



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO – UNIRIO
CENTRO DE LETRAS E ARTES – CLA**

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM ARTES CÊNICAS
MESTRADO EM ARTES CÊNICAS**

**O RITMO DO PESO
no trabalho da Companhia Arquitetura do Movimento**

ANDREA JABOR HUGUENEY (ANDREA JABOR)

Rio de Janeiro

2023

ANDREA JABOR HUGUENEY (ANDREA JABOR)

O RITMO DO PESO
no trabalho da Companhia Arquitetura do Movimento

Dissertação de mestrado apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Artes Cênicas pelo Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, na linha de pesquisa Processos Formativos e Educacionais (PFE) da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO.

Orientadora: Profa. Dra. Nara Keiserman

BANCA:

Profa. Dra. Nara Keiserman (Presidente e orientadora)

Prof. Dr. Diego Pizarro (IFB e UFBA)

Profa. Dra. Joana Ribeiro Tavares (PPGAC/UNIRIO)

Rio de Janeiro

2023

H891 Huguene y, Andrea Jabor
 O Ritmo do Peso no Trabalho da Companhia Arquitetura do
Movimento / Andrea Jabor Huguene y, Andrea Jabor
Huguene y, Andrea J Huguene y. -- Rio de Janeiro, 2023.
 171 f.

 Orientador: Nara Keiserman.
 Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Estado
do Rio de Janeiro, Programa de Pós-Graduação em Artes
Cênicas, 2023.


 1. Ritmo do Peso. 2. Companhia Arquitetura do
Movimento. 3. Contato-Improvisação. I. Jabor Huguene y,
Andrea II. Huguene y, Andrea J III. Keiserman, Nara ,
orient. IV. Título.




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

**O RITMO DO PESO NO TRABALHO DA COMPANHIA ARQUITETURA DO
MOVIMENTO POR
ANDREA JABOR HUGUENEY**


BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 **NARA WALDEMAR KEISERMAN**
Data: 16/12/2023 15:32:25-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profª. Dra. Nara Keiserman (Presidente e orientadora)

Documento assinado digitalmente
 **DIEGO PIZARRO**
Data: 19/12/2023 05:12:51-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. Diego Pizarro (IFB e UFBA)

Documento assinado digitalmente
 **JOANA RIBEIRO DA SILVA TAVARES**
Data: 21/12/2023 21:08:00-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profª. Dra. Joana Ribeiro Tavares (PPGAC/UNIRIO)

A Banca considerou a Dissertação: **APROVADA**

Rio de Janeiro, 11 de dezembro de 2023

Av. Pasteur, 436 – Urca | RJ Cep: 22.290-240 | Tel.: 21 2542-
2565 ppgac.secretaria@unirio.br |
<http://www.unirio.br/cla/ppgac>

Agradecimentos

Agradecer primeiramente aos meus pais e à minha família pela música, pelo amor, e pela alegria. Mesmo nas crises, sempre fizemos festa e celebramos juntos.

Agradecer a paciência, tempo e sabedoria da minha orientadora Nara que me autorizou a escrever ao meu modo e me ensinou a confiar que na hora certa a escrita aconteceria. Aconteceu.

Agradecer à honrosa banca examinadora pela disposição em avaliar esta dissertação e pela oportunidade de aprender com suas considerações e críticas. Seu tempo, conhecimento e valiosas contribuições são inestimáveis para o aprimoramento deste trabalho e para minha jornada acadêmica.

Agradecer aos artistas e alunos participantes dos grupos de pesquisa Corpo em Contato: Clarice, Gabriel, Manon, Marina, Beatriz, Bia, Claudia, Bel, Isadora, Weld, Aline, Rafael e João que foram fundamentais e determinantes para manter a prática como pesquisa durante estes dois anos de escrita.

Agradecer em especial a curiosidade e dedicação da Clarice Rito que me ajudou imensamente convocando pessoas, gravando as aulas, fazendo anotações, transcrevendo tanto material que dá até uma pesquisa à parte.

Agradecer ao traço generoso, preciso e delicado da Manon, nossa francesa-carioca, que vivenciou com prazer e entrega cada momento das aulas e depois desenhava sua memória de cada momento nas aulas.

Agradecer ao Gabriel que pacientemente gravou e cuidou dos áudios das nossas aulas do grupo Corpo em Contato.

Agradecer a todos os artistas, bailarinos, atores, dançarinos, técnicos, produtores e uma infinidade de profissionais que fizeram parte da Companhia Arquitetura do Movimento, desde o princípio, em especial a parceria de Daniel Whitaker por produzir tanta beleza nas imagens e design da Companhia ao longo de mais de 15 anos.

Agradecer em especial ao meu parceiro, fundador da Companhia Arquitetura do Movimento, Ricky Seabra por tanta inspiração, dedicação e criatividade nos mais de 20 anos trabalhando juntos, em especial pela nossa primeira obra de areia e mar que marcou tanto nossa trajetória.

Agradecer às maravilhosas e potentes bailarinas Agatha Oliveira, Claudia Ramalho, Jaqueline Barbosa, Leticia Ramos, Lídia Lorangeira, Luana Bezerra, Munique Mattos, Patrícia Costa e Shirlene Paixão, e ao bailarino Edney D'Conti por terem dançado, pesquisado e criado com tanta dedicação e entrega aos trabalhos da Companhia.

Agradecer ao Edi Heinz por tudo e por tanto, pelos 10 anos que se dedicou aos trabalhos da Companhia e da forma como sempre aparece para me abraçar e dar a mão nos momentos mais importantes.

Agradecer aos mestre-salas Hugo, Zé Roberto e Daniel e a porta-bandeira Luiza Mendes pela abertura em aceitar o convite para dançar na Companhia, e pelas suas danças que tanto nos ensinaram e encantaram.

Agradecer a Renata Andrade que dedicou alguns anos da vida dela a escrever com tanto carinho e cuidado um lindo mestrado, e depois um doutorado, recheado de detalhes sobre a Trilogia do Samba da Companhia Arquitetura do Movimento.

Agradecer a minha amiga Ana Achcar que me dizia sempre: “você precisa fazer um mestrado amiga!” Ela tinha razão. Somente parando para escrever, ler e refletir podemos cruzar novas fronteiras do conhecimento e fortalecer nosso próprio conhecimento.

Agradecer ao tempo e ao espaço que se faz quando temos foco e persistência, pois é quase como uma magia que se dá. À medida que eu escrevia e lia, fui me apaixonando pelos atos de ler e escrever de forma nova e surpreendente, reforçando a minha autoestima e construindo um corpo de conhecimento que sustentam e alimentam minha experiência.

Agradecer à Universidade Pública, à UNIRIO, pela qualidade, liberdade e oportunidade de realizar um estudo e pesquisa que revisita minha própria história com a dança.

Agradecer a minha amiga escritora Alexandra Joy Foreman pela generosidade da sua escuta que me ajudou a compreender o como era valioso o que eu estava a escrever, sempre lendo e comentando.

Agradecer, em especial, a Aline Bernardi pela sensibilidade na leitura, pelo carinho e cuidado em seu minucioso trabalho de revisão.

Agradecer aos mestres e mestras pelos ensinamentos, em especial Luiz Mendonça, por ter me aberto os olhos e sentidos para um caminho na dança, Tica por ter me apresentado o Contato-Improvisação e Steve pela criação do Contato-Improvisação.

Agradecer em especial à mestra Lydia Hortélio, por tanta sabedoria e sensibilidade em olhar para o brincar como um lugar de fundação da imaginação e liberdade do corpo em estado de encantamento.

Agradecer em especial ao Mestre Dionísio que personifica a alma do samba e da dança com uma maestria inigualável e pela sua parceria, sabedoria e generosidade.

Agradecer a todos os mestres da música, do samba ao jazz, por estes ritmos pulsantes que nos fazem sorrir e dançar.

Sinto-me feliz e realizada em poder compartilhar aqui um pouco destas experiências que me transformaram e construíram meu caminho.

Gratidão imensa à magia da dança que me colocou em movimento em todos os sentidos. Sou e serei eternamente grata pela possibilidade de sentir e viver a vida em estado sensível que só a Arte é capaz de me dar.

RESUMO

A dissertação investiga fundamentos de trabalhos pedagógicos e de criação da Companhia Arquitetura do Movimento, relacionadas aos estudos e experiências sobre toque e peso, no Contato-Improvisação e no Body-Mind Centeringsm (BMCsm), entrelaçados com uma investigação sobre os ritmos do samba. Em seu percurso investigativo, chega ao ritmo do peso, explorado principalmente por meio de experiências como quicar, embalar e balançar, na criação de três espetáculos da Companhia concebidos como a Trilogia do Samba: *Sala de Estar - as cinco peles do samba*, *Ao samba - a cruz, o xis e o esplendor* e *Arquitetura do Samba - a dança do mestre sala e porta bandeira*. Tendo como método de investigação a prática artística e pedagógica, foca na corporalização do movimento a partir de uma abordagem somática onde investiga a consciência das relações entre peso e ritmo. O estudo revela uma conexão essencial entre ritmo e as experiências primordiais do peso nos primeiros anos de vida, ressaltando a importância de reconectar-se com vivências rítmicas ligadas ao desenvolvimento do movimento e estados brincantes e lúdicos. Conclui-se que peso e ritmo podem ser redescobertos, ensinados e transmitidos simultaneamente através do ensino integrado da dança e da música; procurando revitalizar a conexão com esses elementos vitais na experiência humana por meio de uma dança que ao entrar em movimento, brinca com o ritmo do peso.

Palavras-chaves: Companhia Arquitetura do Movimento; Ritmo do Peso; Contato-Improvisação; Samba; Brincar

SUMMARY

This dissertation emerges from an investigation into the foundational pillars of the of the pedagogical and creative work developed by *Companhia Arquitetura do Movimento*, related to the studies and experiences on touch and weight in contact-improvisation and BMC with an investigation into the rhythms of samba. This investigative journey, arrives at the 'rhythm of weight', explored mainly through experiments with bouncing, rocking and swinging in the creation of three performances the Company conceived as the Samba Trilogy: “*Sala de Estar - as cinco peles do samba*”, “*Ao Samba –a cruz, o xis, e o esplendor*” and “*Arquitetura do Samba the dance of the mestre-sala e porta-bandeira*”. Based on artistic practice as a research method, it focuses on the embodiment of movement from a somatic approach and awareness of the relationships between weight and rhythm. The study reveals the essential connection between rhythm and the primordial experiences of weight in early childhood, highlighting the importance of reconnecting with primitive rhythmic experiences, linked to the development of movement, play and a joyful desire for movement. It is concluded that weight and rhythm can be rediscovered, taught and transmitted simultaneously through the integrated teaching of dance and music, seeking to revitalize the connection with these vital elements in the human experience, through a dance that, when moving, plays with the rhythm of weight.

Keywords: Companhia Arquitetura do Movimento; Rhythm of Weight; Contact-Improvisation; Samba; Play

LISTA DE FIGURAS

ABERTURA

Figura 1: a autora ao centro da foto, tocando o instrumento “negão” com a banda Liga Tripa na Universidade de Brasília (UnB), Brasília, 1988 (Fonte: acervo da artista).

Figura 2: a autora, à direita ao centro, tocando “negão” com os músicos da banda de Hermeto Pascoal, numa apresentação de uma oficina de música no Auditório do Departamento de Música da Universidade de Brasília (UnB), 1988 (Fonte: acervo da artista).

Figura 3: foto (da foto) de Walter Firmo, Calixto é o bailarino da ponta direita da foto (Fonte: exposição do fotógrafo no CCBB Rio de Janeiro, em janeiro de 2023).

Figura 4: a autora, de cabelos longos e de costas ao centro, dá aula para a turma de adolescentes do grupo Lápis Lázuli. Núcleo de Dança da Universidade de Brasília, 1988. (Fonte: acervo da artista)

Figura 5: a autora no espetáculo "Floresta - Danças Efêmeras", no Teatro Garagem, Sesc 913 Sul, Brasília. Temporada de 17 a 19 de março de 1989. (Fonte: acervo da artista).

Figura 6: Tica Lemos, terceira da esquerda para a direita, ao centro, de camisa rosa e óculos escuros, com os adolescentes do grupo Lápis Lázuli que a autora coordenava, Brasília, 1988. (Fonte: arquivo da autora).

Figuras 7 e 8: capa da Revista Americana *Contact Quarterly dance journal*, v.18 no.2 *summer/fall* 1993, sobre o Contato Improvisação; e Capa do Artigo *Space Movement and Meaning* editado por Christina Svane e Robert L. Schwarz. (Fonte: acervo da artista).

Figura 09: matéria da jornalista Nayse Lopez no Jornal do Brasil, em 19 de novembro de 1999, Rio de Janeiro, sobre o espetáculo "De areia e mar". (Fonte: arquivo da autora).

Figura 10 (acima): capa + contra-capa da Revista Programa do Jornal do Brasil, edição de novembro de 1999, Rio de Janeiro. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 11 (abaixo): matéria sobre o espetáculo "De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas" com Andrea Jabor e Ricky Seabra. Estreia em 19 de novembro de 1999, no Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro. (Fonte: arquivo da autora).

TRILHAR

Figura 12: As Cinco Peles de Hundertwasser, imagem do pintor (Fonte: livro de Pierre Restany, intitulado "O Poder da Arte, Hundertwasser - O Pintor-Rei das cinco peles").

Figura 13: “A Raindrop Which Falls into the City” (uma gota de água que cai dentro da cidade), de Friedrich Hundertwasser, 1955. (Fonte: youtube).

Figura 14: fotos da estreia do espetáculo "De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas" de Andrea Jabor e Ricky Seabra no Ateneo de Caracas, de 20 a 22 de outubro de 1997, Venezuela. (Fonte: imagens capturadas do site de Ricky Seabra).

Figura 15: Ricky Seabra desenhando com areia no espetáculo De areia e mar no Panorama de Dança de 2009, 13 e 14 de novembro, Espaço Cultural Sérgio Porto, Rio de Janeiro. Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da artista).

Figura 16: Andrea Jabor na estreia do espetáculo "De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas" de Andrea Jabor e Ricky Seabra no Ateneo de Caracas, de 20 a 22 de outubro de 1997, Venezuela. (Fonte: acervo da artista)

Figura 17: fotos da estreia do espetáculo "De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas" de Andrea Jabor e Ricky Seabra no Ateneo de Caracas, de 20 a 22 de outubro de 1997, Venezuela. (Fonte: acervo da artista).

Figuras 18 e 19: fotos da fita cassete gravada pela minha irmã Bia Jabor, com foto da capa do álbum da Banda Mestre Ambrósio e contendo a trilha do disco Mestre Ambrósio. (Fonte: acervo da artista).

Figura 20: Andrea Jabor e Ricky Seabra no espetáculo De areia e mar (10 anos após a estreia), no Panorama de Dança de 2009, 13 e 14 de novembro, Espaço Cultural Sérgio Porto, Rio de Janeiro. Foto de Dalton Valério (Fonte: acervo da artista).

Figura 21: Andrea Jabor em "De areia e mar" (o sol de areia de Ricky Seabra), de 18 a 28 de novembro, Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro, 1999. Foto de Oseas Jarmouch. (Fonte: acervo da artista).

Figura 22: Andrea Jabor em "De areia e mar" (O Mar feito de areia, desenhos de Ricky Seabra), de 18 a 28 de novembro, Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro, 1999. Foto de Oseas Jarmouch. (Fonte: acervo da artista).

Figura 23: Andrea Jabor em *De areia e mar* sobre desenho de areia de Ricky Seabra, Museu de Bellas Artes, Bienal de Barro na Venezuela, julho de 1998, Caracas, Venezuela 1997. (Fonte: acervo da artista).

Figura 24 e 25: Andrea Jabor e Ricky Seabra em "De areia e mar" (cena final do espetáculo quando juntos, re-começamos, desenhando novamente a espiral de areia de Ricky Seabra), de 18 a 28 de novembro, Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro, 1999. Foto de Oseas Jarmouch. (Fonte: acervo da artista).

Figura 26: desenho da artista Manon Bourgeade, em exercício nomeado nascer para o chão, feito durante as aulas do primeiro módulo do grupo de estudos Corpo em Contato. (Fonte: arquivo da artista).

CHEGAR

Figura 27: "dividindo peso num eixo em comum", desenho de Manon Bourgeade, feito após aula do dia 11 de maio de 2022, com o grupo de estudos Corpo em Contato. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 28: "chegar Junto" - desenho de Manon Bourgeade, feito após aula do dia 11 de maio de 2022, com o grupo de estudos Corpo em Contato (Fonte: arquivo da autora).

Figura 29: "experimentando a força centrípeta", desenho de Manon Bourgeade, com o grupo de estudos Corpo em Contato. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 30: desenhos de Manon Bourgeade sobre as explorações dos padrões homolateral e contralateral; e a relação da mão com os pés. (Fonte: arquivo da autora).

Figuras 31 e 32: desenhos de Manon Bourgeade - alcance em direção a Kinesfera (à esquerda); recolha-se em direção ao seu centro (à direita). (Fonte: arquivo da autora).

Figuras 33 e 34: desenhos de Manon Bourgeade sobre o padrão homolateral do Lagarto. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 35: “bebê feliz” desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 36: “balançar”, desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 37: “oferecendo contorno” - desenho de Manon Bourgeade.(Fonte: arquivo da autora).

Figura 38: “irradiação umbilical” (a relação e o movimento de todas as partes do corpo pelo umbigo) - desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 39: “sentindo a unidade” desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 40: “exercício para sentir a pressão/ tração contralateral”, desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 41: “exercício para sentir a pressão/ tração homolateral”, desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 42: “exercício de quem manipula fazendo uma suave pressão na parte superior da costela e tração na parte inferior da costela”, desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 43: “exercício de quem manipula fazendo uma suave pressão na lateral do quadril e suave tração atrás do joelho, oferecendo uma sensação de espaço”, desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 44: “joão bobo” desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 45: “o pêndulo” - desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 46: “a pequena queda” - desenho de Manon Bourgeade (Fonte: arquivo da autora).

Figura 47: “testando o voo” - jogando contato-improvisação - desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 48: “o pouso” - desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

BRINCAR

Figura 49: capa da Entrevista com Lydia Hortélio publicada em outubro de 2008, na revista Almanaque Brasil de Cultura Popular no.114 (a entrevista completa encontra-se nos anexos). (Fonte acervo pessoal da autora).

Figura 50: Andrea Jabor à esquerda e Lydia Hortélio à direita, na oficina de “Brinquedos cantados” no Rio de Janeiro, durante o Festival de Intercâmbio de Linguagens FIL, 2016. Foto de Edi Heinz (Fonte - acervo da autora).

Figura 51: Lydia Hortélio em depoimento no Filme Tarja Branca, 2014. (Fonte: Youtube).

Figura 52: Andrea Jabor em depoimento no Filme Tarja Branca, 2014. (Fonte: Youtube).

Figura 53: desenho de Manon Bourgeade ilustrando o exercício brincante da infância, “a quadrilha” feito nas aulas do grupo de estudos Corpo em Contato. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 54: da esquerda para a direita - Munique Mattos, Patrícia Costa, Andrea Jabor, Agatha Oliveira, Lídia Costa Larangeira, Claudia Ramalho e Letícia Ramos (ao centro), em "Sala de Estar – As Cinco Peles do Samba" - 2007, Casa da Glória, Rio de Janeiro. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 55: da esquerda para a direita - Luana Bezerra (ao fundo), Lídia Costa Larangeira, Andrea Jabor, Agatha Oliveira e Claudia Ramalho, em "Ao Samba – a cruz o xis e o esplendor"- 2008, sala multiuso do Espaço SESC, RJ. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 56: frente e verso do convite criado pelo designer Daniel Whitaker sobre a foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da autora).

Figura 57: oficina de Contato-Improvisação na Casa da Glória no Rio de Janeiro, em 2007, durante o projeto "Sala de estar: as cinco peles do samba". (Fonte: Youtube).

Figura 58: Andrea Jabor, ao centro, e o coreógrafo Luiz Mendonça, à sua direita, de mãos dadas durante oficina sobre condução e entrega na dança de casais, oferecida para um grupo de 14 bailarinos durante o projeto "Sala de estar: as cinco peles do samba", Casa da Glória, 2007. (Fonte: Youtube).

Figura 59: momento do espetáculo quando fazíamos uma batucada, com desafios de improvisação, samba sapateado, samba no pé e desafios de partido alto no canto e na dança. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba", Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro. (Fonte: Youtube).

Figura 60: momento do espetáculo da roda de samba de coco, quando fazíamos um desafio com improvisação, para roubar o chapéu e chamar um novo passo ao centro. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba", Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério (Fonte: acervo da Companhia Arquitetura do Movimento).

Figura 61: desenho das 5 peles de Hundertwasser. (Fonte: livro “O Poder da Arte, Hundertwasser, o Pintor-Rei das cinco peles”, Köln: TASCHEN, 1999 pg.3).

Figura 62: momento de abertura do espetáculo com a bailarina Claudia Ramalho, ao centro, e Letícia Ramos, a esquerda, e Luana Bezerra, a direita na janela - Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério (Fonte: acervo da Companhia Arquitetura do Movimento).

Figura 63: roda de desafio de sapateado do samba com a bailarina Letícia Ramos ao centro. Da esquerda para a direita: Claudia Ramalho (de costas), Patrícia Costa, Lídia Larangeira, Agatha Oliveira, Leandro Viera (da produção e bar), Munique Mattos, Luana Bezerra e Edi Heinz (no pandeiro) - Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 64: roda de axé da Companhia - elenco e equipe toda reunida para estreia do espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba" no SESC Avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Foto de Paulo Cesar. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 65: Edi Heinz – DJ, produtor e coordenador do bar do espetáculo, em ação nas pick-ups. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba", SESC Avenida

Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Foto de Paulo César. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 66: Leticia Ramos (grávida de gêmeos) à esquerda, Claudia Ramalho, ao centro, e Patricia Costa, à direita, em cena de desafio de sapateado do samba. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba", SESC avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Foto de Paulo César. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 67 (à esquerda): Lidia Larangeira, à esquerda, Leticia Ramos, ao fundo, e Claudia Ramalho à direita, em cena de desafio de samba sapateado. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba" SESC Avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Fotos de Paulo César. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 68 (à direita): Patrícia Costa, à direita, e Claudia Ramalho, ao centro, em cena de desafio de samba sapateado. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba" SESC Avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Fotos de Paulo César. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 69: da esquerda para a direita - Claudia Ramalho, Munique Mattos e Luana Bezerra na cena do trio de batuqueiras. Espetáculo "Ao samba: a cruz, o xis e o esplendor", SESC Copacabana, Rio de Janeiro, 2008 - Foto de Elisa Hugueneu. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 70: Lidia Larangeira em "Ao samba: a cruz, o xis e o esplendor", SESC Copacabana, Rio de Janeiro, 2008 - Foto de Elisa Hugueneu. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 71: Andrea Jabor e Leticia Ramos em cena homenagem a Jackson do Pandeiro, dançam "chiclete com banana" num jogo de capoeira com samba-rock. Espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 72 e 73: Andrea Jabor e Leticia Ramos em cena homenagem a Jackson do Pandeiro, dançam "chiclete com banana" num jogo de capoeira com samba-rock. Espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 74: elenco de "Ao Samba" em cena final. Espetáculo "Ao Samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 75: elenco em cena do espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Elisa Hugueneu. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 76: elenco feminino tocando e cantando sambas de partido alto na abertura do espetáculo "Ao Samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 77: oficina de dança sobre Samba de Terreiro, coordenada por Mestre Pai Adailton, no Centro Coreográfico do Rio de Janeiro, com a presença da companhia folclórica da UFRJ, Rio de Janeiro, 2008 - Foto de Elisa Hugueneu. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 78: Encontro de BAMBAS sobre o sapateado do samba e o Samba de Partido Alto. Na foto, da esquerda para a direita: Bira Presidente, Rubem Confete, Ubirani, Aluísio Machado e Mestre Manoel Dionísio. SESC Tijuca, Rio de Janeiro, 2008.

Encontro realizado para fazer a gravação do DVD sobre as Matrizes do samba - Foto de Elisa Hugueneu. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 79: um casal de crianças ensaia os passos do balanço lateral na Escola do Mestre Dionísio, Sambódromo, Rio de Janeiro, 2008. Foto de Elisa Hugueneu (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 80: capa (acima) e verso (abaixo) do DVD, contendo três DVD's sobre as Matrizes do Samba Carioca. Rio de Janeiro, 2008 (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 81: imagens dos três DVDs sobre as Matrizes do Samba Carioca. Rio de Janeiro, 2008 - (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 82: Mestre Manoel Dionísio de terno branco, ao centro, e ao fundo mestre-sala José Roberto e Porta-Bandeira Luiza Mendes em "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", temporada no Teatro de Arena SESC Copacabana, dezembro de 2010 - Foto: Vantoen. (Fonte: acervo da Companhia Arquitetura do Movimento).

Figura 83: convite do espetáculo "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", que fez temporada no SESC Copacabana em dezembro de 2010. (Fonte: arquivo da Companhia).

Figura 84: Claudia Ramalho e Mestre-Sala Hugo César em "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", na estreia do espetáculo no Panorama de Dança, Teatro Carlos Gomes, 20 novembro de 2010, Rio de Janeiro - Foto de João Braune. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 85: elenco de "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", na estreia do espetáculo no Panorama de Dança, Teatro Carlos Gomes, 20 novembro de 2010, Rio de Janeiro - Foto de Vantoen. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 86: mestre-sala José Roberto e Agatha Oliveira em "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", temporada no Teatro de Arena do SESC Copacabana, dezembro de 2010 - Foto de Vantoen. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 87: Mestre Dionísio ao fundo na apresentação do casal Luiza Mendes que segura o pavilhão da Arquitetura do Movimento ao lado do mestre-sala José Roberto. Panorama de Dança - espetáculo "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira" - Foto de Vantoen. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 88: Edney D'Conti saudando a plateia em "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", temporada no Teatro de Arena do SESC Copacabana, em dezembro de 2010 – Foto: Vantoen. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 89: da esquerda para a direita, o elenco que viajou para a Holanda: Edney D'Conti, Andrea Jabor, Daniel (mestre-sala), José Roberto (mestre-sala), Claudia Ramalho, Mestre Dionísio, Ton Bernardes (iluminador), Jaqueline Barbosa e Sirlene Paixão, Aeroporto Internacional Schiphol, 2014. (Fonte: acervo da autora).

SUMÁRIO

ABERTURA

Antes de começar _____	p.13
De onde vim, ou, de onde nasce minha relação com o ritmo do peso _____	p.14
O início na música _____	p.18
O início na dança _____	p.21

1º Capítulo - TRILHAR - ritmo, paisagem e escuta para uma criação em dança

1.1 Ritmo, paisagem e escuta para uma criação em dança _____	p.39
1.2 De areia e mar – ritmo e paisagem _____	p.44

2º Capítulo - CHEGAR - Aulas e a experiência de sentir o peso no Contato-Improvisação

2.1 O peso no Contato-Improvisação (CI) _____	p.62
2.2 O Peso como um sentido: chegar no chão para chegar em si _____	p.67
2.3 O Grupo de estudos e pesquisa Corpo em Contato _____	p.71
2.4 Aulas e experiências de sentir o peso _____	p.73
2.5 Aula 1 - Chegar em si _____	p.74
2.6 Aula 2 - O peso como um sentido _____	p.76
2.7 Aula 3 - Introdução aos fundamentos do CI _____	p.80
2.8 Relatos de experiências do grupo Corpo em Contato _____	p.90

3º Capítulo BRINCAR - O ritmo do peso na Companhia Arquitetura do Movimento

3.1 A descoberta do brincar e a cultura popular como uma segunda infância _____	p.103
3.2 O Ritmo do Peso – quicar, embalar e balançar _____	p.109
3.3 Quicar _____	p.114
3.4 Embalar _____	p.115
3.5 Balançar _____	p.118
3.6 O ritmo do peso e a construção do passo _____	p.119
3.7 Sala de estar: as cinco peles do samba _____	p.123
3.8 O corpo como brinquedo e a criação do passo _____	p.127
3.9 As cinco peles de Hundertwasser _____	p.131
3.10 O Nascimento do Brinquedo: Ao samba: a cruz, o xis e o esplendor _____	p.137
3.11 Arquitetura do Samba – a dança do Mestre Sala e Porta Bandeira _____	p.144

Conclusão _____	p.161
------------------------	-------

Referências Bibliográficas _____	p.166
---	-------

Anexos _____	p.170
---------------------	-------

A
B
E
R
T
U
R
A

Esta pesquisa investiga
a experiência de entrar em movimento,

para sentir o ritmo do peso.

É sobre a **EXPERIÊNCIA**
de entrar em movimento,
em contato
com **a sensação do peso,**
estabelecendo relações
consigo,
com o outro
e com os ritmos da vida.

Antes de começar

Para introduzir estas investigações sobre o ritmo do peso e sobre a importância da experiência, trago Jorge Larrosa Bondia (2002) com suas notas sobre a experiência e o saber da experiência para apoiar e orientar esta pesquisa:

A primeira nota sobre o saber da experiência sublinha, então, sua qualidade existencial, isto é, sua relação com a existência, com a vida singular e concreta de um existente singular e concreto. A experiência e o saber que dela deriva são o que nos permite apropriar-nos de nossa própria vida. (p. 27).

Esta breve introdução, antes de começar, é para esclarecer que esta dissertação e pesquisa está intrinsecamente apoiada e entrelaçada com minhas experiências como estudante no início da minha carreira em dança, depois como bailarina, professora de dança e técnicas corporais, e como coreógrafa. Na abertura irei apresentar as vivências corporais e experiências transformadoras que foram experimentadas por mim na infância e adolescência, acrescida das mudanças de cultura e país vividas por mim no início da minha trajetória em dança, que formam a base para a construção desta proposta, que propõe sentir e investigar o ritmo do peso como uma experiência física e corporal acessível. Assim apresento logo neste início esta explicação sobre a importância e significado que empresto de Bondia, da palavra experiência.

A palavra experiência vem do latim *experiri*, provar (experimentar). A experiência é em primeiro lugar um encontro ou uma relação com algo que se experimenta, que se prova. O radical é *periri*, que se encontra também em *periculum*, perigo. A raiz indo-européia é *per*, com a qual se relaciona antes de tudo a ideia de travessia, e secundariamente a ideia de prova (Bondia, 2002, p.25).

É justamente nesta ideia de experimentar, de provar que revisito minha trajetória nas experiências do ritmo e peso na dança e na música, que mudaram minha forma de sentir e perceber o movimento e minha relação com o mundo. Estas páginas pretendem dar conta desta história.

ABERTURA

de onde vim ou de onde nasce minha relação com o ritmo do peso

Nasci no Rio de Janeiro em 1969, mas logo minha família mudou-se, e eu era apenas um bebê de 6 meses. Em 1970, em plena ditadura militar¹ no Brasil, fomos morar no Chile, num governo de esquerda comandado pelo presidente socialista marxista Salvador Allende. Esta mudança de país e de cenário político marcaram para sempre a minha história e o meu caminho futuro, porque inaugurou o início das minhas viagens e mudanças pelo mundo, em busca de um lugar e uma identidade onde eu me reconhecesse e me sentisse pertencente a um país e sua cultura. Vivemos no Chile até 1973, saímos antes do golpe², fomos transferidos para Washington/Estados Unidos onde iniciei minha alfabetização escolar em inglês. Em 1977, voltamos para o Brasil, cheguei em Brasília, uma cidade ainda pouco habitada, mas cheia de espaços para brincar, com suas superquadras protegidas. Em 1980, nos mudamos novamente, desta vez para Londres, na Inglaterra, onde passei os anos iniciais da minha adolescência e vivenciei os momentos mais felizes da minha vida. Quando voltamos para o Brasil eu já tinha 14 anos.

A cada mudança para um novo país, uma nova sintonia, uma ruptura e quebra de continuidade de uma história de vida. Mudar de casa, de cidade e de país passou a ser um evento recorrente e muito familiar, uma forma de estar no mundo. Posteriormente, uma forma de me entender no mundo, estando em trânsito e em movimento constante. E é assim, nos estados de espírito que as mudanças constantes de casa e de lugar ocasionaram em minha vida, que criei minha forma de me relacionar fisicamente, culturalmente e espacialmente com o meu entorno.

¹ A ditadura militar no Brasil refere-se a um período de regime autoritário que perdurou de 1964 a 1985. Caracterizou-se pelo estabelecimento de um governo de caráter ditatorial, com intervenção militar e restrição das liberdades civis. Durante esse período, o país testemunhou censura na imprensa, perseguição política, tortura e violações dos direitos humanos. O regime teve desdobramentos significativos na sociedade brasileira, impactando tanto a estrutura política quanto a social, cujas consequências ainda reverberam na contemporaneidade.

² O golpe militar no Chile, ocorrido em 11 de setembro de 1973, resultou na deposição do governo democraticamente eleito de Salvador Allende. Este golpe, liderado pelo general Augusto Pinochet, instaurou uma ditadura que perdurou até 1990. Durante esse período, o Chile testemunhou violações dos direitos humanos, detenções arbitrárias, tortura e perseguição política, afetando profundamente a estrutura social e política do país. As consequências desse golpe ainda são sentidas no Chile, enquanto a sociedade busca justiça e reconciliação.

Posso afirmar que a necessidade de entrar em movimento me acompanha desde cedo, não apenas por conta do trabalho do meu pai, um diplomata brasileiro, mas também por conta da minha mãe, uma musicista que introduziu a música brasileira em nossa casa, convocando as filhas a cantar e batucar, colocando a casa em movimento, com sua música e seu violão, em que tocava bossa-nova e samba, movida por uma eterna saudade do que ela havia deixado para trás: seu território familiar, suas referências de vida e seu país. Lembro claramente como eu e minhas irmãs, sentávamos juntas, ao lado dela, que nos ensinava os ritmos para tocar *agogô*, triângulo, reco-reco e tamborim. Cantávamos com ela sambas de João Bosco a Clementina de Jesus, bossa-nova de João Gilberto a Tom Jobim, entre muitos outros. Minha mãe até deu um nome ao nosso conjunto: *The Hugueney Folies*. Éramos a família dó-ré-mi. Chegamos até a nos apresentar na nossa escola³ em Londres, cantando Aquarela do Brasil⁴, de Ary Barroso num show de talentos da escola. Fui introduzida à música e à sonoridade do Brasil já na infância. E foi assim, tocando e cantando os ritmos do Brasil com minha mãe e minhas irmãs, que aprendi um pouco do Brasil, do que era Brasilidade, o som da minha língua materna musical, de espírito alegre, dançante e cheia de *suingue*⁵. Passei a reconhecer a Música Popular Brasileira⁶ como parte de mim, como minha língua e pátria materna.

Hoje, ao refletir sobre a minha trajetória e meu ofício como coreógrafa, diretora de movimento e preparadora corporal de atores, bailarinos e músicos, penso sobre como estas mudanças permanentes de cultura e de país fizeram com que eu buscasse conhecer mais o Brasil e sua cultura, em busca de me sentir pertencendo, em busca da experiência de entrar em movimento tendo a dança como expressão do meu ser.

Preciso me mover, mas não apenas realizar movimentos com o corpo, alongando, correndo ou dançando, preciso me conectar com a sensação e a experiência de entrar em movimento, percebendo a sensação de balanço, de queda

³ The King Alfred School.

⁴ Link para Aquarela do Brasil, na voz de Gal Costa: https://www.youtube.com/watch?v=BD-ah93v_zQ

⁵ A palavra *suingue* ou “swing” tem origem no inglês. O termo “swing” era inicialmente associado ao jazz, descrevendo a sensação de “balanço” rítmico do jazz. Na dança, se traduz como uma habilidade de se mover ritmicamente, incorporando a musicalidade e a cadência do balanço ao movimento dançante.

⁶ A Música Popular Brasileira, conhecida como MPB, surgiu durante a Ditadura Militar no Brasil, na década de 60, e como uma nova opção de estilo musical, logo após a Bossa Nova. A MPB reflete a reunião de ritmos e movimentos musicais já presentes no país, trazendo um novo conceito de “música nacional”.

e suspensão do peso do meu corpo, sentindo como a energia que produzo em movimento, vibra e altera os ritmos do corpo e a sensação do peso. Percebo que quando nos movemos pelo espaço, atentos à sensação de estar em contato com as forças gravitacionais e físicas que regem o movimento, é possível entrar em contato também com a sensação do peso, escutar os ritmos, para interagir e brincar com a gravidade e com o ritmo do movimento, criando uma festa no corpo.

Quando sinto que altero meu ritmo numa corrida ou caminhada, e o ritmo da minha respiração se altera, junto ao batimento cardíaco e a energia no meu corpo, conecto com a sensação dos efeitos que isto produz, com a mudança de temperatura, o suor que escorre, o pulso que acelera, tenho a sensação de que a vida pulsa em mim. Sinto-me viva, presente no aqui e agora. Corpo e mente conectados. Quero expirar a sensação de estar viva pelo meu suor, pela minha pele. Quero sentir e perceber a vibração das células ao caminhar, correr, pular, dançar. Quero sentir a paisagem se movendo comigo, deslocando-se e se transformando à medida que avanço por ela, permitindo-me perceber o ritmo, meu pensamento, que também se desloca, e me liberta de uma razão lógica que valoriza a distinção entre mente e corpo, para mergulhar na experiência corporal de sentir meu corpo vivo, acordado e disponível para sentir a experiência da união corpo-mente entregue a sintonia somática, como nos aponta Ciane Fernandes (2018) em Dança Cristal:

A sintonia somática (NAGAMOTO,1992) transforma o paradigma da mente como sujeito conhecedor e controlador de um ambiente objeto manipulável e cria uma perspectiva de conexão interna e inter-relações fluidas entre corpo e ambiente. O corpo deixa de ser um objeto manipulado e manipulável para ser *soma*, matéria e energia experienciados de dentro com/no ambiente, num todo integrado de sentimento, sensação, intenção, atenção, intuição, percepção e interação. (p. 140).

Caminhar, correr, dançar me colocam em movimento, alimentam e renovam minha experiência de estar viva. Pelo ambiente, pela natureza, me renovo: posso sentir a brisa, o sol, as nuvens, o calor, as cores, posso esvaziar aquilo que está cheio ou preso em minha mente e preencher com a sensação da fluência que entrar em movimento me proporciona. É como entrar num rio e se deixar levar pela correnteza, experimentando a riqueza da vida em fluxo de movimento.

Transitando entre territórios, fazendo laços e os rompendo, adentrando lugares desconhecidos, novas línguas e culturas, conheci modos de estar no mundo. Talvez, até por uma necessidade de me conhecer e me reconhecer no meu corpo, é que me tornei artista do movimento, coreógrafa, dançarina para criar e experimentar com

linguagens artísticas e poéticas através da dança, tendo o corpo no centro de minha própria experiência. Sem saber, já estava em busca das abordagens somáticas, queria era me mover a partir do que sentia, como numa abordagem somático-performativa (Fernandes, 2018), onde “pulsões espaciais compõem não apenas o movimento do dançarino, mas todas as formas e as relações entre elas” (pg.139).

As vivências corporais que foram experimentadas por mim na infância, recheada de brincadeiras ao ar livre e também com a música e o ritmo, brincando de cantar e dançar, acrescido às mudanças de cultura e país, me trouxeram, de certa forma, para esta pesquisa e para estas indagações sobre o ritmo do peso.

A minha reflexão é que nossas experiências na infância, ao entrar em movimento e colocar o peso do corpo em movimento através de ações como correr, pular, quicar, balançar, embalar entre outros movimentos experimentados por todos nós na primeiríssima infância, seja nos colos das mães, seja brincando com amigos na natureza ou nos brinquedos dos parquinhos, deveriam ser trazidas conosco e estar presentes na vida adulta, mas sabemos que nem sempre as experiências permanecem vivas em nosso corpo. Uns sentem peso (a experiência do peso em movimento) e outros não. Uns têm capacidade de perceber e sentir o ritmo, dançar no ritmo e coordenar movimentos ritmicamente, outros não. Por quê? Observa-se que peso, a sensação experimentada do peso em movimento, e o ritmo, muitas vezes encontram-se no corpo de forma inconsciente ou não integrados ao movimento de cada pessoa. A relação entre o ritmo e a sensação de peso em movimento é complexa e multidimensional. Envolve princípios físicos, psicológicos, perceptivos de como nós, seres humanos, interagimos com o ambiente e como a mente processa as informações sensoriais para criar nossa percepção do mundo, da nossa experiência pessoal e cultural.

O movimento é uma percepção; é a primeira percepção desenvolvida e portanto, a mais importante para a sobrevivência [...] o movimento ajuda a estabelecer o processo de como percebemos e que a forma como percebemos o movimento torne-se uma parte integral de como percebemos pelos outros sentidos.(Bainbridge Cohen, 2015, p.212)

Interessa-me investigar por que e como estabelecemos conexões com a sensação do peso, com a gravidade, com os ritmos na música e na vida, que nos informam sobre como somos, como estamos e como nos relacionamos através da dança, para ampliar nosso espectro de movimento e conseqüentemente nossas relações.

Em tudo que fazemos expressamos o que somos, o que nos pulsiona, o que nos forma, o que nos torna agregados a um grupo, conjunto, comunidade, cultura, sociedade. Nossos mínimos gestos e olhares, as eleições de nossos paladar e olfato, nossa auscultação e resposta aos sons, nossa vibração corporal, nossos torneios de linguagem, nossos silêncios e arrepios, nossos modos e meios de experimentar e interrogar o cosmo, nossa sensibilidade; enfim, em tudo que somos, e nos modos como somos, respondemos a cosmo percepções que nos constituem. (Martins, 2023, p.21,22)

O convite que faço é para caminharmos juntos nesta pesquisa sobre ritmo e peso, onde apresento um histórico da minha relação e trajetória pessoal, nos caminhos por onde passei, os meus primeiros mestres e mestras, na música e na dança, e a partir destas vivências apresento a fundamentação desta pesquisa.

O início na música

A minha relação com a música é antiga, diria até ancestral, pois minha mãe e minha avó eram pessoas muito musicais e meu pai era colecionador de discos e amante da música clássica e do jazz. A música sempre esteve presente em minha casa. Comecei a estudar piano muito cedo, com uma professora muito especial chamada Moema Craveiro Campos⁷. Lembro das nossas aulas, em que ela estimulava a improvisação e criação musical desde cedo. Eu tinha apenas sete anos e era encorajada a improvisar no piano. Depois, segui meus estudos de piano em Londres, com o pianista concertista José Feghalli⁸. Foi ele quem me estimulou a estudar flauta e fazer exames na *Royal Academy of Music*. Comecei na flauta transversa aos 10 anos, obtendo meu primeiro diploma de estudos na flauta aos 13. Não parei mais.

Quando voltei ao Brasil com 14 anos, continuei estudando música na intenção de me tornar instrumentista. Fiz a formação profissional na Escola de Música de

⁷ Moema Craveiro Campo: pianista, compositora, especialista em musicoterapia e educadora. No Rio de Janeiro, cursou Pós-graduação em Musicoterapia e Mestrado em Educação Musical, ambos pelo Conservatório Brasileiro de Música do Rio de Janeiro, cuja dissertação adaptada em livro, foi editada no ano 2000 pela Enelivros Editora e Livraria Ltda com o nome de: A Educação Musical e o Novo Paradigma. Ainda na capital carioca, estudou técnica e repertório do piano erudito com Linda Bustani, harmonia da música popular com Luiz Eça, contraponto e análise musical com H. Koellreutter. Fonte: <https://emac.ufg.br/e/29452-o-piano-e-suas-perspectivas-com-moema-craveiro> - acesso em 20/07/2023.

⁸ José Feghalli: formado na Royal Academy of Music, em Londres, Feghalli era reconhecido pela crítica por colocar sua excepcional técnica pianística sempre a serviço da musicalidade. Em 1985, o pianista obteve a medalha de ouro do Concurso Van Cliburn, nos EUA, um dos mais importantes do mundo. Passou a se apresentar por todo o mundo ao lado de orquestras como a Filarmônica de Berlim, a Concertgebouw de Amsterdã, a Gewandhaus de Leipzig e a Sinfônica de Londres. Fonte: <https://musica.ufri.br/comunicacao/noticias/arquivo/morre-pianista-brasileiro-jose-feghalli> - acesso em 20/07/2023.

Brasília⁹ e vestibular para música na UNB¹⁰ em 1987, tendo a flauta transversa como meu instrumento. Estudei com Beth Ernst Dias¹¹ e Odette Ernst Dias¹² e participei do coral regido pelo músico e violonista Marco Pereira¹³. Ainda tocava, com a banda Liga Tripa¹⁴ nas ruas de Brasília, um instrumento apelidado de "negão", que talvez seja uma informação importante aqui, pois foi minha primeira experiência de tocar um instrumento rítmico, uma espécie de berimbau com baixo acústico. Eu marcava a batida grave e ritmada, dando o *suingue* e a pulsação para a banda. Era um instrumento que tinha uma fisicalidade grande, eu usava meu corpo todo para tocá-lo, e confesso: gostava muito de tocar este instrumento.

Esta conexão com a música e o ritmo que tive na infância e adolescência parecem ter uma importância autobiográfica para estabelecer um vínculo com esta pesquisa, que vai tratar destes dois temas: ritmo e peso, e suas relações e desdobramentos na dança e na educação, a partir das pesquisas da Companhia Arquitetura do Movimento¹⁵.

⁹ Escola de formação profissionalizante em música <https://www.escolademusicadebrasil.com/>

¹⁰ A Universidade de Brasília (UnB) foi fundada em 21 de abril de 1962. Foi idealizada pelo educador Darcy Ribeiro e pelo então presidente do Brasil, Juscelino Kubitschek. A instituição foi concebida com a proposta de romper com modelos tradicionais de ensino, adotando uma abordagem inovadora e mais voltada para a integração do conhecimento e a pesquisa. <https://www.unb.br/>

¹¹ Flautista, filha da Odette Ernst Dias.

¹² A parisiense Marie Thérèse Odette Ernest Dias (1929), naturalizada brasileira, é flautista premiada e reconhecida internacionalmente.

¹³ Marco Pereira: violonista brasileiro de reconhecimento internacional. Fonte: <https://www.marcopereira.com.br/biografia> - acesso em 10/08/2023.

¹⁴ O Liga Tripa foi um grupo de compositores e músicos do início dos anos 1980. Identificado com o movimento denominado *Poesia Mimeógrafo*, o grupo surge nas ruas de Brasília no final de 1979. O Liga Tripa fez história com sua pegada mambembe e com as apresentações inesperadas: ele é resultado de uma tendência que aconteceu nos anos 80 na poesia de poetas-mimeógrafos que saíam à rua vendendo seus poemas numa atitude também política de protesto quanto à falta de liberdade. Seus temas são visões poéticas da paisagem do cerrado, da arquitetura brasileira e do modo de viver numa cidade incomum. Fonte: <http://ligatripa-oficial.com.br/historia/#biografias> - acesso em 10/08/2023.

¹⁵ A Companhia Arquitetura do Movimento foi fundada em 1999 por Andrea Jabor e Ricky Seabra na cidade do Rio de Janeiro. A proposta da companhia é trabalhar com a pesquisa de movimento no corpo, na imagem e no espaço através da investigação da fusão das artes em cena. Possui um repertório de mais de 10 espetáculos de circulação nacional e internacional, colecionando diversos prêmios e patrocínios em seus mais de 15 anos. Produziu espetáculos de dança, teatro e performances até o ano de 2015. Website: <https://andreajabor.com/cia-arquitetura-do-movimento/>



Figura 1: A autora ao centro da foto, tocando o instrumento “negão” com a banda Liga Tripa na Universidade de Brasília (UnB), Brasília, 1988 (Fonte: acervo da artista).



Figura 2: A autora, à direita ao centro, tocando “negão” com os músicos da banda de Hermeto Pascoal, numa apresentação de uma oficina de música no Auditório do Departamento de Música da Universidade de Brasília (UnB), 1988 (Fonte: acervo da artista).

