Em Amaicha Del Valle, um pequeno povoado da província de Tucuman no norte da Argentina, tive o prazer de participar do ritual “La Pachamama” realizado pela Família Andrade. Esta é uma celebração realizada desde a Argentina até o Peru e a Colômbia, durante todo o mês de agosto, principalmente no primeiro dia do mês, quando se faz um culto à terra, como forma de agradecimento e retribuição. Os praticantes têm relação direta com os elementos da natureza, que servem como símbolos motrizes para suas ações, que consistem basicamente em abrir um buraco na terra (“abrir a boca da terra”) e enterrar alimentos para oferecer e também para alimentar a *Madre Tierra*, como é popularmente conhecida no norte da Argentina. A partir da afirmação dos envolvidos, alegando sentirem-se conectados consigo mesmos e com mais “vida”, temos a percepção do ritual como potência de transformação e, talvez, de cura, como mencionado anteriormente, enquanto aumento de potência de vida.

Nesta ocasião, acordei bem cedo, antes de o sol nascer, como me fora indicado fazer, e fui atrás da casa dos Andrade. Ao chegar, o ritual já havia começado. Os participantes terminavam de tomar o chá com ervas preparado para o ritual enquanto um membro da família *sahumava* o ambiente, como um meio de defumação, numa proposição de limpeza de si e do espaço. Caminhamos em seguida até o alto de um monte onde foi indicado que nos

voltássemos com a palma da mão para o leste, onde o sol estava para nascer. Assim, de olhos fechados, deveríamos sentir com a palma de nossas mãos a luz e o calor do sol, e receber esta energia, integrando-nos com o espaço. Permanecemos de olhos fechados, acompanhando com nossas mãos a trajetória do sol, por cerca de 20 minutos. Então se abria um grande buraco na terra e após as palavras dos anfitriões, cada convidado colocava um produto no buraco, que ofertava para a terra como retribuição ao que ela havia dado naquele ano.

Neste ritual, fica clara a troca e reciprocidade com o meio, como dar e receber. É um momento de limpeza, de silenciar, escutar mais do que falar, e de se perceber, como forma de renovação. Acredita-se que o dia primeiro de agosto, quando se realiza o ritual, é o ano novo, em que começam a pensar no próximo tempo de cultivo da terra. Existe também uma questão de pontualidade e respeito. O horário do ritual está ligado com a posição do sol, herança da cultura Inca presente na região. O buraco na terra deve ser aberto antes do nascer do sol e, assim que aponta no horizonte, os participantes já devem estar com a palma das mãos erguidas para receber a energia dos primeiros raios. Depois, ao meio dia, quando o sol está mais forte e a pino, deve começar o culto das oferendas, servindo à terra os alimentos.

O lugar onde fazem o ritual é escolhido previamente e nos anos seguintes retorna-se para o mesmo, volvendo a abrir a terra onde outrora depositaram os alimentos. Assim, pode-se prever como será o próximo ano de cultivo. Observa-se a umidade da terra, se está seca ou molhada, se tem resquícios dos alimentos ofertados anteriormente, qual é sua cor e odor. O local escolhido tem relação com a paisagem local e com o campo de vista. Pode ser ao redor da casa ou no alto de um serro. As oferendas estão ligadas com o plantio e subsistência do povo, variando de local a local. Existe uma relação intrínseca do meio de vida com a natureza, fazendo com que o ritual seja fruto do ambiente.

Neste ritual, foi indicado ainda que caminhássemos pelo espaço e encontrássemos uma pedra para colocar num montículo (*La Apacheta*) como pedido de sorte para o ano seguinte. Segundo Daniel Andrade, que organizava a cerimônia na ocasião, esta ação serve como uma caminhada para o participante (re)conhecer o espaço que vive, com olhar mais atento. Pode-se encontrar uma pedra rapidamente ou não. O mais importante é que o participante não pegue qualquer uma, mas faça a ação de forma atenta e consciente.

Na Argentina, pesquisei também algumas formas de trabalho sobre si, vinculados à dança, como a "*Inmersión em Río Abierto*" com coordenação da fundadora Maria Adela

Palcos, em Buenos Aires. Por meio deste curso intensivo, pude agregar conceitos e pontos-chaves para a experimentação corporal em nível sensível e energético. Acredito que tenha sido o período que mais dancei em minha vida. Minha rotina era acordar com o nascer do sol, caminhar até a escola, realizar uma sequência de cinco aulas, cada uma ministrada por um professor diferente, voltar para casa para escrever meu projeto de doutorado e estudar para os concursos públicos docentes e, à noite, assistir a espetáculos.

O encontro com o Sistema *Rio Abierto* e as práticas de dança de Maria Adela Palcos (2011), trouxeram-me a possibilidade de pensar no método, além de um trabalho sobre si, como aborda Cassiano Quilici (2015) na prática de treinamento do ator-performer contemporâneo, que busca dissolver a barreira entre arte e vida e, numa postura ética, faz de sua prática diária um ritual, parte de sua vida, também como uma forma de abordagem de cura. A partir dos objetivos e pressupostos do Sistema, trazidos pela fundadora Maria Adela Palcos, podemos perceber com maior exatidão esta relação:

{o objetivo é} que as pessoas liberem-se das suas travas, {que} possam transitar pelas diferentes plásticas ou personagens, sem ficarem prisioneiras de nenhuma delas. Desta forma, desenvolvem no físico e no psíquico, os diferentes níveis ou centros, para alcançar sua plena integração, para deixar de ser um sujeito [escravo do que, mecanicamente, vai acontecendo] e passar a ser um indivíduo [unificado, não dividido] (PALCOS, 2019).

Resgato, abaixo, meu diário desta viagem e encontro referência das sensações de plenitude, pertencimento e integração que tive no contato com a natureza a partir de imersões feitas nas montanhas do Aconcágua na província de Mendoza e “Sierro de los siete colores” em Purmamarca na província de Jujuy – Argentina. Falo de experiências transformadoras que me trouxeram sensações similares com as que tratarei nesta pesquisa a partir da prática da escalada:

*“Expansão no corpo e na mente. Sensação de pertencimento, a cada parte do mundo, nas areias, nas cores. O corpo cheio de ar e leve (...) Com a imagem da montanha nevada (Aconcágua) consigo me dar conta de mim a partir da dimensão do mundo e a integração com esse mundo, como se pudéssemos respirar juntos. (...) Não sei onde vou, o que vou encontrar, em que parte me sentar ou estar. Mas sigo um ‘fluxo’, talvez uma intuição. Ou não sigo nada e vou”.*

Seguindo nesta direção, iniciei, em 2017, a pesquisa de doutorado, com projeto intitulado “Performance de Arte Relacional como Cura” no Programa de Pós Graduação em

Artes Cênicas da UNIRIO (Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro) em que almejava estudar determinadas práticas de cura. No entanto, no dia da matrícula, recebi uma ligação da Universidade Federal de Uberlândia dizendo que tinha sido convocada para assumir o cargo como professora substituta do Curso de Bacharelado em Dança, por meio de concurso público em que havia sido aprovada. Passei, então, a habitar estes dois estados, atuando em um como pesquisadora de doutorado e no outro como professora universitária.

Em Uberlândia, ao longo dos três semestres em que atuei como docente, ministrei diversas disciplinas, desde teóricas até práticas, para quase todos os períodos, servindo-me disso como um lugar de experiência e aprendizado. E no primeiro ano de doutorado, em 2017, participei de disciplinas obrigatórias e eletivas do programa, destacando a disciplina intitulada “Digamos que você não está muito presente: presença e ausência no trabalho do ator”, ministrada pela Professora Dra. Tatiana Motta Lima, que tive o prazer de conhecer e com quem convivi, juntamente com seu grupo de pesquisa, Hanimais Hestranhos, em colaboração com a experiência cênica “Hentre Hos Hanimais Hestranhos Heu Hescolho Hos Humanos” apresentada no evento “Em Cia de Samuel Beckett” promovido pela UNIRIO. Do contato com esta pesquisadora, algumas questões importantes da presente pesquisa de doutorado foram levantadas e ainda ressoam, como a sensação aparentemente contraditória, mas complementar e necessária, que será discutida adiante, sobre **ausência e presença**.

Em 2018, mais uma mudança: sou convocada para assumir o cargo de professora efetiva do Departamento de Artes Corporais da UFRJ (Universidade Federal do Rio de Janeiro) com a cadeira de dança e acrobacias, justamente área em que vinha me especializando desde 2004. Tal fato deu-se por meio de concurso público prestado no início do ano. Mudei-me para a cidade do Rio de Janeiro e passei a atuar como docente desta Universidade. Nessa cidade, faço parcerias com outros artistas e espaços, como a Casa 69, retomando laços principalmente com o circo, além de fortalecer as práticas de escalada, por se tratar do maior polo urbano de escalada do mundo.

Entre 2017 e 2018, pensando na tríade dinâmica que atuava, entre ser professora, pesquisadora e artista, ou seja, enquanto doutoranda do Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas da UNIRIO, como docente, primeiro da Universidade Federal de Uberlândia e, na sequência, da Universidade Federal do Rio de Janeiro e como artista independente, com intuito de me manter em processo de criação e ativa na vida artística, criei três trabalhos: “Cidade Maravilhosa” no primeiro semestre de 2017, “Ausência/presença” no segundo semestre de 2017 e “Sobre o que desaba e que não sei dizer” no primeiro semestre de 2018.

Analisarei estes três trabalhos nos capítulos subsequentes, como parte da proposta de contextualizar a pesquisa, mas já aproximando diretamente dos conceitos abordados no âmbito da criação artística.

A pesquisa de doutorado, inicialmente proposta no projeto como performance de arte relacional como cura, vai ganhando outros contornos e potências a partir das vivências anteriormente descritas e trilha um caminho que perpassa a tríade mencionada, entre o âmbito de ser pesquisadora, destacando a escalada como forma de pensar práticas de cura, enquanto potência de transformação e emancipação para o artista da cena; ser artista, criando trabalhos que trazem o espaço como fator de afetivação e possibilidade de habitar o corpo-em-fluxo; e ser professora, com práticas docentes que buscam, a partir da visão ampliada de acrobacia, propor um espaço de troca e cuidado, em que o princípio de cura e emancipação possa ser alcançado pelo contato consigo, com o outro e com o meio.

## 2. CAMINHADA VERTIGINOSA: escalada e montanhismo

### A escalada como objeto de pesquisa

Como dito no capítulo anterior, “narrativas autobiográficas”, comecei a me aproximar da escalada em 2012, na época em que estava no mestrado pesquisando possibilidades de criação nos espaços vertical e aéreo. Já praticava circo há algum tempo, mas para investigar com mais propriedade o espaço vertical, decidi estudar a técnica de escalada. Iniciei em um ambiente artificial denominado “escalada indoor” e localizado na parede externa do prédio da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, junto ao GEEU (Grupo de Escalada Esportiva da UNICAMP). Nesta parede, de 8 metros de altura por 10 de largura, com três ancoragens e diversas agarras<sup>8</sup> de resina dispostas por todo espaço, treinávamos a subir, descer, dar segurança ao outro, lidar com equipamentos e entender procedimentos necessários para a prática. Havia também outra estrutura, conhecida como *Boulder*, com quatro inclinações diferentes, bem como um espaço de treino com estruturas específicas, como *campus board*, *fingerboard* e *system wall*. Utilizava-os tanto para meu desenvolvimento pessoal como nos ensaios com o grupo de pesquisa que havia criado.

Dois anos mais tarde, no final do mestrado, em São Bento do Sapucaí - SP<sup>9</sup>, tive meus primeiros contatos com a escalada em rocha. Senti que conseguia, por meio dessa prática, desfazer-me de ideias e problemas que me paralisavam e impediam de viver o agora. Percebi que, ao escalar, mantinha-me o tempo que estivesse na rocha totalmente entregue ao presente, sem pensar em mais nada que não fosse o que estava fazendo naquele momento. Isso me dava outra perspectiva da vida e de mim mesma. Sentia que desaparecia ao longo do trajeto. Esquecia-me de mim mesma, daquilo que me definia e paralisava-me. Ao final, sentia-me de certa forma mais feliz, por me perceber integrada comigo mesma, com o outro e com o meio, numa sensação de pertencimento e inteireza, plena.

Foi por meio da escalada, experienciando esta prática, que foram trazidas à tona, no meu corpo, questões caras às artes da cena, tanto em seu fazer artístico quanto em seu processo pedagógico. Pude perceber o que era integrar-me ao meio, sentir-me plena,

---

<sup>8</sup> Agarras são os apoios, tanto naturais (saliências da própria rocha) quanto artificiais nos ambientes indoor, que usamos para colocar os pés e as mãos, como numa escada, para podermos progredir.

<sup>9</sup> Em São Bento do Sapucaí – SP, o local mais conhecido para esta prática é a Pedra do Baú, formação rochosa de 340 metros de altura, com seu cume localizado a 1950m do nível do mar, considerado como ponto mais alto do estado.

presente na ação, com foco e concentração. Pude entender, praticamente, o que era mudar uma concepção de mim mesma, transformar-me ao longo da ação, como uma proposta de cura e emancipação. Pude vivenciar uma experiência de fluxo, tornando-me parte de algo maior, em consonância com o mundo.

Percebi que, no mundo da escalada, existe certa organização social que visa controlar a prática e torná-la de certo modo “segura”, garantindo um mesmo modo de procedimentos e condutas éticas dos praticantes. Essa organização pode ser visualizada como um sistema de círculos, alguns concêntricos, quando uma categoria menor está contida em outra maior, como uma espécie de guarda-chuva, e outros que apenas se tangem, quando pertencem à mesma categoria, de forma que a prática está vinculada a diversas regras e normas de conduta.

Das organizações da prática, entendida como esporte no Brasil, temos a seguinte cadeia: pessoas e grupos (como é o caso GEEU, citado anteriormente, ou de grupos de escaladores), os quais pertencem a clubes e/ou associações (como é o caso do Clube Excursionista Brasileiro – CEB, primeiro clube de montanhismo do Brasil, fundado em 1919 na cidade do Rio de Janeiro; e da Associação de Guias, Instrutores e Profissionais de Escalada do Estado do Rio de Janeiro - AGUIPERJ), os quais são filiados às federações de esportes de montanha de cada estado (como é o caso da Federação de Esportes de Montanha do Estado do Rio de Janeiro - FEMERJ, fundada oficialmente em 2000,) os quais pertencem à Confederação Brasileira de Montanhismo e Escalada – CBME, órgão nacional, que é membro da Comissão de Esportes de Aventura vinculado ao Conselho Nacional do Esporte da Secretaria Especial do Esporte, do Ministério da Cidadania<sup>10</sup> do Governo Federal do Brasil, que regula a prática, enquanto um esporte, no país.

Neste sentido, entidades como a FEMERJ, estão vinculadas a organizações internacionais, como a UIAA (*Union Internationale des Associations d'Alpinisme*), fundada em 1932 com o intuito de promover o crescimento e proteção do montanhismo e da escalada no mundo, contando hoje com representação de seis continentes e mais de 90 associações-membros e federações de sessenta e oito países.

---

<sup>10</sup> Vale ressaltar que grande parte deste texto, como este capítulo, foi escrito no ano de 2019 o qual Jair Bolsonaro atuava como Presidente da República, e que, a partir de janeiro do referido ano, foram instituídas mudanças consideráveis na estrutura dos órgãos competentes, como é o caso do Ministério da Cidadania que, segundo dados oficiais do site do governo federal: “criado por meio do Decreto nº 9.674/2019, no dia 2 de janeiro, o Ministério da Cidadania, órgão da administração federal direta, é composto pela unificação dos Ministérios da Cultura, do Esporte e do Desenvolvimento Social” (disponível em <<http://mds.gov.br/ministerio-da-cidadania/institucional/institucional/>> Acesso em 13 de abril de 2019).

Sinto que quanto mais adentro neste universo da escalada, mais amplo o percebo e menor me torno. Neste espectro, adentrar no campo do conhecimento não seria para nos sentirmos mais sábios e poderosos, mas, antes, para termos uma dimensão mais ampla do mundo e assim podermos nos situar de forma mais contundente. Sendo assim, vejo-me no início de uma longa caminhada, que demanda investimento financeiro, tempo e energia.

Apesar de estar envolvida no meio de alguma forma há sete anos, sou uma iniciante bastante entusiasmada e apaixonada. A escalada é um universo, um conjunto de práticas complexas, que requer muita experiência, tanto prática quanto de estudo teórico sobre procedimentos, equipamentos, sistemas de força, resistência de materiais, além de noções básicas sobre meteorologia, orientação e navegação, nutrição, ecologia e condutas éticas na montanha. O intuito de realizar uma imersão na área é poder trazer à tona questões que fomentam a pesquisa no universo das artes da cena, em um hibridismo que pode iluminar outros campos, a partir do processo da ecologia de saberes, que tratarei adiante.

Como são diversas as modalidades de escalada, cabe-nos, antes de prosseguirmos, vermos de que forma essa prática é vista e definida por alguns autores. O escalador californiano Lito Tejada Flores (1978), por exemplo, em seu ensaio 'The Games Climbers Play', traz a noção de que a escalada não é uma atividade homogênea, mas um conjunto de diferentes jogos, cada qual com seus próprios adeptos, locais, regras e objetivos. Acredita que, justamente por não haver uma necessidade em se escalar, é que a prática pode ser considerada como um jogo:

What I should like to propose in this article is not a new answer to the basically unanswerable question: 'what is climbing?' but rather a new way of talking and thinking about it. Climbing is not a homogeneous sport but rather a collection of differing (though related) activities, each with its own adepts, distinctive terrain, problems and satisfactions, and perhaps most important, its own rules. Therefore, I propose to consider climbing in general as a hierarchy of *climbing games*, each defined by a set of rules and an appropriate field of play (FLORES, 1978, p. 46).<sup>11</sup>

Segundo o autor, as regras desses jogos, essenciais para que a prática aconteça, é

---

<sup>11</sup> “O que eu gostaria de propor neste artigo não é uma nova resposta à pergunta basicamente sem resposta: ‘o que é escalar?’, mas sim uma nova forma de falar e pensar sobre isso. A escalada não é um esporte homogêneo, mas sim uma coleção de atividades diferentes (embora relacionadas), cada uma com os seus próprios adeptos, terreno distinto, problemas e satisfações, e talvez o mais importante, com as suas próprias regras. Assim, proponho considerar a escalada em geral como uma hierarquia de jogos de escalada, cada um definido por um conjunto de regras e um campo de jogo adequado” (FLORES, 1978, p. 46. Tradução nossa).

uma série de “nãos”, mas com caráter positivo, no intuito de proteção ou conservação. A distinção feita pelo autor, para diferenciar os jogos de escalada, baseia-se na complexidade (ou número) de regras que contêm. O autor entende que existe uma hierarquia entre os jogos - sem juízo de valor sobre qual é melhor ou mais difícil - mas por sua natureza, iniciando com o Boulder, que seria o ambiente mais simples e “indefeso”, portanto, com mais regras, para tentar trazer certo grau de incerteza quanto ao resultado final; até as Expedições, que seriam as atividades mais complexas de se jogar, mas que não têm praticamente nenhuma regra, podendo usar até helicópteros para acessar certa parte do trajeto. Assim, quanto menor a posição hierárquica em que um jogo se encontra, maior será o número de regras que conterà, sendo mais restritivo. No entanto, Flores (1978) percebe que as regras não são fixas, e questiona sobre quem faz as regras e como elas se modificam ao longo do tempo. Presume que a maioria dos escaladores é responsável por determinar o que pode e o que não pode em cada jogo de escalada. Para o autor: “A kind of group prudence is at work here, rejecting individual solutions whose extremism puts them beyond the reach of the majority of competent climbers climbing at any given period” (FLORES, 1978, p. 50).<sup>12</sup> Neste sentido, relaciona a ética da escalada com o cumprimento das regras estabelecidas para cada jogo.

A partir desta definição da quantidade de regras presente, Flores (1978) apresenta sete tipos de jogos distintos, dentre o Boulder, as Falésias, a Escalada Contínua, o Big Wall, o Alpinismo, o Super-alpinismo e as Expedições. No entanto, estas divisões e definições dos tipos de escalada não são consenso na área. Como forma de esclarecimento e possível elucidação, trago a versão abordada por Daflon (2016), bastante próxima, em alguns aspectos, daquela apresentada por Flores (1978), mas que segue uma realidade brasileira e atual, definindo as seguintes modalidades:

- **Boulder:** é a escalada feita em blocos de pedra, na qual não se costuma utilizar cordas e outros equipamentos de segurança, somente *Crash Pads*, ou seja, “uma espécie de colchão portátil e dobrável usado para amortecer as aterrissagens do escalador na base do Boulder” (DAFLON, 2016, p. 54), além do magnésio e da sapatilha. Exige força e explosão, pois os movimentos estão concentrados, encontram-se próximos um do outro, uma vez que estes blocos de pedra não são muito grandes. Quando se trata de um bloco realmente alto, denomina-se de *High Ball*. Segundo o autor, “O boulder é também a modalidade de escalada que mais tem

---

<sup>12</sup> “Uma espécie de prudência de grupo está aqui em ação, rejeitando soluções individuais cujo extremismo as coloca fora do alcance da maioria dos alpinistas competentes que escalam em qualquer condição” (FLORES, 1978, p. 50. Tradução nossa).

crescido nos últimos anos. Esta popularidade deve-se ao fácil acesso à maioria dos blocos, ao fato de se poder praticar em grupo ou sozinho e ao pouco tempo que toma” (DAFLON, 2016, p. 56).

- **Escalada esportiva:** caracteriza-se por ter proteções fixas (grampos ou chapeletas) a uma distância relativamente próxima umas das outras, pois como explica Daflon: “nesta modalidade, o importante para o escalador é superar as dificuldades técnicas e físicas da via e não se preocupar em proteger sua vida com peças móveis” (DAFLON, 2016, p. 57). Flores (1978) traz a noção de Falésia, como um tipo de rocha predominante da costa dos continentes, que no Brasil é comparada à escalada esportiva por alguns membros.
- **Escalada indoor:** modalidade realizada em ambientes fechados e artificiais. Nasceu na Europa como uma forma dos escaladores continuarem em prática na época do inverno. A princípio, não se tratava de uma modalidade de escalada, mas uma forma de treinamento, para fazer manutenção física específica. Recentemente, tornou-se até um esporte olímpico, que será incluído nos próximos Jogos a serem realizados em Tóquio no Japão em 2020. Flores (1978) não traz este tipo de jogo em sua proposta de definição da prática de escalada, talvez por ter escrito seu texto numa época anterior à efervescência em que se encontra esta modalidade nos dias atuais.
- **Escalada tradicional brasileira:** consiste em vias longas de várias enfiadas, com proteções, quando fixas, não tão próximas quanto à escalada esportiva, mas que variam conforme seu grau de exposição, tendo diferentes possibilidades de movimento para ascensão como chaminés, aderência, fendas, agarras e até mesmo técnicas de escalada artificial, quando são usados materiais para progredir. Além dos materiais de segurança, como cordas e costuras, são necessários muitos outros, dependendo da duração da via e seu acesso. Esta modalidade, conjuntamente com a seguinte, denominada por Daflon (2016) como escalada de aventura, seria equivalente ao que Flores (1978) definiu como escalada de parede contínua.
- **Escalada de Aventura:** segundo Daflon “é a essência, a alma, da escalada. Foi e continua sendo o estilo predominante em muitas das principais cordilheiras e montanhas pelo mundo. Tanto que em vários países ela é chamada de escalada tradicional” (DAFLON, 2016, p. 64). Nesta modalidade, inexistem proteções fixas, portanto, o guia da cordada deve usar o material móvel necessário e até mesmo proteções naturais, como troncos de árvores e saliência da própria rocha, para

diminuir a sua possível queda.

- **Big Wall:** assim como definido por Flores (1978), é uma modalidade de longa duração, em que a ascensão dura dois ou mais dias. A logística se torna complexa e o peso que os escaladores carregam é grande, pois muitos equipamentos serão usados no decorrer da via. Além dos próprios equipamentos de escalada, serão necessários outros acessórios para dormir na parede, além de alimentos e alguns litros de água.
- **Escalada alpina:** vias com característica das escaladas realizadas nos Alpes (cadeia de montanha rochosa situada na Europa), ou seja, longas caminhadas de aproximação, paredes sem proteção fixa, sujeição a um ambiente hostil (frio, com possibilidade de vento e tormentas) e necessidade de conhecimento de escalada em neve e gelo. Em decorrência do ambiente natural em que se encontra, existem perigos objetivos como avalanches, mau tempo e desprendimento de pedras.
- **Alta montanha:** está relacionada com a maior altitude, o que quer dizer lidar com situações extremas: ar rarefeito (com menos oxigênio disponível), frio, vento, tempestades e avalanches. Para tanto, necessita-se de aclimação, ou seja, um tempo para o escalador se acostumar com as condições específicas do lugar. Existem, assim, os acampamentos-base aos pés das montanhas para esta finalidade. Para essa prática, considerados os cumes mais altos do mundo, estão o Everest, entre o Nepal e o Tibete (Ásia), com 8.848m e o Aconcágua, na Argentina (América do Sul), com 6.959 metros.

Trazendo outros autores para compor a discussão e ajudar na definição das vias de parede mais comumente escaladas no Brasil, as tradicionais brasileiras e as esportivas, a diferença dar-se-ia, segundo Faria (2006), a partir da observação das proteções, pois, no caso das vias esportivas, quando as proteções já foram todas colocadas (proteções fixas), e ainda encontram-se próximas umas das outras, o escalador não precisaria se preocupar com a sua segurança, apenas com a sua movimentação e performance corporal. Assim, segundo complementa Beck (1995), a sensação de aventura acaba diminuindo e o risco se tornando mínimo, ficando o desafio 'apenas' de conseguir subir a parede. Segundo Paulo Faria:

[nas vias esportivas] os grampos são colocados bem próximos um do outro, em média 2 metros – padrão E1 (muito segura ou bem protegida) e padrão E2 (segura ou com proteção regular). Dessa forma, escalada esportiva deve ser sempre E1, no máximo E2. As vias tradicionais, no passado, eram geralmente conquistadas nos padrões E2 e E3 (expostas ou com quedas longas). O grau de dificuldade não é um bom parâmetro porque cada pessoa tem um limite, podemos ter vias esportivas de quarto ou quinto grau. A

extensão da via também não importa, temos escaladas esportivas clássicas de vários esticões de corda. Em 2002, foi aberta no El Gigante (México) o que talvez seja a maior via esportiva do mundo, *Logical Progression* (IXa), com mais de 400 chapeletas (proteções fixas) em 28 esticões de corda, uma média de 15 proteções por enfiada (FARIA, 2006, p. 101).

Para o desenvolvimento deste estudo, propus-me a escalar vias clássicas da cidade do Rio de Janeiro, ou seja, a partir da definição anterior, vias tradicionais brasileiras e praticar, como treino, algumas vias esportivas, ao longo dos dois primeiros anos. Além disso, propus-me a realizar uma imersão na área ao participar de cursos, eventos, palestras e jornadas científicas de escalada com profissionais da cidade, ler bibliografia sobre o tema, ver filmes e documentários e viajar para vivenciar a escalada em outros picos e setores do Brasil. Para a pesquisa documental e bibliográfica, ative-me à biblioteca do Clube Excursionista Brasileiro – CEB, onde pude conhecer personalidades do montanhismo brasileiro e ter o prazer de ouvir histórias preciosas que contribuíram para esta pesquisa.

Com intuito de investigar a questão do fluxo na escalada tradicional, criei como material de trabalho um diário de altura em que relatei cada uma das experiências vividas e anexe documentos, como croquis, mapas de acesso, relatos de outros escaladores e fotos de registro. Estes materiais serão apresentados ao longo do texto, como forma de compartilhar a experiência vivida e aproximar o leitor da prática.

Sem me preocupar com a quantidade de vias escaladas, mas com a qualidade do trajeto, em experiência de fluxo, destaco a seguir as vias tradicionais escaladas na cidade do Rio de Janeiro:

- Dos Italianos com Secundo – 5°Vsup E1/E2 D2 260m (Face Oeste - Pão de Açúcar - RJ), dividindo cordada;<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup>Neste esquema, primeiro está dado o nome da via, conforme seu conquistador intitulou; em seguida temos o grau geral da via, que neste caso Dos Italianos é um 5°; depois vem o grau do lance mais difícil da via, que chamamos de crux, que neste caso é Vsup e encontra-se, pelo croqui, no final da primeira enfiada; em seguida temos o grau de exposição, seguido do grau de duração, a metragem total da via e a sua localização. Ao final ainda estou dizendo se fiz a via guiando, como participante ou dividindo a cordada com o outro escalador, alternando entre guiar e participar. Todos os outros exemplos que se seguem terão a mesma norma de especificação.

Cabe ainda ressaltar que a graduação das vias é dada pelo seu conquistador, que algumas vezes convida outros escaladores para subirem e avaliarem o grau de dificuldade. No entanto, é um parâmetro bastante subjetivo, já que cada pessoa pode resolver o problema de uma forma distinta dependendo de suas relações corporais. Mas serve como parâmetro para que os escaladores possam se situar de alguma forma. No caso das escaladas em livre, o grau da via é dado quando a pessoa está subindo à vista, ou seja, pela primeira vez, sem conhecimento prévio da via, betas (dicas) de outros escaladores e nem ter visto alguém subir, além de ter encadeado, como já dissemos anteriormente, escalado de uma só vez sem cair e sem usar apoio artificial para progredir ou descansar.

- Coringa – 3°IIIsup E1 D1 100m (Face Sul - Pão de Açúcar), guiando;
- Ás de Espadas – 6°VIsup E1/E2 D1 120m (Face Sul - Pão de Açúcar), dividindo;
- K2 – 4°V (cristo), dividindo;
- Maurício Mota (M2) – 4°Vsup E2 D1 150m (Morro da Babilônia), dividindo;
- Luiz Arnaud – 4°IVsup E1 D1 180m (Morro da Babilônia) dividindo;
- Roda Viva – 4°VI E2 D1 140m (Morro da Babilônia), dividindo;
- Paraíso Perdido (P3) – 3°V E2 D2 180m (Pico da Tijuca – Parque Nacional da Tijuca), dividindo;
- 12 de Fevereiro – 2°IV – E1 D1 115 m (contraforte do Perdido do Andaraí Face Norte - Parque Estadual do Grajaú), dividindo;
- Ilusões da Guanabara – 4°V E2 D1 165m (Morro da Babilônia) dividindo;
- Olimpo – 3°IVsup E2 D1 120m (agulha da gávea) dividindo;
- Chaminé do Funil com Cereja do Bolo – 3°III E1/E2 D1 e 4°V E1/E2 D1 50m (Cantagalo) participando;
- Brilho da Noite – 3°IV E2 D1 120m (Cantagalo), guiando;
- Infravermelho – 2°III E1/E2 D1 95m (Face Sul – Morro da Urca – Setor Coloridos), guiando;
- Três Patetas – 2°III E2 D1 90m (Face Sul – Morro da Urca – Setor Coloridos), dividindo;
- Madame Satã – 4°VI (V) E2 D2 200m (Aderência Sumaré – jardim botânico), participando;
- 15 de Novembro – 2°IIIsup E2 D1 170m (Agulha da Gávea) guiando;
- Sapo Cururu – 4°V (A0/VIIa) E2 D1 155m (Pedra do sapo face oeste – Vale do rio cabeça – Serra da Carioca) dividindo;
- Caverna de Cristal 5°V E2 D1 120m (Morro do Cantagalo) dividindo;
- Paredão DGM (Pepe legal) 5°VI E2 D2 350m (Pedra do Perdido – Parque Estadual do Grajaú) dividindo;
- Gaspareto 4°V E1 D1 (Morro do Cantagalo) dividindo;
- Oswaldo Pereira – 4°VIsup E1/E2 D3 495m (Alto Mourão face sudoeste – Parque da Tiririca, Itaquatiara, Niterói RJ), dividindo;
- Passagem dos olhos - 4°IV E2 D2 145m (Pedra da Gávea), dividindo.

Das vias esportivas, utilizadas como treinamento na rocha, guiei:

- Yuri Gagarin – VIIa35 metros (face norte – Morro da Urca)
- Antonio Calado – 4 V E1/E2 45 metros (face norte – Morro da Urca)
- Urubu Capenga – VIIa/b (Pedra do Urubu – Urca)
- Urubunda – VIIa (Pedra do Urubu – Urca)
- Urubu Rei – VIIb (Pedra do Urubu – Urca)
- Hot Dog – VIIc (Hot Dog – Urca)
- Cetus - V (Morro São João - Chacrinha)
- Gardênia, a estrela que não brilha – Vsup (Morro São João - Chacrinha)
- Cristal Canibal (Platô da Lagoa)
- Cristal mágico (Platô da Lagoa)
- Maldita – VIIa (Platô da Lagoa)
- Prusquistão em casa – IVsup (Platô da Lagoa)
- Três porquinhos - VIIb (Platô da Lagoa)
- Montanha Russa (Platô da Lagoa)
- Zona morta – VIIIb (campo escola 2000 – Parque Nacional da Tijuca)
- Jair Lourenço – VI E1/E2 (face norte – Morro da Urca)
- Cabeça oca VI E2 (face norte – Morro da Urca).

Pratiquei a escalada esportiva e tradicional também em outras cidades, nas quais tive a oportunidade de experienciar diversas vias, com diferentes parceiros, como: Petrópolis no Rio de Janeiro; Andradas, Arcos, Lapinha e Bocaina Park, em Minas Gerais; e São Bento do Sapucaí, Falésia Paraíso (Pindamonhangaba), Pedreira do Garcia (Campinas) e Águas da Prata, em São Paulo.

Porém, como teria surgido a escalada, antes dessas práticas indoor e esportivas? Para responder a esta pergunta, primeiro iremos localizá-la dentro de um espectro maior que é o montanhismo, pois a escalada em rocha, com diversas práticas heterogêneas, situa-se neste contexto de relação com a natureza e, mais propriamente, com a montanha.

## **Montanhismo, prática e filosofia de vida – breve contextualização histórica e definições**

*Gostaria que um alpinista fosse considerado antes como um Homem, do que como Alpinista.  
Praticar alpinismo significa utilizar um meio pra manifestar suas qualidades humanas.  
Assim, o verdadeiro cume de uma montanha não é outro que o Homem  
(Walter Bonatti).*

E como falar de montanhismo sem antes entender o que se tem em mente como montanha? Faria (2005) considera que pessoas leigas fazem confusão entre os diferentes tipos de relevo, como colina, morro, pico, montanha e serra, sendo que existem quatro maneiras de classificá-los, segundo a origem, estética, altura/altitude e forma. Percebe também que não há consenso entre os próprios profissionais, pois cada um tem objetivos específicos ao analisar o relevo. Para um geocologista, por exemplo, o importante seriam as diferenças climáticas; para o fisiologista, os impactos causados no ser humano; e para o montanhista, dependeria da natureza da atividade a se praticar. Além disso, o autor considera que os próprios dicionários não trazem definições precisas.

Para classificar uma montanha, Antonio Paulo Faria acredita que deve ser levado em conta o relevo relativo, sua declividade e também a morfologia. Segundo ele, a altitude está relacionada ao nível do mar e não serve para definir montanhas. A altura seria então o desnível vertical entre a base e o topo: “Para a geomorfologia, em geral, considera-se montanha como uma elevação cuja altura em relação à base é maior que 300 metros e com vertentes de inclinação acentuada. Sendo assim, a elevação precisa estar a pelo menos 300 metros acima do relevo médio circundante” (FARIA, 2005, p.21).

Brito (2008) corrobora com o dissenso existente, ao afirmar que “um alpinista, um eremita e um geólogo, por exemplo, que digam no mesmo modo ‘vou à montanha’ não falam absolutamente da mesma coisa” (BRITO, 2008, p. 2). Segundo este autor, em cada época e cultura, a montanha ganhou símbolos e conotações diversas. Atribui-se, em muitos casos, uma dimensão religiosa, com a crença de que pela altura, estaria mais próxima dos céus e assim com as energias sagradas e potenciais. A princípio, foi vista como símbolo do próprio Deus, mais tarde como lugar sagrado, morada de entidades, e, quando a noção de divino se desmaterializa, passa a conotar um lugar de passagem entre o céu e a terra, que liga os homens aos deuses.

Ao analisar o papel do espaço sagrado na vida das sociedades tradicionais, Eliade (1992) parte do símbolo da Montanha Cósmica, como sendo um pilar que suporta o céu, eixo

axial de ligação, como representação do movimento espiritual, para o alto e para baixo:

A montanha figura entre as imagens que exprimem a ligação entre o Céu e a Terra; considera-se, portanto, que a montanha se encontra no Centro do Mundo. Com efeito, numerosas culturas falam-nos dessas montanhas – míticas ou reais – situadas no Centro do Mundo: é o caso do Meru, na Índia, de Haraberezaiti, no Irã, da montanha mítica 'Monte dos Países', na Mesopotâmia, de Gerizim, na Palestina, que se chamava aliás 'Umbigo da Terra'. Visto que a montanha sagrada é um Axismundi que liga a Terra ao Céu, ela toca de algum modo o Céu e marca o ponto mais alto do mundo; daí resulta, pois, que o território que a cerca, e que constitui o 'nosso mundo', é considerado como a região mais alta (ELIADE, 1992, p. 25).

Brito (2008) traz ainda a perspectiva da região montanhosa como lugar com propriedades curativas, lembrando-nos da época de criação de hospitais que tratavam de doenças pulmonares e respiratórias, em lugares altos no Brasil:

Nas regiões montanhosas, o ar era considerado mais limpo, com propriedades curativas e ação purificadora. O aspecto higiênico das regiões altas atraiu também a medicina. A partir de 1850, diversos sanatórios foram construídos em pontos elevados dos Alpes, onde tuberculosos e asmáticos internavam-se, absorvendo o sol da montanha e o ar puro. No Brasil, a mesma valorização terapêutica das terras altas deu origem à cidade de Campos do Jordão: o povoado, fundado em 1874, transformou-se em estância de repouso, e nas décadas seguintes se firmaria como centro de tratamento de doenças pulmonares. Ainda hoje atrai turistas devido ao frio e ao ambiente montano (BRITO, 2008, p. 7).

Circulam, pela região de Campos do Jordão, lendas de que pessoas teriam se curado com as águas providas das montanhas, ou mesmo pelas próprias montanhas, que teriam um poder mágico de transformação, como se fossem dotadas de propriedades sobrenaturais.

Atualmente, as montanhas, imersas na natureza, seriam também lugar de refúgio dos centros urbanos, funcionando como uma válvula de escape, alternativa aos rigores das grandes cidades, em que as pessoas podem se abrigar e criar uma espécie de imersão, sentindo-se mais fortalecidas: "Ela (a montanha) se transforma em um meio eficaz de fugir ao estresse da vida urbana, de renovar as energias" (BRITO, 2008, p. 8).

Portanto, como nos lembra o documentário *Mountain*, dirigido por Jennifer Peedom e lançado em 2017, nos primórdios, as montanhas seriam símbolo de perigo, não de beleza. Eram contempladas à distância, por receio, por desconhecermos o que continham, por sua

magnitude. Aos poucos, o medo foi substituído pelo fascínio. O desafio de subir a montanha, a busca pelo sublime, teria levado o homem para fora e para cima. Começaram então as diversas expedições de conquista das montanhas. Quem seria o primeiro a chegar lá em cima? Os homens, movidos pela disputa ao poder e prestígio, iniciaram o início do ataque aos cumes. Atualmente, são milhares de pessoas que transitam nas trilhas para subir ao cume do Everest, por exemplo. Criou-se uma indústria moderna da ascensão. Criam-se filas, existe uma multidão à procura das montanhas. Os homens assumem riscos cada vez maiores e pagam o “preço” por isso, pois a natureza nos surpreende.

Percebemos, então, que as montanhas estão presentes no imaginário humano há muito tempo, fazendo parte das crenças de diferentes povos ao longo da história, sendo habitadas, cultuadas, veneradas ou temidas. No entanto, sobre a prática de montanhismo, não é simples precisar seu início, como nos apresenta Daflon (2016) ao dissertar sobre a história desta prática:

(...) quando começou a ser praticado o montanhismo? Os europeus diriam que foi em 1786, com a conquista do Mont Blanc (4.808m), ponto culminante dos Alpes, na fronteira França-Itália. Mas, dependendo do que se considera como montanhismo, pode até ter sido antes. Aliás, boa pergunta: o que se define por montanhismo? É quando se escala apenas por puro prazer e realização pessoal, ou também quando se é movido por razões religiosas, científicas, econômicas e até militares? (DAFLON, 2016, p. 9-10).

Apesar de Lordeiro (2012) considerar que “as civilizações antigas temiam ou simplesmente ignoravam as montanhas, datando de poucos séculos o interesse do homem em explorá-las” (LOURDEIRO, 2012, p. 9), ou que, mesmo quando o faziam, era restrito a montanhas de pequeno porte, Daflon (2016) e Faria (2006; 2017) consideram que o montanhismo não é algo recente, pois, como nos apresentam os autores, a relação do homem com a montanha é antiga e com finalidades variadas, desde a obtenção de alimentos e recursos naturais até como forma recreativa ou militar, usando o local como ponto estratégico para impedir invasões. Há também o propósito religioso, como parte de rituais ancestrais, e ainda enquanto um recolhimento, como o caso de Cristo no Monte das Oliveiras descrito na bíblia. Faria (2017) esclarece ainda que:

ninguém inventou o montanhismo ou a escalada. O que aconteceu foi a evolução lenta e contínua da forma e dos propósitos com que as pessoas subiam montanhas, e isso pode ter ocorrido isoladamente em vários cantos do mundo. O ato de subir montanhas foi evoluindo com o tempo, e a procura de equipamentos específicos e com isso a escalada técnica foi surgindo aos poucos, mas os objetivos eram distintos: podia ser militar ou de

defesa; para caçar; para obter recursos minerais ou vegetais; podia ainda ser com objetivo religioso; podia ser simplesmente como lazer. Porém, mais tarde, trocaram pela palavra esportiva (FARIA, 2017, p. 12).

Sobre este propósito, Beck (1995) ainda afirma que a escalada como esporte é algo muito recente, pois o intuito de se escalar mudou com o passar dos tempos. Por alguns anos, as razões foram nacionalistas, como levanta Faria (2006), “no sentido de conquistar a primeira ascensão” (FARIA, 2006, p. 17), ou seja, cada país queria ser o primeiro a subir em determinado pico, colocar a sua bandeira e ter seu nome lembrado na história como o primeiro a ter conquistado aquele feito. Existiam interesses políticos, de prestígio e de poder, com relação econômico-social, envolvidos nas primeiras ascensões das montanhas. O autor complementa ainda que “a fascinação da escalada hoje se traduz no desafio do homem contra a rocha, na coreografia de braços e pernas sobre a parede, na sensação de músculos se impondo à pedra, libertando-se das limitações da gravidade num áspero mundo vertical, onde, por alguns momentos, o homem dança entre o céu e a terra” (BECK, 1995, p. 4-5). A esse novo intuito classificar-se-ia a atividade da escalada como um esporte e, então, teria seu início, segundo concepção européia, em 1787, com a subida ao Mont Blanc.

Walter Bonatti (1978), montanhista e escalador italiano dos últimos tempos, renomado por seus feitos, complementa esta questão, trazendo a perspectiva de certa filosofia:

The sport of mountaineering was invented a couple of centuries ago by the explorers of the Alps, who, once they had learned the lie of the valleys and passes, felt an urge to conquer the summits. Those strongholds of legend, till then reputed impregnable, fell one after another. Then routes were driven in turn up the ridges, up the faces and buttress, ever more direct and more difficult. Slowly, what had been natural obstacles to the pioneers became goals for the ardour and tenacity of their descendants. By some, they were taken above all as gauges of their own value in a competition more against themselves than against the mountain, and as a mother nature in terms of action. At this point mountaineering really transcended its origins, assuming an almost philosophical significance. I would say that it acquired a soul, and from there went on to become an active and heroic expression of our age (BONATTI, 1978, p. 71).<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> “O esporte do montanhismo foi inventado há alguns séculos pelos exploradores dos Alpes, que, depois de terem aprendido a mentira dos vales e passagens, sentiram a necessidade de conquistar os cumes. Essas fortalezas lendárias, até então consideradas inexpugnáveis, caíram uma após a outra. Então as rotas foram conduzidas em volta das cristas, subindo as faces e contrafortes, cada vez mais diretas e mais difíceis. Lentamente, o que tinham sido obstáculos naturais para os pioneiros tornaram-se metas para o ardor e tenacidade de seus descendentes. Por alguns, eles foram tomados acima de tudo como indicadores de seu próprio valor em uma competição mais contra si mesmos do que contra a montanha, e como uma mãe natureza em termos de ação. Neste ponto, o montanhismo transcendeu realmente as suas origens, assumindo um significado quase filosófico. Eu diria que ele adquiriu uma

O mesmo se dá na história do montanhismo brasileiro, sobre o qual Faria (2006) afirma que não é possível fixar uma data do seu início ou encontrar uma suposta “paternidade”, pois “sabemos que os nativos já subiam montanhas no Brasil; há milhares de anos, como a serra do Ponto (1995m), em Pernambuco, onde existem pinturas rupestres datadas de até 4000 anos atrás, e também muitas ossadas humanas” (FARIA, 2017, p. 13). Portanto, como forma organizada de prática de montanha, com este nome e viés, teria surgido de forma natural entre os séculos XVIII e XIX e teria evoluído por conta dos próprios brasileiros e também de alguns imigrantes.

Considera-se, assim, que as primeiras ascensões nas montanhas buscavam a forma mais fácil de chegar ao ponto mais alto, muitas vezes caminhando e escalando somente quando necessário, o que Faria (2006) denominaria de escalada “orgânica”, em contraposição com a escalada técnica que consistiria no uso de equipamentos de segurança para progredir em uma parede rochosa, a partir de seus apoios naturais. Este tipo de escalada (técnica) teve como marco no Brasil a conquista do Dedo de Deus pela via Teixeira em 1912. Segundo este autor:

[a escalada técnica] consiste em subir paredes rochosas usando apoios naturais, como agarras, buracos, fendas e chaminés. Ou mesmo subir em rochas lisas usando apenas aderência do solado dos calçados. Necessita-se força nas mãos e nos pés e equilíbrio. Usa-se material de segurança apenas para evitar quedas longas. A dupla de escaladores vai presa às pontas de uma corda de 50 ou 60 metros de extensão. O guia vai na frente escalando e passando a corda de segurança pelo mosquetão, que é preso no grampo (proteção fixa na rocha) ou material móvel, que ele coloca dentro das fendas. Se por acaso ele cair, o seu companheiro, que está abaixo, mas preso com segurança, trava a corda através de um freio para interromper a queda (FARIA, 2006, p. 74-75).

O que estariam os montanhistas fazendo? Por que estas peregrinações estranhas? Manoel Lordeiro (2012), ao levantar este questionamento, refuta que não seria por uma questão estética, de apreciar o local montanhoso, pois poderíamos fazê-lo sem precisar escalar, tampouco somente por se tratar de uma prática ao ar livre, pois também de outras formas poderíamos usufruir, e o mesmo pela questão esportiva, pois existiriam outros esportes a serem praticados. Segue então com seu argumento, o qual reforça o gosto pelo risco, dizendo que, intrínseco à prática e à vida, traria este interesse: “O amor ao risco é inerente à condição humana; a escalada pode ser entendida como um jogo em que se arrisca a própria

---

alma, e a partir daí tornou-se uma expressão ativa e heróica de nossa época” (BONATTI, 1978, p. 71. Tradução nossa).

vida. Há muitas formas de arriscar a vida nessa espécie de jogo, não é privilégio do montanhismo” (LORDEIRO, 2012, p. 13).

Beck (1995) também nos fala do prazer do perigo que os escaladores sentem ao realizar suas atividades. Observa que crianças, por instinto, jogo ou prazer pela descoberta de si no espaço, escalam muros, portões, armários, desde bebês e se divertem fazendo isso. Para o escalador, existe ainda uma sensação de liberdade. Lordeiro (2012) apresenta ainda o raciocínio de Jochen Hemmeleb de que seria a intensidade da experiência que a caracterizaria: “As pessoas não praticam a escalada para expor a vida ao perigo, mas para provar a si mesmas que ainda estão vivas” (HEMMELEB, apud LORDEIRO, 2012, p. 14). Diz-se, desta forma, que nos sentimos tão vivos nesses momentos por sabermos que a qualquer instante podemos morrer.

Nesse sentido, temos os escritos de Francesco Petrarca (2011) - considerado o pai do alpinismo, ao relatar sobre a ascensão ao Mont Veloux (1912 metros) na França, em 1336 - que falam da possibilidade do montanhismo como uma atividade pessoal, para fins de autoconhecimento e reflexões filosóficas (DAFLON, 2016). Aqui, reside o gérmen para o questionamento que se seguirá sobre a classificação deliberada da escalada e do montanhismo em geral como esporte.

Estudiosos do conceito de paisagem no campo da arquitetura e urbanismo trazem como referência a obra de Petrarca por ser um marco inicial do olhar moderno sobre esse tema, pois o poeta teria subido a montanha pelo “desejo de ver um lugar reputado por sua altura”, sem mais objeções. Outros autores relacionam seu feito com o turismo, por se tratar de um passeio sem finalidade prática, poder caminhar pela vontade de caminhar. Seria a possibilidade de contemplação da paisagem em benefício do espírito. Assim, a ação de subir a montanha, como parte de uma prática montanhista e de escalada, não poderia ser classificada de forma unânime e consensual como um esporte, mas dependendo da finalidade e maneira como é encarada, como uma prática de transformação pessoal, filosófica, ou de emancipação.

Beck (1995) traz a perspectiva de que a competição dentro da escalada teria vindo com o surgimento dos muros e ginásios indoor, tendo seu início nas repúblicas soviéticas, com objetivo de velocidade, sem despertar interesse inicial dos escaladores ocidentais que valorizavam mais técnica e estilo. No entanto, o autor assume que a competição sempre existiu entre escaladores, e teria duas formas: “primeiro, realizar uma conquista, ou seja, uma ascensão inédita; e segundo, fazê-la mais rapidamente do que escaladores anteriores”

(BECK, 1995, p. 141).

Faria (2017) questiona ainda se, neste meio da competição, a escalada esportiva não teria se tornado um esporte olímpico e deixado de ser escalada: “mesmo antes de ter sido escolhida para entrar nos jogos olímpicos de Tóquio, em 2020, a escalada esportiva no Brasil e no mundo não era muito diferente dos esportes olímpicos, ou seja, a filosofia da escalada foi colocada de lado, prevalecendo a preparação física e a busca para chegar a níveis que ficam além da capacidade humana” (FARIA, 2017, p. 127).

No entanto, apesar dessas contestações, a classificação da escalada como um esporte é algo praticamente unânime entre os autores pesquisados, que usam este termo de forma recorrente e pouco questionada, com algumas exceções, como trazido por Antonio Paulo Faria (2006) que teria dúvidas em considerar a escalada e o montanhismo como atividades físicas ou esporte. Isto porque, como veremos a seguir, todo esporte é uma atividade física, mas nem toda atividade física precisa ser um esporte.

## **Esporte?**

A concepção de esporte também não é consensual e diversos são os estudos e investigações sobre sua origem, desenvolvimento ao longo dos anos e definição nos dias de hoje. Não é intuito desta pesquisa fazer uma revisão bibliográfica sobre estes temas ou levantar discussões acerca do que vem a ser o esporte, mas apenas contextualizar o lugar de fala e revelar outras perspectivas para a prática da escalada em rocha.

Fazendo uma remontagem histórica, Sigoli e Junior (2004) defendem que as atividades antigas, corporais e atléticas, não podem ser consideradas como esporte, pois “este é um fenômeno moderno que surgiu a partir da regulamentação de jogos populares e da institucionalização oriunda do associacionismo clubístico” (SIGOLI; JUNIOR, 2004, p. 118). Baseiam-se na tese de que o esporte, por algumas características, sofreu influências e foi instrumento político ao longo dos anos, destacando alguns marcos históricos:

Foi utilizado pela burguesia como elemento disciplinador, higienista e alienador no berço da revolução Industrial, procedente do capitalismo. Foi usado como ferramenta de propaganda dos Estados, inflamando valores nacionalistas e até raciais, como no caso da Alemanha nazista. Também serviu de instrumento de intimidação política, estratégica e ideológica durante a Guerra Fria, quando o mundo se encontrava dividido em dois blocos políticos antagonistas. Finalmente foi incorporado ao mercado mundial seguindo as tendências neoliberais da globalização (SIGOLI; JUNIOR, 2004, p. 118-119).

No entanto, os autores percebem que, apesar destas influências sofridas e da utilização do esporte para fins econômicos e políticos a partir de sua instrumentalização, ele mantém em sua configuração primeira, a partir do embate esportivo, seus princípios fundamentais: “a busca pelo ideal da vitória e o intuito de ser melhor” (SIGOLI; JUNIOR, 2004, p. 119) e afirmam que, apoiado na regulamentação, este fenômeno consegue sustentar sua legitimidade.

Barbandi (2006) parece reforçar este caráter competitivo, regulamentado e institucionalizado, ao definir o esporte como “uma atividade competitiva institucionalizada que envolve esforço físico vigoroso ou o uso de habilidades motoras relativamente complexas, por indivíduos, cuja participação é motivada por uma combinação de fatores intrínsecos e extrínsecos” (BARBANDI, 2006, p. 57).

A partir deste conceito, podemos traçar uma linha clara de diferença de como vemos a prática da escalada tradicional brasileira em relação ao esporte, pois poderia se tratar antes de uma prática corporal de emancipação, que amplia o praticante e torna-o mais complexo, a partir da experiência de fluxo, como veremos a seguir, dentro de um sistema de cooperação e mutualismo dos participantes entre si e em relação ao meio. Isso não quer dizer que não exista emancipação dentro do campo do esporte, mas, para tanto, precisamos definir o que seria este campo e justificar a separação.

Essa diferenciação torna-se importante, pois não podemos supor que toda escalada seja vista e praticada como um esporte uma vez que depende do nosso espectro focal: “Para uma atividade física ser classificada como esporte, ela deve ocorrer sob um conjunto particular de circunstâncias” (BARBANDI, 2006, p. 55). A dança, por exemplo, apesar de ser uma atividade física, situa-se no campo das artes e não do esporte. Suas relações, funções, signos, engendramentos e modos de operar são de outra natureza e seguem outras propostas.

Da mesma forma, a ascensão de Francesco Petrarca ao Monte Ventoso, referido anteriormente, não poderia ser considerada como uma prática esportiva nesses termos expostos, pois teria, antes de qualquer coisa, pretensão de subir a montanha por subir, para olhar a paisagem e assim poder ser modificado por ela. Não poderíamos, então, considerá-la como uma prática de montanhismo, em que, em alguns trechos, o poeta tenha escalado para ascender ao topo? Seria então uma caminhada vertical? Contudo, ao mesmo tempo, foi considerado como o pai do alpinismo por relatar a primeira ascensão a uma montanha,

independentemente de sua finalidade.

Estas distinções poderiam ser amplamente aprofundadas e valeria seu estudo para maior compreensão das disputas de território nas áreas de conhecimento, como já é conhecido em relação à educação física e à dança. No entanto, cabe-nos, neste momento, situar a escalada dentro de um contexto e delimitar seu entorno para que possa ser compreendida de maneira mais ampla dentro da proposta pretendida.

O modo de operar, este “como” em que tanto insisto em minhas aulas, que está sendo trabalhado numa perspectiva qualitativa de produção de conhecimento e não a partir de números, faz com que tornemos uma mesma prática coisas distintas. A maneira como a encaro, o que me movimenta e me instiga a fazê-la mudam a própria atividade.

Lembro-me de uma aula de Dança Acrobática que ministrei no espaço cultural independente “Casa 69” na cidade do Rio de Janeiro em abril de 2019. Ao explicar minuciosamente aos alunos os vetores ósseos que experienciávamos em um determinado exercício, a inversão do eixo e o apoio ativo das mãos no chão caminhando com os pés na parede até ficarmos de cabeça para baixo e depois retornarmos à posição inicial, uma aluna comentou que o mesmo exercício era feito na aula de *crossfit* que praticava, mas, lá, não importava como faziam, desde que chegassem à posição final de inversão e que, na minha aula, parecia que a preocupação estava em “como fazer”, sem priorizar o destino final, mas o caminho seguido para se chegar a um lugar.

Sendo assim, nos distanciamos do esporte, a começar pela questão de ser uma atividade competitiva, pois, na maioria das vezes, no âmbito da escalada tradicional brasileira, não estamos competindo com alguém. Ao contrário, em duplas, estamos realizando certo tipo de agenciamento por “mutualismo” (apesar de serem da mesma espécie, diferente da definição da biologia, que seria entre espécies diferentes) quando uma pessoa depende da outra, tanto na questão da segurança, como na parceria da atividade. Assim como nos ralis, em que a interação entre o piloto e o navegador é fundamental, tornando a dupla necessária para a prática, na escalada dá-se a mesma interação e cooperação entre os participantes. Os envolvidos não competem entre si, pelo contrário, beneficiam-se. No procedimento da escalada em questão, uma pessoa dá segurança à outra, sendo uma forma de “apoio”. As funções ainda se invertem, pois, aquele que subia e precisava da segurança do que ficava embaixo, agora passará a promover segurança para que este último suba. Assim, os participantes são codependentes, em certo sentido, fazendo com que a prática aconteça a

partir de sua interação.

Claro que a escalada pode se tornar uma atividade esportiva, como acontece no caso das competições em Boulder e parede, seja em ambiente artificial ou natural. Diferentes intuítos podem ser vistos ao se escalar uma montanha ou muro de ginásio. Posso subir para tirar uma *selfie*, para desenvolver uma determinada musculatura como uma atividade funcional, para realizar manutenção de um sistema, como no caso do trabalho em altura, para vencer um medo ou me mostrar mais forte e corajoso, ser único em determinada façanha, assinar o livro dos cumes e ter meu nome na história, fazer parte de uma determinada geração ou modismo e afins. As buscas são diversas. Os praticantes e suas condutas, também.

Diferentemente do que nos traz Vargas (2014) ao dizer que o esporte também pode “ser praticado com liberdade e finalidade lúdica estabelecida por seus praticantes, realizado em ambiente diferenciado, inclusive na natureza (jogos: da natureza, radicais, orientação, aventura e outros), cuja aplicabilidade pode ser para a promoção da saúde e em âmbito educacional”, vemos uma distinção proposta por Barbandi (2006), que distingue a atividade conforme três aspectos: tipo de atividade física; condição sob a qual acontece; e orientação subjetiva dos participantes. Isto quer dizer que, conforme delinea este último autor, uma mesma atividade física, como o futebol, por exemplo, pode ser visto como um esporte quando está dentro de certo ambiente, como um torneio em que regras são estabelecidas, sob condições formais e organizadas, ou seja, de forma institucionalizada; mas também pode ser visto como uma atividade de recreação, quando são dois amigos jogando no quintal de casa, de forma descontraída, sem normas institucionalizadas.

