

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO RIO GRANDE DO SUL
UNIDADE UNIVERSITÁRIA EM MONTENEGRO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM DANÇA: LICENCIATURA**

JENNIFER ADANE MÓR

**ACESSOS AO ESTADO DE FLOW NA IMPROVISAÇÃO EM DANÇA:
Cinco Peles**

**MONTENEGRO
2023**

JENNIFER ADANE MÓR

**ACESSOS AO ESTADO DE FLOW NA IMPROVISAÇÃO EM DANÇA:
Cinco Peles**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
apresentado como requisito parcial para
obtenção do título de Graduada em
Dança: Licenciatura na Universidade
Estadual do Rio Grande do Sul.

Orientadora: Prof^a. Dra Kátia Salib Deffaci

MONTENEGRO

2023

Catálogo de publicação na fonte (CIP)

M827m Mór, Jennifer Adane

Acessos ao estado de flow na improvisação em dança: Cinco Peles/ Jennifer Adane Mór. – Montenegro: Uergs, 2023.

54 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Estadual do Rio Grande do Sul, Curso de Dança (Licenciatura), Unidade em Montenegro, 2023.

Orientadora: Prof.^a Dra. Kátia Salib Deffaci

1. Cinesfera. 2. Corpo. 3. Improvisação em tempo real. 4. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação). I. Deffaci, Kátia Salib. II. Curso de Dança (Licenciatura), Unidade em Montenegro, 2023. III. Título.

JENNIFER ADANE MÓR

ACESSOS AO ESTADO DE FLOW NA IMPROVISAÇÃO EM DANÇA:

Cinco Peles

Trabalho de Conclusão de Curso TCC
apresentado como requisito parcial para
obtenção do título de Graduada em
Dança: Licenciatura na Universidade
Estadual do Rio Grande do Sul.

Orientadora: Prof^a. Dra Kátia Salib Deffaci.

Aprovada em: / /

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: Prof. Dra. Kátia Salib Deffaci
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul

Prof. Me Sílvia da Silva Lopes
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul

Prof. Ma Juliana Klock Vicari
Mestre em Artes Cênicas/ UFRGS

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente ao maior presente que a vida e a universidade me deram, minha irmã de alma Natália, que se não fosse pelas conversas, reflexões no ônibus, pelas inúmeras trocas, pelas partilhas na vida e no trabalho, não teria nem chegado perto da conclusão dessa pesquisa. Você faz parte de cada pequeno detalhe aqui, minha amiga. Obrigada por tanto!

Agradeço às alunas participantes, Cris, Jully, Alice, Samara, Maria e Myllena, por terem mergulhado de cabeça e confiado com todas “as peles” nessa grande jornada. Gratidão pela confiança e entrega, era para ser, cada uma de vocês, estar nesta etapa comigo. E aos meus colegas Dani e Carol que “tcceram” junto comigo.

Agradeço minhas professoras-mestras que, ao longo destes oito anos de graduação me fizeram quem sou:

Aline, com sua doçura sempre irradiando inspiração e comprometimento.

Juliana, que, como disse em sua “partida”, simplesmente revolucionou a graduação para mim, me fazendo acreditar na potência desse curso e em cada aula e em cada fala, me transformou a ponto que, grande parte está nesta pesquisa.

Sílvia, que foi uma “mãe”, confidente, caroneira, mestra, me mostrou que até nos momentos mais difíceis o amor pela dança vence. E ela esteve aqui, levando acolhimento a quem estivesse por perto. O curso de Dança e eu só existem hoje por causa dela. (É um adendo às caronas, que se não fossem por elas talvez não tivesse me formado!)

E Kátia, minha orientadora, que simplesmente abriu minhas asas e colocou-as para voar, me fez encontrar meu lugar no mundo e mostrou que ele é gigante, e me educou a olhar para a Arte (e para a vida) com tanta sensibilidade e profundidade. Hoje sou o que sou, por causa de ti, prof. Nunca saberei mensurar o quanto sou grata por isso.

E agradeço ao meu companheiro de vida Felipe e a minha sogra Vilma, que seguraram a minha mão neste momento desafiador para que pudesse viver essa etapa na minha vida. Nunca vou esquecer que foram vocês meu alicerce neste momento, muito obrigada.

Agradeço a minha família, minhas alunas, colegas e amigos, que ao longo desses anos, estiveram apoiando, incentivando, participando e fomentando.

Agradeço a Julie pelo suporte, sensibilidade, amparo e cuidado nesta profunda jornada da vida.

Agradeço a Vida, ao universo, a magia, aos que me cuidam, por me proporcionarem a realização deste sonho. (E todas as minhas versões que não me deixaram desistir!)

Dedico a minha mãe Lousane (in memorian) e minha avó Lorena (in memorian) que me cuidam e protegem do lugarzinho em que estão. E ao meu pai Adão, o meu maior incentivador e fã, que esteve desde o primeiro dia de aula segurando a minha mão e acreditando comigo. É por vocês!

RESUMO

Este trabalho investiga os acessos ao *estado de Flow* na dança através da improvisação em tempo real. A organização das improvisações foi inspirada na teoria das cinco peles do artista Hundertwasser, criando então, interrelações com conteúdos do Sistema Laban/Bartenieff dentre outros conteúdos. Foi realizado com uma turma de improvisação de um estúdio de dança em Gravataí/RS com alunas mulheres, adolescentes e adultas. A metodologia de pesquisa utilizada foi a Prática como Pesquisa (PaR), com inspiração na Abordagem Somático Performativa. Em práticas de experimentações nas Cinesferas, entendeu-se as relações de repertório de movimento a partir do que chamou-se de corpo-sujeito e *corpoespaço* para (re)conhecimento do repertório corporal interpessoal de cada aluna. No processo, identificou-se três elementos impulsionadores para os acessos, como, o imaginário, a intuição corporal e o estado de presença, que atuaram como condutores estruturantes para que cada aluna encontrasse o seu *estado de Flow*. Pretende-se que esta pesquisa possa entender os caminhos dos acessos ao *estado de Flow* na dança, refletir sobre sua importância como metodologia no ensino informal e as reverberações na concepção artística enquanto composição coreográfica e elemento cênico.