O início na dança

O início da minha educação e trajetória na dança também foi recheado com múltiplas experiências de corpo desde cedo. Minha formação foi muito diversa e pautada não apenas por uma educação eurocêntrica, mas por uma diversidade de abordagens que incluíram: dança afro, a dança dos orixás, o jazz americano, butô¹⁶, capoeira, e a pesquisa de linguagem em dança contemporânea que Luiz Mendonça e Marcia Duarte¹⁷ desenvolviam no Núcleo de Dança da Universidade de Brasília. Tenho na memória do meu corpo estes encontros com meus primeiros mestres da dança, em particular com Calixto¹⁸ e Luiz Mendonça¹⁹.

A jovem Brasília dos anos oitenta representava a perspectiva do novo, do que ainda está por explorar. Terreno virgem e fértil alimentava a utopia das descobertas. A harmonia das linhas retas e curvas, as avenidas que pareciam se estender ao infinito, o ar seco, um céu de azul estonteante e o barro vermelho da terra levaram o EnDança às ruas, ao asfalto permeado de verde. Um ambiente urbano que permite vislumbrar de qualquer parte o horizonte. Brasília, asas de avião, era um convite ao voo. (...) Uma época de utopias, paixões e doses significativas de inquietação. Um período inesquecível de ricas descobertas e rupturas. Momento em que uma geração de artistas teve o privilégio de trilhar novos caminhos em campos e em linguagens diversas com muita liberdade, sem compromissos ou expectativas. Um tempo em que era possível despender muito tempo em longos processos criativos, sem pressa de resultados. Foi assim que essa geração, despreziosa, foi ganhando espaços, rompendo modelos e tornando-se referência na produção cultural local, nacional e internacional. (Duarte apud Mendonça, 2022, p. 10).

Calixto me ensinou dança afro aos 16 anos, quando eu morava em Brasília. Frequentava as aulas numa academia na Asa Norte de Brasília e dançava ao som do incrível disco *O Universo Rítmico de Guém*²⁰ que tocava na vitrola e fazia tremer a

¹⁶ O butô, uma forma de dança japonesa nascida no período pós-Segunda Guerra Mundial, é caracterizado por movimentos lentos, expressão facial intensa, gestos corporais altamente simbólicos e uma atmosfera de introspecção e exploratória. Essa expressão artística, muitas vezes considerada como uma resposta à devastação pós-guerra, transcende as fronteiras do tradicionalismo, explorando temas da identidade, dor, espiritualidade e transformação.

¹⁷ Marcia Duarte: possui Graduação em Educação Física - Universidade de Brasília (1984), mestrado e doutorado em Artes Cênicas - Universidade Federal da Bahia (2003/2009) e Pós-doutorado - Université Paris 8 (2015), através do Programa de Pesquisa Pós-Doutoral no Exterior com financiamento da CAPES. Atualmente é professora aposentada da Universidade de Brasília. Tem experiência na área de Artes, com ênfase em Direção, Criação Coreográfica e Educação Artística, atuando principalmente nos seguintes temas: jogo, cena, dança e teatro.

¹⁸ Calixto: bailarino e coreógrafo natural de Salvador, Bahia, viveu e deu aula de dança nos anos 80 em Brasília, na academia do seu irmão Apollo, na Asa Norte.

¹⁹ Luiz Mendonça: coreógrafo fundador da Companhia EnDança de Brasília. Foi docente na Universidade de Brasília de 1981 a 1997, coordenador do curso de Licenciatura em Artes Cênicas e Chefe do Departamento de Artes, hoje o Instituto de Artes da UnB. Atualmente é professor adjunto da Universidade Federal Fluminense <http://lattes.cnpq.br/2147643213200429>

²⁰ O álbum *O Universo Rítmico de Guem* é uma obra seminal do músico e percussionista brasileiro Guem. Lançado em 1988, o disco se destaca pela riqueza e diversidade rítmica, explorando

sala de dança. Aprendi com Calixto as danças dos orixás, e aos 17 anos ele me convidou para passar o carnaval em Salvador, e sair na ala coreografada dos bailarinos do bloco *Afro Ilê Ayê*.²¹ Esta experiência e introdução à dança afro-brasileira marcaram para sempre minha dança e meu entendimento de que havia uma movimentação sagrada, uma linguagem extremamente complexa e rica ligada a um universo extraordinário da cultura afro-brasileira e do candomblé. Senti e compreendi muito cedo pela dança afro e pela dança dos orixás que existe um poder de encantamento no movimento, que o movimento poderia ser sagrado e poderoso.



Figura 3: Foto (da foto) de Walter Firmo, Calixto é o bailarino da ponta direita da foto (Fonte: exposição do fotógrafo no CCBB Rio de Janeiro, em janeiro de 2023).

percussões e ritmos tradicionais de diversas culturas ao redor do mundo. Disponível no link: <https://www.youtube.com/watch?v=Ps7jkh0zVwA> - acesso em 11/11/2023.

²¹ O Bloco Afro Ilê Aiyê é considerado o primeiro bloco afro do Brasil. Criado em 1974 no bairro da Liberdade, em Salvador, firma-se como polo de protesto contra o racismo, difundindo um sistema positivo de representação do negro e enaltecendo as raízes africanas da cultura nacional.

Segundo a filosofia do candomblé, o universo é dinâmico e ao manter-se em movimento ele está em equilíbrio. A dança é o testemunho mais correto e expressivo desse ritmo universal. A vida faz parte desse processo rítmico e dinâmico de criação e destruição, de morte e renascimento, expresso no ritmo das danças dos orixás, que simbolizam as energias da natureza nesse eterno e alterno ritmo, que continua em ciclos infinitos. (Romani, 2012)

O ano de 1988 foi um ano de muita transformação em minha vida. Tranquei a matrícula do curso de bacharelado em flauta transversa na UnB para ir em busca de uma formação em dança no Rio de Janeiro ou na Europa. Estava decidida a sair de Brasília para estudar dança. Primeiro tentei o Rio de Janeiro, onde passei uma temporada de seis meses, mas ao voltar para Brasília acabei sendo selecionada, por audição, para trabalhar junto a Mendonça no Núcleo de Dança da UnB como bolsista do CNPq, numa pesquisa sobre o ensino da dança para crianças e adolescentes. Esta conexão com Mendonça, a pesquisa que realizamos e os projetos do Núcleo de Dança mudaram a direção da minha vida, colocando-me numa trajetória rumo à dança profissional.

O Núcleo de Dança da UnB configurava-se, assim, como um laboratório de criação e desenvolvimento de linguagens corporais. Ali foi implantado, com o apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), um primeiro projeto de pesquisa acadêmica, o qual, sob minha coordenação, integrou três bolsistas de Iniciação Científica para o desenvolvimento de estudos no campo da aplicação pedagógica das práticas adotadas pelos grupos artísticos EnDança e GedunB, capitaneados por mim e por Márcia Duarte, tendo como bolsista Andrea Jabor. (Mendonça, 2022, p.16).

Oriunda do curso de Música da UnB, [Andrea Jabor] começou a trabalhar como bolsista do CNPq, momento em que agregou seu conhecimento musical às práticas de formação corporal, elemento importante para o desenvolvimento da segunda infância e da adolescência. (Mendonça, 2022, p.19).

Luiz me ajudou imensamente, foi com ele que aprendi a dançar a minha dança com mais coragem e segurança. Com ele descobri novos campos de pesquisa de linguagem, pois ele oferecia um campo mais sensível e sensorial de experiências ligadas aos sentidos e ao movimento, com experiências ao ar livre, em contato direto com a natureza. Fazia experimentos de olhos vendados, com argila, manuseio de objetos e jogos corporais, ampliando nossas experiências no campo dos sentidos. Inspirou-me a explorar a riqueza dos caminhos que o movimento oferece, em busca de uma liberdade de expressão do corpo que dança. Ensinou-me a dançar entrando em movimento e sentindo o efeito disto no meu corpo de forma fluida e rítmica, colocando na dança a minha expressão. Ensinou-me a ter confiança em mim mesma e na minha dança.



Figura 4: A autora, de cabelos longos e de costas ao centro, dá aula para a turma de adolescentes do grupo Lápis LázuLi. Núcleo de Dança da Universidade de Brasília, 1988. (Fonte: acervo da artista).

Na mesma época, participei da montagem do trabalho de dança butô nomeado de *Floresta*²² dirigido por Maura Baiocchi²³, bailarina e coreógrafa que estava recém-chegada do Japão onde tinha estudado com o mestre Kazuo Ohno²⁴. O mergulho na linguagem butô e a minha entrega, de corpo e alma, a este trabalho que investiga temas difíceis como a desintegração do homem, o caos e a destruição das florestas revelaram, para todos os participantes, dimensões novas na expressão de cada um pelo corpo e a dança.

²² *Floresta - Danças Efêmeras* : direção de Maura Baiocchi (1989, Brasília) no Teatro Garagem do Sesc apresenta, com um grupo de alunos de sua oficina de dança, o espetáculo *Floresta: danças efêmeras*. No elenco: Andrea Jabor, Rachel Mendes, Cecília Borges, Jorge Dupan entre outros. Fonte: <http://www.taanteatro.com/obras/floresta-dancas-efemerar.html> - acesso em 20/07/2023.

²³ Maura Baiocchi: encenadora, coreógrafa, performer, atriz. Criadora da abordagem Taanteatro (Teatro Coreográfico de Tensões). Diretora-fundadora da Taanteatro Companhia. Mestre em comunicação e semiótica pela PUC São Paulo (2006). Fonte: <http://www.taanteatro.com/integrantes/maura-baiocchi.html> - acesso em 20/07/2023.

²⁴ Kazuo Ohno: um dos mais importantes criadores e intérpretes da dança Butô no mundo. Fonte: <http://www.kazuohnodancestudio.com/english/kazuo/> - acesso em 20/07/2023.



Figura 5: A autora no espetáculo *Floresta - Danças Efêmeras*, no Teatro Garagem, Sesc 913 Sul, Brasília. Temporada de 17 a 19 de março de 1989. (Fonte: acervo da artista).

Depois, integrei o Grupo *Alaya*,²⁵ de dança-teatro, de Lenora Lobo²⁶, coreógrafa e bailarina que estava recém-chegada de Londres, onde tinha estudado no *Laban Centre*²⁷ e nos ensinava sobre as pesquisas da Arte do Movimento de Rudolf Laban²⁸.

Hoje, ao relembrar minhas experiências com a dança, percebo como tive acesso a uma formação rica, diversa e potente em termos de vivências de movimento

²⁵ Grupo Alaya <https://www.instagram.com/alayadanca> : em 1986, Lenora Lobo fundou o estúdio de dança Alaya Arte do Movimento. Em paralelo, integrou o núcleo de pesquisa formado por um grupo de artistas pesquisadores. Quatro anos depois, esse núcleo de pesquisa transformou-se na Companhia Alaya Dança. De 1993 a 1999, Lenora Lobo ministrou aulas no Departamento de Artes Cênicas da Universidade de Brasília e desenvolveu a pesquisa Arte do Movimento, Fronteiras entre a Dança e o Teatro (CNPq), fundamentando-a com seu método próprio. Fonte: http://www.ufba.edu.br/ufba_em_pauta/ufba-reconhece-not%C3%B3rio-saber-da-core%C3%B3grafa-lenora-lobo - acesso em 28/07/2023.

²⁶ Lenora Lobo: piauiense, coreógrafa, professora de dança, diretora cênica, bailarina, arquiteta, pesquisadora, escritora. Lenora acumula oito prêmios ao longo de sua carreira. Entre seus principais trabalhos, a artista estruturou um método para o intérprete-criador, chamado de Teatro do Movimento, que compreende o corpo a partir da estrutura do movimento e não de sua forma. O método teve como pilares as técnicas de Laban (1879-1958) e de Klauss Vianna (1828–1992). Fonte: http://www.ufba.edu.br/ufba_em_pauta/ufba-reconhece-not%C3%B3rio-saber-da-core%C3%B3grafa-lenora-lobo - acesso em 28/07/2023.

²⁷ Durante a década de 1990, o Laban Centre, sediado em Londres, era reconhecido como um dos principais centros de estudo e prática das artes do movimento, oferecendo programas educacionais inovadores em dança, coreografia e teatro físico. Sua abordagem pioneira baseava-se nos princípios de Rudolf Laban, enfatizando a integração entre a teoria do movimento, a prática artística e a pesquisa, influenciando significativamente a evolução e o entendimento das artes cênicas contemporâneas.

²⁸ Rudolf Laban, nascido em 1879, foi um coreógrafo, teórico do movimento e educador pioneiro na investigação e análise do movimento humano. Reconhecido por seu sistema de notação de movimento (Labanotation), suas teorias sobre a anatomia do movimento e a relação entre o corpo e a expressão artística foram fundamentais no desenvolvimento da dança, teatro e áreas correlatas.

com acesso a diferentes culturas e abordagens. Mas acredito que foi com Mendonça, dançando e também assistindo suas coreografias do grupo *EnDança*²⁹, companhia de dança que ele criou nos anos 1980 e que fez grande sucesso no Brasil e no exterior, é que pude sentir que dançar me colocava numa experiência de entrar em um tipo de movimento muito diferente de executar passos de dança. Estava me descobrindo na dança.

Tenho muito viva em mim a memória desta época e desses meus anos iniciais com a dança, quando finalmente decidi estudar fora do Brasil e perseguir o sonho de dançar e me tornar uma coreógrafa. Esta decisão de seguir meu sonho de dançar foi despertada primeiramente pelo contato com a dança afro com Calixto. Depois ficou cada vez mais claro meu desejo, pela forma como me sentia nas aulas e vivências sensíveis que Mendonça propunha no espaço do Núcleo de Dança da Universidade de Brasília.

E foi lá, na Universidade de Brasília, no Núcleo de Dança, que conheci Tica Lemos³⁰ e o Contato Improvisação (CI). Recém-chegada da Europa, onde vivenciara o CI com os mestres criadores da técnica: Steve Paxton³¹ e Nancy Stark Smith³², também teve contato com Kirstie Simson³³, entre outros dançarinos que estudavam e praticavam CI na Inglaterra, veio oferecer o primeiro workshop de Contato-Improvisação em Brasília. Ofereceu um workshop de uma semana de duração na UnB, onde introduziu a técnica do CI a um grupo de 10 estudantes.³⁴

²⁹ EnDança: criado em 1980, por Luís Mendonça e Márcia Duarte, o Grupo EnDança é um dos mais conhecidos e respeitados grupos de dança contemporânea do Brasil.

³⁰ Tica Lemos: criadora e diretora do Estúdio Nova Dança em São Paulo nas décadas de 80/90. A dançarina é responsável pela entrada do Contato Improvisação no Brasil, trazendo importantes nomes como Steve Paxton, Nancy Stark Smith, Daniel Lepkoff e Lisa Nelson.

³¹ Steve Paxton: dançarino norte americano que criou o *Contact Improvisation*. Membro fundador do Judson Dance Theatre e do grupo experimental de improvisação Grand Union em 1972. Fonte: <https://www.foundationforcontemporaryarts.org/recipients/steve-paxton/> - acesso em 29/07/2023.

³² Nancy Stark Smith: treinou como atleta e ginasta, levando-a a estudar dança moderna e pós-moderna no início da década de 1970, muito influenciada pelo grupo de improvisação de dança/teatro Grand Union em Nova York. Ela se formou no Oberlin College com uma licenciatura em dança e escrita. Em 1972, ela dançou nas primeiras apresentações de Contact Improvisation em Nova York com Steve Paxton e outros, e continuou a ser central para seu desenvolvimento como dançarina, professora, performer, organizadora e escritora/editora, trabalhando extensivamente ao longo dos anos com Paxton e outros. Fonte: <https://nancystarksmith.com/>

³³ Kirstie Simon: há mais de quarenta anos se dedica a dar aulas de CI e a arte da improvisação e performance. Fonte: <https://www.kirstiesimson.com/>

³⁴ Entrevista com Tica Lemos feita em maio de 2006 está disponível nos anexos desta dissertação. LINK <https://andreaajabor.com/o-ritmo-do-peso/> (senha; andreaajabor)



Figura 6: Tica Lemos, terceira da esquerda para a direita, ao centro, de camisa rosa e óculos escuros, com os adolescentes do grupo Lápis LázuLi que a autora coordenava, Brasília, 1988. (Fonte: arquivo da autora).

Lembro, com muita clareza, da experiência física que tive neste workshop. Foi no ginásio de esportes da UnB, em meio a tatames gastos e um tanto empoeirados que tive as primeiras vivências com Lemos e um grupo de estudantes do Departamento de Artes Cênicas da UnB. Vivenciamos, durante aqueles dias, os primeiros movimentos do CI. Era algo muito novo e especial, que ainda ninguém ali havia se deparado. Lembro-me do impacto que aquelas aulas tiveram sobre nós. Além das aulas, tivemos contato com os vídeos do CI. Fiquei muito impactada ao ver o CI sendo dançado em *Fall After Newton*³⁵, um filme sobre os primeiros dez anos do CI.

Este workshop acabou sendo um marco do início da minha trajetória em busca de uma formação em dança que contemplasse experiências do corpo e do movimento a partir desta energia que lança o corpo para vivenciar as experiências de entrar em movimento, pela via das abordagens somáticas, em contato com as leis físicas que regem o movimento.

³⁵ Documentário sobre onze anos de desenvolvimento do contato improvisação, apresentado por Steve Paxton e composto por imagens de performances e treinos do Contato-Improvisação. A dançarina focal é Nancy Stark Smith, que é vista com vários parceiros dançando e jogando contato.

Os fundamentos e princípios que guiam o CI me deixaram intrigada e estarecida. Como era possível voar e cair daquele jeito? Como era possível entrar em movimento através da queda e suspensão do movimento? Como era possível voar sem peso, cair deixando-se cair, sem ser pesado, aproveitando a queda, deslizar sobre o corpo de outro como se fosse água, vento, pluma? Cair, rolar, cair, voar, cair sem medo de cair, sem medo de se machucar, sem medo, simplesmente deixar acontecer o movimento no espaço, seguir o fluxo, dançar sem amarras. Que maravilha foi sentir isto aos 18 anos!

Grande parte das minhas buscas em dança, realizadas depois dessas experiências, foram movidas a querer saber mais sobre o CI e me aprofundar em pesquisas coreográficas que contemplassem a improvisação. Por isso, decidi me inscrever para a mesma escola em que Tica Lemos tinha estudado em Amsterdam, a Escola para a Nova Dança (SNDO).³⁶

Antes de Amsterdam, em 1991, fui contemplada com uma bolsa de estudos do Conselho Britânico por conta da pesquisa que eu havia feito com o grupo de adolescente Lápis Lázuli, como assistente e bolsista do CNPq do Mendonça, e assim passei seis meses estudando no *Laban Centre* em Londres.

No *Laban Centre*, muitas portas se abriram, e tive acesso a uma rica biblioteca de informações sobre a história da dança moderna e pós-moderna. Fui introduzida não só às técnicas de Laban, mas também a técnicas de dança moderna e contemporânea como Cunningham³⁷ e Limon³⁸, e tive a oportunidade de estudar com a Dra. Valerie Preston Dunlop³⁹, discípula direta de Laban. Pude também assistir a muitos espetáculos de dança e de teatro na rica, diversa e pulsante cidade de Londres. Mas o *Laban Center*, mesmo com tudo que oferecia, não era exatamente o que eu estava buscando, pois não tinha aulas de Contato-Improvisação, que eu tinha me apaixonado; a linguagem e pesquisa da escola estavam mais apoiadas na dança

³⁶ SNDO: Escola para o desenvolvimento da Nova Dança, Departamento da (AHK) Faculdade de Artes Amsterdam: <https://www.atd.ahk.nl/en/dance-programmes/sndo/>

³⁷ Mercier Philip Cunningham (1919-2009), mais conhecido como Merce Cunningham foi um renomado coreógrafo e dançarino americano, reconhecido por suas inovações no mundo da dança. Sua abordagem revolucionária, que separava a música, a dança e a cenografia, desafiou as convenções tradicionais e influenciou gerações subsequentes de artistas.

³⁸ José Arcadio Limón (1908-1972): dançarino e coreógrafo do México que desenvolveu a técnica de Limón de dança contemporânea.

³⁹ Valerie Preston-Dunlop: consultora no Laban Centre, onde foi pioneira no desenvolvimento de estudos coreológicos. Uma acadêmica de pesquisa prática, recebeu seu treinamento inicial de Rudolf Laban, Lisa Ullman, Kurt Jooss e Albrecht Knus. Fonte: <https://www.trinitylaban.ac.uk/study/teaching-staff/valerie-preston-dunlop/> - acesso em 30/07/2023.

moderna e nas pesquisas do próprio Laban, que não estavam no centro do meu interesse. Meu objetivo era perseguir o sonho que eu tinha de estudar, dançar e coreografar usando a técnica do CI e a improvisação, pois me traziam uma sensação de liberdade e pertencimento, onde eu me entendia e me encontrava com a experiência de entrar em movimento de uma forma extraordinária e única.⁴⁰

Em 1992, fui aceita na Escola para a Nova Dança (SNDO) e fui sozinha viver e estudar em Amsterdam. A abordagem e visão da Escola para a Nova Dança era muito além do que eu poderia imaginar. Era a primeira vez que entrava em contato com o método Body-Mind CenteringSM ⁴¹, a *Release Technique*⁴² e processos de somatização e corporalização definidos pela própria Bonnie Bainbridge Cohen como:

O processo de corporalização é um processo de ser, não um processo de fazer, nem um processo de pensar. (...) somatização é o processo pelo qual os sistemas cinestésico (movimento), proprioceptivo (posição) e tátil (toque) informam o corpo de que ele (corpo) existe. (Bainbridge Cohen, 2015, p.278).

Era tudo muito novo e diferente, mas era o que eu estava buscando, um caminho para novas descobertas sobre o corpo, o movimento e novas experiências de vida. Na escola SNDO conheci as técnicas do Body-Mind CenteringSM, aprofundei nos estudos do Contato-Improvisação, Ideokinesis⁴³, *Release Technique*, movimento autêntico⁴⁴, nova dança, teatro e diversas abordagens de improvisação e composição ligadas aos processos de criação em dança.

Sentir a mudança no corpo é uma das experiências intrigantes mais fascinantes pelas quais já passei. Aquele momento de insight, quando algo obscuro se torna tão claro no corpo que você revela todos os mistérios por trás disso. (Jabor, 1994, p.1).⁴⁵

⁴⁰ Em inglês tem uma expressão que seria "*a felt sense of body*".

⁴¹ O Body-Mind CenteringSM (BMC) foi criado pela norte-americana Bonnie Bainbridge Cohen, prioriza o estudo do movimento pautado na experiência da anatomia e da fisiologia de diversos sistemas corporais. É uma abordagem integrada para a experiência transformadora através da reeducação e repadronização do movimento. Esse estudo leva a um entendimento de como a mente é expressa através do corpo e o corpo através da mente. Fonte: <https://bmcnobrasil.com.br/o-body-mind-centering/>

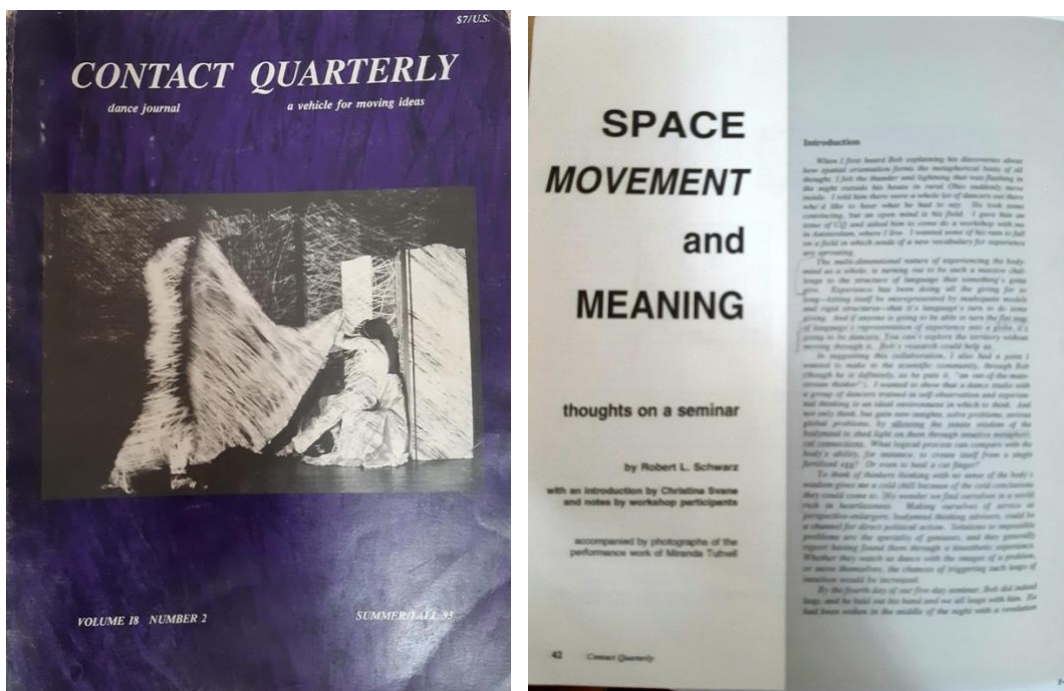
⁴² Release Technique: técnica de movimento criada nos anos 70 que inclui o relaxamento muscular, considerações anatômicas e o uso da gravidade e do momento para facilitar o movimento eficiente.

⁴³ Ideokinesis: criado por Mabel Elsworth Todd, uma pioneira do corpo na década de 1920. Seu livro, *The Thinking Body (2015)*, descreveu novas maneiras de usar todos os sentidos, bem como o sentimento interior e a imaginação para treinar o corpo para se mover com facilidade e equilíbrio.

⁴⁴ O Movimento Autêntico é uma prática terapêutica sutil e potente que permite aos indivíduos explorar a relação entre as dimensões criativas, psicológicas e sagradas da sua experiência através da expressão corporal.

⁴⁵ Tradução da autora para: "The Experience of feeling change in the body is one of the most fascinating intriguing experiences I have ever gone through. That moment of insight, when something unclear becomes so clear in the body that you reveal all mysteries behind it". - Dossier da autora (Andrea Jabor

Na escola SNDO fiz um mergulho profundo em abordagens e técnicas que resultaram em grandes transformações em minha forma de sentir e perceber a vida e a arte. Um dos workshops mais transformadores foi o “*Space movement and meaning, spatial orientation: a key to meaning in thought and movement*”⁴⁶ feito ao lado de figuras importantes como Marie Overly⁴⁷ (*six viewpoints*) e Dominic Barter⁴⁸ (CNV), que virou publicação da *Contact Quarterly*.⁴⁹



Figuras 7 e 8: capa da Revista Americana *Contact Quarterly dance journal*, v.18 no.2 summer/fall 1993, sobre o Contato Improvisação; e Capa do Artigo *Space Movement and Meaning* editado por Christina Svane e Robert L. Schwarz. (Fonte: acervo da artista).

A pesquisa sobre o significado das palavras que indicam movimento e o papel do espaço na construção dos sentidos reverberou tanto em mim que posteriormente, doze anos depois, em 2006, voltei ao assunto na pós graduação em dança que fiz na

Hugueney) de finalização do curso, 1994, orientação de Ria Higler, School for New Dance Development, Amsterdam, Holanda.

⁴⁶ A tradução da autora para o título do workshop é: Espaço, movimento e significado, orientação espacial: uma chave para os significados do pensamento e do movimento.

⁴⁷ Mary Overlie (1946-2020): artista americana, coreógrafa, criadora dos seis viewpoints de improvisação. Fonte: <https://www.sixviewpoints.com/maryoverlie> - acesso em 25.09.2023.

⁴⁸ Dominic Barter: conhecido por ser criador da Comunicação Não Violenta (CNV), trabalha com Mediação de Conflitos e Práticas Restaurativas.

⁴⁹ Contact Quarterly: revista de dança contemporânea e Contato-Improvisação criada em 1975, com foco em improvisação, Contato-Improvisação e performance. Fonte: <https://contactquarterly.com/> - acesso em 25.09.2023.

UniverCidade⁵⁰ (da Cidade). Na minha monografia, pesquisei sobre como construímos a noção de espaço, o papel que as posturas corporais e o movimento têm no processo do pensamento abstrato, temas levantados na época da oficina em Amsterdam. Meu questionamento se dava a partir dos modos de aprender a pensar internalizando esquemas de ações, pois, no meu ponto de vista, a arquitetura do pensamento humano só pode estar fundamentada em torno da experiência do que o corpo pode fazer e como os objetos podem ser manipulados.

Foram muitas experiências transformadoras que vivenciei nestes anos morando na Europa e estudando na escola SNDO. Ao concluir a graduação em Amsterdam, voltei ao Brasil em 1995, para explorar as possibilidades de viver no Rio de Janeiro e trabalhar com dança. Foi uma chegada após três anos na Holanda, estava ávida por chegar e fazer amizades, conexões e trabalhar com dança.

Tive a boa sorte de ir trabalhar em 1995 como bailarina na Companhia Lia Rodrigues⁵¹ quando estava montando *Má e Folia*, para levar à Bienal de Dança de Lyon, na França. Também tive a sorte de ser convidada a fazer a assistência de direção para a Companhia Atores Bailarinos⁵² do Rio de Janeiro, da premiada coreógrafa Regina Miranda, na montagem do espetáculo *Areias e Ventos* (1995) que fazia uma alusão às *Troianas*, de Eurípedes.⁵³

Mas, após seis meses, desisti de continuar nestas companhias, pois, tinha um sentimento de não pertencimento àquelas linguagens de movimento, onde havia uma marcação muito precisa voltada para a execução mais técnica do movimento e pouco

⁵⁰ A UniverCidade foi uma instituição de ensino superior situada na cidade do Rio de Janeiro, ativa durante a primeira década dos anos 2000. Fundada no início da década, oferecia uma variedade de cursos de graduação, pós-graduação e extensão universitária. Encerrou suas atividades em 2011 devido a dificuldades financeiras, deixando um legado significativo de contribuições para o cenário educacional e acadêmico da região.

⁵¹ Lia Rodrigues dos Santos (São Paulo, 1956): coreógrafa, bailarina e diretora. Fundadora da Lia Rodrigues Companhia de Danças, reconhecida pelo trabalho dentro do Complexo da Maré e pela produção coreográfica ligada a questões socioculturais e políticas. Desde sua fundação em 1990, a companhia tem sido uma força inovadora no cenário da dança contemporânea, não apenas no Brasil, mas internacionalmente, deixando um legado significativo na interseção entre arte e engajamento social.

⁵² A Companhia Atores Bailarinos do Rio de Janeiro, fundada na década de 1980, por Regina Miranda, é reconhecida por sua abordagem híbrida que integra a expressão teatral e a linguagem da dança em suas produções. Baseada na cidade do Rio de Janeiro, a companhia se destaca por sua busca inovadora na interseção entre o teatro e a dança, explorando narrativas não convencionais e performances que desafiam as fronteiras entre as artes cênicas.

⁵³ *As Troianas*, escrita por Eurípedes, é uma peça teatral grega do século V a.C. que retrata os eventos após a queda de Tróia, focando nos sofrimentos das mulheres troianas que foram tomadas como prisioneiras de guerra. A peça explora temas de guerra, perda, sofrimento e os efeitos devastadores dos conflitos sobre os indivíduos e a sociedade.

espaço para a improvisação e criação autoral. Sentia-me um pouco deslocada em relação aos artistas da dança no Rio de Janeiro, pois sentia falta de uma certa liberdade de criação e do multiculturalismo que havia experimentado em Londres e na escola em Amsterdã.

Ao mesmo tempo, estava em busca de um sentimento de pertencimento, na relação com meu corpo, na busca por uma sensação de presença e conexão com uma dança que dialogasse de forma mais direta com os ritmos da cultura e da música brasileira. Foi então que descobri a capoeira e comecei a fazer aulas com dois fundadores do Grupo Senzala de Capoeira⁵⁴ - Mestre Sorriso e Mestre Garrinha. Com eles estudei capoeira, aprendi samba de roda, samba de gafieira, ritmos brasileiros, maculelê e atabaque. Foi nesta época que iniciei os primeiros movimentos de propor uma pesquisa sobre a fusão e encontro da dança contemporânea com a capoeira e o CI. A capoeira me abriu o olhar para retomar uma investigação de movimento pautada nas matrizes da cultura afro-brasileira, que as aulas de dança afro com Calixto em Brasília já haviam me tocado. Iniciei uma jornada dançante e coreográfica pelo mundo da dança e da cultura em busca do meu lugar. Visitei outras culturas, danças e saberes, viajei estudando e trabalhando pelo Brasil, Venezuela e Europa.

Em 1999 retornei ao Rio de Janeiro para morar, desta vez cheguei com uma bagagem diferente. Cheguei com o meu primeiro espetáculo no intuito de fundar uma companhia de dança: a Companhia Arquitetura do Movimento. Para minha surpresa e felicidade, o espetáculo *De areia e mar* (1997) teve uma ótima recepção. Neste retorno, após quase 10 anos morando fora do Brasil durante os anos 90, tinha o propósito de investigar novamente as danças e ritmos brasileiros de forma a ampliar meu horizonte sobre as minhas raízes rítmicas e culturais. Foi este encontro de saberes, lugares e experiências que originou as pesquisas da Companhia Arquitetura do Movimento.

⁵⁴ Grupo Senzala de Capoeira: se torna uma referência na capoeira nacional e internacional, a partir da década de 80, como qualidade técnica, método de ensino e de organização. Fonte <https://www.gruposenzala.org/mestre-gato.html> - acesso em 20.08.2023.



Andrea em cena: "a areia se modifica todo o tempo, gaha novas formas, como na dança"

Um solo a dois

Bailarina e artista plástico se unem entre a areia e o mar

NAYSE LÓPEZ

Depois de uma passagem pela Venezuela e uma tentativa de retorno aos palcos brasileiros nas companhias Endança, Lia Rodrigues e Regina Miranda, a bailarina carioca Andrea Jabor andava em busca de uma linha de pesquisa. Decidiu voltar a Amsterdam, onde se formou. "Noite após noite eu sonhava com umas cenas do *Deus e o diabo na terra do sol*, do Glauber, sem saber a ligação. Reví o filme e comeci a perceber que aquela relação entre o sertão e o mar, entre a areia e a água, estava no cerne da minha pesquisa", conta.

O resultado é *De areia e mar*, uma parceria dela com o artista plástico Richard Seabra, que estreia hoje para público no Teatro Cacilda Becker, às 21h.

De areia e mar parece um solo, mas é um duo. "Richard fica em cena o tempo todo, manipulando a areia, mudando, desenhando. Ele não está ali como performer, mas como um artista plástico que trabalha", diz Andrea. Meio brasileiro e meio americano, Richard Seabra também havia se decidido por Amsterdam. Lá, contou a Andrea que estava fazendo imensas mandalas de areia colorida para uma amigo indiano músico. Nas mandalas de areia, Andrea encontrou o paralelo ritualístico que queria para seu espetáculo.

"Eu andava com muita saudade do Brasil e estava muito frio

na Holanda. Todo dia, entrava um sol pela janela do estúdio e me dei conta de que eu acabava ensaiando apenas dentro do quadrado de sol desenhado no chão da sala", lembra a bailarina. A partir daí, os dois desenvolveram a concepção cenográfica de Richard, que representa com suas esculturas de areia no chão do palco um pequeno deserto.

Em uma hora de espetáculo, Andrea mostra em sua coreografia o resultado de sua pesquisa na fusão das técnicas de *release* com ritmos brasileiros. "O *release* permite trabalhar melhor o peso, as estruturas do movimento. Vamos do músculo para o osso, o que dá muito mais profundidade", explica.

De areia e mar fica em cartaz de quinta-feira a sábado, às 21h, e domingos, às 20h, até dia 28.

Figura 09: Matéria da jornalista Nayse Lopez no Jornal do Brasil, em 19 de novembro de 1999, Rio de Janeiro, sobre o espetáculo *De areia e mar*. (Fonte: arquivo da autora).

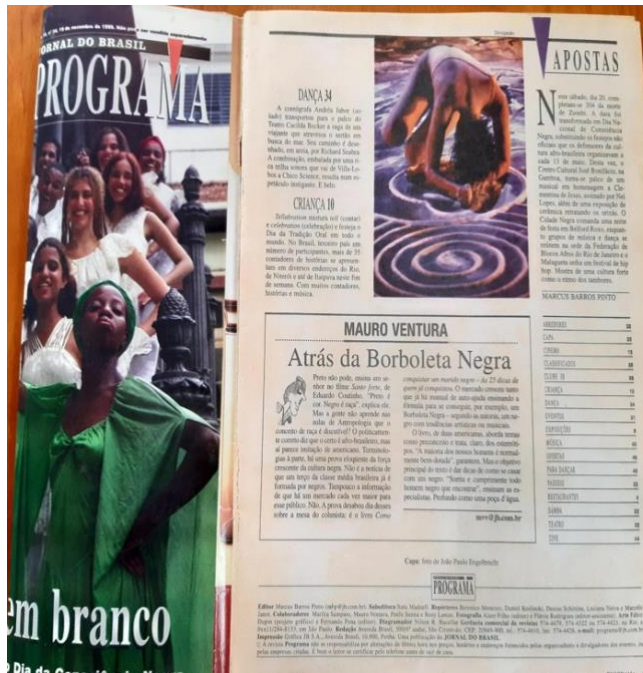


Figura 10 (acima): Capa + contra-capa da Revista Programa do Jornal do Brasil, edição de novembro de 1999, Rio de Janeiro. (Fonte: arquivo da autora).

Figura 11 (abaixo): Matéria sobre o espetáculo *De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas* com Andrea Jabor e Ricky Seabra. Estreia em 19 de novembro de 1999, no Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro. (Fonte: arquivo da autora).

Esta dissertação trata de uma parte destas pesquisas e investigações que resultaram em espetáculos e projetos da Companhia Arquitetura do Movimento. Foca principalmente no período entre 2007 e 2014, quando a Companhia mergulhou em uma pesquisa sobre a dança e a cultura do samba que resultou na criação de três espetáculos sobre este encontro entre o samba com a dança contemporânea e o Contato-Improvisação, que compuseram o que veio a ser uma trilogia do samba carioca.

Trago também nesta dissertação um relato sobre o primeiro trabalho *De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas*, que marcou o meu retorno ao Brasil e o início de uma longa investigação sobre as matrizes da nossa cultura. Interessa-me o diálogo entre linguagens, a pesquisa de movimento que investiga ritmo, peso e a transformação que se vive pela dança quando o movimento é responsável pelo lugar que desejamos construir no corpo e nos espaços que ocupamos. O corpo que brinca e o corpo que improvisa com escuta aberta ao outro, ao ritmo, ao toque, ao movimento, ao jogo, que possui uma liberdade de movimentação espontânea e criativa, gera alegria ao dançar, uma alegria que é transformadora do eu, do outro e do ambiente.

Desta mistura dos ritmos do samba com o Contato-Improvisação, e incluindo a abordagem somática do BMCSM, principalmente em relação ao desenvolvimento do movimento e os Padrões Neurocelulares Básicos⁵⁵ (PNB), no encontro destas abordagens e técnicas que nascem as reflexões mais recentes desta pesquisa, em que se investiga experiências do ritmo do peso nos trabalhos da Companhia Arquitetura do Movimento e nos movimentos de quicar, embalar e balançar.

Vale ressaltar que a prática é a principal atividade desta pesquisa, e não apenas a prática artística; esta pesquisa “vê os resultados materiais da prática como representações de suma importância dos resultados de pesquisas em seu próprio direito” (Haseman, 2015, p.49), como aponta o autor em seu manifesto pela pesquisa performativa. Adoto uma escrita na primeira pessoa a fim de alinhar-me com a metodologia desta pesquisa que está pautada na prática como método de investigação. Procurei apresentar formatos na escrita que mantivessem contato e

⁵⁵“Os padrões neurocelulares básicos (anteriormente denominados padrões neurológicos básicos) são dezenove padrões básicos de movimento desenvolvidos por Bonnie com base no desenvolvimento do movimento filogenético (animal) e ontogenético (humano)” (Bainbridge Cohen, 2105, p.28).

atenção ao meu estado de presença. Nesta abertura, através de fotos e relatos pessoais, faço uma breve retrospectiva da minha história e dos meus encontros e estudos na música e na dança. Ao lembrar minha história e minhas origens, percebo como essas experiências adquirem uma posição importante na pesquisa em questão.

No primeiro capítulo, intitulado **TRILHAR - ritmo, paisagem e escuta para uma criação em dança**, faço a escolha de algumas escritas, em itálico, que atualizam meu estado de presença, buscando transportar o leitor à uma poética das memórias e acontecimentos relativos ao meu primeiro espetáculo profissional intitulado *De areia e mar - uma fusão de dança e artes plásticas*, que, por sua vez, foi o ponto de partida para a fundação da Companhia Arquitetura do Movimento.

No segundo capítulo, **CHEGAR - aulas e a experiência de sentir o peso no Contato-Improvisação**, proponho uma escrita que envolve certo desenho na disposição, na grafia e espaçamento entre palavras, convidando a uma leitura que convoca um tempo mais lento, pausado, como em uma aula de corpo e movimento somático. Apresento as minhas experiências pedagógicas como instrutora, compartilhando aulas e treinamentos de minha prática artística, que envolvem o Contato-Improvisação, assim como as abordagens das práticas somáticas do *Body-Mind Centering*SM, em busca de investigar o peso como um sentido. Compartilho neste capítulo desenhos e transcrições do grupo de pesquisa *Corpo em Contato*, um grupo criado e coordenado por mim, que teve o Contato-Improvisação e seus fundamentos como foco de investigação, com olhar especial para perceber a experiência do peso como um sentido. Foram três módulos ao longo de 2022 e 2023 onde as aulas foram gravadas em áudio e transcritas. Os depoimentos e discussões após as aulas também foram gravados e transcritos e estão disponíveis nos anexos desta dissertação. A artista Manon Bessie Sarah Bourgeade, que participou do grupo, contribuiu imensamente com seus desenhos que ilustram o capítulo.

No terceiro capítulo, **BRINCAR – o ritmo do peso na Companhia Arquitetura do Movimento**, apresento a minha relação com a etnomusicóloga Lydia Hortélio e a descoberta do brincar. Analiso os três espetáculos da companhia que fazem parte da *Trilogia do Samba* e apresento como metodologia de trabalho a proposta de investigar o ritmo do peso e como foi surgindo a partir dos processos de criação artística e da prática em sala de aula. Proponho práticas para investigar o ritmo do peso através dos movimentos quicar, balançar e embalar, junto a propostas de desenhos feitos no piso para encontrar as direções e sentidos do movimento com peso e ritmo no espaço.

Ao visitar as direções (em cima em baixo, direita esquerda, frente e trás e diagonais) em contato com o peso e a gravidade, o corpo é levado de forma lúdica e rítmica, a dançar e explorar o movimento nos planos espaciais revelando tempos e ritmos ligados a queda e suspensão do peso. Pelo eixo vertical temos a exploração cabeça-cauda e a conexão céu e terra, no eixo horizontal surgem as movimentações de embalo, de lateralidade propondo uma organização homolateral, e no plano sagital exploramos a movimentação contralateral e o balanço, como veremos nas experiências da criação dos trabalhos da Companhia na *Trilogia do Samba*. Este capítulo vem acompanhado por um conjunto de fotos de espetáculos da Companhia.

Para completar, faz parte desta dissertação um conjunto de anexos que se relacionam com esta pesquisa. São eles: 1- gravação e transcrição de aulas do grupo *Corpo em Contato*; 2- Ilustrações de exercícios de CI; 3 - gravações de aquecimentos para chegar no chão e chegar em si; 4- entrevistas com Steve Paxton, Tica Lemos e Lydia Hortelio e uma conversa publica sobre Contato-Improvisação. A lista deste material anexo pode ser encontrada no final da dissertação e acesso através de link no meu site.⁵⁶

Espero que as palavras aqui escritas cheguem com clareza e convidem à escuta das experiências que desejo compartilhar. A prática na educação e na criação, como meu campo de conhecimento e investigação, possibilitou o desenvolvimento coreográfico a partir de inquietações e encontros de saberes. Espero compartilhar um pouco deste campo de conhecimento tácito-somático-rítmico nas investigações sobre o ritmo do peso nas criações coreográficas da Companhia.

⁵⁶ <https://andreaajabor.com/o-ritmo-do-peso/> (protegido por senha : andreaajabor).

TRILHAR

ritmo, paisagem e escuta para uma criação em dança

1.1 Ritmo, paisagem e escuta para uma criação em dança

Ao som da mata e ao cair da tarde, sinto a vida pulsar nas minhas células, ampliando meus sentidos. A experiência me toma por completo e me transporta poeticamente para perceber com êxtase e entusiasmo a vida que pulsa pelos meus sentidos, ampliando minhas percepções. Respiro.

Respire. Sinta a sola dos seus pés no chão, sinta o ambiente, sinta seu corpo.

A energia da floresta e a energia desses seres não humanos e invisíveis, que habitam esta densa vegetação, aqui e agora neste momento, tornam-se presentes, sentidos e percebidos de forma intensa na minha pele, nos meus poros, nas minhas entranhas, além dos meus ouvidos, entram pelos meus sentidos que são tocados profundamente pela sua presença traduzida na energia e atmosfera do cair da tarde. A presença dos seres da floresta que cantam e soam com intensidade neste momento me convidam a me dissolver neste ambiente e me integrar nesta sensação de pertencimento ao meio, ao ambiente, ao espaço, neste tempo, aqui, agora, que se estende para muito além, mas que está inteiramente presente neste momento. Faço parte da paisagem. Sou a paisagem. Sinto a paisagem. Sinto-me integrada ao aqui e agora, integro-me com o meio, sou o meio ambiente e percebo que o momento extrapola o conceito de dentro e fora. Respiro, sinto o ar entrar e sair. Acompanho este momento e sinto o peso da sola dos meus pés que tocam o chão.

Sinto-me uma com o ambiente. Sinto sua energia. Minhas sensações internas se comunicam com o mundo ao meu redor. É a comunicação das peles, das cinco peles de Hundertwasser⁵⁷ (autor que inspirou criações na Companhia), é a minha primeira pele me informando deste mundo vibracional e extraordinário.

O conceito das cinco peles proposto pelo artista e arquiteto naturalista austríaco Friedrich Hundertwasser, além de sua obra, me inspirou muito como artista, e inspirou diferentes espetáculos na Companhia. Hundertwasser nos convida a experimentar o mundo através da pele e de suas camadas de percepção, construindo novas relações entre corpo e meio. Em cinco camadas, cinco peles, (epiderme, roupa, casa, cultura e natureza/cosmos) ele nos convida a perceber como podemos nos relacionar

⁵⁷ Hundertwasser (1928-2000), um renomado arquiteto, artista visual, ambientalista e naturalista de origem austríaca, é amplamente reconhecido por sua vasta contribuição em várias áreas artísticas. Ele ganhou destaque como um "médico da arquitetura" devido aos seus manifestos e ao seu compromisso com a promoção do bem-estar humano, da estética na arte e da preservação do meio ambiente.

sentindo o mundo pela perspectiva da pele, que é sensível ao toque, que responde, dialoga e se relaciona sensorialmente com o meio que está inserida através de suas camadas de defesa e afeto. Veja abaixo quais são as cinco peles nomeadas pelo artista.

A natureza é um fim em si. Não tem outras razões para além de si própria, nada existe fora dela. A perfeita autarquia de sua estrutura gera a harmonia universal, o belo. A arte é o caminho que conduz ao belo. (Restany, 1998, p.17).