Tampouco estou pensando nesta prática como uma forma de autocompetição, quando se busca superar a si mesmo, como visto no esporte, ou ao considerar que “a natureza que se torna o adversário da disputa” (DIAS; JUNIOR, 2007, p. 35), como traria o autor para dizer que no *rafting*, por exemplo, o rio precisaria ser vencido.

Quando se pensa na natureza, no caso a montanha, como adversário dentro de um ambiente de disputa, os termos de derrota e vitória são acionados: “ser derrotado pela montanha” ou “vencer a montanha”. Neste sentido, parece não caber a possibilidade de coabitar o espaço: seria ela (a montanha) ou eu. Neste campo de batalha que se instaura, utilizam-se ainda os termos força, poder e luta, pois percebem-se os elementos da natureza como inimigos ameaçadores, forças superiores destrutivas, que precisam ser combatidas, pois colocam em perigo a vida das pessoas envolvidas. Os utensílios, equipamentos e materiais

específicos de cada prática são vistos como armas, utilizadas para atacar o outro e buscar a vitória frente à situação de confronto que se instaurou. Dessa forma, trata-se de um jogo de poder e dominação, como podemos perceber na argumentação trazida por Dias (2007), quando afirma que o elemento competitivo é intrínseco à prática, pois quando não está aparente na disputa do ser humano com o outro, existe um deslocamento do elemento competitivo do outro, do adversário, para si mesmo:

Este deslocamento parece mesmo acontecer, e constitui esses esportes como sendo uma espécie de autocompetição (...). De uma outra forma, estes deslocamentos podem acontecer na direção dos elementos naturais. Nesse caso, é a natureza que se torna o adversário da disputa (DIAS; JUNIOR, 2007, p. 35).

A prática que proponho pensar não se enquadra nestes moldes. Não estaríamos escalando uma montanha para vencê-la ou a nós mesmos, mas, antes, para sermos vencidos e, assim, tornarmos-nos passíveis de transformação. A montanha não é rival ou ponto de batalha, mas ponto de apoio, lugar de acontecimento, da qual fazemos parte, nos juntamos e assim sentimo-nos conectado com um todo maior. Seria a mesma noção que a Educação Somática tem do chão, quando tenta resgatar este espaço como apoio, parceiro das nossas atividades corporais diárias, lugar perdido pelo homem adulto que nem sente mais nele.

Mais adequado, para a prática que estamos trabalhando nesta pesquisa, seria utilizar o termo “atividades na natureza” em contraposição com esportes radicais, de aventura, selvagens, dentre outros, para querer dizer sobre práticas no meio natural, sem necessariamente envolver o fator competitivo e institucionalizado. Como nos traz Marinho: “As intensas manifestações corporais nessas práticas, permitem que as experiências na relação corpo-natureza expressem uma tentativa de reconhecimento do meio ambiente e dos parceiros envolvidos, expressando, ainda, um reconhecimento dos seres humanos enquanto parte desse meio” (MARINHO, 2001, p.150).

Nesse espectro, ao tratarmos de uma atividade na natureza, estamos lidando com um ambiente específico, que é a montanha. A partir dos diversos significados deste lugar, podemos conceber a prática da escalada em rocha como uma possibilidade de emancipação, atividade corporal, de trabalho sobre si, em que nos transformamos ao longo do trajeto. Trata-a como uma caminhada vertical, deriva, deslocamento que nos possibilita experienciar o fluxo, conforme delineado por Mihaly (CSIKSZENTMIHALYI, 2002) e nos desprendermos de nós mesmos ao longo do trajeto.

As montanhas são bem mais do que um simples desafio ou um adversário a ser superado. Elas revelam nossa insignificância, pois são indiferentes a nós. Como nos revela de forma potente o documentário Mountain: “montanhas não buscam o nosso amor, nem a nossa morte. Mas, mesmo assim, elas mudam a forma como nos vemos”.

A primeira sensação que tenho na escalada é a de pausa. De uma parada que antecede a prática em si, se pensarmos no movimento de subida vertical pela rocha. Contudo, depois de subir a montanha, de caminhar por uma trilha, em um relevo já inclinado e sinuoso, mas ainda na condição bípede, até chegar à rocha, há um momento de pausa em sua base, mesmo que pequeno quando se anseia subir. Então, a rocha surge, majestosa. Ela apresenta-se, e eu contemplo-a. É uma pausa de contemplação. Quando chego na base da via e olho para cima, percorro com o olhar a rocha, em direção ao cume. O ambiente também muda. Em contato com a natureza, tem-se outro ritmo, somos obrigados a desacelerar. A rocha freia. É como um grande obstáculo no Parkour<sup>15</sup>, mas, na verdade, é também meu destino, o que procuro. Neste caso, a pedra é o caminho, pois vou até lá para me deixar estar neste obstáculo e não somente para ultrapassá-lo como se estimasse ir até outro lugar. Então, ao mesmo tempo em que me exige frear como algo que se impõe na rota (inexistente), ela também é lugar de chegada, respiro para um novo momento de subida vertical, porém agora, de forma quadrúpede.

A atividade não se inicia no momento de subida na rocha, nessa caminhada vertical, mas desde a escolha da via, estudo dos mapas de acesso, croquis, condições climáticas e relato de outros escaladores, da separação de equipamentos e montagem da bagagem, da caminhada por trilha de acesso e outros, e até mesmo de treinos específicos necessários, sendo difícil precisar o momento exato de início da prática. Existem, no entanto, etapas específicas. Portanto, antes da subida na rocha, sinto que existe um momento de pausa, necessário. Seria, então, o início de um **respiro**, lento e profundo. Algo se transforma. É um início de estado de fluxo que se instaura. Para mim, trata-se do momento de deixar a mochila no chão e observar, sem peso e sem pressa, o que se tem à frente.

Vemos a montanha, contemplamo-la. Colocamo-nos nesse lugar de transformação, de

---

<sup>15</sup>Técnica francesa de deslocamento no ambiente natural ou urbano, também chamado de corrida livre ou arte do deslocamento, em que o participante deve enfrentar diversos tipos de obstáculos para se movimentar e seguir por uma trajetória no espaço. Para isso se utiliza de fundamentos da ginástica natural de Georges Hébert, em que aprimora seu equilíbrio, agilidade, flexibilidade, força, entre outras capacidades, além de ser estimulada a criação de estratégias para as situações-problema apresentadas. No momento da ação é dado um problema que o praticante deve solucionar corporalmente, como uma saída possível para prosseguir.

potência, encontro, já muito estudado, presente no imaginário de diversas civilizações, palco de cultos e adorações, de disputa, interesse, de riso e choro. E percebemos que ela exerce certo poder sobre nós, algo na ordem do encantamento. Seria como se houvesse uma força que nos puxasse para cima, que nos chamasse. Assim, a montanha, com sua dimensão de grandeza, força imponente e potência, pode ser vista tanto como lugar hostil, de que se deve manter distância, quanto lugar de beleza e encanto, que nos atrai e convida a subir e ali se enveredar.

As montanhas restauram o nosso fascínio, nosso poder tanto em encantar quanto em sermos encantados. Neste movimento, somos tomados por algo, uma emoção de imensa alegria nos invade como diria Michel Serres (2004). No contato com as montanhas, acompanhando suas transformações, sua dimensão, ficamos perplexos com as sutilezas e simplicidades do mundo.

Essa sensação de encantamento, essa perplexidade com os fenômenos naturais mais simples, como se voltássemos a perceber o mundo em que vivemos e retomássemos o sentimento de pertença a ele, interessa-nos nesta pesquisa. As atividades de montanha nos dão a oportunidade de vivenciar experiências que estão além da expressão. Existe uma beleza inexplicável: os cumes nos deixam imóveis, aprimorando nossa noção de ser e colocando a vida em cada passo, cada gesto, que deve ser preciso e justo, no instante do aqui e agora. Neste sentido, também Linke (2012) considera que, por ser um lugar de difícil acesso para os homens, a ascensão à montanha poderia conduzir ao conhecimento de si ou ao contato com forças superiores, além de atrair a atenção de cientistas, aventureiros e viajantes.

É a partir desse lugar que o montanhista e filósofo francês Michel Serres, em seu célebre texto “Variações sobre o corpo”, discorre sobre o poder do corpo a partir de quatro grandes vertentes: metamorfose, poder, conhecimento e vertigem. Comentarei mais a respeito das duas primeiras, em que o autor nos incita sobre algumas questões referentes à prática da escalada, das quais destaco quatro elementos essenciais para discussão neste texto. O primeiro é o conceito de corpo em movimento; o segundo, sobre lucidez; o terceiro, em relação à pele extensível; em seguida, a característica de produzir encantamento. Apresento abaixo estes termos grifados em negrito para que possamos destacá-los do todo e, assim, ao emergirem, ajudarem-nos a visualizar a questão.

No que diz respeito à metamorfose, Serres inicia com a imagem dos nossos antepassados quadrúpedes, que voltamos a ser ao iniciar a subida vertical pela montanha,

usando não somente o apoio dos pés, mas também das mãos. Nos metamorfoseamos em aranha, ou talvez, lagarto. Temos então uma relação animal com o mundo. Em seguida, sugere a possibilidade de pensarmos em nosso corpo como morada, lar natal e refúgio: “O animal habita essa túnica, pele ou membrana, invólucro de seu relacionamento com um mundo que lhe diz respeito” (SERRES, 2004, p. 10). Dessa forma, pensa em sermos um animal adormecido, possibilidade de não pensarmos ao longo da ação, quando estamos dentro desse útero arcaico construído: invisível, elástico e confortável que nos protege, contém e se apoia na teia de agarras e suportes por onde progredimos na rocha.

Quando a inclinação da montanha diminui, voltamos então a ser bípedes. Mas depois desta viagem, seria melhor dizer que nascemos, não outra vez, e sim pela primeira vez, como bípedes eretos, rompendo aquela camada/invólucro que era nossa morada e, agora, buscamos ou construímos um teto para habitar.

Ao discorrer sobre a caminhada na montanha, Michel Serres nos lembra que, na rocha, não podemos mentir ou hesitar. Nossos movimentos têm que ser precisos, na medida correta, muitas vezes sem poder ajeitar no meio do caminho: “na alta montanha, qualquer hesitação, rotas equivocadas, mentiras ou má-fé equivalem à morte” (SERRES, 2004, p. 12). Escuto, em minha memória, a voz dos professores de dança dizendo sobre a precisão do movimento e da necessidade de chegarmos ao ponto certo. Na escalada, o mesmo deve se dar, com a diferença da exigência, não de uma chance. O corpo conta consigo mesmo. É preciso fazer, ser no espaço em relação com aquele ambiente, na sua generosidade e hostilidade, que nos conduz e convida a entrar na dança de subida vertical: “Esta rudeza leal ensina a verdade das coisas, dos outros e de si mesmo sem qualquer fingimento” (SERRES, 2004, p. 12). O autor nos fala sobre como, ao mentirmos, para nós mesmos e para os outros, quando agimos no dia a dia sem refletir ou saber, pois, sem risco nada nos é causado diretamente, acabamos destruindo a nós próprios.

Diferentemente do avião, em que estamos passivos, sentados em nossas cadeiras, sendo conduzidos por uma máquina, apenas com a visão ativa a testemunhar paisagens incríveis do alto, assim como sentados diante de uma tela de televisão, na escalada, todo o corpo olha, se engaja e se interessa pela ação que realiza, estamos ativos, com o corpo vivo, **corpo-em-movimento**, ao sabor do vento, do sol, das tempestades, da rocha e suas variações, no convívio com outros animais, sendo parte daquela visão e conquistando-a a duras penas:

(...) em contrapartida, quando as mãos se agarram à rocha até sangrarem, quando o peito, o ventre, as pernas e o sexo ficam paralelos à parede, quando em conjunto as costas, os músculos, o sistema nervoso, digestivo e simpático participam sem reservas da abordagem física do relevo, em uma relação de luta aparente e de sedução real, do mesmo modo a pedra ao ser tocada perde sua dureza e, amada, ganha uma surpreendente doçura (SERRES, 2004, p. 14).

Diz-se que, nesse momento, o corpo está **lúcido**. O que antes me era distante e não me dizia respeito, agora faz parte de mim, sou eu também. Meu corpo se integra à paisagem à medida em que me movo e, nesse movimento de suor e resistência, torno-me um pouco mais rocha, árvore e vento, aumentando de tamanho, ficando na proporção do mundo. Torno-me extensão do mundo. Sinto que toco uma parte da paisagem que está em outro extremo, porque também sou ela, porque a ela pertencço. O escalador acaricia todo o universo com suas mãos.

Nossa **pele se torna extensível**, ossos e músculos, elásticos. Enquanto isso, a alma pode contemplar. Todo o universo se encontra ao nosso alcance. Diferente, portanto, do passageiro no avião com olhos ativos e um corpo morto, o escalador tem o corpo ativo, vê pela pele de seu corpo, com o toque, dissolvendo seu olhar, apaziguando o ânimo. A partir desta relação da pele com o mundo, metamorfoseamo-nos, somos rocha ao tocá-la com nossas mãos, sentimo-nos a ela conectados, mas, também, em sua frequência e vibração, como ela. Esse é o poder de se transformar, de estar um pouco mais receptivo, nesta atividade que necessita de passividade para ser ativo, abrir espaço para poder deixar algo acontecer, pausar para movimentar.

Para o autor, quando estamos nesse estado do corpo-em-movimento, temos nossos sentidos unificados e, assim, a partir do poder do toque, podemos **produzir encantamento**: tornar a rocha dura e áspera em algo doce e suave. Seria possível, nesse estado conquistado, fazer poesia com nosso movimento de ser no espaço. Seriam, então, estas variações do corpo no espaço como se fossem possibilidades de desdobrar certo tema - parodiando as variações na música - e com as quais conseguiríamos produzir encantamento, como forma de criações de interação do corpo no espaço:

(...) esse canto prodigioso e intenso que surge do corpo exposto ao movimento ritmado do coração, à respiração e à regularidade, parece sair dos receptores musculares e das articulações, do sentido dos gestos e do movimento para invadir inicialmente o corpo e depois o ambiente, com uma harmonia que celebra sua grandeza e que, posteriormente,

se adapta transbordante ao próprio corpo que a emite (SERRES, 2004, p. 15).

Ao falar sobre a sensação de plenitude, imensa alegria da qual foi inundado por estar amplamente ativo, com toda a atenção nervosa e muscular voltada à prática quando escalava alguns picos franceses, questiona a passividade:

Em geral, a criação não nasce nem do torpor nem da narcose, mas do treinamento e também da recompensa. (...) No ápice de sua preparação, na precisão atenta de seu relacionamento com o suor, a tensão, o fôlego, a leveza e adaptação, o atleta em forma, o ginasta treinado, o trabalhador ativo e o montanhês se transformam subitamente em serafins, mas isto raramente acontece de maneira inesperada. Beneficiam-se das emoções sentidas pelos anjos (...). Pratiquem o exercício do corpo como preparação para a subida aos céus. É preciso ter coxas firmes para escalar o paredão e experimentar a festa mística da Ascensão (SERRES, 2004, p. 21-22).

O autor fala de um engajamento total do corpo na ação e na relação com o meio, alertando que, sem treinamento adequado, “regras quase monásticas de emprego do tempo” com observação rigorosa do sono e alimentação sadia, a prática não acontece.

Aprendemos na ação a partir do corpo e com ele, em movimento, em vida, e não sentados em frente a uma mesa. Nossa atividade intelectual nasce desse lugar do movimento. O autor agradece, assim, aos seus treinadores, professores de ginástica e guias de montanha, pois lhe ensinaram, a partir do poder do corpo, a pensar. Como nos lembra o autor: “Específico, particular e original, o corpo todo inventa; a cabeça adora repetir. A cabeça é ingênua. O corpo é genial” (SERRES, 2004, p. 17).

Em relação à atividade competitiva, discorre que a mesma pode ser excelente se aperfeiçoa a pessoa, mas atroz se estiver em detrimento do “supertreinamento” que exige vitória a qualquer custo, provocando humilhação e sacrifícios do homem para engrandecer uma nação: “à nobre atividade desportista dos guias, que desenvolvem os corpos e ensinam as virtudes físicas e morais, opõe-se a atividade competitiva e ignóbil do dinheiro, que cultiva vícios nocivos e espalha o fascismo” (SERRES, 2004, p. 37).

Todos sabem, também, sobre os perigos da montanha e os riscos que correm os escaladores, mesmo os mais prudentes e habilidosos. Percebe-se que, no início, lidamos com a angústia, em seguida o medo, mas ao longo do percurso, sentimo-nos protegidos. Essa sensação faz com que avancemos sem nos deter a uma parte, sem nos sentir paralisados pelo pânico. Algo nos faz seguir e nos move assim pelo paredão ao qual nos vamos integrando gradualmente.

Michel Serres (2004), ao descrever a prática com tamanha riqueza e sutileza, trazendo aspectos afetivos e sensíveis a partir das características mencionadas acima, distancia-se do conceito de esporte e aproxima-se do que irei expor a seguir sobre a experiência de fluxo, amplamente estudada por Mihaly Csikszentmihalyi (2002), permitindo-nos analisar a prática de forma que se torne uma possibilidade de emancipação e, conseqüentemente, de cura.

*Diário de altura 1 – segunda-feira, 20 de agosto de 2018*

*Via Roda Viva – Babilônia com Adílio Santos*

No final do dia, após a primeira aula com Adílio, nos despedimos e eu parei. Ele me perguntou para onde iria e eu respondi que ficaria ali por um tempo. Sentei e só respirei. Respirava fundo. Era um silêncio que me batia, como se tivesse calma. Não tinha pressa para nada. Não queria fazer nada, só permanecer ali por algum tempo. Comecei a chorar. O céu era imenso. Os barulhos ao longe. Voltei a sentir! Lembrei de meu aluno, no primeiro dia de aula numa disciplina da graduação em dança da UFRJ, após fazermos um exercício de toque em duplas, compartilhar que pela primeira vez, após um acidente de carro que tinha sofrido anos anteriores, tinha voltado a sentir seu lado esquerdo do corpo que havia sido mais afetado. Como ele, percebi que voltava a sentir. Era doce e muito quieto, sem euforia, como se abrisse um bueiro na cidade e entrasse numa caverna silenciosa, imensa, sem todos os ruídos e barulhos constantes. A sensação de tempo e urgência era outra.

*Diário de altura – quinta-feira, 23 de agosto de 2018*

*Via Coríngas (3° III sup E1 D1 100 metros) + última enfiada da Heineken (2° III E2 D2 210 metros) + São Bento (1° II E2 D1 50 metros) + final da via do Costão (1° III E2 D1) até o cume – Pão de Açúcar - Rio de Janeiro com Adílio Santos*

*Final da tarde. Pôr do sol na Pedra Filosofal*

*Subir e ver a geografia do espaço.*

*Pássaro voando e plainando no silêncio.*

Cada passo adiante a vista se torna mais deslumbrante. Sensação de paz e vazio, como se tudo fosse imenso. vontade grande de chorar como se tudo aquilo me inundasse e eu voltasse a sentir. O mundo lá e cima se revela calmo, surdo e imenso. Meu corpo se expande no espaço, voava leve, como o pássaro. Me distanciava cada vez mais da realidade (de mim). Ao mesmo tempo que me aproximava cada vez mais de mim, de um outro eu. Era tudo simples, natural e fluido. Me bastava.

Era suficiente.

ESCAPE, possibilidade de se ausentar do mundo

Observar, ver de “fora”

Sair

Linha de Fuga

Silêncio de uma caverna

Silêncio do espaço sideral

Silêncio de baixo d'água

Silêncio da caminhada ao nascer do sol, distante da cidade

Muita vontade de chorar

Como escalar e não se voltar para trás e ver esta imensidão, colocar reparo do trajeto, ver a paisagem e o que ela causa em tí? Como não se afetar com esta beleza? Como não ouvir o silêncio?

Falei uma vez numa aula de um abismo, que temos em nossas costas ao escalar, mas que só temos a sua dimensão se nos virarmos e contemplarmos. E que este abismo representava certo vazio fascinante, o tal silêncio que ele carrega em si, o caos com as múltiplas e “n” possibilidades infinitas, sim o vazio que carrega o infinito, e que temos a vontade, na verdade é o fascínio, de nos lançarmos. E quanto mais alto escalamos maior a dimensão que temos deste vazio, de sua amplitude que nos toca. A sensação de ser inundado pelo silêncio, pela gravidade do silêncio e seus ecos inaudíveis, aumenta a cada passo vertical, em diagonal, neste movimento sinuoso (em ziguezague como nos diria André Lepeck) de ascensão.<sup>16</sup>

Não é o potencial da queda que aumenta, mas o potencial de vôo.

Basta se calar e contemplar, se deixar ser inundado pela sensação do vazio, de sua potência mobilizadamente pacífica, tranquila.

Que sensação é esta de paz e bem-estar interno, de ver a simplicidade e beleza do mundo em seu movimento natural, porque quanto mais subo, menor me torno e mais parte do mundo eu sou.

O pássaro a planar naquela altura é mais um convite ou lembrete. E eu choro da grandeza, de não saber, sobre o que eu não sei dizer. Eu choro e me calo.

Falo da sensação deste vazio, do silêncio que te inunda, que cala não por ser obrigatório ou

---

<sup>16</sup> É possível saber mais sobre o referido estudo desenvolvido por André Lepeck na conferência “Climbing: from bios to zoe and beyond” que organizou em 2016 no Department of Performance da New York University, reunindo nove pesquisadores sobre os temas da escalada, vida, montanhismo, alpinismo e meio ambiente. Disponível em: <https://archive.org/details/ClimbingBiosZoeBeyond> Acesso em: 10 de outubro de 2019.

um impeditivo, mas por fazer calar o que não precisa. Permanece.

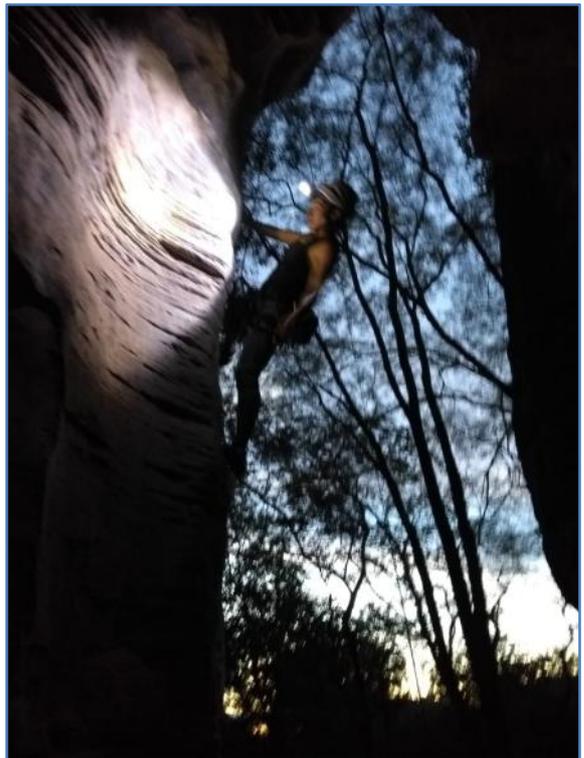
(existe um desenho de um ponto que cai sobre a malha do vazio e a deforma, criando uma depressão e reverberando no todo, com uma onda)

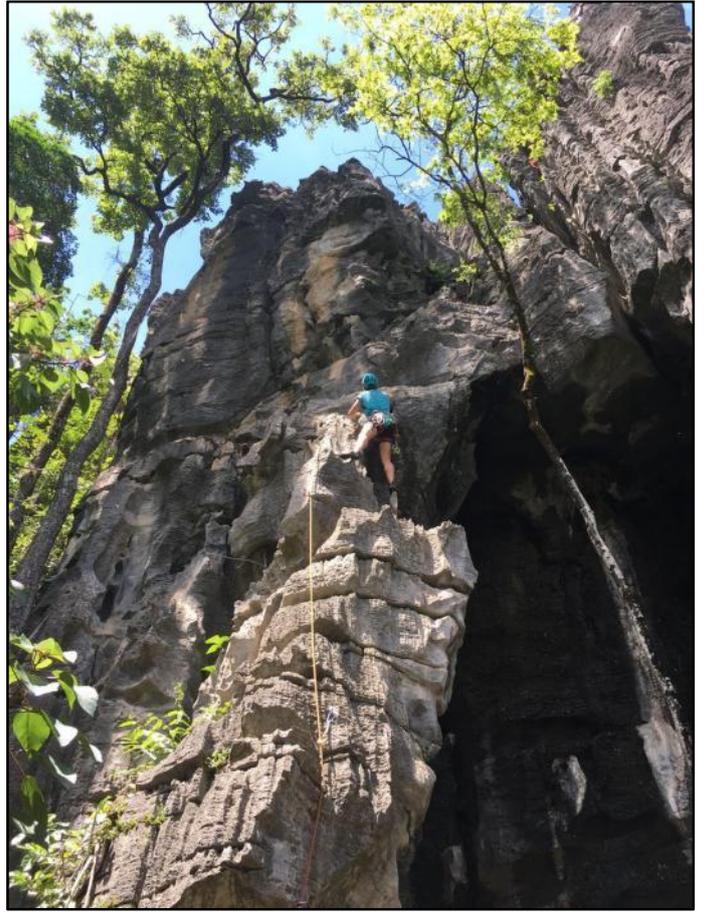
**Diário de altura – terça feira, 11 de Setembro de 2018.**

**Babilônia – via ilusões da Guanabara com Adílio Santos**

Concentração, como se nada mais existisse naquele momento. O tempo contrai, o espaço retrai, o campo de visão se torna mais nítido e focado. Sensação de que o mundo se dá naquele instante e naquele espaço. Esqueço o que tem para cima e para baixo. Se o grampo anterior está longe ou perto e se o próximo tardará a chegar. Piso o pé, procuro um apoio para a mão. E só isso! O percurso se dá ao longo do caminhar.

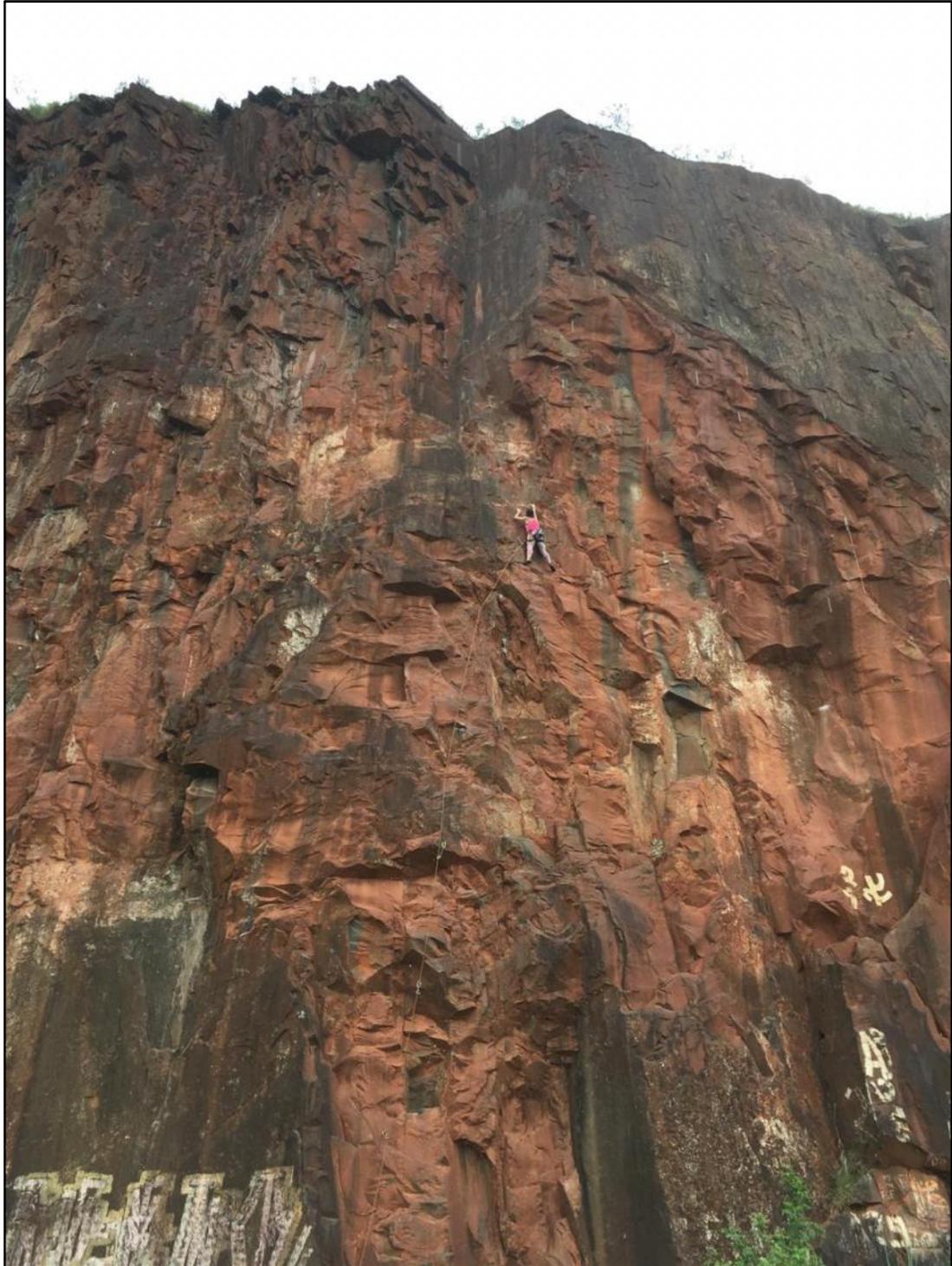


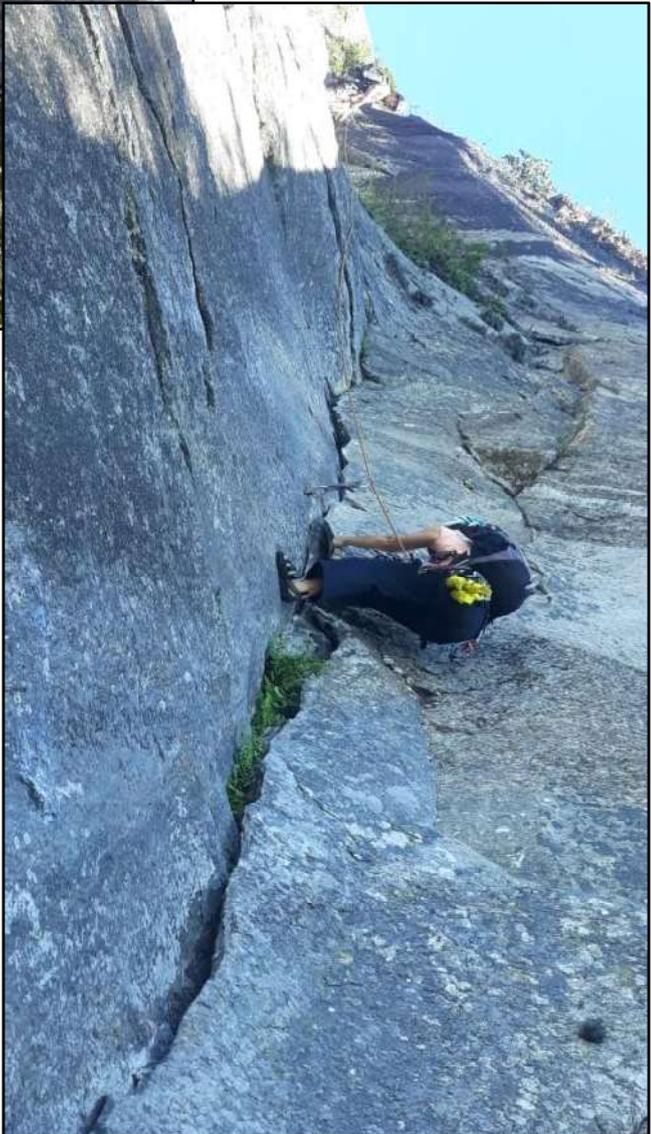












## Vamos escalar: passo a passo da escalada livre tradicional brasileira<sup>17</sup>

Cada trajeto, que chamamos de via, foi criado por um ou mais escaladores, os quais se denominam como os conquistadores, pois delimitaram o percurso e fizeram, em caso de proteções fixas, marcações na rocha, instalando grampos e/ou chapeletas<sup>18</sup>, que servem como ponto de ancoragem para os demais escaladores que farão o trajeto. Nessas proteções, sejam grampos fixos ou móveis, o escalador que está guiando e “equipando” a via, ou seja, subindo com a corda pela primeira vez e sem ainda ter nenhum material nos grampos fixos, prende a sua corda, por meio de um equipamento denominado costura, possibilitando, caso caia, que esteja preso por este ponto<sup>19</sup>.

Existem vias em que os grampos, pontos de ancoragem, estão mais próximos um do outro, tornando a via mais “protegida”, conforme termo usado na área, e até mesmo segura, diminuindo o grau de Exposição, abreviado pela letra “E”. Caso o escalador venha a cair, sua queda será menor, pois logo abaixo de si já terá outro ponto de ancoragem que, teoricamente, o segurará<sup>20</sup>. E no caso inverso, existem vias consideradas mais expostas, chegando ao grau E8, uma vez que os grampos encontram-se mais distantes uns dos outros, tornando a queda um problema efetivamente.

Neste tipo de escalada temos, então, duas ou mais pessoas participando da cordada.

---

<sup>17</sup>Trato aqui da atividade na natureza definida por Escalada Livre Tradicional Brasileira (DAFLON, 2016), ou seja, um trajeto específico que seguimos em ascensão para chegar, na maioria dos casos, ao ponto mais alto da montanha, ao cume, usando somente os apoios naturais da rocha. Este trajeto pode ter de 50 a 400 metros ou mais de altura, variando o número de “enfiadas” (trecho de ponto a ponto de ancoragem da corda) para subir. Friso a diferença entre a escalada livre e a escalada solo, pois pode gerar alguma confusão a partir dos termos em inglês, respectivamente *free climbing* e *free solo*. No primeiro caso, de escalar livre, ou seja, usando somente os apoios naturais da rocha para ascender, em oposição à escalada em artificial, em que se utilizam instrumentos específicos para isso, o escalador lança mão de equipamentos de segurança, como cordas, costuras e afins, pois caso caia, terá suporte. Já no segundo caso, que falarei mais adiante, a partir do caso específico do escalador americano Alex Honnold, não se usam equipamentos de segurança, o praticante sobe sozinho, somente com sua sapata e seu saco de magnésio. Portanto, neste caso, qualquer falha ou deslize pode ser fatal.

<sup>18</sup> Não é uma regra que toda via seja “grampeada”, ou seja, com pontos de fixação por grampos, pois em algumas ocasiões prefere-se utilizar equipamentos móveis (*friends, nuts...*) que cada escalador coloca e retira da rocha a cada percurso, sem precisar perfurá-la.

<sup>19</sup> Este tipo de escalada é praticado, no mínimo, em dupla, pois enquanto uma pessoa sobe a outra faz a sua segurança, portando a outra ponta da corda por meio de um freio específico que pode travá-la quando a pessoa de cima cai. Não farei grandes considerações a este respeito, pois me interessa, neste momento, o estudo da figura do escalador.

<sup>20</sup> Coloco “teoricamente”, pois estou pensando na função dos grampos e não na maneira como são utilizados, uma vez que existe uma série de variáveis que poderiam modificar a condição descrita da queda. A eficácia do material depende do estado de conservação e da forma como o escalador o manipula, pois em alguns casos esta costura pode soltar do grampo que está fixado na rocha, ou até mesmo o próprio grampo quebrar, e então a queda do escalador se tornar maior, chegando até o próximo ponto de ancoragem, mais abaixo.

A primeira que sobe na rocha, levando consigo a corda e passando pelas proteções fixas ou instalando proteções móveis, denomina-se guia e as demais, que sobem na sequência, tendo a corda já vinda de cima, são chamadas de participantes. Um dos participantes, por sua vez, está fazendo a segurança da pessoa que está escalando, por meio do uso de um equipamento chamado freio, recebendo o nome informal de “Segui”. Esses escaladores, quando forem subir após o guia, estarão realizando uma espécie de *Top Rope*, quando o ponto de ancoragem da corda já está em cima. Caso caiam ao longo da via, sofrerão a queda de alguns poucos metros, devido à elasticidade da corda e de sua folga, e/ou movimento de pêndulo, caso não estejam em baixo da próxima costura ou ponto de ancoragem. O primeiro escalador, normalmente mais experiente, tem em sua movimentação a possibilidade “real” de queda, pois, como está levando a corda consigo para cima, enquanto não coloca uma proteção terá, numa possível ocorrência, uma queda com tamanho equivalente a, no mínimo, duas vezes a distância de si até a proteção abaixo.

O tamanho da queda ainda pode aumentar pela elasticidade da corda e pela folga, como falamos acima. Nesta queda, caso não siga corretamente as técnicas e procedimentos de segurança, o escalador pode ainda virar de cabeça para baixo, girar o tronco, soltar a costura de baixo, sacar a proteção móvel da parede, dentre outras eventualidades que podem aumentar o tamanho da queda ou torná-la, de fato, um acidente grave e até mesmo fatal.

Sendo assim, caso o guia suba 7 metros acima da última proteção e caia, sua queda será de no mínimo 14 metros e poderá chegar até 20 metros, se levarmos em conta somente o fator de elasticidade da corda. Pensem na altura desta queda, na aceleração do corpo que acarretará num peso elevado e sobrecarga em todo sistema! Se estiver ainda nos primeiros grampos, poderá chegar ao chão, ou se tiver abaixo de si uma espécie de platô, poderá cair nesta superfície, causando lesões graves no pé, tornozelo e bacia. E caso esteja nos primeiros lances depois da parada, terá uma queda que chamamos de fator 2, que quer dizer que o tamanho da queda será maior que o tamanho da corda existente entre ele e o seu Segui. Ou seja, haverá pouca corda para absorver o impacto e quase todo o tranco será nas proteções que estão segurando os dois escaladores, podendo causar danos aos equipamentos, fazer a pessoa que está dando segurança ser puxada para cima e até impedir que consiga travar a queda quando estiver utilizando um freio ATC, por exemplo.

Por isso, quedas em vias tradicionais é algo sério. Diferente da maioria das vias esportivas, em que as quedas são recorrentes e fazem parte, muitas vezes, do treino, nas vias tradicionais elas não devem ocorrer. Claro que imprevistos e eventualidades acontecem e, por

ser uma atividade de risco, os escaladores estão sujeitos a isso.

Uma queda pode acontecer por diferentes motivos, seja por uma questão técnica de movimentação do escalador, que não conseguiu se manter em determinada posição ou alcançar tal apoio, mas também em decorrência do ambiente. Como lidamos com o espaço natural, em constante transformação, pode acontecer, por exemplo, de uma parte da rocha quebrar ou soltar com o peso ou pressão exercida pelo escalador, fazendo com que perca seu apoio, ou escorregue, caso esteja molhada. A presença de outros animais, como uma aranha dentro de um buraco que seria usado para o apoio das mãos, cacho de abelhas na parede e ninho de aves em platôs, por exemplo, podem fazer com que o escalador se assuste ou tenha que mudar de posição rapidamente.

Lembro-me de, quando estava começando a escalar em rocha, encontrar ao final de uma via na Pedra da Divisa, em São Bento do Sapucaí – SP, quando dominava um bloco para entrar num platô, um ninho de urubus, que não é uma ave pequena. Ao erguer o tronco e me deparar com a mãe do ninho de asas abertas olhando para mim assustada com a minha presença, assustei-me também e lancei-me para trás, caindo inesperadamente. Em outra ocasião, quando guiava uma via pouco frequentada na Falésia Paraíso em Pindamonhangaba – SP, que se encontrava “suja”, com blocos soltos, pedaços de galho, terra, musgos e teias de aranha, segurei-me em um pedaço da rocha que soltou na minha mão e me fez perder o equilíbrio e cair, levando abaixo a rocha que, por sorte, não acertou meu parceiro que se encontrava no chão. O uso do capacete, para ambos os escaladores, foi fundamental.

A primeira coisa que costumamos fazer antes de entrar na via é estudá-la em seu croqui: material criado pelos escaladores no qual se tem um desenho do trajeto e identifica-se, com algumas siglas, o grau de dificuldade geral da via e de seu ponto ápice, chamado de *crux*, além da sua exposição, a duração total do trajeto, materiais necessários, tamanho do percurso e da corda que deverá ser usada, e outras informações que o conquistador ou demais escaladores julgarem necessárias<sup>21</sup>.

Apresento a seguir, dois exemplos distintos de croquis de vias de escalada tradicional da cidade do Rio de Janeiro que estamos tratando:

---

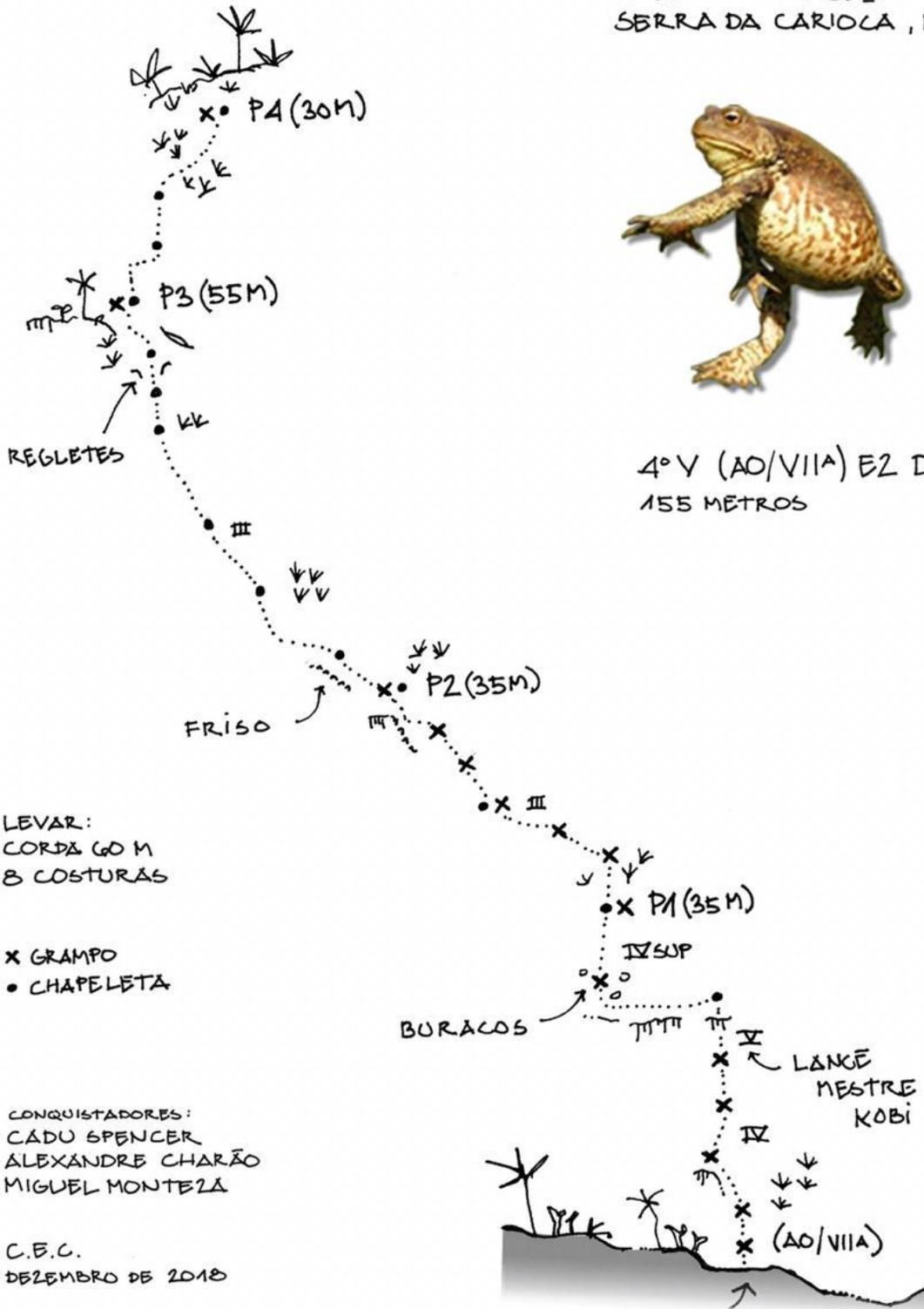
<sup>21</sup> Estes croquis devem estar sempre atualizados, pois como as vias estão em ambiente natural, algumas transformações podem acontecer ao longo do tempo, como uma parte da rocha ter caído, o trecho estar com presença de abelhas ou marimbondos, haver alguma outra regrampeação mais recente, dentre outros. Enfim, busca-se acompanhar essas transformações.

# VIA SAPO CURURLU

PEDRA DO SAPO, FACE OESTE  
VALE DO RIO CABEÇA  
SERRA DA CARIOCA, RJ



4° V (AO/VIIA) E2 D1  
155 METROS



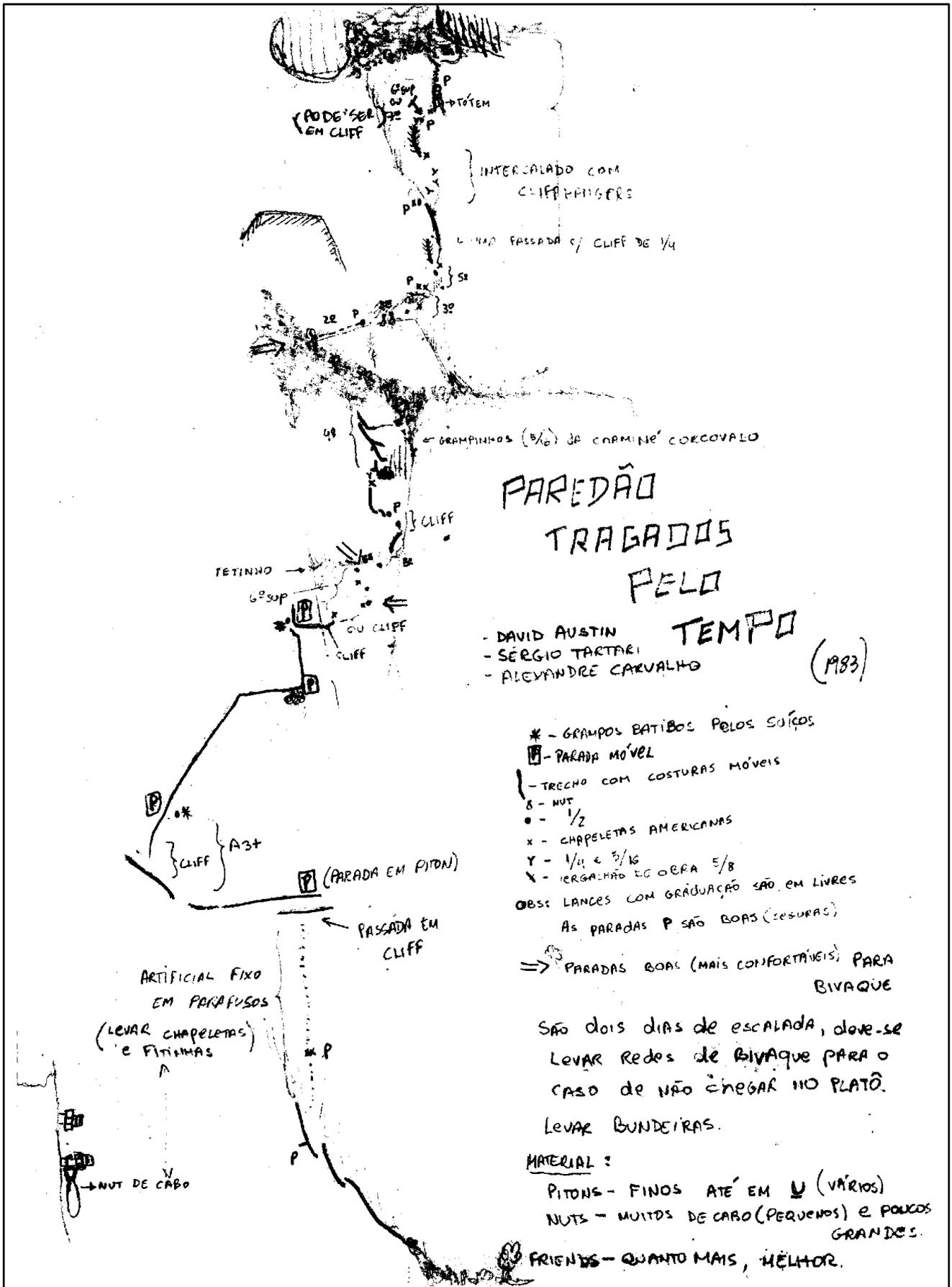
LEVAR:  
CORDA 60 M  
8 COSTURAS

X GRAMPO  
• CHAPELETA

CONQUISTADORES:  
CÁDU SPENCER  
ALEXANDRE CHARÃO  
MIGUEL MONTEZA

C.B.C.  
DEZEMBRO DE 2018

C.S.  
2018



# PAREDÃO TRAGADOS PELO TEMPO

- DAVID AUSTIN  
 - SÉRGIO TARTARI  
 - ALEXANDRE CARVALHO (1983)

- \* - GRAMPAS BATIBOS PELOS SUÍÇOS
  - - PARADA MÓVEL
  - TRECHO COM COSTURAS MÓVEIS
  - 8 - NUT
  - - 1/2
  - x - CHAPELETAS AMERICANAS
  - Y - 1/4 e 3/16
  - Z - URGALHÃO DO OBRA 5/8
- OBSE: LANCES COM GRADUAÇÃO SÃO EM LIVRES  
 AS PARADAS P SÃO BOAS (RESURAS)

⇒ PARADAS BOAS (MAIS CONFORTÁVEIS) PARA BIVAUQUE

SÃO DOIS DIAS DE ESCALADA, DEVE-SE LEVAR REDES DE BIVAUQUE PARA O CASO DE NÃO CHEGAR NO PLATÔ.  
 LEVAR BUNDEIRAS.

**MATERIAL:**

- PITONS - FINOS ATÉ EM U (VÁRIOS)
- NUTS - MUITOS DE CABO (PEQUENOS) E POUCOS GRANDES.
- FRIENDS - QUANTO MAIS, MELHOR.

Os dois croquis diferenciam-se não somente no *layout* e forma de apresentação do conteúdo, sendo o primeiro mais recente, com letras e desenho mais legível e nítido, e o segundo mais antigo e rústico, mas também na dimensão da via. No primeiro croqui, da via Sapo Cururu, temos a informação de que é necessário somente uma corda de 60 metros e oito costuras, sendo uma via com metragem total de 155m, duração D1, grau geral 4° e crux em livre de VIIa. Já na via Tragados Pelo Tempo (localizada no Corcovado), uma série de outros equipamentos são necessários, como píttons, *nuts* e *friends* de diversos tamanhos, além de bivaque para se dormir na parede, pois com duração D6, poderá levar dois dias ou mais para chegar ao cume. Além disso, o grau da segunda via é mais elevado e em artificial, sendo considerado um 6°VIsup A3+.

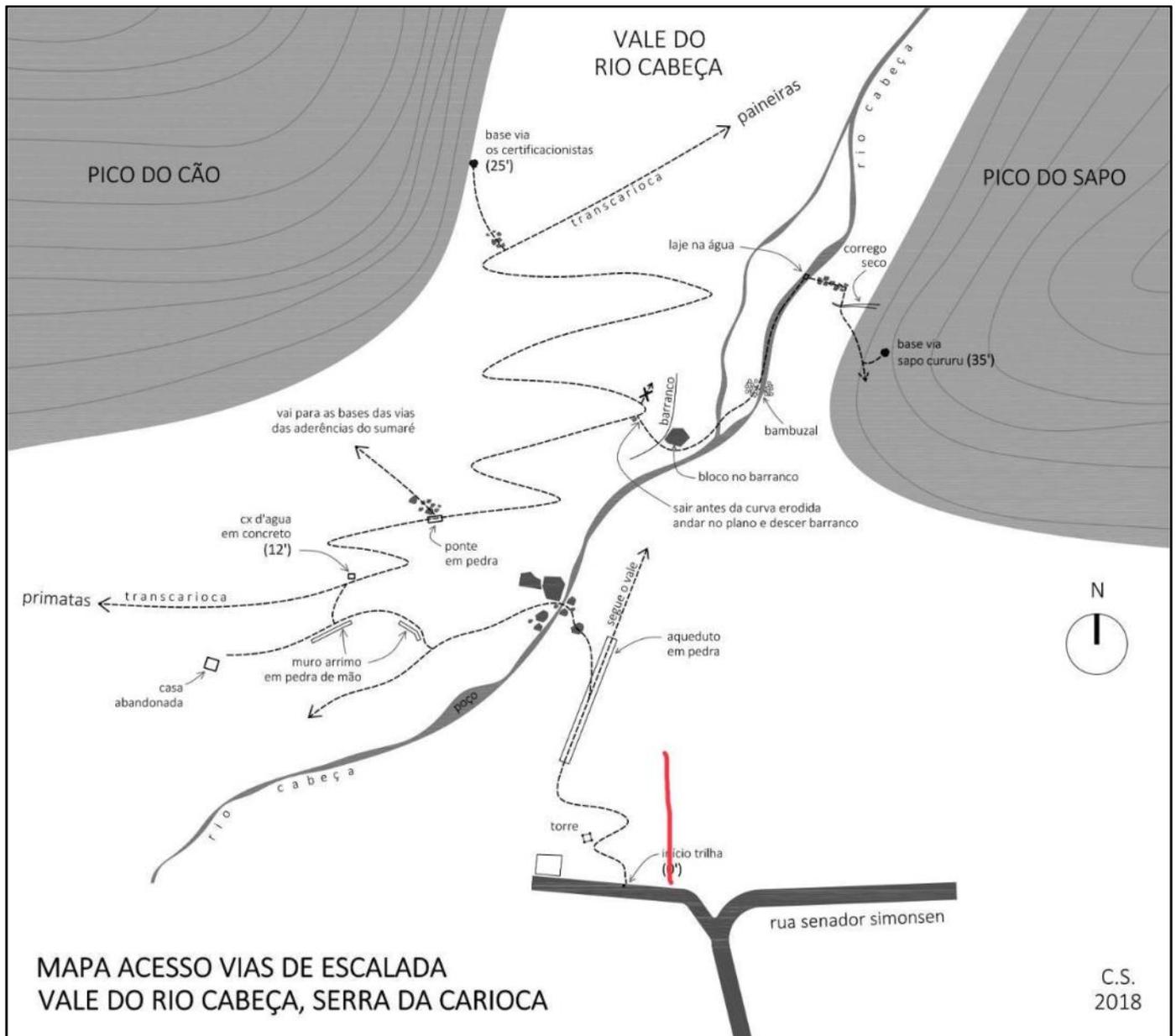
Nestes croquis, temos o desenho do trajeto com os pontos de ancoragem e metragens de ponto a ponto, para que possamos nos localizar e nos orientar na rocha. Apresentam esquemas de quando encontraremos frisos, buracos, veios de cristal, fendas, chaminés, árvores, arbustos e gravatás, platôs e outros, que podem nos orientar ao longo do percurso, como um mapa.

Para além do croqui da via, precisamos, algumas vezes, de um mapa de acesso que nos oriente até a sua base, onde começa de fato a escalada. Muitas vezes este acesso não é fácil, podem ser horas de caminhada, não necessariamente em trilha aberta e marcada, contando ainda com “trepa pedras”, “escalaminhadas” e/ou rapéis. Portanto, quando vamos calcular a duração da escalada, temos que levar em consideração também este trajeto, pois quando não conhecemos o local, podemos levar algum tempo na mata, perdidos, até conseguirmos chegar ao ponto desejado. Saber interpretar estes mapas e ter noção de localização é fundamental.

Na Gruta da Lapinha, no Parque Estadual do Sumidouro em Minas Gerais, por exemplo, como escaladoras inexperientes e não locais, mesmo com algumas indicações de escaladores locais e de um mapa de acesso, eram tantos setores, com vias dentro de grutas e falésias, que não conseguimos nos localizar. Foram horas de estudo, tentando fazer interpretação dos mapas, até decidirmos entrar numa via, por leitura à vista<sup>22</sup>, que nos parecia razoável. Em vista de exemplificar este tema, apresento abaixo o mapa de acesso para a via Sapo Cururu:

---

<sup>22</sup> Entrar “à vista” numa via significa escalar aquele percurso pela primeira vez, sem ter conhecimento prévio (mesmo que por betas – indicações, para fazê-lo) ou ter visto outra pessoa subir, o que obriga o escalador a lidar com os problemas em tempo real, pois não sabe o que o aguarda.



Antes mesmo de subir, também fazemos a leitura dos possíveis movimentos na rocha, observando o caminho e tentando realizar mentalmente as ações necessárias. Neste momento, torna-se interessante o hábito de um parceiro checar o outro para que confirmem se estão com todos os procedimentos corretos, como nó de encordamento, cadeirinha fechada, mosquetão fechado, freio montado de forma segura, com capacete e equipamentos necessários para escalar, seja como participante ou como guia. Também é de grande valia verificar se, ao longo da escalada, o parceiro que for guiar a enfiada está levando costuras suficientes, parada e outros materiais necessários, principalmente quando não estão trocando de função, entre guiar e ser participante, pois, assim, o último a subir, que retira os materiais da parede, deve passar para o outro.

Percebi na prática, por meio de um acidente com meu parceiro, que felizmente não foi fatal, que devemos ter o mesmo hábito de checar o parceiro no momento de descida do rapel: conferir se as pontas das cordas estão com nó, se o freio da outra pessoa está montado corretamente e se está utilizando o backup<sup>23</sup>. A grande maioria dos acidentes na rocha com escaladores experientes acontece no momento de rapel, por descuido ou mau uso dos equipamentos:

Descer de uma parede deslizando por uma corda pode parecer algo fácil. Pode até ser, mas estatisticamente falando, o rapel é uma das partes mais perigosas de uma escalada. No rapel nossa vida depende do ponto onde a corda está ancorada, da própria corda e de utilizarmos técnicas corretas de descida. Uma falha em algum desses elementos e o resultado provavelmente será catastrófico. Muitos dos acidentes graves ou fatais no rapel ocorrem por excesso de confiança, descuidos bobos devido ao relaxamento e à pressa (DAFLON, 2016, p. 141).

O incidente em que estive envolvida, que ocorreu com meu parceiro de escalada logo no início da presente pesquisa de doutorado, no ano de 2017, fez-me prestar mais atenção aos procedimentos de segurança, entender a gravidade da prática e os riscos implicados. Por esse motivo, realizei, logo na sequência do acidente, o curso de Guia de Cordada com a Companhia de Escalada, ao longo do mês de outubro de 2017, somando 21 horas/aula e no qual fui aprovada sem restrição. No ano seguinte, em setembro de 2018, quando transferi minha residência para o Rio de Janeiro, realizei mais um curso com a empresa Dia Lindo, revendo procedimentos da escalada tradicional brasileira em vias cariocas.