Palavras-chave: Improvisação em tempo real. Estado de flow. Corpo. Improvisação em dança. Cinesfera.

ABSTRACT

This work investigates accesses to the state of Flow in dance through real-time improvisation classes. The organization of the improvisations was inspired by the theory of the artist Hundertwasser's five skins, creating interrelations with contents of the Laban/Bartenieff System among other contents. It was carried out with a improvisation class at a dance studio in Gravataí/RS, with female students, teenagers, and adults. The research methodology is the Practice as Research (PaR), inspired by the Somatic Performative Approach. In practices of experimentation in the kinespheres, the relationships of movement repertoire were understood from what was called the body-subject and body-space for the (re)cognition of each student's interpersonal body repertoire. In the process, three driving elements were identified for the accesses, such as the imaginary, bodily intuition, and the state of presence, which acted as structuring conduits for each student to find their state of Flow. Finally, this research aims to elucidate the paths of access to the state of Flow in dance, reflect on its importance as a methodology in informal teaching and the reverberations in the artistic conception as choreographic composition and scenic element.

Keywords: Real-time improvisation. Flow state. Body. Improvisation in dance. Kinespheres.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Desenho manual.....	17
Figura 2 - Desenho manual.....	18
Ilustração 1 - Primeira Pele.....	24
Ilustração 2 - Segunda Pele.....	26
Ilustração 3 - Terceira Pele.....	29
Ilustração 4 - Quarta Pele.....	32
Ilustração 5 - Quinta Pele.....	35
Figura 3 - Desenho manual - Registro pós aula.....	39
Figura 4 - Desenho manual.....	48

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	11
1 TECENDO AS CAMADAS.....	16
1.1 EPIDERME: SOBRE A METODOLOGIA DAS PRÁTICAS.....	16
1.2 SUBCUTÂNEO: SOBRE A METODOLOGIA DA PESQUISA.....	21
2 CINCO PELES.....	24
2.1 PRIMEIRA PELE: CONEXÃO.....	24
2.2 SEGUNDA PELE: CASULO.....	26
2.3 TERCEIRA PELE: ESPAÇO.....	29
2.4 QUARTA PELE: NATUREZA.....	32
2.5 QUINTA PELE: PAISAGEM.....	35
3 SENTINDO ALÉM.....	40
3.1 IMPROVISACÃO É COMPOSIÇÃO?.....	40
3.2 FIGURINO PARA QUEM?.....	42
3.3 EXISTE PROFESSOR-ARTISTA FORA DA ESCOLA?.....	43
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	47
REFERENCIAIS BIBLIOGRÁFICOS.....	50
ANEXO - TERMOS DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TALE.....	52

INTRODUÇÃO

Iniciei as aulas de Ballet Clássico aos oito anos e ele foi minha referência de dança até ingressar na graduação. Na minha primeira aula prática de improvisação na Universidade, um universo de possibilidades se abriu. Por isso, este trabalho de conclusão de curso aborda uma pesquisa a partir dos meus processos e descobertas junto a improvisação, que foi trilhado ao longo destes últimos anos. A partir de algumas experiências e inquietações, cheguei nesta experimentação citada abaixo,

Eu sinto minha respiração acelerar, mas, meu coração se acalma. Minha pele está quente como fogo. Minhas mãos formigam, meus pés despertam com a grama gelada. Corro em direção a uma samaúma, com um vento gelado batendo atrás no meu pescoço. A lua cheia conversa comigo, e lembro porquê dói. E danço com a água do peito sob a pele. Minha Cinesfera se encolhe e expande, e numa espiral subo e desço da terra até o alto. Quando o sol chega no meu rosto, sinto o calor da vida. E em cada mover, é como se estivesse descobrindo algo novo sobre mim. Até pertencer. (trecho de diário de pesquisa, MÓR, 2023).

Assim foi a minha improvisação. Senti que algo diferente tinha acontecido. A dança conversava comigo. E não só isso, ela me levava para *lugares* não habitados por nós, ainda. E a partir dali, eles começaram a ser. Agora não consigo mais olhar para o mundo com os mesmos olhos, pois, tudo está diferente. Assim como coloca Raquel Gouvêia (2009),

Dançar é também um processo de conhecer a si mesmo pelo movimento e de colocar-se ao alcance do outro, corpo-e-corpo, Pessoa-e-Pessoa. Um verdadeiro encontro feliz de singularidades e diferenças: você trans-forma e é trans-formado simultaneamente, cinesteticamente. (GOUVÊIA, 2009, p 343)

A partir destas improvisações, percebi que um estado de corpo era acessado de forma diferente do que outras práticas de dança, principalmente aquelas em que a metodologia da aula era baseada em replicar uma coreografia. Era como se eu estivesse em um estado imersivo, conectando presença, imaginário, corpo e mente.

Esta pesquisa entende a improvisação como uma dança do instante, algo criado pelo corpo, imaginação e repertório de movimento a partir dos estímulos da

música, do estado de corpo e mente, não coreografada previamente ou copiada, e sim, sentida e assim expressada pelo movimento.