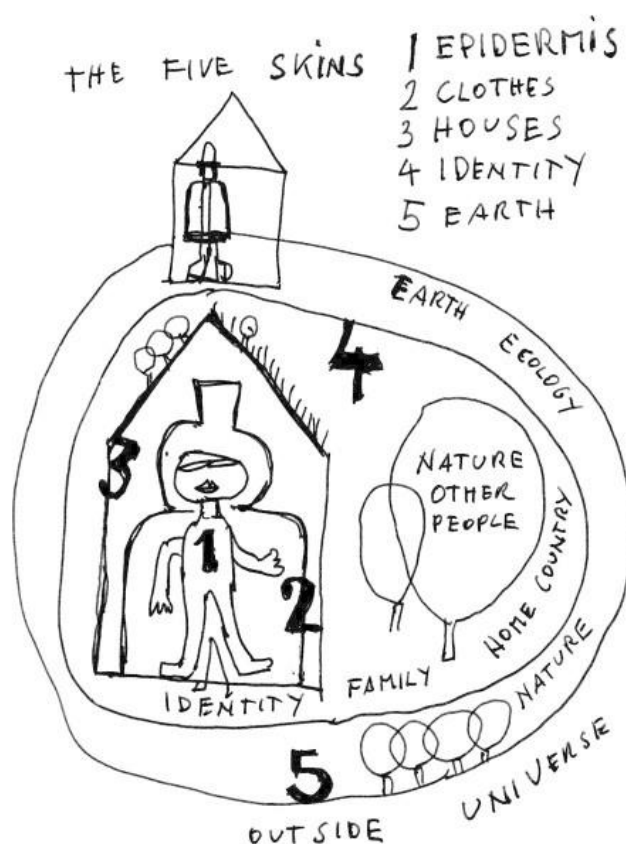


Figura 12: As Cinco Peles de Hundertwasser, (Fonte: livro de Pierre Restany, intitulado "O Poder da Arte, Hundertwasser - O Pintor-Rei das cinco peles". Köln: TASCHEN, 1999 pg.3

As cinco peles de Hundertwasser são:

1a. Pele – a pele humana, nosso maior órgão responsável por trocas sensoriais e informações complexas. É a pele que visivelmente delinea e separa nosso corpo do resto do universo;

2a. Pele – representa as roupas, adereços, a fantasia. É sobre o que nos veste e os personagens que assumimos a cada traje ou peça de roupa que vestimos;

3a. Pele – refere-se ao nosso lar, nossa família, nossa casa, nosso abrigo. Nossa maneira de juntar, acumular, guardar, processar, proteger e se estabelecer. Os utensílios e ferramentas, as coisas de que dispomos para o dia-a-dia nos mostra e diz sobre auto-organização e cuidado;

4a. Pele – representa a cidade, a sociedade, os amigos, vizinhos, a cultura, e o lazer. É sobre como ocupamos socialmente o espaço em que vivemos e como nos relacionamos com a cidade e a cultura;

5a. Pele – refere-se ao meio ambiente, ao cosmos, à Natureza. A maneira como nos relacionamos com a Natureza, os animais, plantas e a dimensão cósmica, energética e espiritual do planeta.

A harmonia universal e a relação de interconectividade que esta paisagem da serra me oferece, me convida ao estado de presença expandida, conectada à natureza. Conectada a mim mesma, à minha primeira e quinta pele, como nos ensina Hundertwasser, o pintor-rei das cinco peles, apaixonado pelo belo, pela natureza, que nos recomenda vivamente a temperança ecológica. Na pele, nas peles, é onde posso sentir e perceber minhas sensações, minha poética em conexão com o sentido do movimento do cosmos.

Essa relação das peles opera-se por osmose, a partir de níveis sucessivos de consciência, sucessivos e concêntricos em relação ao seu eu profundo. O símbolo pictórico ilustra a metáfora biológica. Para Hundertwasser, o homem tem três peles: a sua epiderme natural, o vestuário e a sua casa. (Restany, 1988, p.10).

Junto a esta sensação, a esta escuta, e através desta conexão profunda e sensível com o meio, com a floresta, me chegam lembranças das criações artísticas da companhia de dança que fundei em 1999 com meu parceiro artístico Ricky Seabra: a Companhia Arquitetura do Movimento. Foram 15 anos de muita escuta e pesquisa, movida a muito amor e afeto, pelo desejo de criar mundos onde os sentidos se expandem e o tempo-espaço se dilata; onde a saudade é sobre pertencer, sobre poder sentir na pele. Nas peles que são corpo, casa, floresta, cosmos.

Lembro imediatamente do livro A Biologia da Crença, de Bruce Lipton, que nos informa sobre o poder da consciência sobre a matéria e os milagres:

A física quântica descobriu que os átomos físicos são constituídos de vórtices de energia que giram e vibram constantemente. Cada átomo é um centro que gira e irradia energia e cada um deles tem uma assinatura (movimento) e constituição (moléculas) próprias. (Lipton, 2007, p.119).

O pensamento voa....

Penso na poética da artista Lygia Clark, na obra “Caminhando [que] é apenas uma potencialidade. Vocês e ele formarão uma realidade única, total, existencial. Nenhuma separação entre sujeito-objeto. É um corpo-a-corpo, uma fusão”⁵⁸. Penso na Bonnie⁵⁹ e na sua frase sobre o Body-Mind CenteringSM ⁶⁰

Há alguma coisa na natureza que forma padrões. Nós, como parte da natureza, também formamos padrões. A mente é como o vento, e o corpo como areia: se você quer saber como o vento está soprando pode olhar para a areia. (Bainbridge Cohen, 2015, p.22).

Penso no Contato-Improvisação⁶¹, em como já é parte de mim, e em tantas histórias e referências que me trouxeram até aqui.

Enquanto o sol se põe neste 02 de abril de 2021, estou sentada na varanda da casa de serra que o meu avô paterno construiu nos anos 1950, escrevendo estas palavras. Estou sentada aqui, cercada pela mata atlântica, na região serrana do Rio de Janeiro. O instante me toma, me inspira e me transporta para uma sensação estendida de tempo, uma dimensão cósmica onde passado, presente e futuro se encontram nesta paisagem sonora e visual.

Respiro, volto.

Volto para o corpo, para a respiração, para seguir no fluxo de ideias que me permitem continuar. Percebo, escuto a paisagem como forma de compreender e sentir além da forma, me comunicar com a sua poética.

⁵⁸ Disponível em portal da artista: <https://portal.lygiaclark.org.br/acervo/189/caminhando> - acesso em 20/08/2023.

⁵⁹ Bonnie Bainbridge Cohen: fundadora do *Body-Mind Centering*SM

⁶⁰ *Body-Mind Centering*SM (*BMC*SM): criado pela norte-americana Bonnie Bainbridge Cohen, prioriza o estudo do movimento pautado na experiência da anatomia e da fisiologia de diversos sistemas corporais; é uma abordagem integrada para a experiência transformadora através da reeducação e repadronização do movimento. Esse estudo leva a um entendimento de como a mente é expressa através do corpo e o corpo através da mente. Fonte: <https://bmcnobrasil.com.br/o-body-mind-centering/> - acesso em 20/08/2023.

⁶¹ "uma forma de dança em dueto baseada no diálogo de peso, reflexos e impulso entre dois corpos moventes que estão em contato físico" (SMITH *apud* PIZARRO, 2022, p.19).



Figura 13: “A Raindrop Which Falls into the City” (uma gota de água que cai dentro da cidade), de Friedrich Hundertwasser, 1955. (Fonte: Youtube).

Sentada na varanda a escrever, em meio a floresta e essas sensações, relembro em meu corpo as memórias do espetáculo “De areia e mar”⁶², um trabalho que me marcou com sua qualidade tátil, sensível e afetiva. Que qualidade extraordinária que é a memória sentida, sensória, sensível. Na cultura iorubá, tanto quanto na educação somática, a memória faz parte do corpo, assim como esta floresta que escuto e sinto, que se conecta comigo, dissolvendo e integrando o dentro e o fora. O que existe em mim e o que vibra em mim vive neste ambiente.

Aqui meu mundo se expande e se liberta de qualquer razão e adentro meu imaginário poético expandido, meu lugar de criação e de origem, do desejo e do sonho que um dia tive de dançar e de criar uma companhia de dança. Sonho de inventar mundos poéticos expandidos, livres no tempo e espaço. Mundos mágicos e extraordinários onde o movimento e a dança seriam o centro, o eixo, o sentido e a direção do meu caminho.

Abandone o que é velho e vista-se com roupas bonitas; roupas que combinam com você, roupas que têm costuras para fora, roupas que te fortalecem. Vivam em moradias que vocês mesmos fazem e serão felizes, e a calçada não será mais cinza. E plante árvores no telhado, árvores enormes, árvores centenárias, e as feias casas de caixas de fósforos não serão mais caixas de fósforos. Porque você poderá passear no telhado como se estivesse caminhando pelos Bosques de Viena, e o verde não terá fim. (Hundertwasser, 1966)⁶³

⁶² "De Areia e Mar, uma fusão de dança e artes plásticas" foi o primeiro espetáculo da Companhia Arquitetura do Movimento, criado por Andrea Jabor e Ricky Seabra.

⁶³ Tradução da autora para: “Shed the old and dress up in beautiful clothes; clothes that suit you, clothes that have their seams on the outside, clothes that make you strong. Live in housing that you

1.2 De areia e mar – ritmo e paisagem

Trago neste primeiro movimento, intitulado **TRILHAR**, a memória da minha primeira obra/espetáculo: *De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas*, que teve sua estreia em 1997, em Caracas, na Venezuela. Foi a obra que deu a largada para a parceria duradoura que estabeleci com o artista visual Ricky Seabra ao longo de mais de 20 anos. Juntos criamos espetáculos onde investigamos a construção de uma linguagem nossa, que fomos construindo a partir de experimentações da fusão entre a dança com as artes plásticas, investigando narrativas poéticas para a cena.



Figura 14: fotos da estreia do espetáculo *De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas* de Andrea Jabor e Ricky Seabra no Ateneo de Caracas, de 20 a 22 de outubro de 1997, Venezuela. (Fonte: imagens capturadas do site de Ricky Seabra).⁶⁴

make yourselves and you'll be happy, and the sidewalk won't be grey anymore. And grow trees on the roof, huge trees, century-old trees, and the ugly match-box houses won't be match-boxes anymore. Cause you'll be able to stroll on the roof as if walking through the Vienna Woods, and the green will have no end" (1966). Fonte: <https://hundertwasser.com/en/texts/die-wahre-freiheit> - acesso em 20.08.2023.

⁶⁴ Fonte: <https://www.rickyseabra.com/deareiaemar.html> acesso em 11.11.2023.

Em *De areia e mar*, nossa primeira de muitas colaborações artísticas⁶⁵, Seabra esculpia desenhos com a areia que cobria parte do piso do palco, enquanto eu dançava ao som de uma trilha sonora cuidadosamente selecionada e mixada por mim. Por ter paixão por discos e equipamentos de som, me tornei DJ profissional, tendo trabalhado como DJ dos 17 aos 20 anos, em Brasília. Adquiri, assim, um conhecimento e habilidade musical que continuou sendo explorada nas trilhas sonoras dos espetáculos. Nesta trilha, fiz questão de selecionar apenas músicas e ritmos brasileiros que moviam meu querer dançar. É uma trilha diversa, que toca de Villa-Lobos⁶⁶, à Mestre Ambrósio⁶⁷, e foi determinante para a construção da dramaturgia do espetáculo: a narrativa da odisséia de uma viajante que atravessa o deserto em direção ao mar, percorrendo um Brasil imaginário repleto de riquezas culturais e rítmicas. Na travessia, a personagem vai deixando marcados seus passos, suas pegadas no chão por onde pisa, inaugurando percursos rítmicos, coreografias e dividindo com o público sensações vivenciadas nas danças ao longo do caminho.

Ao lembrar desta criação, várias memórias chegam até mim. Memórias sensíveis ao corpo: quando criança brincando na praia, do calor na pele, do sol queimando, da onda batendo e molhando meus pés, da brisa acariciando minha face a caminho de casa de mãos dadas com meu avô.

Por muito tempo, o Brasil ficou fisicamente distante em minha vida, vivi muitos anos no exterior. Neste período de 1997, eu estava vivendo na Holanda e sentindo saudades do Brasil. Uma saudade que em inglês traduzimos como *homesick*: “doente de casa, de lar”. Para me curar, pelo menos parcialmente, desta saudade intensa, eu tinha a dança, os ritmos e a música do Brasil. Ao som de Mestre Ambrósio, Villa-Lobos, Egberto Gismonti⁶⁸ e Cartola⁶⁹, dançava com a areia, meu par efêmero, e me

⁶⁵ Obras criadas em parceria com Ricky Seabra: *De areia e mar* (1999), *Aviões e arranha-céus* (2001), *Isadora orb a metáfora final* (2005) e a parceria na *Trilogia do Samba*.

⁶⁶ Villa-Lobos (1887-1959): importante compositor carioca, maestro, violoncelista, pianista e violonista brasileiro, de destaque e reconhecimento internacional, foi considerado o compositor sul-americano mais conhecido de todos os tempos. Compositor prolífico, escreveu numerosas obras orquestrais, de câmara, instrumentais e vocais, totalizando mais de 2 mil obras.

⁶⁷ Mestre Ambrósio é uma banda da cidade de Recife surgida no movimento manguebeat de Pernambuco, criada em 1992.

⁶⁸ Egberto Gismonti, nascido no Carmo em 1947, é um multi-instrumentista, arranjador e compositor brasileiro.

⁶⁹ Cartola, nome artístico do carioca Agenor de Oliveira (1908 - 1980) é considerado, por diversos músicos e críticos musicais, como o maior sambista da história da música brasileira.

entregava às ondas sonoras que vibravam e alegravam meu corpo que queria dançar sem parar.



Figura 15: Ricky Seabra desenhando com areia no espetáculo *De areia e mar* no Panorama de Dança de 2009, 13 e 14 de novembro, Espaço Cultural Sérgio Porto, Rio de Janeiro. Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da artista).

A areia era o meu chão, onde Seabra, meu par em cena, esculpia desenhos com uma vassoura e também desenhava com as suas mãos habilidosas. A areia que é sensível ao toque, que responde ao vento e também faz marcas, deixa rastros, pegadas. Ao dançar com a areia, eu riscava e esboçava novos desenhos no chão com o meu movimento, criando uma poética entre meu corpo, a areia e o espaço. Seabra, além dos desenhos de areia no chão, fazia projeções de luz e sombra, usando areia sobre uma placa de vidro, sobre um retroprojektor. Juntos em cena criamos a história dessa viajante que atravessa paisagens imaginárias, rítmicas. Criamos, dançamos e desenhamos um Brasil vivo e pulsante, presente em nosso imaginário.

De areia e mar é sobre a saudade, são as bandeirinhas de São João inspiradas no artista Alfredo Volpi⁷⁰, é a alma que demora a chegar, são as pegadas e marcas

⁷⁰ Alfredo Volpi (1896 – 1988): pintor italiano, radicado no Brasil, com uma trajetória singular e passagem por distintas vertentes da pintura, Volpi destaca-se por suas paisagens e temas populares e religiosos, como a série de bandeirinhas de festa junina.

que deixamos na areia da praia, é a poética em nosso imaginário lírico, rítmico e criativo. É sobre chegadas e partidas constantes, sobre desbravar o desconhecido. São os bonequinhos do Seabra desenhados na areia, correndo para algum lugar, lembrando uma pintura rupestre. É sobre os viajantes eternos que podemos ser e sobre o que eu havia me tornado na vida: uma viajante.



Figura 16: Andrea Jabor na estreia do espetáculo "*De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas*" de Andrea Jabor e Ricky Seabra no Ateneo de Caracas, de 20 a 22 de outubro de 1997, Venezuela. (Fonte: acervo da artista)

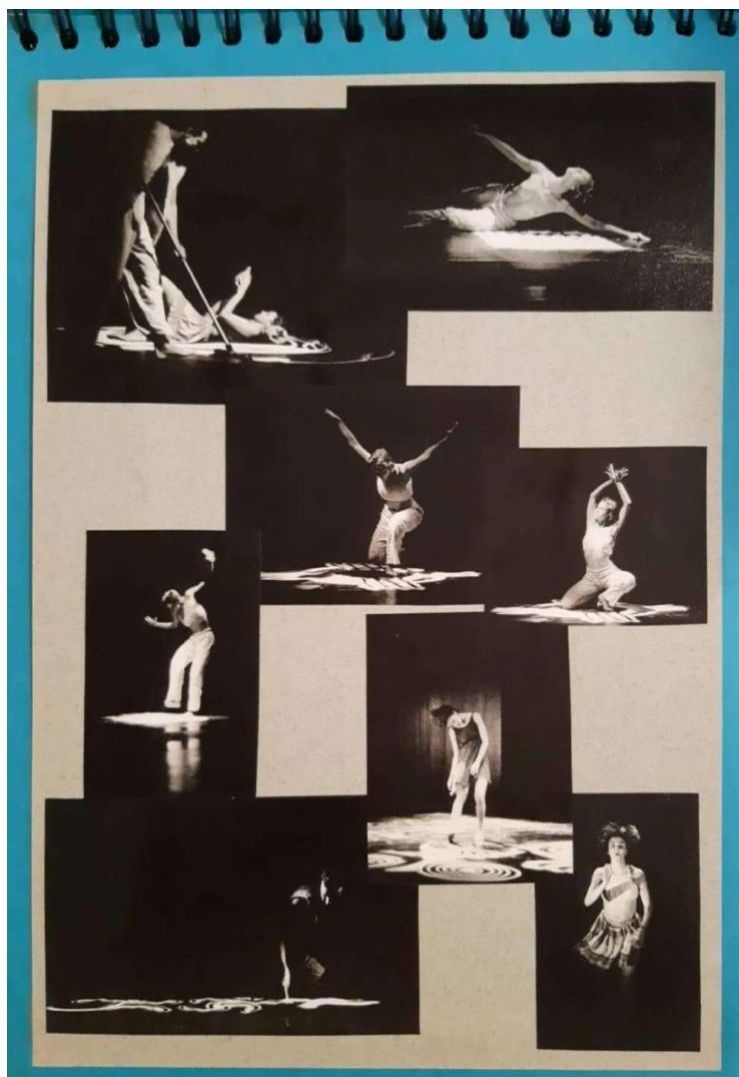


Figura 17: Fotos da estreia do espetáculo "*De areia e mar, uma fusão de dança e artes plásticas*" de Andrea Jabor e Ricky Seabra no Ateneo de Caracas, de 20 a 22 de outubro de 1997, Venezuela. (Fonte: acervo da artista).

De areia e mar marca o início de uma pesquisa artística e uma trajetória que abordará temas relacionados ao corpo, identidade e saudade, os quais ressurgirão em obras futuras, em colaboração com Seabra. Ao analisar este trabalho, percebo que há uma investigação de conceitos que exploram a relação com o que nos impulsiona na vida; com os impulsos de movimento que nos fazem querer caminhar, correr, deslocar-nos e atravessar desertos em busca de oceanos e lugares inexplorados, desvendando novas experiências, danças e culturas. *De areia e mar* examina o desejo humano intrínseco de explorar, percorrer, visitar e conhecer novos mundos e lugares que futuramente se incorporam à memória corporal.

Possivelmente, a criação deste espetáculo foi uma forma de lidar com a presença constante de sensações de saudade e nostalgia que permeava minha

relação com o Brasil. Uma saudade de pertencer a um lugar, de ter uma identidade ligada a algum local específico, de conhecer a mim mesma, minha nação, minha língua e meu corpo, de expressar o Brasil em meu movimento. Ao me tornar uma artista, coreógrafa e dançarina, tive a oportunidade de construir um universo poético e rítmico por meio do movimento, e neste espetáculo pude explorar o dançar interagindo com um elemento tátil, sutil e efêmero como a dança, a areia.

De areia e mar inaugura para mim uma forma de dança expressiva, autêntica, sutil, sensível e ritmada, carregada de profunda emoção, que fortalece meu espírito e meu desejo de experimentar a liberdade e a mobilidade. É uma experiência que me permite sentir a pulsação da liberdade em meu interior. A obra foi criada em Amsterdam, nos anos de 1996/97, num pequeno estúdio de dança chamado *Dansers Studio*, durante um inverno gelado de temperaturas negativas abaixo de zero. Nunca imaginei que um dia eu iria morar na Holanda, muito menos para estudar dança e coreografia. Deste período na Europa, lembro-me claramente de dois grandes momentos de mergulho poético e criativo: as manhãs dançando e criando no *Dansers Studio* com o Seabra, e as noites navegando e contando histórias nos canais⁷¹ de Amsterdam. Ir para o estúdio ensaiar era a melhor coisa que tinha, pois lá era quentinho, tinha uma janela por onde entrava o sol e uma sauna onde eu podia esquentar minha pele fria e saudosa do Brasil.

Era a segunda vez que morava na cidade. Trabalhava como guia turística nos barcos que faziam *tour* pelos lindos canais românticos e poéticos de Amsterdam. À noite, ao navegar pelos canais pitorescos desta cidade linda e iluminada, a bordo de um barco cheio de turistas, contava ao microfone histórias daquela cidade centenária, das pessoas que passaram por lá, das casas tortas e sua arquitetura pitoresca de pontes e canais. A Amsterdam que foi o centro do mundo financeiro e comercial há muitos anos atrás, que financiou caravelas e expedições portuguesas e holandesas que desembarcaram no Brasil.

Importante lembrar que era o ano de 1996, não existia celular, nem redes sociais e a internet era algo ainda muito recente. O acesso a qualquer conteúdo que

⁷¹ Frequentemente eu navegava o rio Amstel e os canais a bordo dos barcos de turismo, onde eu trabalhava. O Amstel é o maior canal na cidade de Amsterdam, e os três principais canais são Herengracht, Prinsengracht e Keizersgracht.

viesses do Brasil era por meio do correio. O mais moderno que tínhamos era o fax⁷². Receber uma encomenda pelo correio era a maior sensação. Lembro do dia em que recebi pelo correio a fita cassete (K7) com o primeiro disco da banda Mestre Ambrósio. No dia em que recebi este presente, chorei de emoção ao ouvir a fita K7 com o disco completo. Poder escutar a música nova que estava se fazendo no Brasil, estando tão longe, foi muito impactante. Era muito novo, o sotaque, a originalidade do disco, eu nunca tinha ouvido nada igual. Era puro deslumbramento e revelava um Brasil repleto de uma rítmica que eu desconhecía até então.



Figuras 18 e 19: Fotos da fita cassete gravada pela minha irmã Bia Jabor, com foto da capa do álbum da Banda Mestre Ambrósio e contendo a trilha do disco Mestre Ambrósio. (Fonte: acervo da artista).

Nos ensaios, eu dançava o disco inteiro, improvisando e imaginando como eram os passos deste Brasil que eu não conhecia. A letra da música cantava “não fique de boca aberta Zé em cidade que for chegando (ao som de uma rabeca e um pandeiro): oh Zéeeeeee tem que tomar cuidado, oh zé / tem que tomar cuidado, oh zé”⁷³. Esta foi a primeira canção desta banda pernambucana extraordinária que entrou para a trilha do espetáculo, que termina cantando: “terra alheia, pisa no chão devagar!”⁷⁴ Parecia falar de mim, desta viajante que estava sempre a pisar em terras

⁷² Uma máquina de fax envia e recebe documentos através de uma rede telefônica, convertendo-os em sinais elétricos. O fax era uma ferramenta amplamente utilizada para enviar documentos e mensagens de texto de forma rápida e relativamente eficiente nas décadas de 1980 e 1990.

⁷³ Música José, compositor Siba, disco Mestre Ambrósio.

⁷⁴ Verso presente em corimba (ponto) de umbanda.

alheias, tomando cuidado ao pisar, explorando e sentindo como era a construção de cada passo que dançava, sentindo o chão e o peso do seu passo ao pisar. Mas qual seria o peso do passo das danças e ritmos do Brasil que eu ouvia, mas não conhecia?

A partir da imersão nos ritmos que me impulsionavam, o desejo de dançar me levava a movimentos de quicar, requebrar, balançar, vibrar, celebrar. Com a novidade rítmica experimentada ao dançar senti uma mudança no centro de gravidade dos meus movimentos, como se os acentos fossem todos voltados pro chão, devido à influência musical do ritmo proporcionado pela banda Mestre Ambrósio, que até então eu desconhecia. Os passos executados me transportavam para um espaço imaginário, não necessariamente um lugar físico que almejava ocupar, mas sim um espaço poético intimamente ligado à vivência efusiva do corpo, entregue completamente às sensações e aos movimentos, permitindo a energia fluir em sintonia com a energia da vida; um corpo que oscilava, saltitava e dançava. Esta experiência era um espaço e lugar no corpo que eu ansiava habitar, um lugar vibrante, festivo, repleto de ritmos e expressões. Entregava-me à sensação de peso em constante movimento rítmico, absorvendo a vivência de cada passo e a dança que emergia em meu ser.

Meu desejo consistia em explorar novos horizontes na dança, investigando os ritmos oriundos do Brasil, em especial a característica rítmica distintiva do samba. Meu objetivo era encontrar uma fusão de linguagens das culturas dos países em que vivi e visitei, rompendo com uma abordagem de movimento mais convencional que se baseava nas técnicas do ballet clássico e da dança moderna. Buscava uma linguagem rítmica genuinamente brasileira que estabelecesse uma conexão poética e espiritual com o corpo e o movimento, acreditando que tal abordagem poderia ressoar de forma profunda e perdurar na memória sensorial e corporal do espectador.

Além disso, *De areia e mar* também encontrou inspiração na cena final do icônico e profundo filme *Deus e o Diabo na Terra do Sol*, dirigido por Glauber Rocha⁷⁵. Nesta cena, o protagonista se lança em uma corrida desenfreada pelo sertão, fugindo da morte e buscando salvar sua vida. A habilidade cinematográfica de Glauber Rocha transforma o árido sertão em um mar, concretizando a profecia de que “o sertão vai

⁷⁵ Glauber Pedro de Andrade Rocha (1939 – 1981): cineasta e escritor baiano. Um dos líderes do Cinema Novo, movimento de vanguarda da década de 1960, propôs um cinema alinhado à realidade socioeconômica do chamado “Terceiro Mundo”.

virar mar e o mar virar sertão”.⁷⁶ Essa influência cinematográfica também permeia a criação *De areia e mar*, em que essa corrida trôpega, num voo da câmera sobre o sertão com a chegada épica ao mar, tornou-se a base e a inspiração para criar e inventar a história poética de uma viajante que vive a travessia do deserto até a chegada ao mar: “para mim somente percorrer os caminhos que tem coração, qualquer caminho que tenha coração”⁷⁷ (CASTAÑEDA, 1975, p.11).



Figura 20: Andrea Jabor e Ricky Seabra no espetáculo *De areia e mar (10 anos após a estreia)*, no Panorama de Dança de 2009, 13 e 14 de novembro, Espaço Cultural Sérgio Porto, Rio de Janeiro. Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da artista).

⁷⁶ Verso da música do compositor Sérgio Ricardo para o filme de Glauber Rocha, *Deus e o Diabo na Terra do Sol*.

⁷⁷ Tradução da autora para: “*para mí sólo recorrer los caminos que tienen corazón, cualquier camino que tenga corazón*”



Figura 21: Andrea Jabor em "*De areia e mar*" (o sol de areia de Ricky Seabra), de 18 a 28 de novembro, Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro, 1999. Foto de Oseas Jarmouch. (Fonte: acervo da artista).



Figura 22: Andrea Jabor em "De areia e mar" (O Mar feito de areia, desenhos de Ricky Seabra), de 18 a 28 de novembro, Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro, 1999.
Foto de Oseas Jarmouch. (Fonte: acervo da artista).

De areia e mar inicia ao som do Prelúdio no.3 de Villa-Lobos para violão solo⁷⁸. Lentamente, à medida que a luz aumenta, vê-se um quadrado de areia, de 1m x 1m, precisamente recortado na luz com a figura de uma mulher deitada atrás do quadrado, de frente para a plateia. Ela olha o quadrado, como olhando através de uma janela que se estende para olhar o Brasil profundo, o sertão, o deserto, a sua alma. Este quadrado de areia foi criado com a intenção de trazer à memória a lembrança do Brasil. O quadrado de areia ocupava exatamente o espaço onde a luz do sol entrava pela janela do *Dancers Studio* onde ensaiávamos.-

E então virá a nova revolução da liberdade: um homem quererá ser diferente do seu próximo, quererá viajar num veículo diferente, quererá ter a sua parede exterior e janela de outro tamanho. (...) Liberdade sem felicidade não é liberdade. O homem não pode ser feliz sem atividade independente e criativa.⁷⁹

A sensação que eu tinha quando comecei a estudar dança é que a coreografia fixava a criação de tal forma que limitava a liberdade de expressão da dança. Por isso talvez estivesse tão interessada no Contato-Improvisação. Queria investigar o sentido predominante do que era tocado, alcançado, acionado, numa dança mais pautada nas sensações de peso e ritmo do movimento. As descobertas decorrentes dessas experiências vivenciadas em *De areia e mar* permitiram-me explorar estratégias de improvisação e de composição que contribuem para manter a vitalidade e a pulsante expressão cênica. Aprendi que não era necessário amarrar a coreografia de forma a fixar os passos ou as sequências, pois isso enrijecia a execução do movimento e afastava a sensação tátil e a relação sutil com o elemento da areia. Queria explorar a qualidade efêmera da dança, pautada na improvisação, que tocasse mais a fundo os sentidos.

O meu desejo é investigar a natureza efêmera da dança, priorizando a improvisação como elemento condutor, numa abordagem que busca uma conexão mais profunda com os sentidos. A capacidade de estabelecer tal conexão e a habilidade de poder escutar a relação do corpo com o peso, com a gravidade,

⁷⁸ Música disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=winfRVCP_BE

⁷⁹ Tradução da autora do trecho do Manifesto da Janela de Hundertwasser: "And then the new freedom revolution will come: a man will want to be different from his neighbor, will want to travel in a different vehicle, will want to have his outside wall and window another size, another height, another shape and made out of different material than his neighbor's. (...) Freedom without happiness is no freedom. Man can't be happy without independent, creative activity." Fonte: https://hundertwasser.com/en/texts/die_wahre_freiheit - acesso em 28 de Agosto 2023.

mantendo uma atenção cuidadosa ao ritmo, contribui significativamente para a expansão da minha pesquisa na área da dança. Ao longo de mais de vinte anos de pesquisa com a dança, fui compreendendo, de uma forma ainda intuitiva e somática, que o peso carrega sentido, de modo que "o aparelho psíquico se exprime através do sistema gravitacional e é por seu intermédio que carrega de sentido o movimento" (Godard, 2002 p.19). A exploração do peso como um sentido, foi sendo construída pela prática em sala de ensaio, utilizando o toque, a sensibilidade da pele, a escuta, a experiência do peso em queda, a relação com os ritmos (internos e externos) que movem a dança, entre outros elementos que foram sendo revelados a partir do mergulho nas experiências que o movimento pode conduzir. *De areia e mar*, iniciou um período de investigação no movimento que me acompanha até hoje.



Figura 23: Andrea Jabor em *De areia e mar* sobre desenho de areia de Ricky Seabra, Museu de Bellas Artes, Bienal de Barro na Venezuela, julho de 1998, Caracas, Venezuela 1997. (Fonte: acervo da artista)

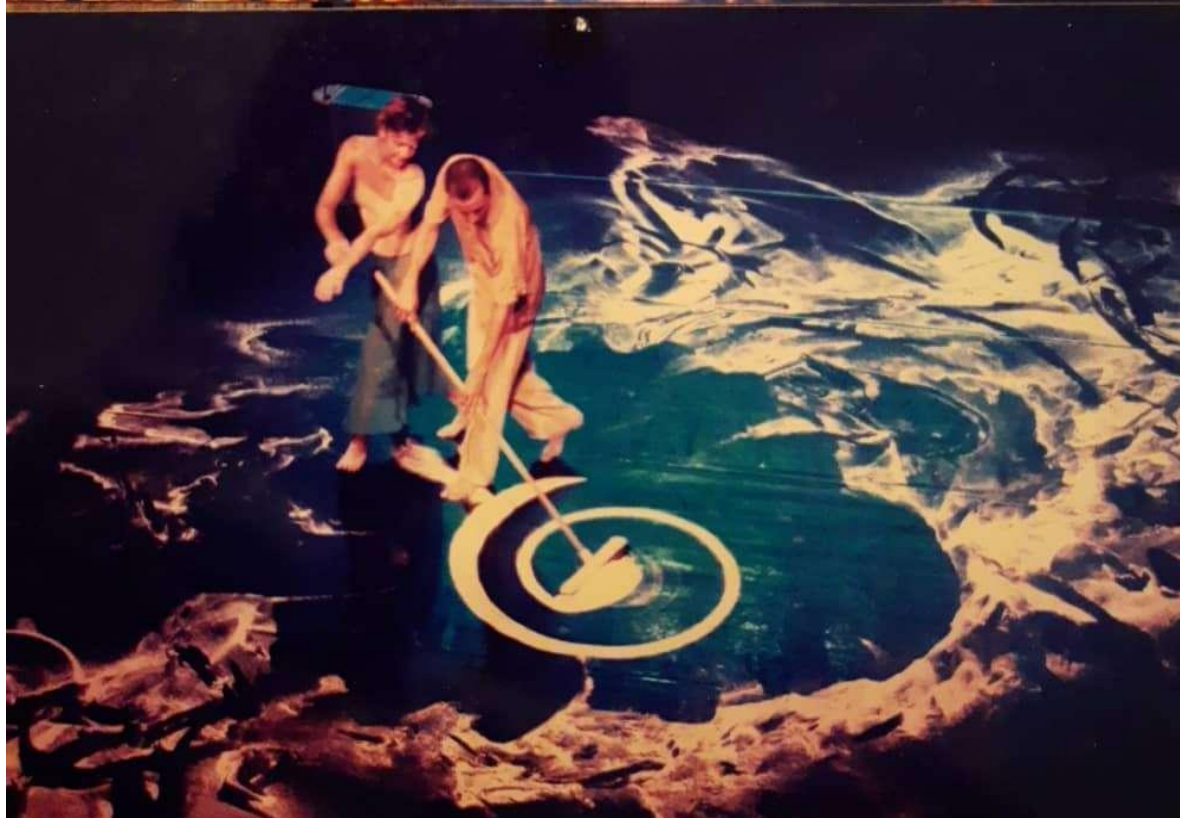


Figura 24 e 25: Andrea Jabor e Ricky Seabra em *De areia e mar* (cena final do espetáculo quando juntos recomeçamos e desenhamos novamente a espiral de areia), de 18 a 28 de novembro, Teatro Cacilda Becker, Rio de Janeiro, 1999. Foto de Oseas Jarmouch. (Fonte: acervo da artista).

A floresta, essa entidade viva e vibrante, que é sentida pelo som ao ouvi-la: ver ao ouvir. É uma escuta profunda que vai além da palavra e me oferece uma janela para sentir e perceber camadas desta paisagem em mim, enquanto penso sobre sentidos, perspectivas desta dança cósmica que precisa ser despertada em nós para que possamos pensar e escolher qual rumo queremos seguir. Assim como sinto hoje, aqui sentada nesta varanda, conectada com a poética deste espaço, deste lugar, com o coração. Este estado que busco em cena é o que desejo oferecer àquele que se relaciona com a obra cênica de dentro ou de fora dela. Ao sentir e perceber o tempo e o espaço sem fronteiras, esta sensação de liberdade, como sinto aqui e agora, ouvindo o som da chegada da noite, trago nas experiências e memórias que vão muito além da forma. Coloco-me num estado sensório perceptivo que amplia as sensações e libertam a criação poética a partir do instante vivido. A paisagem sonora me habita, constrói espaço e poesia em mim. A magia do som da floresta existe para além deste tempo/espaço e me transporta para viver a criação poética.

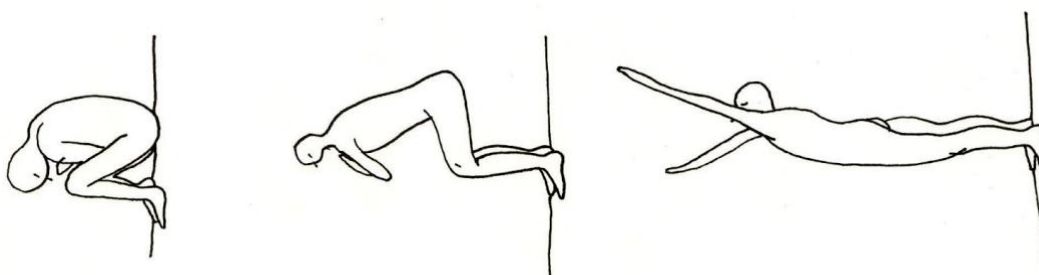


Figura 26: desenho da artista Manon Bourgeade, em exercício nomeado nascer para o chão, feito durante as aulas do primeiro módulo do grupo de pesquisa "Corpo em Contato".
(Fonte: arquivo da artista).

CHEGAR

Aulas e a experiência de sentir o peso no Contato-Improvisação

Um dos ensinamentos mais profundos é também o mais curto “cheguei” quando voltamos à nossa respiração voltamos ao momento presente, nosso verdadeiro lar. (*Thich Nhat Hanh*, 2015, p.14).⁸⁰

⁸⁰ Tradução da autora para: "One of the most profound teachings is also the shortest "I have arrived" when we return to our breathing we return to the present moment, our true home" (*Thich Nhat Hanh*, 2015, p.14).

Neste segundo capítulo, ao transcrever aulas e exercícios que ofereci nos encontros do grupo *Corpo em Contato*, proponho algumas escritas em itálico e centralizada, que envolve certo desenho na disposição e espaçamento entre palavras, convidando a uma leitura a ser realizada em tempo mais lento, pausado de modo que possa refletir o ritmo e dinâmica das aulas. O nome do grupo e a expressão *Corpo em Contato*, que sugere a conexão, vem sendo usada por mim desde o início dos anos 2000 quando retornei ao Brasil após a formação da Escola para a Nova Dança onde me aprofundei nas técnicas e abordagens somáticas *Release Technique*, *Body-Mind CenteringSM* e *Contato-improvisação*, apresentadas na abertura. Estas técnicas fazem parte integrante de minhas aulas de corpo desde então.

A somática entende o sujeito da pesquisa como imerso no ambiente pesquisado e enfatiza a criação de conhecimento a partir da perspectiva do pesquisador, que passa a ser em si mesmo, e em suas relações com/no meio, o próprio mote da pesquisa. (Fernandes, 2019 p123)

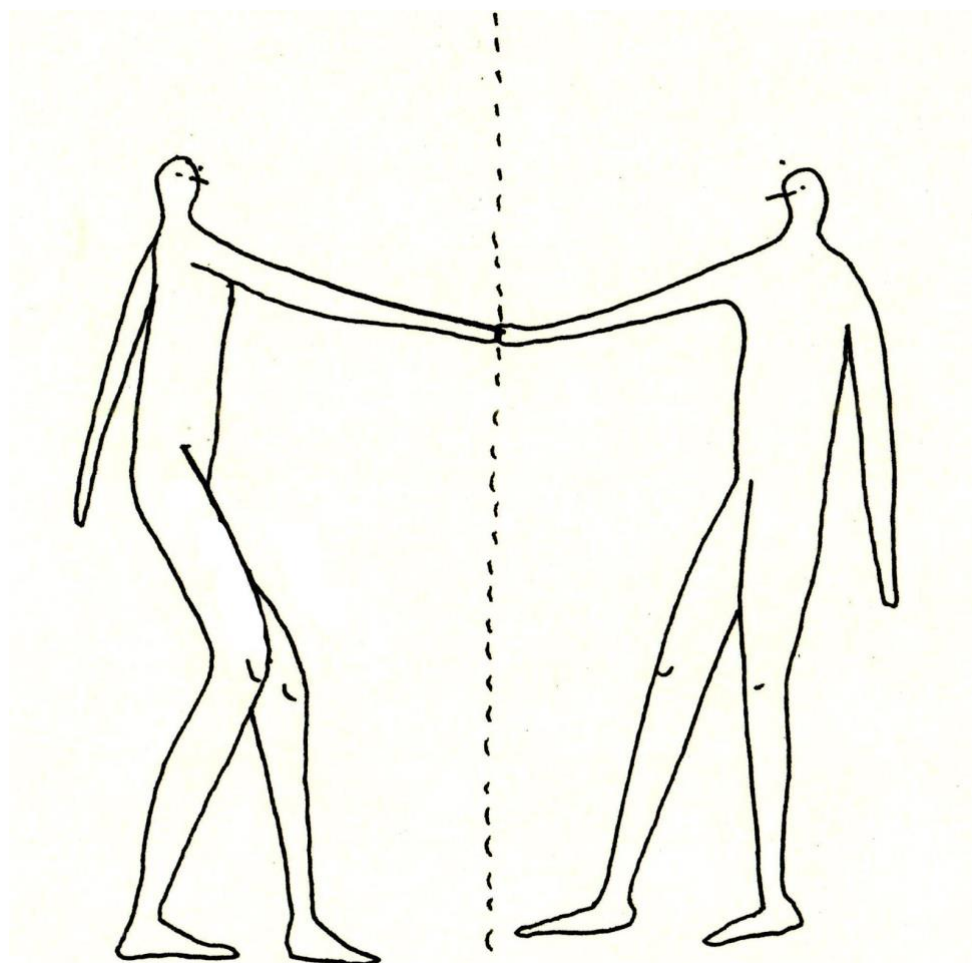


Figura 27: “dividindo peso num eixo em comum”, desenho de Manon Bourgeade, feito após aula do dia 11 de maio de 2022, com o grupo de estudos *Corpo em Contato*. (Fonte: arquivo da autora).

Toda essa coisa do emocional que sentimos, até você chegar ao treinamento técnico, até a dança ser realmente leve, aprender a sentir o peso, ter a capacidade de ser base, entender que não está na força, e trabalhar a extensão do KI⁸¹ e alinhamento ósseo, tudo é muito difícil, tudo muito lindo, muito singular, mas, ao mesmo tempo, experiências que trazem novos paradigmas (...), porque viver peso é uma coisa, uma sensação emocional, psíquica e física, que é singular. Ou você sente ou você sente. E tem gente que não sente. (Lemos, 2006 p.10).⁸²

2.1 O peso no Contato-Improvisação (CI)

Para contextualizar minha relação com o Contato-Improvisação, trago aqui referências importantes para esta pesquisa, que se debruça sobre estudos de experiências de sentir e perceber o peso como um sentido. Trago o fundador do Contato-Improvisação, Steve Paxton, e sua parceira de pesquisas, Lisa Nelson, que estiveram no Brasil em 2006 para um conjunto de workshops e apresentações, momento que tive a boa sorte e oportunidade de participar e acompanhar estes encontros, tanto em São Paulo quanto no Rio de Janeiro.

As questões levantadas, nas entrevistas que realizei com eles e durante as aulas e encontros de que participei, alimentaram as minhas aulas e pesquisas na época e seguem ainda relevantes para tratar do importante papel do peso como um sentido e compreender como podemos estudá-lo sempre mais a fundo. Em fevereiro de 2006 tive a oportunidade de entrevistar Steve Paxton⁸³, um virtuoso bailarino norte-americano, que juntamente com um grupo de estudantes da *Oberlin College*, em *Oberlin*, no estado de *Ohio*, no início dos anos 70, criou e desenvolveu o *Contact-Improvisation* (CI).

O CI é uma dança a dois que surge a partir do toque e da prática de dar e receber o peso do corpo, em que se toma consciência dos vários efeitos desta troca. A dança surge guiada pela troca de peso e energia criada entre os corpos. É uma forma de dança improvisada baseada na comunicação entre dois corpos em movimento que estão em contato físico e sua relação combinada com as leis físicas

⁸¹ KI é uma energia fundamental na prática de diversas artes marciais tradicionais orientais, como o Aikido e o Tai Chi Chuan. É conceituada como a energia vital, muitas vezes referida como 'chi' ou 'qi' em diferentes tradições culturais. Na prática dessas disciplinas, KI é considerada uma força interna que pode ser cultivada e direcionada para promover o equilíbrio, a consciência corporal e a eficiência nos movimentos.

⁸² Trecho da entrevista da autora com Tica Lemos feita em 2006, a entrevista na íntegra faz parte dos anexos desta dissertação através do link: <https://andreaajabor.com/o-ritmo-do-peso/> (senha: andreaajabor).

⁸³ A entrevista, na íntegra, da autora com Steve Paxton, feita em 2006, integra os anexos desta dissertação e pode ser lida através do link <https://andreaajabor.com/o-ritmo-do-peso/> (senha: andreaajabor).

que governam seu movimento através da gravidade, da continuidade e *momentum*⁸⁴ do movimento. Pizarro (2022), em seu livro de entrevistas sobre Contato-Improvisação no Brasil, nos apresenta um amálgama das definições favoritas de Nancy Stark Smith:

Contato-Improvisação é um sistema de movimentos, ainda em desenvolvimento, baseado na comunicação entre dois corpos moventes em contato físico e em sua relação com as leis da física que regem seus movimentos - gravidade, momentum, inércia. O corpo, na busca em abrir-se para essas sensações, precisa aprender a ceder à tensão muscular excessiva e abandonar uma qualidade de obstinação exagerada para experienciar a fluência natural dos movimentos. (...) é um jogo com equilíbrio, (...) trazendo uma verdade física/emocional sobre um momento compartilhado em movimento que deixa os participantes informados, centrados e vividos (Smith; Koteen, apud Pizarro 2022 p.19).

Em janeiro de 2006, a palestra de Steve Paxton, organizada pelo Estúdio Nova Dança em São Paulo, gravada e transcrita por mim, chamou minha atenção especialmente quando ele deu uma resposta à pergunta de um participante que todos queriam fazer: “Afinal, o que é Contato-Improvisação?” Paxton respirou e lentamente respondeu:

O Contato-Improvisação é um sistema reflexo simpático. É apenas isto. E que requer algum treinamento, que muda (se transforma), que tem um aspecto terapêutico. Isso está incluído na definição. É como uma conversa através do toque, do peso no espaço e no tempo. Não é muito difícil como conceito, ainda é isso, eu acho. (Paxton, 2006).⁸⁵

O CI é uma forma de treinar o corpo, onde a mente ganha uma tarefa: observar e seguir o corpo e seus reflexos, ao invés de ditar comandos. Bonnie Bainbridge Cohen em seu livro *Sentir, perceber e agir* (2015), apresenta os reflexos como sendo parte do alfabeto do movimento - reflexos primitivos, reações posturais e respostas do equilíbrio. Afirma que sob todo movimento sem esforço e integrado estão postos estes

⁸⁴ Karl Frost, pesquisador e professor de CI há mais de 40 anos, define *momentum* no CI como: continuidade de movimento e *Momentum* (impulso) — à medida que o corpo está em movimento, há um compromisso de seguir para onde o corpo já está fluindo. (...) à medida que avançamos no movimento contínuo, canalizamos e reciclamos o impulso num vórtice interminável, em vez de desperdiçarmos o impulso para reafirmarmos a estabilidade. Tradução da autora para: "*Continuity of motion and momentum — as the body is in motion, there is a commitment to pursuing where the body is already flowing. (...) as we project further into ongoing motion we channel and recycle momentum in an unending vortex rather than throw momentum away in re-asserting stability*". Fonte: <https://www.bodyresearch.org/contact-improvisation/fundamentals-of-contact-improvisation/> - acesso em 11.11.2023.

⁸⁵ Tradução da autora para: “Contact-Improvisation is a sympathetic reflex system. That is all it is. That, it requires some training, that it changes, that it has a therapeutic aspect to it. That is included in the definition. It is like a conversation through touch, weight in space and time. It is not very difficult as a concept, it still is that I think.” Palestra “Comunicação Viva”, por Steve Paxton, Lisa Nelson, Tica Lemos e Fabiana Brito realizada em 27 de janeiro de 2006, no Sesc Belenzinho, em São Paulo. Gravação, transcrição e tradução da autora disponível nos anexos desta dissertação.

três fatores do movimento. Ensina que os reflexos são processados na coluna e no tronco encefálico (*lower-brain*), são nossas respostas mais primitivas e influenciam na qualidade do movimento além de ser o suporte que sublinha e organiza o movimento.