É fundamental o conhecimento e manuseio dos equipamentos usados na prática, muitos deles de uso obrigatório nesta modalidade, pois garantem a segurança do escalador. Para se ter uma ideia, nesta prática de escalada são usados mais de 20 tipos de materiais, alguns itens em grande quantidade. Dentre os que chamamos de equipamentos pessoais, temos: cadeirinha, sapatilha, magnésio, alto seguro, capacete e freio ATC; e os de uso comum da dupla: corda(s), costuras e/ou móveis, mosquetões e fitas para parada, além de materiais e objetos que não são especificamente equipamentos de escalada, mas são essenciais para a prática, como água, comida, mochila, proteções solares, lanterna, faca e/ou canivete, fogo, cordim, mosquetões (e outros equipamentos sobressalentes), esparadrapo, inseticida, versão impressa do croqui, capa de chuva e outros que cada escalador, a partir da sua experiência, julga necessário.

---

<sup>23</sup> Sistema de segurança auxiliar.

Entender como se dá o funcionamento destes equipamentos e aprender todos os procedimentos para o uso correto é necessário tanto para que o material possa exercer a sua função da melhor forma, como para que o praticante possa confiar neles e assim poder escalar sem se preocupar com isso. Identificar o seu estado e realizar a troca quando necessário, também é uma conduta de precaução, pois todos os equipamentos têm validade e estão sujeitos, mesmo antes da data prevista pelo fabricante, quando usados dentro das normas e condições especificadas, a estragar ou sofrer danos. Organizar todos esses equipamentos e reparar a logística da escalada é uma tarefa importante que pode evitar acidentes.

As imagens a seguir são registros do curso de Guia de Cordada, no módulo de “autorresgate” (TAR – técnica de autorresgate), realizado com a Companhia da Escalada, quando aprendemos procedimentos para, caso haja algum acidente com o parceiro ao longo da escalada, conseguirmos retirá-lo da parede. Neste caso, uma série de nós e materiais são utilizados, exigindo do praticante destreza e memória para colocar todos os procedimentos em ação.



Percebe-se então que precisamos cuidar do outro, assim como de nós mesmos. Ter noções, por mínimas que sejam, de procedimentos de primeiros socorros e de resgate em altura é ter cuidado com o outro e entender que a prática é feita a partir de uma real parceria na qual um depende do outro.

Outra questão relevante que se coloca é em relação ao conhecimento físico necessário, que possibilita a ascensão. O aprimoramento técnico, com trabalho corporal específico, viabiliza que diferentes trajetos possam ser experienciados, cada qual com um grau de dificuldade e movimentação. Adquirir força física, resistência muscular para poder estar mais horas na parede, ampliar repertório de movimento, tornar a pele dos dedos mais resistente para suportar o contato com a rocha, são questões fundamentais de serem trabalhadas. Para isso, mantive uma rotina de treinos em ginásios de escalada, como o espaço Vertical Escalada de Uberlândia – MG, que vemos nas fotos abaixo:



Cada via conta com um tipo específico de técnica e movimentação corporal. Uma escalada de aderência em que o pé deve ir chapado na parede para maior contato e atrito é muito distinta de uma escalada em negativo ou vertical com regletes<sup>24</sup> ou ainda uma chaminé ou fenda. Portanto, o treino não deve ser somente técnico no ginásio indoor, em ambiente artificial, mas na prática da escalada em rocha. Descrevo uma passagem interessante que está presente em meu diário de altura, em que coloco esta questão:

*Diário de altura – 07 de setembro de 2018*

*Via 12 de fevereiro 2° III E2 – contraforte do Grajaú – Parque Estadual do Grajaú com José Rafael*

*Pico do perdido despona ao longe.*

*Via fácil por um lado, porém difícil.*

*Senti que estava querendo trocar a lâmpada de um quarto com uma escada de 30 metros de altura. Ou seja, apesar da escada de 30 metros ser muito imponente, resistente e importante para algumas tarefas, não serve para a situação colocada, pois mal conseguiria entrar no quarto com ela, não caberia, impedindo-me de poder usá-la para tal.*

*Minha técnica corporal, aquela aprendida em São Bento do Sapucaí ou em outros locais de Minas Gerais, era para vias curtas e com agarras. Neste caso, que chamamos de “agarrência”, escalada sem agarras mas em aderência, típica do Rio de Janeiro, com plano da rocha praticamente todo em positivo, minha técnica não servia. O repertório de movimentos devia ser outro. Fiz muito mais força que o necessário. Cansei meu pé tentando pisar com o bico da sapatilha em pequenos e quase inexistentes apoios. Na verdade, pelo ângulo positivo da rocha, devia estar usando a sola toda do pé, como um sapato comum, para ter mais área de contato com a pedra. O mesmo com o apoio das mãos, que servem para equilíbrio e não para segurar e se puxar. Neste caso não seriam agarras, mas um chão áspero inclinado. Faltaram-me experiência e conhecimento do meio para perceber que deveria inclinar meu corpo, acompanhando a angulação da rocha, para subir.*

*Um bom escalador que está acostumado com estas alterações da inclinação do solo sabe que não precisa se abaixar, usando quatro apoios, enquanto está positivo, basta inclinar seu eixo para frente para subir e para trás para descer.*

*Lembro-me da primeira vez que fui ao setor coloridos na Urca com uma parceira, e quando descíamos uma rampa de acesso, como este caso anterior, bastante positiva, na figura de gatinho, bastante desajeitadas, olhei para o lado e vi um casal de senhores grisalhos, com seus bem 70 anos ou mais, descendo tranquilamente em pé, sem fazer esforço aparente ou desnecessário, inclinando*

---

<sup>24</sup>Regletes são pequenas agarras, como saliências da rocha, que oferecem muitas vezes apoio somente para a ponta de um ou dois dedos da mão ou para a ponta da sapatilha no pé.

levemente o tronco para trás, usando seu eixo a favor do movimento de descida, sorrindo e conversando um com o outro, como se caminhassem na rua. Não apoiavam as mãos ao chão, apenas caminhavam!

*Aquilo me deixou boquiaberta! Como?*

*Era um sinal de experiência. Como nos dizia Michel Serres, basta observarmos um escalador caminhando na montanha para vermos sua experiência e nos certificarmos se é bom.*

*Este casal passava tranquilidade e sabedoria em seu caminhar. Calma que só quem tem experiência e sabe o que está fazendo pode ter. Enquanto eu, mera iniciante na prática, me contorcía em quatro apoios, ora de barriga para baixo como gato, ora de barriga para cima como a figura do siri, com medo de escorregar, tentando lidar com a situação.*

Neste caso, não adiantava minha técnica refinada com um tipo de escalada. Podia escalar uma via com agarras em negativo graduada em sétimo grau, mas ali, numa via em aderência com grau bastante baixo, quase uma “escalaminhada”, era iniciante e teria que começar do zero.

Ainda neste sentido, cabe destacar que cada local de escalada possui um tipo de rocha distinta, dependendo da composição geológica, que faz com que modifique o tipo de agarras, sua textura, forma, cor, temperatura e durabilidade. Em alguns casos, percebe-se que a rocha é mais abrasiva, agressiva ao contato com a pele, exigindo que o escalador tenha resistência na palma da mão e nos dedos, ao mesmo tempo em que permite o contato e sustenta o escalador numa determinada posição pelo atrito que oferece. Em outros casos, a rocha pode ser mais quebradiça, exigindo atenção redobrada para que a agarra não solte com a pressão ou contato dos pés e das mãos. Ainda existe a possibilidade que seja mais macia para as mãos, podendo se tornar lisa e escorregadia.

Além disso, a avaliação das condições meteorológicas também é extremamente necessária. O clima influencia na escalada, pois num dia de sol a rocha é uma, com um tipo de aderência, cor e temperatura, e num dia de chuva, a rocha se torna outra. Acidentes com raios, por exemplo, já foram relatados por escaladores, podendo levar à morte.

No caso da cidade do Rio de Janeiro, ainda temos que levar em consideração a situação de segurança pública do local, pois são inúmeros os relatos de assaltos, arrastões ou tiroteios em trilhas de acesso, nos cumes ou no estacionamento de carros. Na passagem de um dos diários de altura, relato o ocorrido no Parque Nacional da Floresta da Tijuca, que

recebe diversos visitantes diariamente, ainda mais aos domingos, quando inúmeras famílias habitam o parque para fazer piqueniques, jovens para fazer trilhas e acessar os cumes, ou mesmo escaladores, “rapeleiros”,<sup>25</sup> corredores de montanha, ciclistas e afins, para fazer suas práticas esportivas e corporais.

*Diário de altura – 30 de setembro de 2018 – Pico da Tijuca*

*Via P3 – Paredão Paraíso Perdido - 3ªV com Leticia Ramos*

“Algo estranho!”. Foi o que ouvi uma voz dizer, dentro da minha própria cabeça, quando estávamos na trilha de descida, rumo ao nosso carro, após escalar a via P3 no Pico da Tijuca no Parque Nacional neste domingo, no momento em que vi um pouco ao longe uma cena bizarra: três pessoas deitadas ao chão de barriga virada para baixo e um homem em pé, vestido como um guia, camisa longa para proteger do sol, bermuda, tênis e chapéu com pano para cobrir a nuca. Este homem parecia mexer nas pessoas e pegava alguma coisa da roupa delas, averiguando para certificar-se do que era. Uma série de hipóteses se passou pela minha cabeça naquele instante, que deve ter durado cerca de dois segundos. Primeiro achei estranho, depois pensei poder se tratar de uma sessão de terapia holística, em que uma pessoa conduz o grupo a certa experiência no meio da natureza, pedindo para que se deitem no chão, respirem, sintam tal e tal sensação e assim, também as toca como forma de sensibilizar determinada parte do corpo, como estamos acostumados a ver e fazer nas vivências em artes cênicas por exemplo. Mas depois, com estávamos justamente conversando sobre os assaltos e arrastões que já haviam acontecido em diversos picos de escalada na cidade do Rio de Janeiro, seja quando os escaladores chegavam ao cume, seja quando subiam por trilha para acessar a base da via ou desciam para chegarem até seus carros, em que eram abordados e perdiam todos os seus pertences e equipamentos de escalada, que podem equivaler em torno de cinco até dez ou quinze mil reais, cogitei esta possibilidade e tocando minha amiga que contava uma história, pedindo assim para que silenciasse e visse o que estava acontecendo, parei e fui voltando lentamente de costas para que não nos vissem e pudéssemos então retornar e acessar outra trilha rapidamente. Foi o que fizemos. Descemos o mais rápido possível, alertas a todo tipo de som, voltando a cabeça para trás para ver se estávamos sendo seguidas, até chegarmos ao estacionamento, um tanto esbaforidas, onde funcionários do parque controlam o acesso às trilhas, coletando informações pessoais dos visitantes. Relatamos o corrido, afirmando não termos certeza se tratava realmente de um assalto, mas percebemos que o arrastão teria sido bem maior do que pensávamos. Outras pessoas que desciam no mesmo momento relatavam que haviam sofrido o assalto ou visto outras pessoas na mesma situação. Um rapaz chegou a dizer que viu em outro pico próximo ao que estávamos, cerca de vinte pessoas deitadas ao chão, rendidas por um homem com

---

<sup>25</sup> Praticantes de rapel – técnica de descida por cordas.

fuzil. No nosso caso, não cheguei a ver nenhuma arma, o que também me levou a duvidar que fosse um assalto e mesmo poder fazer tal afirmação.

Já havia frequentado o parque outras duas vezes, a primeira há cerca de um mês atrás, com um amigo em que fizemos uma trilha para acessar o Pico do Papagaio; e a segunda com a mesma parceira de escalada em que fomos ao Campus Escola 2000 fazer algumas vias esportivas. Não cogitava esta possibilidade de arrastão no parque e me choquei com tal realidade. Ser assaltado é sempre uma experiência traumática e indesejada, ainda mais em meio à natureza, fazendo uma trilha, correndo ou caminhando, em que se busca justamente um momento de fuga da realidade cotidiana das grandes cidades, do excesso de carros, fumaça, estímulos sonoros e visuais, e informações diversas. Mas no nosso caso de escaladores, ainda temos o inconveniente de perdermos nossos equipamentos, que muitas vezes são importados, comprados no exterior, de alto custo, e necessários para nossa prática.

Nos diversos grupos virtuais de escalada que participo, nos quais trocamos informações variadas sobre escalada, seja para fazer uma parceria e combinar uma prática, seja para relatar um episódio como esse ou para compartilhar um vídeo interessante, foto ou croqui de uma via específica, já havia sido alertada de que alguns picos estavam comprometidos e deviam ser evitados à noite por exemplo, ou era recomendado que não se fizesse cume, pois do outro lado da pedra havia uma comunidade e escaladores já haviam se deparado com homens portando armas e coisas do tipo. No entanto, ainda não sabia de relatos neste Parque em especial, ficando surpresa e bastante triste com o ocorrido.

Percebi, ao longo da prática, que em cada escalada aprendia algo novo, pois os problemas surgiam naquele instante e precisavam ser vivenciados (ou solucionados). Em um caso, como nas vias esportivas da Lapinha em Minas Gerais, quando estava chovendo muito e era a primeira a entrar na via guiando, após algum tempo sem a presença de seres humanos, ter a surpresa de encontrar, dentro dos buracos em que enfiava a mão, aranhas marrons, venenosas e comuns na região, realizando assim uma vistoria antes, se possível, ou percutindo a rocha para ver se espantava os animais entocados; na via tradicional da Madame Satã nas aderências<sup>26</sup> do Sumaré no Rio de Janeiro, sentir a sapatã<sup>27</sup> tão quente a ponto de

---

<sup>26</sup> Escalada em aderência é aquela em que a rocha não possui agarras, mas bom atrito para os pés, em que o solado da sapatilha adere sem deixar o corpo deslizar: “escalar em aderência é explorar ao máximo a aderência da sapatilha para subir em paredes que não possuem agarras. Normalmente, é realizada em paredes de baixa ou média inclinação. Para grudar nelas, quanto mais borracha você colocar em contato com a pedra, melhor. O segredo da escalada em aderência é deixar o peso do corpo sobre os pés, pois é o peso que faz com que a borracha grude” (DAFLON, 2016, p. 163).

<sup>27</sup> Sapatilha de escalada.

“derreter” os dedos dos pés e impossibilitar que continuasse, percebendo a importância de estar com a sapata correta para cada prática e buscar vias na sombra; na Luiz Arnaud no morro da Babilônia, deixar cair na última enfiada o freio ATC, necessário para o rapel, e ter que solucionar a questão com o domínio do nó UIAA para descer; ou na via 12 de Fevereiro, em que ficamos longe do nosso companheiro de escalada, a importância de combinar antes de subir os meios de comunicação à distância. Enfim, ganhar intimidade com este espaço, escalando em rochas distintas, percebendo as suas diferenças e conquistando experiência e repertório, aumenta o nível de conhecimento e possibilidade de integração com o meio.

Outra questão que me marcou foi a importância de incorporar procedimentos, até que se tornem hábitos. Um pequeno deslize pode causar um acidente ou ser fatal. Esquecer de fazer o nó na ponta de uma das cordas no momento do rapel, por exemplo, ou inverter a corda no momento de dar segurança ao participante ou ainda esquecer-se de um backup. Depois de aprender e entender os procedimentos, conhecer os materiais, confiar em seu uso e dominar a técnica do movimento do corpo, é necessário praticar para incorporar tudo isso. Deve-se escalar de forma orgânica, sem precisar pensar no que se faz.

A questão é que, para praticar, é preciso primeiro: fazer um “curso” ou outro tipo de capacitação para adquirir técnica, conhecimento e segurança; ter os equipamentos, que são muitos, como vimos, e caros, pois precisam de selos e certificados para trabalho em altura, tendo ainda que ser trocados conforme recomendação do fabricante; se tornar membro de um clube e/ou federação para se integrar ao grupo de participantes, poder fazer parcerias, participar de rodas de conversa e eventos de montanhismo; realizar treinamento físico específico para poder progredir nas vias, seja em ginásio indoor ou na própria rocha; estabelecer parcerias; conhecer as vias e acessos, pois são feitas trilhas até chegar na base das vias; ampliar conhecimento, como forma de reciclagem, com cursos, leituras e palestras, buscando estar atualizado com procedimentos, materiais e afins; estar atento às informações e buscando estar atualizado sobre acesso às vias, grampeações, indicações, por meio de relatos de escaladores, avisos, e instruções; conviver com outros escaladores para conhecer outras realidades, histórias e casos ocorridos na prática.

Para mim, como já escalava e tinha alguma vivência na área, ao chegar à cidade do Rio de Janeiro em 2017, o mais difícil foi estabelecer boas parcerias. Isso, porque a pessoa que o acompanhará numa subida à montanha, além de fazer sua segurança (de vida), estará consigo por algumas horas, lado a lado, a muitos metros do chão. Conforme revelo numa passagem do meu diário de altura, algumas parcerias inviabilizam a escalada:

## *Diário atrasado*

*Sexta feira – 31 de agosto de 2018*

*Falha no dia anterior. Cancelei a missão quando colocamos o pé na Urca. Não me senti à vontade, nem segura e confortável.*

*“Devia ter vindo de metrô!”*

*“Trouxe a minha corda, porque a sua está muito velha. Não confio! Você comprou usada, né? Certeza! Está muito zoada. Dá para ver.”*

*“Não acredite no que eu falo, pois vou mudar daqui a pouco.”*

*“Esse horário já não vou mais conseguir estacionar, era muito melhor ter te pegado em casa, achei que você era casada e seu marido ia achar ruim...”*

*Estas foram algumas das frases que ouvi do meu “parceiro” de escalada daquele dia, dentro do carro, ao longo do trajeto do ponto de encontro até o local que iríamos escalar. Começou mal. Quando nos encontramos já percebi que estava nervoso com o trânsito e descontava em mim, colocando a culpa de seu nervosismo. Depois, dizendo que não confiava em meu material.*

*Quando chegamos à Urca, pois tínhamos programado escalar uma via do Morro da Babilônia, já estava me sentindo sem vontade de escalar e muito menos estabelecer parceria com aquela pessoa. Pedi desculpas e fui embora!*

Esta escolha do parceiro é difícil, pois precisamos ter alguma empatia um pelo outro; afinidade de trabalho, para que usemos os mesmos procedimentos ou, pelo menos, consideremos os do outro; boa comunicação para que possamos nos entender, mesmo à distância na parede; confiemos um no outro; e tenhamos o mesmo nível técnico, ou próximo, para que possamos escalar no mesmo lugar.

Em relação aos procedimentos de segurança e conduta, lembro-me de um parceiro de vida, escalador, dizer que zelo demais, como colocar mil mosquetões no processo ou fazer “backup do backup”, poderia atrapalhar ao invés de ajudar, pois deixaria o ambiente sujo e poderia levar a confusões. Ou seja, nem mais, nem menos, somente o justo e necessário. Não devemos pecar pelo excesso em nenhum dos casos, pois, ao contrário do que se pensa, o excesso de segurança, que na verdade revela insegurança, pode causar acidente. Se pensarmos que o tempo todo temos que ter um *backup*, isto pode se tornar uma paranóia que nos imobiliza. No entanto, não se trata de ser imprudente, sem zelo ou juízo. Não é um apelo à irresponsabilidade. Pelo contrário: se sabemos usar o equipamento, entendemos o risco

envolvido e conhecemos os procedimentos, podemos administrar sem excesso, sem pânico, o risco existente. Além disso, os procedimentos vão mudando com o passar do tempo. O conhecimento é vivo. Os escaladores verificam, a partir de suas experiências e relatos de outros praticantes, que determinada conduta é melhor que outra, então, atualizam outro procedimento, deixando de fazer algo que antes era o mais indicado.

Por todos estes motivos, muitos costumam escalar com seus parceiros de vida, mulheres e maridos, ou com alguém da família, como pais e filhos. Contudo, não é uma regra. Apesar de algumas poucas experiências negativas, encontrei parceiros muito interessantes também, o que acredito ser parte importante da condição de experiência de fluxo, pois se fará a partir da relação da dupla. Exige sintonia, comunicação e escuta, algo como uma simbiose, em que o significado da palavra parceria se torna efetivo.

Uma das experiências de fluxo mais marcantes que tive foi no início de 2017 numa via clássica da Pedra Branca em Paraisópolis - MG, com o parceiro José Agnello, quando tive o prazer de sentir algo como se estivesse sendo escalada, mesmo de participante. E acredito que um dos motivos para que isso acontecesse foi a boa parceria estabelecida. Diferente da grande maioria das vias na cidade do Rio de Janeiro, em que os acessos são rápidos e fáceis, pois se trata de um polo de escalada urbano, nós tínhamos que viajar para chegar ao local, em zona rural, afastado da cidade em que morávamos, além de ter que caminhar por trilha para acessar a base, ou até mesmo descobrir o caminho quando não tínhamos ainda o conhecimento do local, nos perdendo na mata. Eram horas de convívio direto, desde a viagem de carro que levava em torno de 3 horas até o local, mais a trilha de acesso, o aguardo na base da via, a escalada em si, o final do dia em que tentávamos descobrir um fabricante de pinga local, uma boa comida e até mesmo uma cachoeira para renovar as energias. Conversávamos sobre tudo, num ambiente agradável. Sentia-me confortável. O ambiente era propício para que pudesse ter uma experiência de fluxo.

Outra questão da escalada livre tradicional brasileira em rocha é o contato com o meio natural. Ao longo da subida e quando chegamos ao final de cada via, em que nos encontramos no momento mais alto, podemos ver a cidade de um ponto de vista diferente. A geografia se revela cada vez de uma nova forma. É possível, lá em cima, ouvir o silêncio, o rasgar do vento que os pássaros fazem com suas asas. Algo acontece de modo que nos tornamos parte de um todo. A natureza se revela exuberante, como se nos fosse dada a chance de escaparmos, por instantes, do mundo artificial em que vivemos, e assim pudéssemos experienciar o tempo e o espaço com outra dimensão.

Lembro-me da primeira vez que subi numa via tradicional do Rio de Janeiro, no morro da Babilônia na Urca, e fiquei extasiada ao ver a vista da cidade, que se apresenta nas fotos a seguir. A mistura de mar com montanha era bastante clara. Sim, cidade maravilhosa! A escalada proporcionava-me outro ponto de vista daquele lugar. Tinha uma dimensão do todo e sentia-me pequena perto da imensidão do mundo. Neste contexto, situava-me melhor, recolocando meus problemas e dando-lhes outra dimensão.

Assim como subia no telhado de casa para pensar melhor quando era criança, pois lá em cima sentia-me segura e tranquila ou, quando já residia em São Bento do Sapucaí, subia a Pedra do Baú para, lá no cume poder espairar e ver algum problema de outro ângulo, a escalada proporcionava-me esta possibilidade de alterar a perspectiva do mundo, de mim mesma e de meus “problemas”.

Claramente, não eram os problemas que se alteravam, mas sim eu que me transformava ao longo do percurso e assim podia reconfigurar o problema. Algo modificava-se em mim. Passei então a encarar a escalada como uma experiência transformadora, que nos desafia, possibilitando uma espécie de cura (de nós mesmos). A partir da prática da escalada seria possível experienciar o fluxo, como desenvolverei a seguir com maior profundidade.

Ao escalar, existe a possibilidade de se ter uma sensação de plenitude, de se sentir fazendo parte do todo, de se sentir o todo, em prolongamento do corpo com a rocha, a montanha, amalgamados, como um só. Desenho, assim, no meu diário de altura, braços enormes que se estendem ao infinito e escrevo abaixo que é a sensação de pertencimento, de conexão com o mundo, assim como descreve Michel Serres: “Aquilo que do alto continua a ser espetáculo passa a integrar o corpo cuja estatura aumenta nas dimensões gigantes do mundo” (SERRES, 2004, p. 14).

A partir deste ponto, por já ter situado a prática da escalada e definido a qual modalidade me refiro neste trabalho, utilizarei o termo “Escalada”, em maiúsculo, para querer dizer sobre a escalada tradicional brasileira, em específico.



### 3. DESAPARECER: experiências do corpo-em-fluxo

Apresentaremos, neste capítulo, a Teoria do Fluxo criada na década de 70 pelo psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi, professor da Universidade de Chicago, a partir da análise de sua obra intitulada “Fluir”<sup>28</sup>, na qual desenvolve o conceito de *Flow*, do inglês, como experiências de fluxo, em que se percebe o envolvimento total da pessoa com sua vida, refletindo em aspectos positivos da experiência humana, como a alegria e a criatividade.

O intuito em analisar esta teoria é por apresentar aspectos fundamentais para a discussão de cura e emancipação no trabalho proposto. Além disso, como o autor entrevistou diversos escaladores e artistas, trazendo os relatos de como se sentiam ao realizarem suas atividades, podemos estabelecer relações contundentes entre as duas práticas e as percepções da autora.

Não será foco deste trabalho uma análise da obra de Mihaly Csikszentmihalyi a partir de preceitos da neurociência, por exemplo, buscando a veracidade dos fatos apresentados enquanto provas científicas, mas relacionar alguns pontos levantados pelo autor que convergem com as percepções e sensações obtidas por meio da prática da escalada e que nos auxiliam a pensar o fazer das artes da cena.

Críticas e objeções ao estudo apresentado por Csikszentmihalyi (2002) podem e devem ser feitas, como em todos os casos de pesquisa. O próprio autor percebe exceções em suas formulações e coloca alguns paradoxos que encontra ao longo do estudo, revelando a complexidade do que está a tratar. No entanto, afirma que tem como objetivo expor de forma clara e direta o conteúdo, sem seguir formas academicistas, para o público em geral que não tem necessariamente conhecimento prévio na área. O autor inicia sua obra deixando clara sua posição e consciência dos riscos a que está sujeito:

Este livro destina-se ao público em geral e resume décadas de investigação sobre aspectos positivos da experiência humana – a alegria, a criatividade, e o processo de envolvimento total com a vida a que chamei *fluxo*. É um tanto perigoso dar este passo porque, assim que nos libertamos dos constrangimentos estilísticos da prosa acadêmica, facilmente caímos no descuido ou no entusiasmo exagerado, especialmente num tema como este. No entanto, este trabalho não constitui uma obra popular com conselhos para ser feliz (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 13).

---

<sup>28</sup> A título de ciência e contextualização, esta obra foi publicada originalmente em 1990 com o título: “Flow – The Psychology of Optimal Experience”. A versão utilizada, de 2002, é uma tradução para a língua portuguesa feita por Marta Amado, com edição da Relógio D’Água de Lisboa – Portugal.

Por não se tratar de uma obra com enfoque acadêmico, como abordado acima, o autor optou por não inserir notas de rodapé e referências ao longo do texto, trazendo para nós um aparente problema conceitual quando não sabemos a origem de cada termo utilizado, tendo que recorrer a outros ensaios e trabalhos publicados. Isso não quer dizer que não tenha embasamento teórico e referencial bibliográfico, com estofo suficiente para sua tese, mas, apenas por opção, essas informações foram omitidas. Além disso, como se trata de uma obra que pode ser aplicada, de ordem prática, mesmo que o autor tenha exposto sua preocupação em se tornar uma receita, algumas vezes percebemos que corre este risco reducionista de entendimento a que está sujeito.

No entanto, focaremos nos oito elementos principais que o autor elenca como presentes nas atividades que proporcionam desfrute. Para nos situar, desenvolvo brevemente o contexto de pesquisa em que o autor se insere, suas buscas e objetivos, para que possamos, em seguida, ater-nos aos elementos supracitados.

Mihaly Csikszentmihalyi (2002), interessado em saber quando nos sentimos mais felizes, percebendo, como já havia concluído Aristóteles, que o ser humano busca a felicidade acima de tudo, realizou por mais de duas décadas uma série de experimentos que pudessem auxiliá-lo. Tentou compreender, tão exatamente quanto possível, como se sentiam as pessoas quando mais desfrutavam de si mesmas e por quê. A partir do testemunho de centenas de entrevistados, pessoas que se dedicavam às suas atividades preferidas, sobre como se sentiam ao fazer o que faziam, desenvolveu a teoria da experiência ótima baseada no conceito de fluxo: estado em que as pessoas encontram-se completamente compenetradas e absorvas no que estão fazendo, sem outro objetivo, quando nada mais importa para elas, desejando assim permanecer.

A princípio, seu método consistia em entrevistas e questionários e, posteriormente, criou uma forma que o permitia medir a qualidade da experiência subjetiva, denominado Método de Amostragem da Experiência<sup>29</sup>, coletando mais de cem mil amostras por diversas regiões do globo em diferentes condições de vida. No início, só entrevistavam pessoas que despendiam muito tempo e esforço em determinada atividade que não eram compensadoras monetariamente, como alpinistas, artistas e atletas amadores. Mais tarde, incluíram também pessoas comuns, como cirurgiões, padres, trabalhadores das linhas de montagem, jovens

---

<sup>29</sup> “Esta técnica, intitulada Método de Amostragem da Experiência (MAE), consiste em que se peça às pessoas que usem, durante uma semana, uma agenda eletrônica e anotem por escrito como se sentem e no que pensam sempre que a agenda emite um sinal sonoro. A agenda é activada por um transmissor de rádio cerca de oito vezes por dia, a intervalos aleatórios” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 21).

mães e adolescentes. Percebeu que as experiências eram descritas da mesma forma por homens e mulheres de diferentes idades, localidades, níveis sociais, ocupações e cultura:

A experiência de fluxo não era apanágio de elites ricas e industrializadas. Na sua essência, era relatada nos mesmos termos por mulheres idosas da Coreia, por adultos da Tailândia e da Índia, por adolescentes de Tóquio, por pastores Navajo, por agricultores dos Alpes Italianos e por trabalhadores de uma linha de montagem de Chicago (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 21).

Sua teoria da experiência de fluxo já está sendo aplicada há alguns anos por diversas áreas. No entanto, sabendo o risco que corre ao escrever uma obra com intuito prático de ser aplicada à vida, alerta que não se trata de um livro de receitas sobre como se tornar um homem rico ou feliz, mas de uma pesquisa que busca apresentar ao público exemplos de como desfrutar mais da vida, para que cada leitor possa chegar à sua própria conclusão.

Mihaly (2002) parte do preceito de que para alcançar a felicidade, devemos partir do controle da consciência, da vida interior. Esclarece, assim, que o estado ótimo da experiência é aquele em que há ordem na consciência, o que acontece quando a energia psíquica (atenção) se concentra em objetivos específicos reais e as aptidões combinam com as oportunidades de ação.

Ao se perguntar por que razão continuamos tão indefesos e não conseguimos controlar nossas próprias vidas, visto que há milhares de anos diferentes culturas desenvolveram refinadas técnicas para controlar a consciência (liberar a vida interior do caos e do condicionamento rígido das necessidades biológicas adquirindo independência dos controles sociais), encontra duas razões. A primeira diz respeito à dedicação, treino e prática necessários, uma vez que: “não basta saber como fazer; é preciso fazê-lo consistentemente, da mesma forma como os atletas e os músicos têm de praticar em permanência os seus conhecimentos teóricos” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 43). A segunda, pois o controle da consciência não pode ser algo institucionalizado, necessita adaptação conforme realidade e contexto histórico-social.

Relacionarei mais adiante este primeiro aspecto, da dedicação, treino e prática em permanência, com a exposição de outro autor para falar sobre a necessidade, na arte e na vida, de certa artesanaria e labor para que algo aconteça.

O autor destaca que é a atenção que seleciona as informações relevantes: “a característica de uma pessoa que controla a consciência é a faculdade de concentrar a atenção como quer, ignora distrações, concentra-se durante o tempo que for necessário para

atingir um objetivo. É aquela que o consegue geralmente desfrutar do curso normal da sua vida cotidiana” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 56). A atenção é percebida enquanto energia psíquica, sem a qual não poderíamos realizar nenhuma tarefa, mas que, logo depois de finalizada, dissipa-se.

Sendo assim, a desordem na consciência, a qual denomina de entropia psíquica, acontece quando a informação perturba-a ameaçando seus objetivos, ou seja, entra em conflito com as intenções existentes. Já a ordem na consciência, conhecida então como experiência ótima ou experiência de fluxo, é quando a informação está congruente com os objetivos e o fluxo da energia psíquica libera-se, fazendo com que o praticante cresça. Segundo o autor, nessas condições, quando a pessoa consegue organizar a sua consciência de forma a experimentar o fluxo, a sua organização fica mais complexa, resultado do movimento de diferenciação – em direção à singularidade – e integração, para além de si, em união com os outros. Isto acontece porque:

(...) nesse estado de concentração profunda, a consciência está invulgarmente bem ordenada. Pensamentos, intenções, sentimentos e todos os sentidos estão concentrados no mesmo objetivo. A experiência está em harmonia. E quando terminamos o episódio de fluxo, sentimo-nos mais ‘unidos’ do que antes, não só interiormente, mas também no que respeita aos outros e ao mundo em geral (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 69).

Neste momento, o autor apresenta mais uma vez o depoimento de um montanhista que muito se assemelha ao meu relato num diário de altura em que escrevo: “a sensação de plenitude vem de fazer parte do todo, de sentir o todo, em prolongamento do corpo com a rocha, a montanha” (desenho de braços gigantes, que crescem e abraçam a folha de papel que o contém). Refiro-me também à passagem, já referida de Michel Serres, quando compartilha a sensação de ter o corpo com “dimensões gigantes do mundo” (SERRES, 2004, p. 14), como se a ele pertencesse.

Esta sensação de nos sentirmos do tamanho do mundo, como se dele fizéssemos parte, explica-se para Csikszentmihalyi, pois o fluxo ajuda a integrar a pessoa por se tratar de uma experiência em harmonia, quando está tudo voltado para o mesmo objetivo.

Desta forma, associo esta tripla integração a que se refere Csikszentmihalyi, ou seja, consigo, com o outro e com o meio, com as três ecologias que incita Felix Guatarri, enquanto uma ecosofia, a partir da integração dos três registros ecológicos que o autor assim intitulou: da subjetividade humana, das relações sociais e do meio ambiente. Para Guatarri: “a ecosofia social consistirá, portanto, em desenvolver práticas que tendam a modificar e a reinventar

maneiras de ser no seio do casal, da família, do contexto urbano, do trabalho, etc.” (GUATTARI, 2012, p. 15-16).

Felix Guatarri sugere que, ao invés de sujeito, talvez fosse melhor falar em componentes de subjetividade, pois “o sujeito advém no momento em que o pensamento se obstina em apreender a si mesmo e se põe a girar como um pião enlouquecido, sem engancha em nada dos territórios reais da existência” (GUATTARI, 2012, p. 17). Neste aspecto, poder-se-ia desenvolver longa discussão a respeito dos termos utilizados por diversos autores para designar este “sujeito”, contrapondo o que Csikszentmihalyi (2002) apresenta como “Eu”. No entanto, esta discussão não cabe nesta pesquisa.

Mihaly, questionando sobre o que traz satisfação ao ser humano, afirma que “para melhorar a vida temos de melhorar a qualidade de experiência” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 73), em consonância com o que Larrosa (2016) largamente nos incita, pois, para termos uma boa qualidade de vida e nos sentirmos mais felizes, não nos basta ser ricos, ter um bom emprego ou uma casa, como condições exteriores ao nosso objetivo, embora isto não queira dizer também que estes aspectos sejam irrelevantes para a felicidade.

Em seguida, Mihaly faz uma distinção entre o desfrute e o prazer, apresentando a perspectiva de que: “As experiências que dão prazer também podem proporcionar desfrute, mas são duas sensações muito diferentes. Por exemplo, toda gente tem prazer em comer. Desfrutar da comida, contudo, é algo mais difícil” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 75). Caracteriza o desfrute como um movimento para frente, quando ultrapassamos o esperado e temos alguma surpresa com o que vivenciamos, exigindo-nos certa atenção no momento, concentrados na atividade.

Dessa forma, conclui que o prazer, apesar de ser uma experiência positiva, por ser efêmero e não exigir energia psíquica para acontecer, não faz o “Eu” crescer, pois a complexidade precisa desta energia e de objetivos desafiantes que nos impulsionem. Sendo assim, percebe que para ter controle da qualidade da experiência, precisamos desfrutar do que nos acontece no dia a dia.

Destaca oito elementos principais do desfrute (não necessariamente nesta ordem):

1. Perícia
2. Objetivos claros
3. Resposta imediata
4. Capacidade de se concentrar

5. Sensação de controle da situação
6. Alteração da sensação do tempo
7. Esquecimento da vida cotidiana
8. Desaparecimento do Eu

O primeiro elemento, da perícia, é a possibilidade que temos de completar a tarefa. O autor explica que, para que possamos estar completamente envolvidos na ação, concentrados e com foco, precisamos ter um equilíbrio entre a dificuldade, algo que nos desafia, e a capacidade que temos de realizar. Conforme deslinda, se tivermos muito desafio e pouco domínio para superá-lo, entraremos em estado de ansiedade. Na Escalada, podemos entrar em pânico, ficando imobilizados na parede sem poder sair do lugar. Todavia, se estivermos com muito domínio e pouco desafio, ficaremos entediados, pois já saberemos de tudo e assim iremos nos distrair com outras coisas que não a atividade. Então o desafio está ligado à nossa necessidade de concentração, de nos envolvermos por inteiro para realizar a ação, mantendo-nos em fluxo, e, assim, podendo mudar ou progredir nos objetivos da atividade.

A medida entre desafio e controle é algo dinâmico. Uma via de escalada muito fácil para mim, que não contenha desafios, far-me-á ter tempo suficiente para pensar em outra coisa, tirar meu foco. No extremo oposto, uma via muito difícil para mim, com grau de dificuldade ou exposição elevados, por exemplo, deixar-me-á frustrada por não conseguir progredir ou me paralisará por não poder desenvolver o lance. Desta forma, a atividade tem de estar entre o que conseguimos fazer e o que nos desafia, nem fácil nem difícil demais, ou seja: “O desfrute surge no limite entre o tédio e a ansiedade, quando os desafios se encontram em perfeito equilíbrio com a capacidade de agir” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 83).

No entanto, o que nos desafia e aquilo sobre o que temos controle não são dados pré-estabelecidos e imutáveis, pois, como vemos na Escalada, cada dia percebemo-nos diferentes. Em um momento, praticar uma via de Escalada de um determinado grau é a medida certa desta constante de perícia para que possamos entrar em fluxo e nos envolver na ação. Porém, em outro momento, às vezes numa mesma semana, a mesma via se torna impossível de ser realizada, pois vemos o desafio de outro modo, talvez maior.

Sendo assim, podemos inferir que o autoconhecimento, a escuta e a percepção que temos de nós mesmos são fundamentais para que possamos avaliar quais as condições com que podemos lidar em cada momento, sem extrapolar.

O segundo elemento, “objetivos claros”, é fundamental em qualquer jogo, seja nas

brincadeiras das crianças ou nos desportos, pois tornam possível o envolvimento dos participantes. Se não sabemos quais são as regras e como funciona, não conseguimos nos colocar e, tampouco, participar da atividade. Este princípio será bastante visto nos processos como ensino da Dança Acrobática sobre os quais tratarei no capítulo “práticas pedagógicas”. Para adentrarmos num jogo de improvisação, por exemplo, se temos as regras claras e estabelecidas, conseguimos nos situar e nos envolver a ponto de criar relações com os outros e com o espaço. Ao contrário, se não sabemos o que devemos fazer, como podemos prosseguir, quais são as condições, acabamos nos imobilizando e ficando atados sem poder interagir.

Penso que seja como um rio, que tem margens (limites) para que a água possa correr. Se não houvesse limite que contivesse a água, ela vazaria, seria um grande pântano. São as margens do rio que possibilitam que sua água siga em movimento constante, num curso. Objetivos e regras claras, como limites, ao contrário de nos aprisionar, nos libertam, possibilitam nossa ação.

O terceiro elemento, de resposta imediata, está ligado ao anterior, pois se os objetivos são claros, sabemos se estamos próximos ou distantes do que nos propusemos a fazer. Isto quer dizer que a resposta seria “conferir” de certo modo o que fazemos, como se verificássemos os dados. Na Escalada, podemos pensar numa determinada parte da via, que chamamos de lance, que demandaria um trabalho corporal específico, com posicionamento do corpo, esforço, apoio e vetores de força. Sabemos o que precisamos fazer e o que poderia acontecer caso não conseguíssemos. Então, quando passamos o lance, temos uma resposta imediata à nossa ação.

Digamos que, porque os objetivos são claros, temos a possibilidade de nos concentrar na tarefa, pois sabemos o que temos que fazer e, assim, temos a sensação de controle da situação. Na Escalada, esse aspecto é interessante, pois, se existe um equilíbrio entre a dificuldade, algo que nos desafia, e a capacidade que temos de fazer, como vimos no primeiro elemento, conseguimos nos manter ativos na prática sem desperdiçar energia de atenção com outra coisa, como o medo que nos paralisa, por estar difícil demais, ou a distração, por estar muito fácil (quarto elemento, “capacidade de se concentrar”). Nesse equilíbrio, podemos nos sentir de certo modo seguros e nos deixar fluir livremente, com envolvimento total, engajados corporalmente, entendendo aqui corpo e mente como uma coisa só.

Portanto, o quarto elemento, da concentração, é a capacidade de estarmos absortos

na ação, que nos envolve de tal maneira que podemos somente a ela responder. No caso da Escalada, acredito que o risco seja um dos elementos fundamentais para que tenhamos tal concentração. Como sabemos, esta prática é considerada de risco, mesmo sendo usados equipamentos de segurança, pois envolve uma ação de ascensão, uso do espaço vertical (conforme delineei em minha dissertação de mestrado)<sup>30</sup> que traz consigo, potencialmente, uma possibilidade de queda. Outros incidentes ainda podem acontecer, decorrentes de imprevistos na rocha ou mesmo de ações naturais, conforme mencionado anteriormente, como um ataque de abelhas, uma descarga elétrica ou deslizamento de parte da rocha ou outras superfícies, por exemplo. No entanto, é justamente esse risco que instiga boa parte dos escaladores.

O quinto elemento, subsequente aos anteriores, da sensação de controle, advém de a condição da atividade ter regras claras, resposta imediata, em equilíbrio entre desafio e perícia, que geram concentração profunda. Percebemos que a situação está sob controle. De alguma forma sentimo-nos confiantes frente à situação e progredimos, sem desperdiçar tempo e energia pensando se deveríamos ou não estar ali. Temos que entrar no jogo e nos colocar em risco, para perceber o quanto temos de controle. Poderíamos discutir aqui a questão do risco controlado quanto à maneira como as pessoas se envolvem na ação. Contudo, deixaremos para discutir a questão do risco adiante, quando colocarmos o exemplo do escalador Alex Honnold.

Com esta concentração profunda, perdemos a noção do tempo. Não trabalhamos mais com a cronologia do dia a dia, com a duração objetiva, mas com a duração subjetiva da experiência em que estamos envolvidos, sem nos darmos conta de quanto tempo passou ou quanto ainda temos. Como nos diz o autor: “durante a experiência de fluxo, o sentido do tempo tem pouca relação com a passagem do tempo medida pela convenção absoluta do relógio” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 100).

Assim, como perdemos a noção do tempo, não temos condição de pensar nos problemas diários. Como diz o autor: “uma das características da experiência de fluxo mencionadas mais frequentemente é que, enquanto dura, conseguimos esquecer todos os aspectos negativos da vida” (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 89). Neste sétimo elemento, vemos que a concentração profunda e a capacidade de se envolver por completo na ação, são

---

<sup>30</sup> MILLAS, CG; COLLA, AC. **Trajetórias de risco, treinamento e criação**: experiências vividas nos espaços vertical e aéreo. Campinas, SP: [s.n.], 2014., 2014.

tão grandes que não temos tempo nem energia suficientes para pensar em outra coisa.

Ao longo da atividade, assim como nos esquecemos dos problemas diários, praticamente nos esquecemos de nós mesmos, a sensação de si se desfaz. O oitavo elemento, portanto, é o que mais nos interessa nesta pesquisa, pois é a possibilidade de nos desfazermos de alguma forma de nós mesmos, das nossas definições que nos enrijecem e paralisam, para que possamos experienciar o fluxo e transformarmo-nos ao longo do percurso, passíveis de sermos outros:

(...) quando uma atividade é completamente absorvente, não resta atenção suficiente para uma pessoa refletir sobre o passado ou o futuro, ou outros estímulos temporariamente irrelevantes. Há um item que desaparece da consciência, e que merece especial atenção, visto que passamos muito tempo na vida cotidiana a pensar nele: o nosso próprio eu. (...) a perda de sentido de um eu separado do mundo que o rodeia é, por vezes, acompanhada de uma sensação de comunhão com o ambiente, quer seja uma montanha (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 95-96).

Em um dos depoimentos coletados por Mihaly e sua equipe, revela-se uma experiência tão intensa que a pessoa sentia quase como se ela própria não existisse. Portanto, quando se está numa situação de engajamento total, a pessoa não tem sobra de atenção suficiente para monitorar como seu corpo se sente ou para pensar em seus problemas de casa. Ela não pode nem mesmo sentir se está com fome ou cansado. Seu corpo desaparece, sua identidade desaparece de sua consciência, porque não tem atenção suficiente, assim como nenhum de nós tem quando está fazendo algo muito bem, que requer muita concentração. Então, a existência é temporariamente suspensa. No entanto o autor explica que:

A perda da autoconsciência não implica a perda do eu, nem certamente a perda da consciência, mas apenas a perda da consciência do eu. O que resvala sobre o umbral da consciência é o conceito do eu, a informação que utilizamos para representarmos o que somos. E sermos capazes de esquecermos momentaneamente quem somos, parece ser muito agradável. Quando não estamos preocupados conosco, temos a oportunidade de expandir o conceito de quem somos. A perda da autoconsciência pode levar a autotranscendência, ao sentimento de que as fronteiras de nosso ser foram alargadas (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 98).

Ao final da atividade, sentimos um êxtase, como se o corpo todo fosse explodir de alegria, sendo parte do meio, conexão consigo, com o outro e com o espaço, meio ambiente, numa ação ecológica de integração e transformação do “Eu”, que como nos diz o autor, se complexifica ao final do processo. Assim, podemos perceber no depoimento de um alpinista ao

falar de sua atividade:

a mística do alpinismo é escalar: chegamos ao cimo do penhasco felizes por termos terminado, mas o que de facto gostaríamos é que continuasse eternamente. A razão do alpinismo é escalar, como a razão da poesia é escrever; não se conquista nada a não ser no interior de nós próprios... O acto de escrever justifica a poesia. Com o alpinismo acontece o mesmo: damos-nos conta de que somos como um fluxo. O propósito do próprio fluxo é continuar a fluir, não procurar um pico ou uma utopia, mas mantermo-nos em fluxo. Não é uma subida, mas um fluir contínuo; sobe-se para manter o fluxo. A única razão para a escalada é a própria escalada; é uma autocomunicação (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p.84-85).

Portanto, o fim da atividade é ela mesma, como se a sensação fosse a de que não quiséssemos mais parar de fazê-la, pois nos traz bem-estar e plenitude. Ao falar sobre algumas experiências em subir e escalar montanhas na França, como os Alpes ou ainda o Mont Blanc, Michel Serres descreve a sua sensação de plenitude e alegria, muito comum nas descrições de outros escaladores ao chegarem ao cume:

(...) fui subitamente inundado, transbordado, coberto, saciado, sobejado, possuído por uma soberana alegria, contínua e tão imensa que pensei que meu peito iria explodir, que todo meu corpo levitava, presente por todo o espaço do mundo que estava todo presente em mim. O que eu vivenciara então era uma espécie de pleroma, uma plenitude de júbilo. Nada de artificial existia nessa experiência, pois ela aconteceu em momentos em que eu me alimentava pouco, bebia apenas água e toda minha atenção nervosa e muscular era continuamente requisitada para impedir que eu escorregasse: esse êxtase acontecia durante períodos ativos em que a dura realidade mobilizava todo meu corpo (SERRES, 2004, p. 20-21).

Lembro-me de sensação parecida ao subir a via ferrata da Pedra do Baú em São Bento do Sapucaí – SP, pela primeira vez sozinha, sem equipamentos de segurança, e ainda por cima desconhecendo o percurso, o que aumentava a necessidade de concentração. Esta via é feita toda em artificial<sup>31</sup>, com grampos de ferro presos à rocha, em 350 metros de ascensão até o cume, que se encontra a 1.964 metros de altitude. A cada degrau olhava para baixo e via um abismo todo ao meu dispor. Quando cheguei lá em cima, comecei a rir e a chorar ao mesmo tempo. Abria os braços na tentativa de abraçar o mundo todo, que sentia em mim, num estado de conexão e pertencimento. Sentia uma expansão do corpo, como se pudesse voar, radiante.

---

<sup>31</sup> Escalada em artificial é aquela em que não se usa somente o apoio natural da rocha, como no caso da escalada em livre, mas equipamentos específicos para se progredir.

Percebemos na fala de outros escaladores essa sensação de plenitude, como no documentário “Valley Uprising: Yosemite’s Rock Climbing Revolution” produzido em 2014 pela SenderFilms.<sup>32</sup> Podemos ver alguns escaladores notáveis darem seus depoimentos sobre como vêem a prática e o que os incita a realizá-la, reforçando ainda mais o que tratamos acima: “Estar sozinho em um enorme paredão mostra como somos pequenos. Mas também sentimos que fazemos parte de algo maior” (Alex Honnold) e “Estou trabalhando a dança. Você tem que unir o corpo e a mente para fazer isso direito. Eu olho para a rocha e nós nos transformamos numa coisa só” (John Bachar).

O que nos faz perceber é que não se trata somente de boa vontade para praticar a escalada. Existe uma série de conhecimentos envolvidos e de treinamentos específicos que não apenas tornam a prática segura, como também possível, pois, sem isso, o praticante não poderia nem sequer experienciá-la. Chamaremos de artesanania essa questão, em que o praticante necessita de tempo para dominar seu ofício, como um artesão que se dedica, em incansáveis horas, à técnica necessária. Como nos diria Herrigel: “O domínio perfeito da arte, longe de oprimir, libera” (HERRIGEL, 1999, p. 51).

Enquanto uma prática de si, conforme explicita Foucault, não designa somente uma preocupação, mas todo um conjunto de ocupações, atividades, que nos exigem tempo. Tempo este que o autor ainda detalha não ser vazio, mas “povoado de exercícios, por tarefas práticas, atividades diversas. Ocupar-se de si não é uma sinecura” (FOUCAULT, 2014, p. 66). Implica em certo tipo de labor. A escalada, assim como a dança e outras práticas corporais, exige o trabalho presencial, experiencial e processual do aprendiz, que se propõem a estar imerso na atividade, possibilitando sua própria transformação.

Farei então uma relação com a experiência de Heugen Herrigel, trazida na obra “A arte cavalheiresca do arqueiro Zen”, quando o autor se dedica, durante o período em que se manteve no Japão a dar aulas de filosofia na Universidade de Tohaku, à arte do arqueiro praticada pelos Zen Budistas, na qual o objetivo é exercitar a consciência, com a finalidade de fazê-la atingir o nirvana (estado de iluminação suprema, para além da concepção do intelecto):

---

<sup>32</sup> O Documentário foi apresentado em 2014 pela North Face em colaboração com a Cliff Bar, com produção da Sender Films em parceria com a Big Up Productions, texto e direção de Peter Mortimer e Nick Rosen. Revela cerca de 50 anos (“The golden age” 1955-1970; “The stone masters” 1973-1980; e “The Stone Monkeys” 1998-2014) de escalada no importante polo Norte Americano no Vale de Yosemite na Califórnia. Conta com a presença de grandes nomes da prática, como: Tommy Caldwell, Lynn Hill, Alex Honnold, John Bachar e Dean Pote. (Disponível em: <https://searchworks.stanford.edu/view/10688987> Acesso em: 21 jan. 2019)

“quando o arqueiro dispara a flecha, ele atinge a si próprio” (HERRIGEL, 1975, p.7). Ou seja, o trabalho do arqueiro é consigo mesmo, assim como disse o alpinista em seu depoimento.

Diz-se que o objetivo do arqueiro ou do bailarino, não é atingir um alvo ou fazer movimentos harmoniosos, mas antes, harmonizar o consciente com o inconsciente. Desta forma, a prática distancia-se do esporte com seu estudo metódico e exaustivo, assim como proponho com a prática da escalada. Porém, para que isso aconteça, o autor esclarece que “o estado de não-consciência só é possível alcançar se o arqueiro estiver desprendido de si próprio, sem, contudo, desprezar a habilidade e o preparo técnico” (HERRIGEL, 1975, p. 10). Necessita-se transcender os limites do ego a partir de uma experiência diretamente apreensível. E, mais uma vez, vemos a importância da prática diária, de algo que se faz por meio do labor, do treino, da energia que empenhamos para que algo aconteça, pois não se trata de uma tarefa fácil:

Devemos reconquistar a ingenuidade infantil através de muitos anos de exercício da arte de nos esquecermos de nós próprios. Neste estágio o homem pensa sem pensar. Ele pensa como a chuva que cai do céu, como as ondas que se alteiam sobre os oceanos, com as estrelas que iluminam o céu noturno, como a verde folhagem que brota na paz do frescor primaveril. Na verdade, ele é as ondas, o oceano, as estrelas, as folhas (HERRIGEL, 1975, p. 12)

Via-se, antes de tudo, a necessidade de se desprender de si mesmo para que as coisas pudessem acontecer independentes de nós. Assim como uma criança não joga com os brinquedos, mas eles jogam com ela. Sensação de sermos dançados, deixarmos algo acontecer, abrir mão de nós mesmos, de nossas fixações e definições do eu, para que possamos nos entregar ao momento, perceber e nos transformar com isso. Como dizia o mestre, deveria “desprender-se de si mesmo, deixando para trás tudo o que tem e o que é, de maneira que do senhor nada restará, a não ser a tensão sem nenhuma intenção” (HERRIGEL, 1975, p.43).

Ao longo do texto deste autor, algumas palavras ressoam e insistem em aparecer, reforçando as intenções explicitadas anteriormente: liberação, libertação, desprendimento, esquecimento de si mesmo, perder o eu, livre de intenção: “esquecidos por completo de nós mesmos e livres de qualquer intenção, nos adaptamos ao acontecer: a execução de algo exterior desenvolve-se com toda a espontaneidade, prescindindo da reflexão controladora” (HERRIGEL, 1975, p.50).

O autor revela que seu mestre tenta liberar os alunos de si mesmos para que não se

fixem em seus feitos egoicos, pois precisam perceber que existe algo maior, ao qual pertencem:

(...) o que se exige é que ele domine perfeitamente todas as técnicas de concentração e meditação, esquecendo-se de si mesmo (...) somente o espírito livre deve estar presente, numa espécie de vigília que prescinde do eu mesmo e que pervade todos os espaços, todas as profundezas, com os olhos que ouvem e os ouvidos que veem. Desta maneira, o mestre consegue que o discípulo passe através do próprio ser, tornando-se cada vez mais receptivo (HERRIGEL, 1975, p. 55-56).

Então, o autor sente que algo dispara, algo atira, que não é ele, mas que também é ele, quando desprendido de si mesmo e passível de ser outra coisa, sente-se integrado ao meio, parte de um todo. Por outro aspecto, vemos Vladimir Safatle (2015) nos proclamar o fim do indivíduo e a necessidade de afirmação do desamparo, para que possamos nos emancipar, segundo estudos já desenvolvidos por Freud.

A questão para Safatle está na determinação do sujeito como indivíduo, defensor de sua privacidade e integridade, ou seja, da soma dos predicados que possui, como proprietário, e que determinam sua individualidade, que o definem enquanto tal. Os predicados seriam, portanto, aquilo que o sujeito, por direito, pode anunciar de si, aquilo em que se reconhece e sente possuir. Sendo assim, o outro se instaura como potencial inimigo, pois, para ter liberdade o indivíduo precisa se precaver dos perigos que ameaçam a sua individualidade, que colocam em risco algo que possui, como os predicados, e que ao mesmo tempo deseja manter para permanecer como é. Cria-se, assim, a constante do medo que, segundo o autor, é indissociável da compreensão de indivíduo “com seus sistemas de interesse e suas fronteiras a serem constantemente defendidas, como fundamento para os processos de reconhecimento” (SAFATLE, 2015, p. 17).

Como um binômio do medo há ainda a esperança, sentimento que nos leva igualmente a um tempo da espera, que nos retira da potencialidade própria do instante e nos fixa em algo que se foi ou está por vir: “o corpo constituído pela crença esperançosa em uma providência por vir ou o corpo depressivo e amedrontado de uma providência perdida ou nunca alcançada” (idem, p. 21).

Porém, na outra margem, em oposição ao predicado, que é aquilo que o sujeito nomeia e diz sobre si, como fazemos com aquilo que não conseguimos dizer? Com aquilo que não é possível de ser proclamado, mas que nos diz respeito também? Aquilo que não está dentro do âmbito da determinação por propriedade?

Desta forma, seria necessário nos desidentificarmos, sermos corpo sem eu comum e unidade, corpo em errância, corpo aberto, multiplicidade. Por isso, o desamparo como afeto, mobilizador, poderia ser uma chave para a emancipação do sujeito, que sem lugar fixo e determinado, poderia ser levado para outras paragens, em possível transformação, e como diria Mihaly, em processo de complexificação: “Estar desamparado é deixar-se abrir a um afeto que me despossei dos predicados que me identificam” (idem, p. 21).

Seguindo por este caminho, Safatle (2015) nos fala da necessidade de que, em alguns momentos, os corpos precisam se quebrar, se decompor e serem despossuídos para que outros circuitos de afeto possam aparecer e serem criados. Não poderíamos, assim, ficar fixados na integridade do nosso corpo próprio- que não deixamos se quebrar, se desamparar de sua forma atual- para que possa se recompor de outras formas, inesperadas.

É neste ponto que trago o encontro entre os autores citados e busco uma forma de fazer interagir seus pensamentos. Seria com este fim do indivíduo proclamado por Safatle, com a busca de se desprender e esquecer-se de si mesmo de Herrigel, e com a visão do sujeito enquanto componentes de subjetificação de Guatarri em sua ecosofia, que vejo a possibilidade da escalada e da dança como práticas de emancipação, no momento em que propiciam uma experiência de fluxo que gera, justamente, a perda do sentido do eu, segundo Mihaly, e sua posterior sensação de retomada mais ampla e complexa, em integração consigo, com o outro e com o meio.

A partir desta experiência de fluxo, trago o termo “corpo-em-fluxo” como uma possibilidade de definirmos a qualidade corporal que estamos em busca neste trabalho, como um corpo que, ao se colocar no momento, íntegro e presente na ação, desfaz-se de uma concepção de si, para permitir que outras possam ser criadas, deslocando-se do lugar comum e partindo para o movimento natural da vida, acompanhando as transformações geradas, sem se fixar em edificações, definições e contornos pré-estabelecidos. Busca-se um corpo que se conecta consigo, com o outro e com o espaço, sentindo-se parte do todo, em relação, em movimento de ampliação e diferenciação, aberto e com escuta, atravessado pelas forças presentes e com elas interagindo.