[...] a improvisação como um fenômeno de criação imediata de dança; uma dança não coreográfica (no sentido de não pretender a codificação nem a notação), que se dá a ver no momento em que é criada, uma vez que dela pouco se sabe antecipadamente (GOUVÊIA, 2009).

Contudo, acredito que para a improvisação acontecer, acessamos nossa intersubjetividade corpórea, trazendo o processo como testemunho da experiência de composição no presente da ação (RIBEIRO, 2015). O exercício da presença em improvisação, encontra em diversos conceitos formas de interpretações subjetivas que afinam interesses particulares das histórias corporais de cada um, exploradas, investigadas e pesquisadas em processos de experimentações. A improvisação de dança é um acontecimento múltiplo, dinâmico, que faz conviver, convergir e divergir diferentes possibilidades, criando dessa maneira sua singularidade, tanto no corpo, quanto na vida (GOUVÊIA, 2009, p. 343).

Esta pesquisa declara-se também com um limiar entre o território da improvisação em dança e a composição, que nem sempre é fácil de traçar, e os dados, conceitos e questionamentos referentes ao que define cada conceito irão aparecer ao longo do trabalho.

Relacionei todas essas sensações a um *estado de Flow* na Dança, a partir de uma teoria abordada pelo psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi, que estuda a psicologia do alto desempenho da felicidade, no estado em que uma pessoa fica tão envolvida numa atividade que nada mais parece importar, em que a experiência em si é tão apreciada que nos entregamos a ela mesmo a um alto preço, pela mera satisfação de vivê-la (CSIKSZENTMIHALY, 2020, p.14). É um conceito estudado pela psicologia, contudo, áreas como sociologia e antropologia a estudam para aprofundar pesquisas que atravessam a experiência humana. O autor cita a Dança como uma maneira provável de ser a pioneira no acesso ao *estado de Flow*, desde as Danças ritualísticas até o Balé Bolshoi (CSIKSZENTMIHALY, 2020, p.121).

Apesar do caminho de reflexão sobre a Dança ser diferente daquele trazido pelo autor, aproximo seu conceito de *Flow* à esta pesquisa, através do meu olhar de artista da Dança, que não pesquisará a Dança como caminho para chegar neste

estado de Flow, e sim, como alguns elementos da improvisação em Dança também podem gerar esse estado – ou não –. Então, chegamos na pergunta: Como acesso o *estado de Flow* na improvisação?

Esta pesquisa, portanto, organizou-se no estudo de uma turma de improvisação, com seis mulheres tendo diferentes experiências em dança, nas faixas etárias de 13 a 40 anos. Coloco-me como uma professora-artista para investigar o *estado de Flow*. As aulas aconteceram no ensino não formal¹, realizadas no Estúdio de Dança Lousane², de março a junho, com treze encontros ao total, semanais de duas horas corridas. A escolha de realizar esta pesquisa em um ambiente não escolar se deu pelas inquietações a partir da prática como *professor-artista* (ICLE, 2012) neste espaço de atuação, como será refletido no quarto capítulo, no tópico 4.3.

A metodologia utilizada é a prática como pesquisa, com inspiração na Abordagem Somático-Performativa (PSP), por contemplar os quatro princípios fundantes da abordagem, por ter a arte como elemento-eixo, pelos processos e estudos terem constituição viva e integrada, por ser guiada pelo impulso de movimento e por ter a performance como (anti)método (FERNANDES, 2018, p.117).

O interesse nesta abordagem é por acreditar que ela ofereça caminhos possíveis para o encontro de proposições que possam servir de experimentos, construindo caminhos de possíveis respostas ao *estado de Flow*.

Tensionados pela subjetividade que busca resistir a impressões, pensamentos, movimentos e sentimentos massificados, os improvisadores e os espectadores da dança mobilizam atenção e imaginação, entre outros tantos pontos da rede corporal engajada nessa experiência estética de relação, para construir espaços poéticos, redesenhar temporalidades e experimentar os possíveis daquilo que nos passa. Importa, assim, intensificarmos o exercício da presença na espessura do instante na improvisação em dança por meio da fruição atenta e afetiva de desenhos de corpos em trânsito, corpos em passagem. (RIBEIRO, 2020, p.79)

¹ Entende-se ensino não formal aquele que configura-se pela realização de aulas, cursos livres e atividades de ensino, organizadas com uma sistematização personalizada fora do contexto escolar, tendo sua duração variável, podendo conceder títulos não acadêmicos.(CARVALHO, 2013)

² Estúdio de Dança Lousane é uma escola de dança, pilates e yoga localizada no bairro Morada do Vale I, um bairro periférico do município de Gravataí, região metropolitana de Porto Alegre, no qual eu sou a idealizadora. O nome Lousane é em homenagem a minha falecida mãe.

Pensando nestes *desenhos dos corpos em trânsitos*, começaram a surgir perguntas sobre como é esse processo para cada pessoa, que elementos, técnicas, "gatilhos" eram acessados para embarcar neste estado *Flow*. Percebi que acessava sensações, fruições, sentimentos, pensamentos e racionalidades que em danças codificadas não encontrava, por tomar como ponto de partida a minha singularidade de movimento, a minha história corporal com ou sem modalidade de dança.

A partir das pesquisas de (BARROS, 2008) me inspirei na teoria das cinco peles de *Hundertwasser*³, em que ele tece sobre as maneiras e camadas de como *ser e estar* sobre o mundo, questionando nossa construção estética e simbólica sobre as formas de vida. As peles, segundo o artista, são em ordem: a epiderme, vestuário, casa, identidade social e pele planetária. De forma simbólica, crio as minhas peles para este processo, sendo elas: conexão, casulo, espaço, natureza e imaginário. Cada pele vai conversar com diferentes camadas de consciência corporal e mental, imaginação, emoções e dinâmicas de espaço, tendo como ponto de partida o repertório explorado nas experimentações e também do que cada aluna já trás consigo de relações com o movimento e dança.