O CI oferece um treinamento técnico para o corpo construir um estado reflexivo, em que o corpo responde e decide. Lisa Nelson⁸⁶, presente nesta mesma palestra em São Paulo, acrescenta:

O *Contact* nos ofereceu uma técnica para treinarmos estar em um estado reflexivo, onde seu corpo tomava decisões por você. O *Contact* parece ser o estado mais físico que um corpo pode chegar. Treinar o corpo observando os reflexos. (Nelson, 2006).⁸⁷

De acordo com Paxton: "a primeira instrução básica do CI é: siga seu parceiro (*follow your partner*). Isto causa um sistema de resposta e *feedback* em que qualquer movimento inconsciente⁸⁸ pode ser seguido e ninguém elege a dança". (PAXTON, 2006)⁸⁹. No documentário *Fall After Newton*, de 1987, Paxton faz uma reflexão sobre a história do CI desde seu início, nos fazendo pensar em como seria se fôssemos a maçã de Newton:

Quando uma maçã caiu na sua cabeça, Newton se inspirou para descrever as três leis de movimento que levam seu nome. (...) Em sua tentativa de ser objetivo, Newton negligenciou a questão de como seria ser a maçã. Quando colocamos nossa massa corporal em movimento, ficamos acima da lei da gravidade e vamos em direção à oscilante e circular atração da força centrífuga. Os dançarinos percorrem e brincam com essas forças. (Paxton, 1987).⁹⁰

⁸⁶ Lisa Nelson: performer de improvisação, artista e editora da Contact Quarterly

⁸⁷ Tradução da autora para: "*Contact offered a technique for training to be in a reflexive state, where your body was making decisions for you. Contact seemed as physical as you could possibly get. Train the body by looking at reflexes.*" Palestra "Comunicação Viva" com Steve Paxton, Lisa Nelson, Tica Lemos e Fabiana Brito realizada em janeiro de 2006, no Sesc Belenzinho, em São Paulo. Gravação, transcrição e tradução da autora disponível nos anexos desta dissertação.

⁸⁸ O filósofo Jose Gil ao analisar a dança do Contato-Improvisação vai chamar este movimento "inconsciente" de seguir mútuo como um "corpo de consciência, uma matéria hiperexcitável, que se desenvolve sensorialmente a partir de pequenas percepções dos outros corpos, que normalmente estão enterradas pelas funções macrossensoriais. Tais percepções são de uma consciência-inconsciente, um tipo de comunicação entre corpos que é imediata e que opera por osmose ou contágio" (GIL, apud CASTRO 2022, p.13).

⁸⁹ Tradução da autora para: "*The first and basic instruction is "Follow your Partner". This causes a feedback system, and any unconscious movement may be followed. No one elects the dance.*" Palestra "Comunicação Viva" com Steve Paxton, Lisa Nelson, Tica Lemos e Fabiana Brito realizada em janeiro de 2006, no Sesc Belenzinho, em São Paulo. Gravação, transcrição e tradução da autora disponível nos anexos desta dissertação.

⁹⁰ Tradução da autora: "When an apple fell on his head Isaac Newton was inspired to create the three laws of motion. In his pursuit to be objective Newton forgot what it meant to be the apple. Dancers ride on these forces." Fonte: Documentário *Fall After Newton 1*, de 1987 (Minutagem: 0'13"). Disponível em: <https://vimeo.com/181794954> - acesso em 02/07/2022.

No mesmo documentário, Smith (1987) nos diz que “o mundo é bem maior que você, então é melhor que aprenda a se coordenar com ele”⁹¹. Neste documentário, Paxton e Smith refletem sobre a sensação de estar em movimento, com o corpo em contato com as forças da natureza e com a física do movimento. É uma técnica que estuda a gravidade no corpo e as forças físicas a que estamos sujeitos no corpo em movimento. O corpo entra em movimento e dança pelo estímulo do toque e da improvisação, de forma sensitiva e reflexiva, interagindo e respondendo aos estímulos internos e externos, através do toque, do contato. Isto contribui para construir e instrumentalizar um corpo sensível e apto à resposta sensorial. Um corpo em contato direto com o peso: o seu, o do outro e o peso das coisas.

Com o treino de CI aprende-se a trazer o sentido do peso e da gravidade para a consciência, “como uma topografia dos trajetos e lugares da energia” (GIL, 2004, p.108), estabelecendo a cada momento um diálogo novo, uma relação, onde o fluxo da energia se expande para libertar o bailarino de seus padrões habituais e fazê-lo entrar no terreno da criação de linguagem. Ao olhar para o Contato-Improvisação nos anos 1970, observa-se que Paxton e Smith nos propuseram uma mudança de paradigma na dança. É uma dança que se orienta pelo encontro com o outro, com a divisão de peso através do toque e o diálogo com a gravidade.

O Contato-Improvisação parece ter sido mesmo um corte fundamental no modo como se dança, no que se foca enquanto dança, na escolha do que se dança, inclusive ultrapassando os próprios limites da dança, infiltrando-se em outros campos. (Pizarro, 2022, p.11)

O Contato-Improvisação intensifica a experiência do tato. Segundo Gil (2002), “a experiência é inteiramente pessoal no que se refere ao tato. Comporta as impressões sensoriais e os sentimentos sobre estas impressões” (p.111). Quando os corpos entram em contato e se afetam mutuamente, ganham em intensidade, pois cada corpo acolhe a experiência do outro. Quando os movimentos do par encontram um bom encaixe e equilíbrio entre os pesos, alcançam uma sintonia na dança, e cria-se uma sensação que se expande para além dos corpos, trazendo “a atmosfera como um meio de forças afetivas” (p.124) Os corpos passam a afetar, além do outro, o espaço. O comando é sentir, escutar, perceber e seguir. Propõe que o foco e a

⁹¹ Tradução da autora: “The world is bigger than you, so you better coordinate with it”. Fonte: Documentário *Fall After Newton 1*, de 1987 (Minutagem: 9'01"). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=k768K_OTePM&t=471s - acesso em 02/07/2022.

consciência estejam no ato de tocar e seguir aquele com quem se dança, em estado de presença, visto que:

A experiência do movimento e do toque são fundamentais para descobrirmos quem somos e quem é o outro, e como dançamos juntos nesta vida. (...) O Contato-Improvisação é um exemplo claro dessa abertura da nossa percepção e, portanto, das nossas opções. (Bainbridge Cohen, 2015, p.219).

O conhecimento que a técnica do CI produz a respeito do tocar e ser tocado, sobre a experiência tátil, perceptiva e do afeto, podem ser ampliadas para outras esferas. A inteligência corporal, que reconhece o corpo como uma unidade autônoma capaz de adquirir conhecimento por meio de métodos que vão além dos processos intelectuais convencionais, é aprimorada pelo treinamento em Contato-Improvisação. Isso possibilita uma exploração mais profunda e experiencial dos sistemas corporais por meio do movimento, permitindo uma interação entre o corpo e os sistemas sensoriais. Essa interação oferece uma espécie de navegação pelos próprios sistemas corporais durante o movimento. Cohen (2015), ao refletir sobre a ação na percepção, nos ensina:

O movimento é percebido por meio de receptores especiais localizados em todo o corpo. O sistema vestibular ou do movimento é composto por orelha interna, visão, receptores proprioceptivos, cinestésicos, e de toque localizados no corpo e pelos interceptores dos órgãos, a esses eu acrescentaria o movimento de cada célula. (Bainbridge Cohen, 2015, p.214).

Hubert Godard (1998), em "Gesto e Percepção", propõe olhar para os processos operadores do movimento e sua interpretação visual para compreender e perceber como a produção de sentido se organiza. Afirma que "o aparelho psíquico se exprime através do sistema gravitacional e é por seu intermédio que carrega de sentido o movimento" (p.19). A organização gravitacional, a relação com o peso e a gravidade são referências essenciais que permitem interpretar o sentido de um gesto. Esta inter-relação entre peso e organização gravitacional, Godard denomina de pré-movimento.

O pré-movimento age sobre a organização gravitacional, isto é, sobre a forma como o sujeito organiza sua postura para ficar em pé e responder à lei da gravidade nessa posição. (...) São ainda estes músculos que registram as mudanças em nossos estados afetivo e emocional. (p.14).

Assim, a postura afeta o estado afetivo e vice-versa. Quando descobrimos a relação com a gravidade, trazendo-a para a consciência, pode-se encontrar também os sentidos do movimento através de sua direção no espaço. A relação com o peso e a gravidade é determinante para a construção do sentido, e quando se dança em

contato com os vetores das direções no espaço e com as forças físicas gravitacionais que comandam a queda e suspensão no deslocamento do peso em movimento é possível perceber a construção de sentido no movimento justamente pelas direções e assim conectar com os diferentes ritmos que o peso em deslocamento nos oferece, ampliando nossa percepção de nossa dança em relação à gravidade.

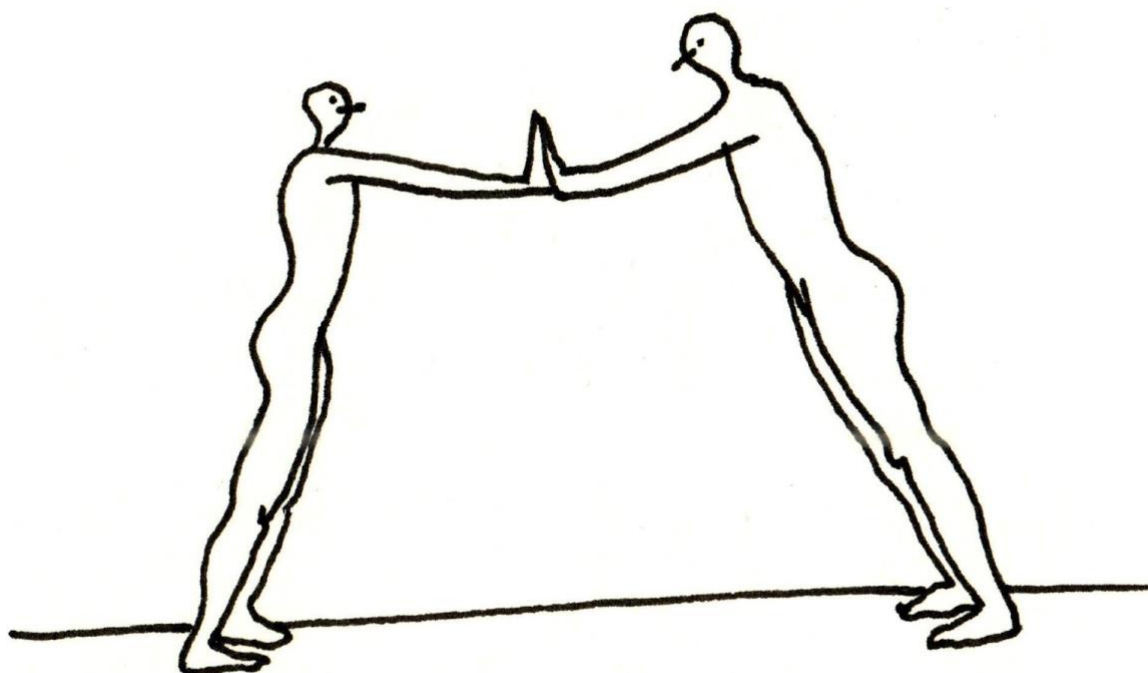


Figura 28: “Chegar Junto” - desenho de Manon Bourgeade, feito após aula do dia 11 de maio de 2022, com o grupo de estudos Corpo em Contato (Fonte: arquivo da autora).

2.2 O Peso como um sentido: chegar no chão para chegar em si

A reflexão que trago aqui é sobre esta ação de chegar. Sobre esta palavra CHEGAR, que abre minhas aulas e práticas há alguns anos. Este capítulo é uma reflexão sobre o ato e a experiência de chegar. Acho tão afetuoso quando perguntamos se alguém chegou bem. Como foi a viagem? Chegou bem em casa? Como foi a chegada?

Chegar num lugar

Chegar em si

Chegar no outro

Chegar na presença

Chegar junto

Passamos a vida chegando e saindo de lugares, mas muitas vezes apenas passamos, e não chegamos no sentido de aterrissar, de tocar, de sentir a experiência.

Chegar é uma ação do corpo, uma percepção da mente e uma sensação da alma, que sabe, sente quando chegou. Sinto que é preciso ter tempo para chegar, para sentir, para aterrissar em novos territórios.

Sinto que o chão é o lugar do corpo chegar.

Começa no chão _____

Entrar em contato com a sensação do peso, pelo contato da pele com o chão, é um lindo meio para sentir e perceber esta chegada. Quando chego em uma sala de aula, para dar uma aula, oficina de corpo ou workshop, preciso de um tempo para chegar.

Quando damos este tempo de chegada, sem fazer nada, simplesmente parados, deitados no chão, sentindo e percebendo o contato do corpo com o chão e percebendo como estamos, como está nosso corpo, realmente conseguimos processar melhor qualquer informação que virá, pois houve uma pausa, um tempo para esvaziar a mente e prestar atenção ao corpo e a respiração. É uma meditação. É nesse tempo, em que sintonizamos o corpo com a mente e o espírito que algo extraordinário acontece, conectamos com uma sensação de unidade, e podemos sentir e alterar nosso tônus.

O nosso tônus básico começa a se desenvolver no ambiente fluido uterino limitado sob a influência da gravidade. Após o nascimento, o tônus continua a ser uma resposta à gravidade e também modificado pela maneira como estamos relacionados a ela física, perceptual e emocionalmente. O tônus reflete a interação entre o nosso ambiente interno e externo e está relacionado a ela. (Bainbridge Cohen, 2015, p.228/229).

Essa chegada do corpo se dá a partir de uma entrega e relaxamento do corpo no chão estabelecendo uma relação de escuta consigo e com a entrega do peso aonde ficamos mais prontos para iniciar o trabalho criativo e de conexão corpo-mente.

Mas as chegadas são tantas e são múltiplas. Muitas vezes chegamos em um lugar fisicamente, mas não chegamos energeticamente nem mentalmente. Ricky Seabra, parceiro artístico de mais de duas décadas, e filho de diplomata também, que como eu, viajou e mudou muitas vezes de continente, dizia que em viagem internacional o corpo chega após uma longa viagem de avião, mas a alma vem de navio. Demora muito mais tempo para chegar.

Antes de uma cronologia, o tempo é uma ontologia, uma paisagem habitada pelas infâncias do corpo, uma andança anterior à progressão, um modo de predispor os seres no cosmos. O tempo inaugura os seres no próprio tempo e os inscreve em suas rítmicas cinesias. (Martins, 2023, p.21).

*Chegar não é imediato,
é da ordem da experiência e integração dos sentidos.*

É chegar na sensação de si,

em si,

no corpo,

no aqui e agora,

no momento e lugar

presentes

É chegar no íntimo,

no peso,

na célula.

Ao deitar-se sobre o chão e trazer a consciência para a respiração, focando a atenção em entregar o peso do corpo ao chão, em relaxar, estamos fazendo um convite para chegarmos em nós mesmos, na experiência de estar presente, de sentirmos nosso corpo. Com o corpo deitado sobre o chão, pode-se pausar para examinar e reconfigurar a relação com o peso e com a gravidade. Entrar em estado de quietude. Ao silenciar a mente para ouvir o corpo, pode-se sintonizar com o campo mais sutil e etéreo da respiração, e entrar no campo da sensação. É preciso liberar as tensões para sentir e perceber que o peso é um sentido.

Um dos primeiros reflexos a se desenvolver sustenta a nossa ligação com o solo. Ele é chamado de reflexo labiríntico tônico (RLT) e nos puxa em direção ao solo, aumentando o tônus postural (uma sensação de vida e peso) dos músculos da parte de baixo do corpo.[...] Com esse reflexo, nós abraçamos a Mãe Terra. O RLT é a base para o enraizamento. [...] com base nessa ligação com a gravidade/terra, podemos então deixá-la. (Bainbridge Cohen, 2015, p.232).

2.3 O Grupo de estudos e pesquisa Corpo em Contato

Durante o processo de escrita desta dissertação, a oportunidade de manter aulas e encontros com o grupo de estudos e pesquisa Corpo em Contato no estúdio Casa 38⁹² que tenho no bairro Humaitá, Rio de Janeiro, foi fundamental para observar, desenvolver e refletir sobre a prática como pesquisa. Foram três módulos de aulas realizados nos períodos de março, abril e maio de 2022 (1º módulo); março e abril de 2023 (2º módulo) e agosto e setembro de 2023 (3º módulo).

No primeiro módulo, gravamos todas as aulas em áudio⁹³ com a ideia de transformar o material em um podcast sobre o CI, e com os desenhos e anotações da artista Manon Bessie Sarah Bourgeade, estudante de CI e psicomotricidade, que fez parte do grupo de estudos. Havia o intuito de criar um caderno ilustrado⁹⁴ sobre a prática do Contato-Improvisação. Os desenhos ilustram este capítulo, além de outros momentos desta dissertação.

O grupo é composto pelas seguintes pessoas: Izabel Stewart, Clarice Rito Plotkowski, Claudia Regina Gomes Ramalho, Beatriz Pizarro, Gabriel Martinho, Aline Bernardi, Manon Bourgeade, Marina Bezze e Weld Encarnação, cujos breves currículos⁹⁵ encontram-se na nota de rodapé, conforme enviados especialmente para

⁹² O estúdio Casa 38 (Instagram @casa38humaita) fica na Rua Miguel Pereira no bairro do Humaitá, e é um espaço de arte, educação e movimento, coordenado pela coreógrafa Andrea Jabor, autora desta dissertação, em parceria com sua irmã Bia Jabor.

⁹³ Link para acesso aos áudios do 1o módulo, disponível nos anexos: https://drive.google.com/drive/folders/1UMKI_7LgCgD7ipoxm9cxckUoUJ3nSXr7?usp=drive_link

⁹⁴ Link para acesso aos desenhos e anotações da Manon, disponíveis também nos anexos: <https://drive.google.com/drive/folders/19Qdyzq0Y22VmGoJtYZYYjAM-hVTqFJ3s?usp=sharing>

⁹⁵ **Izabel Stewart** –Licenciada e Bacharel em História pela PUC-Rio, Mestre em Dança pela Universidade Paris 8 (DEA em Arts de la Scène et du Spectacle). Pós-graduação *latu sensu* “Corpo e Palavra nas Artes da Cena e da Imagem”, pelo departamento de Letras/Artes Cênicas da PUC-Rio. Licenciada em Gyrokinesis e Gyrotonic.

Clarice Rito Plotkowski - Bacharelado em Indumentária e Cenografia (UFRJ). Pós Graduação em Conscientização do Movimento e Jogos Corporais - Metodologia Angel Vianna (Angel Vianna Faculdade e Escola de Dança).

Cau Ramalho (Claudia Regina Gomes Ramalho) pesquisadora e professora. Atualmente Bacharelada em Filosofia (UNICSUL); Mestra em Ciência da Arte (UFF) - pesquisa em estética e história da dança com publicação do livro “Imagens para alguma paisagem: Cia Rubens Barbot Teatro de Dança” (RJ: Ed. Nandyala, 2013). Licenciada e Bacharel em Educação Física e Desportos (UFRJ) com pesquisa em estética e história da Dança Carioca.

Beatriz Pizarro - Bacharel em Dança (UFRJ), Pós graduação em Terapia Através do Movimento (Faculdade Angel Vianna). Atualmente está cursando Psicologia (Universidade Santa Úrsula)

Gabriel Martinho- Bacharel em Comunicação Social (radialismo) pela FACHA RJ. Mestrado em cinema documentário pela Universidad del Cine, Buenos Aires. Aprofundamento em Artes pelo programa Formação e Deformação da Escola de Artes Visuais do Parque Lage.

Aline Bernardi –artista da cena (bailarina, atriz, performer), preparadora corporal, pesquisadora e professora das artes do corpo e da cena, com estudos em práticas somáticas, improvisação e contato improvisação, escritas dançadas e performativas, coreografias e dramaturgias cartográficas; terapeuta

esta dissertação. A cada aula tínhamos um tema a ser explorado e desenvolvido conforme listado abaixo:

1º mês – no tema PESO, exploramos:

- Introdução a fundamentos do CI; (o peso, o toque, a escuta da dança a dois, saber seguir e fluir no movimento a dois no espaço)
- A percepção do peso como um sentido;
- Como distribuir o peso ao longo da coluna e sobre os apoios;
- Como distribuir peso nos pontos de contato em movimento
- A cinesfera e os apoios no espaço e em deslocamento.

2º mês – o tema TOQUE, exploramos:

- Toque celular
- A escuta do toque e do peso do toque;
- A escuta do toque no contato-improvisação;
- o eixo (céu/terra), a toque das cabeças em contato, as bases de apoio para pegadas do *Portô e Volante*⁹⁶

3º mês – o tema era o JOGO no Contato-Improvisação

- O corpo como brinquedo;
- Considerações sobre o jogo no CI e na Improvisação

Na conclusão do primeiro módulo, Gabriel Martinho, que fez as gravações, ao me mostrar o material em áudio para a criação do Podcast, me fez perceber que havia muitos momentos em que as instruções dadas por áudio não estavam claras. Então, decidimos criar uma hospedagem online para o Podcast *Corpo em Contato*⁹⁷. com apenas três aquecimentos iniciais, para receber algum feedback antes de seguir com

corporal com ênfase nas técnicas de terapia crânio sacral. Doutoranda em Artes Cênicas, pelo PPGAC/UFRJ; Mestra em Dança através do Programa PPGDan/UFRJ. Pós Graduada em Preparação Corporal para as Artes Cênicas, pela Faculdade Angel Vianna; Aprofundamento em Performance, pelo Programa F.I.A., do c.e.m. de Lisboa.

Weld Santos Encarnação - Graduado em Fisioterapia, estudioso e com formações diversas na área de corpo e fisioterapia. Empresário, criador e diretor do espaço Ateliê do Corpo em Laranjeiras.

Manon Bessie Sarah Bourgeade - Formada em história da arte, atua no ramo gráfico e editorial.

Marina Lins Bezze - jornalista e psicóloga clínica. Formada pela PUC RJ. Formada em dança pela Escola Angel Vianna, Formada em psicoterapeuta corporal pela Sociedade de Análise Bioenergética do RJ. Fundou e atua como atriz no Grupo Pedras há 23 anos.

⁹⁶ Portô e Volante são termos utilizados no circo para designar uma dupla acrobática, onde quem fica na base dá o impulso e/ou sustenta o movimento por baixo é o Portô e quem está em cima no voo do movimento é o volante.

⁹⁷ Link do PODCAST <https://podcasters.spotify.com/pod/show/corpo-em-contato>

o projeto do Podcast. Todos estes materiais gravados em áudio e as transcrições dos módulos dois e três estão disponíveis para consulta online no meu site.⁹⁸

2.4 Aulas e experiências de sentir o peso

Segue abaixo a transcrição⁹⁹ de três aulas; as duas primeiras contêm apenas a parte inicial da aula sobre chegar. A terceira aula é sobre a experiência de sentir o peso com toque em grupo. São transcrições das aulas dadas ao grupo de estudos *Corpo em Contato*, dos dias 29 de março, 13 de abril e 06 de abril de 2022 respectivamente, e ao final uma transcrição de depoimentos dos alunos.

Acompanhando as transcrições estão: citações da Tica Lemos abrindo cada aula, a partir dos textos e entrevistas do livro de Pizarro (2022) e os desenhos ilustrativos de Manon Bourgeade.

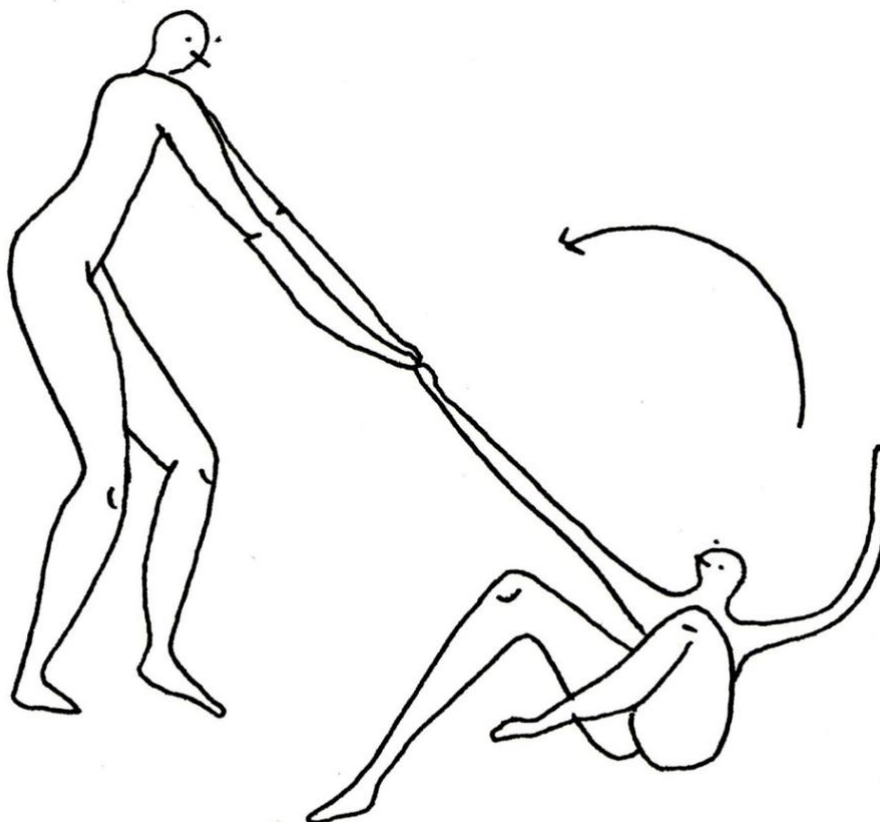


Figura 29: “experimentando a força centrípeta”, desenho de Manon Bourgeade, grupo de estudos *Corpo em Contato*. (Fonte: arquivo da autora).

⁹⁸ Link para acessar todos os ANEXOS que acompanham o conteúdo desta pesquisa <https://andreaajabor.com/o-ritmo-do-peso/> (senha: andreaajabor).

⁹⁹ Alguns pequenos ajustes foram necessários na passagem da linguagem oral para a escrita, com o objetivo de alcançar a clareza necessária para a visualização das propostas.

Entregar o peso para o centro da terra, ou alinhar seus isquios com os calcanhares, são coisas que nós sempre ouvimos falar, essa questão do eixo e da linha. (...) você tem que ter algum nível de meditação como dançarino para acreditar que pode deitar no chão, e fazer um trabalho de alinhamento e de relaxamento, para você poder experimentar finalmente o que significa o peso. Não enquanto uma palavra, mas enquanto uma experiência empírica de sua existência para você poder, por exemplo, ir para a dança do Contato com essa percepção sensorial que se transforma em qualidade técnica. (Lemos apud Pizarro, 2022 p.65).

2.5 Aula 1 - Chegar em si (29 de março de 2022) ¹⁰⁰

A aula começa com uma música mantra suave para convidar a entregar o corpo a um estado de paz e tranquilidade. O texto em itálico abaixo é uma transcrição da condução da aula.

Chegar. Vamos focar na experiência de chegar. Chegar energeticamente, chegar mentalmente, chegar fisicamente. Para estar presente. Presente na experiência, na sensação da presença, na sensação física, energética e mental, onde corpo, mente e espírito se unem para chegar.

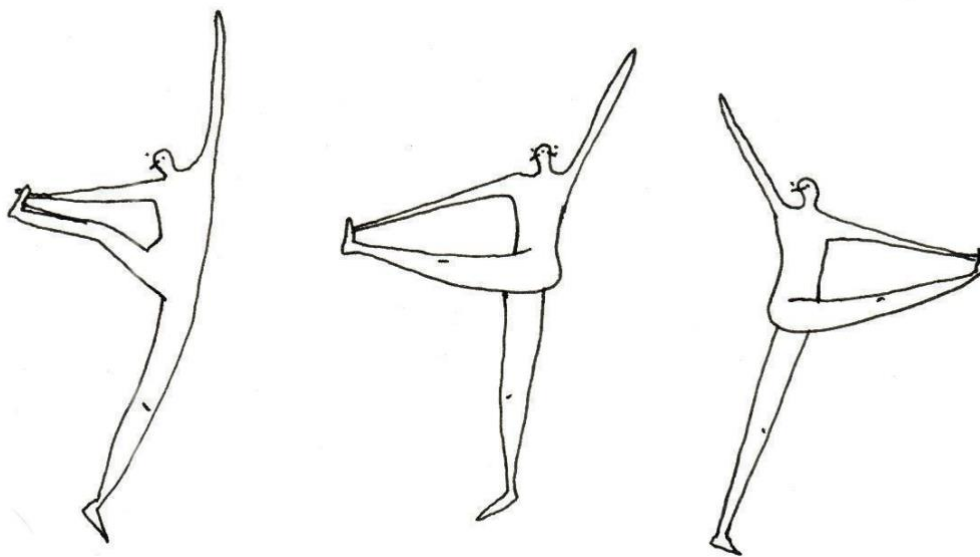
Inspire e perceba, sinta que está inspirando. Expire e sinta que está expirando. Este é o exercício seminal do Budismo. IN OUT. Descreva em frase, no pensamento, as ações de inspirar e expirar, para acompanhar a ação de respirar. Traga então a consciência para perceber o contato do corpo no chão.

Perceba as partes que tocam o chão, a roupa, a pele, perceba a temperatura. Traga sua presença para o corpo e esvazie a mente. Busque a experiência de aderir ao chão, de aderir à gravidade, para entregar o peso um pouco mais. Relaxe um pouco mais, entregue um pouco mais. Sinta a experiência de entregar seu peso ao chão, com as costas em contato com o chão. O chão é seu apoio, seu suporte. À medida que confio, entrego e apoio nele, o chão me apoia, e ao apoiar no chão posso distribuir meu peso por todas as partes do corpo. Ao acessar a consciência de como o corpo está chegando no chão, procure expandir mais, entregar mais o peso, apoiar mais o corpo e usar o chão para poder alcançar mais longe em direção à kinesfera.

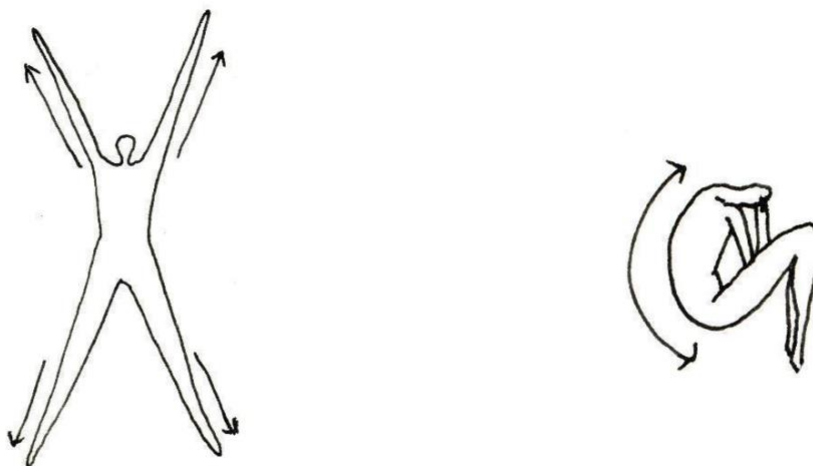
Qual o tamanho que temos? Até onde eu alcanço? Para fora e para dentro de mim. O que delimita o meu contorno? Vire de um lado para outro para visitar todos os apoios do corpo no chão. Deixe o som sair para liberar qualquer tensão que ainda

¹⁰⁰ Link: <https://podcasters.spotify.com/pod/show/corpo-em-contato/episodes/aquecimento-1--para-chegar-no-cho-e-sentir-o-peso-e27aud8>.

esteja comprometendo a entrega do peso ao chão. “OOOMMMMMMMMM” - use o som para relaxar mais ainda e entregar seu peso. É um espreguiçar, alcançar, esticar, pressionar, empurrar permanente contra o chão. Lentamente comece a rolar e se mover pelo chão. Ao esbarrar em pessoas à medida que se move, mantenha o foco em perceber o peso e o contato com as pessoas. Estabeleça um toque com suave pressão. Alternando entre empurrar e pressionar o chão e também os corpos.



Figuras 30: desenhos de Manon Bourgeade sobre as explorações dos padrões homolateral e contralateral; e a relação da mão com os pés. (Fonte: arquivo da autora).



Figuras 31 e 32: desenhos de Manon Bourgeade - alcance em direção a Kinesfera (à esquerda); recolha-se em direção ao seu centro (à direita). (Fonte: arquivo da autora).



Figuras 33 e 34: desenhos de Manon Bourgeade sobre o padrão homolateral do Lagarto.
(Fonte: arquivo da autora).

Estamos falando da capacidade de ver a qualidade do invisível, (...) de você entender o conceito da gravidade atuando sobre a musculatura, sobre as células do seu corpo. (...) uma vez que estes conhecimentos já estão no ar e já foram detalhados em termos científicos. (Lemos apud Pizarro, 2022, p.66).

2.6 Aula 2 – O peso como um sentido (13 de abril de 2022) ¹⁰¹

A aula começa com uma música relaxante para convidar a entregar o corpo a um estado de paz e tranquilidade. Depois segue com a condução da autora. O texto abaixo está em itálico pois é uma transcrição da condução da aula.

Ao deitar-se no chão, entre em contato com o chão e sinta este vínculo que o corpo estabelece com a gravidade. Experimente sentir a dimensão dessa conexão do corpo com a gravidade. Este vínculo primordial, primário, primeiro.

¹⁰¹ LINK: <https://podcasters.spotify.com/pod/show/corpo-em-contato/episodes/aquecimento-2---j-percebeu-o-seu-peso-como-um-sentido-e27aulp>

Falando de vínculo com a gravidade, de vínculo primordial, podemos também falar do som primordial OMMM, considerado na yoga o som primordial, o som do universo. O som vibra na célula e estabelece uma conexão energética com o cosmos. É talvez um lugar onde nos conectamos com o sagrado em nós.

Agora traga o foco de sua atenção para sentir e perceber a coluna, a experiência de sentir o peso pela coluna. Lembrando que a experiência é algo individual, pois depende de como você se sente hoje. Inspire e expire percebendo o corpo, os tecidos, o dentro e o fora. Como respirar interfere e orienta a escuta do corpo.

Sentir o peso é abrir a escuta.

Abrir a escuta para uma dimensão sentida no corpo.

O peso, nos informa sobre sensações corporais, que têm a ver com o vínculo que estabelecemos com a gravidade, entre o chão e o corpo.

O peso nos informa sobre as relações que estabelecemos de entrega. Aprofunde sua experiência ao perceber o chão, e procure relaxar mais, para distribuir melhor o seu peso. Para relaxar é preciso perceber também a tensão.

Procure perceber como seu corpo adere ao chão. É preciso ceder para depois pressionar o chão. São dois lados da mesma moeda.

Como dar e receber peso,

percebendo onde há pressão e tração,

aderência e resistência,

defesa e afeto

Vamos desacelerar...

Nos momentos iniciais da chegada, com a sensação do corpo todo no chão, procure sintonizar com a respiração para acalmar a energia e perceber o peso. Ao escutar seu corpo, traga sua atenção para perceber como você toca o chão. Quais partes do corpo que entram em contato com o chão? Todo este trabalho ajuda a sintonizar e integrar corpo e mente. Para estender a experiência de perceber o peso como um sentido, o convite agora é para sentir os quatro lados do corpo. Prestando atenção principalmente na sensação da pele com o chão, da roupa com o chão e da sutil e suave pressão que estabelecemos, principalmente com os pés e as mãos para empurrar ou aderir ao chão, vamos virar lentamente. Ao girar ou rolar lentamente, derrame o seu peso e divida-o com o chão. Abra os canais dos pés e das mãos para estar atento ao contato com o chão. As solas do pé e as palmas da mão contêm terminações nervosas e acesso também para os canais energéticos do corpo. Na perspectiva da fisiologia oriental, do Do In, as mãos e os pés são lugar de conexão e terminação nervosa dos canais de energia do corpo.¹⁰² Ao rolar, para visitar e sentir o peso sendo distribuído nos quatro lados do corpo, vamos lembrar que o percurso para rolar é também uma memória do corpo.

Para mergulhar na sensação, entregue todo seu peso ao chão. Esta sensação de entrega e confiança é que vai informá-lo sobre a experiência do peso que está registrada em seu corpo, em suas células, no seu tônus postural. São acervos de memória corporal de quando tínhamos entre três e seis meses de idade. A memória da experiência do peso está registrada nas células, como experiência de estar no mundo. Ao rolar, perceba cada lado do corpo, e como chega no chão. Mantenha o foco da sua atenção na respiração e no peso.

¹⁰² “Os caminhos da energia do corpo pela teoria do Do-In, e baseada no conceito chinês de que o universo é um organismo vivo e dinâmico constituído de uma energia cósmica primordial da qual derivam por condensação e diferenciação todas as coisas existentes. O organismo humano é uma replica do Universo e como tal está sujeito as mesmas leis que regem a Natureza. [] Esta força cósmica que o chinês chamou de KI, flui incessantemente por canais específicos, transmitindo a vida através das células e colocando o organismo em harmonia com o mundo que o rodeia. (Cançado, 1976, p.15).

Pode-se escutar o peso

Para sentir o peso como um pêndulo

alcance com as mãos seus pés,

deixe-se cair, rolar.

Embale seu peso de um lado pro outro.

Experimente a sensação de queda e suspensão.



Figura 35: “Bebê Feliz” desenho de Manon Bourgeade.
(Fonte: arquivo da autora).

Pendule *Balance*

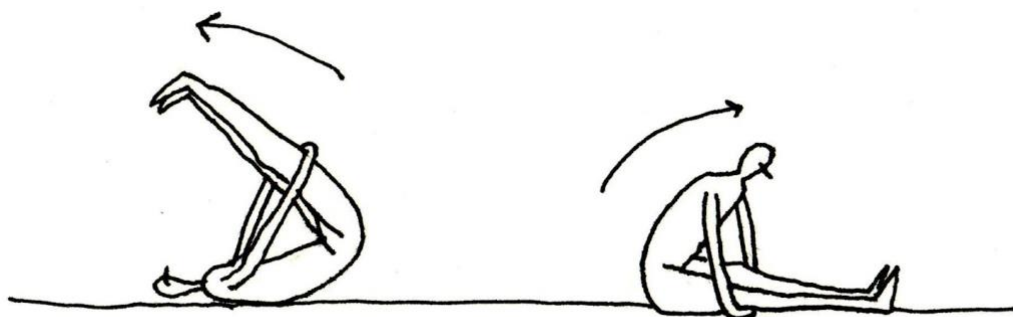


Figura 36: “Balançar”, desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Estou falando de uma compreensão de energia traduzida nessa palavra peso, um diálogo de centro de massa do corpo humano com o centro de massa do Planeta Terra. É disso literalmente que nós estamos falando, e a dança do contato é um diálogo de dois centros de massas (Lemos apud Pizarro, 2022, p.67).

2.7 Aula 3 - Introdução aos fundamentos do CI - (06 de Abril de 2022)

Ferramentas de tração/pressão para acessar o peso (resumo da aula)¹⁰³

Toque com tração / pressão em grupo

Neste exercício, o objetivo é oferecer e receber um toque, observando a forma como tocamos e como podemos, a partir do toque, soltar as tensões e distribuir melhor o peso sobre o chão. Na instrução inicial, pedi aos participantes que se juntassem em grupos de seis pessoas, para explorar a ação de tração e pressão, de modo a perceber a sensação do peso através do toque. Trabalhamos com uma pessoa por vez deitada no chão, e cinco pessoas em torno de uma pessoa deitada no centro. Vamos tocar e oferecer para a pessoa que está deitada o peso de nossa mão, um pouso, uma mão que chega.

Use a sensibilidade da mão para escutar, fazendo uma espécie de “migração celular”¹⁰⁴. Energeticamente, uma troca se estabelece neste toque, que tem uma suave pressão e uma escuta para o corpo que está sendo tocado por 10 mãos ao mesmo tempo. É bem intenso para quem recebe o toque. Pois são 10 informações chegando pela pele. A ideia é que possamos visitar com as mãos a estrutura do corpo,

¹⁰³ Com o objetivo de alcançar a clareza necessária para a visualização das propostas, apresento um resumo da transcrição da aula, com ajustes que foram feitos na passagem da linguagem oral para a escrita tendo em vista que o áudio desta aula não está disponível para consulta.

¹⁰⁴ A migração celular consiste no movimento de células individuais ou aglomerados celulares de um local para outro e ocorre naturalmente em diversos processos biológicos.

através do toque, sempre tomando muito cuidado para que o toque ofereça uma informação precisa e que mantenha a escuta para perceber o que se processa com o corpo que está sendo tocado.

Ao tocar, vamos oferecer uma suave pressão, empurrando o corpo que está deitado, mas sem perder a possibilidade de escutar pelas mãos. Vamos pressionar e tracionar, dar e receber peso, empurrar e puxar suavemente o corpo nas articulações. A tração precisa de direção, pois cria espaços e informa as articulações do corpo sobre seu tamanho, dimensão e sua mobilidade. A pressão informa sobre um lugar que junta, que reúne. Focar em oferecer uma experiência de pressão e de tração, sempre com uma escuta clara na troca que se estabelece. É preciso equilibrar os toques para dar a sensação de integração e não de desmembramento ao ser tocado por tantas mãos.

Ofereça o toque e escute com as mãos.

Tração e pressão são ferramentas fundantes do CI, que oferecem vivências claras e distintas sobre peso, espaço e dimensões do corpo.

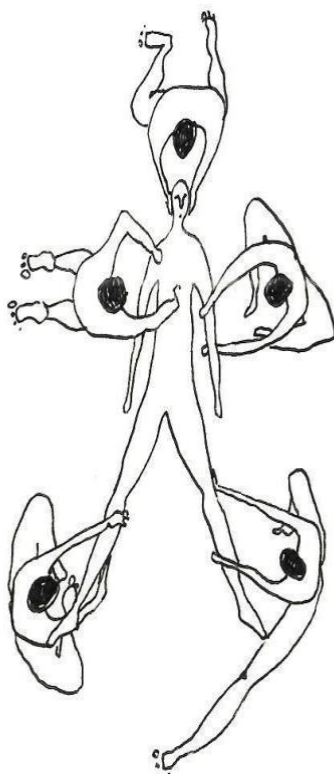


Figura 37: “oferecendo contorno” - desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Vamos fazer uma varredura da energia vindo do centro em direção às extremidades e à periferia do corpo, oferecendo a sensação de contorno, extensão, espaço, energia e conexão.

O toque e o peso me informam onde e como estou.

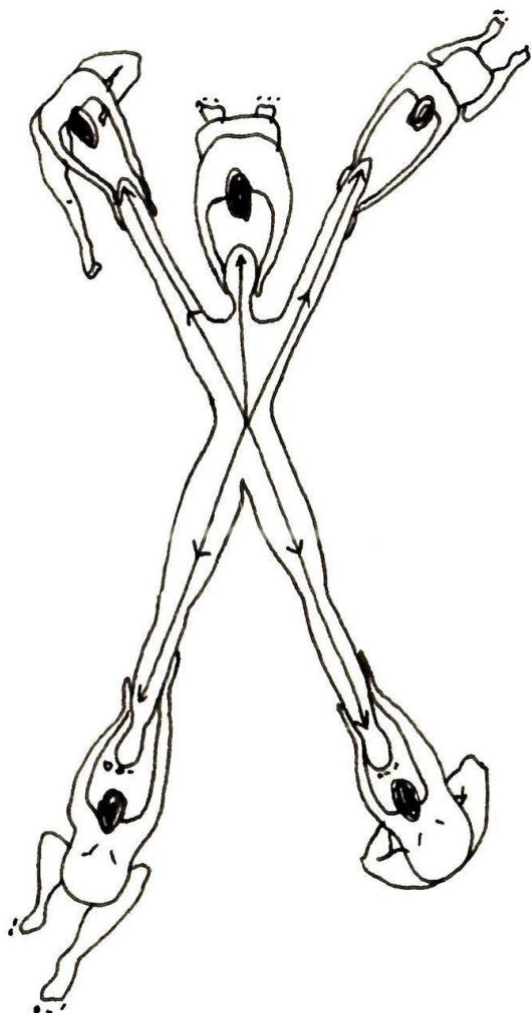


Figura 38: "irradiação umbilical"
(a relação entre as partes do corpo através do umbigo),
desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Toque, pressão e tração nas extremidades

Ao tracionar, ofereça um toque preciso com peso e direção do toque. Quem recebe, além de sentir o corpo todo se estendendo, percebe uma conexão entre as partes do corpo, uma sensação de unidade que conecta o corpo todo. Este exercício oferece a sensação do corpo todo alinhado.

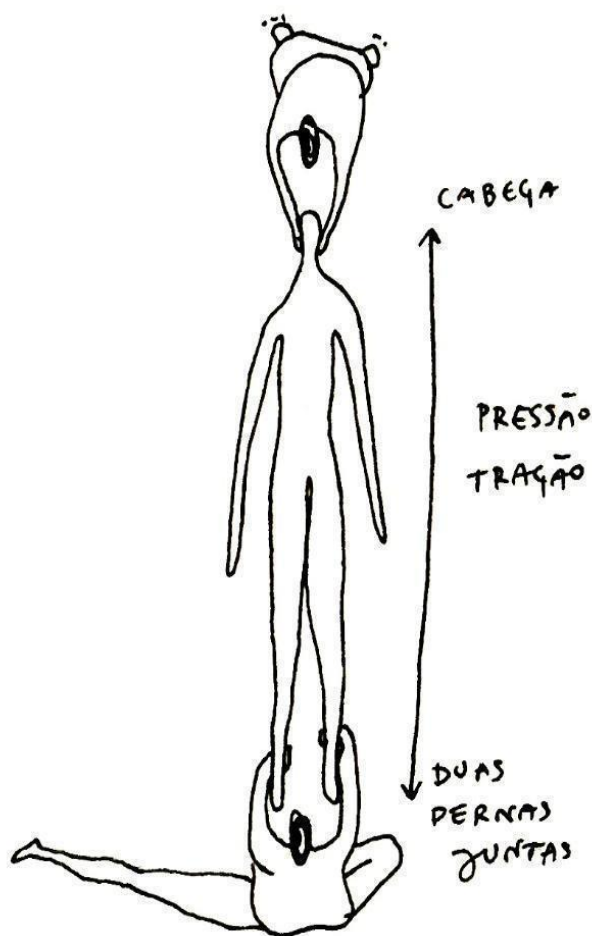


Figura 39: “sentindo a unidade” desenho de Manon Bourgeade.
(Fonte: arquivo da autora).

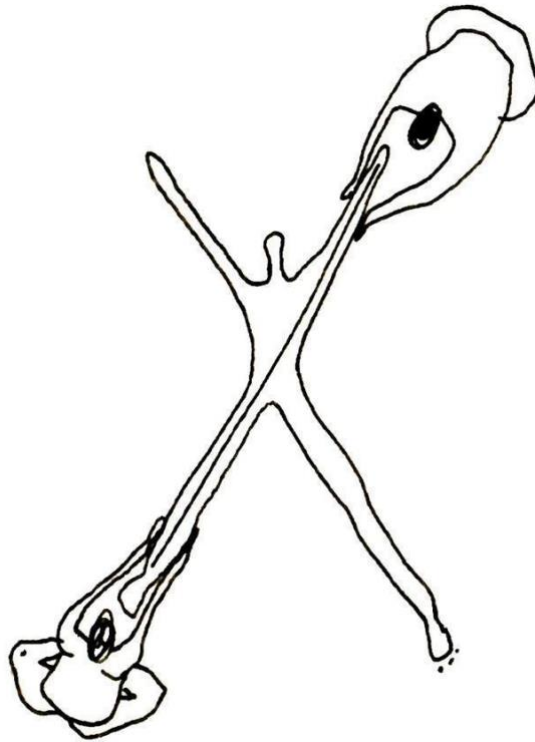


Figura 40: “exercício para sentir a pressão/ tração contralateral”,
desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

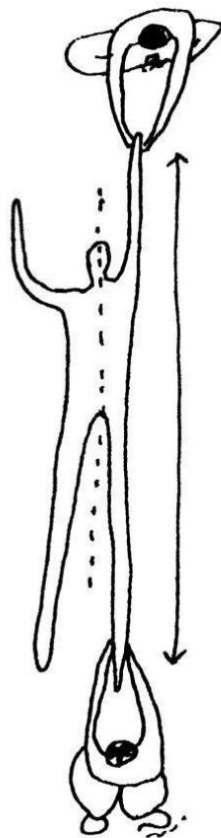


Figura 41: “exercício para sentir a pressão/ tração homolateral”,
desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

Toque, tração e pressão na parte central do corpo

Ao tracionar e pressionar (em pares) queremos sentir, perceber e enxergar pelo toque e pela relação com o peso, o alinhamento energético que se dá no corpo quando se está relaxado e entregue à gravidade. Utilizamos a manipulação e o toque para criar e ajudar a sentir espaço no tronco, bacia e pernas. Escute pelo toque ao manipular, perceba a sutil inter-relação entre pressão e tração das mãos de quem te toca.