Este assunto já foi e ainda é bastante discutido por diversos autores e pesquisadores da cena teatral, que cunham diferentes termos para abarcar a perspectiva de corpo no trabalho artístico: corpo-canal por Jerzy Grotowski; corpo-em-vida por Eugenio Barba; corpo-subjétil por Renato Ferracini; Corpo-filtro por Laurence Louppe; dentre muitos outros. Assim também, há outros autores que visam falar de um tipo específico de ser, como a busca por um

Corpo sem Órgãos (CsO) de Gilles Deleuze, remontando aos postulados de Antonin Artaud. Nesta pesquisa, denominaremos de corpo-em-fluxo, fazendo alusão à teoria de fluxo proposta por Mihaly Csikszentmihalyi (2002), conforme delineado.

Este termo será recorrentemente evocado ao longo da análise das práticas artísticas e docentes nesta pesquisa, por definir uma proposta de trabalho que se compromete com a qualidade de estudo, um modo de operar, pensar e fazer particular. Realça a importância no “como” fazer, em detrimento da quantidade e não da qualidade.

### **Escalada *Free Solo*<sup>33</sup> – casos extremos**

Para discutir estas questões mais a fundo, trago o exemplo do escalador estadunidense Alex Honnold<sup>34</sup>, conhecido por suas façanhas na modalidade de escalada denominada *Free Solo*, quando as realiza em diferentes partes do mundo de forma rápida e técnica.

Lembremos aqui também que outros escaladores antecederam Honnold, como Dan Osman, Dean Potter, John Bachar e Leonel Terray, inclusive mulheres, como Catherine Destivelle<sup>35</sup>, que se destacou na década de 80 por “solar”<sup>36</sup> grandes paredes, sendo a primeira

---

<sup>33</sup> Como já mencionado anteriormente, *Free Solo* consiste em uma modalidade da escalada em que o praticando sobe sem equipamentos de segurança que o amparem num possível momento de queda. Ou seja, caso caia, provavelmente irá morrer.

<sup>34</sup> Alex Honnold é um dos mais famosos escaladores *Free Solo* do mundo. Começou a escalar aos dez anos de idade em um ginásio de escalada em sua cidade natal em Sacramento, Califórnia, nos Estados Unidos. Como era muito tímido e não conseguia interagir com outros escaladores para poder formar parceria para ir à rocha, escalava sozinho, realizando vias no início de III grau e, mais tarde, chegando a realizar façanhas inigualáveis em tempo e dificuldade, como *Moonlight* no Parque Nacional de Zion, em Utah, em 2008, uma via com 365m (1.200 pés) considerada como um IXa brasileiro. Como David Roberts escreve no livro *Alone On The Wall*, podemos ter uma boa descrição de Honnold: “No final de março de 2008, Alex Honnold era pouco conhecido além do pequeno círculo de seus amigos. Sete anos depois, aos trinta anos, ele é provavelmente o escalador mais famoso do mundo. Isso não quer dizer que ele seja o melhor escalador do mundo - na verdade, não existem coisas como o 'melhor escalador', porque o esporte se subdividiu em muitos gêneros, desde o montanhismo Himalaia até o escalada em ginásios indoor. A razão para a celebridade meteórica de Honnold é que ele tornou visível a forma mais extrema e perigosa de escalar sem uma corda, um parceiro, ou qualquer ‘dispositivo’ (*pitons, nuts, ou comes*) para se prender à parede. Em sua simplicidade absoluta, essa busca pode ser entendida pela maioria dos observadores casuais. As apostas são definitivas: Se você cair, você morre” (HONNOLD, 2016, p. 7-8, Tradução nossa).

<sup>35</sup> Catherine Destivelle nasceu e cresceu em Paris e foi introduzida na escalada em tenra idade no Forêt de Fontainebleau, nos arredores da cidade. Quando ela tinha 15 anos, já conseguia escalar as rochas mais difíceis. Aos 17 anos passava os fins de semana a escalar os picos mais altos dos Alpes. Por volta dos 20 anos, ela se estabeleceu em uma carreira como fisioterapeuta, mas depois de cinco anos a atração das montanhas provou ser mais forte e ela começou a participar de competições internacionais de escalada. De 1985 a 1988 foi considerada a melhor escaladora do mundo. Em 1990 fez o seu regresso ao montanhismo com uma série de subidas incríveis, incluindo ascensões solo das três paredes alpinas mais lendárias - o Eiger, o Grandes Jorasses e o Matterhorn - fazendo dela a melhor escaladora

mulher a fazê-lo. Sabemos da importância destes escaladores que, muitas vezes, apesar de seus feitos, não tiveram a mesma fama e oportunidade de Alex. No entanto, a escolha em tratar deste escalador, em especial, é primeiramente pessoal, por ter visto pela primeira vez, na época do mestrado, algo que Michel Serres (2004) nos diz sobre produzir encantamento, a partir do vídeo da The North Face, quando Alex Honnold escala em *Free Solo* o El Sendero Luminoso no México em 15 de janeiro de 2014<sup>37</sup>. A câmera nos revela um homem, por livre e espontânea vontade, sozinho em meio a uma enorme parede de pedra, sob apoios precários, em sua caminhada vertiginosa e vertical, a sorrir. Mas esse sorriso não era comum, pois o lugar e a forma em que se colocava tampouco o eram. Produzia uma sutil transformação de grandeza em seu ser. Ali, pude ver como aquele corpo gerava encantamento frente ao desafio que se colocava.

Assim, por meio deste primeiro vídeo, fiquei instigada em buscar saber mais sobre este escalador que, inclusive, atualmente, foi protagonista do “*Free Solo*”, documentário americano de 2018 dirigido por Elizabeth Chai Vasarhelyi e Jimmy Chin, vencedor do Oscar de melhor documentário de longa-metragem em 2019. Por diversas razões, dentre elas seu mérito e obstinação que serão aqui parte descritos, Alex Honnold tornou-se uma celebridade no mundo da escalada e, após o lançamento deste documentário, talvez por pessoas de outras áreas. Esse fato permitiu-me ter acesso a um número maior de informações, dentre livros e artigos publicados, filmes produzidos, vídeos disponibilizados, além de diversas entrevistas e outras publicações a seu respeito, que influenciaram no desenvolvimento da presente pesquisa.

Nesta modalidade denominada *Free Solo*, qualquer eventualidade pode ser fatal. A atenção e a concentração devem ser extremas. Além disso, deve-se saber exatamente o que fazer, não há margem para erro. Como ressalta Mihaly quanto ao risco envolvido neste tipo de prática:

O importante aqui é compreender que as atividades que produzem experiências de fluxo, mesmo as aparentemente mais arriscadas, são elaboradas de tal forma que permitem ao praticante desenvolver capacidades suficientes para reduzir a margem de erro ao mínimo. Os alpinistas, por exemplo, reconhecem duas espécies de perigos: ‘objetivos’ e

---

de todos os tempos. (Disponível em: <http://catherinedestivelle.com/about/> acesso em 19 de abril de 2019. Tradução nossa).

<sup>36</sup> O termo “solar” quer dizer escalar em *Free Solo*, ou seja, sem utilizar equipamentos de segurança.

<sup>37</sup> Indico que vejam este vídeo, disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Phl82D57P58>> acesso em 19 de abril de 2019.

'subjettivos'. (...) O objetivo do alpinismo consiste em evitar, na medida do possível, os perigos objetivos e em eliminar totalmente os perigos subjettivos através de uma disciplina rigorosa e de uma preparação sólida (CSIKSZENTMIHALYI, 2002, p. 93).

Frente ao risco extremo, o que Alex Honnold faz, segundo seus relatos, é exatamente o que descreve o autor supracitado: tentar tornar a prática o mais segura possível, eliminando, como veremos a seguir, os perigos objetivos, como pedras soltas ao longo de uma via, realizando estudo prévio das condições climáticas para a época que pretende realizar a ação; e os perigos subjettivos, com uma série de treinos e práticas diárias que o permitem se manter concentrado e seguro ao longo de todo o percurso, pois já conhece os movimentos necessários, ou seja, já decorou aquela coreografia, colocou-se à prova antes e manteve-se apto fisicamente para o que se pede na via.

As perguntas que Honnold mais escuta, assim como a grande maioria dos escaladores desta modalidade, são pertinentes a respeito do medo de morrer e ao motivo de fazer aquilo. Ele responde que não quer morrer, mas aceita, mais fácil que a grande maioria das pessoas, que vai morrer em algum momento. A resposta do porquê fazer ficou lendária com a frase de George Leigh Mallory ao lhe perguntarem por que ele queria escalar o Everest: "*Because it's there*" (porque está lá). Isto pode nos levar a pensar que a resposta para esta pergunta está lá em cima, mas também podemos pensar que a própria ascensão é que trará a resposta, como ele está buscando ao escalar o Everest, sugerindo que o questionador vá experienciar para saber.

Para Honnold existe uma diferença elementar entre risco e consequência, que ele aborda quando é questionado sobre sua prática. Insiste que não gosta de risco, de se aventurar com a morte. E entende que, na modalidade que pratica, as consequências são fatais, levam sim à morte, mas isso não quer dizer que os riscos que corre também o sejam: "I always call risk the likelihood of actually falling off. The consequences is what will happen if you do. So I try to keep my soloing low-risk – as in, I'm not likely to fall off, even though there'd be really high consequences if I did" (HONNOLD, 2016, p. 13-14).<sup>38</sup>

A este respeito, Alex Honnold explica no vídeo "A Question of Risk – Episode 1 – Alex Honnold" produzido pela Black Diamond Equipment<sup>39</sup>, que só o escalador sabe o quão difícil é

---

<sup>38</sup> "Eu sempre chamo de risco a probabilidade de realmente cair. As consequências são o que vai acontecer se você fizer isso. Então eu tento manter minha [escalada] solo de baixo risco - como não é provável que eu caia, mesmo que houvesse consequências realmente altas se eu o fizesse" (HONNOLD, 2016, p. 13-14. Tradução nossa).

<sup>39</sup> Vídeo disponível em: <https://vimeo.com/84716329> Acesso em 20 jan. 2019

a rota e o quão bom ele é. Não podemos determinar o risco que outra pessoa vai correr sem conhecê-la e vendo o lugar por uma foto. De fora da situação não conseguimos ter dimensão de todos os aspectos envolvidos. Desta forma, não temos como julgar o risco envolvido na prática. O escalador afirma ainda que, para algumas pessoas, talvez seja suficiente fazer Boulder ou movimentos difíceis, mas, para ele, é necessário subir uma parede (big hall) sem corda, por exemplo, para se sentir neste lugar de desafio e prova constante de si mesmo. O risco, assim, existiria em muitas práticas do nosso dia a dia, como ao andar de carro, ao comer ou voar de avião. No entanto, na prática da escalada, o risco torna o escalador melhor, uma vez que terá que treinar e estar altamente concentrado, fazendo com que encare a prática com mais seriedade. Escalada seria, então, sobre estar numa situação de perigo e torná-la algo seguro. Alex explica ainda que não tenta ser livre o tempo todo, mas procura fazer o que quer, o que o deixa feliz e, assim, torna-se livre escalando, por exemplo.

Quanto à questão específica do *Free Solo*, Alex Honnold afirma que “solar” é, sobretudo, preparação: “For me, freesoloing a big wall is all about preparation. In real sense, I had performed the hard work on Moonlight Butress during the days leading up the climb. Once I was on the route, it was just a matter of executing” (HONNOLD, 2016, p. 8).<sup>40</sup>

Irei expor, a seguir, parte do que este escalador chama de preparação, como um ritual de tarefas diárias, que antecedem a sua ação, não para enrijecê-lo, mas, ao contrário, para libertá-lo para o “voo” que pretendia fazer. Em uma exposição para o Canal Ted<sup>41</sup> intitulada “How I climbed a 3.000 foot vertical Cliff – without ropes”, ao falar sobre os momentos mais felizes de sua vida ao conseguir solar a via El Capitan no Parque Nacional de Yosemite na Califórnia EUA, podemos ter uma ideia sobre isso.

Alex Honnold teria “solado” anteriormente a via Half Dome, também em Yosemite, mas de forma duvidosa, sentindo medo e hesitando ao longo do trajeto. Então, para o empreendimento do El Capitan, decidiu fazer diferente. Da primeira vez, como ainda não

---

<sup>40</sup> “Para mim, o solar uma grande parede tem tudo a ver com preparação. Na verdade, eu tinha realizado o trabalho duro no Moonlight Butress durante os dias que antecederam a subida. Uma vez que eu estava na rota, era apenas uma questão de executar” (HONNOLD, 2016, p. 8. Tradução nossa).

<sup>41</sup> TED é uma organização sem fins lucrativos dedicada à divulgação de ideias, geralmente na forma de palestras curtas e poderosas (18 minutos ou menos). TED começou em 1984 como uma conferência onde Tecnologia, Entretenimento e Design convergiram, e hoje cobre quase todos os tópicos - da ciência aos negócios e questões globais - em mais de 100 idiomas. Entretanto, os eventos TEDx realizados de forma independente ajudam a partilhar ideias em comunidades de todo o mundo (disponível em <<https://www.ted.com/about/our-organization>> Acesso em 19 jan. 2019. Tradução nossa).

sabia se preparar para um *Free Solo*, decidiu pular esta etapa e só subir e se aventurar. Somente escalou com cordas com um amigo dois dias antes. No meio da parede confessa que se sentiu perdido, começou a duvidar de si mesmo, estava abalado. Percebia que sem corda, o mesmo apoio que antes confiava e utilizava para fazer o movimento, agora parecia ruim, pequeno e escorregadio. Duvidava que seu pé aguentaria se colocasse o peso sobre ele. Então decidiu que não queria ser um escalador de sorte, mas um grande escalador. Para isso, passou a adotar a preparação de forma séria.

Para realizar a ascensão do El Captain, realizou por quase uma década uma série de ações: primeiramente escalou a via com corda umas 50 vezes; repetiu sequências de movimento até garantir que estavam enraizadas, sem chance de erro, pois precisava que tudo estivesse automático, não poderia parar para pensar no meio do caminho ou hesitar. Explica que o esforço físico para escalar em *Free Solo* é o mesmo que subir com cordas. O diferencial é o psicológico, quando você deve fazer tudo certo pois, como já dito anteriormente, qualquer erro pode ser fatal. Desenvolveu para isso, uma forma de estudar mentalmente toda a escalada que faria: imaginava toda a experiência na parede, e isto não quer dizer lembrar somente de todos os movimentos, mas sentir a textura de cada agarra em sua mão, imaginar a sensação da perna ao esticá-la longe até colocar o pé num apoio... Enfim, imaginava tudo como se fosse uma dança coreografada a centenas de metros do chão. Além disso, para conseguir passar do *crux* da via, que era um movimento em que um pé deveria entrar numa fenda, que exigia precisão e flexibilidade, fez uma rotina de alongamentos toda noite por um ano inteiro!

Sabia que não poderia viver o momento com medo. Tinha que visualizar e ensaiar bastante para acabar com as dúvidas. Outra parte da preparação foi limpar todo o trajeto da via, retirando pedras soltas ou sujeiras que poderiam atrapalhar. Ao final da preparação, conhecia cada apoio de todo o percurso e sabia exatamente o que tinha que fazer. Lembrando que uma via de 900m de altura tem milhares de movimentos de pé e mão. É como se fosse uma coreografia de dança complexa e minuciosa de 4 horas de duração, quase ininterrupta, com milhares de passos que o bailarino deveria decorar.

Para escalar o El Capitan, normalmente, a maioria das pessoas leva de três a cinco dias para ascender os 900m de granito vertical usando cordas. No entanto, ele fez a façanha de subir solando, no dia 3 de junho de 2017, em 3 horas e 56 minutos, de forma confortável e natural como se estivesse caminhando no parque, igual a todas as outras pessoas. Como compartilha, escalou com precisão e de forma suave, apreciou o som dos pássaros ao longo

do percurso, tranquilo e confiante.

Na Escalada temos que ser precisos todo o tempo. Não existe segunda chance. A meu ver, sinto que é preciso ter muita precisão para apalpar o impreciso, ainda mais quando se trata de uma escalada *Free Solo*:

Há um grau de domínio ao escalar solo. É como um exame final. Tem certeza disso? Você se sente confortável nesta posição? Você é capaz de fazer isso? Parte do apelo de solar é o desafio físico. Tipo, o fato de ter que escalar bem para garantir que você não caia. E a outra parte é a questão de você ser um pequeno ponto em um imenso oceano de rocha. Você está totalmente sozinho num paredão indiferente. O desafio é se sentir no controle bastante para que mesmo que você esteja em uma situação muito perigosa, você consiga curtir a experiência (Alex Honnold – tradução nossa).

Dean Potter também compartilha sua experiência, assemelhando-se com Alex Honnold em alguns aspectos, ao comentar sobre a prática de *highline*<sup>42</sup>, em que não bloqueia o medo, mas o sente e absorve tudo que está ao seu redor, tentando acalmar seu coração e manter tudo em harmonia: “eu olho para a parede ou vejo um espaço entre as formações, e eu quero entrar ali. E eu vivo aquilo” (Dean Potter).

---

<sup>42</sup> Uma das quatro modalidades do *slackline*, consiste em equilibrar-se em uma fita ancorada a mais de 10 metros de altura.

#### 4. PRÁTICAS ARTÍSTICAS: dança e escalada – possíveis relações

*O corpo em êxtase, o corpo em dança, o corpo em ação restaura a luz.  
Ele não pensa, pois é pensamento e nesse pensamento age, cria e, portanto, resiste.  
Ele não possui memória, mas é memória e nessa memória recria, restaura e, portanto, se atualiza  
(FERRACINI, 2006).*

Ouçó, com alguma frequência, quando falo que minha pesquisa aborda a relação entre dança e Escalada, alguns parceiros escaladores afirmarem que vêem a subida vertical como uma espécie de coreografia em que a pessoa está dançando ao progredir na parede.

Questiono-me se, quando fazem esta inferência, estão se referindo ao aspecto formal e visível da dança, quanto à execução dos movimentos apresentados, ou à parte invisível relativa às forças e agenciamentos presentes, ou ainda a ambos. Isto se deve tanto ao fato de podermos perceber a via de Escalada como uma proposta coreográfica literalmente, em que o escalador segue a proposta de outra pessoa, tornando-se intérprete da “obra”, ou como improvisador criando soluções aos problemas apresentados, ou ainda como campo de forças que promovem um acontecimento, num nível mais sutil e sensível.

Da primeira condição formal de concepção da dança, podemos visualizar das vertentes enunciadas, sendo a primeira a partir da coreografia e a segunda pela improvisação, possibilidades de interação e desdobramentos. Para a primeira vertente, busca-se entender o termo coreografia, desde sua origem - como forma de registro do movimento (grafia), criada no Balé de Corte de Luís XIV, para nomear um sistema de signos, capaz de transpor para o papel o repertório de movimentos do balé daquela época, segundo Paulo Paixão (2003) - até a relação que se faz hoje com movimentos estruturados e passos fixos ou sequências de movimentos já dados de antemão pelo coreógrafo que assume o papel de autoria e os bailarinos como intérpretes, executores (tradutores) dos movimentos concebidos pelo coreógrafo. Cada intérprete dá, então, o seu colorido para o movimento, segundo seu estilo, assegurando a circulação entre o propósito coreográfico e a sensibilidade do espectador.

O bailarino torna-se intérprete, no sentido hermenêutico do texto, daquele que ‘traduz’ com seu corpo, mas também, como diz Emmanuelle Huynh<sup>43</sup>, daquele que viaja ‘entre’. O intérprete é aquele que se situa entre o coreógrafo e o seu texto, entre ele próprio e aquilo que mostra. Gosto particularmente desta ideia na qual o interprete é este ‘entre’, esta passagem pela qual o sentido do texto circula (LOUPPE, 2012, p. 142).

---

<sup>43</sup>Huynh, Emmanuelle. Reflexions sur l’interprete. In *Ecritures du corps*. Lille: Companhia Le Marrierra Secret, 1992.

Esta questão é muito clara na escalada, uma vez que uma mesma via é realizada de formas diferentes pelos escaladores, conforme seu tamanho, concentração de força e técnica apreendida. Poderíamos ver que estas diferenças de resolução do problema, como se fosse a cor que cada um dá ao movimento, diferenciando um mesmo movimento quando realizado por diferentes pessoas, seriam justamente o que Laban definiu como *estilo*:

Cada um de nós, afirma Laban, tem um estilo próprio de interagir com o meio ambiente ou com os outros. Os movimentos da vida cotidiana e o tratamento do espaço próximo revelam opções qualitativas que não só constituem a nossa relação com o mundo, mas, talvez mais importante ainda, lhe dão cor (LOUPPE, 2012, p. 137).

Laurence Louppe evoca assim o estilo como “a própria alma da dança, aérea, em latência suspensa, nos limites do móvel e do imóvel, aquém e além do movimento e, portanto, provavelmente no seu cerne” (LOUPPE, 2012, p. 138).

Seguindo nessa direção, temos outro conceito-chave em relação ao esforço, no sentido que cada movimento exige uma força, interna e particular, para vencer a imobilidade (a gravidade ou o silêncio), dialogando com o conceito de *Effort* de Laban e de “motivação interior para o movimento” de Irmgard Bartenieff (FERNANDES, 2002). Este Esforço é analisado segundo os dispositivos relacionais levantados por Laban (1978): peso, espaço, tempo e fluxo, enquanto opções qualitativas que cada um de nós imprime no movimento, revelando nosso próprio estilo. Assim, percebemos que, mesmo em um movimento não autoral, ou seja, criado por outra pessoa, como no caso de um movimento estruturado e coreografado que o bailarino, como intérprete (no sentido lato da palavra), executa, este dá ao movimento uma cor muito particular, segundo o que o anima a fazê-lo.

No caso da escalada esportiva indoor, em que são criadas linhas (como sequência de movimentos) em agarras de resina artificiais, utilizando-se marcações com fitas adesivas (por exemplo) como forma de destacar quais apoios poderão ser usados, cria-se visualmente um trajeto, como uma coreografia espacial, percebendo as possibilidades e propondo claramente um tipo específico de movimento ao próximo que irá experienciar. Somos convidados a fazer uma determinada movimentação, pela indicação da sequência de agarras marcadas. Cada trajeto nos pede uma situação corporal: se devemos subir o pé, girar o tronco, cruzar os braços, inverter...

Para mim, é como, ao tocar piano, a partir da leitura de uma partitura musical, ver o que o autor da peça está me propondo como se, naquele momento, pudéssemos conversar, a partir de sua obra, que tem a sua fala, mas agora com a minha “voz”. Neste caso, a partitura

musical é como um texto que leio. Ao tocar, como intérprete da música composta por outro, dando vida ao seu texto, ou melhor, dando voz ao seu texto e tornando-o audível, sinto que, neste momento, é o próprio autor que sussurra ao meu ouvido, dizendo-me o que devo fazer, é a voz dele que escuto através da minha. A criação e as propostas são dele, mas sou eu que dou vida a elas.

Não seria como aborda Laurence Louppe: “O estilo seria, na verdade, o subtexto, ou seja, o verdadeiro texto que sussurra sob a linguagem coreográfica” (LOUPPE, 2012, p. 141), pois quem sussurra não é o intérprete, mas o próprio criador. Seguimos, como intérpretes, o chamado e indicação da voz do autor que nos sussurra, mas somos nós que damos voz (com cor, qualidades, timbres, e texturas) ao seu texto.

No ambiente da escalada indoor, temos clareza que o trajeto é criado por outro escalador, que seria como o coreógrafo que literalmente pensa numa possibilidade de ação e monta seu plano para que os outros executem. Mas no caso do ambiente natural, no caso da escalada tradicional brasileira em livre, temos certa mistura da interação entre o conquistador e a rocha. Pois o conquistador, ao observar a rocha e analisar as possibilidades de ascensão, escolhe uma forma de fazê-la e cria um trajeto, que será chamado de via. Ou seja, diferente do ambiente artificial em que o trajeto é montado colocando-se agarras, como formas de apoio, no ambiente natural, estes apoios já existem e o que o escalador faz é ler as possibilidades de ascensão que a própria rocha propõe. Ele faz uma leitura do trajeto que já existe, vendo possibilidades de realizar a caminhada vertical para chegar ao cume. Neste caso, poderíamos pensar então que a própria rocha seria a coreógrafa?

Em caso afirmativo, os conquistadores da via dariam luz às propostas coreográficas já existentes na rocha, selecionando trechos e fazendo combinações, como transcritores e editores, numa espécie de interação com o ambiente, e os demais escaladores que fizessem a via seriam os intérpretes, mesmo que intérpretes-criadores, pois teriam algum grau de envolvimento e adaptação para modificar e criar em cima da proposta inicial.

A Escalada poderia ser vista, assim, como uma dramaturgia do corpo no espaço, das leituras possíveis de um texto criado a partir de condições não habituais. O texto, neste caso, seria a própria via, que quando escrito, é representado pelo croqui. O criador deste texto é o conquistador da via; e os intérpretes, que vão ler este texto corporalmente, colocando-o em ação no momento de sua prática, são os escaladores, sejam eles os guias ou os participantes.

Quando lemos então o croqui, é como se este fosse uma espécie de partitura de

música, mas ainda podemos ler o trajeto à vista, no próprio momento da ação, como se o coreógrafo em sala de trabalho pudesse indicar ao bailarino o que fazer, sem que este tenha qualquer noção prévia. Nesse sentido, é a própria rocha, quando estamos nela, ao longo da ação, que nos diz o que fazer. Cada caminho traçado pede uma movimentação, como um problema que cada escalador resolverá de uma forma diferente, segundo seus recursos naquele momento.

E, caso não houvesse uma via e fôssemos subir na rocha “livremente”, como uma escalada orgânica colocada no segundo capítulo, buscaríamos nós mesmos uma forma de fazê-lo, a partir da nossa leitura do ambiente, das possibilidades, em combinação com nosso repertório, experiência e possibilidades corporais. Sendo assim, o grau de improvisação seria maior e a leitura feita no próprio momento, dando margem para a criação de fato.

Este caso se assemelha com a improvisação em tempo real, técnica utilizada na dança quanto às escolhas feitas no momento presente, quando os bailarinos entram em ação e criam a partir daquele instante, com o que têm ao seu dispor. No entanto, como estamos num ambiente que nos traz restrições e condições específicas, pois nossa liberdade está limitada ao campo particular de atuação da rocha, e estamos lidando com uma atividade de risco, quando as ações devem ser calculadas, nossas escolhas são restritas. Por isso, insisto na imagem da rocha como uma espécie de coreógrafa, que nos diz o que fazer, sussurrando em nosso ouvido. Seria este ambiente o nosso problema e, ao mesmo tempo, nossa solução. Seria necessário fazer uma leitura de suas possibilidades, para que pudéssemos agir.

Outros autores, como Sally Ann Ness, a partir de seu livro “Choreographies of Landscape, signs of performance in Yosemite National Park”, descreve a escalada a partir de sua experiência no Parque Nacional de Yosemite, nos Estados Unidos, trazendo outros aspectos que não só das questões formais e organizacionais, mas também de uma obscenidade necessária para realizar a ação de subir a montanha e “superar” alguns medos ou atravessar o desconhecido. Como é conhecido por muitos escaladores, nos momentos de medo e dúvida, muitos se utilizam de xingamentos e raiva para sair de uma dada situação. A autora, enquanto escaladora ainda iniciante, descreve a experiência em uma via de escalada no referido parque, quando teve sua perna presa em uma fenda e revela ter se soltado apenas depois de muito nervosismo e de precisar gritar alguns palavrões para expressar seu sentimento, trazendo a perspectiva de obscenidade que a prática evoca:

To climb in Yosemite, in this aspect, is to risk the experience of such dance – like moments of freedom, moments in which a subject’s agency, even their most human faculty of language, may be taken over in an emergent spatial practice by environmental and organismic forces and reinvented in the most eccentric dance – like ways (NESS, 2016, p. 109).<sup>44</sup>

Dessa forma, para Ness (2016), a escalada não seria uma questão coreográfica, mas de um agenciamento de forças, que criaria uma dança excêntrica. Os problemas que a escalada nos coloca são resolvidos por cada participante no momento da ação, exigindo uma força outra e gerando uma sensação de liberdade.

Seria na interação com o espaço que conseguiríamos chegar ao que mencionei no capítulo anterior como uma experiência do corpo-em-fluxo: quando, abertos e disponíveis ao momento, em escuta com os sussurros da rocha, sendo atravessados pelas diversas forças existentes neste espaço, como nos fala Ness (2016), somos conduzidos, somos dançados e escalados, progredindo na parede, em movimento de ascensão. Aqui, vemos outro aspecto da dança quanto a um campo de forças existente, forças invisíveis, mas perceptíveis, com as quais interagimos. A partir de uma abertura, quando nos esquecemos de nós mesmos, daquilo que nos define e nos enrijece em uma posição, nos permitimos ser atravessados por essas forças e nos conectamos com o outro e com o espaço, num movimento de expansão e integração. Assim, nos sentimos parte do todo, de algo maior, ampliando nosso corpo e nos abrindo para o presente, permitindo que algo nos aconteça, nos desloque, alterando a concepção que temos de nós mesmos, emancipando-nos de uma condição, transformando-nos ao longo da ação, como uma possibilidade de cura. Por isso trago o termo “corpo-em-fluxo” para querer dizer desta experiência corporal que buscamos, definindo uma qualidade de trabalho particular.

Pode-se ver que a experiência da Escalada é válida por evidenciar questões pertinentes ao campo da dança, seja ela circunscrita no âmbito formal, de composição da cena, seja no trabalho de percepção de forças e qualidades de presença.

---

<sup>44</sup>“Escalar no Yosemite, neste aspecto, é arriscar a experiência de tal dança - em momentos de liberdade, momentos em que o agenciamento do sujeito, mesmo a sua faculdade de linguagem mais humana, pode ser assumido numa prática espacial que emerge de forças ambientais e orgânicas e reinventada na dança mais excêntrica - como caminhos” (NESS, 2016, p. 109. Tradução nossa).

## **Genealogia do corpo no espaço: análise das obras autorais**

Para discutir como a experiência com a Escalada influenciou no meu fazer, visivelmente presente nas últimas criações cênicas que realizei, além de ter me ajudado a pensar na prática artística, evidenciando conceitos-chave, trago a seguir a descrição de quatro trabalhos que servem como uma quadrilogia de abordagem do corpo no espaço. A partir das descrições abaixo, podemos observar que, da época do mestrado até agora, a forma de abordagem do espaço vertical e a relação entre dança e escalada foram se transformando de um interesse no nível composicional de uma obra, enquanto estética criada, ao entendimento das práticas como possibilidades de emancipação e transformação dos praticantes. Percebe-se que cada novo trabalho foi contaminado pelo anterior e impulsionado por outra vertente e perspectiva de abordagem do corpo.

No primeiro trabalho, “Ao Vestir Vertigens”, criado ao longo da pesquisa de mestrado, encontramos aspectos composicionais nos quais o espaço vertical era utilizado como fonte de criação. Mais tarde, percebe-se que o interesse estava voltado mais ao estudo do estado em que o praticante se encontrava, anterior à cena, como uma possibilidade de treinamento expandido, do que na composição em si, em seus aspectos estéticos e organizacionais, no que diz respeito às leituras, sentidos gerados e recepção do público. Vemos em “Cidade Maravilhosa” a necessidade de trabalhar a partir da experiência do corpo-em-fluxo, gerando potência tanto para quem faz quanto para quem testemunha a ação da cena. Em “Ausência/Presença” o traço mais forte é a investigação do que gera o corpo no espaço, como um campo de força criado, e dos rastros deixados, como marcas. E por fim, em “Sobre o que desaba e que não sei dizer”, o uso da parede é evidente, como herança do primeiro trabalho com o espaço vertical, mas já com intenções de revelar outras formas de abordagem investigadas nos trabalhos anteriores, trazendo ainda a necessidade de se transformar ao longo da ação, em consonância com “Cidade Maravilhosa”.

A partir da descrição dos quatro trabalhos e análise das imagens de registro, podemos perceber que a parede, enquanto lugar de criação, se transforma. Algumas questões podem ser levantadas: O que é essa parede? O que representa? Qual relação estabelecemos com ela? Que lugar é este que buscamos habitar? Observa-se que a mesma parede pode ser um muro, que nos bloqueia, cerceia, impedindo passagem e tampando um campo de visão, ou uma casa, morada, que nos resguarda, protege, legitima ou amplia. Pode repelir ou abrigar. Ser parada ou ponte. Da mesma forma, podemos nos relacionar com este espaço para vencer

um desafio, ser herói, melhor e mais belo, ou ser outro, nos deixando padecer pelo que nos revela de desconhecido.

Michel Serres (2004) nos lembra deste lugar que nos exige ser honestos, que nos pede sinceridade, que nos revela a realidade, que não tolera mentiras e ajustes. Necessita precisão, que nos coloquemos, sejamos ativos, que corramos o risco necessário, que estejamos lá e vejamos com nossos próprios olhos (por todo o corpo).

A distinção plausível entre lugar, como parte objetiva, e espaço, parte afetiva, como propõe a autora Laurence Louppe (2012), se faz presente e instaura outra forma de pensar e estar nos trabalhos em questão. A parede, como um lugar que não nos é comum habitar, contém um tipo de espaço mobilizador, com tensões particulares, que nos fazem vibrar de uma determinada forma. São estas tensões, forças invisíveis, mas perceptíveis, que nos atravessam e nos dançam e escalam.

Parede que piso, a qual me integro, que impulsiono para querer voar, que desloco, que desenho, que me dá apoio, mas que também me faz cair. Parede que se torna chão, lousa, papel, armário, guarda-roupa, casa, estrada. São possibilidades divergentes presentes nos trabalhos analisados a seguir.

### **“Ao vestir vertigens”<sup>45</sup>**

Trisha Brown<sup>46</sup>, já em 1970, criou o trabalho *“Man Walking Down the Side of a Building”*, em que um bailarino, literalmente, caminhava sob a fachada de um prédio. Seu corpo, sustentado pela bacia por equipamentos específicos e cordas, se mantinha na posição horizontal em relação ao chão com os pés tocando a parede. Descia lentamente com a frente do tronco voltada para baixo, num movimento de caminhar dos pés na parede do edifício, que agora se tornava seu chão. O intuito da diretora norte-americana era de que uma ação natural pudesse ser realizada em um ambiente não-natural, de forma que isso causasse algum tipo de fricção, tanto em quem visse o ato quanto em quem o realizava:

---

<sup>45</sup> Para maiores informações sobre este trabalho é possível acessar o site: <https://claudiamillas.wordpress.com/espectaculos/coletivo-invertido/ao-vestir-vertigens/> acesso em 10 de outubro de 2019.

<sup>46</sup> Trisha Brown (1936-2017) foi uma importante coreógrafa e bailarina norte americana, fundadora da Trisha Brown Dance Company em 1970, que conta com diversos trabalhos expostos e apresentados pelo mundo. Os primeiros trabalhos da autora, denominados Early Works e Equipment Pieces, de 1966 a 1975, foram foco para esta pesquisa, destacando-se: Planes (1968), Floor of the Forest (1970), Man Walking Down the side of a Building (1970), Walking on the Wall (1971) e Spiral (1974), devido ao uso do espaço proposto e as mais diversas interações.

A natural activity under the stress of an unnatural setting. Gravity reneged. Vast scale. Clear order. You start at the top, walk straight down, stop at the bottom. All those soupy questions that arise in the process of selecting abstract movement according to the modern dance tradition – what, when, where, and how – are all solved in collaboration between choreographer and place. If you eliminate all those eccentric possibilities that the choreographic imagination can conjure and just have a person walk down an aisle, then you see the movement as the activity. The paradox of one action working against another is very interesting to me, and is illustrated by *Man Walking Down the Side of a Building*, where you have gravity working one way on the body and my intention to have a naturally walking person working in the other way (BROWN, 2019).<sup>47</sup>

O trabalho *“Walking on the wall”* (1971) é outro exemplo de como a autora utiliza o espaço vertical de uma parede, como no interior de uma galeria de arte, alterando seu sentido primeiro e transformando-o em uma possibilidade de chão onde os bailarinos caminham, correm, saltam e cruzam uns com os outros. Para isso, mais uma vez Trisha Brown traz para a cena uma série de aparatos, como trilhos de correr presos ao teto, cordas e materiais de suporte para os intérpretes, que possibilitam a prática incomum.

Em *“Spiral”* (1974), em que os *performers* andam em torno do tronco de uma árvore de um parque ou da pilastra de um edifício, com seus corpos paralelos ao solo, Trisha Brown explica:

Three to four dancers climb ladders in order to strap themselves to ropes which spiral down from three pillars. Then, slowly, they walk around the pillar – bodies hanging out in space, parallel to the floor. Each winds down a pillar until his/her head nearly touches the floor. The lower they get, the heavier they seem. Right before they disconnect themselves and stand up on the floor, you get the feeling you’re the one who’s hanging (MOORE; BROWN, 2019).<sup>48</sup>

Essa possibilidade de alteração da perspectiva do público, por firmar um novo referencial quando a parede se torna o chão, permite-nos ver o mundo de outra forma, de nos

---

<sup>47</sup>“Uma atividade natural sob o *stress* de um ambiente não natural. Gravidade renegada. Larga escala. Ordem clara. Você começa no topo, anda em linha reta para baixo, até o chão... O paradoxo de uma ação contra outra é muito interessante para mim, e é ilustrado por ‘Homem descendo a lateral de um prédio’, em que se tem de um lado a gravidade agindo de uma maneira sobre o corpo e de outro lado a minha intenção de fazer uma pessoa caminhar e trabalhar naturalmente na mesma situação” (BROWN, 2019 – tradução nossa). Informações extraídas do site oficial da companhia Trisha Brown Dance Company. Disponível em <<https://trishabrowncompany.org/>> acesso em 10 de outubro de 2019.

<sup>48</sup>“[Os bailarinos] sobem em escadas, a fim de amarrar as cordas em espiral para baixo presas a três pilares. Então, lentamente e incrivelmente, eles andam em torno dos pilares com os corpos suspensos no espaço e paralelos ao solo. Cada um desce um pilar até quase tocar a cabeça nos pés do público. Quanto mais baixo (os bailarinos) conseguem chegar, mais pesados parecem. Em um instante eles se desconectam e quando ficam em pé no chão, você tem a sensação de que você é quem está pendurado” (MORRE; BROWN, 2019 – tradução nossa).

desacostumarmos, de nos perdermos ou sairmos do nosso lugar-comum para podermos ver por outros pontos de vista. Seria necessário “*desinventar*”, como diria Manoel de Barros (2010), pois as coisas não querem mais ser vistas da mesma forma.

Em consonância e instigada por esses e outros trabalhos de Trisha Brown, criei em 2012 a intervenção “Ao vestir vertigens”, juntamente com o Coletivo Invertido<sup>49</sup>, fundado por mim, inicialmente, como um grupo de estudos da pesquisa de mestrado “Trajetórias de Risco, treinamento e criação: experiências vividas nos espaços vertical e aéreo”, desenvolvida no Programa de Pós Graduação em Artes da Cena da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) com orientação da Professora Dra. Ana Cristina Colla, entre os anos de 2012 e 2014. Nesse caso, um guarda-roupa suspenso era criado pelos *performers* numa parede, já considerada como um ambiente de escalada indoor, com agarras posicionadas e pontos de ancoragem para cordas. Interessava-me justamente deslocar uma ação de seu ambiente natural para que outras leituras e mundos fossem possíveis de serem criados.

O trabalho, considerado como uma intervenção coreográfica urbana, com duração média de 4 horas, contava com quatro performers que tinham o desafio de montar este guarda-roupa, subindo pelas paredes e, utilizando as agarras como suporte, prender os diversos objetos. Carregávamos sacolas com roupas, bolsas, cintos, lenços e colares, além de sapatos, que eram nossos materiais de trabalho. Pensando em uma composição plástica no espaço, as roupas não poderiam ser colocadas de forma aleatória ou a partir de uma resolução mais simples. Deveríamos, ao subir, observar o espaço, as roupas já fixadas, e compor com este espaço, de modo que combinações de vestuário fossem criadas, como: uma bota próxima de uma determinada calça e certo casaco. Seria como criar um guarda-roupa que temos em nossa casa ou montar uma vitrine de loja, seguindo uma lógica estética e/ou funcional. Além disso, tínhamos ainda a regra de que não poderíamos derrubar as roupas já colocadas, exigindo assim que nossos movimentos fossem precisos e com alto grau de atenção.

Depois do guarda-roupa montado, a segunda etapa do trabalho consistia em subirmos pelas paredes e nos vestirmos, suspensas, com as roupas fixadas, escolhendo as combinações que nos interessavam, até chegarmos ao topo da parede. Vestiríamos as roupas em situações inusitadas, usando o que aquele espaço nos permitia e acentuando suas

---

<sup>49</sup> Para maiores informações sobre os trabalhos desenvolvidos pelo Coletivo Invertido é possível acessar o site: <<https://coletivoinvertido.wixsite.com/coletivoinvertido>> acesso em 10 de outubro de 2019.

características. Por exemplo, colocaríamos uma saia de cima para baixo, mas pelos pés, que estariam apontando para cima, numa inversão de eixo. Depois de devidamente vestidas, já no topo da parede, próximas à ancoragem, abríamos um guarda-chuva, nos posicionávamos paralelas ao solo, com a frente do tronco voltada para baixo e os pés apoiados na parede que agora se tornava nosso chão (assim como no caso do primeiro trabalho de Trisha Brown aqui mencionado) e, então, caminhávamos mantendo essa postura até chegar ao nível baixo. Ao tocarmos o chão, mudávamos de angulação, retomando o caminhar natural, com o eixo corporal vertical e os pés apoiados ao solo.

Interessava-me o estudo do espaço e a inversão de perspectiva, quando a parede se torna um chão e o chão, parede. Questionava sobre o que nos passava ao habitarmos esses outros espaços e o que se passava com eles ao serem habitados por nós. No caso desta intervenção, por estarmos utilizando a parede externa de um prédio da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, próximo à rua, os transeuntes, em seus trajetos cotidianos, se deparavam com a instalação e manifestavam reações diversas. O trabalho deslocava o olhar das pessoas, que já automatizados em seus percursos diários, acostumadas com uma determinada paisagem urbana, quando se deparavam com alguma modificação, que lhes causava estranheza, eram detidas e convidadas a olhar com mais atenção.

Para este trabalho, além de descer da parede, como no caso de Trisha Brown, em que usamos um sistema com cordas e freios semelhante à técnica de rapel, tínhamos também que subir, o que nos demandava um domínio de escalada. Portanto, além do treinamento e estudo com os aéreos circenses que já possuía, passei a investigar esta outra técnica de ascensão, inicialmente para espaços indoor, como a parede que utilizávamos.

O contato com a escalada revelou-me a possibilidade de habitar uma parede e colocar-me nesse espaço vertical. Basicamente, estávamos lidando com apoios e deslocamento. Diferentes partes do corpo eram acionadas. Não precisávamos somente dos pés, mas de todo o corpo: apoio para as mãos, para os dedos; apoios pequenos, grandes; trava para o joelho, para o calcanhar; puxar com a mão e empurrar com o pé; saltar e buscar novo apoio das mãos, e assim por diante. A parede, neste caso, não se tornava um empecilho, mas, ao contrário, dava-nos suporte para criar e interagir com o espaço de forma que outras perspectivas fossem possíveis. Para um escalador, a parede ou montanha não o impede de prosseguir, mas trata-se justamente de uma rota, oferece uma possibilidade de trajeto vertical, em que ascende rumo ao cume. O escalador, assim como nós, busca este espaço como suporte para sua prática.

Algumas vezes, para chegar ao topo da parede, quando nem sempre o movimento se dava em linha reta, necessitávamos fazer ziguezagues e saíamos de baixo do ponto fixo da corda que nos sustentava e, neste caso, se perdíamos o apoio, caíamos num movimento de pêndulo, desenhando um semicírculo na parede, habitando não mais o espaço vertical com apoios ativos, mas o espaço aéreo em que estávamos suspensas. Trabalhávamos com as técnicas de acrobacias aéreas do circo, com as quais tinha familiaridade por estudar essas práticas com o uso de equipamentos como o tecido acrobático, o trapézio, a lira e outros.

No entanto, não bastava a técnica da escalada e dos aéreos circenses, mas uma intersecção destes com a dança, para que as ações pudessem se tornar movimento e compor com a dramaturgia do trabalho. Com esse pensamento, desenvolvi, ao longo dos anos, o que chamava de um duplo treinamento (MILLÁS, 2014) a fim de realizar tal dança acrobática. Para montar o guarda-roupa, por exemplo, subíamos e fixávamos uma roupa, mas se tínhamos que descer para pegar outra coisa, virávamos de cabeça para baixo, engatinhando na parede, saindo completamente do ambiente da escalada, pois de fato não estávamos praticando este esporte *ipsis litteris*, com seus objetivos e regras, mas utilizando-o, dentro de nossa composição, como uma técnica de ascensão.

Não se tratava de escalada e tampouco se tratava de uma composição convencional em dança. Quando escaladores viam o trabalho, diziam que estávamos dançando. E para os bailarinos, estávamos escalando. Esta intersecção entre as áreas também me interessava: estar na fronteira entre uma coisa e outra, podendo borrar os limites e gerar uma confusão dos sentidos já normatizados, criando outras possibilidades de composição e uso das técnicas corporais.







## “Cidade Maravilhosa”<sup>50</sup>

Meu trabalho começou quando eu senti que desaparecia. Desaparecia para poder, então, ser outra, transformada. Inversamente, ao desaparecer, a impressão era de estar mais presente, no momento da ação, do tamanho do universo, pois a ele pertencia, numa sensação de leveza e inteireza. Era porque estava longe de mim, do que me formalizava, e das minhas preocupações que me fixavam, que podia ser outra. Quanto mais sumia e me desfazia, mais ampla e íntegra me sentia.

Na possibilidade de desaparecer, de desaparecer o eu, enquanto sujeito, com seus predicados, dentro da proposta de Safatle (2015), quando este eu se desfaz (HERRIGEL, 1999), e assim abre espaço para o outro, para que alguma outra coisa aconteça, sinto-me mais feliz, no sentido amplo do termo. Esta outra coisa, que mais tarde fui identificar como experiência de fluxo, conforme concepção apresentada por Mihaly (CSIKSZENTMIHALYI, 2002), era possível porque estava focada no momento, estando presente, sem todas as preocupações que se pareciam mais com entulhos, e somente me ocupava, um tanto vazia, e assim possibilitava ser movida pela proposta do agora.

Em busca deste corpo-em-fluxo que cria no espaço e por isso contamina e possibilita ao outro coabitar o espaço criado - como num convite ou num movimento mais violento de fagocitose, que não convida, mas captura e coloca o outro, mesmo que não queira, à força, neste espaço— criei, em 2017, o trabalho “Cidade Maravilhosa” que foi apresentado uma única vez, como um acontecimento, em junho deste mesmo ano no evento Sala Aberta da Universidade Federal de Uberlândia, na qual atuava como docente do curso de Bacharelado em Dança. Não buscava a composição de um espetáculo que pudesse ser repetido e apresentado outras vezes, mas a proposição de um espaço de experiência em que habitaríamos corporalmente um campo de forças, com linhas invisíveis, mas perceptíveis, que se sustenta e gera potência (LEONARDELLI; FERRACINI, 2013). Neste breve excerto, buscarei pensar sobre os conceitos de experiência de fluxo, presença/ausência cênica, corpo e criação em dança, cunhados anteriormente, a partir da análise deste trabalho.

Imagine uma pessoa que habitava três estados do país por semana: dois dias em Uberlândia – MG; um dia no Rio de Janeiro – RJ; e quatro no estado de São Paulo, em diversas cidades. E que, em cada um destes estados, realizava uma ação distinta, entre

---

<sup>50</sup> Para maiores informações sobre este trabalho é possível acessar o site: <https://claudiamillas.wordpress.com/espeticulos/cidade-maravilhosa/> acesso em 10 de outubro de 2019.

docência, pesquisa e atuação como bailarina e produtora cultural: em Uberlândia, enquanto docente da Universidade Federal, ministrando aulas no Curso de Graduação em Dança; no Rio de Janeiro, como doutoranda do Programa de Pós Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, participando como discente de três disciplinas; e em São Paulo, como bailarina e produtora do espetáculo “Suportar” da Cia Domínio Público, em circulação por diversos SESCs e realizando o Circuito SESC de Artes por cidades do interior do estado.

Nesta condição de transitoriedade e de movimento intenso, necessitei criar o trabalho “Cidade Maravilhosa”. Nele, eu propus-me a investigar a potência do corpo, de habitar a experiência de fluxo, do corpo-em-fluxo, do corpo-em-arte. Para mim, naquele momento, era importante sair da sala de aula, em que desenvolvia os diversos treinamentos, e estar em cena, compartilhando com o público um processo de criação.

O trabalho surgiu, então, dessa condição de corpo errante, sem paragem, numa intensidade de experiências e de trocas, principalmente do choque entre realidades e culturas. O contato mais marcante foi com a cidade do Rio de Janeiro, do convívio, nesse local, com o corpo aberto e da necessidade de fazer algo com o que este espaço me causava. Contaminada pela cidade, mesmo sem querer, em seus diversos aspectos, coloquei meu próprio corpo como espaço onde as coisas aconteciam, tornando-me campo de atuação.

Trabalhei a partir do corpo-memória, marcado de imagens e experiências, urgências, de atravessamentos não previstos e cortes laterais. Como nos lembra Bergson (2006), a memória não consiste numa regressão do presente ao passado, mas, pelo contrário, num progresso do passado ao presente. Neste sentido, nos traz Leonardelli (2011; 2009) a ideia de que a memória é uma recriação do vivido, ela se faz no momento de atualização, no presente.

Cada cena nasceu de uma memória distinta da cidade do Rio de Janeiro, mesclada com referências e camadas de composição externas, que constituíam um determinado “personagem”. Não utilizei a perspectiva de coreografia, com movimentos previamente elaborados do início ao fim, mas partituras e estruturas cênicas, com regras de jogo, definições de qualidade e estados corporais com os quais as cenas aconteceriam, em possibilidades de improvisação.

Identifiquei quatro cenas/personagens, definidas segundo ações físicas, qualidades de movimento, cor, imagem, figurino, uso do espaço, foco, tónus, objetos cênicos, música e texto, com os quais trabalharia:

- "o esgotado", criado a partir do corpo-memória dos moradores de rua da cidade do Rio de Janeiro, que habitam sem serem vistos, vivendo quase embaixo da terra. Suas ações físicas seriam rastejar e buscar diferentes apoios do corpo no espaço, usando o nível baixo em contato direto com o chão. Seu movimento seria pesado, lento, sinuoso e disforme, com foco indireto e tônus baixo. Suas roupas seriam escuras, compridas, cobrindo muitas vezes o próprio rosto.

- "Menino do rio", criado a partir da memória dos chamados moleques cariocas, dos morros, ágeis, sempre em alerta, como animais em perigo. Suas ações seriam correr, derrapar, saltar, pausar em alerta e desviar de obstáculos. Seu movimento seria rápido, preciso, em linhas retas, com tônus alto e foco direto. Seu traje seria o mínimo possível, como uma calça puxada para cima se tornando bermuda, blusa amarrada para deixar a cintura de fora e tênis no pé para possibilitar os deslocamentos rápidos e ágeis pelo espaço.

- "Saia rodada", imagem da participação nas festas populares da cidade, como jongo e tambor de crioula, com ação ritual de ofertar, pedir benção e abrir espaço ao sagrado. Seus movimentos seriam ondulados, sinuosos e indiretos, com iniciação pela bacia. Seu traje, saias rodadas, coloridas e abertas. Seu foco transitaria entre direto, para o outro, e indireto, para si. Utilizaria principalmente o nível alto em deslocamento, leve e circular.

- "Por um fio", como última personagem do trabalho, seria resultado de toda experiência anterior com as outras três personagens, quando já estivesse bastante cansada e mobilizada. Suas ações, qualidades de movimento e características não seriam definidas a princípio, mas a partir da escuta do momento, quando se deixa mover e ser dançada, atravessada pelas forças do espaço. Seria a busca por um corpo que, apesar de frágil é altamente potente e sutil, em estado de criação, em consonância com corpo-em-fluxo.

O trabalho teria 4 horas de duração, como uma performance duracional, em que propunha manter-me ativa de forma constante e ininterruptamente, em busca desse espaço de experiência, do corpo-em-fluxo. Investiguei o corpo enquanto potência, capaz de transformar o espaço, constelar com outros corpos, entrar em fluxo e criar movimento (vida). Busquei criar um campo fértil para que isso pudesse acontecer. A estrutura de jogo previamente planejada serviu como terreno montado, um dispositivo que dava forma para que as forças e intensidades pudessem ser vistas, canalizadas e trabalhadas dentro do propósito, fortalecendo e possibilitando o campo de acontecimentos.

Para isso, chamei um aluno do quinto período do curso de Graduação em Dança da

Universidade Federal de Uberlândia, Alexandre Roiz, para que participasse do projeto e atuasse em cena como um provocador, agenciador de devires. Encontramo-nos algumas vezes antes do evento para conversar sobre a proposta, afinando as ideias. Expliquei-lhe o modo de operação do trabalho que estava almejando realizar, como um acontecimento único do qual tinha cenas e estruturas em mente, mas que nunca haviam sido praticadas efetivamente, e que seriam, então, acionadas no dia de apresentação do trabalho. Combinamos um jogo em que tínhamos as quatro cenas/personagens já definidas para transitar e ele seria o responsável pelas mudanças de cena, conduzindo-me para elas, fosse de forma verbal, pelo toque ou de outra maneira que quisesse. Poderíamos transitar entre as três primeiras personagens descritas, “o esgotado”, “menino do rio” e “saia rodada”, deixando a última personagem “por um fio” somente para a última meia hora final do trabalho, pois necessitava que já estivesse bastante cansada e envolvida pelo acontecimento, sendo “obrigada” a buscar outra energia e qualidade de movimento que não seria planejada ou que estivesse dentro de um espectro conhecido e confortável.

Como buscava criar um ambiente que me possibilitasse habitar o corpo-em-fluxo, trabalhei com situações extremas e limites, fossem pela duração longa, que gerava cansaço e esgotamento da energia cotidiana, pelas conduções e proposições de Alexandre que tinha como intuito justamente me tirar da zona de conforto e me propiciar vivenciar qualidades de movimento que não me fossem comuns, como um provocador, ou mesmo por me aventurar a fazer um jogo novo, que ainda não havia realizado, tendo diversos elementos-surpresa e inusitados, como uma improvisação.

Foi com a última personagem “saia rodada” que pude sentir mais fortemente o meu desaparecimento, para que desse lugar para outra coisa. Abraçava os objetos de cena e neles me transformava; deitava no chão e a ele pertencia; moldava-me nos objetos e incorporava-os. Tinha a sensação de gratidão, ao mesmo tempo de paz e eternidade, como se o instante fosse imenso, leve e grande. Sentia-me ser dançada. Não era eu que conduzia o movimento, mas me deixava ser movimentada pelas forças presentes e criadas no espaço ao longo daquelas quatro horas de trabalho.

Propunha um ambiente de clausura, inacabamento e esgotamento. A princípio, almejava que o trabalho acontecesse em um galpão ou depósito, sujo e com entulhos. No entanto, por não conseguir autorização para a realização da atividade nesses locais, fizemos numa sala cênica do curso de dança da Universidade e construímos esta sensação de inacabamento e precariedade levando para dentro do espaço tijolos, areia e diversas sucatas

de ferro velho (latão, casco de televisão quebrado, pedaço de ventilador, barras de ferro).

O público não estaria presente do início ao fim do trabalho, mas apenas em quatro horários determinados para “visitação”, conforme cartel fixado na porta de entrada da sala em que era permitida a entrada com permanência máxima de 15 minutos. Nos demais momentos, era possível ver o trabalho apenas pelas grades da janela, do lado de fora da sala, como acontece em um zoológico, sala de cirurgia ou em uma galeria de arte. No horário de visitação, após o tempo de permanência estipulado, ainda que o público almejasse permanecer no espaço, seria convidado por Alexandre a sair, seguindo as regras e horários estabelecidos. Sentia necessidade de que o trabalho acontecesse mesmo sem a presença de um "público" cativo do início ao fim, caracterizando-os mais por testemunhas, que presenciavam a a o, que não foi feita para ele, mas diante dele, em consonância de certo modo com a proposta de Grotowski (BROOK, 2000; GROTOWSKI, 2010).

Tive a presença, quase constante, de dois alunos do curso de dança da Universidade em questão, um deles sendo fotógrafa do evento e por isso sua necessidade de permanência, e outro como assistente. Essa aluna fotógrafa, a qual foi de início incumbida de permanecer durante todo o trabalho, apresentou um relato bastante curioso e que pude observar também nos dias seguintes em aula, afirmando o quanto a vivência a teria movimentado e transformado. Anteriormente, apresentava desinteresse pelas aulas e pela vida, de maneira geral, com dificuldade de envolvimento nas diversas atividades propostas dentro e fora do curso. Após a experiência vivida como testemunha do trabalho, declarou ter se transformado, gerando um aumento de potência de vida.

Claro que temos de levar em considera o as condi oes específicas dessa “espectadora” e o contexto em que estava inserida, como discente, e ainda mais sendo minha aluna diretamente, já influenciada pelas práticas e ensinamentos, com certo grau de encantamento, de algo que também pode cegar por sua venera o sem limites e modera o. Porém, ainda assim, considero um relato importante que pode servir-nos de análise para este reflexo do corpo-em-fluxo, no momento também da troca com o público, em seu fazer, na prática de cena.

Este relato foi feito como uma crítica do trabalho em questão e selecionado para publica o no site do projeto “Precisa-se Público” concebido pela artista Cláudia Muller<sup>51</sup>. Por

---

<sup>51</sup> “Precisa-se Público” é um projeto concebido pela artista Claudia Muller em cria o conjunta com Clarissa Saccheli, que faz um convite aos espectadores para se tornarem críticos das obras assistidas, alterando assim a hierarquia já estabelecida pelo discurso especializado que define quem pode falar.

se tratar de um relato já publicado, não omitirei o nome do autor e suas características. Apresento a seguir um fragmento selecionado desta crítica, em que podemos observar mais claramente a transformação a qual me referi:

Fui **capturada** de tal maneira pelas cenas que até minha respiração ficava esquecida. Permaneci assim durante 4 horas. Com a respiração esquecida, com o corpo tenso, com os olhos quase sem piscar, com as pernas doendo, imóveis e cansadas. A cada entrada e saída da sala eu lamentava a relação de transformação contínua que aquela obra me pedia para com o ambiente. **O que eu via naquela sala, me inspirava criando em mim o desejo de correr. De dançar. De achar meu caminho na arte.** Foram 4 horas de olhos fixados. Minha experiência nesta obra foi além de espectadora, fotógrafa do evento, e como artista-espectadora-fotógrafa, eu não conseguia e não queria perder um minuto de todas as **potências** que estavam acontecendo naquela sala. Foram 4 horas de trabalho intenso para Cláudia, para Alexandre e para mim. Cada um em um lugar da cena. Dentro da sala e fora dela contemplando a Cidade Maravilhosa, vivendo-a de dentro e vivendo-a pela janela (SILVA, 2017. Grifo nosso).

Assim, ao longo destas quatro horas de trabalho, diversas pessoas passaram pelo espaço, algumas permaneceram, outras se foram. Renata Silva foi capturada, como afirma em seu depoimento, sendo a principal testemunha presente, que acompanhou os movimentos da cena, dentro e fora da sala, como público e fotógrafa, envolvendo-se e deixando-se ser envolvida pelo acontecimento.