Falar da dança de um corpo-sujeito no mundo em conexão é evidenciar o que Laurence Louppe (2012) chamou de *geografia das relações*. Podemos pensar a dança, a improvisação em dança, também como essas escritas de mundo sob a forma de relações entre os sujeitos-corpos em movimento. Relações essas que se estabelecem por meio de atenção e escolhas compartilhadas, transferências de peso, construindo uma poética das tonicidades. Tal poética, aqui tomada como própria do ato criador da composição artística, faz-nos ver a singularidade dos corpos que são os próprios criadores da experiência de composição no instante, de dança-improvisação. (MEDEIROS, 2020, p.78)

E cada ato improvisador, ainda neste processo, destaca essa *geografia das relações* (LOUPPE, 2012). O *estado de Flow* pode nos oferecer um terreno muito fértil, acessando a presença e a *intuição corporal* (GOUVÊIA, 2009) de cada corpo, atuando "dentro e fora" da dança. E assim, a improvisação partindo desse estado de *Flow* é uma possibilidade de estar em conexão com este corpo-sujeito no mundo.

A alteração da consciência parece ser condição para estar no movimento e fora de todas as coisas, assim como a intuição corporal parece ser o meio

³ Hundertwasser era austríaco, foi um pintor, escultor, arquiteto, designer de selos postais, desenhista, ambientalista, artista gráfico e ecologista. Faleceu no dia 17 de fevereiro de 2000 aos 71 anos.

que o improvisador usa para escolher imediatamente, entre as múltiplas sensações e micro-sensações, as que melhor lhe permitirão realizar, ou atualizar esse fluxo virtual no aqui e agora da improvisação.” (GOUVEIA, 2009, p.347).

A escrita desta monografia está dividida em três capítulos. No capítulo um “*Tecendo as Camadas*” trarei o referencial teórico e todas as relações com o trabalho prático desenvolvido. No capítulo dois “*Cinco Peles*” conversaremos sobre a definição, processo, experimentações e os caminhos poéticos trilhados nas improvisações. E por último, o terceiro capítulo “*Sentindo Além*” discutirá os atravessamentos dos elementos da cena, do lugar de professora- artista neste processo, as reverberações disso no espaço informal e a significação do *estado de Flow* nos processos metodológicos.

Como considerações finais, desejo entender como é o *estado de Flow* na Dança e porque seria interessante para um artista da Dança acessá-lo na improvisação. Entender como colocamos isso em cena, qual a diferença de improvisar este estado na sala de aula e no palco, e as especificidades de toda a jornada.

1 TECENDO AS CAMADAS

1.1 EPIDERME: SOBRE A METODOLOGIA DAS PRÁTICAS

Para toda a construção e costura dessa grande teia de referenciais, é importante entendermos o “chão” que organiza o “caminhar”. Aqui, a Cinesfera (FERNANDES, 2009) opera como um conceito metodológico e estruturante que serviu como base para entendimento da leitura dos espaços internos e externos de movimento.

Ela é subdividida em:

- O Espaço Interno que consiste no volume do corpo;
- O Espaço Interpessoal que se refere ao espaço físico tridimensional ao redor do corpo, alcançável ao estender-se sem que seja necessário transferir seu peso;
- O Espaço Geral que é o meio ou área na qual a ação ocorre ou se inclui;
- O Espaço de Ação que é a área específica onde a ação acontece;
- A Cinesfera Psicológica, que seria uma expansão da consciência a partir das sensações, uma reivindicação do espaço pessoal. (FERNANDES, 2009, p.183)

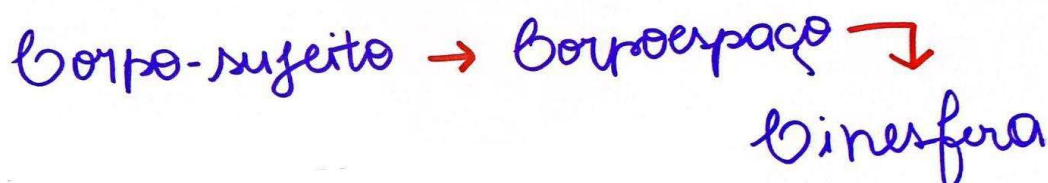
Como uma grande agulha que costura essas subdivisões, trago o conceito de *corpoespaço* (MUNDIN, 2017).

[...] Toda experiência é concreta e subjetiva, objetiva e emocional, individual e social (mas é leitura individual de uma prática social). [...] "Meu corpo é o verdadeiro umbigo de meu mundo, não no sentido do ponto de observação de uma perspectiva central, mas como único local de referência, memória, imaginação e integração". De modo mais amplo, o *corpoespaço* está além do que é visível e da humanidade. Porém, como não se faz possível abarcar a totalidade do mundo, o recorte que se faz aqui é de uma leitura de *corpoespaço* com base na perspectiva humana e do que se materializa como existência. (MUNDIN, 2017, p.87)

O corpo-sujeito refere-se ao *eu interior* (o repertório de movimento referenciado durante a vida, seja técnico, social, físico e em todas as nuances de corpo) na subjetividade e singularidade e é a partir dele que faremos a leitura do do

corpoespaço que consiste nas relações com o espaço “cinesférico” (interno, interpessoal, de ação, geral e psicológico) que se dá no momento presente.