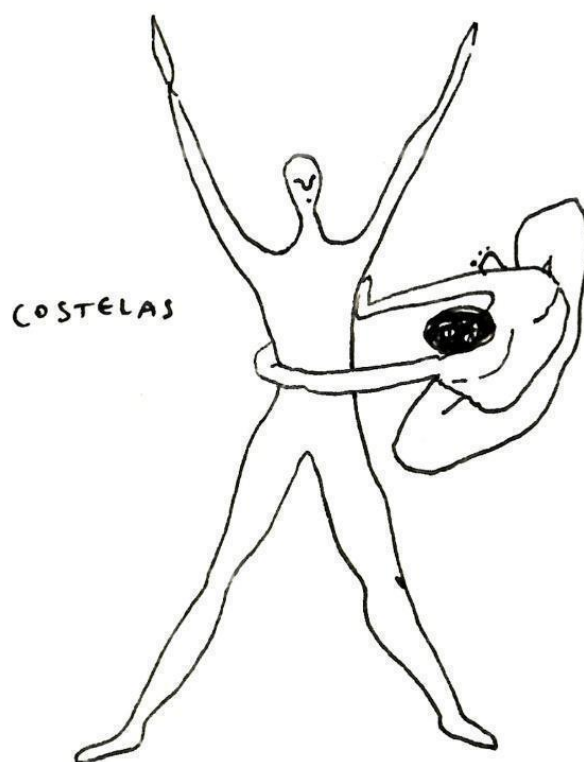


Figura 42: “Exercício de quem manipula fazendo uma suave pressão na parte superior da costela e tração na parte inferior da costela”, desenho de Manon Bourgeade. (Fonte: arquivo da autora).

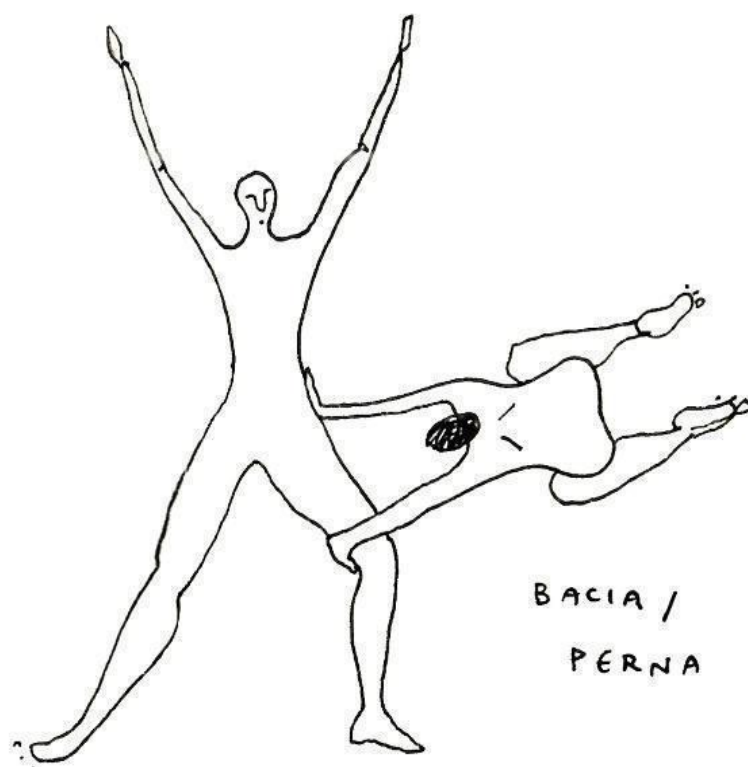


Figura 43: “Exercício de quem manipula fazendo uma suave pressão na lateral do quadril e suave tração atrás do joelho, oferecendo uma sensação de espaço”, desenho de Manon Bourgade. (Fonte: arquivo da autora).

Construindo Confiança

(para experimentar a sensação da queda, ao entregar o peso para outras pessoas estando em pé).

Em grupos de três, em pé, experimente cair e “pegar”, segurar, dar apoio ao peso do outro. A pessoa que se coloca ao centro oscila o peso para frente e para trás, mantendo-se reto, sem curvar. Ao inclinar e cair, como na brincadeira “joão bobo”, as duas pessoas que estão na frente e atrás irão “pegar”, segurar quem está caindo. Este exercício oferece uma experiência muito clara de que para cair é preciso confiar no outro. É preciso aprender a confiar na queda e no outro.

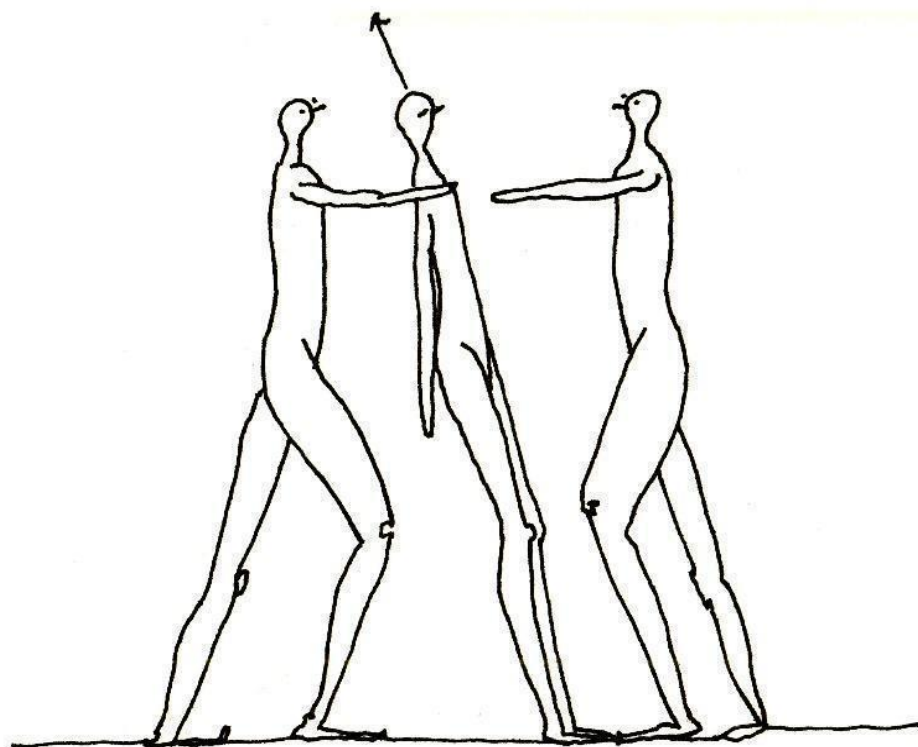


Figura 44: “joão bobo” desenho de Manon Bourgeade.
(Fonte: arquivo da autora).

Procure chegar no movimento sem tensão, sem amarras, sem querer controlar o movimento, mas buscando uma relação entre relaxamento e tensão, entre seu próprio corpo, o outro corpo e o meio, num diálogo com o peso e com a gravidade. Mantenha-se conectado com os pés no chão e empurre o chão mantendo seu eixo ativo e alongado, levando a cabeça em direção ao céu. Quem segura deve ter a consciência de tocar pousando a mão para oferecer confiança em seu toque que dá o suporte .

Esta experiência é decisiva na conquista da confiança. Ao nos sentirmos mais confiantes, podemos soltar as tensões musculares inconscientes para entregar nosso peso a outra pessoa.

Pendule e perceba como o eixo oscila.

Sinta a experiência de pendular.

Ao inclinar sem perder o eixo,

é possível perceber a incidência da gravidade

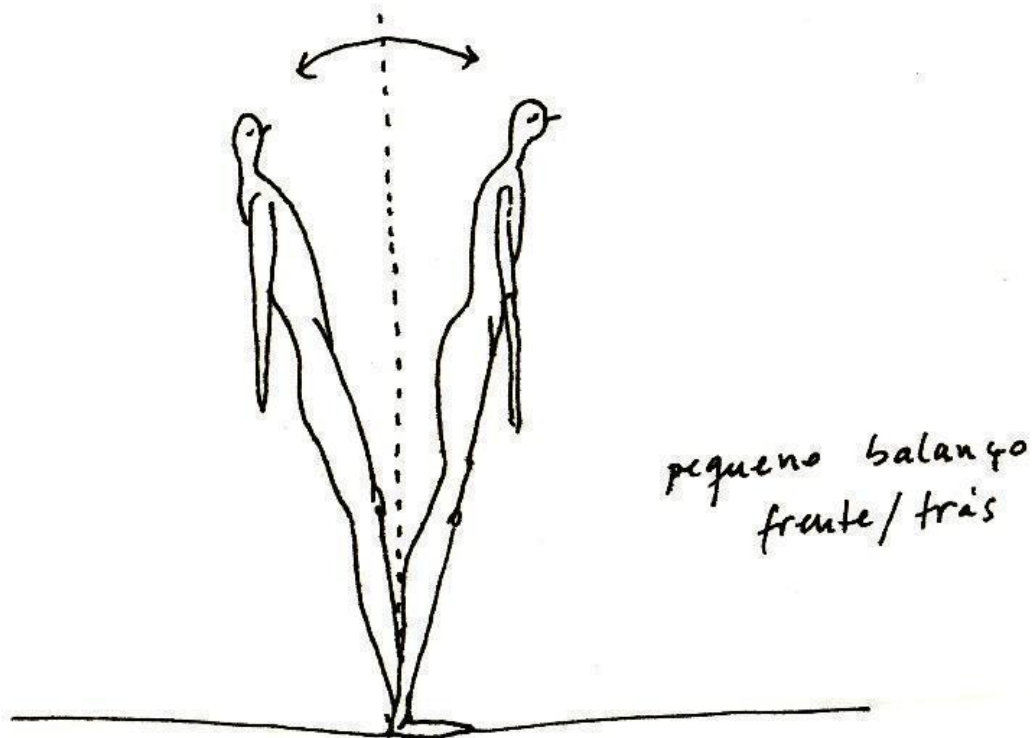


Figura 45: "o pêndulo" - desenho de Manon Bourgade.
(Fonte: arquivo da autora).

Pendule!

Experimente balançar o eixo, deixando-se cair

para frente e para trás,

para depois recuperar o eixo.

A experiência do desequilíbrio

é uma forma de chegar na sensação

do peso como um sentido.

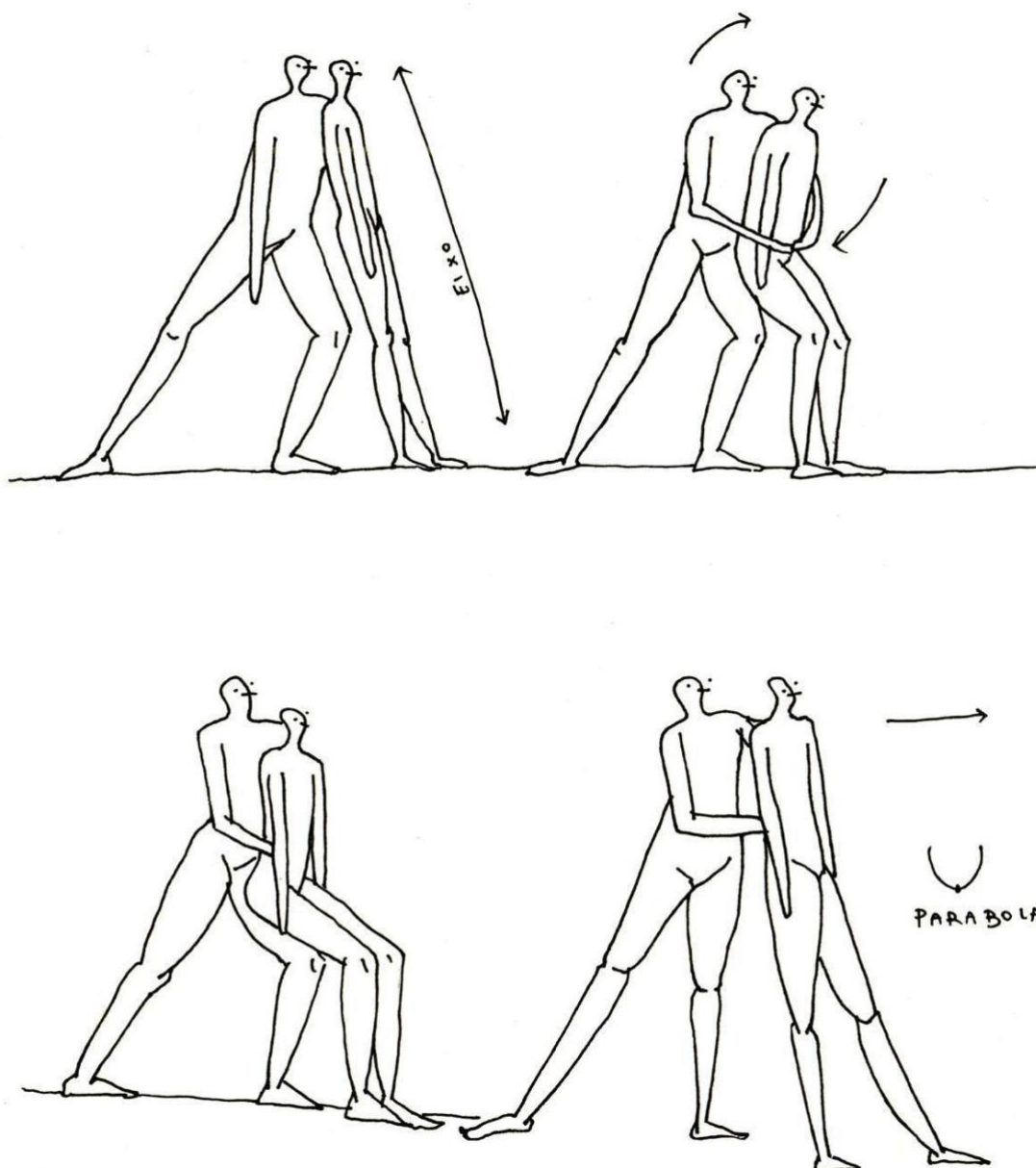


Figura 46: "a pequena queda" - desenho de Manon Bourgeade.
(Fonte: arquivo da autora).

Sentar e levantar para experimentar a queda e a suspensão do peso

Aqui temos a pessoa que recebe o peso de quem cai para trás sentado no colo de quem segura. Depois conduz para levantar e ficar em pé, oferecendo para o corpo a direção do céu e o eixo vertical ascendente. A pessoa que se deixa cair precisa confiar na experiência da queda para poder dividir seu peso com quem o recebe. Procure chegar no movimento sem tensão, mas buscando uma relação entre relaxamento e ativação, entre seu corpo, o outro e o meio, num diálogo com o peso e com a gravidade.

Escrever este capítulo foi um desafio imenso, pois ao tentar transcrever exercícios de Contato-Improvisação que fizemos e que buscam oferecer a sensação do peso como um sentido, foi desafiante dar conta de relatar com precisão, em palavras e desenhos, o que se vive nas experiências do corpo em sala de aula. Assim, para finalizar este capítulo, no intuito de oferecer um breve panorama do que o grupo *Corpo em Contato* vivenciou ao longo dos encontros e aulas, apresento aqui, uma transcrição resumida do relato das experiências dos alunos, gravada no último dia do terceiro módulo.

O que a dança do CI nos trouxe? A oportunidade de uma leveza incrível (...) o Contato foi criado na experiência do Steve que passou pelo Ki-Aikido (...) Aikido é o caminho da harmonia do KI (energia) e Aiki significa união da energia. (Lemos apud Pizarro, 2022, p.67).

2.8 Relatos de experiência do grupo Corpo em Contato

última aula do módulo 3 (27 de setembro de 2023) - Dia de Cosme e Damião, dia de Erê, dia de brincar, dia de festejar, dia de tomar uma cerveja gelada.

Compareceram: Aline, Bia, Clarice, Isadora, João, Raphael, Weld.

ANDREA: Bom, eu quero abrir dizendo que na verdade, eu quero é agradecer, porque eu acho que foi um período muito rico para a pesquisa, porque o grupo, a sintonia do grupo foi muito boa. Pessoas de lugares diferentes, mas todos, assim, num lugar muito de interesse, dedicação à própria pesquisa, ao trabalho, um fluxo muito bom, nem sempre a gente consegue um fluxo tão bom, tão gostoso de aula. E, ao mesmo tempo, super sério, com bastante aprendizagem, muito nítido o percurso que passamos, né?

Lembrando, ao olhar para vocês desde o dia em que a gente se encontrou, o primeiro dia, e hoje, o lugar está muito diferente. Houve um entendimento, uma corporalização mesmo do trabalho. Isso é o mais legal, você ver que o trabalho corporalizado, ele está no corpo, não é uma ideia, não é uma coisa que você está tentando, que você está buscando. Está no corpo de cada um, mas além de individualmente, quando corporalizada em grupo é uma outra experiência, que é essa coletividade, essa experiência do coletivo, que é tão linda da cultura popular, nos grupos da cultura popular que você vê e que a gente, de alguma forma, tem ainda, nas festas e tal. Mas a gente diminuiu essas experiências de coletividade nesse lugar de encontro com essa qualidade de entendimento, de intimidade.

Acredito que temos que criar esses grupos, essas sintonias somáticas, digamos assim, que são sintonias estabelecidas por uma intimidade de corpo, uma intimidade do sentido, uma intimidade do respeito com o outro, desse cuidado.

Então, eu fico muito, muito feliz mesmo, assim, de chegar hoje com esse resultado. Tenho as transcrições das nossas conversas, que também vão entrar nos anexos do mestrado, e é muito legal o nível das ideias, das conversas, as percepções. Então, é um dia mesmo de agradecer e dizer que dá vontade de realmente continuar, fazer um outro bloco.

WELD: Sobre esse lugar de corporalização que tu falaste. Então, tem muito tempo que a gente faz aula de contato e corporalização, e quando eu vim pra cá, quando eu retornei, hoje eu senti isso de corporalização, de ter mais elementos. Por causa desse trabalho do chão que fazemos, do peso, de estar no contato mesmo. Então, hoje, eu entrei muito mais fácil nas pessoas, sentindo essa transferência de peso, pra passar pra outra, sem estar me jogando. Vendo e sentindo pela sensação, sem ser mais pela forma.

O apoio, o peso, a transferência de peso, a direção. Então, o ritmo, sempre tem ritmo. É dessa própria transferência de peso, tem um momento de quase queda sobre o outro. E foi bem legal me sentir explorando bem mais, percebendo mais essas nuances todas, que são simples, que a gente sabe, que existem.

Mas uma coisa é a experiência falada, e quando você está sentindo é outra. Eu sinto uma série de elementos mais incorporados em mim. Ótimo. Que bom. Que bom foi sentir esse momento, e ao verbalizar, você percebe que você andou. Tem uma consciência, tem uma coisa diferente. É muito de um jeito diferente. Por exemplo, você se incorpora com o outro mesmo. É maravilhoso, quero continuar. Agradeço muito esses encontros. Foi muito especial.

BIA: Também sinto esse processo de corporalização. Eu senti que o processo não foi fácil, foi desafiador. Eu também acho que você trouxe sutilezas dentro da técnica. O seu olhar também é muito sutil. De perceber, de ver, de analisar, de assistir a gente. E eu senti um progresso dessa integração também minha, com o meu corpo e aí podendo relacionar de uma maneira mais íntegra comigo.

Enfim, acho que foi muito rico. E agora no final, também me senti bastante expandida com o que você trouxe dos padrões. Com a pesquisa das danças

populares. Gosto muito disto, das brincadeiras de deixar levar, desabrochar, florescer outros lugares do contato que não estão presentes nos espaços. Me dá vontade de continuar. Essa coisa do ritmo é muito gostosa, e como a gente estava dançando. Então dá essa vontade de continuar esse trabalho. Muito obrigada.

RAFAEL: Quando falaste: "não interrompa o fluxo do pensamento, mas saia do fluxo do pensamento" e foi pontuando todos os recursos que a gente tinha pra isso: tem a respiração, tem o peso, tem o deslizar, vai pra qualquer um desses outros lugares; percebi quantos recursos a gente tem pra sair dessa realidade virtual pensante que a gente cria, para sair desse lugar da experiência.

O terapeuta até me falou pra fazer como exercício: observar uma criança uma vez por semana, para estar observando a maneira que ela está na vida. Que é o tempo inteiro pelo sensorial, pela sensação, pela experimentação. Que a gente vai perdendo esses recursos que a gente tem de estar na realidade. Não estar nesse virtual do pensamento. Então isso aí é um monte de recurso. É isso. Obrigado.

ISADORA: Eu senti que teve um pouco de tudo, que foi se afinando e tive uma sensação de que a coisa foi se acalmando um pouco em mim. Parece que virou uma sopinha mais cremosa. É, que foi muito bom pra mim pessoalmente que as palavras que ficaram pra mim nesse processo foi: confia e... confia! Achei, enquanto pesquisa, muito interessante pra mim pessoalmente, que as dramaturgias viram outra coisa, a improvisação no contato, quando você começa a se acostumar talvez com alguma coisa e vem um outro estímulo e começa uma outra coisa. Isso é muito como a vida pra mim. Não fica tão confortável sempre. Chega uma outra coisa e já vira uma outra coisa e assim vai. Esse processo todo da somática pra mim é muito importante para qualquer prática corporal.

E senti muito a experiência do movimento. Esse termo mesmo, sabe? A experiência do movimento, a experiência da experiência. Então, apesar da vida também te trazer isso, e eu como as minhas pesquisas busco isso, mas viver a experiência do movimento como metodologia de ensino, eu achei isso muito bom! Porque desapega do movimento. Então tem uma coisa do desapego que é o que a gente precisa desapegar aqui de algumas coisas pra poder acontecer. Feliz, vamos continuar!

ALINE. Muito obrigado a todos, a todas. Obrigada. Eu gostei muito, foi bem gostoso. A gente vai se reconhecendo a cada dia, nessa coisa da continuidade. É muito prazeroso. Hoje, meu corpo está sentindo muita integração do prazer com a ludicidade. E aí, fiquei muito excitada, caramba! Esse encontro do ritmo com o peso, essa conexão do ritmo com o peso ativa um prazer lúdico que é a coisa de brincar. Não é só o pesar com a gravidade..... É o pesar criando ritmos. Deixando esse ritmo te convidar a diferentes dinâmicas na relação com o espaço, com o seu corpo e com o outro corpo. E hoje, pra mim, isso está bem integrado em termos de sensação. E no dia do Erê! Muito bom isso hoje! Ficou muito nítido pra mim hoje, na fisicalidade, essa relação do brincar com o ritmo. Da conexão rítmica com o peso como prazer e ludicidade. Então, eu quero agradecer.

E aí, só uma coisa que você, Rafa, trouxe que fricciona com as coisas que eu venho buscando um pouquinho. Essa coisa do pensar como sinônimo, às vezes, do se desconectar do corpo. Uma coisa que, às vezes, a gente acaba acreditando é que pensar é só raciocinar. Ou só virtualizar a conexão com o corpo. Eu tenho cada vez buscado mais encarnar e nomear o pensamento como um pensamento que está integrado com o sentir, com o mover, com o agir. O pensamento tem a qualidade do raciocínio, mas não é só isso. Ele é muito mais. Toda a nossa capacidade física também é um modo da gente pensar. É um modo da gente produzir pensamento, criar pensamento. Então, me dá vontade de trazer isso, porque eu estou muito imersa nisso. E acho que quando a gente integra esse pensar com o sentir, pensar enquanto um ato corporal, é isso, brincar e pensar. É uma outra qualidade do pensar. É um pensar muito mais expandido nas suas potencialidades. É um pensar mais criativo, ou mais poroso. Ele expande a percepção. Muito grata, Andréa. Muito gostoso tudo isso que a gente faz é muito bom. É uma delícia.

RAFAEL Eu tive uma lembrança, assim, de infância, que eu vivi agora, de escorregar no tobogã, eu fluía muito. E várias vezes eu tive essa mesma sensação aqui, na prática, de estar num tobogã, assim, escorregando. Um pouco no outro, na parede, no chão, e de aprender que a cada vez que isso acontecesse, eu sentia que estava aprendendo alguma coisa. Senti isso várias vezes, assim, o corpo indicando o caminho, e eu podendo aprender alguma coisa. Essa coisa de viver a experiência, mas uma experiência que está me ensinando alguma coisa. Pra mim também ficou muito claro isso nessa prática.

Como eu posso me dar para a experiência, mas não só jogado, abandonado, mas sentindo que estou recolhendo coisas, absorvendo coisas, e que não é tão pensado, talvez, do jeito que você falou Aline, nessa ideia de pensar, mas talvez de uma outra forma, aprender que eu não preciso ficar racionalizando tanto, mas que tem coisas que estão sendo apreendidas pelos sentidos. Pra mim também foi diferente. Eu nunca tinha tido essa experiência, assim, tão clara.

É uma aula que tem essa proposta do improviso e do contato, e tudo mais, mas tem coisas que estão sendo aprendidas no meu corpo e eu estou acompanhando isso acontecendo. Então, acho que essa aula dá essa clareza, que não sei dizer exatamente o que foi novo pra mim, mas quero te agradecer por isso, que é da sua condução.

Não é só especificamente das práticas somáticas, acho que isso é um modo também como você dá uma prática somática assim, ensinada, desse jeito. Porque é um aprendizado, é uma aprendizagem. Eu acho que ficou muito claro pra mim, nesse curso, da experiência somática como uma aprendizagem, mas não como uma experiência solta. Hoje, tentando relembrar o processo que vivemos para compartilhar aqui, mas ao mesmo tempo, sentindo no corpo uma experiência de diversão do tobogã, deste escorrega da minha infância, acho que uniu os dois mundos, de aprender alguma coisa, que eu acho que é importante, mas poder estar me divertindo enquanto estou aprendendo.

E ter o suporte do outro; acho que tinha muitos momentos que eu não sabia exatamente como que eu ia seguir aquela instrução que você nos dava, mas aí o outro me mostrava um contato, uma mudança de apoio que está no quadril, ou está no ombro, na pele, e aí, quando eu via, também já tinha ido, já tinha passado esse bloqueio, que eu acho, que é da experiência relacional. Numa prática que é totalmente relacional, e você ficar sozinho, tentando resolver as coisas, eu percebi que não ia conseguir nunca. E aí, senti essa permissão para aprender com o outro. Obrigado!

CLARICE: A questão do tato, do contato-improvisação, é uma coisa que vai acontecendo dentro da gente. A gente está percebendo e ao mesmo tempo a gente vai comunicando esse diálogo que é um jogo extremamente prazeroso. Essa escuta. E aí justamente, eu fiquei pensando também, caramba, o que eu tenho para falar? De alguma maneira, esse laboratório, esse estar aqui, juntos, pesquisando mesmo, me

aquietou um pouco, estou menos afobada e essa escuta da pesquisa me traz um outro timing. Então hoje eu percebo uma densidade na pesquisa.

Sabe o que é muito curioso? É muito curioso pra mim, que sou sempre tão brincalhona, tão criança de alguma maneira, é que eu vejo uma certa maturidade mesmo acontecendo, não sei. Estou com essa sensação das últimas danças que eu tenho tido. De me pegar num lugar de espanto “Caraca!”, e agora? Para onde é que a gente vai? Quando parece que está meio atravancado, e aí não tem paciência. Eu ainda queria dizer que tinha anotado essa palavra, que é muito boa sempre, da curiosidade. Que é uma palavra motora ou motriz do contato: a questão da curiosidade. Então quando estou aqui, num lugar impossível, onde parece que não dá pra sair, e como é que a gente vai fazendo, e vai junto fazendo! Nossa senhora, realmente super gratidão em poder passar esse tempo vindo aqui, encontrando vocês! Pra mim é sagrado, total!

JOÃO eu queria agradecer a oportunidade. Achei muito legal, como a Clarice falou, do laboratório, desse lugar de laboratório de pesquisa que é fantástico. E assim, seguindo, encontrando, conhecendo, fazendo um lugarzinho acontecer, que demanda tempo mesmo, e que é assim que é bom ser pesquisador!

E acho que vou falar um negócio que tem a ver com a minha área, que é a atuação. Na atuação, esse lance do pensamento de corporalizar, que é meio “fiscalizar” a coisa do pensamento que te dispersa da situação de presença, que é uma característica de pensamento. E fazendo esse curso de atuação para câmera, tem um lance que é sobre as máscaras. O professor fala das máscaras e quando você se sente acuado, você tende a jogar uma máscara. Eu vejo essa máscara, como um tipo de pensamento que te embarra, que te tira de um fluxo mais real do que você é fisiologicamente, do seu DNA até, enfim, algo psicológico, da alma mesmo. O seu potencial fica amarrado quando você se sente acuado e se defende, e o grande barato dessa experimentação que é, como eu me vejo e me vi em diversos momentos aqui nesse lugar de “epa! cacete, tô pensando demais!” E aí, às vezes, quando o fluxo acontecia, era exatamente porque eu não fazia ideia do que tinha acontecido! E isso era muito gostoso! Quando acontece, é muito gostoso, e está completamente ligado com a atuação na minha pesquisa.

O barato aqui mesmo foi conhecer o contato-improvisação que eu não tinha conhecimento e já entrar num lugar de laboratório com todos os elementos que você

deu pra gente, eu achei que foi muito rico. E é pra vida, pro ator é perfeito isso aqui. Esse lance da kinesfera, de entender que não é só colocar o seu peso, de estar junto, expandir pro espaço, tudo isso!

ANDREA: Sim, sim, o CI é um tipo de treinamento físico que te dá muita ferramenta. A verdade é isso, é pra vida! Eu acho que é um tipo de ferramenta que nos dá a possibilidade de muitos desdobramentos. Você pode desdobrar nas formas que você quiser, porque o CI te coloca em movimento. E essa ideia da experiência, de estar em movimento, que é você poder estar em contato com o sentir, com a sensação, mas não se entregar e só sentir, como a Bonnie fala - tem o sentir e tem o processo de perceber para depois agir. Então tem um processo de decupagem, porque a gente vai muito na ação e se joga na sensação, e não nos damos esse tempo pra também perceber o que está sentindo, para poder corporalizar, poder entender aquilo, para poder fazer parte do seu repertório, integrar na sua experiência.

Então é um processo que é natural na criança, que na verdade a gente teria como sendo natural na nossa vida, só que a gente é interrompido de uma forma muito violenta com uma educação toda pautada em um sistema que isola a ideia da experiência corporal e todos os sentidos da experiência sensória. O livro "Dança Cristal", da Ciane Fernandes, vai falar muito disso, desse lugar de como a gente vai ser separado dessa inteligência nossa do corpo, que é natural da criança, para a gente crescer, para a gente se desenvolver, a gente acaba perdendo essa relação. Por isso que as pessoas perdem a sensação com peso, perdem a sensação com ritmo, perdem a sensação com o brincar.

E o brincar na nossa sociedade pode ser mal interpretado, ou ser levado para um campo de desvio de conduta, quando na verdade o brincar é nobre. Talvez dos atores que sabem brincar, o palhaço seja das atuações mais nobres, o palhaço tem que ter uma capacidade de poder entrar em contato. No contato-improvisação, lá em São Paulo, por exemplo, é bonito lembrar que a Tica foi casada com a Paoli Quito. Vocês conhecem a Quito? Uma diretora maravilhosa, sensacional. E a companhia nova dança trabalhou muito tempo com o CI e o palhaço.

Eu, quando eu cheguei no Rio, em 99, durante 4 anos trabalhei com a formação dos Doutores da Alegria, com o Contato-Improvisação. Um trabalho genial para o hospital, para poder trabalhar as relações. A gente fez inclusive um espetáculo sobre isso chamado "Inventário", que era sobre esse lugar de como construímos

nossos corpos: o corpo do hospital, o corpo do médico, o corpo do enfermeiro, o corpo da mãe, do paciente, da criança, do palhaço. E o lugar do palhaço.

A Escola *SNDO* que fiz em Amsterdam me deu esse olhar de pesquisa. Na verdade, desde o início da minha formação com o Luiz Mendonça, que era um pesquisador do movimento que me ensinou isso. O Steve é um pesquisador do movimento também. E a escola era um lugar que a gente podia fazer essa experimentação, de entrar na experiência para experimentar, para aprender a partir da experiência. Então você começa a entender que o ensino, de uma forma generalizada nas escolas, tem uma coisa que é muito imposta, onde você aprende uma técnica, mas esse lugar de você entrar numa vivência é realmente um campo diferenciado. Onde a aprendizagem se dá de uma outra forma. E eu fico feliz que a gente tenha tido isso, pela fala de todos, a gente pôde vivenciar isso de uma forma bem clara. Porque esse tipo de aprendizagem é igual aprender a andar de bicicleta, ela não vai embora. Ela fica, ela acumula.

E eu trouxe o elemento do ritmo, eu trago o ritmo porque a gente está no Brasil e eu sinto que a gente tem um campo de ensino gigantesco para aprender das culturas populares que estão no país. De forma geral, acho que a gente conhece muito pouco. Hoje é dia de Cosme e Damião e não tem nada, nem na lojinha nem na feira da rua, nenhuma referência. É uma coisa que a gente perdeu, a gente fez essa cisão, então a nossa tarefa é recuperar isso, esse conhecimento com as crianças no nosso viver, pois é de uma riqueza absurda o que a gente tem aí para pesquisar e para explorar. Eu acho que é um campo inesgotável de pesquisa, de prazer, de usufruir da vida, porque é sobre esse lugar da gente se colocar na vida. Com essa vontade de estar vivo. O dançar te desperta neste lugar, de você sentir uma alegria; por que se não é sobre o que essa vida? Eu acho que esse lugar de sentir a vida acontecendo para mim é o grande lance! Porque a vida é dura, tem muito problema, tem muita questão, tem sofrimento, é tudo que a gente já sabe.

Aí pergunto, onde a gente fomenta esse lugar, da conexão com a alegria? Quando fui pesquisar o brincar com a Lydia Hortélio, na pesquisa da cultura da infância, ela diz que é preciso brincar para afirmar a vida! É nessa entrevista que eu guardei dela, de 2008, e que tá comigo até hoje. Por isso que eu digo, as coisas que importam marcam, ficam na vida.

Quando eu li, pensei: "quem é essa pessoa? Como é isso? Que história é essa de brincar para afirmar a vida?" Fiquei anos estudando, foi mesmo um marco de

mudança no entendimento sobre o brincar para mim. Sobre esse lugar de poder da afirmação da vida e aí juntando com o peso e com o ritmo! Wow! Sigo aqui pesquisando com vocês. O bacana é isso, a gente saber que as pedrinhas que a gente vai juntando e colocando aos poucos no caminho são duradouras, elas vão fazer esse trabalho por um longo tempo!

ALINE: Eu estava pensando nisso, Andrea, a sua assinatura de misturar o BMC com essa questão do estudo do ritmo, no estudo do contato-improvisação é uma assinatura! Essa dobradinha de verdade é sua!

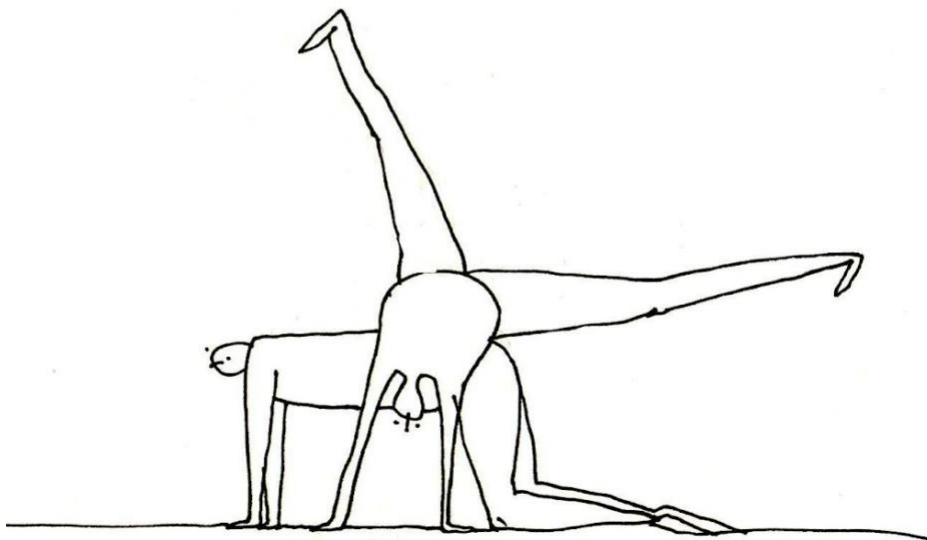
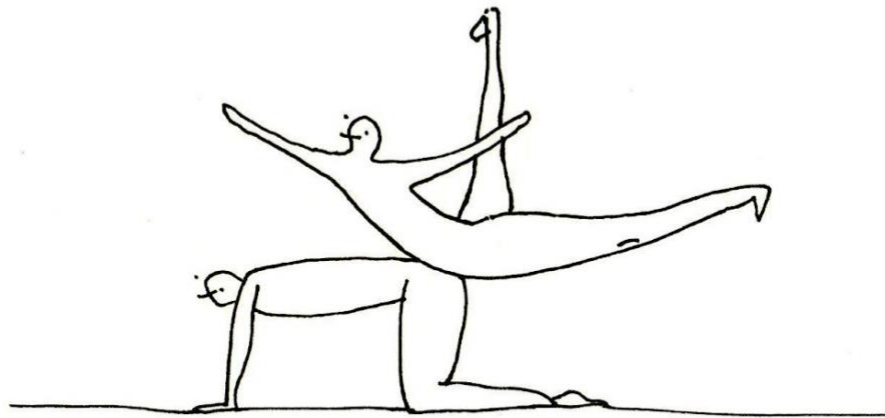
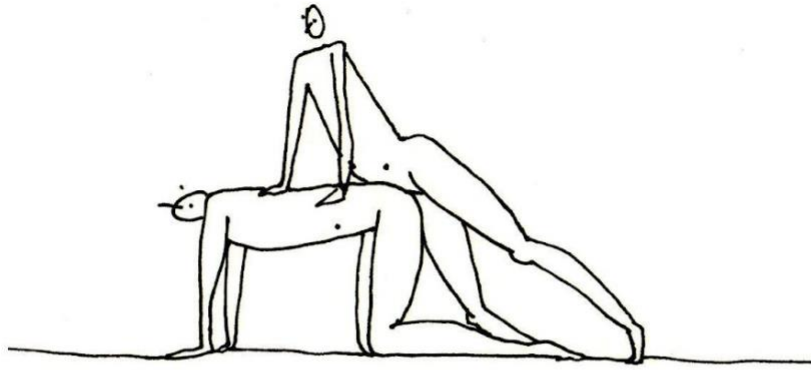


Figura 47: “testando o voo” - jogando contato-improvisação -
desenho de Manon Bourgeade.
(Fonte: arquivo da autora).

o Pouso

Quando toco o outro, é como um **POUSO**,
pouso a mão com leveza para que haja escuta,
escuta ao receber peso, oferecendo confiança.

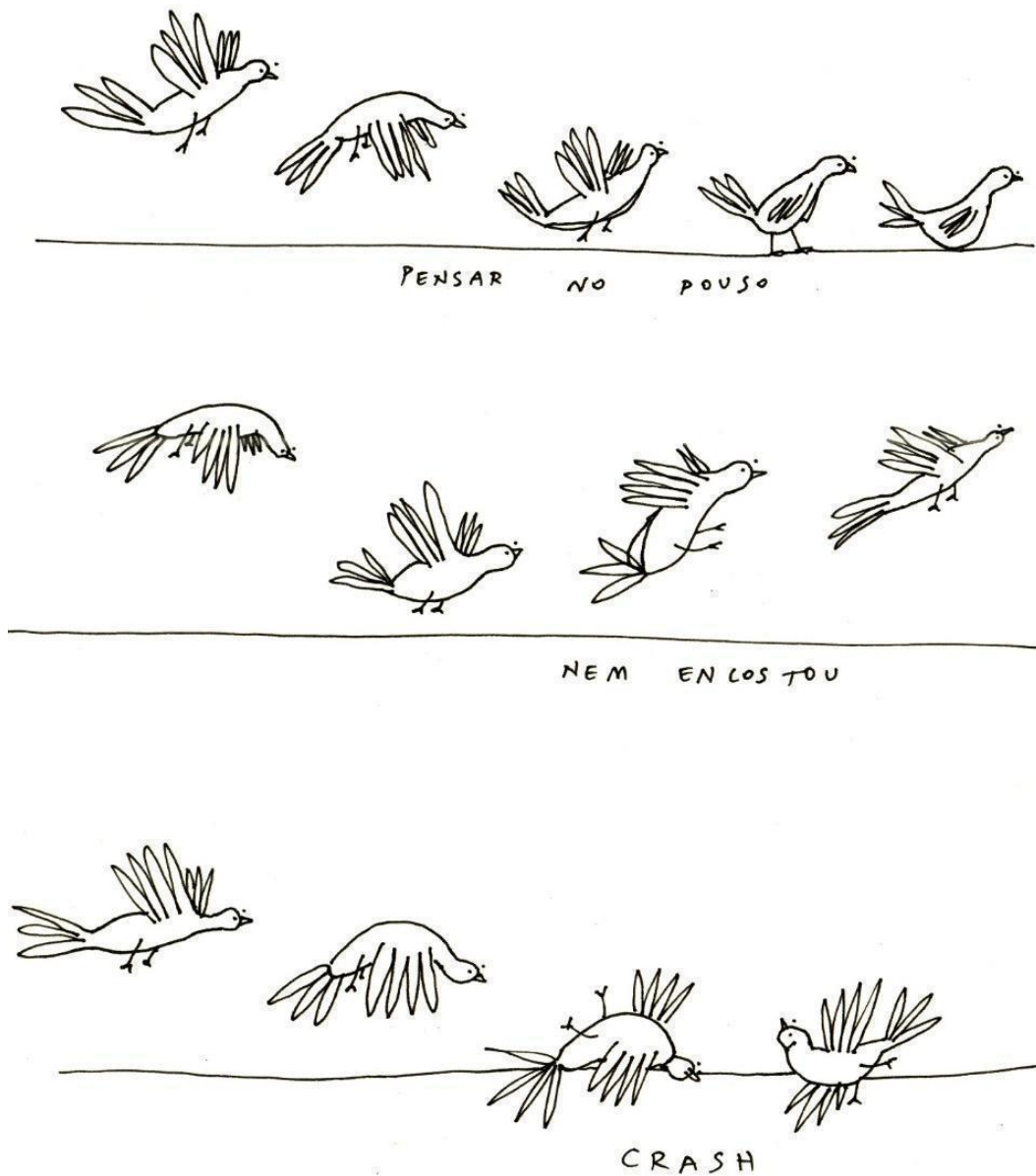


Figura 48: “o pouso” - desenho de Manon Bourgeade.
(Fonte: arquivo da autora).

BRINCAR
O ritmo do peso na Companhia Arquitetura do Movimento

Quando o passo pisa com jeito,
com peso
firmeza e cuidado,
afirma lugar e território.

O peso no passo marca ritmo,
marca cadência no passo no samba
é uma experiência inigualável
quando entro no passo do samba
no desfile da escola de samba
sinto algo extraordinário
que mexe comigo
altera meu batimento
meu sentimento
meu coração

dançar, sambar, colocar meu peso em movimento assim
liberta meus sentidos
me faz sentir que navego no ritmo do peso
em fluxo de movimento
em conexão com a gravidade
com meu sentimento
e com o peso do meu coração.¹⁰⁵

¹⁰⁵ Texto poético da autora nascido ao longo da escrita desta dissertação.

É preciso brincar para afirmar a vida. (Hortélio, 2008, p.23)

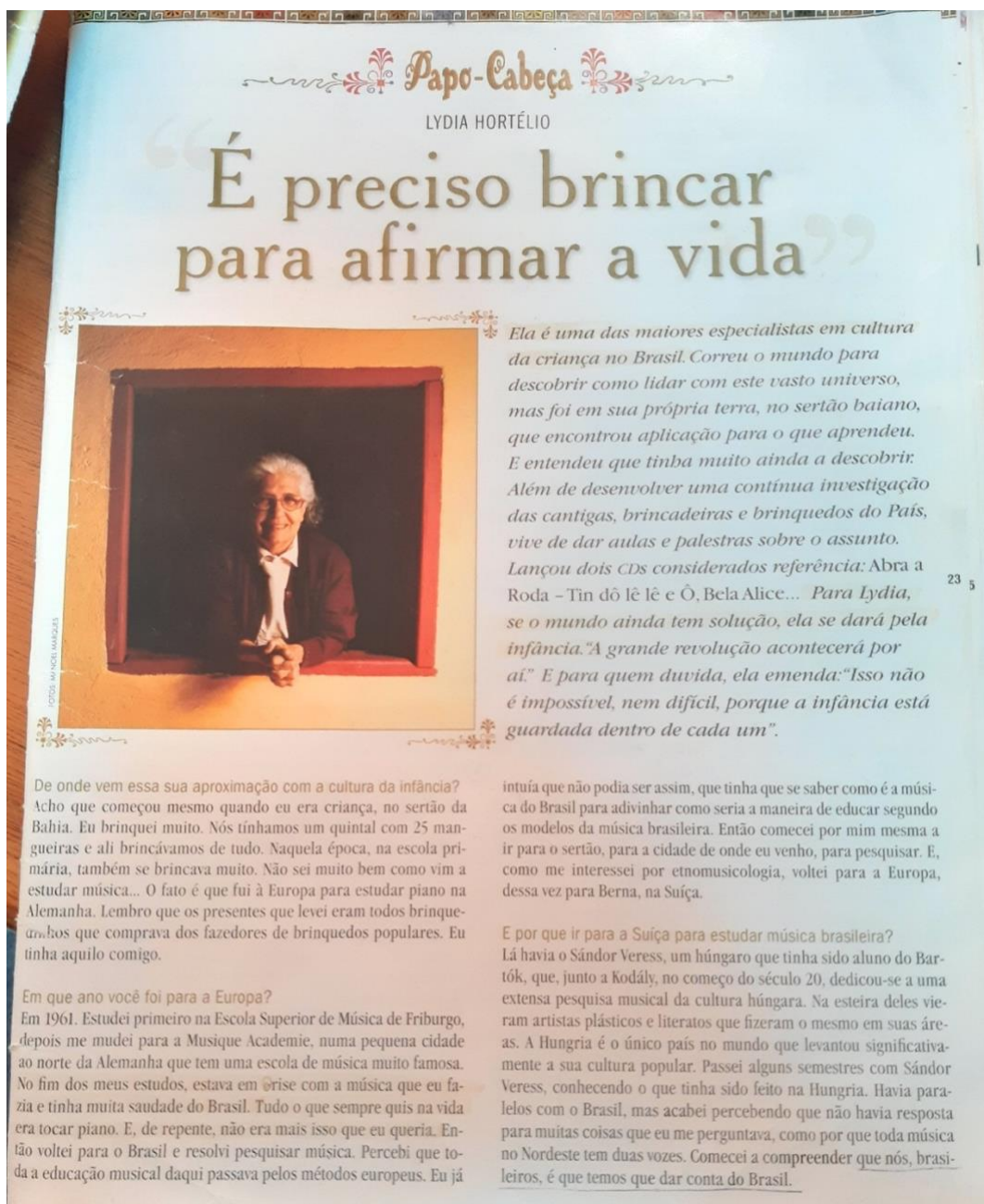


Figura 49: Capa da Entrevista com Lydia Hortélio publicada em outubro de 2008, na revista Almanaque Brasil de Cultura Popular no.114 (a entrevista completa encontra-se nos anexos). (Fonte acervo pessoal da autora).