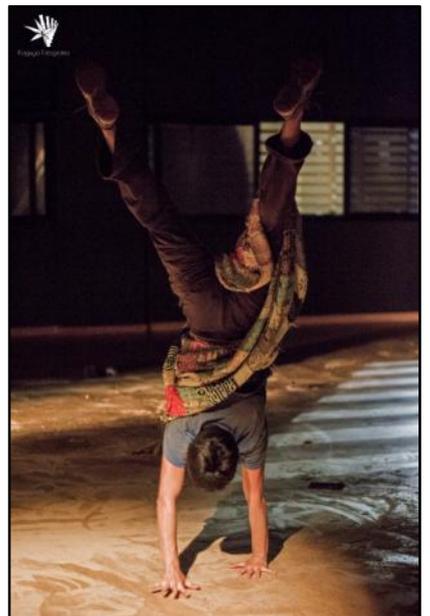
Este último trabalho, “Cidade Maravilhosa”, revela o interesse final da pesquisa de relação entre dança e escalada no que diz respeito ao processo de expansão do artista da cena e não mais aos aspectos composicionais da obra com utilização do espaço vertical. Podemos ver nele o movimento em direção ao corpo-em-fluxo, corpo em movimento, que se transforma ao longo da ação e, por estar vivo, gera vida.

---

Faz a pergunta aos artistas, curadores e instituições: “Somos capazes de criar relações e não apenas invocar espectadores como forma de alimentarmos a nós mesmos?”. As críticas selecionadas pela comissão organizadora do projeto são publicadas na plataforma virtual, onde também pode-se encontrar maiores informações: <[www.precisa-sepublico.com.br](http://www.precisa-sepublico.com.br)> acesso em 29 de julho de 2018.







## “Ausência/Presença”<sup>52</sup>

Seguindo a lógica de uso do espaço vertical (com a parede) iniciada na pesquisa de mestrado com a criação do trabalho “Ao Vestir Vertigens”, e ainda contaminada pela pesquisa anterior de busca do corpo-em-fluxo como potência de criação e transformação, presentes em “Cidade Maravilhosa”, quando sentia que desaparecia, para outra coisa poder acontecer, em 2017, criei o trabalho “Ausência/Presença”.

Este trabalho nasceu dentro de um contexto acadêmico, como aluna especial do Programa de Pós-Graduação em Artes na UERJ (Universidade Estadual do Rio de Janeiro), quando realizava a disciplina “SEMINÁRIO AVANÇADO DE PROCESSOS ARTÍSTICOS CONTEMPORÂNEOS: Gestos, intervalos, reversos II” ministrada pelas Professoras Doutoras Inês de Araújo e Regina de Paula.

Como proposta da disciplina, pedia-se que, a cada aula, um aluno apresentasse sua pesquisa artística, trazendo para o grupo seus objetos de investigação e criação, que seriam debatidos pelo grupo, como forma de entender e questionar o que estava sendo proposto. Ao longo do semestre, seríamos, então, atravessados pelos trabalhos e comentários dos outros colegas, para que no momento de fechamento fosse possível organizar uma forma de partilha com o público, que se configurou na exposição “EXPERIÊNCIA n.14 | GESTOS, INTERVALOS, REVERSOS”, realizada no espaço cultural Mesa na cidade do Rio de Janeiro, no dia 16 de dezembro de 2017.

Como a disciplina em questão era oferecida dentro de um programa de artes, essencialmente das artes visuais, vi-me cercada de artistas plásticos, dentre pintores, fotógrafos, artistas manuais que utilizavam a técnica do bordado e costura, do vídeo, da xilogravura, da colagem e da escultura, com propostas de construção de suas obras a partir de sua materialidade, visível aos olhos, fosse um objeto, quadro, desenho, vídeo ou fotografia.

Logo de início, com a proposta de levar os meus materiais de criação, como um portfólio, e compartilhar com a turma, já não sabia o que fazer. Como levaria os espetáculos em que trabalhava? Além de contarem com a participação de outras pessoas, ou demandarem uma estrutura técnica para sua realização, como uma parede de escalada no caso do trabalho “Ao Vestir Vertigens”, não teria tempo e condição para realizá-los. Se mostrasse somente o registro dos trabalhos, perderia o que para mim estava mais latente, que era a potência do

---

<sup>52</sup> Para maiores informações sobre este trabalho é possível acessar o site: <https://claudiamillas.wordpress.com/espetaculos/ausencia-presenca/> acesso em 10 de outubro de 2019.

corpo em cena, a presença, que transformava o espaço e a si mesmo ao longo da ação. Como fazer?

Neste ponto, pude ter clareza que a arte com que trabalhava era efêmera. Os vídeos e fotos seriam apenas registros e não a obra em si, perdendo o que considerava como mais importante e fundamental para o trabalho: a presença do corpo em cena. Assim, como evoca o autor Robert Morris, seria possível a partir do "caráter direto da experiência" observar a "presentidade" e o "estado de ser" do performer. O foco estaria no momento da cena, na força gerada naquele instante e não na sua representação ou possível fixação no tempo e espaço. Em consonância com o autor: "o espaço real não é experimentado a não ser no tempo real" (MORRIS, 2006, p. 404).

Desta forma, frente ao desafio colocado, decidi apresentar uma performance, que abarcasse a questão central de minha pesquisa, a presença cênica, a força gerada e os encontros possíveis a partir do estado de fluxo em que nos colocamos no momento, em criação. Não seria um portfólio do meu trabalho, mas poderia mostrar com uma prática, ao fazer, o que trabalhava.

Em contraposição com o material que dura, busquei uma forma de evidenciar a efemeridade característica das artes da cena, com meu próprio corpo, ao compor e decompor o espaço. A performance suscitava algumas questões acerca desta fricção causada entre as áreas das artes visuais e das artes cênicas: algo permanece no espaço da cena após sua realização? Criamos com nossos corpos algum campo de forças invisíveis, mas perceptíveis que se sustentam nesse espaço?

Agora, não se tratava somente de usar a parede, mas de como interferir nesse espaço, com que qualidade material e energética, e perceber as marcas deixadas e o que estava sendo alterado. Um pouco mais sutil que o trabalho anterior, "Ao vestir vertigens", a parede seria explorada em sua concretude, não sendo necessário subir e utilizar a técnica por cordas, mas na relação com o chão, no plano médio e baixo, habitar este lugar.

Já na finalização do curso, com a proposta de realizarmos uma exposição em uma galeria de arte da cidade com duração de três dias, em que cada aluno escolheria um ou alguns de seus materiais mais significativos para serem expostos, mais uma vez, ficou clara a fricção de ser uma artista da cena entre artistas visuais. Uma exposição, enquanto forma de compartilhamento de arte, se configura para materiais ("objetos") que podem ser expostos, que duram no tempo/espaço, e que de certa forma, são independentes de seu autor.

Trabalhar com a arte da cena em uma galeria de arte visual motivava-me por poder realizar uma obra fora dos moldes convencionais de apresentação cênica, em que o espectador vai até o local para ver o espetáculo, do início ao fim, com tempo determinado. Interessava-me fazer um trabalho em que o foco não estaria no produto final e nem mesmo no espectador, mas que pudesse acontecer independentemente de qualquer coisa, como um processo. Seria possível vê-lo como ao espiar pela fresta de uma porta, algo que se sucede independente do observador.

Neste caso, a obra não se configuraria como um espetáculo, mas compartilhando da ideia de Vinconti, seria como nas "práticas artísticas 'livres' da obrigação de produzir objetos concretos" (VINCONTI, 2014, p. 132) ou ainda uma "obra que não visa à produção de um objeto artístico, mas à criação de veículos entre pessoas" (idem, p.135). De qualquer forma, o performer deveria estar no local do acontecimento. Quando se ausenta, o que resta? O que se sustenta? Esta foi a pergunta que me fiz e que norteou o trabalho apresentado.

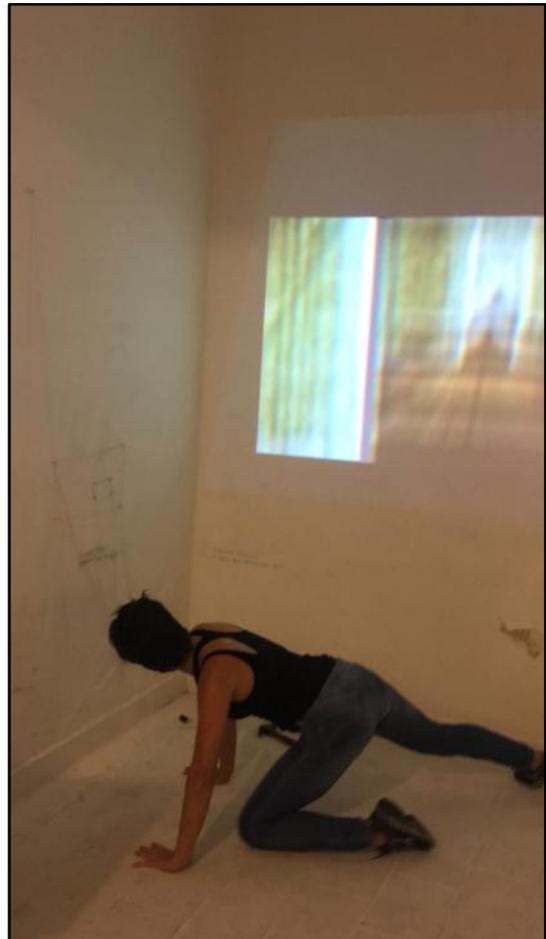
Esta pergunta potencializava ainda mais a busca pela força gerada a partir do encontro e fazia-me tentar perceber se ela sustentava-se no espaço. Após a ação artística, algo se modificava? Deixaria um rastro? Percebemos materialmente que algo aconteceu, como no caso desta performance as marcas de pé na parede, o espaço criado a partir da delimitação feita por pregos e linhas e o suor no chão, por exemplo. Porém, existiria ainda algum campo de forças invisíveis, mas perceptíveis, criado no espaço? Isso me levou a pensar o que pode o corpo: o que geramos com nossas danças e performances.

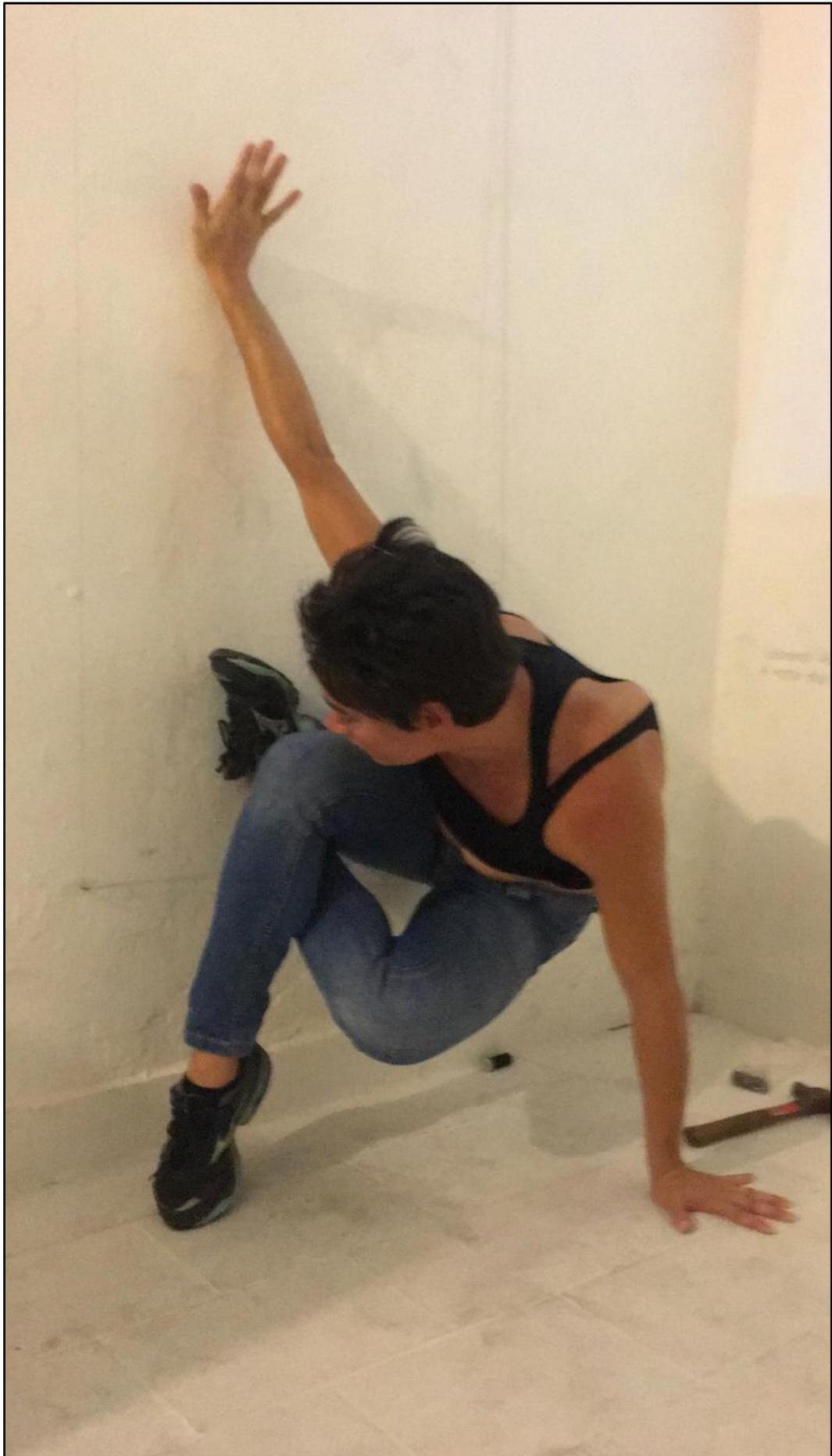
Assim, o paradoxo de não trabalhar com um material, mas ter meu trabalho "exposto" numa galeria de arte instigou-me ainda mais sobre a questão da presença e da ausência, pois realizando uma performance, mesmo que duracional, não estaria a todo momento na exposição. Mas, então, estaria expondo também a ausência? Como fazê-lo? Seria uma ausência habitada de presença, por algo que aconteceu, que se sucedeu no espaço e que o modificou de certa forma, deixando algum tipo de rastro e campo de força. Ou mesmo uma ausência anterior à performance, enquanto haveria apenas uma marcação na parede com meu nome e da obra. Seria, neste último caso, certo vazio em potencial, aguardando algo, em latência. E, ao longo da ação da performance, trabalharia no sentido da presença habitada de ausência, por não querer impor nada, não ter algo de antemão para confirmar, mas para me abrir ao encontro e aos possíveis, ainda não dados.

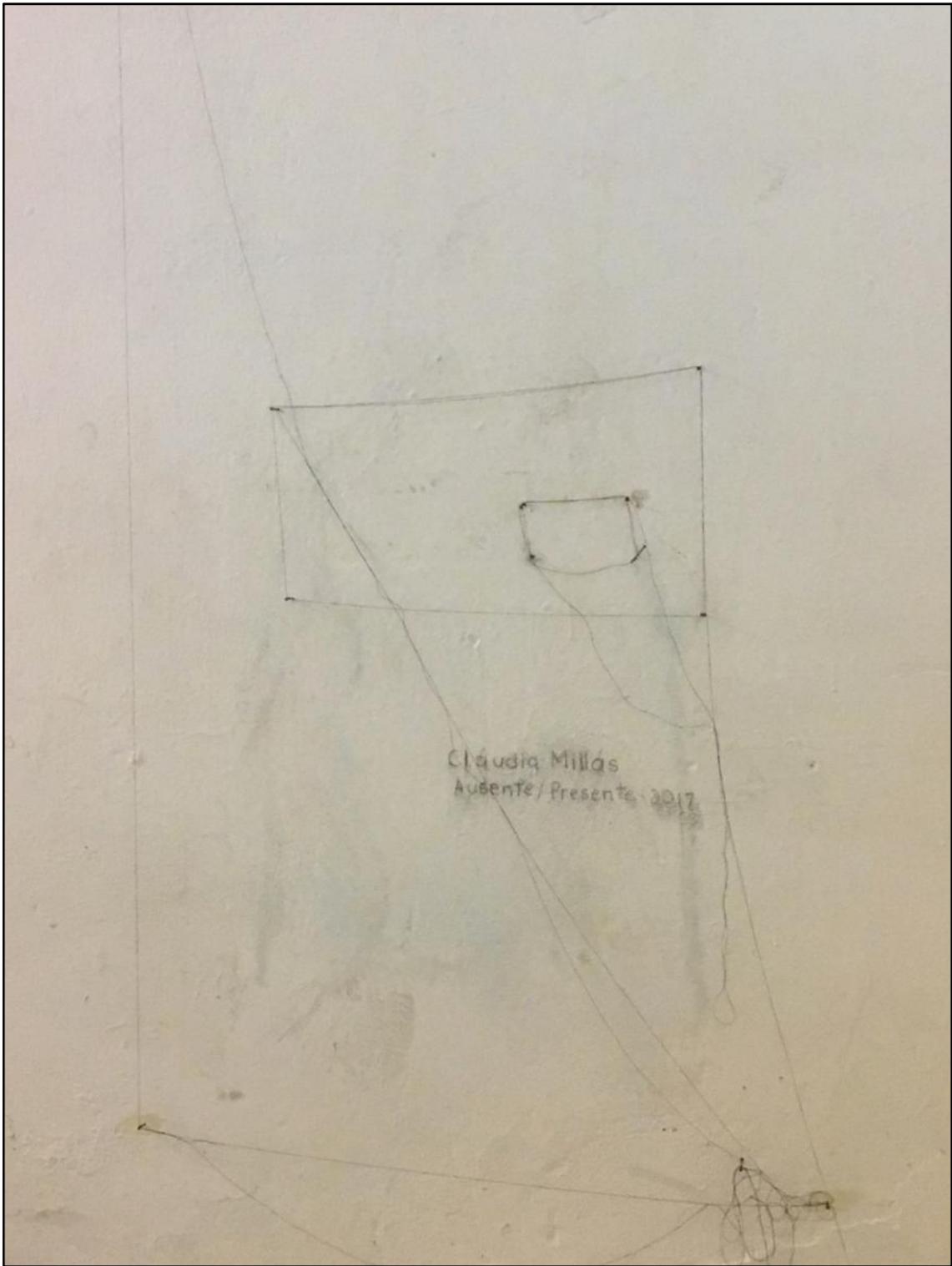
"Ausência/Presença" então se configurou na ação de delimitar um espaço em uma

das paredes da galeria de arte a mim destinada, fazer um recorte para que fosse possível perceber o vazio e criar um campo de atuação que me permitiria lidar com um tipo de materialidade e concretude. O martelo a punho e os pregos tornavam a dança artesanal e rústica, revelando a construção do espaço como parte da obra (abertura das cortinas do teatro e exposição da etapa técnica, anterior à cena). Em contraponto, a moldura feita por uma linha de costura preta, fina, tornava o trabalho sutil e delicado. Nesta contradição, entre o martelo do pedreiro e a linha da bordadeira, o espaço seria construído artesanalmente e ao longo do tempo.

Primeiramente, interessava-me fazer um recorte no espaço e delimitar o vazio (a ausência), que seria meu campo de atuação. Em seguida, passaria a habitar esse espaço delimitado e a criar a partir do momento, gerando um acontecimento. Para isso, necessitaria trabalhar com a qualidade investigada no trabalho “Cidade Maravilhosa” em que desaparecia para poder ser outra, quando a presença era habitada de ausência. Para finalizar, deixaria o espaço e perceberia assim as transformações causadas (ausência habitada de presença).







Claudia Millas  
Ausente/ Presente 2017

### **“Sobre o que desaba e que não sei dizer”<sup>53</sup>**

Este é o último trabalho da quadrilogia apresentada, sendo o mais recente e ainda em processo, e tendo passado por diferentes cidades de criação e espaços de interferência, em parceria com profissionais que estiveram na figura de provocadores, orientadores e diretores.

Foi inicialmente apresentado no evento Sala Aberta do curso de dança da Universidade Federal de Uberlândia – MG em junho de 2018, no congresso da ABRACE em Natal – RN em outubro de 2018 (como fragmento), na mostra da Casa 69 na cidade do Rio de Janeiro – RJ em dezembro de 2018, nos Festivais de verão e de inverno do Fuscalhaço de São Bento do Sapucaí – SP em janeiro e em julho de 2019, novamente na Universidade Federal de Uberlândia em setembro de 2019, no XX Festival dos Estudantes do Instituto de Artes da Unicamp em Campinas – SP em outubro de 2019 e no evento organizado pela Casa 69 no Rio de Janeiro - RJ também em outubro de 2019.

Percebo que, nele, estão contidas as sementes das criações anteriores e de seus disparadores, sendo um “fechamento” para a criação cênica de relação da dança com a prática da Escalada. Impelida pela experiência de criação da performance “Ausência/Presença”, estava instigada a transformar o espaço, materialmente, plasticamente, e perceber os rastros deixados. Pensava nas escritas criadas pelo corpo no espaço e com ele. Também contaminada pelo uso de espaços não convencionais e possibilidades de inversão do olhar, devido à prática de escalada, já presente desde a criação de “Ao Vestir Vertigens”, almejava criar outros pontos de vista, podendo deslocar a cena e, conseqüentemente, o espectador. Além disso, tinha como necessidade a apropriação da experiência de fluxo (CSIKSZENTMIHALYI, 2002) como forma de me transformar ao longo da ação e, de alguma forma, desprender-me de contornos e ideias fixas que me paralisavam, podendo assim desaparecer para poder ganhar outras percepções e emancipar-me de uma condição, como proposta de cura, trabalhada em “Cidade Maravilhosa”.

Iniciei o trabalho em 2018, na cidade de Uberlândia – MG, com estudos de movimento partindo do meu próprio desamparo como potência de criação, conforme trazido anteriormente em relação aos escritos de Safatle (2015), numa condição corporal de desabamento, quando sentia perder os apoios, como se esses me fossem tirados, ou quando eu mesma, já viciada na condição, os tirava. Era uma condição que me fazia passar horas em movimento,

---

<sup>53</sup> Para maiores informações sobre este trabalho é possível acessar o site: <https://claudiamillas.wordpress.com/espetaculos/sobre-o-que-desaba-e-que-nao-sei-dizer/> acesso em 10 de outubro de 2019.

relacionando-me com o chão a partir de quedas contínuas, como se não conseguisse (ou não quisesse) sair daquele lugar. Sentia que era esse estado corporal que me animava, fazendo com que pudesse explorar uma qualidade corporal particular e ainda desdobrá-la em outras ações. Percebia que conseguia entrar na experiência de fluxo, como se dela não quisesse mais sair. Permaneceria naquele movimento por horas. Em alguns momentos, como um clarão de lucidez rápido e direto, esta cena se quebrava e podia me levantar, saindo daquele ciclo vicioso por alguns instantes. Porém, logo voltava para a condição anterior.

Intensificava esta condição de desabamento contínuo, a imagem que tinha era de uma névoa em volta do crânio ou um enxame de abelhas. Era uma sensação de zonzeira, como se dentro da minha cabeça também estivesse enevoado, o que me fazia perder um contorno nítido. Ao mostrar a matriz de movimentos de desabamento para o colega Fernando Barcellos, também professor substituto do curso de Graduação em Dança da Universidade Federal de Uberlândia, e contar-lhe desta imagem, pensamos numa forma de representar esta sensação que intensificasse o que estava sentindo, e assim, chegamos ao tecido tule amarrado na cabeça, que mantinha partes armadas e disformes, num certo volume.

O restante do figurino seria com o máximo possível do corpo nu, para que pudéssemos ver a pele, os músculos, o corpo enquanto materialidade com sua carne. Seriam usados apenas um pequeno *short* preto ou calcinha e esse tule, também preto, em volta do crânio, criando uma deformidade na cabeça e escondendo o rosto. Interessava-me não só o embaralhar dos sentidos do público e a inversão da perspectiva, de forma que não soubessem mais o que era chão e o que era parede, mas também que o corpo em cena não pudesse ser facilmente decifrado e classificado segundo gênero, faixa etária ou classe social. A princípio, quando trabalhava com uma luz cênica mínima no início do espetáculo, somente vinda das frestas da janela da sala, fazendo com que a figura apresentada não pudesse ser vista com nitidez e então identificada, algumas pessoas do público, que não sabiam do que se tratava o espetáculo ou não haviam lido o programa para saber se o *performer* era homem ou mulher, não podiam ter clareza sobre a figura.

Já em parceria com o pesquisador e artista Daniel Santos, professor de dança da Escola de Educação Básica da Universidade Federal de Uberlândia – MG (ESEBA), como orientador e provocador do trabalho, passamos a ensaiar na sala em que ministrava suas aulas na escola: um ambiente voltado para a educação infantil, com recursos para que o lugar pudesse ser transformado a partir das práticas artístico-pedagógicas desenvolvidas, tais como: modificar a disposição dos objetos presentes, pintar a parede e colar coisas pelo

espaço.

Dispusemo-nos então a pensar/fazer interações do corpo no espaço, como uma das motivações de interferência trazida a partir do trabalho anterior, “Ausência/Presença”. Em um de nossos laboratórios criativos, em que investigava a relação com a parede e trazia a necessidade de transformar o espaço, entendido como um ambiente maleável, passível de alteração e com certo grau de transgressão - diferente das salas de ensaio de dança, sejam particulares ou na Universidade, que de maneira geral, com suas paredes brancas ou pretas, não podem ser sujadas ou transformadas permanentemente - tive a oportunidade de desenhar e pintar o espaço enquanto dançava.

As crianças têm o costume de desenhar onde quer que seja. Uma parede, como um papel em branco sem margens e limites, é um prato cheio. Lembro-me, por exemplo, de quando criança ter ido até a casa de uma colega e desenhado com giz em toda parede livre de sua casa. Aquele espaço imenso pedia-nos para que fosse desenhado. A parede, os muros que nos cercam, que nos separam, que servem como contenção, que delimitam ou recortam uma parte do espaço, podem então servir-nos como palco de atuação. Uma parede deixa de ser só uma parede para poder se tornar possibilidade de transformação. Como já nos incitou o Papa Francisco em seus pronunciamentos: como fazer dos muros, pontes?<sup>54</sup>

Nesse caso, quando os alunos chegaram à sala e viram aquelas marcas e desenhos deixados por mim nas paredes, logo foram fazer outros desenhos dando continuidade, de forma espontânea, ao trabalho. Tivemos assim, um espaço de diálogo e criação, mesmo à distância, sem nos vermos fisicamente, mas por meio da parede da sala que habitávamos em comum, e que era por nós transformada. O desenho que eu fazia incitava-os e vice-versa. Isso trouxe uma perspectiva de participação do público na obra e sentido de continuidade do trabalho por meio desses registros no espaço, que se tornava palco de encontro e transformação. A composição poderia se dar ao longo da ação e seria conjunta, construída entre público e artista.

Foi assim que passei a convidar o público, ao final da obra, a entrar na proposta, compondo comigo, para que pudessem também desenhar na parede e dar continuidade ao trabalho. O espaço tornou-se um ambiente de criação compartilhado. E, neste sentido, o

---

<sup>54</sup> Em alguns pronunciamentos oficiais, Papa Francisco se refere aos muros já construídos na história, como o Muro de Berlim, ou ao projeto do governo americano de Donald Trump de construção do muro que separará o México dos Estados Unidos, fazendo apelo para que tenhamos mais pontes e menos muros que nos separem.

desejo estava em poder utilizar um lugar, seja uma galeria de arte ou sala multiuso, que pudesse ser transformado “permanentemente”, como se o espetáculo gerasse uma obra visual que ficaria então exposta, como um desdobramento, um rastro do trabalho, que se mantém no tempo e espaço, pois normalmente desenhos criados têm que ser apagados ao final do espetáculo para que o espaço volte a sua configuração “normal”, na qual o encontramos.

Desta forma, na obra em questão, o entendimento de cenário passou a ser de algo em construção, que se dá ao longo da ação de cena, não somente pelo artista, mas por aqueles que partilham e também fazem o trabalho acontecer. Os desenhos são criados conforme as pulsões e atravessamentos com o próprio jogo de luz e sombra que se cria, das ações físicas, da relação com o público e o espaço. Não se tem um desenho a seguir, a priori, mas motivações para desenhar e usar este recurso como forma de criação e diálogo com os presentes.

A cada ensaio ou mostra do trabalho, desenhos diferentes eram criados, pois nasciam de uma urgência pessoal de expressão e interação com o momento. Poderíamos dizer que eram fruto de um trabalho do inconsciente, misturando imagens realistas e abstratas, sem um nexos racional. No entanto, para me permitir desenhar “livremente”, tinha que me desprender de um bloqueio pessoal, pois desaprendemos a desenhar ao longo de nossas vidas, sendo condicionados a pensar que só podem desenhar aqueles que são ditos profissionais, que detêm uma técnica e conhecimento refinado. Quando me desprendia desse bloqueio, interagia com o giz na parede sem ver a hora passar e surpreendia-me ao final com o que havia sido criado, como se um mundo interno tivesse sido revelado, sem que eu mesma me desse conta.

A partir de 2019, na cidade do Rio de Janeiro, comecei a trabalhar conjuntamente com o artista e professor de acrobacias Guilherme Mattos, fundador da Casa69, que passou a assinar a obra como diretor, focando na construção da dramaturgia cênica, lapidando o entrelaçamento das camadas da trilha sonora, das ações físicas, do figurino e indumentária, do cenário e da iluminação cênica.

Nesse período, que se estende até o atual, dedicamo-nos aos detalhes de cada momento do espetáculo, a partir das sutilezas que cada cena e proposta de movimento poderia conter, desvelando uma riqueza de possibilidades.

Como necessidade de dialogar com a parede, como espaço de a(fe)tivação, em relação ao trabalho “Ao vestir vertigens”, e a partir da memória das vivências com escalada, como lugar transformador e libertador, buscamos (re)significar sua imagem. Intrigada com as

possíveis leituras do que poderia vir a ser um muro ou uma parede, seja como algo que nos bloqueia e impede de passar, por sua estrutura que delimita um espaço para fechá-lo ou protegê-lo, seja por se tornar um lugar de criação e transformação, em que podemos desenhar, dançar, orar ou escalar para ultrapassar, o trabalho desenvolveu-se a partir dos inúmeros exemplos de muros com valores simbólicos e religiosos ao longo das diversas culturas no mundo. Assim, podemos tomar como exemplos o Muro das Lamentações em Jerusalém, o Muro de Berlim, a Muralha da China, as fachadas de prédios que se tornam painéis de grafite, revelando um mundo colorido e mágico para as cidades cinza, ou as pinturas rupestres nas paredes das diversas formações geológicas que os povos usavam para registrar, guardar, comunicar ou expressar.

A parede foi ganhando, então, outro espaço, que não só de obstáculo, mas de afeto. Neste caso, ao contrário, tinha o chão como espaço hostil em que perdia os apoios - ou eles me eram retirados, como a puxada de um tapete- e a parede como lugar seguro, de conforto, que guarda as marcas do corpo suado, do giz traçado, dos pés apoiados.

Transitava entre chão e parede. Ora escalava o chão, ora caminhava na parede. Algumas vezes tinha o corpo perpendicular ao chão com o apoio dos pés, outras vezes com apoio das mãos, invertida. Em outros momentos, ainda trabalhava com o corpo paralelo ao chão, seja com o apoio dos pés na parede e as mãos ao solo, seja com os quatro apoios no chão.

Com o jogo de inversão do olhar, percebemos que, ao trazer a referência da parede como um chão, onde me apoiava e deitava, não era somente a ação que se deslocava e era vista de outra forma, mas o próprio público sentia-se deslocado: se agora a parede era chão, estariam eles vendo a cena de cima, flutuando? Isto criava uma estranheza no público, que era convidado a se perceber também de outra forma.

Criamos assim uma estrutura coreográfica que se iniciava com o uso da parede como um chão em que perdia meus apoios, invertendo, na sequência, esta relação para o uso do chão como se nele escalasse. Nessa etapa, trabalhava com a condição de desabamento, citada anteriormente. Em seguida, as quedas sofriam algumas pausas, como se eu fosse impressa no chão, já sem o tule, revelando o rosto ao público. Retornava para a parede e trabalhava como se estivesse deitada nela, como se fosse meu chão, onde era carimbada, apoiada, impressa, num movimento lento e contínuo. Na cena seguinte, a partir de um jogo de luz, descobria minha sombra e passava a dançar e interagir com ela. Isto me levava ao último

momento, dos desenhos na parede, que começavam a surgir da necessidade de tornar palpável aquele momento, contornando a sombra, e em seguida meu próprio corpo, dando limite, deixando-me registrada. Estes desenhos começavam a se tornar mais livres, compondo com os anteriores e seguindo algum estímulo sonoro, das músicas variadas que se seguiam. Por fim, convidava o público para desenhar na parede e compor com minha proposta inicial. Saía, então, de cena e deixava-os, nesse momento, verem-se como os protagonistas da ação. Finalizando com a imagem criada na parede por nós, como uma obra coletiva que poderíamos contemplar e lembrar o que havia sido vivido.



















## 5. PRÁTICAS DOCENTES: Dança Acrobática - o outro na pesquisa

*Um dia saberão que não havia arte, mas apenas medicina*  
(Le Clézio, 1971)

Um aluno pergunta-me o que é o meu trabalho e o que eu estou buscando em minha pesquisa. Eu digo que é uma experiência de fluxo em que nos conectamos com nós mesmos, com o outro e com o meio, gerando uma possibilidade de cura. “Mas cura de quê?”, o outro indaga. Cura de mim mesma, do que me paralisa, do que me impede de viver o presente, de me expandir, de me ver de outra maneira. O primeiro volta então a dizer que está se curando com o trabalho e agradece.

Esta é uma passagem do meu diário de sala em que relato parte da experiência vivida como docente, enquanto professora substituta do curso de Bacharelado em Dança da Universidade Federal de Uberlândia, quando tive o prazer de ministrar diversas disciplinas, dentre as quais duas optativas que pude realizar de forma consecutiva: a primeira intitulada “Tópicos Especiais em Técnicas Artísticas” no segundo semestre de 2017 e a segunda, “Tópicos Especiais em Estudos do Corpo” no primeiro semestre de 2018. Nessas disciplinas, aprofundei com os alunos envolvidos estudos relativos ao que busco na presente pesquisa de doutorado enquanto um corpo-em-fluxo, com possibilidade de cura, em sua potência de se recriar ao longo das práticas.

### **Cura como potência de transformação**

Para trazer a definição de Cura como potência de transformação, partimos do pensamento elaborado por Safatle (2011), Dunker (2015, 2011, 2008) e Neves (2018), que revisitam a obra de Canguilhem (2009) para expor uma crítica à razão normalizante e aos modelos hegemônicos como os científicos, ditos como únicos, possíveis e verídicos para produção de conhecimento e de se fazer pesquisa.

Georges Canguilhem, com sua dupla formação em medicina e filosofia, conseguiu construir um novo campo de reflexão epistemológico que seria a reflexão filosófica sobre a medicina, mais precisamente sobre as ciências da vida, posteriormente desdobrado por seu aluno Michel Foucault (2008). Em sua obra consagrada, “O normal e o patológico”, Canguilhem (2009) propõe-se a discutir o estatuto das estruturas de definição a partir de um estudo histórico, em que observa a gênese dos padrões de racionalidade, historicamente situados, entre os domínios da natureza e da cultura.

O autor busca combater uma visão hegemônica, “uma espécie de dogma cientificamente garantido”, como discursos ideológicos que tentam naturalizar uma justificação como se os fatos falassem por si próprios, colocando a saúde como categoria de imposição de uma normatividade de vida. Indaga assim: “Na medida em que seres vivos se afastam do tipo específico, serão eles anormais que estão colocando em perigo a forma específica, ou serão inventores a caminho de novas formas?” (CANGUILHEM, 2009, p. 55).

Dessa forma, Canguilhem (2009) pergunta-se de onde vem o discurso pronto e definido sobre saúde e doença, pois como nos lembra Safatle “o patológico não tem gramática própria. A maneira com que ela fala depende da maneira com que organizamos o que há a ser visto e ouvido” (SAFATLE, 2011, p. 12). Sendo o patológico derivado a partir da definição estabelecida por normal, como estrutura valorativa positiva, necessita saber qual é o campo mensurável estabelecido.

A doença, como vista pelos gregos, não estaria determinada a partir de uma localização específica no corpo, mas por um dinamismo relacional definido por um desequilíbrio, ou seja, como um acontecimento que diz respeito a um organismo vivo e visto em sua totalidade. Ser doente então seria viver uma vida diferente. Sendo assim:

tal estratégia de vincular o normal a partir de uma relação normativa de ajustamento ao meio implica afirmar que não há fato algum que seja normal ou patológico em si. Eles são normal e patológico no interior de uma relação entre organismo e meio ambiente. Não há uma continuidade quantitativa entre normal e patológico, mas descontinuidade qualitativa (SAFATLE, 2011, p. 18).

O patológico surge quando é reconhecido como tal pela consciência da própria pessoa que se sente doente. Estaria presente nesta visão o caráter relacional da patologia. Seguindo este pensamento, ao contrário do que se prega e pratica pela visão normalizante da medicina ocidental de maneira geral, os autores Safatle (2011), Dunker (2015, 2011, 2008) e Neves (2018), propõem que a doença poderia ser vista como uma experiência produtiva de indeterminação, já que teria, potencialmente, a capacidade de introduzir outros arranjos adaptativos de vida. Doença, então, a partir desta perspectiva, não significaria ausência de ordem fisiológica, mas outra possibilidade de configuração do sistema, uma nova normatividade vital, como expõe Canguilhem (2009).

Sendo assim, a saúde, depois do processo de transformação subsequente ao adoecimento, não é a mesma de antes. Curar-se não é retornar a um estágio anterior de normalidade, dito como tal, mas experimentar outras formas inéditas de viver: “curar é criar

para si novas formas de vida, às vezes superior à antiga” (CANGUILHEM, 2009, p. 92). Curar seria a realização de uma experiência de emancipação da norma imposta como normal, seria a transformação e não a retificação das normalidades. Questiona-se, portanto, políticas normatizantes que pensam a cura como forma de retorno ao que se considera como normal, aceito e bem visto.

Os autores criticam também a visão racional biomédica vista como determinista, em que a saúde é sinônimo de uma vida sem perturbações e sofrimentos, e, para tanto, haveria a cura, um fim esperado de um tratamento médico que tem como objetivo a determinação, restauração da norma e a busca de uma vida administrada, controlada e regulada para funcionar dentro de um padrão estabelecido e dito como normal, que tenta ir contra tudo aquilo que possa tirá-la da inércia edificante e paralisante.

Em contraponto, a partir da perspectiva de cura como experiência individual de transformação (NEVES, 2018) e saúde como normatividade singular, como capacidade de enfrentar situações novas que interferem na vida de uma pessoa, a doença seria então a fixidez e o apego à norma, ao que nos faz permanecer na mesma posição, sem possibilidade de transformação e adaptação às diferentes circunstâncias da vida.

Os autores falam então de uma perspectiva de clínica, quer seja ela médica ou psicológica, de doenças mentais e doenças orgânicas, que busca pensar a cura como potência de transformação.

Pensando por uma perspectiva política, como propõe Safatle (2015), para que ocorram mudanças no modo como nos relacionamos uns com os outros, é necessário que sejamos afetados de outra maneira, pois toda ação política seria uma ação de desabamento das normas vigentes estabelecidas, e só pessoas desamparadas seriam capazes de agir politicamente.

Seguindo nessa direção, para Safatle (2011), a doença seria o que faz o corpo falar. É a experiência da doença que rompe o silêncio do corpo saudável, que transforma o corpo em problema que exige cuidado e intervenção. Neste ponto os autores aproximam-se da perspectiva cunhada por Leonardo Boff, quando percebem que a cura em psicanálise estaria relacionada à ideia de cuidado já exposta por Heidegger (1989).

## O cuidado como forma de conectar-se consigo, com o outro e com o meio

Em sua obra “Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela terra”, Leonardo Boff fala, sob sua perspectiva, da urgência em garantirmos um futuro promissor, engajados com questões relacionadas ao convívio com a Terra, a partir do “respeito e preservação de tudo que existe e vive” (BOFF, 1999, p. 18).

Afirma que estamos vivendo o fim de um tipo de mundo. Uma das crises analisadas é da civilização a partir da constatação de um mal-estar difuso presente que, segundo o autor, “aparece sob o fenômeno do descuido, do descaso e do abandono, numa palavra, da falta de cuidado” (idem). Frente a este descuido generalizado, que seria uma doença coletiva, muitos perderam a fé e a esperança na mudança e veem no ser humano mais demência do que sapiência. Outros, apesar de esperançosos, utilizam o remédio inadequado, pois tratam apenas os sinais e não a causa do mal-estar.

O autor nos fala de uma humanidade empobrecida em sua realização no mundo, que teria assim sua filosofia pautada unicamente num realismo materialista, sem a presença da sua complementaridade que se apresenta holística, ecológica e espiritual, e teria a capacidade de devolver ao ser humano o sentimento de pertença à família humana, à Terra, ao universo e ao propósito divino. Apresenta a tese de que seria justamente a falta de cuidado que nos faria perder a conexão com o Todo: “o vazio da consciência que não mais se percebe parte e parcela do universo” (BOFF, 1999, p. 24).

Propõe como alternativa, inserir outras dimensões para enriquecer nossa visão. Não seria um sujeito histórico único, mas sujeitos, no plural, cada qual com seu apontamento para esta mudança no sentido de viver, de atuar, de perceber a realidade e experienciar a si e ao mundo. Vê a necessidade de criar um novo paradigma de **reencantamento** pela natureza, uma religação com a terra, que traria a sensação de pertencimento perdida. Vislumbra uma nova ética a partir de uma nova ótica: construir um novo *ethos*, ou seja, a casa humana comum, nosso habitat, Terra, para que nela todos possamos caber. Este *ethos* seria o cuidado, que mais que um ato, é uma atitude.

Martin Heidegger (1989) em sua obra “ser e tempo” diz que o cuidado se encontra na raiz do ser humano, de qualquer ato, é um modo de ser essencial. Uma dimensão frontal, originária, ontológica. Sem o cuidado, o ser humano deixaria de ser humano. Ao percebermos esta dimensão ontológica, pois não temos cuidado, mas somos o próprio cuidado, concebemo-lo como um modo-de-ser do ser humano.

Cuidado também seria uma forma da pessoa sair de si e ir em direção ao outro, seja ele um objeto, um ser ou uma ação, com desvelo e solicitude:

Por sua própria natureza, cuidado inclui, pois, duas significações básicas, intimamente ligadas entre si. A primeira, a atitude de desvelo, de solicitude e de atenção para com o outro. A segunda, de preocupação e de inquietação, porque a pessoa que tem cuidado se sente envolvida e afetivamente ligada ao outro (BOFF, 1999, p. 91-92).

Desta forma, a relação se daria entre sujeito-sujeito e não sujeito-objeto, pois pelo cuidado não se vê a natureza e tudo que nela existe como objetos, mas sente-se parte dela, coexistem, convivem, ao invés de dominar. Não é intervenção, mas interação e comunhão. Portanto, “cuidar das coisas implica ter intimidade (...) cuidar é entrar em sintonia com, auscultar-lhes o ritmo e afinar-se com ele” (BOFF, 1999, p. 96).

Quando nos sentimos com algum tipo de mal-estar, quando algo nos tira o brilho, a potência de viver, quando nos sentimos tristes, não buscamos necessariamente um médico que nos faria brilhar novamente, mas outros modos de vida que nos possam resgatar ou transformar. Assim sendo, buscamos nos curar de algo que não necessariamente seria uma doença patológica. Buscamos nos ver de outras formas para que, assim, possamos ver o mundo a partir de outra ótica, que nos pareça fazer sentido, que nos impulse a continuar.

Pensando que a finalidade da vida seria gerar mais vida, como uma forma de afirmação dela mesma, quando buscamos continuar com a sensação de movimento e crescimento, seria um tipo de realização com nós mesmos. Para Canguilhem (2009), a vida é uma atividade normativa polarizada contra tudo o que é valor negativo, ou seja, de impotência ou decréscimo. É a tentativa e a capacidade de afrontar riscos e triunfar. Seria uma forma de a vida afirmar a própria vida.

Lembro-me, numa sessão de meditação na cidade de Uberlândia - MG, sentados em círculo no jardim de uma casa, quando tínhamos como convidado um monge que nos guiaria naquele dia, este tentar nos mostrar, por meio de uma série de perguntas digressivas, qual era o propósito da vida. Primeiro perguntava por que a pessoa estava ali, obtendo respostas variadas, que seguia com perguntas até chegar ao ponto que queria, como: “Por que você está aqui hoje? Porque costumo vir praticar meditação. E por que praticar meditação? Porque a partir dela consigo me acalmar. Por que se acalmar? Porque isso me ajuda a trabalhar melhor. Por que trabalhar melhor? Porque preciso ganhar dinheiro. Mas por que você precisa ganhar dinheiro? Por que quero comprar uma casa. E por que ter uma casa? Para poder viver e criar minha família. Por que ter e criar uma família? Porque são pessoas importantes para

mim. Por que o são? Porque me completam. Por quê? Porque me trazem felicidade. Por que buscar a felicidade? Porque me faz bem. Por que se sentir bem? Porque me ajuda a continuar vivendo...”

Isso seguia de maneiras variadas, mas, ao final, retornava ao ponto do propósito da vida, que seria continuarmos vivos, ou melhor, vivermos vidas melhores. Então, se na escalada sentimos que estamos em fluxo, numa experiência que nos amplia e traz felicidade extrema, queremos nela continuar, como no próprio curso da vida, infinitamente. No entanto, o que uma vez nos fez entrar neste fluxo, nem sempre nos fará novamente, pois neste *continuum* de transformação, em que nos recriamos a cada instante, já somos outros e em relação ao meio, já não são as mesmas necessidades. Ou seja, nossas práticas e buscas podem mudar ao longo deste percurso, fazendo com que esta tese não se torne um método ou receita, mas uma possibilidade de pensar e buscar práticas de emancipação a partir da perspectiva de cura definida.

Isto porque, o que nos faz sofrer muda constantemente de configuração. Portanto, a prática da dança ou da escalada não é uma regra para todos. Podem ser práticas emancipatórias para uns, mas degradantes para outros. E mesmo para uma mesma pessoa, em determinado momento da vida pode ser que consiga fazer dessas práticas possibilidades de cura e ressignificação para si mesmo, mas em outros momentos, essas mesmas práticas podem não servir para tal fim. Percebe-se que não são práticas fechadas e definidas como métodos com pretensão de serem generalistas e universais. Longe disso, entende-se a própria cura como processo de transformação singular, e identifica-se que pertence a um campo vivo, que não pode ser edificado, mas deve ser observado, sentido e criado. Este campo ainda não está dado, pronto de antemão. A cura é um lugar em devir. Será necessário observar cada caso e escutar a si mesmo, com cuidado e atenção, para que se possa adentrar no campo da criação, na experiência de fluxo, e emergir outras possibilidades de estar no mundo. Uma vez conquistado este lugar, ainda não é certo e permanente. A busca será eterna, de um recomeço, que nos faz continuar em movimento, sem edificar em verdades absolutas.

Corroborando neste sentido, recentemente ouvi de uma colega formada no mesmo curso de graduação, por exemplo, que a própria dança, aquela que ela mesma teria criado para si, teria também matado um pouco de si. Sentia que teria perdido, apagado e abafado seus brilhos. Mas essa condição obrigou-a a ressignificar seu mover e seu dançar, fazendo outros encontros ao longo do caminho, que pudessem curá-la. Portanto, a eficácia terapêutica

seria encontrar esta maneira de se colocar novamente em fluxo, passível de transformação e de afirmar a própria vida, para que continuemos vivos.

Boff (1999) propõe que a civilização precisa superar a ditadura do modo-de-ser-trabalho-produção-dominação. O que se relaciona diretamente com a ecologia de saberes proposta por Boaventura de Sousa Santos, trazendo a cura como forma de emancipação, de uma dada condição.

### **Práticas ecológicas – coabitar com o diferente**

Sem pretensão de revisar a vasta obra de Boaventura de Sousa Santos, mas apenas contextualizar o leitor da origem dos conceitos trazidos à tona nesta pesquisa, apresenta-se a seguir, de forma bastante resumida, a análise das obras “A gramática do tempo”, “Um discurso sobre as ciências” e “A Crítica da Razão Indolente”, para desenvolver a questão das práticas ecológicas e da emancipação social, que será introduzida.

Santos (2010) faz uma crítica ao modelo ocidental de racionalidade dominante pelo menos nos últimos 200 anos, o qual denominou de razão indolente (subdividindo-a entre metonímica e proléptica), que desperdiça riquezas sociais existentes, por ocultação e descrédito, desperdiçando a experiência quando torna invisíveis iniciativas e movimentos alternativos. Buscando um modelo diferente de racionalidade, que tenta evitar o desperdício da experiência, propõe como alternativa: uma sociologia das ausências, que busca expandir o presente por meio da inteligibilidade do domínio das experiências sociais já existentes e disponíveis, num processo de multiplicação e diversificação do conhecimento a partir de cinco ecologias (dos saberes, dos tempos, do reconhecimento, das escalas e das produções); uma sociologia das emergências, para contrair o futuro e pensar com e no presente; e um trabalho de tradução, como procedimento capaz de criar inteligibilidade mútua entre experiências possíveis e disponíveis, criando condição para a emancipação social. Sendo assim, acredita que:

As expectativas são as possibilidades de reinventar a nossa experiência, confrontando as experiências hegemônicas que nos são impostas com a imensa variedade das experiências cujas ausências são produzidas activamente pela razão metonímica ou cuja emergência é reprimida pela razão proléptica. A possibilidade de um futuro melhor não está, assim, num futuro distante, mas na reinvenção do presente ampliado pela sociologia das ausências e pela sociologia das emergências e tornado coerente pelo trabalho de tradução (SANTOS, 2010, p. 135).

Nesse sentido, reconhece que existem formas de conhecimento oficialmente privilegiadas, como a ciência moderna, em detrimento de outras, como a filosofia, as artes, a religião e a literatura, que, descaracterizadas e invisibilizadas, são consideradas somente como “crenças, opiniões, magia, idolatria, entendimentos intuitivos ou subjetivos que, na maioria das hipóteses, podem tornar-se objetos ou matéria-prima para inquirição científica” (SANTOS, 2007, p. 5), e que, apesar de só existir conhecimento em sociedade, este não está equitativamente distribuído na mesma, uma vez que as formas de conhecimento privilegiadas conferem privilégios extracognitivos (sociais, políticos e culturais) a quem as detém. Além disso, afirma que a escolha epistemológica a se seguir como forma de conhecimento é um juízo basicamente de valor (SANTOS, 2003).

O autor avalia que, dentro da modernidade ocidental existam duas epistemologias: do conhecimento enquanto regulação, que considera a ignorância como caos e o saber como ordem; e do conhecimento enquanto emancipação, que traz a perspectiva da ignorância como colonialismo e o saber como solidariedade. No entanto, por ter reduzido as possibilidades de emancipação às compatíveis com o capitalismo, a sociedade beneficiou a primeira forma de conhecimento como preponderante, apagando a segunda, e ainda mais, transformando o que esta tinha de saber em ignorância e o que tinha de ignorância em saber, ou seja, tornou a solidariedade uma forma de ignorância, considerando-a como caos, e o colonialismo como forma de conhecimento, transformando-o em ordem. Assim, afirma que houve o que denominou de epistemicídio:

Neste processo, a ciência moderna, inicialmente um tipo de conhecimento entre outros, assumiu preponderância total, reclamando para si o monopólio do conhecimento válido e rigoroso, o que ocorreu com a consagração da epistemologia positivista e a descredibilização de todas as epistemologias alternativas. Convertida em conhecimento uno e universal, a ciência moderna ocidental, ao mesmo tempo que se constituiu em vibrante e inesgotável fonte de progresso tecnológico e desenvolvimento capitalista, arrasou, marginalizou ou descredibilizou todos os conhecimentos não científicos que lhe eram alternativos (SANTOS, 2010, p. 155).

Sendo assim, considera que o pensamento ocidental seja abissal, por criar linhas radicais que separam o universo em dois lados, tornando o Outro lado inexistente, ou seja, considerando-o como irrelevante ou incompreensível e impossibilitando, assim, a co-presença com o que quer que seja diferente (SANTOS, 2007).

O reconhecimento da diversidade epistemológica do mundo sugere que a diversidade é cultural e até mesmo ontológica, pois traduz as múltiplas concepções de ser e estar no

mundo. Propõe, assim, uma ecologia de práticas de saberes como conjunto epistemológico que parte da possibilidade de coabitar com diferentes modos de concepção do mundo, diversos, heterogêneos e contra-hegemônicos contribuindo, assim, para credibilizar e fortalecer estes modos de saber.

Interessa-nos, nesta pesquisa, a proposta de um pensamento/ação ecológico, apresentado pelo autor na forma de 17 ideias levantadas como teses (SANTOS, 2010), que buscam uma concepção não reducionista do mundo, a partir da justiça cognitiva, numa luta contra a opressão e numa relação horizontal que consente em sua composição hierarquias concretas e fixas, combatendo somente aquelas que sejam abstratas e universais, naturalizadas pela história. Essa visão busca coabitar com o diferente, reconhecendo a diversidade de conhecimentos - sem com isso descredibilizar o saber científico, mas apenas indo contra seu uso hegemônico que invisibiliza outras formas de saber existentes - e aceita que se possa criar uma interdependência entre os saberes (científicos e não-científicos, ditos como alternativos), com seus limites internos e externos, produzidos ecologicamente com a participação de diferentes saberes e seus sujeitos, com perguntas constantes e respostas incompletas, que convergem para a multiplicidade.

Importante ressaltar que a crítica feita por Boaventura de Sousa Santos sobre a ciência moderna é enquanto seu uso hegemônico, que silencia e torna invisível outras formas de saber, no entanto, o autor entende que esta forma de saber é válida e importante, não devendo assim desaparecer, mas justamente coabitar com outros modos de concepção e expressão do mundo, de maneira ecológica.

Interessa-nos assim, a forma como o autor percebe a ecologia, sendo uma prática de agregação da diversidade pela promoção das interações sustentáveis entre entidades parciais e heterogêneas, com a ideia de que a realidade não pode ser reduzida ao que existe, pois temos realidades ausentes pelo silenciamento, pela supressão e pela marginalização, ou seja, “realidades que são ativamente produzidas como não existentes” (SANTOS, 2010, p. 115). Sendo assim, as práticas ecológicas estariam engajadas nesta causa de reconhecimento e visibilidade das diversas experiências humanas, evitando assim o desperdício, e trazendo uma possibilidade de emancipação social.

Fazemos uma relação do questionamento de Santos (2010) das formas de conhecimento oficialmente privilegiadas, que além de conferirem privilégios extracognitivos a quem as detém, descredibiliza e considera como inexistente outras possibilidades ditas como

alternativas, com a crítica estabelecida por Canguilhem (2009) e desenvolvidas por Safatle (2011), Dunker (2015, 2011, 2008) e Neves (2018), em relação à razão normalizante que, com discursos ideológicos, tenta naturalizar uma justificativa, colocando a saúde como categoria de imposição de uma normatividade de vida, impossibilitando outras formas de se ver e pensar o mundo.

Busca-se, nesse sentido, criar práticas ecológicas, como a proposta de Dança Acrobática que especificaremos a seguir, que podem ser vistas como transformadoras, quando têm como premissa a emancipação do praticante, enquanto possibilidade de sair de uma condição, em libertação de uma dada realidade em que se encontra, dominado por forças invisíveis impostas por um sistema hegemônico, que estabelece padrões, sejam eles de saúde, de eficiência, de normalidade ou de beleza.

Para a presente pesquisa, práticas ecológicas, num sentido de pensamento/ação ecológico, são aquelas que permitem outras formas de vida, que percebem os seres como subjetividades, singulares, em relação e transformação e, assim, buscam normatividades também singulares, que levam em conta as especificidades e necessidades de cada experiência individual.

### **Proposta de Dança Acrobática dentro da primeira disciplina “Tópicos Especiais em Técnicas Artísticas” – segundo semestre de 2017**

Algumas condições foram importantes para que conseguisse trabalhar com estes alunos os aspectos relativos à cura, enquanto potência de transformação, possibilidade de emancipação pessoal e social, e à relação arte-vida, em que o conteúdo trabalhado não se restringisse ao campo da arte enquanto uma técnica específica, mas que pudessem levar para suas vidas, como pontuado anteriormente, na perspectiva do trabalho “de” ator, de ser ator, diferenciando do trabalho “do” ator, enquanto um ofício (BURNIER, 2009).

Dessas condições, identifico principalmente o caráter de ambas as disciplinas serem optativas e não obrigatórias dentro do currículo, tendo como público-alvo os alunos realmente interessados no tema, pois não tinham a necessidade de se matricular para cumprirem créditos ou carga-horária. Isto fez com que a turma viesse para a aula com uma predisposição ao trabalho, sem preocupação inicial com questões formais, como avaliação, nota e presença. Tanto isso, que pude tomar a iniciativa de não fazer chamada nestas aulas, pois, além de não sermos muitos, todos estavam conscientes que queriam estar ali pela experiência,

independente de se configurar como uma disciplina dentro de uma estrutura curricular e o que isto implicava. Percebi que a turma como um todo esteve presente, com raras faltas que, quando aconteciam, normalmente eram justificadas ou avisadas com antecedência. Dos alunos que frequentaram a disciplina, não houve desistência, abandono ou reprovação ao longo do semestre. Além disso, após a realização dos primeiros Tópicos Especiais, no segundo semestre de 2017, o desejo de dar continuidade à pesquisa foi dos próprios alunos, que levantaram a possibilidade de ser oferecida uma nova disciplina optativa no semestre seguinte. Desta forma, pude dar continuidade ao trabalho desenvolvido na primeira, pois a grande maioria dos alunos havia participado.

Outra condição foi de serem disciplinas com uma carga horária relativamente alta, de 60 horas, sendo 4 horas/aula consecutivas em um mesmo dia da semana. Para os trabalhos práticos, estas quatro horas seguidas, em que não tínhamos um momento de pausa, foram fundamentais. Mais adiante, explicarei como se deram estas práticas, quais as metodologias abordadas e objetivos seguidos. Neste momento, cabe ressaltar que conseguimos estabelecer um espaço de troca, escuta, intimidade, respeito e sinceridade. Isto pode ser observado nos relatos de experiência que os alunos produziram ao final da segunda disciplina, como fechamento do trabalho, em que deviam escrever sobre as vivências do semestre. Para este relato não limitei número de páginas, nem estabeleci formato e conteúdo. Apenas instruí que escrevessem, no próprio momento da aula, com aproximadamente 2 horas de duração, da forma que quisessem, sobre as experiências vividas na disciplina, ressaltando pontos importantes.