Figura 1 - Desenho manual



Fonte: Arquivo pessoal

A forma como cada aluna desta pesquisa desenvolveu sua Cinesfera afetou a organização de sua dança, imprimindo os “dois corpos” dentro da exploração do seu repertório. É exatamente essa subjetividade que torna o processo tão significativo, pois, a forma como nosso *corpo-sujeito* se relaciona com o mundo a partir do seu *corpoespaço*, constrói as intersubjetividades corpóreas possibilitando diferentes proposições para o *estado de presença* durante a improvisação. Então seria a conversa, da história de movimento do corpo até ali (numa perspectiva de passado), se relacionando com os estímulos presentes naquele espaço (no momento presente), para assim resultar em novas possibilidades de movimento (ampliando o repertório para o futuro). Sendo assim, a Cinesfera é o “terreno” para as experimentações.

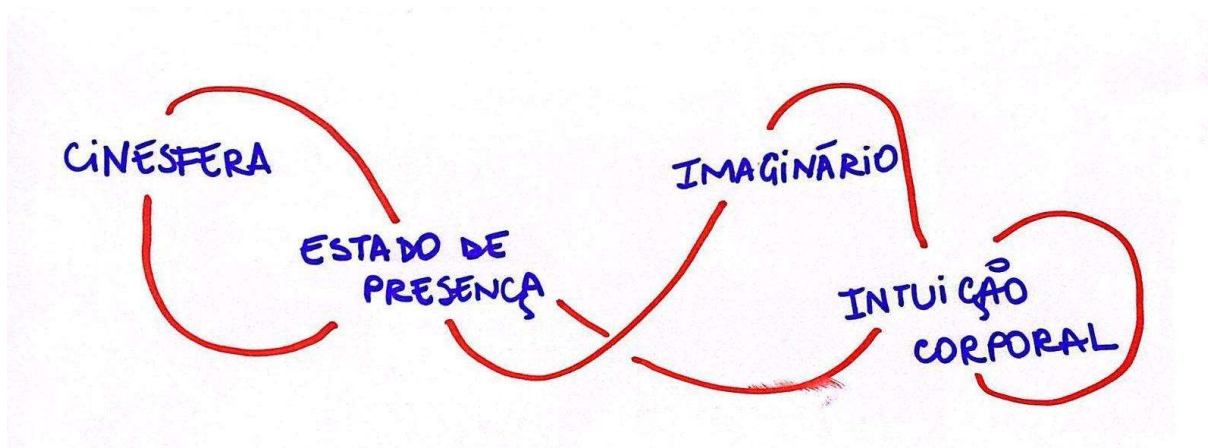
A improvisação faz dançar a memória. Ou seja, se pensarmos a constituição temporal não como uma sucessão de tempos, mas como percepção dos índices do “passado” a partir de um olhar extemporâneo, a memória (dançada, dançan-te) responde ao chamado do presente. A formação do sujeito se dá através das vivências constantes negociadas pela memória. Devemos então pensar a constituição temporal não como uma sucessão de tempos, mas como a irrupção de um feixe. (MUNDIM; MEYER; SILVA; 2013, p. 11)

Tivemos momentos em que a condução da exploração se deu através da voz, momentos onde elas improvisaram apenas pela música e momentos que elas puderam apreciar umas às outras dentro do seu *estado de Flow*.

A improvisação é uma dialética entre os recursos profundos do bailarino, o acontecimento suscitado pela experiência e o olhar que reflete e nos dá novas perspectivas ou que, pelo contrário, desloca e recua as fronteiras do possível com uma força renovada. (LOUPPE, 2012, p.235)

O objetivo aqui não é encontrar uma “fórmula mágica” como um passo-a-passo para chegarmos ao que estou chamando de *estado de Flow*, e sim, reconhecer os principais elementos impulsionadores que podem ser definidos dentro das múltiplas relações que são criadas ao improvisar. Sendo assim, a partir dos processos dos encontros da turma de improvisação, pude perceber a junção de quatro conceitos,

Figura 2 - Desenho manual



Fonte: arquivo pessoal

Entende-se estado de presença como o disponibilizar do corpo, um aquecimento, uma primeira camada, com estados ampliados de consciência, que segundo Claudia Mele (2019), nos colocam em contato com percepções sutis, ligadas à intuição e à criatividade, pensando nesse estado pela perspectiva interna e experiência particular da pessoa dançante, sem se preocupar ou se relacionar com dramaturgia neste momento (MELE, 2019, p. 2). Ao mesmo tempo que sensibilizamos a pele, rotamos as articulações, respiramos tridimensionalmente deitadas no chão, também foi instigado que “aquecessemos” a nossa percepção do ambiente com sons, iluminação, texturas, temperatura, como nosso estado mental, humor e etc. Todos esses elementos nos conectam com a atenção viva, chamada aqui de presença.

Jussara Miller (2016), escreve sobre a Técnica Somática de Klauss Vianna, no qual o *Processo Lúdico*, foi inspiração para as práticas de *estados de presença*,

Estimulamos o aluno a (re)conhecer o próprio corpo, para que ele possa promover a transformação gradual de ausência corporal para presença corporal, ou seja, da "dormência" para "o acordar", e, conseqüentemente, disponibilizar o corpo para lidar com o instante do momento presente. Essa transformação se dá pelo despertar dos cinco sentidos, mediante os quais nos relacionamos com o mundo e desenvolvemos o sentido cinestésico, que compreende a percepção do corpo no espaço e no tempo. (MILLER, 2016, p.54)

O imaginário aqui é aquele percebido/encontrado nas práticas da turma de improvisação como sendo uma dramaturgia, na perspectiva de processo imaginativo e poético. É um caminho de imaginação, a condução do raciocínio, o mergulho da mente na prática, um encadear de imagens, que é estimulada através de perguntas diferentes em cada pele, fazendo associações com o subconsciente delas, e da minha condução, a partir de narrativas e imagens. Sendo nos âmbitos emocional, simbólico ou físico, e também, conversando com a música, dará o tom para a cinestesia do momento, fazendo com que a aluna crie sua própria condução "imaginativa" a partir disso.