3.1 A descoberta do brincar e a cultura popular como uma segunda infância

No ano de 2010, durante uma viagem da Companhia Arquitetura do Movimento à Bahia, para a apresentação do espetáculo *Ao Samba: a cruz, o xis e o esplendor*,

no Festival Viva Dança, realizado no Teatro Vila Velha em Salvador¹⁰⁶, tive a oportunidade de conhecer pessoalmente Lydia Hortélio, uma renomada etnomusicóloga, conhecida por suas contribuições ao estudo da cultura da infância e da música tradicional da infância.

Conheci-a primeiramente através de uma entrevista publicada na revista *Almanaque Brasil de Cultura Popular*¹⁰⁷, intitulada “É preciso brincar para afirmar a vida”, a qual teve um impacto significativo em minha perspectiva sobre o brincar e a infância. Sua influência é evidente e central no espetáculo *Ao Samba*, segundo espetáculo da trilogia sobre o samba, onde a dramaturgia é baseada nessa entrevista, somada a memórias da minha infância sobre o samba. Segue trecho da entrevista, que marcou fortemente minha pesquisa, quando indaga sobre a importância de preservar a infância:

A infância é algo precioso. Eu acho que se a humanidade tem futuro, ela vai retomar por aí, pela infância. E isso não é impossível, nem difícil, porque a infância está guardada dentro de cada um. Eu acho que a grande revolução está aí. Fico muito feliz de ver que o Brasil tem tudo para isso, tem muita cultura popular ainda. A cultura popular é uma segunda infância. Um alemão extraordinário, Friedrich Schiller, diz que o homem só é inteiro quando brinca, e é somente quando brinca que ele existe na completa acepção da palavra homem. O brincar é algo espiritual. E não estou falando de religião, não. Não é nada disso. É algo ainda mais profundo, que tem a ver com a alma do homem. (Hortélio, 2008, p.24).

Nesta entrevista, ela relata que nas aulas e encontros sobre música tradicional da infância que teve na Hungria, durante seus estudos na Europa, ao compartilhar em aula suas canções de infância, foi questionada pelo professor: “mas como é que se brinca?” Essa indagação foi para ela uma grande revelação que mudou o rumo de sua vida e pesquisa sobre a música tradicional da infância, passando a se debruçar sobre os brinquedos cantados de sua cidade natal, Serrinha, que fica no interior da Bahia. Especializou-se nos estudos sobre o brincar e os brinquedos cantados na infância no Brasil e afirma que há uma cultura da criança que precisa ser estudada. Enfatiza a importância daquilo que é lúdico e pertence ao povo.

Acho que a relação com a brincadeira é comum a todos os povos. Eu sinto e vejo nas minhas observações que o ser humano ainda novo tem necessidades de crescimento, e que os brinquedos são a manifestação, a

¹⁰⁶ Festival Viva Dança, apresentações nos dias 01 e 02 de Abril de 2010 no Teatro Vila Velha em Salvador.

¹⁰⁷ A revista *Almanaque Brasil de Cultura Popular*, outrora distribuída nos voos da antiga companhia aérea TAM, era uma publicação da Editora Trip, uma empresa brasileira especializada em conteúdo cultural, editorial e de entretenimento. A revista destacava-se por explorar diversos aspectos da cultura brasileira, desde a música, arte, tradições populares até a história e a diversidade cultural do país. Fonte: <https://almanaquebrasil.com.br/> - acesso em 11.11.2023.

configuração dessas necessidades. A essas configurações eu chamo de cultura da criança. (Hortélio, 2008, p.24)

Em 2007 e 2008, no período de criação dos espetáculos sobre o samba, vivia-se um momento importante para a cultura e educação no Brasil sob a tutela do presidente Lula¹⁰⁸, com o músico e artista Gilberto Gil à frente do Ministério da Cultura. Havia em curso um projeto cultural sólido de implementação e fomento às políticas públicas. O Programa Nacional de Cultura, Educação e Cidadania – Cultura Viva, criado em 2004, fomentou “uma política pública de mobilização e encantamento social”¹⁰⁹ e consolidou o projeto de mapeamento e democratização da cultura através da implementação dos chamados Pontos de Cultura país a fora. Como um *do-in antropológico*, citando as palavras de Gil:

É preciso intervir. Não segundo a cartilha do velho modelo estatizante, mas para clarear caminhos, abrir clareiras, estimular, abrigar. Para fazer uma espécie de *do-in antropológico*, massageando pontos vitais, mas momentaneamente desprezados ou adormecidos, do corpo cultural do país.¹¹⁰

Gil potencializou as energias criadoras do povo brasileiro pelo país. Foi uma época em que os artistas e fazedores da cultura do país experimentaram uma nova perspectiva, a partir de uma política pública que inaugurou uma:

[...] “consciência bailarina”, em contraste com a consciência petrificada em conceitos rígidos e ortodoxias limitadoras do movimento. Esta consciência que dança, tal como exercitada pelo ministro e artista, capta o mundo a partir da percepção de suas ondulações, da transformação que pode emergir nos encontros e nas fronteiras interculturais, sem fazer da corporeidade uma serva da razão. (Gil, apud Lopes, 2012, p.188)

Havia um vasto campo de pesquisa a ser explorado tendo o pensamento de Lydia Hortélio como referência. Os estudos sobre o brinquedo cantado e a linguagem dos brinquedos da infância revelavam-se como vias de acesso às investigações sobre o desenvolvimento do passo e da dinâmica corporal que, por sua vez, podia ser associada às investigações sobre ritmo e peso no contexto da cultura popular e da

¹⁰⁸ Luiz Inácio Lula da Silva, também conhecido como Presidente Lula, foi o 35º Presidente do Brasil, ocupando dois mandatos consecutivos de 2003 a 2010. Reconhecido por suas políticas sociais e econômicas, seu governo focou na redução da desigualdade e no fortalecimento econômico do país. Em 2022, Lula foi eleito presidente novamente em um cenário político complexo. Sua eleição foi impulsionada por uma ampla coalizão de diferentes setores da sociedade, movimentos sociais, partidos políticos e indivíduos comprometidos com a defesa da democracia, destacando-se pela convergência de esforços em prol da preservação das instituições democráticas, inclusão social e respeito aos direitos civis, unindo-se para apoiar Lula como um símbolo dessa união democrática no Brasil.

¹⁰⁹ Fonte: <http://www.anpad.org.br/admin/pdf/EnAPG553.pdf> - acesso em 16/07/2022.

¹¹⁰ Disponível em: <https://acasadevidro.com/artista-popular-genial-gilberto-gil-revolucionou-o-ministerio-da-cultura-com-o-do-in-antropologico-a-casa-de-vidro/> - acesso em 16/07/2022.

dança, visto que “a música tradicional da infância tem o poder do movimento, é a partir dela e de seu ritmo que a criança age, brinca. Há uma geometria da canção que se faz concreta na movimentação do brincar.” (Hortélio, 2019, p.22).



Figura 50: Andrea Jabor à esquerda e Lydia Hortélio à direita, na oficina de “Brinquedos cantados” no Rio de Janeiro, durante o Festival de Intercâmbio de Linguagens FIL, 2016.
Foto de Edi Heinz (Fonte - acervo da autora).

No documentário *Tarja Branca*¹¹¹, de Cacau Rhoden (2014), em um de seus depoimentos finais, Hortélio ensina que as brincadeiras infantis fazem parte de nossa formação social, intelectual e afetiva e é a partir do que se experimenta nesses primeiros tempos de vida, quando ainda bebês e depois crianças, que podemos conhecer uma profunda experiência de afirmar a vida.

O ser humano, ainda novo, ele é inteiro. Então sentir, pensar, querer ir além é tudo junto uma unidade. (...) Afirmar a vida é, antes de mais nada, alegria (...), é viver em plenitude, em liberdade. E é no brinquedo, no brincar que a gente vive isso. (...) Tem gente que morre, e que uma ou duas cordas foram acionadas a vida inteira, e é no brincar, é brincando que você dedilha a lira (o instrumento) inteira. (Hortélio, Tarja Branca, 2014).¹¹²



Figura 51: Lydia Hortélio em depoimento no Filme Tarja Branca, 2014.
(Fonte: Youtube).

¹¹¹ Tarja Branca - o documentário que mostra que brincar é urgente. As brincadeiras infantis fazem parte de nossa formação social, intelectual e afetiva. Por elas nos socializamos, nos definimos e introjetamos muitos dos hábitos culturais da vida adulta. Todos brincamos na infância e no brincar fomos livres e felizes. Fonte: <https://mff.com.br/films/tarja-branca>

¹¹² Depoimento de Lydia Hortélio no documentário Tarja Branca de 2014.



Figura 52: Andrea Jabor em depoimento no Filme Tarja Branca, 2014.
(Fonte: Youtube).

Hortélio me fez perceber e compreender a importância da experiência de colocar a vida em movimento pelo brincar na infância e me apresentou a ideia da cultura popular como uma segunda infância. Compreendi por que a “cantiga de roda” é um brinquedo cantado e porque os brinquedos são uma coisa múltipla, um organismo vivo de que se você tira uma parte, por exemplo a coreografia, ou um movimento, ou modifica a letra, o brinquedo deixa de funcionar. A bailarina Munique Mattos comenta a relação que tinha com o brincar na Companhia:

Foi realmente a nossa segunda infância, porque me lembra das minhas brincadeiras de rua, de quintal, em que as crianças chegavam e propunham as ideias e tal e era mais ou menos assim. A Andrea como uma líder, de propor ideias brincantes que se tornariam as cenas brincantes da companhia. E o brincar, nesse momento pra mim, já não era somente o brincar da infância, mas também é no brincar científico, acadêmico, artístico. O brincar somático, da criação cênica. Então era um caráter, um estado de espírito necessário para estar desenvolvendo as propostas, com alegria, com fé, com poesia. (Mattos apud Andrade, 2022 p.101).

Brincar é uma linguagem do corpo. A criança, ela tá ali por inteiro e essa lembrança do brincar é a lembrança da unidade. E essa unidade é o que o homem procura a vida inteira.¹¹³

¹¹³ Depoimento da pedagoga Maria Amélia Pinho Pereira, conhecida como Peo, no documentário Tarja Branca de 2014. Peo foi idealizadora e fundadora da escola Casa Redonda em Carapicuíba, São Paulo.



Figura 53: desenho de Manon Bourgeade ilustrando o exercício brincante da infância, “a quadrilha” feito nas aulas do grupo de pesquisa Corpo em Contato. (Fonte: arquivo da autora).

3.2 O Ritmo do Peso – quicar, embalar e balançar

Para pensar e falar sobre o ritmo do peso e sobre esta experiência de sentir o peso em movimento rítmico, de acordo com os vetores com que ele se organiza – vertical (cabeça-cauda), horizontal (o balanço homolateral), sagital (o balanço contralateral) – proponho as experiências de quicar, embalar e balançar.

Entendo cada uma dessas experiências como “lugar” ou “mente” do peso, no intuito de descrever uma situação em que o peso se manifesta e proporciona uma melhor compreensão dos estados físicos que cada experiência evoca. Estes “lugares” do peso ou estados psicofísicos, normalmente inconscientes, como a sensação da gravidade, desempenham um papel crucial na indicação de relações temporais e espaciais. Conferem, ainda, uma sensação de afirmação da presença do corpo, da consciência do momento presente, da conexão direta com o aqui e agora, mantendo os praticantes sintonizados com a pulsação do movimento, tanto por meio da

experiência rítmica que esses movimentos oferecem, quanto pela conexão estabelecida com a gravidade e a experiência do peso corporal.

A experiência rítmica de quicar e embalar, por exemplo, pode ser sentida claramente ao vivenciar em roda o canto indígena *Ero Tori, Ero Taquá*, do povo Guarani-Kaiowá. Aprendi este canto em uma noite de lua cheia encantada, em uma fazenda em Pirenópolis, no estado de Goiás. Havia vários músicos e a “violada” estava animada. A uma certa altura da festa, um grupo de jovens, sendo que um deles com um caxixi¹¹⁴ na mão, formaram uma roda e começaram a cantar e a girar, marcando os passos e cantando: *Ero Tori Ero Taquá*.

Aproximei-me e fiquei lá algum tempo cantando com eles sem saber o que estava sendo cantado. Depois de cantar por mais de uma hora, quando a roda parou, perguntei o que significava. Um dos meninos me disse que significa: “Eu estou aqui, eu sou feliz”. Exatamente o que eu estava sentindo.

Ao cantar e dançar, me conecto e me recordo pelo passo, pelo ritmo do peso, que estou aqui, que tenho peso, que estou viva e me sinto presente, neste tempo, neste espaço, aqui e agora, em contato com a natureza, com as forças do cosmos, pelo ritmo da roda do coletivo. Isso me deixa feliz, e escuto, de Leda Maria Martins que “nas culturas predominantemente orais e gestuais como as africanas e as indígenas, o corpo é por excelência, local e ambiente da memória.” (Martins, 2023, p.89).

Ero Tori, Ero Taquá, além de marcar o pé no chão, caminha em roda e os saberes se inscrevem no corpo que dança como uma grafia. Ao invés de andar para frente, damos a volta em círculo juntos, na gira, no coletivo, para a força do todo ajudar a entrar em movimento rítmico e coletivo. Isso faz estabelecer uma mesma pulsação, a pulsação do passo, da palavra cantada, do ritmo do caxixi que marca o pulso, o ritmo do coração da terra.

O tempo em determinadas culturas é local de inscrição de um conhecimento que se grafa no gesto, no movimento, na coreografia, na superfície da pele, assim como nos ritmos e timbres da vocalidade, conhecimentos esses emoldurados por uma certa cosmopercepção e filosofia. (Martins, 2023, p.22).

¹¹⁴ O caxixi é um instrumento feito de palha com contas dentro, um tipo de chocalho, de origem africana.

O canto e o “brinquedo corporal”¹¹⁵ ensinam que a forma como nos movemos e a forma como falamos ou cantamos estão intrinsecamente conectadas e não separadas como duas instâncias. O termo oralitura, como nos apresenta Leda Maria Martins, “conceitualmente e metodologicamente designa a complexa textura das performances orais e corporais, (...) dos saberes fundados e fundantes das epistemes corporais” (p.41). Esta unidade entre corpo, tempo, performance, memória e produção de saberes é essencialmente o que as danças de matriz africana e/ou indígena ensinam sobre a experiência do corpo ao entrar em movimento coletivo, onde o mundo é movimento e a dança ou o “brinquedo corporal” cantado e dançado nos coloca em movimento, com a energia e a força vital do mundo, o *axé*¹¹⁶.

A partir de uma intensa relação com a terra, o corpo se organiza para a dança, (...) o corpo mastro é firme, flexível, articula-se em todas as direções, integra o dentro e o fora, em cima e em baixo, a frente e atrás. Recebe e elabora os símbolos, (...) a estrutura física encontra-se em harmonia com a própria natureza do homem, ou seja, a busca de superar os limites de seu próprio corpo físico (Rodrigues, 2005, p 44).

Procurei investigar como a experiência de entrar em movimento pelo ritmo do peso pode introduzir e apontar para estes “lugares” ou sensações psicofísicas provocadas pelo quicar, embalar e balançar. Acredito que estas experiências ficam impressas, registradas no corpo, pela relação rítmica que estas estabelecem com a gravidade durante o desenvolvimento do nosso movimento; e o que esta pesquisa intui é que ficam armazenadas pela memória corporal das relações de vínculo e afeto que envolvem o toque e o movimento, vivenciadas principalmente no primeiro ano de vida.

De acordo com Cohen (2015), o toque e o movimento são os primeiros sentidos a se organizarem e vão ser a linha base para o desenvolvimento dos outros sentidos. Assim, nascemos com a predisposição para criar afetos e vínculos através do toque, pelo movimento, com o outro, pois ela considera o vínculo como o relacionamento do bebê consigo mesmo, com o mundo exterior e com os outros.

¹¹⁵ Brinquedo corporal em referência aos brinquedos cantados apresentados por Lydia Hortélio, no sentido que a pesquisa apresentou e desenvolveu ao longo dos processos de pesquisa do samba que a autora está trazendo neste capítulo.

¹¹⁶ Axé: Palavra de origem iorubá que representa vitalidade, energia positiva, força espiritual e boa sorte. Utilizada em diferentes contextos culturais e religiosos afro-brasileiros, como uma saudação e um desejo de bênção, sendo um termo importante na espiritualidade e nas práticas rituais dessas tradições.

Sobre este vínculo que estabelecemos com a gravidade e o meio, Paxton (2020) nos revela em seu livro *Gravidade* que:

O nascimento não é apenas um começo. É uma mudança abrupta pela qual agem, subitamente, fatores distintos daqueles do útero – e eis a gravidade. Com a gravidade uma nova negociação se inicia, e estes termos, irão nos condicionar para o resto de nossas vidas (Paxton, 2022, p.7).

Em sua palestra de lançamento do livro, afirma que “a gravidade é algo que facilmente podemos ignorar”¹¹⁷ (PAXTON) e que procurou analisar a parte do cérebro que percebe a gravidade para verificar se esta parte nos dá algo para refletir sobre:

Eu estava querendo investigar se aquela parte do nosso cérebro tem algo especial para pensarmos sobre; é a parte do nosso cérebro que percebe que a água está molhada, que os braços estão pesados, que percebe quando você está em pé ou relaxado, que percebe o passo ao caminhar. então é uma parte simples do cérebro, mas profunda, mas talvez seja muito construída culturalmente.¹¹⁸

Minha experiência como professora de Contato-Improvisação que investigou as matrizes do samba com a Companhia nos anos de criação da *Trilogia do Samba* é de que quicar, embalar e balançar são movimentos rítmicos presentes nas danças que envolvem o deslocamento do peso em pequenas quedas e suspensões, que podem promover uma reconexão com elementos fundamentais no nosso movimento¹¹⁹ por possuírem em sua matriz uma pulsação rítmica que trás à consciência a transferência de peso e a sensação da gravidade.

Uma das formas de saber onde estamos é pela gravidade, uma vez que ela nos oferece uma força externa contra a qual nos movimentamos. [...] Cair com apoio nos oferece uma memória muito singular.[...] Temos muitas experiências com quedas no início da infância [...] dependendo de como o bebê é manuseado, ele aprenderá que mover-se no espaço é uma experiência sustentada ou uma experiência assustadora. O Contato (improvisação) oferece uma oportunidade de repadronizar o ato de ser sustentado e a queda. (Bainbridge Cohen , 2015,p.115)

¹¹⁷ Tradução da autora para: "Gravity is something that we easily can ignore." Palestra Swimming in Gravity com Steve Paxton. Disponível no link <https://vimeo.com/403600420> - acesso em 02.11.2023.

¹¹⁸ Tradução da autora para: "I was in search to see that if that section of our brains has something special to be thought about the part of our brain that notices that water is wet, that the arms are heavy, that notices when you are upright or relaxed, that notices the stride in walking. so it's a simple part of the brain, but profound, but maybe it is much culturally constructed." Palestra Swimming in Gravity com Steve Paxton. Disponível no link <https://vimeo.com/403600420> - acesso em 02.11.2023.

¹¹⁹ Os reflexos primitivos, as reações posturais e as respostas do equilíbrio são os elementos fundamentais, ou o alfabeto, do nosso movimento. Eles se combinam para formar os padrões neurocelulares básicos, que se baseiam nos padrões de movimento pré-vertebrais e vertebrais. (BAINBRIDGE COHEN, 2015, p.28)

Colocar o foco da atenção no ritmo do peso, pode ser uma forma de acessar ou resgatar um aprendizado sensorial adormecido, e pode atuar como uma porta de entrada para o movimento que acessa experiências como embalar e ser embalado, balançar e ser balançado, em busca de sentir e perceber que existe um fluxo e uma pulsação nestes “lugares”, e que acessam uma sensação de pertencimento e conexão com nosso corpo. Seria este trabalho uma pista para chegar naqueles que não sentem com precisão o peso e têm dificuldades em perceber o ritmo? Conforme observei ao longo de tantos anos em sala de aula, ensinando Contato-Improvisação, junto ao BMC e às danças e ritmos brasileiros como o samba, trabalhar com o ritmo do peso seria um retorno à nossa capacidade de nos conectar conscientemente com a gravidade. E também com o outro, em busca de sentir um fluxo de movimento espontâneo, que surge a partir do encontro na dança, em contato.

Em seu livro *Gravidade*, Paxton comenta que “andar se torna o fundamento de nossos sucessivos movimentos em pé e que parece ser a fonte de quase tudo na dança” (2022 p.19) . Já Lucas Ciavatta em seu livro *O Passo – a pulsação e o ensino aprendizagem de ritmos* (2003), nos apresenta algumas pistas sobre a diferença entre o andar e o passo de forma minuciosa, apontando como o andar, que não é qualquer andar, envolve movimento voluntário, propostas de ritmo e direção, e envolve a busca de equilíbrio, e relação com a gravidade. Entendendo a necessidade de se deslocar o eixo do corpo para se compreender um determinado ritmo, nos ensina:

O que diferencia o *passo* da *marcha* é especificamente um movimento de dobrar ambos os joelhos entre um passo e outro. Este pequeno movimento, maior ou menor dependendo da necessidade de quem o faz, abaixa nosso centro de gravidade, amplia as possibilidades de que controlemos o equilíbrio e, ao nos trazer mais segurança, confere maior flexibilidade ao movimento como um todo. (p.123/124).

Minhas observações e estudos recentes sobre peso e ritmo me levam a investigar como que a experiência do peso no deslocamento do centro de gravidade, se comporta nas três experiências de quicar, embalar e balançar nos levando a estados brincantes na dança e no movimento.

A gravidade é uma força, uma força natural. Como tal é o pano de fundo determinante das histórias em que nos focamos, as quais, por sua vez, descrevem nossas relações com ela. À medida que a criança se torna mais segura, muitas oportunidades para uma negociação direta com a gravidade se apresentam: arvore, patins, jogar bola, quedas e arranhões.(Paxton, 2022 p.09)

3.3 Quicar

Ao analisar a ação e a experiência de “quicar” como uma sensação, que se configura como um “lugar” no sentido de um estado psicofísico, observa-se que a sensação de queda e suspensão do peso do corpo incide verticalmente. Isso resulta em uma vivência de rebote, na qual o peso corporal se move de cima para baixo, ascendendo e descendendo, criando um movimento de vai e volta no eixo vertical, que conecta o céu e a terra, como ao quicar numa *phisioball* de pilates, por exemplo; estabelecendo uma relação direta com a força da gravidade, evidenciando assim a ação de rebote e a dimensão da experiência gravitacional de maneira nítida e perceptível.

Segundo o dicionário online Dicio (GRAVIDADE, 2024), “A gravidade terrestre é uma força de atração que faz com que os corpos não flutuem no espaço[...] é a força de atração que [...] atua sobre qualquer corpo que se encontre em seu interior” Assim, se a gravidade é a propriedade que faz com que os corpos sejam atraídos para o centro da terra, interagimos com ela quando alteramos nossa massa corporal entrando em movimento. “A gravidade é um imenso brinquedo. Ela faz com que as coisas sejam mensuráveis, pois parece ser uma força constante.” (Paxton, 2022 p.17)

Temos a experiência física de quicar, por exemplo, quando caminhamos, corremos, pulamos seguidamente e quando dançamos. Um exemplo muito claro é quando o bebê, por volta de um ano, começa a andar e descobre o deslocamento do passo, que só ocorre se flexionar os joelhos e transferir o peso. Se colocarmos uma música com pulso e ritmo, o bebê (normal, sem deficiência) tende a reagir e responder ao estímulo movendo, balançando vibrando seu corpinho (pra cima a pra baixo) de forma a quicar com o peso, acompanhando o ritmo e a pulsação da música. De alguma forma, o bebê irá reproduzir a experiência que sentiu ao ser transportado dentro do ventre quando sua mãe caminhava, dançava. A ação reflexa de rebote é percebida na coluna que sobe e desce sutilmente à ação de flexionar os joelhos, que move nosso centro de gravidade.

Outro exemplo é o *Hip-Hop*, *Hip* que significa quadril e *Hop* que quer dizer quicar. Na dança *Hip-Hop*, observa-se o movimento de quicar na base dos passos desta dança que envolve movimentos rítmicos em que os dançarinos usam na ação de flexionar os joelhos e os quadris para quicar no ritmo da música. A experiência de sentir o peso quicar continuamente em um ritmo constante, numa pulsação,

deslocando de cima para baixo no plano vertical, é algo experimentado por nós de alguma forma durante a vida.

3.4 Embalar

“Quando tocamos uma pessoa ela também nos toca. A sutil interação entre corpo e mente pode ser claramente experimentada quando tocamos os outros. (Bainbridge Cohen, 2015 p.31). Embalar é um movimento que acontece primeiro pelo toque, no início de nossas vidas, tanto na vida intrauterina quanto nos colos. Ao sermos ninados e embalados, temos a experiência de ser movidos por outro logo cedo, de estar em contato com outro corpo. É talvez a nossa primeira dança à dois. O embalo ensina sobre peso, afeto, vínculo e proximidade. Curiosamente Cohen nos ensina sobre a vibração que sublinha nosso desenvolvimento :

o primeiro dos padrões pré-vertebrais é a *vibração* (o padrão ondulante, oscilante, de atividade de partículas do universo), que estabelece um ritmo interno entre partículas, células e organismos. A vibração é o grau de atração ou repulsão subjacente a todo movimento, percepção, intuição, organização e relacionamentos. (Bainbridge Cohen, 2022, p.28)

Aprendemos sobre o embalo com o balanço do ninar, que quica, balança e embala nosso corpinho recém nascido pelos três planos no colo. Aprendemos sobre o embalo ao observar o balanço do mar, o balanço das folhas de um coqueiro na praia que balança pra cá e pra lá. Isso me faz lembrar o acalanto¹²⁰ que cantei muito nas aulas que ofereci para mães e bebês . É a cantiga *Coqueiro Balançou*, que aprendi com Lydia Hortélio:

Coqueiro balançou,
Coqueiro balançá(r)
e vamos juntos no balanço do mar
Coqueiro balançou,
Coqueiro balançá(r)
é a canção que vai nos embalar....

É talvez neste lugar da experiência do peso embalado, ninado, aconchegado, onde entendemos cedo no corpo a experiência reconfortante do ritmo do peso, como nos descreve lindamente Lydia Hortélio:

Onde tudo começa? Começa quando a mãe ou um pai ou a avó ou a babá ou quem quer que esteja com a criança, pega o bebê e lhe canta uma cantiga de ninar. No caso da mãe, ela tem seu bebê sobre o coração, tá ouvindo o tamborzinho do coração e a mãe canta num tom que só mãe sabe cantar. E o bebê escuta pela primeira vez a língua mãe. É ali que ele ouve as primeiras palavras do lugar onde ele botou o pé no planeta. Eu acho isso muito

¹²⁰ Acalanto ou “brinco” é a forma como Lydia Hortélio se refere às primeiras cantigas de ninar que cantamos para os bebês de colo.

importante. Fernando Pessoa já dizia que a língua é a pátria e cada vez eu concordo mais. A língua carrega o ritmo, o acento das palavras, vai dar a coluna vertebral da cantiga. O DNA da cultura está ali. Além da língua mãe, é a língua mãe musical, e nós brasileiros, que somos um caldo de tantas raças, estamos esquecidos de nós mesmos e estamos deixando de cantar. Quem sabe cantar cantiga de ninar hoje? (Hortélio, 2021).¹²¹

O psicanalista e musicista Victor Guerra (2007) também ensina sobre este vínculo tão precioso entre mãe, pai ou cuidador(a) e bebê; que vivemos em momentos tão únicos nos colos, ao sentirmos o corpo sendo embalado com os acalantos e as cantigas de ninar.

Admite-se hoje em dia que o bebê possui predisposições comunicativas e “protomusicais” que sustentam simultaneamente os vínculos de apego biológico com a mãe e os laços com a cultura de origem, transmitida por meio de palavras, dos cantos e das técnicas do corpo da mãe e dos cuidadores. (Gratier, apud Guerra, 2022 pg.80).

Além de representar uma vivência primária e ancestral de aconchego no colo e de pertencimento, o movimento de embalar é também sentido na experiência de dançar a dois, estando juntos e conectados por uma sensação compartilhada do peso, como ocorre no jogo do Contato-Improvisação ou nas danças de salão.

Em 2021, ao cursar a disciplina *Ver, Ouvir Dançar* no curso Tópicos Especiais em Arte, Experiência, Linguagem com os professores Regina de Paula, Analú Cunha e Alexandre Brasil, na UERJ¹²², foi solicitada a elaboração de performance que representasse a pesquisa de cada estudante para ser apresentada na exposição *Ver, Ouvir, Dançar*¹²³. Assim surgiu *Embaló*¹²⁴, performance interativa, que propõe ao espectador vestir-se com a saia de armação de aro duplo da baiana e porta-bandeira, presente nos três espetáculos da Trilogia do Samba, para experimentar a sensação de embalar e ser embalado pela saia. Esta foi uma das primeiras experiências ligadas ao samba que eu desejava ter: vestir e experimentar a movimentação com as anáguas das baianas e das porta-bandeiras. A performance, ao ser apresentada algumas vezes, revelou que este meu desejo era também compartilhado por muitas mulheres e homens, talvez por serem figuras tão emblemáticas e admiradas no carnaval

¹²¹ Trecho do podcast +70 (2021) com Lydia Hortélio, Disponível: <https://www.youtube.com/watch?v=TVjBsgZQqc8> - acesso em 11.11.2023.

¹²² Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

¹²³ Exposição organizada pelas professoras Analú Cunha e Regina de Paula do PPGARTES UERJ, intitulada *Ver Ouvir Dançar*, realizada em 27 de Novembro de 2021 na Galeria Oásis, no centro do Rio de Janeiro.

¹²⁴ A performance artística da autora com o título EMBALO foi apresentada nos congressos Laban 2022 no Rio de Janeiro, 7º Congresso de Pesquisadores em Dança - Anda 2023, em Brasília e no XXIII Colóquio do PPGAC – UNIRIO 2023, no Rio de Janeiro.

brasileiro e que desempenham um papel simbólico de destaque na representação do feminino da escola de samba. Ao vestir a saia, nos tornamos também estas figuras, e podemos dançar sentindo este lugar do samba. A roupa revela uma dança que se encontra com o feminino, com a ancestralidade e a história do movimento que embala nosso corpo no terreiro e território do samba.



Figura 54: da esquerda para a direita - Munique Mattos, Patrícia Costa, Andrea Jabor, Agatha Oliveira, Lídia Costa Larangeira, Claudia Ramalho e Leticia Ramos (ao centro), em "Sala de Estar – As Cinco Peles do Samba" - 2007, Casa da Glória, RJ. (Fonte: arquivo da autora).



Figura 55: da esquerda para a direita - Luana Bezerra (ao fundo), Lídia Costa Larangeira, Andrea Jabor, Agatha Oliveira e Claudia Ramalho, em "Ao Samba – a cruz o xis e o esplendor"- 2008, sala multiuso do Espaço SESC, RJ. (Fonte: arquivo da autora).

Minha relação com as saias de aro duplo, típica das baianas de escola de samba, começou em 2007, quando solicitei ao costureiro Soca, responsável por fazer as saias da Escola de mestre-sala e porta-bandeira de Mestre Manoel Dionísio, localizada no Sambódromo, no Rio de Janeiro, que fizesse uma saia para a pesquisa do primeiro espetáculo, intitulado *Sala de estar – as cinco peles do samba*. As saias nos embalam com seu peso, por conta dos aros de aço, e ensinam sobre a ação de embalar, remetendo a uma sensação semelhante à do ninar ou mover de um lado para o outro dentro d'água de forma lenta e suave. As anáguas de armação são parte dos três espetáculos da Trilogia do Samba da Companhia Arquitetura do Movimento e seguem provocando movimentos e insurgências a partir de sua potência como vestimenta. O movimento do embalo é parte fundamental das danças de terreiro de candomblé e desempenha um papel importante na prática religiosa e cultural das tradições afro-brasileiras. O embalo refere-se ao movimento do corpo que os praticantes executam enquanto dançam e cantam durante os rituais de candomblé.

3.5 Balançar

O balanço, além de ser um brinquedo com origens que remontam a muitos séculos atrás, está presente em diversos formatos, desde os mais rudimentares feitos de cordas e troncos de árvores, passando pelos pneus de tantos quintais, quanto aos modernos balanços dos parquinhos infantis espalhados por escolas e praças. Esta ação, que é a de avançar e recuar de forma pendular, alçando voo, depois sentindo a queda, oferece ao corpo a sensação de liberdade, como se estivesse temporariamente escapando das limitações da gravidade. Trazendo para o plano sagital, balançar em um balanço, nos ensina sobre a experiência de queda e suspensão do peso, pois quando o corpo está quase a voar, com a suspensão do peso, e retorna, a sensação é de “queda livre”.

Ao balançar em um balanço com certa velocidade, há uma sensação de liberação momentânea do peso do corpo, pois na subida do movimento, antes do balanço retornar (cair), experimentamos uma sensação de voo, onde a incidência da força da gravidade é menor. No balanço fica muito “corporalizada” a sensação que temos da nossa massa corporal.

Coreógrafos e bailarinos de dança contemporânea exploraram as nuances do peso, da queda e da suspensão, transformando a relação com a força da gravidade em uma ferramenta para a expressão artística e o desenvolvimento técnico. Mas foi

na prática do Contato-Improvisação, e na vivência das experiências dos padrões de movimento do desenvolvimento do movimento a partir da ótica do BMC que comecei a vislumbrar uma pesquisa sobre o ritmo do peso, e sobre como podemos entrar na experiência do movimento pendular. Assim, o ritmo do peso, na minha perspectiva, alcança uma dimensão relacional, do homem consigo e com a Terra, através da percepção dos efeitos da gravidade no corpo; que quando quica, embala e balança, cria experiências rítmicas do peso, gerando como aponta Helder Vasconcelos: *a dança do que somos*.¹²⁵

Ritmo vem de rei, da palavra grega *ruthmos*, abstraída do verbo ressignificando correr, que traduz o ato de fluir. Primitivamente assimilado a uma repetição, uma pulsação corresponderia à ordem cósmica ou biológica, marcada pelo retorno, o ritmo é então o que volta ou faz voltar. (Marcelli *apud* Guerra, 2022, p.77/78).

3.6 O ritmo do peso e a construção do passo

Para contribuir com esta reflexão sobre o brincar e o ritmo do peso, trago o pensamento e as ideias do músico, ator e bailarino pernambucano Helder Vasconcelos que apresenta em sua palestra *A dança do que somos* no Ted-Ex PE alguns princípios de sua pesquisa sobre o passo e a dança, a partir da vivência do Cavalo Marinho de Pernambuco. Vasconcelos identifica alguns princípios que fundamentam este jeito de fazer; que é um fazer onde tudo acontece a partir do corpo e da pulsação. Som e movimento acontecem juntos, onde, mesmo que uma motivação venha de fora, este fazer começa no interior, e traz criatividade e alegria. Quanto mais a gente se alimenta desta energia criativa, mais a gente retroalimenta a própria energia do movimento da dança. Conclui sua palestra afirmando que tem uma “intuição”:

A natureza também utiliza (esses princípios) para o seu funcionamento, porque a Natureza também pulsa, a Natureza também se repete de forma criativa, e a Natureza se supera e se retroalimenta com sua energia. E isso me faz crer que algo que a gente faça seguindo esses princípios, vai nos conectar com a nossa própria natureza, porque nós também somos natureza. Isso me faz crer também, que o fazer, que segue esses princípios, permite a gente expressar o que eu chamo da *dança do que somos*.¹²⁶

¹²⁵ Palestra “A dança do que somos” no Ted-Ex PE, de dezembro de 2015. Disponível: https://www.youtube.com/watch?v=F_YfxNRoals&t=239s - acesso em 11.11.2023.

¹²⁶ Fala de Helder Vasconcelos na palestra disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=F_YfxNRoals&t=239s - acesso em 11.11.2023.

Trago este pensamento do artista para ampliar a ótica da investigação sobre o ritmo do peso e a construção do passo. Quando digo “o passo” estou me referindo à célula básica de um passo de dança que identifica e nos informa que dança é, se é um samba de roda ou um samba de coco, por exemplo. O que Vasconcelos revela vem ao encontro da minha pesquisa e interesse sobre o que gera este estado de presença e alegria na dança, nestes brinquedos dançantes da cultura popular, que ao mesmo tempo possuem uma inteligência no corpo e uma capacidade para criar e improvisar de forma tão alegre e espontânea. Considerando que “o passo feito numa pulsação”, como descreve Vasconcelos, cria a possibilidade de um brincante dançar deixando-se levar pelo passo, criando a cada passo novas possibilidades de se improvisar mantendo-se conectado com o ritmo do peso.

Porque no princípio é o ritmo; um ritmo surdo, espesso, do coração ou do cosmos, quem sabe onde um começa ou o outro acaba? Desprendidas não sei de que limbo, as primeiras sílabas surgem, trêmulas, inseguras, tateando no escuro, como procurando um tênue, difícil amanhecer. Uma palavra de súbito brilha, e outra, e mais outra.(...) começam a se aproximar, dóceis: o ritmo é o seu leito. (Andrade apud Guerra, 2022 p.105).

O ritmo é uma característica intrínseca à nossa existência desde os primeiros momentos de vida, quando, ainda em nossa primeiríssima infância, começamos a perceber os padrões rítmicos presentes nas interações com nossos cuidadores, os objetos e no ambiente que nos rodeia. Essa capacidade de criar conexões com o ritmo e coordenar nossos movimentos na pulsação, pode nos transportar de volta às experiências que tivemos quando éramos bebês, trazendo “experiências rítmicas não verbais que falam de uma história escrita no corpo” (Guerra, 2022, pg. 109).

A relação entre ritmo e gravidade é particularmente interessante, pois parece estabelecer um vínculo que atua como uma força constante que molda nossa experiência física e nos desafia a encontrar equilíbrio e estabilidade, principalmente quando estamos em movimento. Ao desenvolver nossa habilidade de nos mover em resposta à gravidade, o ritmo desempenha um papel crucial, o ritmo que nos ajuda a coordenar e modular nossos movimentos de maneira eficaz. O ambiente que nos cerca também desempenha um papel significativo em nossa experiência rítmica. Os sons e os estímulos visuais presentes em nosso ambiente cotidiano, como a música, o movimento da natureza e as atividades do dia a dia, moldam nossa sensibilidade ao ritmo e contribuem para a formação de nossas memórias e experiências emocionais.

A experiência de entrar em movimento, com plena consciência dos ritmos e percursos do peso em movimento, da pulsação que embala o movimento, o sentido e

direção do movimento no espaço, foi a base para a criação de estruturas, jogos e desenhos espaciais nas pesquisas de ensino/aprendizagem da dança de improvisação na Companhia Arquitetura do Movimento.

A prática de dançar-cantar-batucar samba, aliada às técnicas do CI e do *Release Technique*¹²⁷, e a pesquisa de outros ritmos e danças da música brasileira, como o samba de coco e o maracatu rural¹²⁸, criou um processo de investigação coreográfica que me levou a nomear como quicar, balançar e embalar a experiência de sentir o ritmo do peso.

O conceito de “experimentar o ritmo do peso” refere-se à vivência sensorial que envolve a percepção cinestésica do movimento: como e quando quicamos ao som de uma batida ou pulsação musical; ou quando embalamos o corpo de um lado para outro como ao ninar um bebê no colo; ou quando balançamos no brinquedo de balanço deixando-se desfrutar do prazer de ir e vir pelos ares são experiências sensoriais que envolvem a percepção do peso como um sentido.

As experiências e oportunidades de sentir o ritmo do peso são múltiplas, mas é preciso vivenciá-las, entregar-se à experiência do movimento, atento ao peso, ao ritmo, para sentir, integrar estas sensações e trazê-las para a consciência. Quando nos movemos de maneira rítmica, seguindo os movimentos oscilantes ou balanços que a experiência proporciona, isso nos permite criar uma conexão entre a sensação da gravidade e nosso corpo em movimento. Essa conexão envolve a sensação de uma experiência de unidade, como um fio inteiro, em sintonia com a maneira que a pedagoga Maria Amélia Pereira nomeia o brincar, em seu depoimento no documentário Tarja Branca, onde o corpo, o ritmo e o meio se integram de forma harmoniosa, estabelecendo uma conexão corpo-ritmo-ambiente.

Antônio Nóbrega (Tarja Branca, 2014), multiartista e pesquisador da cultura popular, traz um termo que fora usado por Ligiéro (2011) ao se referir às dinâmicas culturais que “recuperam” comportamentos ancestrais africanos. Nessa perspectiva, Nóbrega fala de “recuperar o lúdico”, trazê-lo de forma definitiva para nossa vida diária, não importando a idade. E isso porque, de acordo com a pedagoga Maria Amélia Pereira (Tarja Branca, 2014), o brincar é “usar o fio inteiro de cada ser, quando você está usando seu fio inteiro, você tá brincando, e é profundamente sério isso”, concepção inspirada na pipa

¹²⁷ Release Technique - surgiu na década de 1970, predominantemente através do trabalho da dançarina e coreógrafa estadunidense Mary Fulkerson.

¹²⁸ Maracatu é uma manifestação da cultura popular brasileira, referenciada à cultura negra, desenrolada, tradicionalmente, em Pernambuco. Os primeiros registros históricos do termo maracatu datam do final do século XIX como um signo polissêmico que diz respeito a “qualquer ajuntamento de negros e batuques”, e que se divide em basicamente dois tipos: o maracatu nação ou de baque virado, e o maracatu rural, ou de baque solto. Fonte: <https://enciclopedia.itaucultural.org.br/termo14343/maracatu> - acesso em 20.09.2023.

“batizada”, que é quando uma linha inteira dela é usada de uma vez só. (Andrade, 2022, p.105).

A transferência de peso no corpo, realizada de forma cadenciada e coordenada com os balanços e oscilações naturais, nos conecta diretamente com o presente, com o “aqui e agora” e com a parte do nosso ser que permite “recuperar o lúdico” (NOBREGA, 2014). Isso significa que, ao sintonizarmos nossos movimentos com o ritmo do peso, com atenção a essa cadência, aos passos realizados no tempo/espaço, experimentamos uma sincronização com o tempo atual, nos tornando mais conscientes do momento presente e parte da experiência de sentir o movimento acontecendo, como nos aponta BONDIA (2002):

A experiência, a possibilidade que algo nos aconteça, ou nos toque, requer um gesto de interrupção, um gesto que é quase impossível no tempos que correm: requer parar para pensar, parar para olhar, parar para escutar, pensar mais devagar, olhar mais devagar, e escutar mais devagar; parar para sentir, sentir mais devagar, demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, falar sobre o que nos acontece, aprender a lentidão, escutar aos outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço. (p. 24).

A análise do ritmo do peso que afeta a execução dos passos tornou-se um objeto central de estudo na pesquisa realizada pela Companhia Arquitetura do Movimento. Progressivamente, fomos desenvolvendo novas abordagens coreográficas para aperfeiçoar e redefinir novas formas de dançar o samba. Durante a investigação da relação entre peso e ritmo nos passos, observamos que no contexto de danças populares, como no samba de coco, reside uma profunda conexão com a essência do ‘brinquedo’, conforme delineado por Hortélio em seus ensinamentos.

Da conexão entre palavra, música, movimento e o outro é que se forma o brinquedo, que tem geometria própria do tempo. É coisa que se desloca no seu próprio tempo, um círculo que se desloca, um quadrado que se desloca. (...) Cada brinquedo traz suas palavras próprias, seus ritmos e linguagens de movimento. (Hortélio, 2019, p.12) .

É um passo que canta, dança, toca, sapateia e brinca. O passo contém e cria a estrutura do jogo do brincante e sustenta e recicla a energia dos dançadores. Para um detalhamento do trabalho com o tema do ritmo do peso, passo a descrever processos de pesquisa e investigação das obras da Companhia que fazem parte da Trilogia do Samba: *Sala de estar: as cinco peles do samba; Ao Samba – a cruz o xis e o esplendor; Arquitetura do Samba – a dança do mestre-sala e porta-bandeira.*

3.7 Sala de estar: as cinco peles do samba (o processo de seleção e criação)

Sala de estar: as cinco peles do samba é o nome do primeiro espetáculo da Companhia Arquitetura do Movimento dedicado ao samba. Foi criado em 2007, um ano bastante produtivo para a Companhia. Contemplada com o Prêmio Funarte de Dança Klauss Vianna¹²⁹ para a criação deste projeto, foi possível estabelecer uma rotina de ensaios diários de quatro horas de duração, durante seis meses, com um grupo de sete bailarinas intérpretes criadoras¹³⁰, selecionadas em audição.

A audição ocorreu no Centro Coreográfico da Cidade do Rio de Janeiro¹³¹ e atraiu aproximadamente 200 profissionais da dança. O principal desafio, tanto para as bailarinas quanto para mim como coreógrafa, estava em encontrar profissionais capazes de transitar entre os universos da dança contemporânea e do samba. A audição incluiu a execução de movimentos típicos das movimentações e danças vistas nas escolas de samba, como as das baianas, passistas, mestre-sala e porta-bandeira e ainda a interpretação vocal de uma canção, com preferência para o gênero do samba, acompanhada de palmas. A seleção revelou que muito poucas candidatas conseguiram harmonizar esses dois universos, do canto e da dança, onde a compreensão e a expressão do ritmo nas palmas e a tranquilidade e domínio em expressar o canto desempenhava um papel crucial na expressão do intérprete. A audição também demonstrou que a habilidade de transferir peso de forma fluida e rítmica, com uma compreensão interna da sensação do movimento, não era tão comum quanto eu pensava que iria encontrar. Poucas bailarinas apresentaram essa naturalidade e internalização da experiência de lidar com o peso e o ritmo, o que fortaleceu ainda mais o desejo de mergulhar no universo do samba com um olhar contemporâneo para a criação de um novo trabalho.

¹²⁹ O Prêmio Funarte de Dança Klauss Vianna é atribuído através de Edital pela Fundação Nacional da Artes, vinculada ao Ministério da Cultura, que tem como objetivo impulsionar todas as modalidades de dança no Brasil, viabilizando atividades como montagem e circulação de espetáculos. A última edição do prêmio foi no ano de 2015; e está retornando em 2023 com a reabertura do Ministério da Cultura que havia sido extinto em 2019.

¹³⁰ As bailarinas intérpretes criadoras: Agatha Oliveira, Claudia Ramalho, Leticia Ramos, Lídia Costa Larangeira, Luana Bezerra, Munique Mattos e Patrícia Costa. Consulta para o currículo das bailarinas encontra-se nos anexos

¹³¹ Website: <https://centrocoreografico.wordpress.com/>

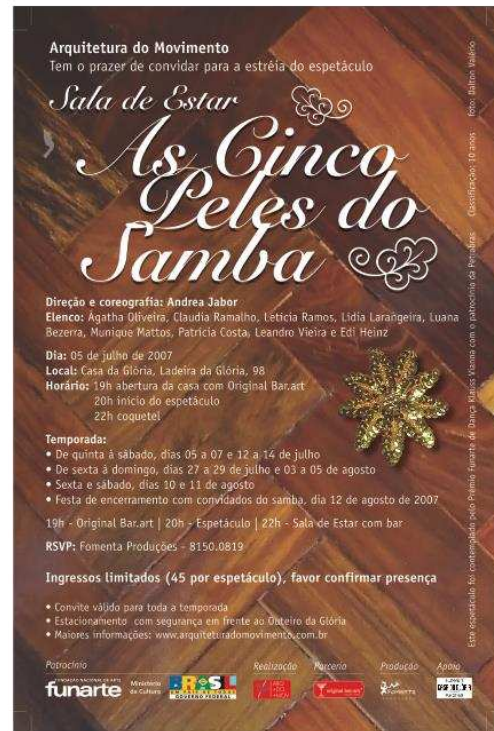


Figura 56: frente e verso do convite criado pelo designer Daniel Whitaker sobre a foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da autora).