Ainda como uma condição para o trabalho, resalto o fato da maioria dos alunos já me conhecerem, por terem cursado disciplinas anteriores que eu havia ministrado para a turma; e o número de participantes ser relativamente baixo, 10 pessoas, o que me permitiu ter um contato maior com cada um e poder estabelecer uma relação mais próxima e atenciosa.

Iniciei a primeira disciplina de Tópicos Especiais em Técnicas Artísticas com a proposta de estudar com os alunos parte do treinamento corporal que vinha desenvolvendo a partir da perspectiva ecológica, explicitada anteriormente, quando diferentes saberes são acionados, como a relação entre o circo, a dança, a Escalada, o teatro e a educação somática, numa possibilidade do que denominava de “Dança Acrobática”, em direção ao corpo-em-fluxo que, aberto e permissivo, transforma-se ao longo do percurso, permitindo que o praticante se veja de outra forma, emancipando-se de uma condição estabelecida e criando para si outras formas de se ver e viver.

Portanto, nessas aulas de Dança Acrobática, desde os estágios docentes ao longo do mestrado no Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena na Universidade Estadual de Campinas em que ministrei aulas no curso de Graduação em Dança da referida Universidade, até as oficinas e aulas como autônoma em espaços culturais particulares, meu foco não estava numa questão formal, estética ou no desenvolvimento de um treinamento que fosse para realização de acrobacias. A questão que se coloca é em como habitar outros espaços, tornar a parede um chão e vice-versa, usar apoios precários, inverter o eixo, buscar outras formas de equilíbrio ou de relação com o espaço que não estão dadas e que tampouco nos são naturais. Para isso a necessidade de um treinamento corporal específico, em que pudéssemos trabalhar a criação deste corpo acrobático, como um corpo-em-fluxo, que se transforma ao ser transformado pelo espaço, por suas condições.

Mantinha uma preocupação em não trabalhar no sentido de criar “corpos retos”, termo cunhado pelos autores Soares e Fraga (2003) que questionam a obsessão contemporânea pelos corpos alinhados, lisos e esbeltos, com certo padrão de beleza, numa tentativa de endireitar corpos desengonçados, gerando uma lacuna entre o que se quer e o que se tem, taxando pessoas e pregando uma única possibilidade. Para estes autores, a busca em endireitar sujeitos vem da era da industrialização, que exigia corpos retos, obedientes e fixados para melhor produção. Neste sentido, corpo reto e endireitado era sinônimo de corpo educado, que estaria dentro dos conformes e seguiria as regras estabelecidas. Isto levaria ainda a uma correção dos desvios morais, como uma espécie de “endocolonização”, como propõem os autores. Uma vida reta estaria em consonância com andar na linha reta, manter a postura.

Sendo assim, pretendia me distanciar de um treinamento corporal que gerasse este “endireitamento” ortopédico e moral dos praticantes ou, como nos diz Soares e Fraga, distanciar-me de uma necessidade de “controlar o corpo, de penetrar num território inexplorado e dominar sua materialidade enigmática, de destituí-lo de história e subjetividade” (SOARES; FRAGA, 2003, p. 80).

Apresentava também um cuidado para não adentrar no mundo das formas e da virtuosidade, quando nos sentimos como um “*Superman*” ao realizarmos uma ação incomum, não por sua possibilidade transformadora, mas por sermos os únicos a fazê-la. Neste sentido, assim como interpelam Gois, Soares e Silva (2015), sobre o ensino da ginástica no campo da educação física, tampouco me interessava um corpo-máquina, eficaz e eficiente em seu fazer:

o corpo-máquina em interação com forças externas potencializadas por instrumentos e

objetos afastava os homens de uma relação intuitiva com o movimento para aproximá-lo de conhecimentos sistematizados e organizados dentro de uma lógica mecânica de cálculo preciso (GOIS; SOARES; SILVA; 2015, p. 980).

Buscava distanciar-me justamente desta ginástica racional, como uma prática sistematizada a partir da tecnologia do treinamento, que compara o corpo com uma máquina, aliado ao pensamento de eficiência e eficácia, dentro do contexto de nascimento da educação física científica positivista, que desmerece a educação física empírica, por julgá-la sem base científica, mas apenas uma experiência prática e intuitiva. No sentido inverso, tentava me aproximar das relações não convencionais e limites da Dança Acrobática como processo de cura, enquanto potência de transformação, defendendo a necessidade de cuidado, do praticante aproximar-se de si mesmo, de se perceber para assim perceber ao outro e ao mundo.

Já influenciada pelas práticas de educação somática (propostas de Klauss Vianna vivenciadas com Jussara Miller no Salão do Movimento em Campinas – SP e com Julia Zivianni e Marília Vieira ao longo do curso de graduação em dança da UNICAMP; Método de Cadeias Musculares e Articulares G.D.S. ao longo da formação com a equipe de São Paulo; e Método Ivaldo Bertazzo) das diversas vivências em dança com os docentes do curso de graduação em dança da UNICAMP; dos treinamentos com o LUME Teatro (em especial com Renato Ferracini, Jesser de Souza e Ana Cristina Colla, a qual foi orientadora da minha pesquisa de mestrado) e Barracão Teatro de Campinas com os pesquisadores Ézio Magalhães e Tiche Vianna; das vivências com o circo enquanto aerealista e acrobata a partir do estudo com a tradicional família circense Brede estabelecida em Campinas, Michel Nowak na França e Branko Potokan em Portugal; e das experiências com Escalada, pude desenvolver um pensamento amplo e bastante híbrido sobre o que seria esta Dança Acrobática.

Pensava na acrobacia como um tipo de relação com o extremo, de estar em situações extremas, no sentido mais amplo do termo, enquanto uma força e não uma forma. Fazendo uma remontagem histórica, percebemos que a acrobacia, como uma atividade corporal, esteve presente desde os primórdios. Há indícios tanto no ocidente quanto no oriente de sua existência a partir de pinturas em cerâmicas, tumbas e monumentos, como pode ser visto no projeto “Acrobatas do Boqueirão da Pedra Furada” de Alice Viveiros de Castro, que nos revela desenhos rupestres encontrados no Parque Nacional da Serra da Capivara (Piauí – Brasil), que datam de, aproximadamente, 27 mil anos, sugerindo claramente ações acrobáticas, de

equilíbrio, em dupla altura, de roda de dança, etc. (SILVA, 2018). Neste sentido também encontramos atividades acrobáticas em rituais ancestrais, como no “*Voladores de Papantla*”, realizado no México há anos e que conta com cinco homens pendurados pelos pés, de ponta cabeça, a girar por uma corda presa a um mastro sagrado (REBOLLEDO, 2018).

A etimologia da palavra acrobacia vem do grego “Akrobatien” que, a grosso modo, seria andar na extremidade, no limite, na ponta (como dos pés e das mãos). Trata-se de uma atividade corporal que se situa entre a segurança e o risco. Parece importante perceber que a acrobacia não está na forma que se vê e se copia, como algo externo ao praticante, mas numa maneira de estar, numa expressão frente a tais situações extremas. A acrobacia está no rompimento com a normalidade e com a regularidade do uso do corpo.

Foi a partir das vivências com o circo e, mais tarde, com a Escalada, que passei a pensar numa possibilidade acrobática de viver, de dar aula e de dançar. Neste sentido amplo do termo, como explicitado anteriormente, que não está voltado para uma questão formal de truques e movimentos, mas para uma conduta de se colocar em situações extremas para poder se perceber de outra forma e se transformar, foi que passei a desenvolver propostas de aula de Dança Acrobática.

Desta forma, penso nesta dança como um estudo que pode envolver desde o Parkour (técnica francesa de deslocamento no ambiente natural ou urbano) até atividades de improvisação com uso da parede como apoio. Mais que isso, passei a encarar a Dança Acrobática como um modo de sair da normalidade estabelecida, enquanto um corpo ereto e estagnado, e buscar um corpo-em-fluxo, que se recria, transforma e aumenta sua potência de vida em seu fazer.

Uma ação considerada simples, como caminhar, torna-se complexa ao invertermos nosso eixo e perspectiva. Caminhar na parede revela outra forma de ser e estar no espaço. A ação da gravidade já não age do mesmo modo, em cima do nosso eixo axial perpendicular ao chão, iniciando no topo do crânio, mas agora em cima de toda nossa lateral, quando nos deslocamos de lado, ou de nossas costas, quando nos deslocamos para baixo. Os grupos musculares são outros. Nosso campo de visão é outro. O treinamento empregado então não seria para limitar, castrar, enrijecer, protocolar ou tornar mecânico uma série de movimentos, mas, ao contrário, para nos libertar e possibilitar estarmos nestes espaços incomuns e nos vermos de outras formas.

Como visto na experiência com a Escalada, a partir dos relatos pessoais presentes

nos diários de altura, nos escritos de Michel Serres (2004) e nas diversas entrevistas com escaladores feitas por Mihaly Csikszentmihalyi (2002), nosso movimento de ascensão nos revela o tempo com outra duração, o espaço com outra dimensão, e nós mesmos com outros contornos. Ausentamo-nos, de certa forma, de um mundo para habitarmos outro. Ausentamo-nos de nós para sermos outros, passíveis de mudança ao longo desta caminhada vertiginosa. O silêncio nos habita. Tornamo-nos parte mesmo da rocha, do mundo, numa sensação de pertencimento. Nosso corpo, com tantos buracos, é atravessado pelo espaço que o movimenta e nos liga com outros corpos, dando-nos a sensação de estarmos gigantes, confundirmo-nos com o mundo, porque temos a certeza corporal de sermos, naquele instante, parte dele. Amplitude, silêncio e leveza se instauram. O desejo nasce de nos ausentarmos, sairmos do comum, fixado e estabelecido, para que, nas situações extremas, pudéssemos ser outros.

Com as propostas de Dança Acrobática buscava o mesmo, sentir a potência do espaço, que nos mobiliza, permite-nos sermos outros. Seria necessário também nos esquecermos de nós mesmos, ou como nos diz a autora Laurence Louppe, nos perdermos:

Na dança, lançar-se, para não dizer perder-se, no espaço tem algo de extravagante e de exaltante porque, quando o espaço não está nele inscrito, mais do que o próprio movimento, liberta-se de toda sua funcionalidade (...) o espaço torna-se um parceiro afetivo, quase com a capacidade de alterar os nossos estados de consciência. O espaço move-se através de nós, mas também em nós (LOUPPE, 2012, p. 189).

Desta forma, não dançamos, mas sentimos sermos dançados pelo espaço; não escalamos, mas sentimos sermos escalados pela montanha. Habitar a parede como um chão e vice-versa é permitir ser transformado pelo espaço e transformá-lo ao mesmo tempo. A prática da Dança Acrobática seria, então, uma possibilidade de nos encontrarmos com a potência do espaço enquanto este parceiro afetivo a que se refere Laurence Louppe (2012).

Seria, então, falar de escuta, ampliação da consciência, da conexão com o meio, abertura de canais, refinamento dos sentidos. Perceber, nessas experiências, a potência do corpo, em sua plenitude, caro à arte. Seria pensar a partir da perspectiva de um corpo vivo, ou ainda, em vida, corpo-em-fluxo, ou como trazido por Shusterman ao utilizar o conceito de soma para dizer sobre a consciência corporal:

Assim como construtores especializados precisam ter um conhecimento especializado de seus instrumentos, nós precisamos de um conhecimento somático mais aprimorado para melhorar nosso entendimento e nossa performance das diversas disciplinas e práticas que contribuem para o domínio da mais elevada das artes – a arte de viver vidas

melhores (SHUSTERMAN, 2012, p. 29).

O trabalho não se daria enquanto prática corporal, mas somática. Ou seja, não seria a partir do corpo, mas do Soma, que é este corpo vivo, em vida, com seus atravessamentos, memória, intensidades, que recria a experiência vivida. Este aspecto é bastante relevante para que entendamos as propostas docentes descritas a seguir, que revelam o caráter processual do trabalho e o nível sensível, numa busca pela integridade e complexidade do ser.

A experiência (LARROSA, 2014), dentro desta perspectiva, torna-se um modo de operação, pois se trata deste lugar onde há paixão, onde falamos no singular. Não pode ser antecipada, “pré” alguma coisa. Tem a ver com o limite do que sabemos. Exige linguagem transpassada de paixão, capaz de enunciar singularmente o singular, de incorporar a incerteza. Como nos diria Jorge Larrosa (2014), é lá onde vibramos, trememos, sentimos fraqueza, no silêncio das palavras, na pausa, na escuta, no espaço do tempo.

Utilizar a experiência como modo de operação no processo de ensino/aprendizagem em dança é uma forma de produzir uma linguagem que capte a vida, que faça ressoar e que ressoe. É necessário, desta forma, falar em primeira pessoa, para se expor na insegurança das próprias palavras, na incerteza dos próprios pensamentos. Neste sentido, como expõe o autor: “a primeira pessoa não está como tema, mas como ponto de vista, como olhar, como posição discursiva, como posição pensante (...) o que vale a pena escrever, o que vale a pena pensar é a experiência viva de alguém, no sentido sempre aberto e móvel do que nos acontece” (LARROSA, 2016, p. 36). E, neste ponto, de nos colocarmos em primeira pessoa, ativos, entra a noção de responsabilidade sobre o que dizemos e essa responsabilidade então torna o dizer verdadeiro. Colocamo-nos em jogo, nos arriscamos, para nos transformar. Como diria mais uma vez Larrosa “não é a posição do sujeito ou a o-posição ao sujeito, mas a exposição do sujeito” (LARROSA, 2016, p. 38) que nos interessa na perspectiva da experiência dentro do processo de ensino-aprendizagem em Dança Acrobática.

Sabendo do trabalho que desenvolvia entre a dança e o circo e tendo conhecimento do subtítulo da disciplina de “Dança Acrobática”, os alunos tinham a expectativa de aprender diversas formas e truques circenses. No entanto, o que se viam fazendo estava longe de ser uma aula convencional de acrobacia. Iniciei, nessa primeira disciplina de Tópicos Especiais, de forma teórico-prática, com enfoque nas experimentações em sala de aula e leitura complementar relacionada ao tema, um trabalho voltado ao treinamento corporal com objetivo de desenvolver primeiramente:

- Fortalecimento muscular;
- Resistência física;
- Preservação de espaços articulares;
- Trabalho ósseo a partir de oposições e vetorizações;
- Estudo de apoios ativos;
- Exploração do eixo corporal em inversões, torções e relações não convencionais;
- Desenvolvimento de diferentes dinâmicas corporais;
- Experimentações de contato;
- Fluxos de energia e potências corporais;
- Respiração ampliada.

Quando vou dar aulas uso imagens, na tentativa de aproximar os alunos da prática. Falo do corpo que busca crescer, não só “ganhar” da gravidade, como nos diria Ivaldo Bertazzo (2010, 2012) com seus ensinamentos, mas também para que possa abrir espaço em si. E para que abrir espaço? Para que possa respirar e entrar em fluxo, condição do corpo em arte, corpo-em-vida, que movimenta e é movimentado ao mesmo tempo, sendo parte do todo, sensação de pertencimento e conexão, consigo, com o outro e com o meio, em transformação constante, capaz de gerar diferenciação em repetição, e desafixá-lo, trazendo para si o princípio da vida e gerando assim cura. Portanto, todo o trabalho que desenvolvo é no sentido de nos aproximar deste corpo-em-fluxo.

Falo de um botão da calça que se fecha, no movimento dos ilíacos; do zíper que sobe, com o púbis; de um colete que se veste, na caixa torácica; de uma gravata que pende no esterno; do ponteiro dos relógios que sorriem cada um para um lado nas clavículas; dos braços que nascem nas costas como asas; de uma bacia que contém água, pesada, com uma saia longa e molhada presa à ela, ligando-a à terra; de um chapéu em forma de cone muito grande na cabeça, com que podemos tocar as nuvens; dos pés que entram no chão com suas raízes e se encontram com as raízes dos outros pés; do joelho com cócegas, borboleteando com espaço...

Trago a inversão de pensamento proposto por Klauss Vianna (2005) que ao invés de usar a frase clássica que denota uma dicotomia entre corpo/mente ou corpo/espírito, em que o corpo se torna posse do eu, utilitarista, como “meu pé está doendo”, passou a utilizar “eu estou doendo no pé”. Isto para dizer que somos corpo e que nosso trabalho sobre si será corporal, por meio desta via física, da matéria viva que somos.

Normalmente trabalho em duplas, quando uma pessoa toca e a outra recebe o toque, invertendo depois estas funções. Acredita-se na importância do contato com o outro partir desta experiência: de tocar, sentir outros corpos, vendo suas diferenças e similitudes e percebendo-se no corpo do outro, num processo de alteridade; e ao ser tocado, sentir-se de certa forma cuidado, como um espaço de se entregar e receber o que o outro tem a dar, pois o toque tem esta capacidade de criar um espaço de intimidade e afeto, sendo importante em diversas áreas da saúde. O toque, nesta perspectiva, ajuda-nos a criar um espaço de escuta, troca, afeto, cumplicidade e honestidade, que prezo em minhas aulas.<sup>55</sup>

Trabalho com quatro qualidades do toque: **aquecer, pressionar, moldar e lavar**, como no processo de fazer pão, em que primeiro esquentamos o fermento para ele poder acordar e assim agir; depois sovamos a massa, pressionando, fazendo com que tenha liga; na sequência damos a forma, puxando daqui e dali para que possa crescer num determinado sentido e, por fim, damos o tom que queremos para o pão.

Início assim, esfregando a pele, todo o entorno do corpo, acordando por meio da fricção que esquentamos nosso maior órgão e dá consciência ao parceiro de seu limite, seu contorno. Lembro da importância de não deixarmos nenhuma parte fora deste esfregar, como se fosse uma panela em que não queremos encontrar resquício de sujeira quando estiver no escorredor. Esfregamos o corpo cabeludo com a ponta dos dedos, as orelhas, a face, embaixo dos braços, entre as pernas, até não deixar nenhum lugar sem esfregar. E este esfregar tem certo ritmo e tônus, que não é leve, pois queremos que a pele seja ativada pela fricção, e muito menos lento, pois é o objetivo de passar por todo o corpo que coordena a ação.

Em seguida passamos para a segunda camada do trabalho, muscular, em que amassamos e pressionamos o corpo, como se fosse uma argila, que antes de ser moldada precisa ser sovada, para amolecer, por meio da respiração ampliada tanto daquele que recebe o toque quanto daquele que o faz. Nossas mãos, com qualidade precisa e vigorosa, tentam “umedecer” o corpo, fazendo com que, a partir da pressão, volte a fluir, a circular, colocando água na argila. Nesta etapa tentamos trazer para nosso parceiro a consciência do volume de seu corpo, de sua tridimensionalidade.

Na terceira camada do trabalho, ósseo, passamos a dar direções, puxando daqui e dali com precisão para criar as oposições necessárias para nos mantermos em pé, crescendo,

---

<sup>55</sup>Sobre a importância do toque e do contato corporal, ver: Nonato Machado, Rebeca; Winograd, Monah. A importância das experiências táteis na organização psíquica. Estudos e Pesquisas em Psicologia [en línea] 2007, 7. Acesso em 10 de fevereiro de 2019. Disponível em <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451844615009>>

preservando espaços articulares, nos efetivando no espaço. Trata-se de uma negociação constante: conforme a gravidade age, nós vamos cedendo, então empurramos o chão e crescemos, mas novamente cansamos, cedemos e, assim, vamos num equilíbrio dinâmico, sem fim. Buscamos dar ao nosso parceiro a consciência da estrutura de seu corpo, do que o sustenta no espaço, a partir de forças que aplicamos, sem tensão desnecessária para permanecer em determinada posição.

Na última parte, “lambemos” com as mãos o corpo do outro, como água que escorre, da cabeça aos pés, numa imagem da cachoeira que limpa e descarrega as energias do corpo ao chão. Assim, fazemos os movimentos de escorrer as mãos como água percorrendo o corpo da outra pessoa nos quatro lados: frente, lado, atrás e do outro lado. Depois ainda descarregamos aquela energia que possa ter permanecido em nossas mãos, pela troca com o outro, no chão, de preferência natural, como terra, grama ou madeira, ou ainda lavamos as mãos esfregando bem até sentir que estão “limpas”. Isto porque, ao tocarmos o outro, percebemos que estabelecemos um canal de troca e, muitas vezes, quem faz o toque acaba sendo utilizado como condutor da energia, que se não é bem conduzida, acaba ficando estagnada nesta pessoa, que pode sentir dor de cabeça, fraqueza ou outras alterações de humor. Por isso, vê-se a importância de conduzir essas energias trocadas para o ambiente, de forma que não fiquem nem na pessoa que recebeu o toque, nem naquela que o fez.

Depois que o “pão” está pronto, peço para fazermos uma pausa, fechamos os olhos, se necessário, para criar uma percepção interna, um registro de como cada um se sente naquele momento, desde os apoios dos pés ao chão até as curvas da coluna, a organização das esferas corporais, os espaços entre uma parte e outra. Pergunto como se sentem, se existe alguma diferença de quando entraram na sala para aquele momento. Muitas vezes escuto: sinto-me maior, com luz, brilhante, vibrando, leve, com peso, acordado, com mais volume, quente, grande, macio, vivo... São qualidades importantes e que revelam a duplicidade, os complementares que vivemos. Sentir-se leve e pesado, um leve-pesado, ou vice-versa. Porque ao mesmo tempo em que uma parte sobe, outra desce, afinal, precisamos dos opostos que se complementam, que trazem dinâmica e oposição, que nos levam ao movimento.

Não raramente, ao longo deste primeiro exercício de toque, alguns alunos sentem fraqueza, tontura e até mesmo desmaiam, provavelmente por uma alteração na pressão arterial, causada por uma hiperoxigenação, ao tentarem trabalhar em busca de uma respiração ampliada, ou talvez por entrarem em contato com uma sensação nova, que os

fazem sentirem-se estranhos, como se não pudessem se reconhecer naquela configuração corporal, levando-os a uma reação natural de tentar sair daquele momento.

Na busca justamente de criar outras imagens e possibilidades corporais, diferentes daquelas já concebidas e fixadas a que recorrem, peço para que tenham um diário de sala que servirá como um material de trabalho para a disciplina, em que vão registrar, por meio de desenhos, imagens e palavras, suas percepções ao longo das aulas. Por isso, trabalho com estas pausas, a cada exercício, para que se percebam e possam criar uma imagem interna de si, de como se sentem naquele momento, desde os pés até a cabeça, enquanto forma, tamanho, contorno, volume, densidade, cor, textura, temperatura, carimbos (apoios no chão)... para que depois disso seja registrado no caderno e analisado futuramente.

Na parte dos vetores ósseos, detenho-me algum tempo, pois não são movimentos aleatórios, mas precisos e detalhados, fruto de um estudo rigoroso do cruzamento de diversas técnicas que visam trabalhar em direção ao corpo-em-fluxo, quando preservamos espaços articulares, ativamos musculaturas a partir de uma biomecânica do movimento, em busca do fortalecimento por expansão e alongamento, evitando fixações, enrijecimentos e posturas cristalizadas, que impedem a passagem de tensão pelo corpo e a transição entre diferentes qualidades corporais. Nesta etapa, não nos interessa uma postura corretiva, que fixe a pessoa num novo padrão que seria visto como “correto” ou “melhor”, mas, a partir de uma consciência de si, que cada um possa se perceber e buscar em sua prática o que sirva para se sentir mais amplo e ativo, com possibilidade de movimento e de relação consigo, com o outro e com o espaço, em constante transformação e troca, sem guardar para si um enrijecimento, tensão ou encurtamento.

Para isso, os trabalhos de educação somática, focados nos estudos de consciência corporal, são fundamentais, pois levam em consideração as diferenças de cada pessoa e seu percurso singular, que deve ser traçado e criado por cada um, a partir de uma auto-observação, sem seguir um modelo externo visto como uma forma a se chegar.

Tenho como base para o estudo da biomecânica do movimento alguns atlas de anatomia humana, como “Anatomia para o movimento” de Calais-Germain (2002), para visualização das imagens do corpo, sejam ossos, músculos ou articulações, de forma a entender o funcionamento de cada uma destas estruturas e pensar o trabalho de forma mais ampla e aprofundada.

A respeito dos vetores ósseos, podemos perceber algumas semelhanças com os oito

vetores delineados por Jussara Muller (2007) em seu livro “A escuta do corpo: sistematização da técnica Klauss Vianna”, a partir da análise dos fundamentos postulados por Klauss Vianna, a saber: metatarso, calcâneo, púbis, sacro, escápulas, cotovelos, metacarpo e sétima cervical. No entanto, mantemos a ideia de observação do corpo da outra pessoa para que possamos atuar, sem nos pautar em uma fórmula externa, mas buscando desafixar a pessoa de um padrão.

Algumas vezes, antes de começar o toque de “moldar”, a partir das vetorizações, percutimos os ossos com intuito de se tornarem mais presentes. Fazemos com que vibrem, assim como sentimos a madeira ressoar ao percuti-la e, com isso, buscamos trazer a consciência do osso enquanto estrutura de sustentação do corpo, podendo então soltar os músculos que trabalhavam com tônus excessivo.

Ao moldar, inicio com um vetor do crânio para cima, tracionando-o com a mão em forma de “L”, sendo que o dedão agarra o occipital atrás, e os outros dedos a parte lateral do crânio, deixando espaço para as orelhas. Em oposição à cabeça para cima, dou um abraço na bacia, mostrando seu volume e puxando-a para baixo, com peso, como se contivesse água. Essa água, para permanecer contida e não cair pela frente ou por trás, numa ante ou retroversão da bacia, precisa também de alguns vetores, que dependerão de cada pessoa. Nesta etapa, precisamos observar o outro e ver o que ele precisa naquele momento, sem depender de uma fórmula imposta pelo professor.

Mantendo a bacia contendo sua água, então seguramos os ilíacos, essas “grandes orelhas de elefante”, e os fechamos, como ao vestir uma calça e fechar o botão, na horizontal, ativando assim a musculatura transversa do abdômen. Subimos o púbis, como o zíper da calça, ativando o músculo reto. E depois cruzamos um “X” na frente do corpo, puxando o ilíaco direito para a costela esquerda e vice-versa, ativando o oblíquo interno do abdome. Vemos a importância de trabalhar com um centro de força ativo, por meio de uma tensão intra-abdominal, servindo como um apoio para que o restante do corpo possa se movimentar. Na inversão de eixo e nas relações não convencionais do corpo no espaço, esta força abdominal é fundamental, evitando esforço excessivo na lombar e compressão das vértebras.

Com isso, iniciamos os vetores da caixa torácica: descemos o esterno e repousamos as costelas anteriormente, a favor do desenho da musculatura do oblíquo externo do abdome, e continuando o movimento ósseo das costelas, subimos por trás, puxando a T8 (oitava vértebra torácica) para cima, como uma “mamãe gato carregando seu filho”. Pensamos na

imagem de “vestir” a pessoa com um colete, seguindo a direção da musculatura serrátil, cedendo na frente da caixa e puxando por trás. Criamos uma linha diagonal de força do baixo abdômen até a T8. O centro de força é empurrado para trás e para cima, deixando assim uma distância entre a caixa torácica e a bacia, fazendo com que a musculatura do tronco possa agir por extensão, abrindo espaço e oposição.

Continuamos para a última esfera, do crânio, abrindo primeiro as clavículas, como os ponteiros do relógio que “sorriem”, um para cada lado, e em seguida subindo um “colar egípcio” no pescoço, que o alonga, a partir da musculatura esternocleidomastoideo, da frente do corpo para trás, em ascensão. Assim chegamos novamente na tração do crânio para cima. Isto tudo foi para organização das esferas corporais: bacia, caixa torácica e crânio que, posicionadas umas em cima das outras, estão conectadas pela coluna, que se preserva sinuosa, com suas curvas fisiológicas, dentre lordoses e cifoses, mas longas e com espaço entre cada vértebra, buscando não pressionar os discos intervertebrais em excesso.

Esses vetores de conexão entre as três esferas corporais estão bem ilustrados no estudo dos Trilhos Anatômicos desenvolvidos por Thomas Myers (2016), quando se refere à Linha Espiral (LE), que percorre todo o corpo como duas hélices: “uma dupla espiral que ajuda a manter o equilíbrio” (MYERS, 2016, p. 153). As imagens trazidas pelo autor nos ajudam a visualizar este caminho descrito e ter clareza da imagem do “X” que cruza a parte da frente do tronco, ligando a espinha ilíaca anterossuperior a partir do oblíquo interno até a linha alba, seguindo pelo oblíquo externo que se liga às costelas por meio do serrátil, conduzindo até a região posterior, percorrendo o pescoço até chegar ao occipital.

Partimos então para os membros superiores. Deixamos as escápulas descerem, deslizarem pela caixa e terem independência da mesma. Insisto em exercícios posteriores que nos mostrem este nascimento dos braços nas costas, por meio das escápulas. Depois damos lateralidade ao tronco, trazendo uma mão na frente, deslizando pela clavícula, e outra mão atrás, deslizando pela espinha da escápula e encontrando na cabeça do úmero, como um bico, um “V”. Continuo com o espiral longo do úmero para dentro, do rádio e da ulna para fora, e voltando a palma da mão para o centro do corpo, tracionando cada dedo para baixo. Estes espirais são longos e tem direção para baixo, para alongar o braço e dar seu comprimento. Costumo dizer que estes espirais que fazemos nos braços têm mais comprimento do que volta. Lembro-me sempre, neste momento, de a voz de algum professor dizer: “Ossos longos, espiralam!”, como se fossem a imagem do tronco das arvores espiralados na busca de crescerem para encontrarem a luz do sol e não tombarem com o vento por estarem numa

posição rígida e reta, mas torcida.

O espiral inverso dá-se no membro inferior: a partir do trocanter, espiralamos o fêmur para fora, a tibia e fibula para dentro e os pés para baixo, enraizando, em oposição ao topo do crânio que sobe ao céu. Utilizo, para os pés, a imagem de que têm raízes e que elas se encontram embaixo da terra com as raízes dos outros pés, o que parece nos dar uma sensação de conexão com os outros e com o mundo. A respeito dos pés, muitas vezes inicio a aula massageando-os com uma bolinha de tênis, que pisamos e assim vamos acordando cada arco: longitudinal medial e distal, e transverso; e vamos abrindo espaço entre os ossos do metatarso e do tarso. Tentamos aumentar nossa base, a partir do apoio amplo do pé no chão, que não está desabado, mas sustentado pela musculatura, mantendo os arcos de sustentação, como das pontes.

Ao longo do exercício, lembro de buscarmos respirar mais amplamente e, na expiração, quando soltamos o ar, cedermos ao toque do outro, permitindo que nos modifique, num movimento de entrega, que não significa abandono. Peço que levem a atenção ao rosto, por exemplo, e percebam se as musculaturas estão soltas, lembrando ainda de, na expiração, soltarem o ar pela boca e manterem um espaço entre os lábios, com a língua solta, relaxando a região temporal e entre mandíbula e maxilar. Também na parte que está sendo tocada, peço que por meio da respiração leve a atenção para aquele lugar, tentando soltar o quanto é possível, e só sustentar o necessário para permanecer na posição e crescer. A respiração, grande chave e aliada desta transformação corporal, será o mote do trabalho em direção à experiência de fluxo.

Esta sequência de feitura do pão, que podemos chamar de um acordar, varia tanto na ordem dos fatores, quanto na duração e dinâmica. Pode ser feita não somente em pé, mantendo a verticalidade, mas também quando estamos deitados ou sentados. Algumas vezes também fazemos sozinhos, tocando em nosso próprio corpo, e sofrendo algumas adaptações. Outras vezes, na grande maioria, proponho de fazermos em duplas ou trios, em que uma pessoa começa recebendo o toque e depois, trocamos as funções para que os outros também recebam. Nessa proposição sugiro que busquem trabalhar a cada aula com uma pessoa diferente para que possam perceber a diferença tanto do toque, ao receber, quanto do corpo, ao tocar o outro. Da mesma forma, peço para que não sejam sempre o primeiro a receber e nem o inverso, pois as durações do exercício variam e a escuta também.

Quando sozinhos, em que realizamos os diferentes toques em nós mesmos,

friccionando, pressionando e moldando, falo após o último toque de lavar em tirarmos água do corpo, num movimento com as mãos que deslizem do centro para as extremidades: da bacia para as pernas, tirando até os pés; do tronco para os braços, até as mãos; da cervical para o crânio; abrindo nas costas e na frente, no rosto, jogando a água para fora. Depois sacudimos como um “cachorro molhado” que tenta se secar, chacoalhando cada parte do corpo. E na sequência tentamos sacudir tudo ao mesmo tempo, ao máximo, dando pulos.

Assim, paramos de sacudir e continuamos a saltar cada vez mais alto, buscando pelo movimento de impulsão dos pés ao chão e topo da cabeça ao alto, acordar a verticalidade. Saltamos a última vez e aterrissamos com a base larga, com todos os vetores do corpo apontados para fora, crescendo lateralmente, como se quiséssemos tocar com as mãos em duas paredes distantes de nós, uma de cada lado. Em seguida, nos fechamos ao máximo possível, com todos os vetores para dentro, o corpo mais encolhido, tentando ocupar menos espaço, fechando-nos em direção ao centro do nosso corpo. E assim repetimos algumas vezes este movimento de esticar-expandir e encolher-concentrar lateralmente, até pararmos novamente na verticalidade, com os pés embaixo da bacia. Para finalizar enrolamos e desenrolamos a coluna algumas vezes, num movimento de expansão agora para frente e para trás, buscando articular entre cada vértebra e trazer movimento e flexibilidade para nossa coluna. Depois fazemos mais uma pausa para que possamos nos perceber. Costumo pedir para que caminhem e espreguicem livremente para que se sintam também no movimento.

Posterior a este primeiro despertar que denomino de “fazer o pão”, passamos para um trabalho mais focado na sustentação do corpo feita pelos músculos, com resistência e tônus. Para isso, continuo desenvolvendo um exercício que comecei a criar na época do mestrado, em que trabalhava a partir de laboratórios corporais com o grupo de estudos reunido na ocasião. Baseei-me, como uma inspiração, na sequência de saudação ao sol da Yoga. Isto não quer dizer que seja Yoga e nem tem a pretensão de o ser, mas que contém algumas influências. Chamaria esta sequência de um espreguiçar ativo. No momento anterior estávamos acordando, e neste então, espreguiçando, até podermos ficar em pé e sairmos correndo pelo espaço.

Viso trabalhar a permanência em determinadas posições, em que temos que respirar amplamente, abrindo o corpo, sempre no sentido de crescer, espreguiçar, de ganhar espaço, fazendo das partes do corpo que tocam o chão, um apoio ativo, com o qual pressiono para poder continuar ganhando espaço. Aqui vemos o trabalho com a respiração de forma mais focada, pois será primordial para que possamos permanecer nas posições.

Em um movimento inspiro e no próximo expiro. O tamanho do movimento será regido pela duração da respiração. E quando estou em permanência, busco respirar amplamente, variando o número de respirações. Início com os pés unidos, em posição paralela, num espreguiçar que direciona os braços para cima e cria oposição entre mãos e pés, fazendo alguns arcos com a coluna para os lados e para frente, buscando a separação entre a caixa torácica que sobe e a bacia que desce. Em seguida levo a cabeça para baixo em oposição aos ísquios para cima, jogando toda água que continha na minha bacia para frente, abrindo a musculatura posterior do corpo e usando o peso do meu tronco, dos braços e crânio para conseguir criar a oposição, como se descesse água de uma cachoeira pelas minhas costas.

Lembro que é necessário soltar para abrir espaço, sem usar força, mas o peso. Respiramos três vezes levando o esterno à frente e os ísquios para trás, crescendo novamente o espaço entre caixa e bacia pela parte da frente do corpo. E afastando os pés das mãos, chegamos à posição do “triângulo”, em que as mãos empurrando o chão levam a bacia para cima e para trás, criando uma diagonal no corpo, da mão até os ísquios, e descendo em oposição os calcânhares para baixo. Existe uma tração real da bacia para cima e para trás, como se alguém a puxasse, e isso realmente fazemos em um momento separado para entendermos esta força que age no corpo e aumenta espaço na coluna, fazendo com que as vértebras se descomprimam e o corpo cresça.

Depois levamos o topo do crânio para frente e os calcânhares para trás em oposição e chegamos à posição da “mesa” (como se fosse uma prancha). Neste momento é como se estivéssemos em pé com as mãos apoiadas na parede e os pés no chão, mas agora em uma inversão de eixo, pois as mãos estão apoiadas no chão e os calcânhares como se empurrassem a parede. As três esferas do corpo permanecem uma em cima da outra, mas ao invés da gravidade agir em cima do crânio, quando estamos em pé, age em cima de toda parte posterior do corpo, sendo perceptível principalmente na coluna, que não tem sustentação óssea, como nos braços e pés.

Aqui temos que sustentar algum tempo nesta posição, respirando amplamente e trabalhando a musculatura de forma que não comprima o corpo, mas cresça e abra espaço, com tónus necessário. Nesta posição lembro os alunos de alguns vetores que devem estar acionados: calcânhares para trás em oposição ao topo do crânio para frente; os íliacos que fecham como o botão da calça e o púbis que sobe como zíper, assim como realizado no exercício de acordar em duplas; sentir uma bola de Pilates em baixo da barriga que emburra a musculatura abdominal para cima; o esterno que desce e as costelas que sobem por trás

juntamente com a T8, como se vestisse um colete; os cotovelos que olham levemente para fora, tracionando as escápulas para baixo e para fora também, distanciando os ombros das orelhas; as mãos abertas com os dedos olhando para frente empurrando o chão; e novamente a oposição do crânio para frente e o sacro com calcanhares para baixo.

Assim criamos uma série de vetores ósseos, que possuem direção e sentido, para usar forças de oposição que abrem espaço no corpo. São estas forças que agem e fazem com que, mesmo na permanência em uma determinada posição, em “pausa” aparente, o corpo continue crescendo e buscando espaço, vivo, pulsante. Não se trata de permanecer em uma posição estática, mas como criar movimentos internos a partir destas forças de oposição, que possibilitam a respiração manter-se ampla e o corpo ativo.

Uma série de outras posições se seguem, trabalhando a partir de diferentes apoios ativos e situações do corpo não convencionais, que nos exigem certa consciência e engajamento corporal para poder permanecer e ainda assim, crescer e abrir espaço. Digamos que são situações que vão em direção ao extremo, citado anteriormente em relação às acrobacias. Longe de serem confortáveis e agradáveis, como pode ser visto em parte dos relatos dos estudantes, as posições exigem concentração, persistência e recriação de si.

Lembramos da fala de diversos autores, já mencionados, como Herrigel (1999) ao afirmar que era necessário o domínio perfeito da arte do arqueiro para poder se libertar, ou de Foucault (2014) ao expor sobre as práticas de si afirmando não se tratarem de sinecuras, mas de atividades povoadas de exercícios, ou ainda de Serres (2004) ao declarar que para subir as montanhas e vivenciar a plenitude deveríamos praticar o exercício do corpo. Ou seja, para conquistar para si este corpo-em-fluxo, demandaria trabalho, empenho e dedicação, com práticas diárias que levariam tempo para acontecer, em uma forma de artesanaria.

Neste momento da pesquisa acredito não ser necessária a descrição completa da sequência, com todos os movimentos, como uma apostila de exercício, uma vez que não tem a pretensão de se tornar um método, em que outras pessoas copiem sua forma, mas ao contrário, que possam entender o caminho que segui, quais os princípios envolvidos, os conceitos trabalhados e fundamentos abordados, para que cada um possa criar o seu próprio trabalho e caminho a partir de seu projeto e necessidade. Este é apenas um exemplo de trabalho corporal, que criei por necessidades pessoais de estudo, conforme contexto em que estava inserida. Muitos outros podem, e devem, ser criados. O que nos interessa neste momento é entender, a partir da estrutura da aula criada, a busca pelo corpo-em-fluxo.

Quando, após todos estes trabalhos, nos colocamos na verticalidade e fechamos os olhos para trazer uma percepção interna, vemos a definição de equilíbrio dinâmico acontecer, quando o corpo, sem enrijecimentos e fixações, trabalha com micro ajustes, em constante movimento de reorganização e passagem de tensão, aberto e desperto. Assim, é possível observar que “o equilíbrio não é tão estático quanto parece, já que resulta de contínuas recuperações de pequenos desequilíbrios. As oscilações posturais são testemunha desse fato e não deixam de lembrar ao cadeísta a boa saúde das cadeias AP, muito implicadas nesse reequilíbrio” (CHAMPIGNION, 2003; p. 72).

Nas dinâmicas descritas, trabalho claramente com as cadeias musculares (CHAMPIGNION, 2003; GODELIEVE, 1995),<sup>56</sup> que como falado anteriormente, fazem parte de minha formação e abordagem do trabalho corporal. Nesta verticalidade, buscamos acordar a relação das cadeias PA-AP (pósterio-anterior e anteroposterior), que trazem justamente esta postura ereta em extensão axial que, atuando de forma equilibrada, “tem a aparência de um elástico bem esticado, esticado ao máximo para o zênite, mas disponível, embora seu impulso seja para o alto” (GODELIEVE, 1995, p. 72).

Assim, é com a ação da cadeia AP (anteroposterior) que traz a mobilidade, disponibilidade e flexibilidade ao corpo, que podemos nos efetuar e nos sentirmos vivos, em movimento, passíveis de transformação. AP, com a função de modulação da energia, permitindo a circulação de tensões entre as seis cadeias musculares (AM, PM, AL, PL, PA e AP), pode ser vista como central no aspecto relacional das estruturas, evitando enrijecimento e posturas fixadas. O trabalho ativo desta cadeia nos traz a sensação de equilíbrio entre os opostos complementares, como no jogo, que veremos a seguir com o exemplo do pega-pega trabalhado em aula, quando estamos passivos e ativos ao mesmo tempo, frágeis e fortes. Poderia ser vista como a imagem da criança, com molejo e flexibilidade, que impulsiona o chão, esticando para saltar, mas também sede e afrouxa para aterrissar e não se machucar.

Para este trabalho em especial que visa a transformação, AP é peça chave, que buscamos acordar e fortalecer a partir dos toques, do trabalho com a respiração ampliada e consciente, dos jogos e dinamizações, das diferentes conduções e propostas de dança. Aliás, será na respiração que perceberemos a função de AP. É claramente a cadeia que permite, na

---

<sup>56</sup> Para melhor entendimento do conceito de Cadeias dentro da perspectiva abordada pelo método “Cadeias Musculares e Articulares G.D.S.” desenvolvido por Godelieve Denys-Struyf e sua equipe na Bélgica entre os anos 1960-70, indico leitura dos livros referidos. No entanto, é bastante claro que o entendimento se dá na prática, por meio do corpo, nos diversos exercícios e dinâmicas que revelam a complexidade e riqueza do estudo.

saída do ar, quando soltamos e sedemos, a modulação e gradação de tensão que precisamos.

Portanto, após realização deste exercício de espreguiçar ativo, nos colocamos em pé, caminhamos e percebemos como estamos em movimento, qual sensação temos de nós mesmos. Seguimos com alguns tipos de deslocamento diferentes, colocando-nos em relação ao espaço e aos outros, como se fôssemos copos e o espaço da sala uma bandeja, em que temos que nos distribuir, ocupando espaços vazios, para que não fiquem todos os copos do mesmo lado e assim a bandeja pese e vire. Isto para começarmos a estabelecer relações e nos situarmos no espaço.

Em seguida costumo fazer alguns jogos, que dinamizam o corpo, em relação com o outro, e despertam-nos de forma lúdica. Torno estes jogos mais complexos, como veremos a seguir com relação ao “pega-pega”, criando outras regras e tentando fazer com que percebam as ações físicas envolvidas, de forma que se torne uma dança: correr para pegar, correr para fugir, pausar, permanecer em determinada posição, abaixar, saltar, rastejar, levantar, olhar. Tento trazer mais clareza sobre estes movimentos, até que se tornem mais “limpos”, sem ruídos e ações desnecessárias. Também chamo atenção para, em uma determinada pausa, perceberem como se sentem, qual estado corporal adquirem quando estão em jogo. Nessa etapa, costumo ouvir percepções sobre estarem mais alertas, alegres, pulsantes, com energia, vibrantes e acordados.

Ressalta-se que, nestes jogos de dinamização das energias, trabalhando com diferentes velocidades, é bastante importante o momento da pausa, em que o corpo tem que frear o movimento externo. A musculatura deve trabalhar como se fosse uma panela de pressão com paredes elásticas, que contém uma energia potencial interna, que só aumenta, pois o fogo está aceso, mas que não deixa esta energia sair, escapar. Se balançamos o corpo ou deixamos os braços moles despencar na pausa, é como se a panela estivesse com defeito, perdendo pressão, deixando a energia vaziar. Sentimos que, ao manter e sustentar esta energia interna, resistindo muscularmente, ela pode sair somente pelos olhos e pelos poros da pele, pois as paredes da panela de pressão são elásticas, de um tecido com tramas, que contém buracos e, quando estendido, faz passagem com o mundo externo, troca a energia por estes buracos, numa respiração ao nível microscópico.

Para criar essa sensação de pressão interna corporal, diversos exercícios podem ser vivenciados, como os trabalhos denominados pelo Lume Teatro de energéticos, em que Ferracini também explicita a necessidade de se criar uma parada brusca nos momentos de

grande mobilidade para que o ator/bailarino possa sentir esta energia interna:

Também, em momentos de ápice, o orientador pede para realizar uma parada brusca. O ator, então, deve segurar internamente a sensação. Deve continuar o energético internamente, como se o corpo estivesse, ainda, realizando os movimentos grandes. Esse é o primeiro contato do ator com a variação da fisicidade, na qual ele omite os elementos externos da ação, guardando sua sensação e sua corporeidade. Podemos usar a imagem de uma “panela de pressão”, que por fora está imóvel, mas por dentro, tem uma pressão tão grande que pode explodir a qualquer momento (FERRACINI, 2012, p. 97).

Como nos lembra Laurence Louppe (2012), é fascinante perceber na imobilidade o movimento causado pela respiração. E isso é possível se realmente fizermos o esforço de manter o corpo em pausa para que, neste momento, outros movimentos, talvez micromovimentos, invisíveis, mas perceptíveis, possam se revelar. É um momento de escuta. Dar espaço para que outra coisa possa acontecer.

A pausa absoluta, assim como o silêncio absoluto, como nos lembra John Cage, em seu estudo na câmara anecóica, com isolamento sonoro quase total, não existem, pois seria a morte. A partir deste estudo, em que buscava perceber o silêncio, o autor afirmou ter ouvido dois sons: “uma frequência grave advinda da circulação de seu próprio sangue e outra, aguda, derivada do funcionamento de seu próprio sistema nervoso” (LIGNELLI, 2014, p. 80).

Na verdade, a pausa de algo coloca outra coisa em evidência, como também pode ser muito bem percebido no caso da peça para piano 4’33”, do mesmo autor, em que, ao pianista ficar em silêncio por este tempo, revelam-se outros sons, sejam aqueles causados pela plateia, ou do próprio ambiente (LIGNELLI, 2014). Portanto, a pausa do movimento não quer dizer total imobilidade, ela vem para que possamos perceber movimentos internos de nosso corpo, como aquele causado pela respiração, que nos revela a musculatura elástica comentada anteriormente.

Percebemos, assim, na pausa, a partir de nossa respiração ampliada, a sensação de que nosso corpo expande, como se as paredes elásticas fossem empurradas pela energia interna contida, ampliando o espaço interno e fazendo passagem, pelos pequenos buracos, com o ambiente externo. Neste momento de pausa, ouvi muitas vezes os alunos fazerem referência ao corpo em relação a algum tipo de luminosidade, como se estivessem mais acesos, com brilho e vibrantes, e ao mesmo tempo calmos e concentrados.

Seguindo esta proposta, a respiração é tratada como chave facilitadora, que faz passagem de tensão muscular, como um gradiente (NAIR, 2007; LOUPPE, 2012). A

respiração é o que permite o processo de desfixação, possibilitando a abertura necessária e promovendo uma passagem de tensão, a transição do corpo estável e edificado para o corpo canal, que permite o estado de presença, ou como um corpo-filtro, como sugere Laurence Louppe:

A respiração revela apenas **canais** (...) o corpo que a respiração revela é uma **abertura**, não um bloco; encontra-se **vazio**, não preenchido. (...) O corpo como passagem, como parede porosa entre dois estados do mundo, e não como massa opaca, plena e impenetrável. O Corpo do bailarino, graças à respiração, torna-se esse **corpo-filtro** por onde as sensações se escoam e onde, pouco a pouco, se depositam fragmentos essenciais de conhecimento. (...) A respiração é a sensação de um mecanismo, ao mesmo tempo da origem e do **devir** (...) (LOUPPE, 2012, p. 91-92, grifo nosso).

O movimento do ar abre espaço no corpo. Revela o corpo enquanto espaço e não somente como matéria. A respiração, neste sentido, como a água do rio, promove transformação, mantém o corpo em movimento e aberto, com espaço para escoar, fluir.

Também na fala de Herrigel (1975), ao relatar sobre o treinamento do arqueiro, explicitado anteriormente, ressalta-se a importância da respiração: “a inspiração une e reúne tudo o que é justo e a expiração libera e consoma, vencendo toda restrição” (HERRIGEL, 1975, p. 33). A partir das diversas práticas, o autor percebeu que deveria deter-se na respiração “tão despreocupadamente que às vezes tinha a sensação de não respirar, mas de **ser respirado**” (HERRIGEL, 1975, p. 34), assim como uma experiência de fluxo em que nos concentramos na ação a ponto de perdermos a consciência de nós mesmos e sentirmos uma força maior, que nos une com o espaço. Seria então uma respiração que abre possibilidades de liberação, pois “para conseguirmos instintivamente essa atitude não-ativa (disposição de ceder sem resistência aos sentidos), a alma precisa de um apoio íntimo, que é o ato de respirar” (HERRIGEL, 1975, p.46).

Trabalhamos então com diferentes jogos e dinamizações, em busca de despertar a cadeia AP, responsável pela modulação e gradação de tensão que precisamos, por meio da respiração, para nos tornarmos passíveis de transformações e sermos atravessados por outras forças presentes no espaço, tornando-nos parte de algo maior, com sensação de pertencimento.

## **Nem pra lá, nem pra cá: em cima do muro, no movimento oscilante de tentar buscar equilíbrio.**

“Mas não era para eu pegar, professora? Agora você vem me dizer para deixar a pessoa fugir um pouco? Não entendi...”. É isso que eu ouço quando tento conduzir os alunos para esta linha tênue entre ser ativo e passivo ao mesmo tempo; pegar e escapar; fazer força e relaxar; quando trabalhamos com as oposições e contradições. Porém, quando vemos isso acontecer na ação, parece muito justo, essencial ou ideal.

Para isso, nos jogos de dinamização, trabalhamos com três tipos de pega-pega. Primeiramente delimitamos um espaço de atuação, em que o jogo acontecerá. Depois falamos das regras até que todos se situem e possam de fato jogar e, por fim, começamos o jogo propriamente dito. Normalmente nos dois primeiros tipos eu participo como jogadora, fazendo algumas intervenções, quando necessário, para percebermos algumas questões que estão acontecendo, termos consciência sobre elas, ou para esclarecer dúvidas.

O primeiro que costumamos dizer é o pega-pega tradicional em que um pegador, previamente definido, deve correr atrás das outras pessoas, todas sendo suas potenciais “presas”, e quando toca em alguma delas, esta última se torna a pegadora e assim deve correr atrás dos outros para pegá-los. Neste jogo crio algumas pausas, em que devem permanecer na posição corporal que estiverem quando ouvirem o comando, tentando não se mexer, ou seja, controlando os movimentos externos do corpo, para que possam perceber os movimentos internos, micromovimentos e a ação muscular elástica ao tentar resistir e frear o movimento, como dito anteriormente. Com a respiração ampliada e a pulsação interna acelerada, que faz o corpo expandir, vibrando, temos a sensação de que uma pressão interna empurra as paredes do corpo, a pele, para fora, fazendo com que expanda e saia uma espécie de energia pelos poros. Aqui temos a percepção clara do Corpo-Filtro, poroso, referenciado por Laurence Louppe (2012).

Também para que não se tumultuem e percebam as ações com mais clareza, proponho que quando a pessoa for pega, antes de sair correndo para pegar os outros, anuncie que se tornou o pegador, erguendo o braço e dizendo seu nome em voz alta, trazendo para si uma respiração e pausa, antes de inverter o jogo e começar a próxima ação. Percebemos o grau de ansiedade, em que atropelamos a ordem das ações quando, ao percebermos termos sido pegos, já dizemos nosso nome ao mesmo tempo em que corremos e tentamos pegar alguém.

O segundo tipo de pega-pega denominamos de Americano, em que uma pessoa definida como pegadora, ao tocar em algumas das demais, continua como tal, mas esta última deve ficar paralisada, no nível alto, mantendo a verticalidade, com as pernas abertas, aguardando que outro jogador, ainda em movimento, possa passar entre suas pernas para que volte a jogar. O objetivo do pegador é tocar nas pessoas, até que todas estejam paradas. O objetivo dos outros jogadores é continuarem em movimento. Neste caso, então, temos que deixar nossas ações claras para que possam ser distinguidas pelos demais. A pausa já está instaurada, pois a pessoa que foi pega deve parar e permanecer, percebendo seus micromovimentos e ações internas, sentindo seu corpo expandir e controlando para que a energia interna não saia em movimento, mas somente pelos poros da pele e pelos olhos. Os demais jogadores, que são possíveis presas, devem permanecer em movimento, criando trajetórias pelo espaço e tentando, sempre que possível, agachar-se e passar por baixo das pernas das pessoas pegadas que se encontram em pausa. Nessa hora, em que o jogador está em baixo das pernas do outro, dizemos que está protegido e não pode ser pego. No entanto, não pode permanecer neste lugar por mais de 5 segundos, da mesma forma que o pegador também não pode ficar esperando que saia dali, ficar “guardando caixão”, para que assim possa pegá-lo em seguida.

Em alguns momentos, ao invés de trabalhar somente com um pegador, costumo indicar dois ou três pegadores, que irão atuar simultaneamente, aumentando a necessidade de escuta entre si, para não pegarem uns aos outros, e para que os demais jogadores fiquem atentos com todos os pegadores que existem no espaço.

O terceiro jogo, que chamamos de pega-pega “inteligente”, é um pouco mais complexo que os anteriores, envolvendo outras camadas. Escolhemos uma pessoa para iniciar como pegador (predador) que, a partir de seu foco, deve escolher a sua “presa”, mantendo-o constante para ela. A pessoa escolhida percebe e então deve parar e somente correr quando o pegador agir. Portanto estabelecemos três momentos distintos: foco, interesse e ação. A presa deve correr, fugindo do predador e então dizer o nome de outra pessoa da sala que se tornará a pegadora, devendo pegar o antigo pegador que agora se torna presa, e assim por diante. Neste caso, o jogo envolve uma atenção redobrada, pois além da questão da memória, para falar outro nome, faz a fusão do raciocínio mental com o corporal (se é que existe esta separação). Da mesma forma do jogo anterior, nessa etapa também envolve pausas para que se percebam, complexificando as ações e aumentando as dificuldades já presentes.

Trago a imagem dos animais, quando estão com suas presas, como o lobo com o ratinho. Ele pode logo de cara matar o ratinho, mas muitas vezes fica brincando com sua presa, cansando-a antes de matá-la. É como se desse corda ao boneco, desse vida ao momento. Algumas vezes a presa escapa. Nesse tempo em que o lobo brinca, distrai-se, o ratinho consegue um plano de fuga e se safava e então o lobo fica lá sem jantar. Outras vezes o ratinho se cansa e é comido...

Nesse jogo, o pegador, que agora se configura de fato como um predador, deve definir a partir do olhar quem será sua presa. No início, estão todos caminhando pelo espaço; define-se então quem será o predador; este deve parar e olhar para alguma das outras pessoas que estão no jogo, mantendo seu foco fixo, de forma que ela perceba que foi escolhida; em seguida, a presa deve parar também e ambos criam um interesse com seu corpo, seja de correr para pegar o outro, seja de correr para fugir do outro. Portanto, trabalhamos com três momentos distintos: foco, interesse e ação. Foco para escolher uma presa; interesse para criar um vetor de força do corpo no espaço, que amplia sua pré-ação; e a ação em si, quando ambos correm, com intenções opostas.

A presa, para se livrar, deve dizer o nome de outra pessoa que está jogando, que então se tornará a pegadora e deverá correr para pegar o antigo predador, que agora se torna presa. Este então deve falar o nome de outra pessoa que se tornará a pegadora e correrá atrás do antigo pegador, e assim por diante.

Nesse momento então, o pegador não pode sair pegando qualquer pessoa, como nos jogos anteriores. Deve perseguir aquela até que consiga tocá-la ou até que ela diga o nome de alguém e então os papéis se invertam. É comum que a pessoa que tem seu nome convocado, se não estiver atenta ao jogo, não saiba quem pegar ou, ao invés de sair correndo para pegar, corra fugindo.

Durante os primeiros momentos deste terceiro pega-pega, quando a pessoa é pega antes de conseguir dizer o nome do outro, ainda volta ao jogo e se torna a pegadora. Porém, depois que todos conseguiram entender as regras e colocá-las em prática, quando a pessoa é pega ela sai do jogo para poder observar melhor de outro lugar. Ao longo do tempo, vou estabelecendo novas regras e critérios que fazem com que as ações se tornem mais definidas e os participantes mais concentrados e coesos. Por exemplo: se realizar uma ação equivocadamente, como fugir ao invés de pegar, ou se não realizar a ação de correr antes de dizer o nome de outra pessoa (numa "intelectualização" do jogo) ou ainda se disser o nome de

alguém que já saiu ou que não faz parte daquele grupo, também devem sair do jogo.

Outra regra que coloco é em relação ao uso da voz, como parte do corpo, para que nos concentremos nas ações necessárias, sem desperdiçar energia com outras coisas, como gritar ao longo das corridas de pegar ou fugir. Ao desperdiçarmos nossa energia seria como a panela de pressão com defeito, que deixa o ar sair e assim, perde a pressão interna, tornando o processo lento e sem eficácia.

Portanto, neste tipo de pega-pega é onde conseguimos ver com mais clareza o limiar entre o atleta e o artista, em querer pegar o outro e acabar com o jogo rapidamente, de forma eficiente, ou quando deixamos o outro correr um pouco, antes de pegá-lo, dando jogo ao jogo margem para o espaço de criação, quando não sabemos nem o que nem como será, lugar do imprevisto, que envolve necessariamente um risco. Risco de a sua presa fugir neste meio tempo, ou de você ser pego e então inverter o jogo. Risco do não saber o que vai acontecer, de não poder controlar o momento presente, deste lugar vazio e potencial, como o caos, em infinitas possibilidades. Contudo, por isso mesmo um lugar mágico, o espaço da arte, que nos faz tremer, vibrar, como diria Larrosa (2016) sobre o espaço da experiência. Ali nos sentimos vivos, presentes, de corpo inteiro.