Entende-se dramaturgia como uma lógica interna, como chama Marila Velloso (2014), um sentido para o movimento a partir da subjetividade da aluna.

Há uma lógica interna, como um constante vir a ser, com o qual a própria dança trabalha ao contemplar o estudo do corpo, do espaço, do tempo, da percepção [...] A lógica interna vislumbra uma lógica de entendimento que se desdobra no modo de selecionar informações que estão no ambiente, dentro e fora do corpo e que dizem respeito a um modo de escolher. Trata-se de lógicas de compreensão que os artistas-pesquisadores partilham e reconhecê-las no fazer artístico torna-se importante para o entendimento do que se faz." (VELLOSO, 2011, p.193)

A dramaturgia dialoga com a essência performática da criação em improvisação, carregando sentido para a aluna.

Nesse sentido, a dramaturgia de um corpo permite analisar como o artista se relaciona com aquilo que cria ou reproduz e com o lugar onde propõe sua dança. O que se dá a ver em uma dramaturgia diagnostica um determinado modo de organizar e configurar uma idéia, temática ou argumento. É um modo de se relacionar com determinados contextos, limites e campo de possibilidades. (VELLOSO, 2011, p. 193)

Perpassando pelo *estado de presença* e a estruturação da dramaturgia chamada aqui de *imaginário*, é possível olharmos com atenção para mais um aspecto que se faz presente quando estamos improvisando, a *intuição corporal* (GOUVÊIA, 2009), que será como o corpo irá escolher se mover na improvisação em tempo real.

Experienciar a improvisação e composição em tempo real é abrir espaço de interação, de diálogo de intercâmbio, de percepção intensa, de criação. É como saltar de paraquedas: ter controle e perder controle, colocando-se aberto aos sentidos. É permitir-se o gozo e a frustração e, com base nessas ações, em princípios individuais, compartilhar os sentidos, excitar ou desconstruir o outro por meio das relações que se estabelecem. (MUNDIN, 2017, p.138)

A partir destas concepções, entenderemos as experiências de vida, de corpo, o espaço, as escolhas e os questionamentos como matéria-prima dos experimentos da pesquisa.

Como fundamento de trabalho metodológico em sala de aula, além da Cinesfera e alguns elementos da categoria Corpo e Forma, também trabalhamos nas Qualidades de Movimento - Peso, Espaço, Fluxo e Tempo de Laban, e os Princípios de Movimento da Bartenieff, todos de acordo com Ciane Fernandes no livro *O Corpo em Movimento: O Sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em Artes Cênicas* (2006).

Para Laban e seus seguidores, o corpo como <<geografia das relações²>> elabora-se a partir de um impulso interior (*inner impulse*) que visa exteriorizar e, de seguida, simbolizar uma relação. Não se deve, porém, assumir que a relação interior-exterior se resumiria a um processo de exteriorização dos conteúdos ocultos do <<eu>>. Na dança, o <<eu>> circula. É, de facto, ao mesmo tempo, objeto e actor dessa circulação relacional. Os quatro factores enunciados por Laban são de alguma forma as <<chaves>> dessa circulação. (LOUPPE, 2012, p.103)

1.2 SUBCUTÂNEO: SOBRE A METODOLOGIA DA PESQUISA

Em 2020, onde todo o contato do mundo era apenas virtual, realizei um curso online chamado “Reaprendizagem Criativa” do Murilo Gun⁴, que tinha como eixo central a criatividade. Me chamou atenção o conceito de Flow que ele utilizou em um dos módulos, sinalizando que o livro de referência tinha sido traduzido e recém chegado ao Brasil. Assim, aproveitando a oportunidade, comprei. No componente curricular de Pesquisa em Dança, resolvi aprofundar as pesquisas sobre este conceito juntamente com a dança e improvisação, pois, achei muito familiar as aproximações entre as sensações/experiências e as definições do autor sobre o *estado de Flow*.

Já sobre as Cinco Peles, experimentei pela primeira vez a “primeira versão”, em um trabalho do componente curricular de Estudos Coreográficos⁵, em que ainda em um contexto pandêmico de 2021, estive conectada profundamente com os improvisos que faziam sentido naquele momento de vida. Quando percebi, uma coisa levava a outra e como realizei no mesmo semestre os dois componentes, fiquei bastante curiosa sobre como seria experimentar com um grande grupo, tudo que eu acessei no meu trabalho de corpo e escrita, no Trabalho de Conclusão de Curso. Então, analisei o que pesquisei em cada pele no meu processo e elaborei uma ideia geral para esta pesquisa pensando no grande grupo.

Chegando aqui, o processo da escrita e prática não foi linear, determinada. O ponto de partida estava estruturado, contudo, tive que voltar às minhas peles, agora pela perspectiva do processo das alunas, em improvisações durante a escrita, para então, entender genuinamente os transbordamentos que estavam acontecendo. Tinha pré-estabelecido as cinco peles em uma “ordem” e quando percebi, os processos delas mudaram completamente a lógica que eu tinha deslumbrado, e assim, a “magia” da Prática como Pesquisa aconteceu. Inclusive, senti a necessidade de em uma mesma aula, experimentarmos duas peles, por exemplo.

⁴ Murilo Gun foi um dos pioneiros da internet no Brasil, morou 3 meses num centro de pesquisas da NASA, no Vale do Silício, estudando futurismo na Singularity University, e na volta fundou a KEEP LEARNING SCHOOL, uma escola de cursos online de criatividade.