A possibilidade de ensaiar por seis meses, com total dedicação, permitiu uma investigação aprofundada sobre o encontro e diálogo entre o samba e a dança contemporânea. Este trabalho, o primeiro da Companhia com esta formação de sete mulheres bailarinas-intérpretes-criadoras,¹³² pesquisadoras do movimento, marcou o início daquilo que posteriormente se tornaria uma trilogia centrada no gênero do samba. A residência de criação deste trabalho aconteceu na Casa da Glória¹³³ e contou com um treinamento que incluía diversas modalidades: dança contemporânea, Contato-Improvisação, a dança do samba, pesquisa de movimentos pela improvisação, bem como treinamento no Método do Passo®¹³⁴ com seu criador Lucas Ciavatta e Felipe Resnik, músico e professor do Método do Passo. O treino incluía práticas de canto e ritmo com instrumentos de percussão, como surdo, pandeiro,

¹³² Bailarino-intérprete-criador: termo de Graziela Rodrigues. O método Bailarino-Pesquisador-Intérprete, proposto por Graziela Rodrigues em 1987, representa uma abordagem inovadora na área da dança que propôs uma metodologia que integrou a prática da dança com a pesquisa e interpretação, incentivando os bailarinos a explorarem sua criatividade, reflexão crítica e expressão artística.

¹³³ Casarão colonial na ladeira de Glória contendo quintal, cozinha, pátio, jardins ao lado da Igreja do Outeiro da Glória. Website <https://casadagloria.com.br/>

¹³⁴ Método do Passo - Criado pelo músico e educador brasileiro Lucas Ciavatta em 1996 e tendo como princípios a inclusão e autonomia, o método de educação musical O Passo® entende o fazer musical como um fenômeno indissociável do corpo, da imaginação, do grupo e da cultura. Fonte: <https://www.institutodopasso.org/> - acesso em 07.11.2023.

tamborim e agogô. Nessa fase dos ensaios e criação, promovemos ainda rodas de samba para praticar o samba no pé e o sapateado do samba.¹³⁵

Esse ensinamento sobre o sapateado do samba foi mutilado com a falta de conhecimento das pessoas que são responsáveis pela cultura no Brasil, em manter viva essa linguagem rítmica da nossa cultura. As novas gerações não conhecem o sapateado brasileiro.¹³⁶

Estas atividades tinham entre seus objetivos principais: a relação com o ritmo, a aprendizagem da percussão e a familiarização com a tríade cantar-dançar-batucar “pelo qual a percussão, a dança e o canto são embutidos no mesmo rito” (LIGIERO, 2011, p. 139). No que se refere ao peso, explorava o conceito de peso na dança, sob a perspectiva do Contato-Improvisação, técnica ainda pouco explorada pelas bailarinas artistas-criadoras com uma oficina específica intitulada “Peso”, explorando principalmente o CI como “uma forma de dança em dueto baseada no diálogo de peso, reflexos e impulso entre dois corpos moventes que estão em contato físico” (Smith apud Pizarro, 2020, p.19).



Figura 57: Oficina de Contato-Improvisação na Casa da Glória no Rio de Janeiro, em 2007, durante o projeto "Sala de estar: as cinco peles do samba". (Fonte: Youtube).¹³⁷

Ao apresentar conceitos e realizar práticas diárias de Contato-Improvisação já em fase de ensaios, investigamos com regularidade diária a experiência da queda a

¹³⁵ Sapateado do samba conforme pesquisado pela Cia Arquitetura do Movimento e apresentado em documentário audiovisual. Fragmento disponível na fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=BVsw2XpJaQ4> - acesso em 28.10.2023.

¹³⁶ Depoimento de Elton Medeiros no documentário "Sampa no Pé" (minutagem 8'00"). Disponível em : <https://www.youtube.com/watch?v=ZpA8lLeasww> . acesso em 22/08/23.

¹³⁷ Foto tirada do vídeo disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=R0ncSvQoUqo> - acesso em 20 de setembro 2023.

partir do desequilíbrio da cabeça, e exploramos também, durante todo o período dos ensaios, a experiência de conduzir e ser conduzido pela entrega do peso ao outro, alterando os pontos de transferência e apoio.¹³⁸ A participação e tutoria coreográfica do professor, coreógrafo e meu mestre de dança Luiz Mendonça no processo de criação deste trabalho, oferecendo aulas de dança contemporânea e condução de movimento, principalmente no que se refere ao trabalho de dançar a dois, uma de suas especialidades, foi determinante para seu desenvolvimento. Esse projeto foi também um marco do nosso reencontro na dança, renovando a parceria entre nós.



Figura 58: Andrea Jabor, ao centro, e o coreógrafo Luiz Mendonça, à sua direita, de mãos dadas durante oficina sobre condução na dança de casais, oferecida para um grupo de 14 bailarinos durante o projeto "Sala de estar: as cinco peles do samba", Casa da Glória, 2007. (Fonte: Youtube).¹³⁹

Nossa investigação com o grupo, tinha o objetivo de oferecer a compreensão do conceito de que o peso pode ser percebido como um sentido, como uma sensação a ser redescoberta e explorada através de experiências de movimento. Havia também o anseio de alcançar uma qualidade rítmica e brincante na dança e na movimentação. Cultivar uma maior espontaneidade, incorporando elementos lúdicos e “sambísticos”

¹³⁸ Vídeo com trechos dos trabalhos realizados na semana de seleção. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=D70POBzbJcg&t=2s>

¹³⁹ Foto tirada do youtube. Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=D70POBzbJcg&t=2s> - acesso em 22/08/23.

ao dançar, fazendo uso da improvisação em conexão com os materiais coreográficos. Nosso objetivo e desejo maior era mesmo experimentar a fusão do samba com a dança contemporânea, dominar a tríade cantar-dançar-batucar e infundir no espetáculo o espírito das gafeiras, das rodas de samba, dos “quintais das tias baianas”¹⁴⁰ fazendo do casarão da Casa da Glória a nossa casa. Elton Medeiros¹⁴¹ comenta sobre o samba que acontecia nesses casarões no documentário “Samba no Pé”, de Ligiéro:

A síntese do sapateado brasileiro me parece que é esse sapateado carioca, bem urbano, que surgiu do conhecimento de que todos os sambistas falam, dessas reuniões em casas de grandes festeiros, das próprias tias baianas ou de filhos dessas tias baianas ou até de ialorixás que organizavam as festas de candomblé na frente, e o samba nos fundos da casa.¹⁴²



Figura 59: Momento do espetáculo quando fazíamos uma batucada, com desafios de improvisação, samba sapateado, samba no pé e desafios de partido alto no canto e na dança. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba", Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro. (Fonte: Youtube).¹⁴³

3.8 O corpo como brinquedo e a criação do passo

À medida que a pesquisa coreográfica avançava, fomos desenvolvendo a ideia do corpo como brinquedo; um corpo dinâmico, ágil e criativo, capaz de propor jogos dançantes que continham o elemento lúdico do brincar. Influenciada pela experiência que tive no carnaval de Recife e Olinda em 2007 e pelas figuras

¹⁴⁰ Os quintais das tias baianas, onde se cultua o samba, são locais de preservação e transmissão de tradições culturais, como a culinária, a música e as práticas religiosas afro-brasileiras, desempenhando um papel vital na preservação da cultura local e na coesão da comunidade negra.

¹⁴¹ Elton Medeiros, importante sambista carioca, praticante e defensor do sapateado e do samba.

¹⁴² Depoimento de Elton Medeiros no documentário "Samba no pé" (minutagem 2'08"). Disponível em : <https://www.youtube.com/watch?v=ZpA8lLeasww> - acesso em 22/08/23.

¹⁴³ Foto a partir do vídeo com clipe do espetáculo Sala de Estar: as cinco peles do samba. Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=PtNPycGQxE> - acesso em 22/08/23.

brincantes da cultura local, trouxe para a pesquisa o ritmo dos passos da dança do samba de coco de Arcoverde, a sonoridade do Maracatu Rural, a movimentação do Maracatu Estrela Brilhante e as músicas do álbum Fuloresta do Samba, uma pesquisa musical do músico Siba na Zona da Mata de Pernambuco. O som, a música e as danças de Pernambuco eram totalmente novas para mim e para as bailarinas, e durante as investigações coreográficas fomos percebendo e identificando quais eram as características das matrizes afro e indígenas em cada passo.

Os ritos de ascendência africana, religiosos e seculares, reterritorializam a ancestralidade e a força vital como princípios motores e agentes que imantam a cultura brasileira e em particular as práticas artístico-culturais afro. (Martins, 2023, p.62).

Esta experiência no Carnaval proporcionou descobertas extraordinárias sobre a cultura e permitiu o encontro com grupos artísticos como o Grupo Raízes do Arcoverde¹⁴⁴ em Olinda, que me fez mudar uma chave importante na percepção de como podemos analisar a construção de um passo na dança. Percebi como se dava a divisão corporal e a transferência de peso em cada passo, e fiz uma relação direta com o estudo do desenvolvimento do movimento infantil, através dos padrões neurocelulares básicos (PNB) pela perspectiva do BMC.

Padrões neurocelulares básicos (PNB) são uma série de sequências de movimentos automáticos que normalmente emergem e que idealmente se integram ao longo da infância. Elas progridem da simplicidade à complexidade enquanto se desenvolvem nos humanos. Existe uma progressão correspondente de movimentos nos animais, de organismos mais simples a mais complexos". (Bainbridge Cohen, 2018, p.4).

Essa percepção revelou-se como método para explorar e compreender as origens e as influências culturais na dança do samba carioca e do samba de coco de Arcoverde, que eu conheci em Pernambuco. No samba de coco, por exemplo, há uma notável diferença em relação ao samba carioca na maneira como é feita a transferência de peso do corpo durante a execução dos passos. Enquanto no samba carioca percebe-se uma fluidez na ginga e troca rápida contralateral do peso, o samba de coco apresenta uma característica homolateral na transferência do peso durante o

¹⁴⁴ Grupo Raízes de Arcoverde - O Samba de Coco Raízes de Arcoverde é um grupo musical folclórico originário da cidade de Arcoverde, no estado de Pernambuco, Brasil. Reconhecido por sua música e sapateado característico e sua contribuição para a cultura popular brasileira, o grupo mantém vivas tradições ancestrais, incorporando elementos da cultura afro-indígena em suas apresentações - <https://www.instagram.com/cocoraizesdearcoverde/> Fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=iNI4wB94WhM> - acesso em 22/08/23.

sapateado dos pés. A marcação é feita por dois tempos consecutivos (no mesmo lado do corpo) onde o pé é batido no chão duas vezes antes de realizar a transferência do peso para o outro pé, enfatizando a divisão de peso homolateral (característica observada nas danças indígenas), o que sugere uma influência de matriz indígena na composição do passo.

Percebi como a pulsação, o ritmo e os passos das matrizes do samba de coco, por exemplo, quando observados na sua estrutura primária e na forma como se faz a transferência de peso, podem nos levar a ter uma experiência física de conexão com o padrão homolateral que organiza o movimento do corpo na fase rastejante da infância e que nos leva a deslocar pelo no espaço pela divisão entre lado direito e esquerdo, a homolateralidade.

Os PNB têm uma influência global no nosso funcionamento - estabelecem uma fundação sobre a qual construímos nossos processos de movimentos físicos, perceptuais, emocionais e cognitivos. Eles guiam nossas interações com a gravidade e o espaço, e subjazem a descoberta do nosso senso de self e de nossa relação com os outros e com nosso ambiente. Os PNB são padrões potenciais de movimento que dependem de estímulos internos e externos para emergirem. É apenas pela real emergência por meio do movimento que eles se tornam parte do nosso repertório neurológico, comportamental e de movimento. (Bainbridge Cohen, 2018, p.4).

Ao observar as danças, passos e tradições populares do carnaval de Recife, percebi como cada passo desloca e organiza a transferência de peso de maneiras diferentes, e como esse passo também informa a postura do brincante, revelando elementos de sua história e origem, assim como uma célula rítmica revela a origem de uma canção na música. Percebi como o samba de coco indica em seu passo e ritmo que há uma matriz africana e indígena presente pela forma como é dançado, e como é feita a transferência de peso no passo e a maneira como é cantado. A forma como se executa a divisão e a transferência de peso no passo também informa sobre a iniciação do movimento e sobre o padrão de movimento, seja homolateral ou contralateral, por exemplo.

Quando dançamos marcando o passo duas vezes com o pé, como no samba de coco, e dançamos junto com o ritmo do peso, estamos estabelecendo uma relação de resposta e diálogo com a música. Ritmicamente tocamos com o corpo e sentimos no corpo. O ritmo nos afeta, nos toca, cria uma conexão com o corpo que nos faz querer deslocar, dançar com o corpo pelo espaço. O ritmo do peso, acompanhado das direções espaciais, originou a percepção de que quicar, embalar e balançar são movimentos que brincam com os eixos vertical,

horizontal e sagital, relacionados com os padrões do desenvolvimento do movimento e promovem a experiência de integração do corpo como um todo. Essas reflexões e descobertas suscitaram o início de uma pesquisa de movimento que, posteriormente, deu origem ao segundo trabalho da Companhia, intitulado *Ao Samba; a cruz, o xis e o esplendor*.

A pesquisa da Companhia se deu no sentido de desenvolver métodos e estratégias coreográficas para explorar, visitar, mesclar e recriar repertórios de movimentos do samba e seus passos. O passo de dança passa a assumir uma função multifacetada, incorporando elementos de expressão musical, movimentação coreográfica, percussão com os pés e uma dimensão lúdica intrinsecamente brincante. Uma pesquisa apoiada na prática das vivências com o samba durante o carnaval. Além disso, a criação e improvisação de passos vêm desempenhar um papel fundamental na performance da bailarina brincante, atuando como uma peça central que sustenta e renova continuamente a energia de todas as dançarinas envolvidas na dança.

O coco cabe dentro do mundo e o mundo cabe dentro do coco. O samba de coco é como a roda da vida, roda com suas próprias leis, seus próprios fluxos. No Brasil todo tem samba e não importa a forma: o samba é das maiores armas que nós conquistamos enquanto povo brasileiro. Grande presente de nossos ancestrais é o brinquedo, é brincadeira, mas também é força motriz para a libertação de nosso povo. É nossa ponta de lança! Nossa meditação zen. (Terreiro de Griôs, 2016).¹⁴⁵



Figura 60: Espetáculo *Sala de estar: as cinco peles do samba*, Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério (Fonte: acervo da Companhia Arquitetura do Movimento).

¹⁴⁵ Revista eletrônica de música, arte, oralidade, cultura popular e afrikanidades. Fonte: <https://terreirodegriôs.wordpress.com/2016/11/28/o-coco-o-samba-de-coco/> - acesso em 28.08.2023.

3.9 As cinco peles de Hundertwasser

O conceito das “cinco peles”, proposto pelo artista e arquiteto naturalista austríaco Friedrich Hundertwasser¹⁴⁶, serviu como elemento unificador e guia para a construção coreográfica e dramática desta obra. Trazer Hundertwasser como referência permitiu experimentar diferentes camadas das relações entre corpo e meio, entendendo que o samba é uma forma de sentir, perceber e viver a vida.

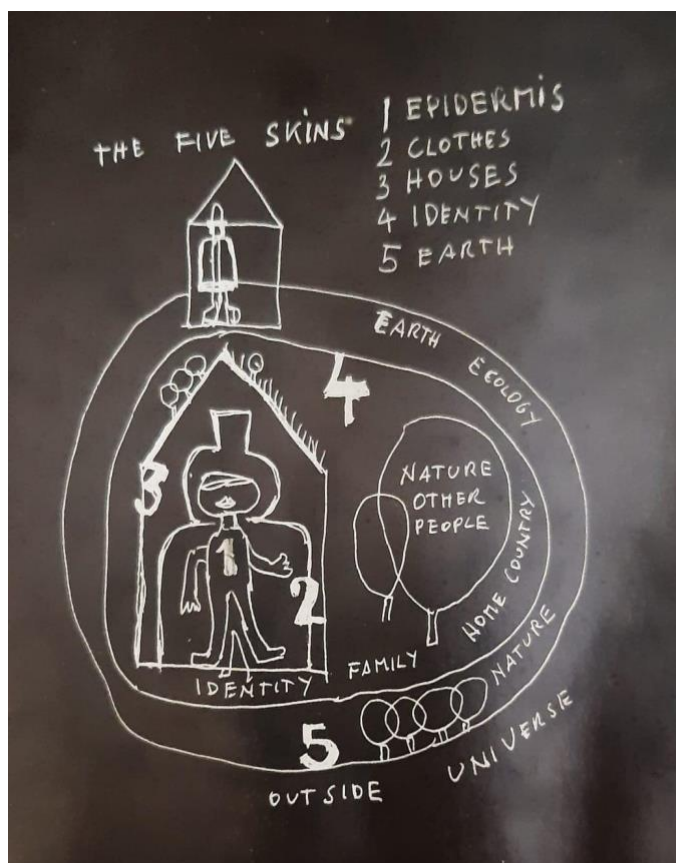


Figura 61: Desenho das 5 peles de Hundertwasser. (Fonte: livro “O Poder da Arte, Hundertwasser, o Pintor-Rei das cinco peles”, Köln: TASCHEN, 1999 pg.3).

Hundertwasser provocou a nossa forma de olhar o samba, investigando a cultura do samba tendo as cinco peles como fio condutor da dramaturgia. Em cada uma das "peles", exploramos suas características e detalhes para fazer as correspondências com o universo do samba. Foi uma descoberta significativa constatar, posteriormente, que o conceito das "cinco peles" de Hundertwasser estava intrinsecamente relacionado com uma abordagem e visão de mundo de

¹⁴⁶ Hundertwasser (1928-2000), um renomado arquiteto, artista visual, ambientalista e naturalista de origem austríaca, é amplamente reconhecido por sua vasta contribuição em várias áreas artísticas. Ele ganhou destaque como um "médico da arquitetura" devido aos seus manifestos e ao seu compromisso com a promoção do bem-estar humano, da estética na arte e da preservação do meio ambiente.

origem africana e afro-brasileira, no contexto do terreiro de candomblé e do samba. Esta visão nos foi ensinada pela pesquisadora Dra. Helena Theodoro. Ela foi convidada pela Companhia para fazer uma palestra ao final de uma das apresentações do espetáculo no Sesc Avenida Paulista, em janeiro de 2008, sobre o samba como identidade, analisando a criação *Sala de estar: as cinco peles do samba*.



Figura 62: Momento de abertura do espetáculo com a bailarina Claudia Ramalho, ao centro, e Letícia Ramos, a esquerda, e Luana Bezerra, a direita na janela - Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério (Fonte: acervo da Companhia Arquitetura do Movimento).

As cinco peles mencionadas, tanto no contexto da obra de Hundertwasser quanto no universo do samba, são abordadas de maneiras distintas, embora guardem instigantes conexões, como nos aponta Renata Andrade¹⁴⁷, artista pesquisadora que se debruçou sobre a Trilogia do Samba da Companhia Arquitetura do Movimento em sua dissertação de mestrado e tese de doutorado, defendidas na Universidade de Lisboa, na Faculdade de Motricidade Humana.

¹⁴⁷ Doutoranda em Motricidade Humana na especialidade de Dança na Faculdade de Motricidade Humana / Universidade de Lisboa (2014), Mestre em Performance Artística - Dança na Faculdade de Motricidade Humana / Universidade de Lisboa (2011 - 2013), Especialista em Arte-Educação na Faculdade São Luís de França (2011) e Graduada em Dança Licenciatura pela Universidade Federal de Sergipe (2010). A área de pesquisa está voltada para a dança contemporânea e seus modos de fazer. Fonte: <http://lattes.cnpq.br/8609251987911617> acesso em 22.11.2023

Essas peles, tensionadas para compor o primeiro trabalho, na verdade, atravessam também o segundo e o terceiro, porque parece ser indissociável para a Trilogia o trânsito pelos adereços simbólicos, pelas histórias e memórias pessoais, pelos territórios que são trazidos em cada cena e em cada corpo que está em cena e pela prática imersiva na comunhão com o coletivo e com o sagrado. Essa relação com o sagrado, com as energias vitais não é perceptível a olho nu, é algo que se sente, e o corpo pode reagir sorrindo, os braços podem ser levados para cima a dançar pelo ar como que em agradecimento, a pele pode se arrepiar. Cada pessoa sente de forma diferente, mas a energia contagia a todas e a todos que estão presentes. (Andrade, 2022, p. 157).

O projeto *Sala de estar: as cinco peles do samba* abriu portas para muitas perguntas e investigações sobre a relação da Companhia com o samba, e como nos provoca conhecer nossas identidades e relações com a cultura e a dança. Renata Andrade aponta alguns fatos e observações importantes sobre o trabalho:

Uma das características mais marcantes, presente na fala tanto de Andrea Jabor, quanto das intérpretes-criadoras é a presença das experiências pessoais nos trabalhos, ou seja, a possibilidade de trazer para a Trilogia as subjetividades de cada uma. Nesse sentido, o processo de criação escolhido pela coreógrafa, reforçado na fala da bailarina Munique Mattos (Entrevista, 2021), revela que o caráter não só pessoal da Trilogia, como também aberto, poroso, parece ser inerente a ela, pois a imersão na cultura do samba passa pelo mergulho na cultura individual do elenco. (Andrade, 2022, p.163).



Figura 63: Roda de desafio de sapateado do samba com a bailarina Letícia Ramos ao centro. Da esquerda para a direita: Claudia Ramalho (de costas), Patrícia Costa, Lídia Larangeira, Agatha Oliveira, Leandro Viera (do bar), Munique Mattos, Luana Bezerra e Edí Heinz (no pandeiro) - Casa da Glória, julho de 2007, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

O espetáculo teve uma temporada de grande sucesso de público no Rio, com casa lotada todas as noites e uma ótima repercussão. Isso fez com que o trabalho

viajasse para se apresentar no Sesc Avenida Paulista, em janeiro de 2008, para uma temporada de um mês na capital paulista.



Figura 64: Roda de axé da Companhia - elenco e equipe toda reunida para estreia do espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba" no SESC Avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Foto de Paulo Cesar. (Fonte: acervo da Companhia).

A pesquisa musical sobre o samba, feita pelo bailarino e pesquisador de samba Edi Heinz¹⁴⁸ colaborou muito para o desenvolvimento da trilha sonora da criação coreográfica. Heinz garimpou discos de vinil nas bancas da Praça XV, Cinelândia e Feira do Lavradio, no centro do Rio de Janeiro, e apresentou para o elenco músicas

¹⁴⁸ Edi Heinz - DJ, produtor, artista, bartender e pesquisador musical. Foi integrante da Companhia Arquitetura do Movimento (2000 – 2010), onde participou como elenco e produção dos espetáculos "Arq Móvel - estamos em trânsito", "Sala de Estar" e "Sala de Estar - As Cinco Peles do Samba".

e composições de Cartola, Candeia¹⁴⁹, Donga¹⁵⁰, Pixinguinha¹⁵¹, João da Baiana¹⁵², Clementina¹⁵³ e Elizeth Cardoso¹⁵⁴, entre outros intérpretes e compositores importantes do samba.



Figura 65: Edi Heinz – DJ, produtor e coordenador do bar do espetáculo, em ação nas pick-ups. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba", SESC Avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Foto de Paulo César. (Fonte: acervo da Companhia).

¹⁴⁹ Candeia (Antônio Candeia Filho, 1935–1978) foi um renomado músico, sambista e compositor brasileiro. Reconhecido por suas contribuições significativas para o samba e a cultura popular, suas letras e melodias são reverenciadas como reflexos profundos da identidade e da história do samba carioca.

¹⁵⁰ Donga (Ernesto Joaquim Maria dos Santos, 1890–1974) foi um importante sambista, violonista e compositor brasileiro, reconhecido por sua contribuição fundamental para a música popular brasileira. Ele é creditado como compositor, em parceria com Mauro de Almeida, do primeiro samba registrado historicamente, 'Pelo Telefone', lançado em 1917, uma obra seminal que marcou o início do gênero musical mais representativo do Brasil.

¹⁵¹ Alfredo da Rocha Viana Jr. (1897–1973), mais conhecido como Pixinguinha, foi um influente músico, compositor, arranjador e instrumentista brasileiro. Reconhecido por sua genialidade e contribuições excepcionais para a música popular brasileira, Pixinguinha é um ícone do choro, gênero musical que ajudou a consolidar e popularizar no Brasil. Sua obra continua a inspirar e influenciar gerações de músicos, deixando um legado duradouro na história da música brasileira.

¹⁵² João da Baiana (1887–1974), nome artístico de João Machado Guedes, foi um icônico músico, compositor e percussionista brasileiro. Reconhecido como um dos pioneiros e mestres do samba, sua contribuição para a música popular brasileira foi fundamental. João da Baiana era conhecido por sua habilidade como percussionista e sapateador do samba, por sua participação ativa na divulgação e preservação das tradições do samba, tornando-se uma figura lendária na história da cultura musical do Brasil.

¹⁵³ Clementina de Jesus (1901–1987) foi uma icônica cantora brasileira, reconhecida por sua contribuição extraordinária para a preservação e difusão da música popular brasileira. Conhecida como 'Rainha Quelé', sua voz poderosa e autenticidade marcaram-na como uma das maiores intérpretes da música afro-brasileira, notabilizando-se por sua dedicação à preservação das raízes culturais e da tradição do samba de raiz.

¹⁵⁴ Elizeth Cardoso (1920–1990) foi uma consagrada cantora brasileira, reconhecida como uma das maiores intérpretes da música popular brasileira. Conhecida como 'Divina' ou 'A Divina', sua voz única e sua interpretação emotiva e cativante marcaram época e influenciaram gerações de cantores. Elizeth foi uma figura icônica da era de ouro da música brasileira, deixando um legado significativo e duradouro na história da música nacional.

A cenografia foi concebida de forma a ambientar o espaço como uma sala de estar, com sofás, cadeiras, televisões, um bar que funcionava no salão durante o espetáculo, e área livre para dançar. Tudo isso contribuiu para criar um ambiente informal, com o intuito de fazer o público se sentir totalmente à vontade, como em uma casa de amigos ou numa roda de samba.

Esse sentimento de se encontrar no samba, ou se reencontrar com ele, diante dos tantos distanciamentos provocados por tantos anos fora do Brasil, por exemplo, ou se trouxermos a fala da bailarina Munique Mattos (Entrevista, 2021) quando diz que sua relação com o samba, apesar de ser “comum”, pelo fato de ser carioca, das memórias familiares, os bairros onde morou e a vivência na faculdade, tudo isso evidencia a Companhia Arquitetura do Movimento como um lugar em que ela ressignificou sua relação com o samba, reverberou para além da relação orgânica preexistente: “[a Companhia] foi responsável por intensificar e conscientizar, dando a oportunidade de um aprofundamento maior e um mergulho maior na cultura do samba e ir fazendo o caminho sem volta de perceber o quanto o samba fazia sentido na construção da minha identidade artística, pedagógica e pessoal. (ANDRADE, 2022, P.167).



Figura 66: Leticia Ramos (grávida de gêmeos) à esquerda, Claudia Ramalho, ao centro, e Patrícia Costa, à direita, em cena de desafio de sapateado do samba. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba", SESC avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Foto de Paulo César (Fonte: acervo da Companhia Arquitetura do Movimento).



Figura 67 (à esquerda): Lidia Larangeira, à esquerda, Leticia Ramos, ao fundo, e Claudia Ramalho à direita, em cena de desafio de samba sapateado. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba" SESC Avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Fotos de Paulo César. (Fonte: acervo da Companhia).

Figura 68 (à direita): Patrícia Costa, à direita, e Claudia Ramalho, ao centro, em cena de desafio de samba sapateado. Espetáculo "Sala de estar: as cinco peles do samba" SESC Avenida Paulista, fevereiro de 2008, São Paulo - Fotos de Paulo César. (Fonte: acervo da Companhia).

Para dar continuidade ao trabalho de pesquisa iniciado aqui, senti a necessidade e a vontade de realizar um segundo espetáculo, intitulado *Ao samba - a cruz, o xis e o esplendor*, como uma continuação deste primeiro.

3.10 O Nascimento do Brinquedo: *Ao samba - a cruz, o xis e o esplendor*¹⁵⁵

O segundo espetáculo da trilogia, *Ao Samba - a cruz, o xis e o esplendor*, surgiu quase como uma extensão do espetáculo anterior, dando continuidade à pesquisa. Havia muito material e as vivências rítmicas e culturais que eu havia tido em Pernambuco ainda precisavam ser desenvolvidas e lapidadas em material coreográfico.

¹⁵⁵ Clipe do espetáculo "Ao samba: a cruz, o xis e o esplendor", segundo espetáculo da Trilogia do Samba. Disponível: <https://www.youtube.com/watch?v=Jgl4Ilpwiwl> - acesso em 20/08/2023.

Após retornar da viagem a Pernambuco em fevereiro de 2007, de volta à sala de ensaio e ainda na criação das cinco peles, ao transmitir às bailarinas as nuances da transferência de peso no samba de coco e a distinta organização corporal envolvida nesse estilo de dança, tive uma intuição criativa: marcar o chão com fita crepe para tornar visível a divisão do peso no passo. A primeira marcação consistiu em traçar um círculo; em seguida, tracei um quadrado englobando o círculo e, depois, dividi o círculo em quatro partes iguais para, finalmente, subdividi-lo em oito partes.

Foi nesse contexto que surgiu a concepção de um "brinquedo de movimento" rítmico-espacial, intitulado *A Cruz, o Xis e o Esplendor*. Utilizamos este recurso de fazer desenhos com fita crepe no chão no espetáculo das cinco peles do samba, mas o material ganhou maior desenvolvimento e desdobramento no segundo espetáculo.



Figura 69: da esquerda para a direita - Claudia Ramalho, Munique Mattos e Luana Bezerra na cena do trio de batuqueiras. Espetáculo "Ao samba: a cruz, o xis e o esplendor", SESC Copacabana, Rio de Janeiro, 2008 - Foto de Elisa Huguenev. (Fonte: acervo da Companhia).

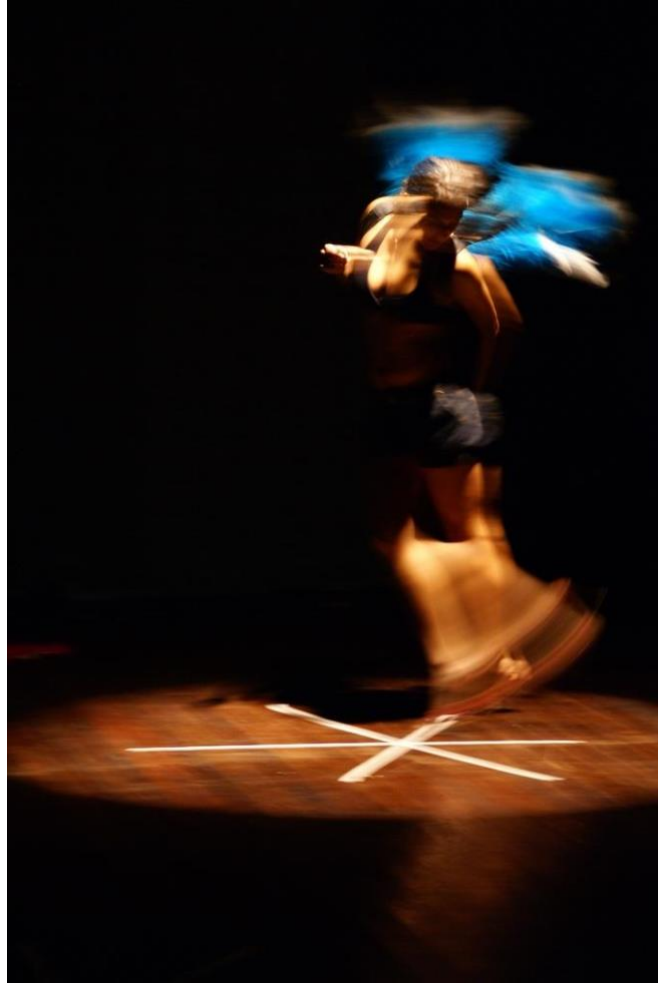


Figura 70: Lidia Larangeira em *Ao samba: a cruz, o xis e o esplendor*, SESC Copacabana, Rio de Janeiro, 2008 - Foto de Elisa Huguenev. (Fonte: acervo da Companhia).

Este desenho que criamos para brincar e dançar divide o espaço com linhas horizontais, verticais e diagonais, que indicam as direções dos eixos: sagital, vertical e horizontal, e organiza ritmicamente o espaço em oito “tempo-espacos” iguais. Este “brinquedo” tornou-se um chão para improvisarmos, brincando com o deslocamento do peso, com a duração do movimento, com o som, o silêncio, a pausa, e com a criação de ritmos dentro do samba.

Avançamos com a pesquisa das cinco peles e criamos uma kinesfera brincante. Essa abordagem consistia em dançar sobre um grid "espaço-temporal", desenhado no chão (conforme visto nas fotos acima), proporcionando um ambiente propício para a exploração da transferência do peso brincando com os ritmos. Tal recurso nos auxiliou na exploração do movimento, permitindo-nos desconstruir o passo do samba para uma análise mais profunda de seus elementos e variações rítmicas. Além disso, servia como uma plataforma para a

criação de novos passos e sequências de movimento, inspirados nos desenhos e padrões traçados no solo.

Atentas ao modo como o peso se deslocava em cada direção e suas implicações no corpo em movimento, investigamos os percursos do peso, observando onde ele se encontrava em cada momento do movimento; seja no eixo central, dividido entre o centro e a extremidade, ou deslocado para fora do centro na extremidade. Durante as danças e improvisações, surgiram algumas perguntas em minha mente: como as posturas e movimentos, que surgem a partir desses percursos e deslocamentos do peso nas direções, influenciam nossos estados de espírito na dança? O que a transferência do peso e seu deslocamento podem sugerir na construção de personagens, tipos e arquétipos que habitam nosso imaginário? Como podemos nos tornar brincantes para inventar brinquedos de movimento?

Fomos descobrindo linguagens de movimento com a experiência de improvisar e brincar sobre este grid da Cruz (+), do xis (x) e do esplendor (*). Juntas, fomos trazendo a pesquisa das peles, principalmente da segunda pele que é a roupa e as vestimentas, para este jogo da bailarina brincante, que dança sobre desenhos no piso transformados em brinquedos de movimento.



Figura 71: Andrea Jabor e Letícia Ramos em cena homenagem a Jackson do Pandeiro, dançam “chiclete com banana” num jogo de capoeira com samba-rock. Espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).



Figura 72 e 73: Andrea Jabor e Letícia Ramos em cena homenagem a Jackson do Pandeiro, dançam “chiclete com banana” num jogo de capoeira com samba-rock. Espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).



Figura 74: elenco de "Ao Samba" em cena final. Espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

As improvisações e invenções coreográficas, que traziam simultaneamente o brincar com o ritmo, a música e a dança, despertavam uma vivacidade e uma alegria brincante, tanto em quem dançava quanto em quem assistia. O passo ritmado e cadenciado do samba, com o sapateado e fraseados improvisados, tinham o poder de despertar nossa capacidade de brincar com o peso, movendo a energia e a alegria do ambiente. Há uma força, um poder transformador no ritmo e passo do samba que desloca, sapateia, quica, caminha, avança na pista e faz desfilar. O samba tem uma cadência no andamento, no jeito de deslocar o peso que motiva e impulsiona a dança. É um passo que desfila, que empurra o espaço para celebrar a vida. É um passo afirmativo de vida, preenchido de peso e presença, que bem dançado, brilha e cria esplendor.

Ao samba: a cruz, o xis e o esplendor, apresentou uma pesquisa de movimento sobre este rico universo da dança do samba, juntamente com a pesquisa sobre o brincar, entrelaçando os ensinamentos de Lydia Hortélio com histórias de minhas memórias de infância sobre o samba.



Figura 75: elenco em cena do espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Elisa Huguenev.
(Fonte: acervo da Companhia).

O foco coreográfico estava em apresentar a investigação sobre as matrizes do samba que havíamos pesquisado em 2008 para um documentário

que realizamos, e revisitar as várias facetas do samba, como o jongo, o samba de terreiro, o sapateado, o coco, a batucada, o partido alto, a velha guarda, as baianas, o samba-rock e o samba enredo. O jogo de improvisação e composição que ocorria nas diferentes formas do samba investigava como poderíamos desdobrar o material de movimento em novas possibilidades coreográficas.

Brincamos com a arquitetura da cruz, do xis e do esplendor para criar e desvendar novas roupagens para o samba. A estrutura geométrica, espaço-temporal, foi criada e utilizada para pesquisar o desenvolvimento rítmico e espacial dos passos do samba. Tornou-se o brinquedo da Companhia Arquitetura do Movimento que alimentou novas formas de dançar e improvisar com mais liberdade, personalidade e propriedade, conforme descrito nos textos de apresentação da Companhia em programas e sites.

Arquitetura do Movimento trabalha através da improvisação e da pesquisa de movimento no corpo, na imagem e no espaço. A Arquitetura pensa e constrói estruturas. O movimento é fluido e efêmero. A proposta da Companhia é pensar as estruturas que estão por trás do movimento para libertar a qualidade efêmera e poética da dança no espaço e compreender mais a fundo os sentidos do movimento.¹⁵⁶



Figura 76: elenco feminino tocando e cantando sambas de partido alto na abertura do espetáculo "Ao samba, a cruz, o xis, e o esplendor", Espaço sala multiuso do SESC Copacabana, Rio de Janeiro - Foto de Dalton Valério. (Fonte: acervo da Companhia).

¹⁵⁶ Texto do programa do espetáculo "Ao samba - a cruz, o xis, e o esplendor", na temporada, de 06 de fevereiro a 08 de março de 2009, sala multiuso do Espaço Sesc, Rio de Janeiro.

3.11 ARQUITETURA DO SAMBA - a dança do Mestre Sala e Porta Bandeira

*Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira*¹⁵⁷ é a terceira parte da Trilogia dedicada ao samba, criada em 2010. A obra apresenta a dança do casal de mestre-sala e porta-bandeira¹⁵⁸, seu fundamento técnico e simbólico, trazendo à cena uma releitura poética desta dança tão singular e representativa do carnaval carioca. Conclui uma pesquisa que durou quatro anos sobre o samba e seu encontro com a dança contemporânea na Companhia Arquitetura do Movimento.

Este espetáculo carrega consigo o peso do sentimento de um coração apaixonado, a força de um surdo que marca a pulsação e sustenta a cadência de uma bateria de escola de samba, e reflete um comprometimento total, onde corpo e alma se entregam completamente à criação. Ao lembrar esse período da criação, recordo-me de ter experimentado tanto um imenso prazer quanto um grande desafio, ao lidar diretamente com a dança dos mestres-salas e das porta-bandeiras que trabalham e desfilam no carnaval.

A Companhia já havia se aproximado da Escola¹⁵⁹ do Mestre Dionísio para pesquisar sobre as matrizes do samba carioca em 2008, quando participamos de aulas na escola e realizamos uma residência de quase um ano, como parte do projeto de manutenção da Companhia,¹⁶⁰ patrocinado pela Secretaria Estadual de Cultura do Rio de Janeiro. Como parte do projeto de 2008, conduzimos um mapeamento para investigar mais a fundo territórios do samba na cidade do Rio de Janeiro e estudar as fontes das matrizes do samba carioca, conforme orientado pelo Dossiê das Matrizes do Samba do Rio de Janeiro¹⁶¹.

Segue abaixo os três territórios escolhidos para a pesquisa:

¹⁵⁷ *Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira* fez temporada no Teatro de Arena do Espaço Sesc, de 25 nov. a 19 dezembro de 2010, com o patrocínio do SESC Rio e apoio do Centro Coreográfico da Cidade do Rio de Janeiro.

¹⁵⁸ O mestre-sala e a porta-bandeira formam um casal de dançarinos que exerce a função de conduzir, proteger e apresentar o pavilhão de uma escola de samba durante os ensaios de quadra, eventos e no desfile das escolas de samba no carnaval.

¹⁵⁹ Escola de Mestre-Sala, Porta-Bandeira e Porta Estandarte Manoel Dionísio. Instagram: www.instagram.com/escolamanoeldionisio.oficial/

¹⁶⁰ Projeto Arquitetura do Movimento 10 anos: manutenção memória e intercâmbio patrocinado pela Secretaria Estadual de Cultura do Estado do Rio de Janeiro 2008.

¹⁶¹ Dossiê das Matrizes do Samba do Rio de Janeiro. Samba de Terreiro, Samba de Partido-Alto e Samba Enredo realizado pelo Centro Cultural Cartola com supervisão e financiamento do IPHAN/ MINC (Instituto do Patrimônio Histórico Nacional/ Ministério da Cultura). Disponível em: <http://portal.iphan.gov.br/uploads/ckfinder/arquivos/Dossi-%20Matrizes%20do%20Samba.pdf> - acesso em 11.11.2023

TERRITÓRIO 1 – SAMBA DE TERREIRO

Nome: Ilê Omiojuaro, comunidade de terreiro sediada no distrito de Miguel Couto, município de Nova Iguaçu - RJ, fundado em 1985 por Mãe Beata de Iemanjá. Coordenação: Mãe Beata de Iemanjá e Pai Adailton. Bailarina-intérprete responsável por realizar a pesquisa no local: Agatha Oliveira.



Figura 77: Oficina de dança sobre Samba de Terreiro, coordenada por Mestre Pai Adailton, no Centro Coreográfico do Rio de Janeiro, com a presença da companhia folclórica da UFRJ, Rio de Janeiro, 2008 - Foto de Elisa Hugueneu. (Fonte: acervo da companhia).

TERRITÓRIO 2 – SAMBAS DE PARTIDO ALTO

Nome: Pedra do Sal e Pequena África, localizado na Praça Mauá. Coordenação: Rubem Confete. Nome: Cacique de Ramos – coordenação: Bira Presidente. Bailarina-intérprete responsável por realizar a pesquisa no local: Munique Mattos e Profa. Dra. Helena Theodoro.



Figura 78: Encontro sobre o sapateado do samba e o Samba de Partido Alto. Na foto, da esquerda para a direita: Bira Presidente, Rubem Confete, Ubirani, Aluísio Machado e Mestre Manoel Dionísio. SESC Tijuca, Rio de Janeiro, 2008. Encontro realizado para fazer a gravação do DVD sobre as Matrizes do samba - Foto de Elisa Huguenev. (Fonte: acervo da Companhia).

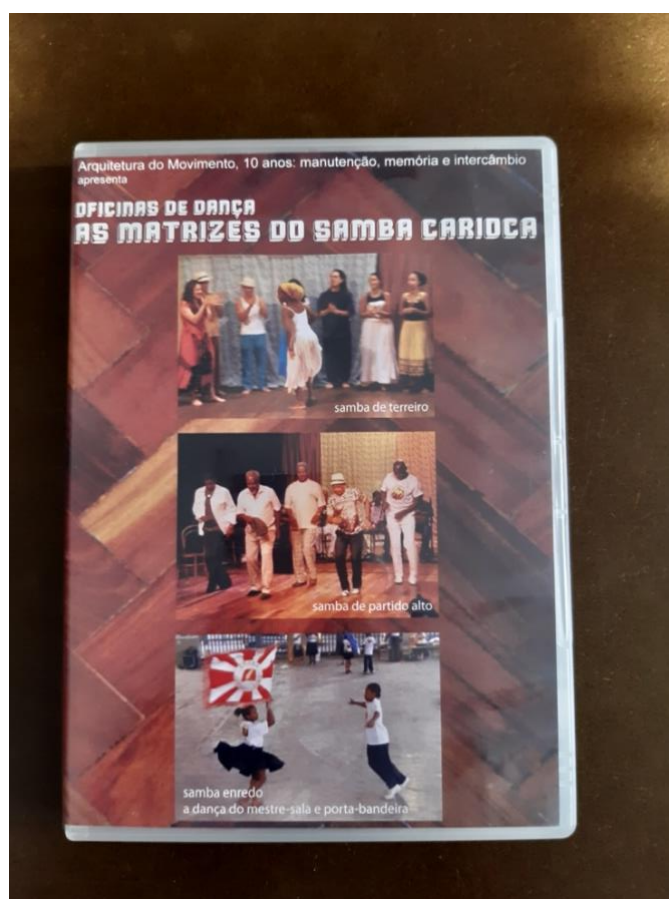
TERRITÓRIO 3 – SAMBA ENREDO

Nome: Escola de Mestre-Sala, Porta-Bandeira e Porta-Estandarte, localizada na Praça XI no Sambódromo. Coordenador: Mestre Manoel Dionísio. Bailarinas-intérpretes responsáveis por realizar a pesquisa no local: Luana Bezerra e Cláudia Ramalho.



Figura 79: Um casal de crianças ensaia os passos do balanço lateral na Escola do Mestre Dionísio, Sambódromo, Rio de Janeiro, 2008. Foto de Elisa Huguenev (Fonte: arquivo da Companhia).

Esta pesquisa durou cerca de seis meses, e em cada território investigado havia um coordenador responsável pelo local, além de uma ou duas bailarinas-intérpretes da Companhia encarregadas da pesquisa de campo. A Companhia contou com o apoio e a parceria dos três territórios pesquisados, que concederam acesso a eventos, encontros e aulas gratuitamente, fornecendo informações para nossa pesquisa. Além disso, recebemos apoio do Centro Coreográfico da Cidade do Rio de Janeiro e do Espaço de Criação Rampa, que hospedaram ensaios e oficinas do projeto. Também é importante mencionar a presença e parceria da especialista em samba, Dra. Helena Theodoro, uma das pesquisadoras e coordenadoras do "Dossiê das Matrizes do Samba Carioca" (IPHAN, 2007). As informações coletadas durante as residências e a pesquisa de campo resultaram em três filmes documentários disponíveis em DVD, abordando as raízes do samba carioca em formato de oficinas e encontros de dança.



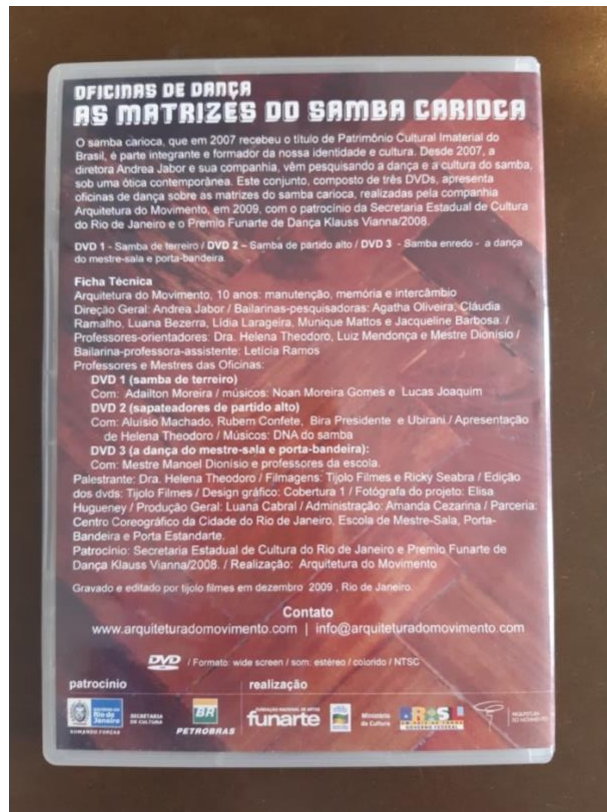


Figura 80: capa (acima) e verso (abaixo) do DVD, contendo três DVD's sobre as Matrizes do Samba Carioca. Rio de Janeiro, 2008 (Fonte: acervo da Companhia).



Figura 81: Imagens dos três DVDs sobre as Matrizes do Samba Carioca. Rio de Janeiro, 2008 (Fonte: acervo da Companhia).

O resultado da pesquisa também despertou o desejo de realizar mais um espetáculo, completando assim a Trilogia do Samba. Foi assim que nasceu "Arquitetura do Samba", contando com a participação especialíssima de Mestre Manoel Dionísio¹⁶², que trouxe para a Companhia toda a sua bagagem de tradições, memórias da dança e ancestralidade no samba. Em *Arquitetura do Samba*, o Mestre foi uma grande fonte de inspiração, tanto por toda a sua trajetória e história, quanto pela sua contribuição como bailarino e orientador do bailado do casal de mestre-sala e porta-bandeira na criação do trabalho.