No entanto, podemos nos fixar numa proposta, por medo deste lugar do não saber, preferindo o conforto, próximos daquilo que nos parece seguro. Então pegamos o outro rapidamente, passamos para a próxima etapa, cumprimos uma meta de certa forma, bastante objetivos, em consonância com as regras do jogo. Nesse caso, costumo dizer que é o caminho do atleta, que precisa, por seu objetivo, ser eficiente e determinar um plano de ação para conseguir cumprir o que havia planejado, de forma rápida, eficaz e segura. Mas então, falo deste limiar em que estamos, entre o atleta e o artista, o esporte e a arte, no qual podemos ser atletas afetivos (ARTAUD, 1993). Ou seja, devo equilibrar o quanto eu tenho que pegar o outro, sim, pois é a regra do jogo, mas o quanto posso fazer isso não apenas de uma forma eficiente, mas como uma diversão, um jogo, que me convoca a estar naquele momento presente ativo, como jogador, propenso a “perder”, ser pego, sabendo que isso não está dado, precisa ser vivido e criado.

Percebemos que é na hora que vamos ser pegos, quando estamos encurralados, que nosso coração salta, que damos pulos explosivos e fazemos ações inesperadas, como conseguir dar um pulo que jamais havíamos sonhado. É então que nos sentimos mais vivos e presentes na ação, de corpo inteiro.

Nas artes da cena, nosso movimento não para no próprio movimento, no corpo, ele se lança no espaço se desdobrando em outras formas, sem forma. Ao mesmo tempo em que fazemos o movimento, ele também faz algo conosco, fazendo-nos tremer um pouco a carne, vibrá-la e assim ressoar em nós e no espaço algo a mais, que já não é o movimento mecânico. Poderíamos, assim, ver similaridade com a flecha do Arqueiro Zen: “quando o arqueiro dispara a flecha, ele atinge a si próprio” (HERRIGEL, 1975, p.7).

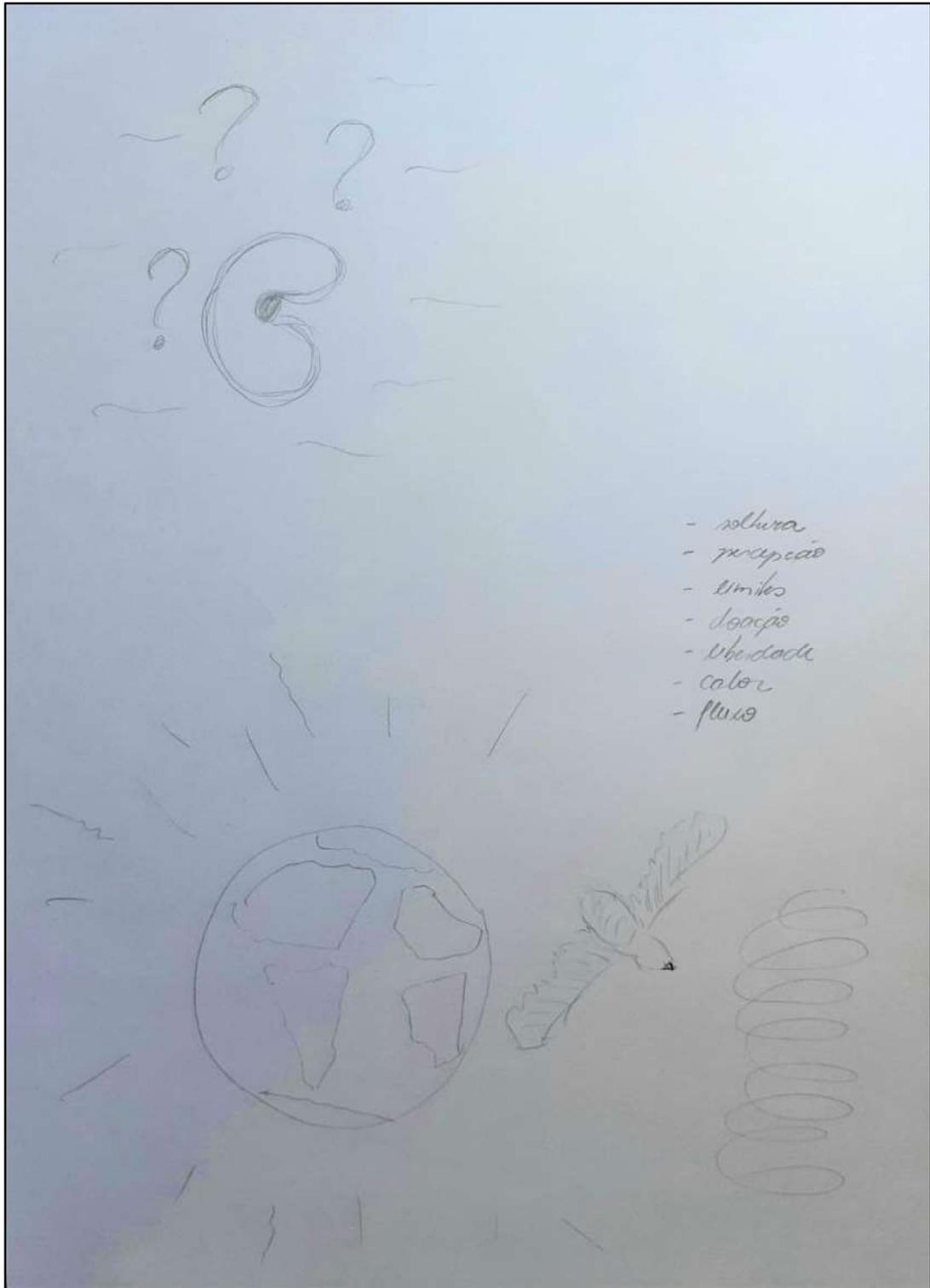
Por isso, a metáfora do ator ser um “atleta do coração”, como defendida por Artaud (1993), pode aqui ser utilizada como uma possível imagem para o trabalho, que não pretende a eficiência mecânica do atleta, mas a fisicalidade permeada de afeto, quando somos nós mesmos atravessados por nosso movimento. Como nos diria este autor: “o ator é como um verdadeiro atleta físico, mas com a ressalva surpreendente de que o organismo do atleta corresponde a um organismo afetivo análogo, e que é paralelo ao outro, que é duplo do outro embora não aja no mesmo plano” (ARTAUD, 1993, p. 129).

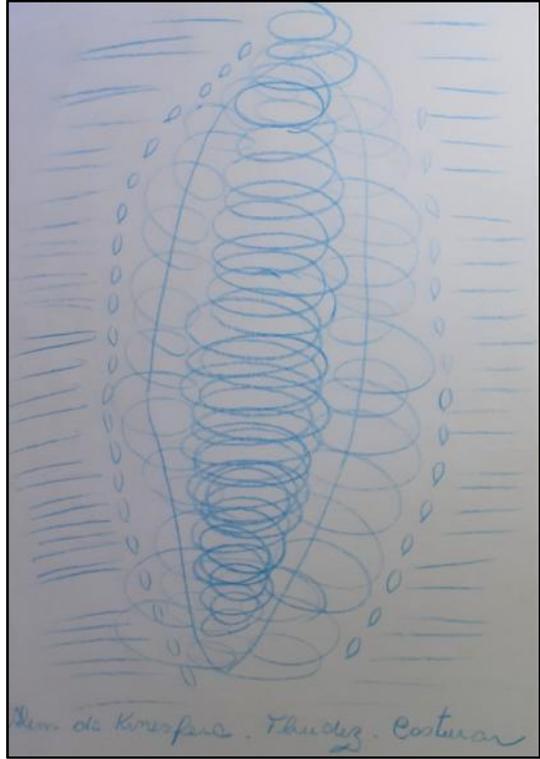
Neste momento, após os jogos de dinamização, quando peço para que entrem em pausa e se percebam, costumam relatar sentirem-se acesos, com energia, alegres e concentrados. Ao longo dos jogos, vejo-os engajados, como as crianças em suas brincadeiras, que mesmo muito sérias, não deixam de ser leves. Os alunos costumam dar muita risada, divertem-se ao se verem fazendo coisas que não sabiam que poderiam fazer.

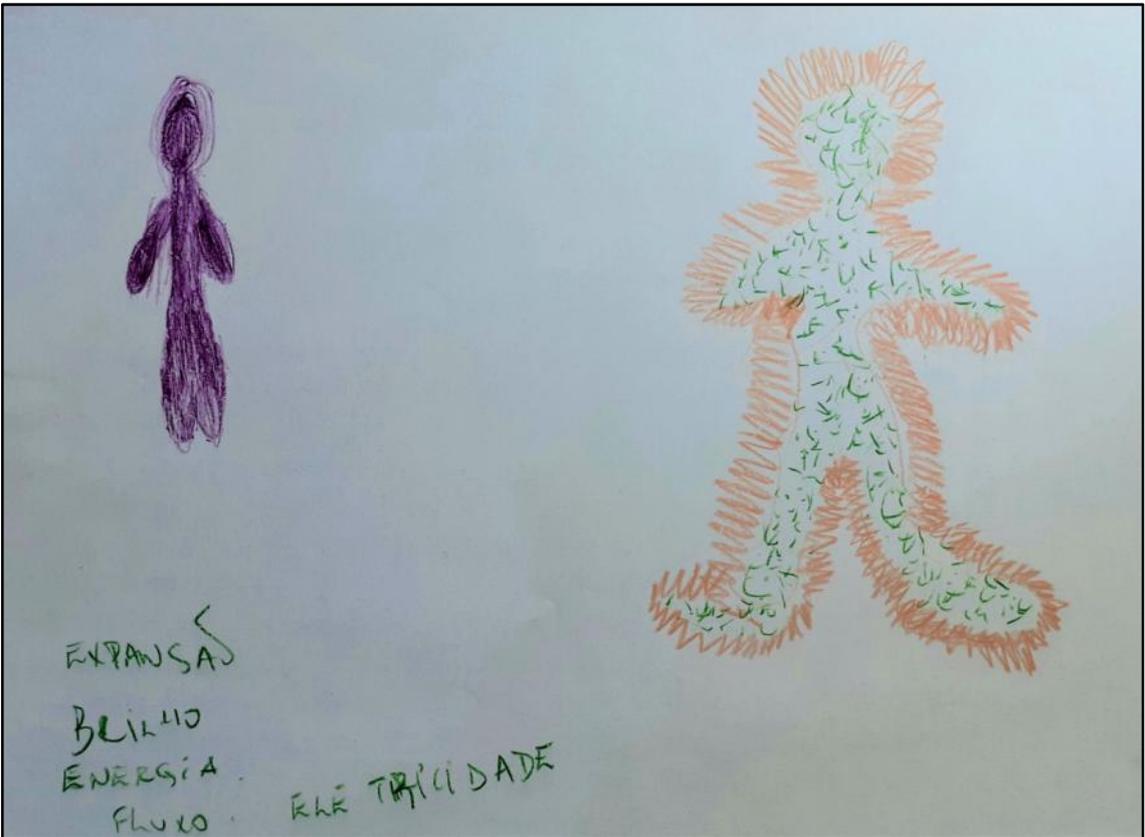
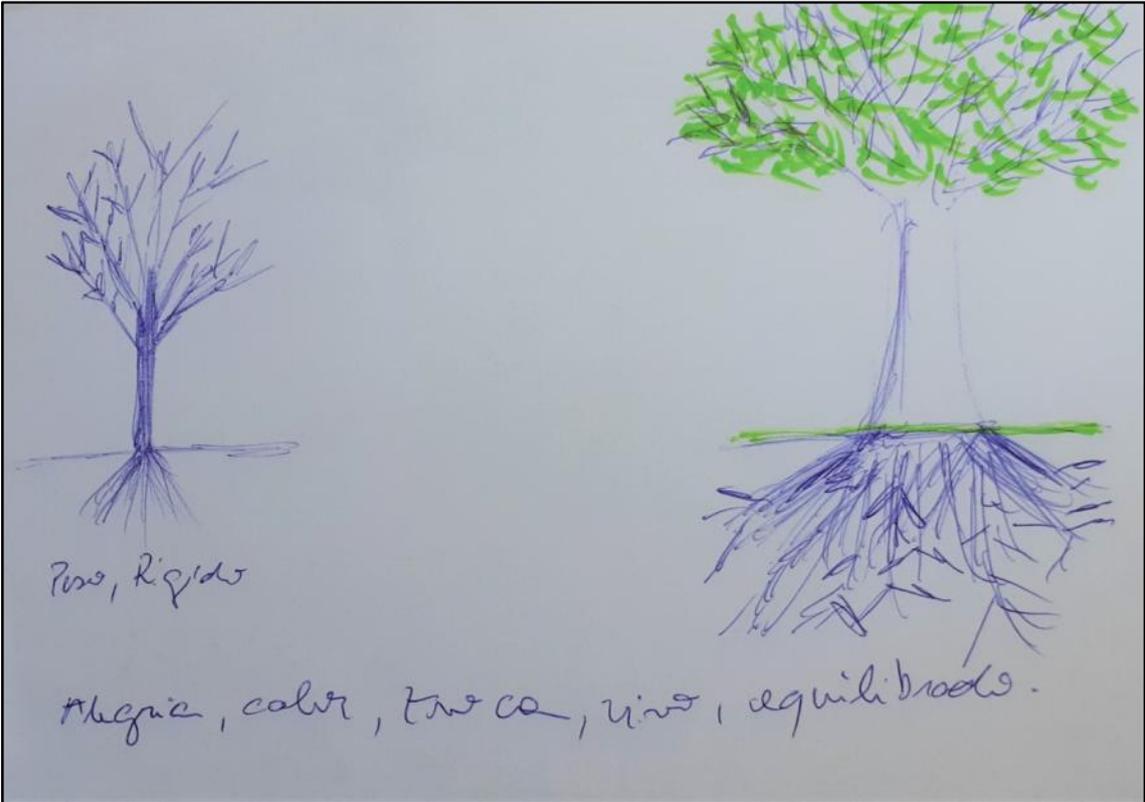
Ressalto a importância de, nesta etapa, estarem trabalhando não somente em relação consigo mesmos, numa escuta sensível, mas em relação ao outro, seja o colega de trabalho ou o espaço, ampliando sua consciência e percepção do todo. Sentem-se assim pertencentes ao ambiente, situam-se melhor na relação. Lembro-me, por exemplo, de um aluno trazer não somente a imagem de si na sala, mas a dimensão do espaço, com os outros colegas e objetos, sentindo-se parte do todo, em conexão e comunhão.

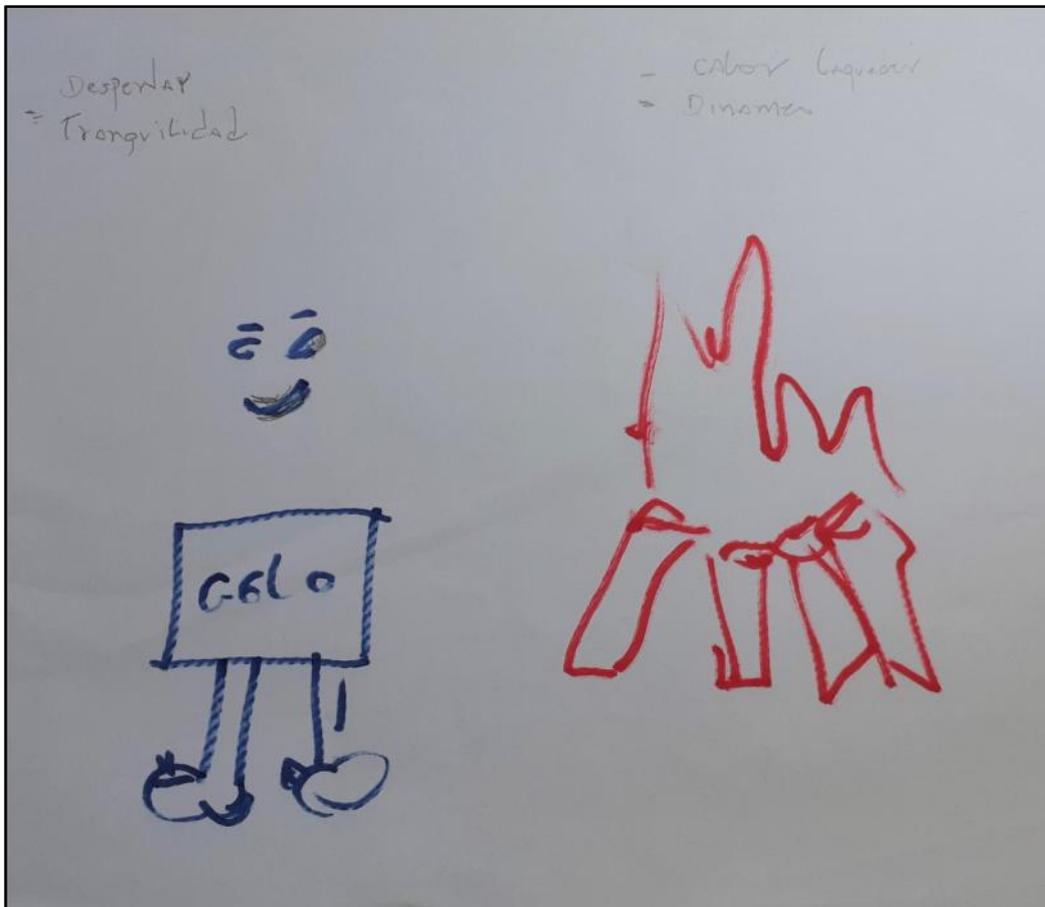
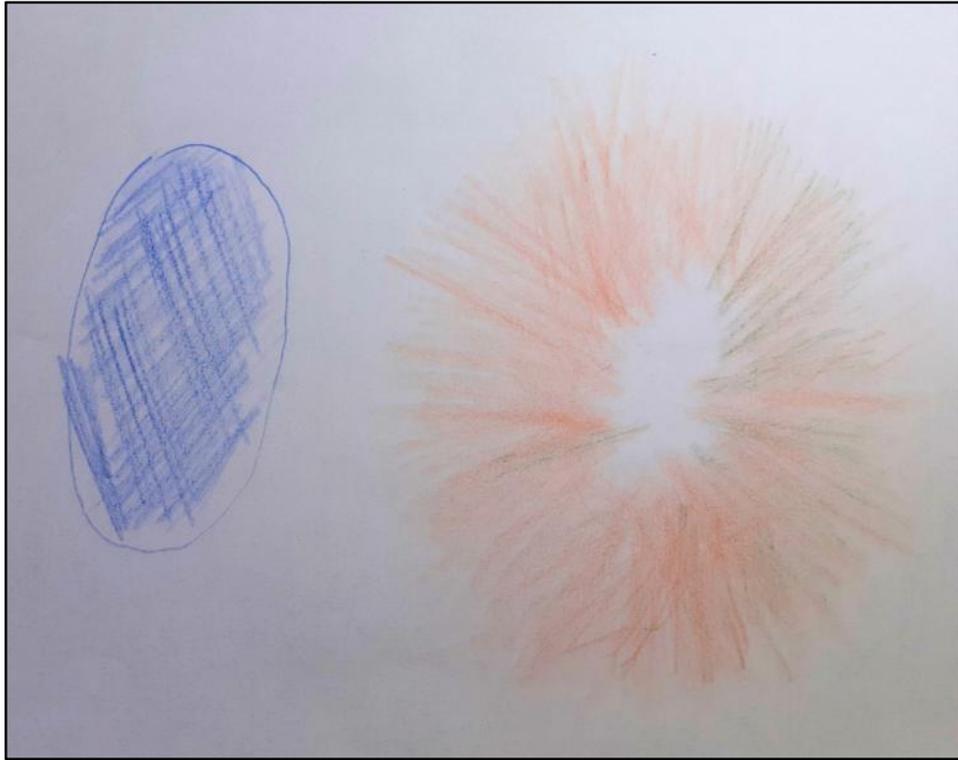
Apresento a seguir, algumas imagens criadas pelos alunos, em diversos ambientes, não somente nesta disciplina, quando trabalhava com estes exercícios em busca do corpo-em-fluxo, com a imagem de flexibilidade e maleabilidade da cadeia AP, em que registravam por meio do desenho e das palavras as percepções de si em dois momentos, antes e depois da prática, percebendo uma transformação no modo como se viam.











Trabalhamos também, após esses exercícios de mobilização de energia, em relação aos apoios ativos e inversão de eixo, para que possamos ter outras perspectivas de nós e do mundo, quando estamos em configurações corporais não cotidianas. Os alunos são instigados a perceber a relação do corpo no espaço quando têm que se manter numa determinada posição, quando esta figura é tombada 90 graus à frente ou para o lado. Ou seja, se a posição corporal em que me encontrava era com os pés apoios ao chão, coluna ereta e os braços estendidos ao alto, em prolongamento do corpo, quando esta figura é tombada 90 graus à frente, ficariam então no nível baixo, deitados em decúbito ventral, com a barriga para o chão, ainda com os braços estendidos em prolongamento. E se esta figura tombasse mais 90 graus à frente, agora passaria a ter os apoios sobre as mãos, com os pés apontados para cima, como na figura de parada de mãos. Na próxima etapa, teria as costas apoiadas no chão e, por fim, voltaria à posição inicial. No entanto, quando retomamos a posição inicial já não somos mais os mesmos, pois passamos por uma série de experiências e então, neste segundo momento, percebemo-nos outros, tanto em relação ao espaço, à forma com que enxergamos as coisas, por exemplo, como com nós mesmos, o tamanho de nosso tronco, nosso volume, temperatura e etc.

A mesma figura poderia tombar também para o lado, chegando assim à posição deitada sobre a lateral do corpo. Percebendo assim, que a mesma figura corporal, quando deslocada no espaço, muda os apoios ativos e forma de organização muscular para se manter na “mesma” posição. Com isso, trabalhamos os apoios ativos e as formas de perspectiva e organização do corpo no espaço, percebendo essa geometria invisível.

Proponho também que trabalhem com a criação de posições corporais que se utilizem de diferentes números e possibilidades de apoios, dentre um até quinze apoios. Então, quando estamos com quatro apoios do corpo no chão, por exemplo, peço para que dois desses apoios sejam colocados na parede e os outros dois permaneçam ainda no chão. Após criarem esta figura, peço para que invertam a situação, ou seja, os apoios que estavam no chão vão para a parede e vice-versa, ainda mantendo a figura corporal primeira. Assim, trabalhamos com a inversão corporal, percebendo as forças necessárias para se sustentar em cada posição e o que modificava no corpo quando estamos de cabeça para cima ou para baixo ou quando o apoio estava nos pés, nas mãos ou na bacia. Isso os tira de uma zona de conforto e de uma conduta mecânica e formal de trabalhar, em que copiam um movimento criado por outra pessoa, executando-o passivamente, mas incita-os para que trabalhem a partir da percepção de si, de problemas corporais que exigem inversão de eixo, giro, estudo

de apoios ativos e a permanência em posições corporais inusitadas que acionam musculaturas diferentes e profundas.

Saímos também para realizar atividades ao ar livre, utilizando diretamente o espaço da universidade ou da própria cidade. Crio o imaginário de um coletivo de animais, sejam pássaros, peixes ou gazelas, que se deslocam juntos, mantendo uma configuração no espaço de grupo, um próximo ao outro. Essa formação não pode ser abandonada. Isto quer dizer que o ritmo da caminhada é comum a todos, assim como o sentido e direção no espaço. Iniciamos com uma velocidade moderada, em que estamos trotando. Ao longo do percurso aumentamos a velocidade e também criamos algumas pausas. Por estarmos correndo dentro do campus, por lugares irregulares muitas vezes, encontramos obstáculos e aprendemos a lidar com eles no instante, como na prática do Parkour mencionada anteriormente. Subimos escadas, pulamos bueiros, escalamos muros, passamos por baixo de corrimãos. Além disso, temos que estar atentos ao espaço urbano, com carros atravessando a rua, cachorros que querem correr atrás de nós e pegar nossos calcanhares, transeuntes, pisos escorregadios ou pedras soltas. Interessa-me neste momento a abertura para o espaço, pois muitas vezes ficamos dentro de uma sala fechada, entre quatro paredes, em um ambiente de certa forma controlado. Como lidar com o espaço vivo da cidade? O que fazer com o olhar do outro? Algumas vezes temos pedestres que param e nos perguntam o que estamos fazendo. Passamos a ser motivados também pelos estímulos externos: os sons da cidade, a luz do sol, as texturas do chão. Usamos o próprio espaço para criar possibilidades de treinamento. Temos o desafio de descansar em movimento, ou seja, sem parar de correr, conseguir respirar e nos renovar ao longo da prática, sem precisar interromper o trabalho.

### **Segunda disciplina: Tópicos Especiais em Estudos do Corpo – primeiro semestre 2018**

Nessa disciplina, em consonância com os alunos, decidi seguir, além da parte de treinamento que já vínhamos realizando com a abordagem da Dança Acrobática, para uma criação que “justificasse” o treinamento e que nos mostrasse o porquê da busca deste corpo-em-fluxo. Parti para dinâmicas ao ar livre, focando no estudo de potência corporal e fortalecendo o trabalho coletivo. Mantive, de certa forma, todo o pensamento e estrutura desenvolvidos até então, e segui com outras propostas de criação.

Interessava, neste ponto da busca do corpo-em-fluxo, ou do corpo-em-movimento como se refere Serres (2004), quando estamos ativos e íntegros na ação, engajados de forma

plena, a possibilidade de produzirmos encantamento e de sermos encantados, tocados de alguma forma por tudo aquilo que está em nossa volta e que nos diz respeito, em sermos afetados, transformados e transpassados. Este encanto estaria na ordem do sensível, na sutileza dos gestos e movimentos, daquilo que nos é invisível, mas perceptível, que nos faz sentir parte do mundo. Seria perceber a arte como uma magia, aquilo que encanta e transforma, gera beleza e poesia, cria novas perspectivas - muito próximo ao que Serres (2004) expõe em relação à escalada, quando ao tocarmos a rocha, num processo de encantamento, sentimos que ela perde sua dureza e ganha doçura.

Após a primeira parte, de aquecimentos e jogos de dinamização dentro da sala de aula, como vimos na descrição da disciplina anterior, passamos então para exercícios ao ar livre. Já nos sentíamos acordados, grandes, ativos, com energia e atentos. Ampliamos a corrida em cardume, quando não se tratam de vários corpos, mas de um corpo conjunto. Passei a fazer outras trajetórias pelo espaço, buscando, cada vez mais, passar por diferentes locais, que exigissem o trabalho do corpo todo, não só das pernas, mas dos braços e abdômen: subir e descer escadas e morros, saltar vielas, escalar grades, pular muros, alcançar o galho de uma árvore, equilibrar-se num corrimão, passar por baixo de uma escada com quatro apoios, correr de costas, usando uma perna só como se pulasse amarelinha, criar pausas de sustentação em quatro apoios ao longo da corrida, enfim... Teriam que lidar com os atravessamentos diversos do ambiente, fosse um cachorro, um carro, o chão desnivelado, os mosquitos, o vento.

Após esta etapa de dinamização ao ar livre, passei a usar cada vez mais o trabalho com um fone de ouvido em que cada um tinha uma *playlist* definida. Pedi que escolhessem músicas com qualidades distintas, dentre mais agitadas e pulsantes que levassem ao movimento enérgico e outras dançantes e “swingadas”, que pedissem para serem dançadas; também abstratas, com ruídos e murmúrios, que pudessem causar algum tipo de estranheza ou compor como uma trilha sonora do ambiente, até músicas suaves que evocassem movimentos sutis, pequenos e delicados. Para cada música, tínhamos propostas para dançarem à sua forma e vontade, mas ainda assim, sem perder a conexão com os outros parceiros e com o espaço.

Trabalhamos também com fones de ouvido de modo que eu gravava, previamente, um áudio com algumas ações, comuns a todos, em que indicava o que deveriam fazer. Assim, não sabiam qual seria o jogo da semana, somente descobrindo no momento do exercício em que saíamos para a rua e, depois de todas as nossas preparações, colocávamos os fones e

entrávamos em jogo.

1. Bom, vamos começar! Primeiro só se olhem. Olhem para seus colegas, com quem vocês estão compartilhando este trabalho, com quem vocês vão fazer esta experiência. Tenta só olhar. Não precisa reagir ao olhar, com gestos ou feições, só olhar. E comecem a respirar um pouco mais amplamente. Isso!
2. Agora façam uma fila, um ao lado do outro, todos olhando para a mesma frente e respirem amplamente. O espaço entre vocês não é muito grande: não estou encostada na pessoa ao meu lado, mas também não existe um espaço muito grande entre nós. Eu consigo sentir, com a minha pele, o calor destas pessoas. E nesta fila, vamos respirar amplamente. Todos juntos. É só olhar e perceber o que tem na sua frente, o que você está vendo: se tem movimento ou não, se as coisas estão em movimento, se o que tem na sua frente está próximo ou distante, é grande ou pequeno, quais as cores, o formato.
3. Escolha alguma coisa que você está vendo, pode ser distante, mais pra cima do seu campo de visão ou não... e devagar comece a acariciar, de longe, com a ponta dos dedos das mãos essa coisa. Você não vai até a coisa, você tateia à distância mesmo. Vai contornando, movimento suave... sentindo com a ponta dos dedos, depois com toda a mão. Mas delicadamente. Para! Onde você está e do jeito que você está, para! Sustenta sua posição dos braços e das mãos.
4. Olhe para trás. Devagar ainda. E vai caminhando para este outro lado, mudando de nível, do alto para o médio. Até caminhar de quatro apoios, com a barriga o mais próxima possível do chão, sem colocar os joelhos, só com o apoio dos pés e das mãos. Isso! Continua deslocando, cada vez com a barriga mais próxima do chão. Articule bem suas pernas e seus braços. Para! Sustenta essa figura. Perceba seus apoios, sua respiração. Tente crescer, abrir espaço no corpo. Com a parte que toca o chão, empurre-o. Torne o apoio, ativo.
5. Agora inverte: fica de barriga para cima, ainda de quatro apoios. Desloque livremente assim, pelo espaço. Transite e use apoios diferentes. Mude o número de apoios, entre 4, 5 ou 1... Apoios ativos, empurra o chão para deslocar! Use também a impulsão. Cruze com as outras pessoas e você pode aproveitar o impulso dela. Desloque para frente e para trás. Tente só com as mãos no chão. Mude os apoios. Cada vez com mais impulso, mais rápido. Deslocamento mais ágil. Dinâmico! Mais! Muda de lugar no

espaço. Preenche espaço vazio. Diferentes formas de se deslocar, com diferentes apoios e impulsos. Mais ágil, rápido e dinâmico!

6. Para! Não mexe nada. Pausa. Respira. Sente a forma do corpo no espaço, os apoios que você tem agora, percebe que parte toca o chão. Respire amplamente! Olhe para cima, escolhe uma parte do corpo que te puxa para ficar em pé no nível alto.
7. Caminhando pelo espaço. Cruza o olhar novamente com as outras pessoas. Crie trajetórias. Não para de deslocar e ouve a próxima instrução: Atenção! Nós vamos brincar de pega-pega! É o pega-pega mais conhecido, aquele que o pegador toca uma pessoa, esta pessoa então vira a pegadora e vai atrás de outra, e assim por diante. Mas vamos ter calma! Quando você sentir ser tocado, dê um tempo de respiro, depois levante o braço e grite "tá comigo!" e então sai correndo para pegar outra pessoa. Ok! Está com a Bia! Valendo! (Jogo acontece por alguns minutos)
8. Para! Para todo mundo! Onde você está, congela! A brincadeira parou. Sente como você está agora. Não mexe nada. Olhos abertos. Deixa o corpo vibrar, expandir. Lembra da panela de pressão! Contenha a energia interna, deixe-a sair somente pelos poros e pelos olhos.
9. Desmancha devagar ao chão. Derrete... bem lento. Como se você fosse uma vela, que a cera escorre. Ou um barro que derrete a cada pingo de água que cai... não desmorona, mas derrete, lentamente, indo até o chão. Sente pingar cada parte do corpo. Como uma mão que te toca.
10. Agora sobe rápido! Como vivo-morto, entre derreter lento como vela e subir rápido com prontidão. Brinque, cada um da sua forma e do seu jeito assim. Mas deixe claro cada momento e qualidade que está usando. Você também pode descer até o chão como a folha de uma árvore pairando, mais leve. Como seria se essa folha, que é você, fosse levada pelo vento até algum lugar antes de ir pro chão. Pode sentir o vento te levando, antes de cair...
11. É o vento que te desloca, por diferentes partes do corpo para o espaço. Sente o vento empurrar o seu quadril... a sua cabeça... por trás das costas... por baixo dos braços, entre as pernas... Um vento mais forte, outro mais fraco, que te desloca. Pode ser também um rodaminho, que te faz girar, um pouco mais forte, ou um turbilhão que te faz dar cambalhotas e estrelas... sempre com qualidade de ar. Voe! Uma folha que paira ao sabor do vento.
12. Diminuindo o vento aos poucos, a tormenta vai parando e abrindo o céu azul, aos poucos, até você parar de deslocar. E então só observe novamente. Olhos abertos,

empurra o chão, busca sua verticalidade. Corpo aberto. Olhe com as costas e com a nuca. Cresce e ganha espaço. Respire amplamente. Mas não precisa enrijecer, ao contrário, use somente o necessário para ficar em pé e crescer nessa posição. Voltem a caminhar todos juntos. Achem o ritmo comum nesta caminhada pelo espaço. Busquem espaços vazios. Ocupem estes espaços. Façam diferentes trajetórias. Não deixem cair o ritmo. Sustentem o jogo se olhando. Cruzem com os outros. Agora o caminhar tem certa urgência: caminhe como se quisesse chegar a algum lugar. Ainda com ritmo comum entre vocês.

13. Se olhem. Cruzem os olhares. Escolhe então alguém e vai abraçar esta pessoa, depois volte a caminhar, com urgência. Abrace outra pessoa, de outro jeito. Volte a caminhar. Abrace e sinta-se abraçado. O abraço vem do encontro, do jeito que for e com a duração que tiver. Agora, caminhe cada vez com mais urgência e o abraço vem deste lugar também. Cada vez mais rápido. E então, depois do abraço você sai correndo e comemora. Como um gol! Abraça outro! Comemora mais! E assim vai. Comemore mais! Braços abertos correndo. É o gol da vida! Da vitória! Comemore saltando, dando um mortal, gritando... como você quiser. Cada vez mais rápido. Abrace e já saia para comemorar e abrace outro e outro ou vários... percebe o que acontece com o abraço agora nesta urgência e euforia. Não fica tanto tempo num mesmo abraço, já parte pro outro. Muitos abraços. Muda! Cada hora uma pessoa.
14. Shiu! Comemore seu gol em silêncio, sem fazer barulho. Calmo. Devagar. Como é comemorar um gol em silêncio? Como é comemorar um gol com calma?
15. Vai indo para nível baixo. Em silêncio, como se tivesse um bebê dormindo e você não pudesse acordá-lo. Se unam, devagar. Até formar um bolinho e aos poucos vão para o nível alto e assim, juntos, como um cardume, olhem todos para uma mesma frente e busquem a luz do sol. Todos virados para esta luz. Sintam o calor, a luz tocar seu rosto. Sente o tamanho da sua coluna. Fechando os olhos devagar, tentando sentir com a palma das mãos o sol, sua energia e calor. Recebe. Sente a brisa tocar toda a pele do corpo. E expande o corpo, com uma respiração ampliada. Na inspiração enche e depois esvazia, renovando, cada vez um ar novo. Descendo os braços como se acompanhasse o pôr do sol e abrindo os olhos novamente, mantendo respirando amplamente, sentindo-se pertencente a este grupo, no cardume, com este corpo coletivo, em que cada um faz parte de um corpo maior. Respirem juntos.

Esses áudios tinham em torno de 30 a 40 minutos de duração e variavam nas propostas. Eu criava um por semana, para que a cada aula tivéssemos um áudio diferente, justamente convocando os alunos para que estivessem presentes no momento e atentos às instruções que não conheciam. Eu não sabia como responderiam aos áudios e me surpreendia com as propostas. Tentei utilizar os mesmos princípios e “éticas” do trabalho evocado ao longo do semestre, seja do atleta afetivo mencionado anteriormente, como do corpo-filtro, presente, com respiração ampliada, buscando fluir e dar passagem para que diversas energias pudessem circular e afetá-los.

Enviava por e-mail para a turma, no dia anterior, o áudio criado, que deveria ser baixado e adicionado à *playlist* de cada dispositivo, sem que o ouvissem à princípio. Somente tinham acesso ao conteúdo na hora do exercício. As reações eram diversas. Cada um interpretava a “tarefa” da sua forma, muitas vezes demonstrando surpresa ou risos. Muitas vezes não coincidia também o momento da ação, pois como era dada por meio de um aparelho eletrônico, não conseguiam acionar exatamente ao mesmo tempo, deixando certo *gap* ou rastro do exercício, que tornava bastante interessante de ver. Gostaria justamente de ver as diferentes possibilidades de abordagem, os tempos de reação, a forma de reagir e ser afetado pelo mesmo comando. Meu intuito, com isso, era de que os alunos pudessem, brincando, estar concentrados, todos dentro de um mesmo jogo, que os mobilizava e pedia respostas.

Com a proposta de complexificar o trabalho e adentrar num processo criativo, propus realizarmos um intensivo de três dias consecutivos, em que teríamos quatro horas de encontro por dia. Nesta fase, busquei adentrar na questão do corpo-em-fluxo a partir de exercícios que os tirassem da zona de conforto: conduzindo o trabalho, instigava-os a experienciarem movimentos com outras qualidades, muitas vezes estranhas para seus padrões e costumes, e até mesmo cansativos, por lidarem com extremos de velocidade, por exemplo. Realizávamos uma ação de forma muito lenta, em que deveriam levar 30 minutos para ir da posição em pé para a sentada, por exemplo, ou o oposto, movimentar-se rapidamente, mais do que podiam imaginar. Isso fazia com que uma determinada energia com que estavam acostumados a trabalhar e utilizar fosse “gastada” e, como tinham que continuar, outra energia era criada, trazendo possibilidades e estados corporais diversos dos conhecidos.

Habitando o espaço com suas intensidades, pudemos nos sentir parte do todo e criar uma sensação de coletivo, independente das diferenças tão destacadas e atacadas no dia a dia. Essa imersão foi algo bastante forte para o grupo, presente em seus relatos de

experiência escritos ao final da disciplina. Alguns ainda, ao longo destes três dias, foram demonstrando transformações e expondo suas colocações.

A partir desta imersão pude rascunhar como viria a ser nosso trabalho criativo, que seria compartilhado no evento organizado pelo curso, no final do semestre. Tínhamos então seis propostas para dançar: a primeira com estes comandos do áudio. A segunda, como um cardume, corpo coletivo, que se desloca pelo espaço, mantendo esta sintonia e esta relação direta com o outro. A terceira, com as músicas gravadas na *playlist*, em que cada um dançava do seu jeito, mas sem perder a relação com o outro e num jogo espacial de manter determinadas formações, como um círculo em volta de uma ilha da rua. A quarta proposta em que andavam um ao lado do outro para uma mesma direção, com gestos e movimentos sutis, realizando somente o necessário. A quinta, em relação às pessoas que estavam no lugar, sejam espectadores ou transeuntes, dançando para elas e com elas. E a última, em forma de cardume mais uma vez, em permanência, observando o espaço, seja o sol com a palma das mãos, o chão com os pés, o vento com a pele...

“Seis propostas para dançar” definiu-se, assim, como uma intervenção urbana coreográfica criada na disciplina em questão, em que trabalhávamos a partir de um corpo coletivo, em busca de sua potência criadora, dinamizando energias e compondo com o espaço. Foi apresentada “oficialmente” no dia 29 de junho de 2018 na área externa próxima à Reitoria do Campus Santa Mônica da Universidade Federal de Uberlândia, dentro do programa da mostra “Sala Aberta: compartilhamentos de processos do curso de dança UFU”.

Não tinha como intuito que fosse uma apresentação, mas que se desse como todas as nossas aulas, em que íamos para a rua fazer nossas práticas, em comunhão conosco com os outros e com o espaço. Seria mais uma possibilidade de criação com o instante, tentativa de gerar um acontecimento. A diferença era que, nos dias normais de aula, tínhamos diversos transeuntes da universidade no espaço, alguns que paravam e se tornavam “público”, testemunhando conosco a ocasião, e outros que somente compunham, mesmo sem saber e perceber, com o trabalho, por estarem transitando na área e no dia do evento. Já nesse caso, como havia divulgação, tínhamos pessoas que foram para “assistir” especificamente o que fazíamos. Como estávamos em busca deste corpo-em-fluxo que cria e se recria ao longo da sua prática, não estava interessada em um show ou exibicionismo.

Escrevo no plural, que “fazíamos”, pois mesmo não estando em cena corporalmente, sentia-me parte do trabalho por estar com eles, fosse nos áudios, diretamente ou na direção

do trabalho que se dava. Por mais que ao longo das aulas sempre fizesse os exercícios junto com os alunos, experienciando também todas as propostas, percebendo como se davam em mim, no momento do processo criativo tive a necessidade de ficar somente na posição de direção, para que pudesse também observar e dar indicações precisas, mesmo ao longo do trabalho, caso fosse necessário. Além disso, acreditava que poderiam ter mais autonomia e liberdade para jogarem sem precisar se preocupar com a figura de um professor em cena.

No momento da mostra, o trabalho teve um tom um pouco mais dramático, pois coincidiu com o momento de estar terminando meu contrato de professora substituta na Universidade, ministrando o último semestre de aula, uma vez que passaria a atuar na Universidade Federal do Rio de Janeiro e deixaria aquela turma. Como havíamos trabalhado juntos, com a grande maioria ao menos, por um ano e meio, e criado uma rede de afetos e trocas, sentiam por esta transformação e fizeram da mostra deste trabalho como um espaço de despedida.

Como forma de finalização desta segunda disciplina e parte da avaliação dos alunos, pedi para que escrevessem um relato de experiência sobre as vivências em sala de aula, relacionando-as com as atividades externas, bibliografias e assuntos de interesse. Gostaria que se colocassem e pudessem relatar e pensar sobre o que tivesse ficado mais presente ao longo dos nossos trabalhos. Destes textos, escritos em primeira pessoa, pude perceber aspectos comuns nas falas que faziam relação entre a abordagem de Dança Acrobática com a vida, revelando esta ligação arte-vida, explicitada anteriormente como objetivo da pesquisa, além de uma percepção de transformação no modo de se ver.

Muitos relatos apresentaram-se como forma de agradecimento, pois como professora substituta, em um cargo temporário, estava me despedindo da turma, encerrando assim minha atividade docente em tal Universidade. Percebia-se também o tratamento pessoal, quando endereçavam o texto à minha pessoa, como única leitora, usando termos como “você”. Algumas vezes também se podia perceber certo excesso de adoração, que poderia ser justificado pela intensidade dos trabalhos e a relação de vínculo criada.

Nesta etapa, torna-se fundamental a voz do outro que, a partir de sua experiência, revela uma visão particular sobre o trabalho, nos permitindo perceber de que forma a disciplina em questão reverberou e abriu portas para outros lugares.

Apresento, a seguir, parte desses relatos, como fragmentos selecionados, com grifos meus, destacando trechos e termos que nos ajudam a refletir sobre a prática. Não identifico os

autores, trazendo apenas iniciais, para que possam ser preservados, evitando qualquer tipo de exposição dos envolvidos. No entanto, por se tratar de uma atividade docente, parte da presente pesquisa, entende-se que seja válido e necessário revelar parte destes relatos de experiência para que possamos ver de que forma as propostas chegaram até o outro e os movimentaram.

*“Obrigado por me ensinar muito sobre dança em aspectos técnicos, teóricos e práticos para dançar, dar aula, fazer aulas, estudar, escrever, ler, ensaiar e para estar em cena. Mas nada disso supera o **prazer** que você me devolveu **para viver**”* (relato de experiência – aluno A).

*“Comecei minha Graduação em Dança na Universidade Federal de Uberlândia há mais ou menos um ano e meio, e talvez essa disciplina (Tópicos Especiais em Estudos do Corpo) seja para mim uma das mais difíceis. Não é uma matéria obrigatória para concluir o curso, porém, venho percebendo **o quanto ela me acrescenta como artista e também como ser humano**. (...) Já percebi também como saio disposta ao final das aulas. Geralmente, nas sextas feiras, é quando estou mais cansada e sem energia. Porém, as atividades da disciplina geram uma mobilização em mim... Elas parecem me acordar, despertar cada parte do meu corpo. É como se eu terminasse as propostas vibrando, trocando energias com todo mundo a minha volta, disposta a sair dançando ou correndo durante horas”* (relato de experiência – aluno B).

*“Em um momento da corrida durante o intensivo me senti extremamente mal, o que na verdade sempre acontece; e neste dia a sensação que tive era de desespero, falta de ar e vontade de chorar. Em decorrência desta experiência fui conversar com a Cláudia sobre, e o que ela me disse foi para chorar, não segurar, deixar fluir. Não esperava ouvir isso, que eu poderia ou até mesmo deveria chorar. Em outro momento do intensivo, sob estímulos musicais, corporais, coletivos e da Cláudia falando/gritando finalmente consegui liberar este choro que estava preso há muito*

tempo. Foi algo extremamente mágico para mim. Antes eu estava com sentimento de angústia que se transformou em plenitude e alegria. Após liberar este fluxo através daquele choro foi a primeira vez dentro do curso que me permiti dançar, sem medo e sem julgamento, a primeira vez que não me senti um ser alheio àquelas pessoas e ao ambiente em estou inserida que é este curso de dança. Este momento não me modificou em pequenas proporções, sinto que **venho me tornando um pouco mais feliz desde então**, sinto mais liberdade e menos medo de me relacionar com as pessoas dentro da universidade e até mesmo o auto julgamento constante que pratico diminuiu. Pela primeira vez tive a **sensação de pertencimento** (...) senti uma **conexão com as pessoas ao redor**. (...) A disciplina como um todo foi muito importante para mim como artista e principalmente **como pessoa**" (relato de experiência - aluno C).

"Você me ajudou com um problema meu, acho que sem saber, quando no processo de dar as aulas, mencionara a substituição das drogas por exercício físico. Isso me ajudou a ver que eu estava muito drogado e ultimamente com o diagnóstico você me deu as ferramentas necessárias para continuar minha **cura física/mental/emocional**. (...) Em menos de três meses, umas 40 horas em contato você me ajudou a dar um start em uma nova vida, **hoje tenho outras expectativas comigo mesmo, me sinto parte curado e preparado para assim como você iluminar o caminho de outros**" (relato de experiência - aluno D).

"(...) Vi que a forma que adotamos como treinamento irá influenciar diretamente em nossos corpos, em nossa dança e até mesmo em nossa vida. Somos atletas afetivos! É necessário que a gente se jogue nas propostas, se jogue na vida; entendi que é preciso construir relações interpessoais com um entrosamento, companheirismo, honestidade com o outro e consigo mesmo. Mais do que dança, mais do que um estudo do corpo, eu tive um **estudo de vida**. Arrisco-me a dizer que essa disciplina, assim como a de tópicos especiais em técnicas artísticas, foram as disciplinas que mais me fizeram **crescer enquanto artista e enquanto pessoa**; os

valores e aprendizagem construídos lá me modificaram e continuaram me modificando a cada dia. O que eu aprendi com a aula não fica somente no ambiente acadêmico, mas se expande para além dele” (relato de experiência – aluno E).

“Acredito, finalmente, que as experiências na disciplina (...) trazem uma maior percepção não só corporal mas percepções ampliadas do corpo e do mundo, trazendo para mim um melhor bem-estar físico-mental e fazendo do movimento, para mim, uma terapia onde me comunico, relaciono e também onde coloco em questão os meus princípios e os releio” (relato de experiência – aluno F).

Percebemos a partir da análise destes textos que, apesar dos alunos reconhecerem e agradecerem pelos ensinamentos sobre dança, sejam aspectos técnicos, teóricos ou práticos, valorizavam, acima de tudo, o prazer que sentiram novamente para viver. A disciplina não os acrescentava somente como artistas, mas como seres humanos. Perceberam que as práticas de treinamento adotadas influenciavam diretamente em seus corpos, em suas danças, mas sobretudo em suas vidas.

A relação entre nossas práticas corporais e nossa vida, da qual pude ter clareza a partir das vivências com a Escalada, como uma prática corporal na natureza que lida com o risco e nos exige estarmos íntegros e presentes no momento da ação, convocando-nos a esquecermos de nós mesmos para podermos ser outros, transformados, permitindo nos emancipar de certa condição e assim nos sentirmos mais conectados conosco, com o outro e com o meio, numa ação ecológica, foi identificada pelos alunos de forma unânime, como podemos observar em seus textos. Isto revela a ligação entre a arte e a vida como questões indissociáveis, que não temos como separar e querer que seja diferente quando tratamos de forma abrangente os estudos corporais.

Não busco, com as atividades docentes, lidar diretamente com os aspectos emocionais dos alunos, como mote ou fonte de investigação. Como vimos, a partir das práticas descritas, em que componho uma série de exercícios físicos claros e específicos, busco trabalhar corporalmente com a premissa de que podemos criar maior escuta, sensibilidade, maleabilidade e passagem de tensão para que possamos nos transformar ao

longo da ação, vermo-nos de outra forma, sobre outra perspectiva, saindo de uma condição e nos emancipando. No entanto, não tenho como negar a dimensão humana do que fazemos ao nos propormos trabalhar com as artes da cena. Lidamos com pessoas, corpos em vida, sensíveis, que habitam intensidades. E nossos treinamentos, muitas vezes, são anteriores à cena: dizem respeito a todos os seres humanos.

A busca por um treinamento que não fosse para retificar, enrijecer ou estabelecer padrões corporais, mas, ao contrário, para nos tornarmos mais flexíveis, com espaço, abertura, escuta, atenção e sensibilidade, para podermos agir com cuidado, integrando o meio, disponíveis às mudanças e ao caminho que se faz ao caminhar, foi a chave do trabalho.

Alguns alunos afirmaram saírem das aulas, apesar de acontecerem no final de uma semana atribulada, com mais energia, dispostos, vibrando e com vontade de continuar dançando e correndo por mais algumas horas, corroborando com os trabalhos de dinamização corporal que visavam “gastar” uma energia cotidiana para que pudessem utilizar outras energias potenciais que pouco conhecemos em nosso dia a dia. Aprendemos a respirar de outra forma, a usar nossa musculatura sem tônus excessivo, a fazer o essencial, em direção ao que almejamos.

Outros relataram que certos exercícios foram mágicos, pois transformaram uma sensação de angústia, por exemplo, em plenitude e alegria. E consideraram que, desde então, se sentem um pouco mais felizes, por terem mais liberdade e menos medo de se relacionarem com os outros, pois têm a sensação de pertencimento, como se pudessem estar em conexão com as pessoas ao redor. Em relação a este aspecto, podemos perceber que houve uma mudança significativa na forma como os alunos se viam e se percebiam. Podemos inferir que a disciplina serviu como uma porta para as transformações individuais, que ao longo do semestre, acarretaram em uma transformação no coletivo, que se via mais íntegro e coeso.

Os alunos abordam a cura enquanto física, mental e emocional. Relatam terem a percepção mais aguçada de seu corpo e do mundo, trazendo para si um maior bem-estar neste tríptico (físico/mental/emocional) e fazendo do movimento uma terapia em que podem se comunicar, relacionar e também colocar em questão os seus próprios problemas. Após as disciplinas, admitem terem outras expectativas consigo mesmos, inclusive sentindo-se preparados para “iluminar” o caminho de outras pessoas.

Isso não quer dizer que a disciplina tenha sido fácil, mas que com um trabalho árduo e rigoroso, agregou, de certa forma, aprendizados que unem a arte e a vida, abrindo portas e

revelando possibilidades, num campo de transformação e bem-estar. Neste sentido, o trabalho em direção a uma dança acrobática que não fosse meramente formal, que não reproduzisse padrões, mas que impulsionasse a criação, como gatilho para a transformação pessoal, foi efetivado. A partir da busca por uma experiência de fluxo, de habitar o corpo-em-fluxo que, como nos diz Renato Ferracini: “não pensa, pois é pensamento e nesse pensamento age, cria e, portanto, resiste. (...) não possui memória, mas é memória e nessa memória recria, restaura e, portanto, se atualiza” (FERRACINI, p. 13-14, 2006), foi possível para que os alunos, cada qual a sua maneira, respeitando as suas subjetividades, pudessem se transformar.

As propostas de Dança Acrobática foram possíveis e geraram “resultados” sensíveis, na ordem da cura como potência de transformação, em que os alunos se emanciparam de uma condição e chegaram a outras perspectivas de vida. Vemos que, mesmo de forma momentânea, se desidentificaram, conseguiram se perceber de outras maneiras e criaram para si mesmos outros contornos e paragens.

A Escalada, dentro deste espectro, por ser uma atividade de risco que lida com situações extremas e limites em que não podemos hesitar, trouxe à tona diversas questões referentes ao trabalho corporal das artes da cena. Serviu como uma lente de aumento pela qual consegui ver e perceber em meu próprio corpo as situações com maior nitidez, quando os problemas se fazem claros, quando conseguimos sentir os detalhes.

A seguir apresento algumas imagens de registro da intervenção urbana coreográfica “Seis propostas para dançar”, que teve duração de uma hora e nove alunos participantes:







## Outros desdobramentos

Como um último fôlego para esta pesquisa, não poderia deixar de expor as análises referentes aos trabalhos de docência mais recentes que se mostram potentes e se relacionam com os anteriores, agregando ainda mais para a discussão de cura como potência de transformação a partir das propostas de Dança Acrobática.

Já como docente do Departamento de Arte Corporal da Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Rio de Janeiro, em agosto de 2018, cargo que ocupo até o presente momento, deparo-me com a disciplina obrigatória ao curso de Bacharelado em Dança “Fundamentos da Ginástica Artística”, como atribuição ao concurso prestado na área de “Dança, Acrobacia e Técnicas Circenses”.

Esta conduta, de relacionar a acrobacia à Ginástica Artística, fez-me perceber o quão limitado é, muitas vezes, nosso entendimento sobre acrobacia e de que forma a hegemonia estabelecida pela Educação Física, que requer esta área de conhecimento para si, está difundida. Entendendo os contornos históricos e políticos de surgimento deste curso de bacharelado em dança, que nasce como uma vertente do curso de Educação Física e que permanece, mesmo depois de sua emancipação como área de conhecimento, atrelada à Escola de Educação Física de Desportos e não a um Instituto de Artes ou algo afim, ainda cabe questionar de que forma poderia me situar nesse contexto e como poderia me diferenciar, tornar-me visível e fazer legítimas outras formas de pensar e fazer acrobacia.

Coloquei em prática a ecologia de saberes que tanto estudava e batalhava, para tentar estabelecer diálogo e tornar visível outras formas de conhecimento e fazer acrobacia, no contexto da arte, que pudesse trazer os alunos a campos ainda não conhecidos e imaginados. Sem descredibilizar ou ocultar as possibilidades acrobáticas desenvolvidas pela Educação Física, buscava somente trabalhar no sentido de outras formas possíveis, em consonância com Santos (2000, 2003, 2007, 2010).

A acrobacia está sob o domínio histórico da educação física, seja por meio das diversas práticas esportivas ginásticas, seja quando detém o conhecimento do circo. No entanto, o entendimento de Educação Física, enquanto campo epistemológico, não é unânime entre os autores. A partir da abordagem histórica trazida por Soares (2017), temos a remontagem da Educação Física na Europa, em especial na França, no século XIX com a criação do Estado Burguês, quando a classe privilegiada, a burguesia, com a Revolução Burguesa, para se sustentar no poder, em oposição à classe operária, busca a construção de

um novo homem, que seria livre (para o consumo), com base no capitalismo, pautado pelos ideais iluministas de liberdade, igualdade e fraternidade, tornando esta disciplina “a expressão física da sociedade do capital”, que cura os homens de sua letargia, indolência, preguiça e imoralidade.

Num contexto de hegemonia da ciência positivista, que se pautava numa naturalização dos fatos sociais, criando o que a autora denomina como um social-biologizante, quando o homem era explicado nos limites biológicos, estendia-se que esta forma de saber deveria se ocupar em descobrir leis e ordens naturais para manutenção da hierarquia social estabelecida, que conferia privilégios à parte dominante, enquanto grande parte da população vivia em situações deploráveis. A ciência deveria assim, conter os avanços dos movimentos sociais da classe trabalhadora, do proletariado, que com o crescimento rápido e desordenado das cidades a partir do processo de urbanização da Europa por meio da revolução industrial, via-se em condições de vida insalubres, sem higiene e pouca qualidade nutritiva, além das jornadas de trabalho excessivas. Entendia-se que essas revoltas e crises da classe trabalhadora deveriam ser curadas, pois atrapalhavam a ordem natural das coisas, do que se tinha estabelecido como natural e do que havia sido instaurado como certo.

Por meio da Eugenia, teoria racial baseada no postulado naturalizante da qual a burguesia se utilizava para justificar seu domínio do poder e hierarquia de classe social, entendia-se que o fracasso da classe proletariada, suas doenças e mazelas, eram fruto de uma ordem biológica, herança racial, e não de uma questão de desigualdade social. Desta forma, como parte de um processo de seleção natural, em que a partir do processo competitivo e da concorrência, vistos como naturais dentro do eixo capitalista, em que o esforço pessoal está colocado em primeiro plano, acreditava-se que os mais aptos permaneciam e assim melhoravam a raça, enquanto os mais “fracos” eram eliminados, depurando-se geneticamente a raça. Neste contexto, as descobertas científicas davam suporte para a ideologia que justificava as desigualdades sociais.

Portanto, como parte deste contexto, para Soares (2017), a Educação Física, seja aquela que se estrutura no interior da instituição escolar, seja aquela que se estrutura fora dela, era a expressão de uma visão biológica e naturalizada da sociedade e dos indivíduos, incorporando a ideia de hierarquia, ordem, disciplinarização da vontade, adequação de gestos e atitudes num processo de fixidez, tendo a saúde como responsabilidade individual e o bem-estar provindo do esforço próprio.

Corroborando com esta questão, a visão de Nunes e Rubio (2008), de que juntamente com a educação moral e a intelectual, a educação física formava o que se denominava por educação integral dos jovens, quando se enfatizava a “prática de exercícios físicos como forma de controlar os corpos” (NUNES; RUBIO, 2008, p. 58).

Com influências militares, políticas liberais do sistema capitalista, racionalismo advindo do iluminismo, a educação física teria a função de controle de corpos (e mentes) para manutenção do princípio de divisão de classes em que existe uma dominante, burguesia, e outra trabalhadora, dominada, proletariado. Chamada a princípio de métodos ginásticos, baseada nos métodos europeus de ginástica, voltada para classe privilegiada da sociedade (no Brasil, nas escolas da então Capital, Rio de Janeiro, e nas escolas militares), marcava a distinção social e mantinha uma perspectiva higienista, para aquisição de higiene e saúde dos alunos, com objetivos corretivos. Visavam-se “os padrões europeus de retidão do corpo, afirmando certo ar de requinte, elegância e aspecto saudável” (NUNES; RUBIO, 2008, p. 59),

Para Gebara (1992), por meio da ginástica, era possível formar um soldado dócil, mais corajoso e, ao mesmo tempo, mais subordinado. Tratava-se de disciplinar o corpo como pressuposto para a formação do novo homem cidadão que, ao sair do campo de batalha, estaria repassando para seus filhos os conhecimentos adquiridos por meio dos treinamentos ginásticos.