⁵ A videodança resultante do componente curricular está disponível em: <<https://youtu.be/wyKFzGFKsm4>> acessada em 13 de jun, 2023.

Ao invés dos binômios teoria/prática e ciência/arte, é a partir do binômio experiência/sentido (BONDÍA, 2002) que a obra de arte, o corpo e o movimento deixam de ser objetos de análise crítica e passam a ser sujeitos ativos e organizadores de todas as instâncias. O que nos move é como nos movemos. A escrita é determinada pelo processo do que se escreve. O conteúdo nos ensina seu próprio método, flexível e coerente, aguardando nas infinitas possibilidades cristalinas do "espaço tempo" quântico. (FERNANDES, 2012b, p.71-72)

Nesse espaço-tempo não linear, e sim, sincrônico com os sentidos, a segunda pele se tornou a quarta, enquanto a terceira se tornou a segunda, e distante, as peles se repetiam de diferentes formas, e fui percebendo esses movimentos acontecerem dentro do todo. Essa imprevisibilidade, que só pode ser entendida por uma abordagem que priorize a obra de arte e seus processos como modos de gerar sabedorias específicas, únicas e relevantes, no caso desta pesquisa se chama Prática como Pesquisa (PaR) inspirada na Abordagem Somático-Performativa (PSP) (FERNANDES, 2018).

A abordagem Somático-Performativa é uma metodologia de Prática como Pesquisa, mais especificamente de Prática Artística como Pesquisa, que associa a performatividade e a somática em processos integrados de ensino e pesquisa em criação em artes cênicas, mas que pode ser aplicado a qualquer campo de conhecimento. Por integrar ensino, pesquisa e extensão, denominei-a de *abordagem*, influenciada pelo método do Movimento Autêntico e a técnica dos Bartenieff Fundamentals, além da Análise Laban/Bartenieff em Movimento, a dança-teatro, a arte da performance, a dança-improvisação e a dança clássica indiana de estilo *Bharatanatyam*. Mas, quando utilizada especificamente como abordagem de pesquisa, aplicada ao desenvolvimento de projetos nesta linha, é denominada Pesquisa Somático-Performativa (abreviada como PSP) e traduzida para o inglês como *Somatic-Performative Reseach* (SPR). (FERNANDES, 2018, p.133)

Nas aulas, utilizamos o espaço físico como parte do *corpoespaço*, entendendo que de uma forma subjetiva, o corpo entende onde começa e termina sua Cinesfera Interpessoal e como *espaço performativo* dentro da lógica da Abordagem PSP. A sala de aula do Estúdio de Dança Lousane, possui 36m², é quadrada, tem duas barras fixas pretas em uma das paredes, possui dois ventiladores de teto e ar condicionado e espelhos em uma das paredes. Duas janelas grandes com visibilidade para o pátio e parte da rua. A cor da sala é bege quente e coral. Possui um "corredor" de luzes *led* próximo à janela e elas que

estiveram acesas durante todas as aulas, pois, preferimos que a sala permanecesse mais escura por ser mais agradável para os processos.

Na Abordagem Somático-Performativa, pulsões espaciais compõem não apenas o movimento do dançarino, mas todas as formas e as relações entre elas. Portanto, também os processos de ensino, pesquisa e extensão em artes cênicas são compostos por inteligências dinâmicas pulsionais num todo espacial inter-relacional. Isso implica numa pulverização do poder e no reconhecimento da diversidade pulsional de cada soma, porém sem perder a noção do todo de/em movimento. Todo soma é constituído por pulsões espaciais que merecem consideração e espaçotempo de emancipação, realização (performance) e participação. Também a escrita, desenhos, registros (fotográficos e videográficos), objetos e ambientes são pulsionais na composição do espaço performativo de ensino e pesquisa em criação. Portanto, é fundamental estarmos receptivos para percebermos as diversas pulsões espaciais em cada situação e sua composição, para que possamos mover e ser movidos de forma somática, atravessando e transformando a história de dominação do corpo. (FERNANDES, 2018, p.149)

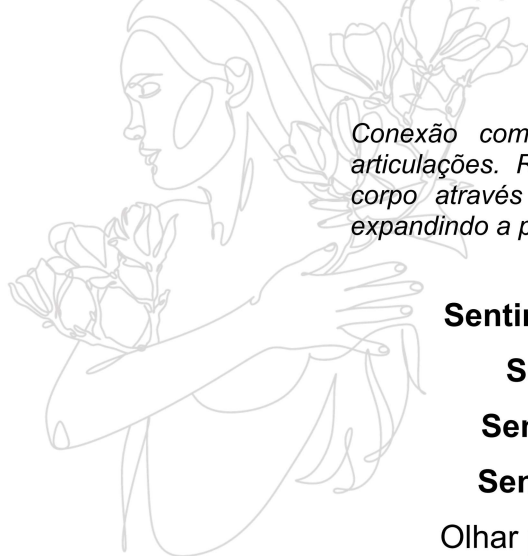
Cada pessoa carrega na sua Cinesfera seu *corpo-sujeito* e seu *corpoespaço*, e, relacionando com o que a Ciane Fernandes (2018) conceitua sobre as “pulsões espaciais”, fiz uma aproximação do que chamei de “elementos impulsionadores”, que seriam todos os elementos espaciais e sensoriais que fazem a ativação desse *corpoespaço*. Fui identificando nas práticas o que definiria de fato esses elementos. A música, o figurino, o espaço físico (tamanho da sala), a temperatura e todas as demais especificidades das Cinesferas são pistas de onde poderia identifica-los.