Arquitetura do Movimento propõe que esta dança seja vista como linguagem de movimento, e não apenas durante o carnaval como parte dos desfiles. Seu vocabulário original e riquíssimo de movimento merece ser visto sem o peso das fantasias que escondem cada vez mais a dança do público. O espetáculo aprofunda o conhecimento sobre o samba, patrimônio cultural brasileiro, e aproxima o público de nossa identidade cultural, reinventando novas formas de fazer samba e dançar. Defendemos que o Brasil consagre esta dança como patrimônio de movimento, a nossa verdadeira dança "clássica" brasileira.¹⁶³



Figura 82: Mestre Manoel Dionísio de terno branco, ao centro, e ao fundo mestre-sala José Roberto e Porta-Bandeira Luiza Mendes em "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", SESC Copacabana, em dezembro de 2010 - Foto: Vantoen (Fonte: acervo da Companhia)

¹⁶² Mestre Manoel Dionísio: Em 1955, Mestre Dionísio estreou com o Ballet Folclórico Mercedes Baptista no Theatro Municipal, que reunia dançarinos afro-brasileiros com base clássica e onde permaneceu como bailarino por vários anos. Dono de uma trajetória singular, reconhecido internacionalmente na dança, foi nomeado como Mestre por ser "depositário da tradição do samba no Rio de Janeiro". Em 1990, criou a primeira Escola de Mestre-Sala, Porta-Bandeira e Porta Estandarte do Brasil.

¹⁶³ Texto de abertura do programa do espetáculo "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", que fez temporada no SESC Copacabana em dezembro de 2010.

A estrutura do espetáculo foi construída com base em uma premissa de movimento que eu desejava desenvolver: que o mestre-sala, ao estender a mão e realizar o gesto que convida a porta-bandeira para dançar, e a dama, ao aceitar, diz sim para a entrega do peso. Dizer sim ao peso é se entregar para ser conduzida e cortejada em sua dança espiral, como guardiã do pavilhão. Um elo é formado entre o casal e a dança se desenvolve. Quando as mãos se tocam, é como um pouso suave, onde o encontro acontece pelo toque preciso e presente um do outro. É no ato de convidar, na intenção do olhar, na escuta para o peso da mão do outro, na pele, no toque e na escuta que surge a faísca que move o bailado, o fluxo desta dança. Hoje, ao analisar sob a ótica do ritmo do peso, observo o quanto a dança do mestre-sala e porta-bandeira exige uma qualidade de escuta e resposta muito precisa entre o casal. Defendo que essa dança seja considerada e consagrada como Dança Clássica Brasileira.



Figura 83: Convite do espetáculo "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", que fez temporada no SESC Copacabana em dezembro de 2010. (Fonte: arquivo da Companhia).

Durante nossas sessões diárias na sala de ensaio, éramos privilegiadas em contar com a presença do Mestre, cuja proficiência na dança, no entendimento do

ritmo e na dinâmica do peso era notável. Sua destreza e conhecimento eram tão marcantes que sua própria performance, tornava-se uma verdadeira lição em movimento, refletindo uma impressionante combinação de domínio técnico e elegância.

Por conta da participação do Mestre, tivemos acesso a aulas com importantes mestres-salas, como Ronaldinho do Salgueiro, que chegou a fazer parte do elenco do espetáculo, e Rafael Rodrigues, cria da escola e primeiro mestre-sala da Mangueira, junto com a primeira porta-bandeira da Mangueira, Marcella Alves. Foi uma oportunidade extraordinária para absorver um repertório de movimentação genuinamente brasileira, extremamente técnica e que exige bastante empenho, esforço, dedicação e persistência para dominar. Estas aulas e encontros me alertaram ainda mais para o triste fato de que as danças do samba simplesmente não fazem parte do currículo de ensino das escolas e faculdades de dança.

O primeiro dia de aula com Mestre Dionísio se tornou inesquecível, no salão da Gafieira Estudantina na Praça Tiradentes, Rio de Janeiro, quando ele ensinou alguns dos passos da dança do casal de mestre-sala (MS) e porta-bandeira (PB). Naquele dia, ao observar seus movimentos enquanto dava aula, compreendi em meu próprio corpo a sensação do embalo do ritmo do peso, como é necessário fazer o passo balançar sutilmente nos planos espaciais e como na essência da dança do casal reside na matriz dos passos, onde se percebe a influência da dança clássica europeia combinada com o balanço do samba. Existem muitos passos específicos, com nomes e estruturas definidas para ensinar e treinar a técnica da dança do MS e PB. Nesse primeiro dia de aula, o Mestre ensinou o passo do balanço (para frente e para trás) e o do embalo (de um lado para o outro) da porta-bandeira, enquanto ela aguardava para desfilar. Sentir e compreender este simples passo do balanço, que avança e depois retrocede, e do embalo que oscila de um lado para o outro, mantendo sempre os pés marcando o compasso, foi uma revelação para mim, pois era possível reconhecer as referências da origem desses passos e reconhecer a mistura e conexão entre diferentes lugares e saberes.

A criação deste espetáculo teve muitas nuances e um longo processo de ensaios que durou praticamente um ano, pois a Companhia, nesta época, ensaiava regularmente no Centro Coreográfico e ainda circulava com o segundo espetáculo da

trilogia. A estreia¹⁶⁴ se deu no festival Panorama de Dança¹⁶⁵ do Rio de Janeiro no histórico e importante Teatro Carlos Gomes¹⁶⁶ em 20 de novembro de 2010, dia da consciência negra. Depois o espetáculo entrou em cartaz no Teatro de Arena do Teatro Sesc Copacabana, em dezembro de 2010.

O intercâmbio estabelecido entre os bailarinos e bailarinas foi extraordinário, pois resultou em uma grande aprendizagem para todos os envolvidos. Para os mestres-salas, que nunca tinham participado de aulas com bailarinas de dança contemporânea, foi uma experiência inédita. Não apenas tiveram a oportunidade de fazer aulas, mas também de ensaiar para um espetáculo de dança a ser apresentado em um teatro, algo diferente de suas habituais apresentações em quadras ou na passarela do samba, como comenta o mestre-sala Hugo:

Levar essa arte nua e crua, despindo a dança de toda a fantasia, de todo o peso que os carnavalescos colocam sobre os nossos corpos é uma coisa sem igual, é uma coisa mais bonita, a gente tem um trabalho corporal totalmente inovador, tirando essa margem (de só ter que fazer), essa coisa de Mestre-Sala e Porta-Bandeira, só de carnaval, não. pode ser utilizado no palco como movimento, isso pode ser estudado. (Cesar *apud* Andrade, 2022, p.141).

¹⁶⁴ Clipe da estreia no Panorama de Dança. Disponível: <https://www.youtube.com/watch?v=GkJJUGhpoTE>

¹⁶⁵ Com sua primeira edição organizada em 1992, o Festival Panorama ocupa a cidade do Rio de Janeiro com dança e projetos dos mais variados formatos, apresentando as relações que o corpo constrói com o espaço, tempo e público através do movimento. Fonte: <https://panoramafestival.com/o-festival/>

¹⁶⁶ O prédio, de 1888, abrigou o Teatro Cassino Franco-Brésilien. Em 1904, ele foi comprado pelo empresário Pascoal Segreto e renomeado Carlos Gomes. Ao longo de sua história, sofreu dois incêndios e teve que ser reconstruído. Adquirido pela Prefeitura do Rio em 1993, o Carlos Gomes passou por uma grande reforma e foi revitalizado. Fonte <https://mapadecultura.com.br/manchete/teatro-carlos-gomes>



Figura 84: Claudia Ramalho e Mestre-Sala Hugo César em "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", na estreia do espetáculo no Panorama de Dança, Teatro Carlos Gomes, 20 novembro de 2010, Rio de Janeiro - Foto de João Braune. (Fonte: acervo da companhia).

Para as bailarinas, foi um desafio manter-se dentro dos protocolos da dança e na rigorosa técnica da porta-bandeira sem perder a fluidez do movimento, sua personalidade e a liberdade ao dançar. Além disso, enfrentaram o desafio de trabalhar e dançar com figuras masculinas do universo do samba, como menciona a bailarina Munique Mattos:

O convite dos homens que foram super bem-vindos e foi incrível, mas eu acho que isso, de alguma forma, no momento da elaboração do espetáculo como um todo, acabou limitando as explorações que a gente fez em cena, né, em termos de brincar com lugares, com personagens e com lugares ocupados por pessoas em relação à gênero, por exemplo. (...) que era uma coisa que a gente brincava, naturalmente, antes da gente estudar essa dança e de chegar nesse terceiro espetáculo. (...) Esse espetáculo, ele acabou seguindo um pouco as regras e normas já estabelecidas dessa dança (...) a gente acabou seguindo mais as regras do que estava ali ditado e mantendo muito, mesmo em termos de movimento, a dança do mestre-sala e porta-bandeira, do que transformando aquilo, sabe, transformando, transformando, quebrando, desdobrando, desdobrando, como a gente conseguiu fazer em outros espetáculos (Mattos *apud* Andrade, 2022, p.151).

Mesmo com todo o rigor técnico, a habilidade de brincar com a improvisação na dança, no ritmo e na música, seja batucando, sapateando ou cantando, emergiu. Isso uniu os bailarinos e bailarinas, criando uma cumplicidade extraordinária na cena. Nosso desafio era como incorporar à cena a brincadeira e o jogo de improvisação

característicos de outros trabalhos. Percebi que era necessário trazer os instrumentos para o palco, trazer a batucada para a cena. A partir daí, com a tríade de cantar, dançar e bater, os desafios e improvisações começaram a se desenrolar entre os bailarinos, tornando-se parte da cena.



Figura 85: Elenco de "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", na estreia do espetáculo no Panorama de Dança, Teatro Carlos Gomes, 20 novembro de 2010, Rio de Janeiro - Foto de Vantoen. (Fonte: acervo da companhia).

O primeiro desafio consistia em uma improvisação na qual os mestres-salas disputavam a atenção da porta-bandeira para "roubar" ou "comprar" sua dança. A porta-bandeira brincava ao parecer se relacionar com eles sem dar muita atenção, mantendo-se fiel à sua dança, mas ao mesmo tempo provocava a cena com a bandeira, baixando-a para que encostasse neles, lembrando-se de que a bandeira não poderia tocar o rosto do mestre-sala. Este jogo se assemelhava a uma espécie de roda, na qual era necessário "comprar" a dança, entrando na roda e retirando algum bailarino do centro. Essa brincadeira e disputa culminavam em uma cena de sapateado de samba entre Mestre Dionísio e a bailarina Munique Mattos. Dessa forma, conseguimos manter presente o espírito de leveza e brincadeira da improvisação neste terceiro trabalho, garantindo uma espontaneidade e um desafio real em cena.



Figura 86: Mestre-sala José Roberto e Agatha Oliveira em “Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira”, que fez temporada no Teatro de Arena do SESC Copacabana, em dezembro de 2010 - Foto de Vantoen. (Fonte: acervo da companhia).

Ao recordar e escrever estas memórias me vem uma lembrança afetiva importante. Ao dançar, compreendi a significância e responsabilidade da porta-bandeira, encarregada do pavilhão da Escola, e do mestre-sala, guardião que acompanha, corteja, encanta e admira a porta-bandeira. Juntos formam um casal que se complementa. A reverência 'meu mestre-sala, minha porta-bandeira' ecoa em seu cumprimento. Unidos, apresentam e protegem o pavilhão e a Escola. O casal nos convida a admirar sua dança e subliminarmente o casal anuncia: 'vamos dançar para vocês', convidando a plateia para testemunhar sua dança, exaltando a honra de se apresentarem aos espectadores.

Há um ensinamento precioso que aprendi neste trabalho: a desafiante e sutil movimentação das mãos que devem sustentar a sensação de carregar o peso do coração, e mostrar a emoção do coração pela movimentação da mão em conexão com o peito. É uma poética da dança da porta-bandeira que, para mim, abriu uma janela de percepção extraordinária conectando o peso do coração, o sentimento da emoção da dança, com as espirais do espaço na dança, onde a energia do movimento se conecta com a energia do espaço, se estendendo, indo além, como na quinta pele

de Hundertwasser, e como no símbolo da Companhia Arquitetura do Movimento - uma espiral - que virou bandeira (pavilhão da Companhia) no espetáculo.



Figura 87: Mestre Dionísio (ao fundo) na apresentação do casal Luiza Mendes que segura o pavilhão da Arquitetura do Movimento ao lado do mestre-sala José Roberto (à esquerda). Panorama de Dança - Espetáculo "Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira", - Foto de Vantoen. (Fonte: acervo da companhia).

Tenho viva em minha memória a lembrança do dia em que fui buscar a bandeira na costureira que a estava confeccionando. Mal podia acreditar que a Companhia agora tinha uma bandeira oficial, um pavilhão. Na última cena do espetáculo, Mestre Dionísio recebia a bandeira e entregava para a porta-bandeira e era o momento em que se formava no palco a agremiação completa para o desfile, como na passarela do samba. E o casal, então, conduzido por Mestre Dionísio, apresentava a dança de MS e PB com o pavilhão da Companhia. A trilha, o samba enredo da minha Escola de Samba, a Mangueira¹⁶⁷: *"me leva que eu vou sonho meu, atrás da verde rosa só não*

¹⁶⁷ A Estação Primeira de Mangueira, popularmente conhecida como Mangueira, é uma das escolas de samba mais tradicionais do Rio de Janeiro, Brasil. Fundada em 1928, é reconhecida por sua história rica e sua contribuição significativa para o carnaval carioca. Sua identidade está intimamente ligada à defesa da cultura popular, à representação das tradições afro-brasileiras e ao compromisso com questões sociais, tornando-se um ícone não só do carnaval, mas também da cultura brasileira como um todo.

vai quem já morreu”.¹⁶⁸ Era um momento de muita emoção e alegria em que a energia contagiava elenco e público, que entrava também no embalo do samba enredo.



Figura 88: Edney D'Conti saudando a plateia em “Arquitetura do Samba - a dança do mestre-sala e porta-bandeira”, temporada no Teatro de Arena do SESC Copacabana, em dezembro de 2010 – Foto: Vantoen. (Fonte: acervo da companhia).

O sentimento de realização e de reconhecimento deste trabalho para mim aconteceu principalmente em 2014, quando tivemos a oportunidade de fazer uma viagem para a Holanda com o espetáculo *Arquitetura do Samba*, para apresentação em um importante festival, o *Holland Dance Festival*.¹⁶⁹ Foi a última apresentação da Companhia, encerrando um período muito fértil de trabalho e criação que durou sete anos, desde o início dos trabalhos com o samba.

¹⁶⁸ O samba enredo “doces bárbaros” foi apresentado pela Escola de Samba Mangueira no Carnaval de 1998. Os compositores desse enredo foram Jurandir, Alvinho, Ciraninho, Adilson China, Carlos Senna, Luiz Fernando e Guga.

¹⁶⁹ Um dos principais Festivais Internacionais de dança na Europa. Fonte: <https://www.holland-dance.com/en/>



Figura 89: da esquerda para a direita, o elenco que viajou para a Holanda: Edney D'Conti, Andrea Jabor, Daniel (mestre-sala), José Roberto (mestre-sala), Claudia Ramalho, Mestre Dionísio, Ton Bernardes (iluminador), Jaqueline Barbosa e Sirlene Paixão, Aeroporto Internacional Schiphol, 2014. (Fonte: acervo da autora).

Na Holanda é também onde fica a Escola para a Nova Dança (*SNDO*), onde eu me formei em dança. Também é o país onde criei meu primeiro espetáculo, *De areia e mar*. Curioso como esta história que conto aqui deu uma volta e retornou para a Holanda, onde parte da minha história com a dança começou. Quando recebi o convite para dançarmos na Holanda, tive a sensação de estar a caminho de fechar um ciclo da minha vida como coreógrafa e diretora da Companhia Arquitetura do Movimento que criei. O ciclo onde realizei o encontro com o samba e minhas raízes brasileiras e desenvolvi a pesquisa coreográfica em grupo com uma linguagem pautada na improvisação.

Apresentar este espetáculo na Holanda exigiu uma transposição cultural, para que os estrangeiros entendessem o sentimento de paixão e entrega que se tem por uma escola de samba, por um pavilhão. A figura e a presença em cena do Mestre Manoel Dionísio, neste sentido foi fundamental para afirmar este lugar do samba, pois o samba está impresso em seu DNA. Assim, fiz um texto de apresentação que pudesse colocar o espectador num modo de recepção e percepção do que significava

aquela movimentação toda do bailado do casal, da bandeira, e do samba enredo. Cheguei nestas palavras:

No Brasil, ter uma escola de samba é como ter um time de futebol. É por quem você vai torcer, por quem vai sofrer e por quem vai sentir paixão. É a escola do coração que você ama, que te dá um senso de nação. Como coreógrafa resolvi investigar a dança e a cultura do samba, e em 2007 conheci o Mestre Manoel Dionísio, fundador da Escola de mestre-sala e porta-bandeira, no Rio. Ele ensina essa arte há mais de 20 anos e em 2010 criamos este espetáculo para homenagear seu trabalho e a dança do casal mais famoso do Carnaval carioca. Estamos muito felizes e honrados em poder tê-lo aqui hoje, dançando conosco na companhia. Cada escola tem um casal principal que carregará a bandeira e mais dois casais secundários. A porta-bandeira é quem carrega a bandeira, e sem ela uma escola de samba não pode desfilar. A bandeira celebra a comunidade que ela representa, simboliza o coração da escola. A função do mestre-sala, é proteger a porta-bandeira com seus movimentos que encantam, para que ela dance e gire livremente abençoando a escola de samba e o público. Portanto esta peça homenageia esta dança, o trabalho de Mestre Dionísio e celebra o sentimento de pertencimento a uma cultura.¹⁷⁰

Percebo que é impossível narrar os bastidores do caminho percorrido até chegarmos onde chegamos, desde as questões relacionadas aos vistos de entrada e passaportes, a ajustes de agenda (pois o festival ocorreu em fevereiro, época em que os mestres-salas não podiam se ausentar da quadra), até substituições de elenco. Além disso, enfrentamos dificuldades de adaptação para dançar no frio do inverno holandês, preocupações com a saúde do Mestre, barreiras de comunicação devido à maioria do elenco não falar inglês, e uma série de outras questões. No fim das contas, esses desafios ecoam as questões que têm impulsionado minha jornada pessoal sobre identidade e pertencimento. São questões que refletem nosso movimento, nossas raízes e nossa dança, representando uma maneira de entrar e permanecer em movimento.

Hoje, mais de 15 anos após o início desta rica pesquisa, que tanto me ensinou e inspirou, percebo o quão significativa ela é para a minha história e para a continuidade de todo o conhecimento que surge a partir dessas investigações sobre o samba, os ritmos, o peso, as Matrizes que fundamentam os movimentos e as danças do Brasil. Emociona-me pensar no Mestre Dionísio, que hoje é um amigo com quem compartilho uma história e, ao mesmo tempo, uma missão. Aos 87 anos completos em 2023, ele ainda me pergunta toda vez que nos encontramos: "Então, quando voltam os ensaios com a Companhia?"

¹⁷⁰ Texto da autora para apresentar a dança aos holandeses.

Ontem, dia 21 de novembro de 2023, o Mestre foi receber a Medalha Pedro Ernesto, a mais alta honraria concedida pelos vereadores do município do Rio de Janeiro, e ele me convidou para fazer uma fala de 3 minutos em sua homenagem. A emoção de pisar na tribuna Marielle Franco e poder honrar este tesouro nacional, um patrimônio imaterial do Brasil, que personifica a alma do samba, é um testemunho do impacto significativo que ele teve na disseminação e na preservação do samba e na minha vida. Ao fazer minha fala de homenagem percebi o quanto o Mestre foi visionário, um pioneiro cuja dedicação incansável ajudou a forjar um legado duradouro na história cultural do nosso país, como fundador da primeira escola de mestre-sala, porta-bandeira e porta-estandarte do Brasil. Através de seu trabalho incansável ao longo de sua jornada, ele não apenas elevou a importância dos mestres-salas e porta-bandeiras, mas também criou um espaço onde o conhecimento, a tradição e a paixão pelo samba são transmitidas de forma ímpar.

Percebi, ali, naquele momento único, que ficará marcado para sempre, sob uma forte emoção, com o coração batendo forte, e as mãos trêmulas ao falar aquelas palavras, o compromisso que eu tenho com tudo isto, com a escola, com as crianças, com os adolescentes, com os mestres e mestras deste país, com a força de transformação que a dança tem, e com a forma como é ensinada e transmitida, sendo capaz de reverberar um impacto transformador e significativo nas pessoas e na sociedade. Ao escrever estas palavras finais de encerramento deste capítulo, e ao lembrar a paixão que tenho pela pesquisa do movimento e por tudo que vivenciamos na Companhia Arquitetura do Movimento ao longo destes anos, reitero um compromisso coletivo necessário e urgente de valorizar e preservar não apenas a dança e o samba, mas a história, a minha história, a nossa trajetória, atenta para o fato que a cultura e a educação são nosso maior presente, como uma herança que recebemos, precisamos cuidar, olhar, escutar, sentir, tocar, experimentar, colocar em movimento para saber passar adiante.

Conclusão

Começo a escrever a conclusão desta dissertação em uma tarde fria e chuvosa de julho, com o corpo encaixado numa rede, coberta por uma manta e sentindo o suave balanço da rede a embalar meu peso e meu pensamento. Leio o livro de Victor Guerra sobre "A Vida Psíquica do Bebê" (2022) e os processos de subjetivação, e percebo que dei a volta.

Voltei de onde vim, fiz a curva do ritmo e voltei para minha mãe, com quem comecei a narrar esta minha trajetória. Mamãe que fez 80 anos, já deu sua grande volta pela vida e, talvez por conta da sua curiosidade perdurável, segue tocando piano e violão, fazendo música, compondo, lendo e pesquisando sempre sobre a vida dos bebês em seus primeiros anos de vida. Profundamente interessada pelos processos de subjetivação, foi ela que encomendou este livro e num almoço de domingo conversando sobre o mestrado com ela e minha madrinha, falamos sobre o ritmo do peso. Ela imediatamente me apontou: "Você precisa ler o Victor Guerra". Ela tinha razão.

Foi revelador para mim perceber, através da ótica psicanalítica, como o ritmo está na base dos vínculos e afetos entre mãe e bebê. Como o ritmo envolve uma organização temporal e espacial da experiência, e como é motivador e organizador dos processos do movimento humano. Curiosamente, Paxton também nos revela, em sua palestra "Swimming in Gravity",¹⁷¹ que na época em que estava formulando os princípios do Contato-improvisação, na década de 1970, teve um encontro revelador com o psicanalista Daniel Stern¹⁷² sobre suas observações a respeito da relação mãe bebê nos primeiros momentos de vida, que o influenciaram e provocou reflexões sobre suas investigações no Contact-Improvisation.

Percebo, ao chegar ao final deste processo de escrita, que escrever pode ser como dançar, tem seus ritmos e seu peso e certamente dá voltas e retorna. Como numa dança me encontro com Paxton, Cohen, Hortélio, para olhar para os processos

¹⁷¹ Palestra de Paxton "Swimming in Gravity (nadando na gravidade)". Disponível em: <https://vimeo.com/403600420> - acesso em 11.11.2023

¹⁷² Daniel Stern (1934-2012) foi um renomado psicanalista e psiquiatra americano conhecido por suas contribuições significativas para a teoria do desenvolvimento infantil e para a compreensão das interações precoces entre pais e bebês. Ele é reconhecido por suas pesquisas sobre a experiência subjetiva e os processos emocionais nos primeiros anos de vida, destacando a importância da intersubjetividade e do desenvolvimento precoce das relações interpessoais.

complexos envolvidos nesta chegada do ser humano ainda novo neste planeta e como dançamos pela vida.

Passados alguns meses, agora sentada no sofá da minha sala de estar em casa, no bairro do Humaitá onde moro no Rio de Janeiro, sinto o calor invadir meus poros, minha pele está quente, aquecida pelas temperaturas que esquentam a cada dia mais o planeta, em meio a ondas de calor extremo neste mês de novembro de 2023. Focada em concluir esta escrita, me transporto para outra dimensão, para escutar o corpo e sua memória que habita o campo do sensível. Sou atravessada pela música que toca nas caixas de som: o clássico “Cheek to Cheek”¹⁷³ com Ella Fitzgerald & Louis Armstrong e me transporto para o embalo do jazz, do swing, do prazer que é dançar a dois sentindo o ritmo do peso. Esta música me recorda a fantástica cena de dança entre Fred Astaire e Ginger Rogers, dançando e flutuando pelo salão.¹⁷⁴ “Heaven, I’m in heaven, my heart beats so that I can hardly speak, and I seem to find the happiness I seek, when we’re out together dancing cheek to cheek”.¹⁷⁵

Respiro. Sorrio.

Levanto para abrir a janela.

O pensamento voa e dá muitas voltas, mas retorna para o corpo. Estou aqui, sentada no sofá com o computador no colo, sentindo os efeitos emocionais, físicos e mentais de chegar ao final de uma dissertação de mestrado, que começou em meio a uma pandemia em 2020, e passados três longos anos estou a um mês da defesa. Recordo deste tempo, onde o tempo desacelerou por dois longos anos, onde tantas questões humanas foram postas à prova e grandes batalhas foram vividas em anos que nos paralisaram. Havia uma esperança de que algo novo pudesse surgir, se transformar, seria possível ampliar nossa esfera de sensibilidade como espécie humana? Para perceber o que Hundertwasser já anunciava nos anos 60: “caminhamos para o desastre inevitável, ou podemos esperar pelos amanhã que surgirão após a catástrofe” (RESTANY, 1998, p.80). Será que nossa escuta e

¹⁷³ A canção 'Cheek to Cheek' é um clássico do *Great American Songbook*, escrita por Irving Berlin. A interpretação icônica e memorável desta música foi feita por Ella Fitzgerald e Louis Armstrong, lendários cantores de jazz do século XX.

¹⁷⁴ O filme no qual Fred Astaire dança a sequência "Cheek to Cheek" com Ginger Rogers é intitulado "Top Hat" (1935). Esta icônica cena de dança entre Fred Astaire e Ginger Rogers é uma das mais lembradas e celebradas na história do cinema musical.

¹⁷⁵ Tradução da autora para versos da canção: “Céu, estou no céu, meu coração bate tanto que mal consigo falar, e parece que encontro a felicidade que procuro, quando estamos juntos dançando de rosto colado”.

sensibilidade para sentir e perceber o planeta irá enfim se modificar? Seria a dança um caminho para isto?

No início desta jornada, ao escrever sobre minha história e minhas origens, acessei memórias da infância e da adolescência e percebi suas conexões na minha formação e relação com a pesquisa sobre o ritmo do peso. A percepção da importância da música, do ritmo e da dança na minha vida, como elementos fundamentais que me deram um chão, uma direção e um sentido. A conexão entre ritmo e peso foi sendo revelada à medida que avançava nesta pesquisa, com especial atenção às vivências, reflexões e relatos dos alunos no grupo de estudos, além de revisitar a trajetória artística da Companhia Arquitetura do Movimento.

No primeiro capítulo, intitulado TRILHAR, trilhei caminhos pela memória no e do corpo, e as interações entre ritmo, paisagem e escuta como elementos cruciais na criação em dança. Revisitei minha primeira obra, *De areia e mar*, que me fez perceber que, já no início da minha carreira, havia uma busca interna que me impulsionava a dançar. Movia-me pela curiosidade em explorar métodos de criação, pelo desejo de inventar linguagens artísticas e pela busca de um sentimento de pertencimento que revelasse minha própria identidade através da dança, além de uma conexão com algo maior: a esfera da sensibilidade humana, ecológica e planetária.

No segundo capítulo, intitulado "CHEGAR", imergi nas aulas e no ensino do Contato-Improvisação, explorando a experiência de sentir o peso e utilizando o conhecimento dos padrões neurocelulares básicos (PNB) do BMC, colocando a pesquisa em prática com o grupo de estudos *Corpo em Contato*. Por meio de gravações, transcrições, desenhos e reflexões pessoais e em grupo, aprofundi a compreensão da importância de criar tempo e espaço para desenvolver uma maior percepção do peso como um sentido e como ele pode nos informar sobre o campo sensível das relações. Reconectei-me com a potência da investigação do CI como uma prática de educação somática colaborativa, na qual ficou cada vez mais evidente que é um "modelo de aprendizado para o empoderamento da criança ou do adulto em sua experiência de si, como fonte de cura e resolução criativa de problemas" (Eddy, 2019, p. 41). A prática somática envolve o autoconhecimento e o desenvolvimento consciente, e a conexão com as pessoas que participaram do grupo de estudos proporcionou um ambiente extremamente rico para explorar, estabelecer trocas e aprender.

No terceiro capítulo, "BRINCAR", ao lembrar os ensinamentos aprendidos com Lydia Hortélio, busquei apresentar de forma mais detalhada os procedimentos e a metodologia de trabalho com a Companhia Arquitetura do Movimento na criação dos espetáculos da Trilogia do Samba, culminando na investigação do ritmo do peso. Ao explorar a relação entre ritmo e peso no quicar, embalar e balançar, e entre o samba, os PNB e o CI, percebi que se trata de um trabalho que apresenta qualidades restaurativas de padrões adormecidos, um campo rico a ser ainda explorado.

Interessou-me pensar sobre o ritmo como um elemento organizador e estruturante do tempo e das experiências do peso no corpo, relacionados ao brincar e às danças de matrizes Afro e Indígenas. Ao investigar a construção dos passos matriz, que estão na base de quase todas as danças, onde quicar, embalar e balançar estão presentes, pude perceber como a experiência ensina sobre a forma como transitamos pelo ritmo do peso nos planos espaciais. Mas, em vez de pensar apenas nos planos espaciais, o convite que foi feito aqui, ao longo destas páginas e nesta narrativa com aspectos autobiográficos, em que revivi os percursos e caminhos por onde passei, foi propor uma reorientação na relação com a experiência do peso. Esta é compreendida como um sentido complexo, porém acessível, quando colocamos o corpo em movimento com atenção aos ritmos, os quais estão relacionados às nossas experiências de sentir e perceber o peso nos primeiros anos de vida

Ao conectar-se com o ritmo do peso e perceber os ritmos vivenciados nas experiências, assim como os estados lúdicos e brincantes do peso, talvez seja possível explorar mais profundamente e compreender melhor a improvisação e a liberdade de criação das formas e estados alegres e transformadores da energia que nos impulsionam na dança. Isso pode abrir possibilidades para estabelecer um contato mais profundo consigo mesmo e com os outros, transformando em movimento as experiências adormecidas ou estagnadas, e assim, abrindo um novo e fértil campo de descobertas e criação. Além disso, ao reconectar-se com suas raízes culturais e as matrizes das danças do Brasil, pode-se encontrar um caminho para fortalecer as experiências rítmicas mais primordiais do peso, reorientando nosso eixo e nosso desejo de entrar em movimento de uma forma mais lúdica e brincante na vida.

A palavra "brincar" vem do latim *vinculum* que significa laço, e do verbo *vincire* que é enlaçar, encantar. No português, *vinculum* virou "vínculo" e "brinco", e originou o verbo "brincar". Ou seja, brincar é a capacidade de criar laços, vínculos, seja com as coisas, pessoas e materiais do mundo, por meio da ação e da imaginação.

As experiências ligadas ao brincar deveriam se manter vivas em nós e continuar ao longo da vida, vibrando vida e alegria, mas a prática demonstra que nem sempre é assim. Perdemos as conexões, uns sentem peso e outros não, uns sentem ritmo e outros não. E cada vez mais, ao observar as mudanças que estão ocorrendo nas crianças, adolescentes e adultos a partir da relação com as telas e aparelhos celulares, vai se tornando até difícil dimensionar a importância de vivenciarmos com entrega e vivacidade o que significa entrar em contato com seu peso e entrar em movimento para despertar uma energia brincante, uma forma de estar no mundo no tempo e no espaço, no aqui e agora.

Mas, a questão principal apresentada não é sobre por que uns sentem peso e outros não, uns têm ritmo e outros não. A questão em que procurei me debruçar aqui, nesta pesquisa e dissertação, foi investigar a importância da experiência “de corpo inteiro” que o brincar e o dançar podem oferecer, quando vivenciada de forma a acessar as experiências do ritmo do peso.

O peso e o ritmo podem ser reconquistados, ensinados e transmitidos através de uma prática de ensino simultânea da dança e da música, que aborda experiências somáticas e vivências de entrar em movimento, uma dança que propõe brincar com o ritmo do peso. E o Brasil é um país propício para viver e explorar isto porque possui muitos ritmos, danças, uma cultura popular muito rica, diversa, com múltiplas cores, saberes e encantamentos. Tudo isto trazido à consciência oferece a chance de vivenciar uma espécie de segunda infância, onde no fazer com o corpo, pelo corpo, pela dança e a música em contato com a experiência do brincar, encontra-se a memória do ritmo do peso no corpo e na infância. Encontra-se a sensação da alegria de viver, a alegria de estarmos vivos, vibrando ritmo, peso e presença a cada passo.

Concluo aqui, sabendo que ainda poderia contar muitas histórias com mais detalhes de toda esta trajetória da Companhia Arquitetura do Movimento, que é tão cara a minha pessoa. Mas também sei que os relatos que trouxe aqui não são conclusivos, na verdade abrem mais portas e janelas para poder olhar o passado e imaginar futuros, enxergar novas histórias e narrativas, costurar enredos e projetos que possam oferecer perspectivas para que a memória da Companhia Arquitetura do Movimento possa habitar além do imaginário, os arquivos e repositórios para fins de consulta, abrindo campos para novas pesquisas nas universidades deste nosso país. O sentimento é de profunda gratidão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Renata Carvalho. **Cruzamentos Entre o Samba e a Dança Contemporânea Brasileira: o caso da Trilogia do Samba de Andrea Jabor**. Tese de Doutorado em Motricidade Humana na especialidade de Dança na Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa. Lisboa, Portugal. 2022.

ANDRADE, Renata Carvalho. **Trilogia do Samba: Um estudo da perspectiva contemporânea da coreógrafa Andrea Jabor**. Dissertação de Mestrado em Performance Artística – Dança. Faculdade de Motricidade Humana na Universidade de Lisboa. Lisboa, Portugal. 2013.

BARTENIEFF, Irmgard. **Body Movement: Coping with the Environment**, Gordon & Breach science Publishers, 2016.

BLOM, Lynne Anne e CHAPLIN, Tarin. **The Moment of Movement – Dance Improvisation**. London: Dance Books, 1988.

BONFATI, Adriana (Org.) KEISERMAN, Nara (Org.), MANHAES, Juliana (Org.), RAMOS, Enamar (Org.), TAVARES, Joana (Org.) **Preparação Corporal, Direção de movimento e coreografia nas Artes da Cena**. 277p. Rio de Janeiro: Multifoco, 2021.

BOGRAT, Anne; LANDAU, Tina, **The Viewpoints Book: a practical Guide to Viewpoints and Composition**. New York: Theatre Communications Group, 2005.

BONDÍA, Jorge Larrosa: **Notas sobre a experiência e o saber de experiência**, Revista Brasileira de Educação, Campinas, n.19, p.20-28, 2002.

BROWN, Jean Morrison. (orgs.) **The Vision of Modern Dance**. Pinceton, New Jersey: Princeton Book Company, 1979.

CASTANEDA, Carlos. **The Teachings of Don Juan: a Yaqui Way of Knowledge**. New York, Pocket Books. 1975.

CIAVATTA, Lucas. **O Passo, a pulsação e o ensino aprendizagem de ritmos**. Rio de Janeiro: FA Editoração, 2003.

COHEN, Bonnie Bainbridge. **Sensing Feeling and Action. The Experimental Anatomy of Body-Mind Centering**. Northampton, Massachusetts: Contact Editions, 1993.

COHEN, Bonnie Bainbridge. **Sentir, Perceber e Agir**. Educação Somática pelo método Body-Mind Centering. São Paulo, Edições SESC São Paulo, 2015.

COHEN, Bonnie Bainbridge. **Basic Neurocellular Patterns: Exploring Developmental Movement**. El Sobrante, CA: Burchfield Rose Publishers, 2018.

COSTA, Carlos (Org.). **OCUPAÇÃO LT DIA HORTÉLIO**. Catálogo da exposição Itaú cultural, 60pgs. São Paulo: Itaú Cultural, 2019.

CUNHA, Carla Sabrina (Org.), PIZARRO, Diego (Org.), VELLOZO, Marila Annibelli (Org.) **Práticas Somáticas em Dança, Body-Mind Centering em criação, pesquisa e Performance**. Brasília-DF: Editora IFB, 2019.

DELSARTE, François. Manuscritos. **Revista Brasileira de Estudos da Presença**, Porto Alegre, RS, v. 2, n. 2, p. 470-478, set. 2012. ISSN 2237-2660. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/presenca/article/view/29476>>.

FERNANDES, Ciane. **O Corpo em Movimento**. São Paulo: Annablume, 2002.

FERNANDES, Ciane. **O Corpo em Movimento e o sistema Laban-Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas**, 2.ed. SP: Annablumme, 2006.

FERNANDES, Ciane. **Dança Cristal. Da Arte do Movimento à abordagem Somático Performativa**. Salvador: EDUFBA, 2018.

GIL, José. **Movimento Total**. São Paulo: iluminuras, 2004.

GUERRA, Victor. **Vida Psíquica do Bebê, a parentalidade e aos processos de subjetivação**. São Paulo: Blucher, 2022.

GODARD, Hubert. Gesto e Percepção In: **Lições de dança 3**. Rio de Janeiro: UniverCidade, 1998.

GRAVIDADE In: DICIO, Dicionário Online de Português. Disponível em: <<https://www.dicio.com.br/gravidade/>> Acesso em: 08/03/2024.

HANH, Thich Nhat. **How to Walk**. Berkley, California: Parallax Press, 2015.

HASEMAN, Brad. Manifesto pela Pesquisa Performativa. In: Seminário de Pesquisas em Andamento SPA/PPGAC/USP, 2015, São Paulo. Anais do 5o. Spa, p. 41-53. São Paulo: PPGAC-ECA/USP, 2015.

HIGHWATER, Jamake. **Dance, rituals of experience**. Pennigton, New Jersey: Dance Horizons Book, Princeton Book Company, 1992.

HORTELIO, Lydia. **É Preciso Brincar para Afirmar a Vida**. Almanaque Brasil de Cultura Popular, n.114, p.23-25. São Paulo, 2008.

JOWITT, Deborah. **Time and the Dancing Image**. Berkley and Los Angeles: University of California press, 1988.

JABOR, Andrea. **Final Dossier**. Dissertação de Graduação na Escola para a Nova Dança (SNDO). Amsterdam, Holanda: 1994.

LIPTON, Bruce H. **A Biologia da Crença - o poder da consciência sobre a matéria e os milagres**. São Paulo, Butterfly Editora. 2007.

MARTINS, Leda Maria, **Performances do tempo espiralar: Poéticas do corpo-tela** Rio de Janeiro: Cobogó, 2023.

MENDONÇA, Luiz Carlos. **GRUPO ENDANÇA 40 ANOS: um estudo sobre a gênese e os desdobramentos de uma metodologia de criação artística em linguagem do movimento**. Doutorado no Programa de Pós-Graduação em Artes da Universidade Federal Fluminense. Niterói, 2022.

PAXTON, Steve. **Gravidade**. São Paulo: n-1 edições, 2022.

PEREIRA, Roberto; SÓTER, Sílvia (Orgs.) **Lições de Dança 1**. Rio de Janeiro: Univer Cidade, 1998.

PEREIRA, Roberto; SÓTER, Sílvia (Orgs.) **Lições de Dança 3**. Rio de Janeiro: Univer Cidade, 1998.

PINHO, Marcia Duarte. **Quando a dança é jogo e o intérprete é jogador: do corpo ao jogo, do jogo à cena.** Tese de Doutorado do Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal da Bahia. Salvador, 2009.

PIORSKI, Gandhy. **Brinquedo de Chão - A Natureza, o imaginário e o Brincar.** São Paulo: Peirópolis, 2016.

PIZARRO, Diego. **Contato-Improvisação no Brasil, trajetórias, diálogos e práticas.** Brasília-DF: EDITORA IFB, 2022.

PIZARRO, Diego. **Fazendo Contato: A Dança do Contato-Improvisação na preparação de atores.** Mestrado no Programa de Pós-Graduação em Arte, Universidade de Brasília, Instituto de Artes. Brasília, DF.

RENGEL, Lenira. **Dicionário Laban.** São Paulo: Annablume, 2003.

RESTANY, Pierre. **O poder da arte, Hundertwasser, o Pintor-Rei das cinco peles.** Köln: TASCHEN, 1999.

ROMANI, Danielle. **ORIXA, dança que encena gestos de divindade.** Revista Continente, edição 140. Editora CEPE, Companhia Editora de Pernambuco, 2012. Disponível em: <https://revistacontinente.com.br/edicoes/140/orixas--danca-que-encena-gestos-de-divindades>

RODRIGUES, Graziela. **Bailarino pesquisador intérprete - Processos de Formação** Rio de Janeiro: FUNARTE, 2005.

SCIALOM, Melina. **Laban Plural – arte do movimento, pesquisa e genealogia da práxis de Rudolf Laban no Brasil.** São Paulo: Summus, 2017

SALDANHA, Suzana (Org.) **Angel Vianna – sistema, método ou técnica?** Rio de Janeiro: FUNARTE, 2009.

STUWART, Isabel. **A experiência do Judson Dance Theatre.** In: Lições de dança 1 pp 191-203. Rio de Janeiro: Univer Cidade, 1998.

TAVARES, Joana Ribeiro, MAGALHAES, Marina Campos. **Grupo Teatro do Movimento um gesto expressivo de Klauss e Angel Vianna na dança brasileira.** Rio de Janeiro: Gramma Editora, 2019.

VIANNA, Hermano. **O Mistério do Samba.** Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 2004.

Vídeos, Filmes, Documentários

AS CINCO PELES DO SAMBA – Fase de seleção 1. Direção: Ricky Seabra, produção: Arquitetura do Movimento, Rio de Janeiro, 2007. (2:19mins). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=R0ncSvQoUqo> - acesso em 11.11.2023.

AS CINCO PELES DO SAMBA – condução. Direção: Ricky Seabra, produção: Arquitetura do Movimento, Rio de Janeiro, 2007. (2:03mins). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=D70POBzbJcg&t=2s> - acesso em 11.11.2023.

A DANÇA DO QUE SOMOS. Palestra com Helder Vasconcelos. Produção TED-x UFPE. Pernambuco, 2015 (17'36mins). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=F_YfxNRoals&t=239s - acesso em 11.11.2023.

A LÍNGUA MÃE MUSICAL. Podcast +70 com Lydia Hortélio. Produção audiovisual: Roberta Roque. ITAU CULTURAL, São Paulo, 2019 (9:15mins). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=TVjBsgZQqc8> - acesso em 11.11.2023.

ARQUITETURA DO SAMBA - a dança do Mestre Sala e Porta Bandeira. Companhia Arquitetura do Movimento. Clipe da estreia no Panorama de Dança. Produção: Panorama de Dança do Rio de Janeiro, 2010. (5:10mins). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GkJJUGhpoTE> - acesso em 22/08/23.

FALL AFTER NEWTON. Roteiro e direção: Steve Paxton. Produção Videoda©, Estados Unidos, 1987 (22:45 min). Disponível em: <https://vimeo.com/181794954> - acesso em 02/07/2022.

SALA DE ESTAR: AS CINCO PELES DO SAMBA. Direção: Andrea Jabor; Produção: Arquitetura do Movimento. Clipe do espetáculo, Rio de Janeiro 2007. (20:56min). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=PtNPyxcGQxE> - acesso em 22/08/23.

SAMBA NO PÉ. Documentário. Argumento: Elton Medeiros; Direção: Zeca Ligière; Produção: Núcleo de Estudos das Performances Afro-Ameríndias, UNIRIO, Rio de Janeiro, Brasil, 1993/2007. (11:35 min) Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ZpA8lLeasww> - acesso em 22/08/23.

SAMBA SAPATEADO. Documentário sobre as matrizes do samba carioca. Direção: Andrea Jabor; Produção: Arquitetura do Movimento e Tijolo Filmes. Rio de Janeiro, 2008 (9'58). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=BVsw2XpJaQ4> - acesso em 22/08/23.

SWIMMING IN GRAVITY. Palestra com Steve Paxton. Produção: *Contradanse e BOZAR, Charleroi danse et Tictac Art Centre*; Imagens de: Quentin Ryckaert. Bélgica, 2019 (1h02mins). Disponível em: <https://vimeo.com/403600420> - acesso em 02.11.2023.

TARJA BRANCA – A Revolução que Faltava. Documentário. Direção: Cacau Rodhen; Produção: Maria Farinha Filmes. São Paulo, 2014. (80min). Disponível em: <https://www.videocamp.com/pt/movies/tarja-branca> - acesso em 22/08/23.

ANEXOS

LINK PARA TODOS OS ANEXOS (senha: andreaabor)

<https://andreaabor.com/o-ritmo-do-peso/>

1) Gravações e transcrições de aulas do GRUPO DE PESQUISA DOS FUNDAMENTOS DO CONTATO IMPROVISAÇÃO

1o módulo – link com as **gravações em áudio** do 1o módulo de aulas do grupo Corpo em Contato (março/ abril e maio de 2022): https://drive.google.com/drive/folders/1UMKI_7LgCgD7ipoxm9cxckUoUJ3nSXr7?usp=sharing

2o módulo – link contendo as **transcrições** referentes às gravações feitas ao final das aulas sobre o conteúdo abordado em cada aula e como repercutiu nos alunos (março / abril 2023): <https://drive.google.com/drive/folders/15Gnxw4bmNyfsKmLZ3GmqfIS9iwdmd8wR?usp=sharing>

3o módulo – link contendo as **transcrições** referentes às gravações feitas ao final das aulas sobre o conteúdo abordado nas aulas e como este repercutiu nos alunos (agosto / setembro 2023): <https://drive.google.com/drive/folders/1rYyCHkvdXO9g43fiyp3jpn6Nh1i2LrY?usp=sharing>

2) PODCAST & DESENHOS

PODCAST – CORPO EM CONTATO – Grupo de estudos, Contato-Improvisação e abordagens somáticas na dança, coordenado por Andrea Jabor. As três gravações disponíveis neste podcast são registros de aulas que aconteceram no espaço do estúdio Casa 38, no Humaitá, Rio de Janeiro, entre os meses de abril e maio de 2022: <https://podcasters.spotify.com/pod/show/corpo-em-contato>

DESENHOS link de acesso aos **desenhos feitos pela artista Manon Bourgeade**, que participou das aulas do grupo de pesquisa e registrou em desenhos os exercícios com anotações e comentários: <https://drive.google.com/drive/folders/19Qdyzq0Y22VmGoJtYZYYjAM-hVTqFJ3s?usp=sharing>

3) ENTREVISTAS

Entrevista com Tica Lemos, feita por Andrea Jabor em 2006. Disponível em: <https://qrco.de/beXqw1>

Palestra de Lisa Nelson no SEMINÁRIO COMUNICAÇÃO VIVA - Conversa pública com Steve Paxton, Lisa Nelson e Tica Lemos. - Mediado por Fabiana Brito, Sesc Belenzinho, São Paulo, 27 de janeiro de 2006. Gravação, transcrição e tradução de Andrea Jabor. Disponível em: <https://andreaabor.com/o-ritmo-do-peso/>

Palestra de Steve Paxton no SEMINÁRIO COMUNICAÇÃO VIVA - Conversa pública com Steve Paxton, Lisa Nelson e Tica Lemos. - Mediado por Fabiana Brito, Sesc Belenzinho, São Paulo, 27 de janeiro de 2006. Gravação, transcrição e tradução de Andrea Jabor. Disponível em: <https://andreajabor.com/o-ritmo-do-peso/>

Entrevista com Steve Paxton, feita por Andrea Jabor, 2006. Disponível em <https://qrco.de/beYzTf>

Lydia Hortélio no Almanaque Brasil de Cultura Popular. É Preciso Brincar para Afirmar a Vida, São Paulo, no.114 ano, p.23-25, 2008. Disponível em: <https://andreajabor.com/o-ritmo-do-peso/>

Currículos das bailarinas da Companhia Arquitetura do Movimento. Disponível em: <https://andreajabor.com/o-ritmo-do-peso/>