Segundo este autor, primeiramente temos uma vertente da educação física fundamentada na medicina (médico-biológica), para fins pediátricos e higiênicos, passando por uma relação com a educação até uma questão instrucional para disciplinarização do corpo a partir da ginástica. Essa seria uma parte da medicina como modo de conservar e restabelecer a saúde por meio do exercício físico. Na escola, este componente curricular justificava-se por prover melhor disciplina escolar do estudante e seu maior progresso nos estudos.

Gebara (2012) acredita que a educação física no Brasil teria sido implementada a partir da intersecção com os esportes modernos, principalmente com o futebol, que introduzidos de diferentes formas, seja pela indústria, escolas superiores ou imigrantes, viriam compor o universo conceitual do termo.

Somente a partir da década de 80 é que se questiona se a educação física seria uma disciplina acadêmica ou uma profissão, visto que os professores da área seriam mais executores, faltando então um corpo de pesquisa. O objeto de estudo da educação física seria

o movimento humano (motricidade)? O que vem a ser educação física? Qual objeto de estudo? Qual(is) metodologias e paradigmas?

Sobre a égide da questão, título de seu ensaio, “Mas afinal, o que é educação física?” Adroaldo Gaya percorre uma vasta bibliografia, fruto da pesquisa de autores dos diferentes continentes, cada qual com sua forma de abordagem, que busca, mais do que responder à questão, discuti-la. Percebe-se que cada autor a situa de uma forma distinta e busca diferentes propostas: permanecer como educação física; mudar seu nome para cinesiologia, cineantropologia, ciência do movimento, do exercício ou do desporto; delimitar o espaço da pedagogia do desporto como disciplina da ciência do desporto; ou entender como ciência do treino esportivo. De forma até mesmo radical, alguns propõem a exclusão da expressão “educação física”. Outros, divergem desta posição e defendem a manutenção do termo. Também se levanta a possibilidade da educação física ser uma disciplina curricular e o desporto, um fenômeno cultural. Diversas obras, em diferentes línguas, buscam discutir a questão, levantando hipóteses e teses que colocam em xeque, ou pelo menos em suspensão, o que é a educação física hoje: política, saúde, desporto, educação?

Neste panorama, o autor percebe duas grandes tendências: uma que requer a educação física como ciência autônoma, ou seja, uma disciplina acadêmica e/ou científica (por meio das ciências do exercício, cinesiologia, cineantropologia, psicocinética... ou por meio da ciência do desporto e treino desportivo); outra que a vê como uma filosofia da corporeidade (dando ênfase ao lúdico, à sexualidade e às práticas alternativas, ou na ótica do lazer, dos jogos populares e tradicionais).

Frente a este cenário, Adroaldo Gaya (2004) propõe que a educação física seja vista, entendida e praticada como pedagogia, ou seja, como ação formativa, uma prática de intervenção no mundo concreto, real, tal como é, o que diferiria da filosofia. Por ser entendida como disciplina normativa, que se fundamenta num conjunto de valores, pressupõe uma intencionalidade, uma visão de mundo, uma concepção filosófica. Existe um papel social enquanto projeto pedagógico, que visa o desenvolvimento das capacidades físicas, morais, intelectuais, afetivas, motoras dos participantes, para sua atuação na sociedade. No entanto, percebe que dentro de um sistema de interesses e estratégias de hegemonia, gerou-se uma ausência de objetos e objetivos comuns nesta área, ficando a Educação Física destituída de uma definição epistemológica e metodológica. Para tanto, o autor defende que a Educação Física se configura num percurso entre a filosofia e a ciência, sem que a primeira constitua um princípio e nem a segunda, um fim. Acredita que a educação física enquanto um projeto

pedagógico faz interagir o conhecimento filosófico e científico na ação de ensinar, na ação de conduzir.

Portanto, tendo historicamente a ginástica como um sinônimo da Educação Física, com uma herança de controle dos corpos, disciplinarização, adequação, manutenção de ordem e hierarquia social, muitas vezes também relacionada ao esporte, forma institucionalizada de competição que em sua busca por eficiência dos corpos, prevê um vencedor, via-me com o desafio de tentar ensinar acrobacia com outras perspectivas.

Com permissão da equipe gestora da referida Universidade, fui autorizada a trabalhar com os alunos, nesta disciplina de Fundamentos da Ginástica Artística, princípios do que pesquisava em relação à Dança Acrobática, exposta anteriormente no âmbito das disciplinas descritas.

Para muitos alunos foi uma surpresa quando disse, no primeiro dia de aula, em que expunha o plano de ensino e a proposta para a disciplina em questão, que compartilharia uma forma de pensar e fazer acrobacia em consonância com uma prática de cura, de potência transformadora.

Apresentei à turma a metodologia que iria abordar, reforçando que seriam desenvolvidos exercícios em sala de aula por meio de vivências e experimentações corporais focadas no treinamento físico e na preparação corporal para bailarinos e artistas da cena, a partir de pressupostos sobre a acrobacia no contexto da criação em dança. Trouxe a perspectiva de que trabalharíamos com dinâmicas em grupo e individuais, possibilitando um campo de experiência em que o aluno pudesse perceber em si mesmo diferenças de estado corporal e possibilidades acrobáticas. Por fim, retifiquei que buscava uma abordagem qualitativa que aproximasse os alunos do contexto, conduzindo-os a entrar no campo de experiência proposto, afim de que o conceito de acrobacia pudesse ser alargado e as interações possíveis ampliadas, num movimento de contextualização e elucidação.

Interessada em conhecer meus alunos e me aproximar um pouco de suas realidades, saber de seus contextos, da realidade que viviam, de seus desejos, buscas e anseios dentro da própria disciplina, tentando criar uma ponte entre nós, pedi também, como parte da avaliação, que me escrevessem duas cartas: uma no início do semestre, que seria uma carta de apresentação, onde poderiam me contar o que quisessem de suas vidas, para que pudessem se abrir e sentirem que tinham espaço para se colocar e serem quem eram ou como gostariam de ser; outra, ao final da disciplina, como uma carta reflexiva, em que, a partir

de suas experiências ao longo do semestre, poderiam colocar como teriam se percebido, relacionando com outras aulas, estudos ou com a bibliografia indicada.

Após me entregarem as cartas, fazemos ainda uma roda de conversas, como troca de experiências em que podem se ouvir e compartilhar como vêem a disciplina e a si mesmos ao longo do semestre.

### **Relato de experiência**

Inúmeros foram os relatos gerados nesta disciplina que se aproximavam daqueles que os alunos produziram nas disciplinas descritas anteriormente e ministradas na Universidade Federal de Uberlândia, trazendo aspectos de relação entre arte e vida e da percepção de transformação de si ao longo do semestre, como uma espécie de cura. No entanto, apresento a seguir o texto de um aluno em especial, que nos traz de forma clara, como as propostas acrobáticas influenciaram em sua vida.

Este texto é fruto do pedido que eu havia lhe feito de adicionar em sua carta reflexiva final, o que teria relatado à turma, no último dia de aula, quando tivemos o momento de partilha, revelando sua experiência.

Para preservar o autor, ocultamos seu nome e informações que pudessem identificá-lo, mantendo do restante o texto na íntegra, como me foi enviado, para que pudessemos ter dimensão do todo. Grifamos ainda em negrito alguns trechos, que serão analisados na reflexão seguinte, para que pudessem ser destacadas do todo.

*“Universidade Federal do Rio de Janeiro*

*Curso: Bacharelado em Dança.*

*Relato de vivência na até então disciplina “Ginástica Artística”, ministrada pela docente Cláudia Millás no ano de 2019, período 2019.1*

*Carta para Cláudia, a qual dedico minha grande admiração e estima:*

*Durante o período de 2019.1 na Universidade Federal do Rio de Janeiro, **vivi uma das experiências mais reveladoras pela qual passei em minha vida.** (...)*

*Meu encontro com Cláudia Millás se deu em 2019.1 na Universidade Federal do Rio de Janeiro, no início do ano puxei a disciplina de Ginástica Artística por estar seguindo a grade horário do meu período (terceiro, na ocasião), e portanto não tinha grandes pretensões ou expectativas dessa prática. Achei que aprenderíamos*

algumas acrobacias, uns trabalhos de alongamento e alguns exercícios específicos da prática de ginástica artística. Lembro-me que na primeira aula a professora Cláudia pediu para que ficássemos em dupla e exemplificou como conduziríamos um trabalho de contato físico com o outro, estimulando algumas partes da cabeça aos pés, pedia para que registrássemos as sensações antes e depois, e daí por diante pude perceber que **sua linha de trabalho conduziria não só a uma prática da consciência corporal, mas também dos afetos.**

“Estranho uma profissional da área circense propondo este tipo de prática corporal”, pensei em vários momentos de nossas aulas, me parecia uma **vertente que dialogava com a educação somática** e que ao final desta disciplina me surpreenderia de maneira bastante positiva.

Fui diagnosticado com depressão, convivo com um corpo emocional em constante instabilidade e muita dificuldade de concentração/organização. Essas dificuldades se refletem no meu cotidiano, seja no campo acadêmico nos estudos da faculdade, seja na vida pessoal em minha relação com as pessoas. Em determinados dias me pego com nenhuma disposição para sair da cama, as tarefas se atrasam, a atenção com as pessoas queridas do meu círculo social é deixada de lado, em alguns momentos não tenho vontade de fazer absolutamente nada. Organizar uma planilha para melhor distribuir as tarefas às vezes é inútil, a sensação é de que eu estou sempre entregue a um corpo emocional o qual não tenho o mínimo controle, o mínimo de autonomia.

Essa doença tem sido uma questão central de minha vida desde então, todos os dias são um desafio e a conclusão de uma tarefa é algo a se comemorar. Dito isto, chego ao ponto deste relato. Durante as práticas propostas pela professora Cláudia, comecei a sentir meu corpo físico em sintonia com meu corpo emocional, sentia meu corpo mental e físico equilibrados, como num perfeito casamento. Sem oposições dualísticas, apenas complemento um do outro. Meu grande sofrimento é sentir que meu corpo quer uma coisa e minha mente quer outra, a depressão me desorganizou em vários sentidos, e pela primeira vez numa aula da graduação comecei a me sentir surpreendentemente equilibrado.

**Os exercícios propostos por Cláudia eram gradativos, como uma escalada.** Começaram mais simples e foram se intensificando, longe da lógica das práticas de um corpo-máquina que está preocupado com a produção rígida do movimento, mas se intensificando pelo rigor de um **compromisso consciente a partir de um corpo sensível**, importante ressaltar o trabalho de preparação e gradação dos movimentos, era perceptível o corpo se condicionando a algo que seria introduzido logo depois. O grau de dificuldade aumentava, mas a preparação nos foi dada, e além disso, foi nos apresentado o momento do “Ponto de Apoio”, que se por ventura na prática de um determinado exercício o corpo não aguentasse se manter, seria inteligente que você encontrasse algum outro apoio para que o corpo se recuperasse quando preciso e que assim não precisaríamos sair completamente do exercício proposto e logo prontos voltaríamos a execução gradativa deles.

Ora, todas as vezes que voltava pra casa às quartas feiras, sentia-me disposto. Durante muito tempo não me sentia dessa maneira... **a sensação era que eu poderia**

correr uma maratona, ou organizar minha rotina para o resto da semana com muita vontade e disponibilidade, não queria parar, ficava emocionado com essa percepção. Nunca imaginei que uma aula de ginástica pudesse me levar a uma percepção tão filosófica de onde eu estava, do que estava acontecendo comigo, com meu corpo físico e emocional. A gradação dos exercícios propostos me fez perceber o sentido de se fazer “aos poucos” e continuamente. Na vida as nossas ações devem ser preparadas, nada acontece do nada e ninguém precisa estar pronto de uma hora pra outra, existe um período de preparação e me fez perceber quantas vezes me sentia culpado por me pôr para experiências sem o menor preparo e acabei me frustrando depois. A condição de uma doença de saúde mental como a depressão, inflama o desejo de nunca mais tentar de novo, mas quando Cláudia fala sobre o “ponto de apoio” ela nos mostra que não precisamos desistir do exercício proposto: tome uma pausa, se recupere e retorne. Pensei comigo, “Aplicando isso à nossa existência em relação à vida, quantas vezes desistimos porque não colocamos o ponto de apoio?”. Essa compreensão despertou em mim logo no meio da disciplina. Recordo-me de que em algumas aulas eu chegava com algumas dores no corpo mas durante a prática dos exercícios sentia todas as estruturas do corpo e da apropriação que é possível fazer dele à partir da consciência do funcionamento das partes, consciência das partes significou pra mim consciência de mim, não só física como emocionalmente. Sentia que era possível até controlar o grau de uma dor física, trabalhando a respiração, por exemplo, cada vez que a respiração se intensificava o corpo cedia mais um pouco num trabalho de alongamento, “seria a respiração a chave também para o controle da ansiedade?”, pensei.

Os trabalhos em dupla me fizeram pensar também no apoio que o outro pode proporcionar, todos têm suas redes sociais de contato, pessoas, amigos, família, são outros que estão presentes em nossa construção, nossa formação e que num momento de preparo também servem como um ponto de apoio e aí começo a refletir sobre relações e como reverberam. Num trabalho de parada de mão, antes que esteja pronto para fazer sozinho, é outro que vai manter seu corpo no eixo quando estiver sobre as mãos que ainda não conseguem se equilibrar sozinhas com os braços, porque não foram preparadas pra isso. Como uma mãe que ensina gradativamente um bebê a dar os primeiros passos, outras pessoas também nos ajudam a nos formar, nos ajudam a nos manter no eixo até que se possa fazê-lo sozinho. Afetos... Não parecia que estava numa prática puramente corporal com propósito apenas da ordem física. Caí na real que na prática do corpo os afetos também surgem e que eles nunca estiveram desconectados. Eu acesso minha mente a partir do meu corpo e meu corpo também através da mente, basta saber organizá-los contínua e gradativamente.

O método gradual dessa prática proposta por Cláudia Millás me ajudou a chegar numa compreensão do todo. No meu estado de constante fragilidade emocional e conseqüentemente desorganização cotidiana. Pela primeira vez me senti nos domínios do meu corpo, das minhas emoções, das minhas disposições. Ponto de Apoio reverbera e me ajuda até hoje.

Para Cláudia que me ajudou (sem pretensão, eu acho) a chegar à consciência dos afetos emocionais e físicos, o meu muito obrigado. Um grande beijo X”

A partir da análise desse relato, podemos perceber que alguns pensamentos dicotômicos presentes, como corpo-mente, ou a impossibilidade de diferentes saberes coabitarem o mesmo espaço, como as artes circenses com a educação somática, foram reelaborados pelo próprio aluno ao longo do semestre. O aprendizado da acrobacia num campo mais amplo, que não somente aquele da ginástica artística, dominado pelos saberes da educação física, pôde ser vivenciado e percebido como possível. Esse seria o objetivo da disciplina que, por meio da ecologia de saberes, almejava tornar visível outras formas de se ver, fazer e pensar a acrobacia no campo das artes.

Percebemos também que o aluno pôde se aproximar mais de si mesmo ao ter consciência de cada parte de seu corpo. Fruto da experiência com a educação somática que, como modo de operação, trazia a dimensão do corpo como Soma, corpo em vida, perpassado de afetos. Revela-se a percepção do aluno da disciplina ter um “compromisso consciente a partir de um corpo sensível” que se criava com os trabalhos.

Foi colocada em questão sua doença diagnosticada e sua forma de “cura”, como se viu transformar aos poucos ao longo do semestre, considerando a aproximação entre arte e vida, trazendo os ensinamentos de acrobacia para seu dia a dia. Percebeu, a partir de sua experiência, que quando “organiza” seu corpo, por exemplo, está organizando sua mente e vice-versa. Trata-se de criar sensibilidade para poder se ver de outra forma.

A sensação de integração do ser, em sua complexidade e singularidade, em constante movimento de organização e composição, foi uma chave para seu trabalho e envolvimento com a disciplina. Como podemos ser tocados, conectar-nos com nós mesmos ao longo das práticas, sentirmo-nos mais potentes e ativos, vivos, permeados de sensações e afetos, são aspectos de cura.

Mais uma vez, assim como os alunos das disciplinas descritas anteriormente, este aluno coloca a sensação de, ao sair da aula, já tarde da noite depois de ter passado por diversas atividades, sentir-se disposto e com energia, como se pudesse “correr uma maratona”, ou “organizar [sua] rotina para o resto da semana com muita vontade e disponibilidade”, sem querer parar. Pois como nos trouxe Mihaly (CSIKSZENMIHALYI, 2002) com a experiência de fluxo, quando conseguimos passar por este estágio que nos traz a sensação de amplitude e alegria que buscamos em nossas vidas, não queremos sair dele.

Relaciono o que o aluno comenta sobre a proposta pedagógica ter sido gradual, com o cuidado que Leonardo Boff (1999) apresenta como dimensão da cura. Sentir-se com apoio,

sendo apoiado pelo outro, seja o próprio espaço, um colega ou uma parte de si mesmo (quando compreende sua situação e se respeita), é uma forma de cuidado. É um amparo que nos damos e que nos ajuda a seguir e a nos vermos de outra forma. Este fato também está relacionado com o ambiente de trabalho que criamos: fazer do espaço de aula lugar de troca e generosidade, pois um dos objetivos da disciplina era criar este ambiente de trabalho fértil e generoso para que fossem possíveis as trocas de saberes: um lugar de cuidado.

Outra questão que se levantou bastante importante foi a percepção do aluno de que as práticas físicas, como percebido na disciplina, podem ser permeadas de afeto. Distanciando-nos dos treinamentos militares e da ginástica dentro do contexto de origem da educação física, quando se criavam corpos retos e obedientes para perpetuação de uma condição social instaurada, podemos conceber o treinamento corporal como possibilidade de escuta, cuidado e transformação. Neste caso, percebemos que lidamos com um treinamento mais aliado ao “atletismo afetivo” proposto por Artaud, explicitado anteriormente.

Ver a acrobacia como parte da arte, em relação direta com a dança, quando nos sentimos potentes e sensíveis, em práticas que permitem estados refinados de percepção, que lidam com forças sutis e invisíveis, vai ao encontro da proposta de Dança Acrobática colocada. A ecologia de saberes acionada como produção de conhecimento, que combate formas hegemônicas de se pensar/fazer acrobacia, buscando outras possibilidades e relações, pode ser vista a partir do relato apresentado.

Importa perceber que as disciplinas que ministramos com as artes da cena, que lidam diretamente com o corpo, queiramos ou não, convocam o ser em sua conjuntura mais ampla, um ser vivo, atravessado de afetos, permeado de sentimentos e sensações, que pensa, age, reflete e refaz. Lidamos com pessoas, não com máquinas. Nossos trabalhos e propostas corporais tangem esferas e dimensões diversas dessas pessoas. Busco, em minhas aulas, trabalhar com elas para que possam se transformar ao longo da ação e alcançar uma sensação de tríplice conexão consigo, com o outro e com o meio, que se sintam mais potentes, com escuta, que ajam ecologicamente, por sentirem-se parte de algo maior, em comunhão com o mundo. Proponho que, ao cuidarmos de nós mesmos, podemos cuidar do mundo em que vivemos. Por fim, como um dos direitos humanos, a busca pela felicidade é alvo das disciplinas, quando os alunos podem se sentir vivos, em sua plenitude e assim, gerar vida.

## **FINAL DA VIA: considerações em curso**

Esta pesquisa propiciou que questões referentes às artes da cena pudessem ser vivenciadas, repensadas e entendidas corporalmente com maior clareza e propriedade a partir da vivência com a Escalada. Entre tais questões, reside a qualidade de presença - quando se percebe que o ator/bailarino necessita desprender-se de si para estar aberto e poroso, passível de ser atravessado por outras forças, afetado, com possibilidade de escuta, dando espaço para que algo aconteça.

Constatou-se que a respiração consciente e ampliada, como modo de ação/percepção, pode ser vista como chave do trabalho necessário para essa abertura. Ela nos ajudaria a desafixar de padrões e enrijecimentos, experienciando o fluxo, sendo possível nos esquecermos de nós mesmos, para podermos nos curar, ou seja, nos transformar ao longo da ação, deixando aquilo que nos define e paralisa para podermos ser outros, nos emanciparmos de uma condição, estando mais conectados conosco, com o outro e com o meio ao final da experiência a partir de uma ecosofia (Guatarri, 2012).

Se, para os padrões estabelecidos pela medicina ocidental, a cura é vista como retorno ao lugar estável e considerado como normal e a doença como uma perturbação do sistema que deve ser contida, nesta pesquisa, em consonância com os autores supracitados, entendeu-se que, numa lógica inversa, a doença é a estagnação, paragem do processo, e a cura é a transformação, lugar em que podemos ser outros, sem pretensão, necessariamente, de retorno a um estágio anterior. Busca-se, antes de querer sair deste lugar de instabilidade, desamparo, vazio e risco, poder justamente habitá-lo com nossas intensidades para que possamos utilizá-lo como potência de recriação de nós mesmos.

Viver a Escalada, com sua prática vertiginosa e de encantamento, arriscada e não habitual, em que nos envolvemos por inteiro, sem medir esforços, numa concentração plena que une corpo e mente no momento presente, permitiu pensar em práticas pedagógicas, por meio da proposta de Dança Acrobática, e em práticas de criação, por meio dos processos artísticos descritos, na busca por um corpo-em-fluxo, que se recria ao longo da ação, gerando um tipo de emancipação e conexão na tríplice vertente: consigo, com o outro e com o meio.

A escalada ajudou a entender corporalmente, com muita clareza, questões referentes ao fazer/pensar das artes da cena, que algumas vezes correm o risco de serem tratadas com certo misticismo e metáforas distantes. Pôde-se, a partir das vivências desta prática, perceber

o que era estar presente, sentir-se parte do todo, conectado e coeso com o meio, potente e amplamente feliz. Ao desidentificar-se e esquecer-se de si, pôde-se sentir o que é ser escalado por uma força maior, gerando calma e bem-estar, com uma consciência ampliada e os sentidos refinados. Além disso, foi possível desafixar de idéias que paralisavam e transformar-se, ao longo da ação, como uma espécie de cura: ver a si e ao mundo sob outra perspectiva, redimensionando os problemas; perceber a prática como um cultivo de si mesmo, um ato de cuidado; sentir-se parte do mundo, com responsabilidade que não é imposta ou dita como melhor, mas como verdadeira, única e talvez justa.

Nas práticas docentes, não se buscou propor aos alunos vivências de escalada, literalmente, mas perceber como, a partir do contato da autora com essa prática, suas propostas de Dança Acrobática puderam ser pensadas e criadas de forma ampla, libertando a acrobacia do domínio da Ginástica, conforme a concepção da educação física, e trazendo a perspectiva de se trabalhar com o campo não formal, mas de forças e atravessamentos.

Neste sentido, propõem-se uma acrobacia que nos lance ao vazio para que nosso corpo possa se reconfigurar, nossas ideias se revirarem e, assim, possamos nos reinventar no salto. Seria necessário andar nessa corda bamba para sentir o corpo vibrar; subir nas paredes, usando nossas forças, o suor, todos os músculos engajados, pelo esforço que nos faz ascender; virar de cabeça para baixo para poder mudar de ponto de vista e rever um problema; estar integralmente no presente e sentir-se pleno por isso, conectado.

Acredita-se e busca-se uma pedagogia que seja acrobática enquanto possibilidade de lidar com o outro enquanto pessoa, de estabelecer relação, de procurar criar espaço para a troca, a escuta, o diálogo, a construção de espaços de afeto. Como seria ter pensamentos e condutas acrobáticas? Viver acrobaticamente? Nessas relações, podemos encontrar o corpo-em-fluxo, corpo-em-arte, corpo-em-movimento, que é vivo, e, dessa condição, gera vida.

Buscou-se tirar uma prática do domínio exclusivo de uma área e poder vê-la e praticá-la sobre outra ótica, sem querer impor uma regra ou verdade que outras pessoas devem seguir, mas questionando o uso indiscriminado e de certa forma alienado, sem qualquer tipo de indagação ou reflexão. A escalada, por exemplo, pode ser praticada como um esporte, com intuito competitivo, seja em relação a si mesmo, ao outro ou a própria natureza, pode ser também combativa ou meramente formal, mas não precisa ser unicamente utilizada para estes fins e, por esse motivo, não deve ser enquadrada de modo generalista como um esporte. Questionam-se as definições generalistas restritivas que impedem outras formas de

abordagem, concepção e reflexão da prática. Abre-se, portanto, uma via de reflexão em que são lançados os temas a fim de esclarecer alguns conteúdos, em consonância com a ecologia de saberes proposta por Santos (2010).

Da mesma forma, fez-se vista dos processos criativos desenvolvidos pela autora, por meio da análise dos quatro últimos espetáculos criados, percebendo de que forma foram influenciados e contaminados pela prática com a Escalada.

O corpo e a experiência empírica foram acionados, como forma de fazer a pesquisa e, ao mesmo tempo, de se (re)fazer ao longo da pesquisa, num processo de autotransformação, como se o que fosse feito por nós também nos fizesse, neste duplo movimento.

A pesquisa buscou tratar a Escalada e a Dança Acrobática como práticas de emancipação que permitem aos envolvidos a possibilidade de desaparecer um pouco, deixar os problemas que os fixam no passado ou no futuro e os impedem de viver o presente, para que possam se tornar outros ao longo do percurso, deixando alguma coisa os movimentar e assim instaurar um acontecimento.

Primeiramente, apresentou-se ao leitor o percurso de vida da autora para que pudessem ser identificados os germens e momentos disparadores da pesquisa, revelando o nascimento e a origem das urgências e temas trazidos à tona. Na sequência, buscou-se contextualizar a prática da escalada dentro de um campo maior que é o montanhismo, suas imbricações e a montanha como lugar do acontecimento, situando a prática fora do domínio do esporte, mas como um cultivo de si, em relação e consonância com as artes. Expôs-se sobre a Teoria de Fluxo e o conceito de desaparecimento necessário, cruzando o pensamento de autores da filosofia e do teatro. Encaminhou-se para a análise das criações artísticas deste período revelando a contaminação sofrida, finalizando com as práticas docentes que revelam como a autora organizou e fez de suas aulas práticas de emancipação e cura, em que os alunos pudessem se ver sobre outra ótica, transformados.

Na pesquisa em torno do montanhismo, e da escalada mais especificamente, ficou clara a inexistência de materiais de pesquisa nas bibliotecas de consulta das universidades. O acesso a estes materiais foi feito diretamente no acervo dos clubes de montanhismos da cidade do Rio de Janeiro, principalmente no CEB (Centro Excursionista Brasileiro), a partir do membro Celso Perin, e também por colegas escaladores que cederam livros e revistas da área. Outras fontes de pesquisa foram os diversos sites e grupos de bate-papo, onde os participantes postavam publicações e informações. No entanto, o conteúdo presente, em sua

maioria, tanto nos materiais bibliográficos quanto nos artigos da internet, não seguia regras e formatos acadêmicos de pesquisa, omitindo fontes, referências e autores de base utilizados, dificultando a veracidade dos fatos e a reconstituição do assunto tratado.

Além disso, os registros da pesquisa nesta área não foram abundantes por demandarem certa logística de produção, que conflitava com o caráter não exibicionista da prática. No entanto, os parceiros de escalada conseguiram realizar alguns registros em foto que aqui se apresentam, possibilitando a visualização e compartilhamento da pesquisa, na tentativa de aproximar o leitor do campo estudado.

Ser artista, professora e pesquisadora, numa tríade dinâmica, mostrou-se potente e, ao mesmo tempo, desafiador. Nossas pesquisas em artes, que tangem diversos universos, e que se fazem tanto na teoria de nossos textos quanto da prática de nossas ações pedagógicas e artísticas, têm uma dupla, ou tripla, tarefa a cumprir. Vemos assim, a importância de que os produtos cênicos criados sejam parte integrante da pesquisa e possam ser mostrados para servirem, também, como a própria arguição, pois falam por si e são pesquisa.

Isso quer dizer que as diversas circunstâncias em que a autora esteve submetida ao longo do trabalho mostraram-se presentes na pesquisa, seja pela necessidade em atuar em diversas frentes, como docente na universidade simultaneamente ao ato de desenvolver o doutorado e, portanto, não sendo exclusiva a nenhuma delas, mas ao contrário, tendo que dividir a atenção e energia, além das demandas pessoais que nos atravessam; seja pelas alterações de cidade a cada nova candidatura, que demandavam tempo de adaptação em um distinto ambiente cultural, social, econômico e climático.

Não poderia deixar de comentar o cenário político em que a pesquisa se fez, que está refletido neste texto e serve para contextualizar o lugar de fala, desde o impeachment de Dilma Rousseff em 2016, prisão do ex-presidente da república Luiz Inácio Lula da Silva em 2018, posse de Jair Bolsonaro como 38º Presidente do Brasil em 2019 e as políticas públicas por este governo implementadas desde então. Em especial, na cidade do Rio de Janeiro, as condições de vida, de trabalho e pesquisa, atravessaram certamente este estudo. Cenas diversas contribuíram e tensionaram a escrita: ter livros importantes para consulta que já estavam esgotados nas livrarias, comprados em sebos pela internet, saqueados no momento que estavam em transporte na cidade; ouvir tiros da sala de aula no campus Cidade Universitária da UFRJ (popularmente conhecido como Fundão), e ser obrigada a deitar no

chão juntamente com todos os alunos; presenciar cenas diárias de deploração humana, com milhares de pessoas vivendo em condições precárias, como ao andar na calçada de Botafogo, encontrar um morador de rua cadeirante defecado; conviver com o mau cheiro da cidade; espremida dentro de um ônibus lotado, ver da janela belas paisagens da geografia da cidade, com seus morros, rochas e mares; sentada num quiosque a comer, ser abordada por pedintes insistentes, que vivem do lixo, dormem na rua e “limpam-se” na água poluída dos córregos, onde a cidade deposita seu esgoto; ser lembrada diariamente que o local que transita é perigoso e que arrastões são frequentes; presenciar a chamada “intervenção militar” nos acessos ao campus referido; ser acometida pela ausência justificada de alunos alegando que não podem sair de casa, pois helicópteros da polícia militar sobrevoam o local trocando tiros com a milícia; observar tanques de guerra atravessarem as avenidas da cidade, sem se tratar de qualquer tipo de comemoração militar; e ao mesmo tempo, de forma contraditória, poder escalar em locais bucólicos e encantadores, ter acesso a inúmeros eventos artísticos e acadêmicos numa variedade de propostas e estilos, e ainda ver a pulsão de vida e resistência, como escutar a um impressionante quarteto de violino dentro do vagão do metrô, formado por adolescentes da periferia da cidade.

Fazer pesquisa nessa situação, com as condições acima pontuadas, dentre outras colocadas ao longo do texto, deve ser levado em consideração, ainda mais quando tratamos de pesquisas qualitativas, de aproximação do sujeito com seu objeto, em que o estudo se faz a partir do lugar de fala, daquele que, ao fazer, se refaz também.

Foi ao ver um vizinho abrir a porta de sua casa para arremessar uma lata de cerveja na rua, que se sentiu a necessidade de trabalhar em direção a uma ecosofia, como proclama Guattari (2012). Esta pessoa que joga uma lata na rua de forma indiscriminada não se sente parte do meio em que vive, ao contrário, considera-o como lixo. Portanto, vive ela mesma no lixo e dele faz parte, sendo lixo também. A postura ecológica nasce, portanto, da tripla conexão, já abordada, ou destes registros: consigo mesmo (subjetividade humana), com o outro (relações sociais) e com o meio (meio ambiente). Percebeu-se que a falta de consciência do meio está intimamente ligada à falta de consciência de si.

Portanto, esta tese defende que adentrar numa experiência de fluxo, numa experiência acrobática, que nos transforma ao longo da ação, pode ser uma possibilidade de caminhar em direção à ecosofia enquanto postura ecológica, que nos faz sentir pertencentes ao mundo e responsáveis por ele.

Acredita-se que esta pesquisa seja inédita enquanto entrelaçamento de conteúdos e áreas abrangidas, trazendo outra perspectiva de olhar para o trabalho do artista da cena. Do que tivemos acesso nesse âmbito, pouco se fala sobre a relação entre o montanhismo e a escalada como possibilidades de práticas de emancipação, ou como lugar de pensar o treinamento e as ações pedagógicas.

A preocupação estava em falar a partir da experiência própria, mas que não parasse nela mesma, buscando o movimento entre ação – pensamento – ação, constante e interminável, em que a pesquisa é feita ao mesmo tempo que o pesquisar, por um método cartográfico. Percebe-se que o estudo se torna um ato de autorreflexão em que o pensamento se desdobra ao longo do texto.

Finaliza-se com algumas questões, que ao invés de fecharem, abrem: Cura de quê? Para quê? Afinal, apesar da autora não ser da área da saúde e ter receio em usar a palavra “cura”, algo a invoca, por uma sensação pessoal de que a partir das práticas propostas, podemos ter algum tipo de emancipação, melhorar nossas vidas, sentirmo-nos mais felizes por termos expandido nossa mente, feito o corpo fluir e circular, por podermos viver o presente e nos conectarmos conosco, com o outro e com o meio, sentindo-nos pertencentes a algo maior e assim nos tornando parte do meio e sendo responsáveis por ele, de forma que nossas ações (e pensamentos) se tornem ecológicos.

Uma série de artistas descreveram percursos profissionais que ligavam seus trabalhos a suas vidas, de forma a se aproximarem da parte mais humana da arte, com ocupações, muitas vezes, terapêuticas, de uma pulsão de vida, distanciando-se e até mesmo recusando possibilidades representativas e exibicionistas que estivessem vinculadas a alguma questão material ou que desconsiderassem o artista enquanto ser humano. É o caso de Rudolf Von Laban, que estendeu o estudo do movimento para as formas de atuação do homem na sociedade; ou de Lígia Clark, com seus objetos relacionais, que propunha a estruturação do *self* de seus pacientes, em sessões terapêuticas; e de Grotowski, na última fase de seu trabalho, em que não produzia mais espetáculos, mas encontros e acontecimentos entre os presentes.

De fato, parece que a busca está nesta “arte de viver vidas melhores”, como proclama Shusterman (2012) ao falar do conhecimento do próprio corpo para este propósito. A busca por algum tipo de emancipação, ou de felicidade, como diria Bauman (2009), seria o ponto de encontro com o que chamo de cura dentro do trabalho do artista da cena. Cura seria

podermos nos encontrar com nós mesmos, não naquilo que nos define, mas na possibilidade de sermos algo que ainda não somos, de nos transformarmos, de nos surpreendermos conosco, de deixarmos algo acontecer, sem precisarmos querer controlar.

Perceber que nosso fazer envolve uma dimensão curativa, pois, querendo ou não, lidamos com um corpo em vida, com seres humanos, permeados de afetos e atravessamentos, nos faz entender que não tem como não esbarrar com questões emocionais dos alunos, com aquilo que os faz brilhar ou se tornar mais opacos, com seus desejos, com suas buscas. Não se fala da clínica ou da cura de uma patologia, mas da percepção de estarmos vivos e em transformação e que trabalhar com dança ou teatro é trabalhar com a medicina (de nós mesmos), como diria Le Clézio (1971).

No entanto, esta busca por viver vidas melhores ou por algum tipo de emancipação é individual e bastante variável. Longe de querer servir como um método ou receita para a felicidade, esta pesquisa tem como objetivo partilhar, a partir da experiência pessoal, reflexões e considerações que levaram ao desenvolvimento de práticas pedagógicas e artísticas no campo das artes da cena.

Percebe-se que o estudo ainda não finalizou, se é que teria como o fazer, e desponta algumas possibilidades de continuidade e desdobramento. Desenvolver a proposta de cuidado de si de Foucault, por exemplo, seria uma delas, assim como as análises de cura e emancipação já propostos por outros artistas. Além disso, o trabalho pede como desdobramento o envolvimento de outras pessoas na pesquisa de forma ativa e presente, o que demandaria uma aprovação do projeto pelo Comitê de Ética da Universidade, afim de que suas falas e pontos de vista pudessem ser colocados, o que não foi possível neste momento, impedindo a utilização dos relatos de experiência completos escritos pelos alunos das disciplinas analisadas. Vê-se a importância da voz do outro para que a pesquisa não pare na experiência pessoal, mas que alcance vãos e possa fazer sentido, convocando outras vozes e formas de pensar e fazer.

Encontros potentes foram feitos e espaços de investigação criados. Identifica-se o trilho percorrido e visualizam-se as possibilidades de caminho a seguir, deixando que o movimento da pesquisa continue de forma genuína. Das alturas da montanha, sentindo o vento frio e o som das asas dos pássaros a rasgar o ar, ao chão com seu apoio a propiciar outras perspectivas, a pesquisa entrecruzou experiências pessoais, com criações artísticas, práticas pedagógicas, estudos teóricos, revisão bibliográfica e diversas práticas corporais de

emancipação.

Reconhece-se que a pesquisa envolveu diversas ações, desde a docência até a criação artística, e que seu alcance não se restringe aos leitores deste texto, mas aos diversos alunos que experienciaram as aulas, ao público dos espetáculos, aos que estiveram presentes nos locais onde foram compartilhadas partes da pesquisa, seja de forma performática ou expositiva oral, aos leitores dos artigos publicados e àqueles que estiveram nos diálogos criados. Além disso, relatos de desdobramento das propostas pedagógicas foram feitos pelos alunos, afirmando que levaram para o seu dia a dia o que vivenciaram, seja em suas aulas, treinos, ensaios com grupos e companhias ou com suas famílias. Temos como exemplo alunos que envolveram os ensinamentos em seus treinos de artes marciais; no momento de televisão com a família, propondo neste horário de encontro práticas somáticas; com alunos autistas na rede municipal de ensino; como forma de treinamento para o grupo de teatro; e como cuidado de si em práticas matinais. Desta forma, percebe-se que as práticas docentes geraram repercussões diversas, atingindo direta e indiretamente pessoas e afetando suas vidas.

## REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

- ARTAUD, Antonin. **O teatro e seu duplo**. São Paulo: Martins Fontes: 1993.
- BARBANTI, Valdir. O que é esporte? **Revista brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 11, n. 1, p. 54-58, 2006.
- BARROS, Manoel de. **Poesia completa**. São Paulo: LeYa, 2013.
- BARRETT, Estelle; BOLT, Barbara (Org.). **Practice as Research: approaches to creative arts inquiry**. Londres: I.B.Tauris, 2007.
- BAUMAN, Zygmund. **A arte da vida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2009.
- BECK, Sergio. **Com unhas e dentes**. São Paulo: Sergio Beck, 1995.
- BERGSON, Henri. **Matéria e Memória**. São Paulo: Martins Fontes: 2006.
- BERTAZZO, Ivaldo. **Corpo vivo: reeducação do movimento**. São Paulo: Edições SESC SP, 2010.
- \_\_\_\_\_. **Cérebro ativo: reeducação do movimento**. São Paulo, Edições SESC SP: Manole, 2012.
- BOFF, Leonardo. **Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela terra**. Petropolis, RJ: Vozes, 1999.
- BONATTI, Walter. **The great day**. London: Victor Gollancz LTD, 1978.
- BRITO, Altair Gomes. As montanhas e suas representações: buscando significados à luz da relação homem-natureza. **Revista de Biologia e Ciências da Terra**, Universidade Estadual da Paraíba, vol. 8, n. 1, p. 1-20, primeiro semestre 2008.
- BROOK, Peter. **A porta aberta**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2000.
- BROWN, Trisha. Repertory: Man Walking Down the Side of a Building (1970). **Site oficial TBDC: Trisha Brown Dance Company**. Rio de Janeiro, 10 outubro 2019. Disponível em: <<https://trishabrowncompany.org/repertory/man-walking-down-the-side-of-a-building.html?ctx=title>>. Acesso em: 10 outubro 2019.
- BURNIER, Luís Otávio. **A arte de ator: da técnica à representação**. Campinas: Editora da Unicamp, 2009.
- CALAIS-GERMAIN, Blandine. **Anatomia para o movimento: introdução à análise das**

- técnicas corporais. São Paulo: Manole, 2010.
- CANGUILHEM, Georges. **O normal e o patológico**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009.
- CHAMPIGNION, Philippe. **Aspectos biomecânicos: cadeias musculares e articulares: método G.D.S.: noções básicas**. São Paulo: Summus, 2003.
- CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. **Fluir: a psicologia da experiência** Optima, medidas para melhorar a qualidade de vida. Lisboa: Relógio D'água Editores, 2002.
- COLLA, Ana Cristina. **Caminhante, não há caminhos**. Só rastros. São Paulo: Perspectiva: FAPESP, 2013.
- DAFLON, Cintia Adriane de Aquino; DAFLON, Flavio Henrique Alves. **Escale melhor e com mais segurança: manual de técnica de escalada**. Rio de Janeiro: Companhia da Escalada, 2016.
- DELEUZE, Gilles. **Crítica e clínica**. São Paulo: Ed. 34, 1997.
- DELEUZE, Gilles; GUATARI, Félix. **Mil platôs: capitalismo e esquizofrenia 2**, vol. 1. São Paulo: Editora 34, 2011.
- DENZIN, N.K.; LINCOLN, Y.S. **Handbook of qualitative research**. Thousand Oaks: Sage, 2005.
- DIAS, Cleber Augusto Gonçalves; JUNIOR, Edmundo de Drummond Alves. **Entre o mar e a montanha: esporte, Aventura e natureza no Rio de Janeiro**. Niterói: EdUFF, 2007.
- DUNKER, Christian. **Mal-estar, sofrimento e sintoma**. São Paulo: Boitempo, 2015.
- \_\_\_\_\_. **Crítica da razão diagnóstica em psicanálise**. In: OLIVEIRA, C. (Org.). Filosofia, psicanálise e sociedade. Rio de Janeiro: Azougue Editorial, 2011a, p. 281-296.
- \_\_\_\_\_. Mal-estar, sofrimento e sintoma: releitura da diagnóstica lacaniana a partir do perspectivismo ameríndio. **Tempo Social**, p. 115-136, 2011b.
- \_\_\_\_\_. **Arqueologia da Psicanálise: o problema da cura**. In Safatle, V.; Manzi, R. (Orgs.) A Filosofia após Freud (p. 223-234). São Paulo: Humanitas, 2008.
- ELIADE, Mircea. **O Sagrado e o Profano**. São Paulo: Martins Fontes, 1992.
- FARIA, Antonio Paulo. **A escalada Brasileira**. Rio de Janeiro: Companhia de escalada, 2017.
- \_\_\_\_\_. **Montanhismo Brasileiro: Paixão e Aventura**. Rio de Janeiro: Montanhar, 2006.

\_\_\_\_\_. Classificação de montanhas pela altura. **Revista Brasileira de Geomorfologia**, ano 6, n. 2, 2005.

FERNANDES, Ciane. **O Corpo em movimento**: o sistema Laban/ Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas. São Paulo: Ed. Annablume, 2002.

FERRACINI, Renato. **Corpos em Fuga, Corpos em Arte**. (org.) São Paulo: HUCITEC: FAPESP, 2006.

\_\_\_\_\_. Ação física: afeto e ética. **Urdimento**, v.2, n.13, p. 123-133, 2009.

\_\_\_\_\_. O treinamento Energético e Técnico do Ator. **Ilinx – revista do LUME**, v.1, n.1, p. 94-113, 2012.

FLORES, Lito Tejada. **The Games Climbers Play**, edited by Ken Wilson. London: Diadem Books Ltd., 1978.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade 3**: O cuidado de si. São Paulo: Paz e Terra, 2014.

\_\_\_\_\_. **O nascimento da clínica**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2008.

GAYA, Adroaldo. Mas afinal, o que é Educação Física? **Movimento**: revista de educação física da UFRGS, v. 1, n. 1, 1994.

GEBARA, Ademir. **Educação física e esportes no Brasil**: perspectivas (na história) para o século XXI. In Educação física & esportes: perspectivas para o século XXI. São Paulo: Papyrus, 1992.

GODELIVE, Denys-Struyf. **Cadeias Musculares e articulares**: o método G.D.S. São Paulo: Summus, 1995.

GÓIS, Edivaldo Junior; SOARES, Carmen Lúcia; SILVA, Vinícius Terra Demarchi. **CORPO-MÁQUINA: DIÁLOGOS ENTRE DISCURSOS CIENTÍFICOS E A GINÁSTICA**. **Movimento**, v. 21, n. 4, p. 974-984, outubro-dezembro 2015.

GROTOWSKI, Jerzy. **O teatro laboratório de Jerzy Grotowski 1959-1969**. São Paulo, Perspectiva, Edições SESC SP; Pontedera, IT, Fondazione Pontedera Teatro, 2010.

GUATTARI, Félix. **As Três Ecologias**. São Paulo: Papyrus, 2012.

HERRIGEL, Eugen. **A arte cavalheiresca do arqueiro Zen**. São Paulo: Editora Pensamento, 1999.

HONNOLD, Alex. **Alone on the wall**: Alex Honnold with David Roberts. Nova Iorque: W.W. Norton & Company, 2016.

ILHA, André. **Por um triz**. Rio de Janeiro: Valentina, 2016.

JUNIOR, Paulo Ghiraldelli. **Educação física progressista**: a pedagogia crítico-social dos conteúdos e a educação física brasileira. São Paulo: Loyola, 2007.

LABAN, Rudolf. **O Domínio do Movimento**. São Paulo: Summus Editorial, 1978.

LARROSA, Jorge. **Tremores**: escritos sobre experiência. Belo Horizonte: Autêntica, 2016.

LE CLÉZIO, Jean-Marie Gustave. **Hai**. Suíça: Éditions Albert Skira, 1971.

LEONARDELLI, Patrícia. Corpo da consciência e possíveis dramaturgias da memória que dança. **Cena**, n. 9, p. 1-12, 2011.

\_\_\_\_\_. A memória como recriação do vivido aplicada às artes performativas. **Sala Preta**, v. 9, p. 191-201, 28 nov. 2009.

LEONARDELLI, Patrícia. FERRACINI, Renato. Dramaturgia do invisível, dramaturgia do possível, dramaturgia da imanência: apontamento para uma potente dramaturgia microscópica. **Urdimento**, v. 1, n. 20, p. 151-158, setembro de 2013.

LEPECK, André. Rope. In **"Climbing: from bios to zoe and beyond"**. Department of Performance Studies, New York University, 11 de novembro de 2016. Disponível em: <<https://archive.org/details/ClimbingBiosZoeBeyond>>. Acesso em: 10 out. 2019.

LIGNELLI, César. **Sons e(m) cena**. Brasília: Editora Dulcina, 2014.

LINKE, Ines. Paisagens artificiais: notas sobre montanhas. **Anais do VII Congresso da ABRACE**. Porto Alegre, outubro de 2012.

LORDEIRO, Manoel de Souza. **Montanhismo Brasileiro**: Das primeiras manifestações até os anos 60. Rio de Janeiro: Sinergia, 2012.

LOUPPE, Laurence. **A Poética da Dança Contemporânea**. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.

MARINHO, Alcyane. Lazer, Aventura e Risco: reflexões sobre atividades realizadas na natureza. **Movimento**. Porto Alegre, v. 14, n. 02, p. 181-206, maio/agosto de 2008.

\_\_\_\_\_. ATIVIDADES NA NATUREZA, LAZER E EDUCAÇÃO AMBIENTAL: refletindo sobre algumas possibilidades. **Motrivivência**, Florianópolis, n. 22, p. 47-70, jan. 2004.

\_\_\_\_\_. Lazer, natureza e aventura: compartilhando emoções e compromissos. **Rev.**

**Bras. Cienc. Esporte**, v. 22, n. 2, p. 143-153, jan. 2001.

MILLÁS, Cláudia Regina Garcia; COLLA, Ana Cristina. **Trajetórias de risco, treinamento e criação**: experiências vividas nos espaços vertical e aéreo. Campinas, SP: [s.n.], 2014, 2014.

MILLER, Jussara. **A escuta do corpo**: sistematização da Técnica Klauss Vianna. São Paulo: Summus, 2007.

MYERS, Thomas W. **Trilhos Anatômicos**: meridianos miofasciais para terapeutas manuais e do movimento. Barueri – SP: Manole, 2016.

MOORE, Nancy; BROWN, Trisha. Repertory: Spiral (1974). **Site Oficial TBDC**: Trisha Brown Dance Company. Rio de Janeiro, 10 outubro 2019. Disponível em: <<https://trishabrowncompany.org/repertory/spiral.html?ctx=date>>. Acesso em: 10 outubro 2019.

NAIR, Sreenath. **Restoration of Breath**: Consciousness and Performance. Amsterdam – New York: Rodopi, 2007.

NESS, Sally Ann. **Choreographies of landscape**: signs of performance in Yosemite National Park. Nova Iorque: Berghahn Books, 2016.

NEVES, Tiago Iwasawa. **A cura em psicanálise como potência política de transformação**. Tese de doutorado - Universidade Católica de Pernambuco, 2018.

NEVES, Tiago Iwasawa; PORCARO, Luiza Almeida; CURVO, Daniel Rangel. Saúde é colocar-se em risco: normatividade vital em Georges Canguilhem. **Saúde e Sociedade**. São Paulo, v.26, n.3, p.626-637, 2017a.

NEVES, Tiago Iwasawa; SANTOS, Andreza Silva dos. A direção da cura na clínica lacaniana das psicoses. **Contextos Clínicos**, v.10, n.2, p.257-267, julho-dezembro 2017b.

NUNES, Mário Luis Ferrari; RÚBIO, Kátia. O(s) currículo(s) da educação física e a constituição da identidade de seus sujeitos. **Currículo sem Fronteiras**, v. 8, n. 2, p. 55-77, Jul/Dez 2008.

PALCOS, Maria Adela. **Del Cuerpo hacia la luz**: 45 anos del Sistema Rio Abierto. Buenos Aires: Editora Kler, 2011.

PAIVA, Geraldo José de. Religião, enfrentamento e cura: perspectivas psicológicas. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v.24, n.1, p.99-104, janeiro - março, 2007.

PAIXÃO, Paulo. **Processos de comunicação em evolução**: coreografia e gramaticalidade. 2003. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Comunicação e Semiótica, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2003.

PASSOS, Eduardo; KASTRUP, Virginia; ESCOSSIA, Liliana da. (Org.). **Pistas do método da cartografia**: Pesquisa-intervenção e produção de subjetividade. Porto Alegre: Sulina, 2010.

PETRARCA, Francesco. **Subida al Monte Ventoso**. Palma de Mallorca (Espanha): José J. De Olañeta, 2011.

QUILICI, Cassiano Sydow. **Antonin Artaud: Teatro e Ritual**. São Paulo: Annablume, 2004.

\_\_\_\_\_. **O ator-performer e as poéticas da transformação de si**. São Paulo: Annablume, 2015.

REBOLLEDO, Julio. El circo em la cultura mexicana. **Inventio, la génesis de la cultura universitária em Morelos**, [S.l.], n. 4, p. 13-22, jun. 2018. ISSN 2448-9026. Disponível em: <<http://inventio.uaem.mx/index.php/inventio/article/view/190/329>>. Acesso em: 19 nov. 2018

ROLNIK, Suely. **Cartografia Sentimental**: transformações contemporâneas do desejo. Porto Alegre: Sulina; Editora da UFRGS, 2011.

ROSSI, Maria José dos Santos. O curar e o cuidar – a história de uma relação. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 44, n.1, p.16-21, jan-mar 1991.

SAFATLE, Vladimir. **O circuito dos afetos**: corpos políticos, desamparo e o fim do indivíduo. São Paulo: Editora Autêntica, 2015.

\_\_\_\_\_. O que é uma normatividade vital? Saúde e doença a partir de Georges Canguilhem. **Scientia e Studia**, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 11-27, 2011.

SANTOS, Boaventura de Sousa. Para além do pensamento abissal: das linhas globais a uma ecologia de saberes. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, v. 78, p. 3-46, Outubro 2007.

\_\_\_\_\_. **A gramática do tempo**: por uma nova cultura política. São Paulo: Cortez, 2006.

\_\_\_\_\_. **Um discurso sobre as ciências**. São Paulo: Cortez, 2003.

\_\_\_\_\_. **A Crítica da Razão Indolente**. Contra o Desperdício da Experiência, para um Novo Senso Comum. São Paulo: Cortez, 2000.

SERRES, Michel. **Variações sobre o corpo**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2004.

SHUSTERMAN, Richard. **Consciência Corporal**. São Paulo: É realizações, 2012.

SIGOLI, Mario Andre; JUNIOR, Dante De rose. A história do uso político do esporte. Ponto de vista. **Revista brasileira de ciência e movimento**: Brasília, v.12, n.2, p. 111-119, junho 2004.

SILVA, Ermínia. **A linha do tempo das artes circenses**: introdução. *Circonteúdo*, 31 de

outubro de 2008. Disponível em: <<https://www.circonteudo.com/linha-do-tempo/introducao/>>. Acesso em: 16 de outubro de 2019.

SILVA, Renata. **Cidade Maravilhosa**. Precisa-se Público. 2017. Disponível em: <<https://precisa-sepublico.com.br/2017/10/09/renata-silva/>>. Acesso em 05 de agosto de 2018.

SOARES, Carmen Lúcia; FRAGA, Alex Branco. Pedagogia dos corpos retos: das morfologias disformes às carnes humanas alinhadas. **Pro-posições**, v. 14, n. 2, p. 77-90, maio/ago 2003.

SOARES, Carmen Lucia. **Educação física: Raízes européias**. Campinas – SP: Autores associados, 2017.

VIANNA, Klauss. **A Dança**. São Paulo: Summus, 2005.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

BARROS, Laura Pozzana. **O Corpo em Conexão: Sistema Rio Aberto**. Niterói: Editora da Universidade Federal Fluminense, 2008.

COSTA, Lamartine Pereira da. **As ecologias da educação física e do esporte no futuro**. In Educação física & esportes: perspectivas para o século XXI. São Paulo: Papirus, 1992.

FERIGATO, S.H.; CARVALHO, S.R. Qualitative research, cartography and healthcare: connections. **Interface - Comunic., Saude, Educ.**, v.15, n.38, p.663-75, jul./set. 2011.

GARAUDY, Roger. **Dançar a Vida**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

GROS, Frederick. **Caminhar, uma filosofia**. São Paulo: É realizações, 2011.

ILGNER, Arno. **O Caminho do Guerreiro da Rocha: Treinamento Mental para Escaladores**. Rio de Janeiro: Companhia da Escalada, 2014.

LUCENA, Waldecy Mathias. **A história do montanhismo no Rio de Janeiro: dos Primórdios aos Anos 1940**. Rio de Janeiro: Montanhar, 2006.

MARINHO, Alcyane. Do Bambi ao Rambo ou vice-versa? As relações humanas com (e na) natureza. **Conexões: Educação, esporte e lazer**, Campinas, SP, v. 1, n. 3, p. 33-41, dez. 1999.

MARINHO, Alcyane; BRUHNS, Heloisa T. (Org.). **Viagens, Lazer e Esporte: o espaço da natureza**. São Paulo: Manole, 2006.

MARQUES, Renato Francisco Rodrigues; ALMEIDA, Marco Antonio Bettine de; GUTIERREZ, Gustavo Luis. Esporte: um fenômeno heterogêneo: estudos sobre o esporte e suas manifestações na sociedade contemporânea. **Movimento: Porto Alegre**, v. 13, n. 03, p. 225-242, setembro/dezembro 2007.

PALCOS, Maria Adela. Breve descrição sobre o trabalho que realizamos – parte 1. **Site oficial Rio Aberto**. Rio de Janeiro, 10 outubro 2019. Disponível em: <<http://www.rioabierto.com.br/textos-de-referencia.asp>>. Acesso em: 10 out. 2019.

## REFERÊNCIA VIDEOGRÁFICA

**A question of risk** – Episode 1 – Alex Honnold, 2014. 1 vídeo (4 minutos e 18 segundos). Publicado pelo canal Black Diamond Equipment. Disponível em: <<https://vimeo.com/84716329>>. Acesso em 13 de outubro de 2019.

**Alex Honnold Compilation 2014**, 2017. 1 vídeo (13 minutos e 17 segundos). Publicado pelo Canal James & Jimmyz Cutz. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=nX82eexgmyA>>. Acesso em 13 de outubro de 2019.

**Fear or Free:** Alex Honnold, 2016. 1 Vídeo (1 minuto e 21 segundos). Publicado pelo canal The North Face. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=C1CIX9MF7GU>>. Acesso em 13 de outubro de 2019.

**Free Solo.** Direção e produção: Elizabeth Chai Vasarhelyi e Jimmy Chin. Produção: Little Monster Films, Itinerant Media and Parkes + MacDonald / Image Nation da National Geographic Documentary Films. Elenco: Alex Honnold, Tommy Caldwell, Jimmy Chin, Cheyne Lempe, Mikey Schaefer, Sanni McCandless, Dierdre Wolownick, Peter Croft. EUA, 2018.

**How I climbed a 3.000-foot vertical cliff – without ropes** / Alex Honnold, 2018. 1 vídeo (11 minutos e 49 segundos). Publicado pelo canal Ted. Disponível em <[https://www.youtube.com/watch?v=6iM6M\\_7wBMc&t=282s](https://www.youtube.com/watch?v=6iM6M_7wBMc&t=282s)>. Acesso em 13 de outubro de 2019.

**Mountain.** Direção: Jennifer Peedom. Produção: Jo-anne McGowan e Jennifer Peedom. Austrália, 2017.

**The dawn Wall.** Direção: Josh Lowell e Peter Mortimer. Produção: RedBull Media House com SenderFilms. Elenco: Tommy Caldwell e Kevin Jorgeson. EUA, 2018.

**The North Face:** Alex Honnold – El Sendero Luminoso, 2014. 1 vídeo (6 minutos e 11 segundos). Publicado pelo canal The North Face. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=PhI82D57P58&t=18s>>. Acesso em 13 de outubro de 2019.

**The North Face:** Speaker series with Alex Honnold – Risk vs. Consequence, 2014. 1 vídeo (1 minuto e 10 segundos). Publicado pelo canal The North Face. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=ixbeg7YGqal>>. Acesso em 13 de outubro de 2019.

**Trisha Brown:** Early works 1966-1979. Volume 1. Produção: Techmatrix sob licença da Magnus Opus Collection. DVD Colorido e PB (93 minutos) sem diálogos.

**Valley Uprising:** Yosemite's Rock Climbing Revolution. Texto e Direção: Peter Mortimer e Nick Rosen. Produção: SenderFilms. EUA, 2014.

**What if He Falls?** The Terrifying Reality Behind Filming "Free Solo" / Op-Docs, 2018. 1 vídeo (10 minutos e 11 segundos). Publicado pelo canal The New York Times. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=3-wjmlFlnNo&t=71s>>. Acesso em 13 de outubro de 2019.

**Woman are mountain.** Direção: Renata Calmon. Elenco: Mônica Fillipini e Danielle Pinto. São Bento do Sapucaí – SP, 2018. Disponível em <<https://vimeo.com/273950481>>. Acesso em 13 de outubro de 2019.