Após terminar as práticas, em todos os encontros, em uma roda, gravei as falas delas sobre a aula, como elas se sentiam, em qual momento elas identificaram o *estado de Flow* na sua maior imersão, o que surpreendeu, o que foi incômodo e como foi apreciar as colegas dançando, seja na parte de apreciação de fato, nas aulas que ocorrem esse momento, ou, durante a prática num “apreciar dançando”. Esse material gravado, serviu de inspiração para as poesias criadas por mim, para cada *pele*. Tais poesias estão apresentadas nesta monografia, entre parágrafos, que servem como escritos de definição de cada pele, juntamente com ilustrações poéticas⁶ para complementar a experiência da escrita.

⁶ As ilustrações são de autoria da Designer Victoria Rusyn (@victoria-rusyn) cedida pela plataforma *Canva*, uma ferramenta de design gráfico online, sendo permitida a utilização e compartilhamento.

2 CINCO PELES

2.1 PRIMEIRA PELE: CONEXÃO



Conexão com o aqui e agora. O despertar do corpo. Lubrificar as articulações. Respirar profundo e percebido. Se conectar com mente e corpo através de experimentações de conexões internas, contraindo e expandindo a percepção de si mesma e do mundo.

Sentir a alma sair do corpo.

Sentir a pele vibrar.

Sentir o coração bater.

Sentir o sangue pulsar.

Olhar para dentro com calma.

A primeira pele trabalhou com a presença. Através do compasso interno, da respiração, do toque, do tônus e principalmente da entrega, esta pele era sobre descobrir como é se habitar. Massagear, apertar, rolar as articulações e os músculos. Depois, foi preciso estreitar uma forte relação com o chão e essa gravidade que atua uniformemente sobre todo o corpo. E ali fomos explorando as diagonais internas, a “estrela”, a respiração celular, os caminhos homólogos, homolaterais, os deslizamentos de dentro e de fora. Iniciamos sempre a partir do que chamamos de estrela, que seria o corpo em respiração celular, com pernas e braços abertos em “X”⁷.

Como um bebê descobrindo o mundo, fomos constatando de forma muito cuidadosa todas as Cinesferas. Nos níveis, colorimos o chão e o ar, tridimensionalmente.

Na primeira aula, numa tentativa precipitada de promover interações entre as Cinesferas, houve desconforto e uma quebra da conexão. Sentimos juntas que era cedo demais. Também propus que desenhássemos intuitivamente após concluirmos o momento de improvisação final, contudo, não fluiu, as alunas sentiram que foi

⁷ Assim como nos conteúdos da Irmgard Bartenieff do Sistema Laban/Bartenieff (FERNANDES, 2006).

difícil materializar por ser bastante informação para assimilar no corpo e na mente, justamente por ser informações novas.

Na segunda aula desta pele, começamos em pé. Visualizamos “campos de energia”, como um guia de cores para pensar a sensibilização em cada parte, situados na cabeça, umbigo e útero (pelve), onde sensibilizamos a pele, tocando no centro da testa com a ponta dos dedos das mãos. Dizia “energia vermelha” para referenciar o útero, “energia amarela” para o umbigo, por exemplo. Elas disseram que sentiram formigar, esquentar e beliscar as regiões tocadas. Uma aluna sentiu tontura, outra estranhou bastante fazer o processo de respiração celular e contração e expansão em pé. Dançamos com essas cores e sensações.

Cada aluna dançou à sua maneira, pois, percebi que realmente estavam conectadas com a sua sensação. A única semelhança entre elas era a velocidade, pois, estavam todas mais desaceleradas (lentas ou devagar). Acredito que os olhos fechados tenham bastante influência nisso. Então, de uma forma geral, nesta pele, elas dançavam mais lentamente, de olhos fechados e muito conectadas com a percepção sensorial do ambiente.

Basicamente todo início de aula passamos por esta pele, ela funciona como uma ponte de imersão para o estado de presença.

O *estado de Flow* nesta pele foi lidar com a primeira estranheza do dançar de si. Se conectar com essas novas informações do repertório e disponibilizar isso nos espaços interno e externo. Permitir mover através da sensação.

2.2 SEGUNDA PELE: CASULO

Como me sinto? O que meu corpo me conta? Qual a história do meu corpo? Quais minhas cicatrizes? O que meus órgãos me contam? Músculos, ossos, vísceras, útero, plexo, joelhos, cotovelos? Qual foi a primeira forma do meu corpo dentro do útero? Qual foi minha primeira dança? Meu primeiro passo? Quem me ensinou a caminhar? A dançar? A varrer, correr, andar de bicicleta? Quais foram as referências corporais da minha vida? O que meu corpo me conta de tudo isso?



Perguntar paro o corpo.

Deixar o mover sentido responder.

Dançar sob as águas salgadas do rosto.

Sentindo no peito aquilo que toca.

No casulo mora a história do corpo, das nossas referências familiares, genéticas, sociais, traumas, experiências impactantes, aulas de dança, aulas da escola, enfim, tudo aquilo que fez parte da construção do nosso movimento. A partir disso, trabalhou-se no acesso a esses elementos pelo “corpo emocional”, visitando na memória essas referências, resgatando as lembranças afetivas. Um mergulho profundo nas emoções a partir disso.

Basicamente toda a aula aconteceu no chão. Somente quando saímos do casulo e florescemos esses sentires, que elas se sentiram convidadas a improvisar no alto. O casulo intitulei como “estar dentro do útero”, algumas alunas disseram que foi muito desconfortável ficar nessa posição. Uma aluna colocou que, tudo que remete à gestação dela sempre acontece esse desconforto, e a prática a levou a este lugar. Já outras, sentiram mais desconforto físico, onde não encontravam uma posição confortável. Fui fazendo as seguintes perguntas:

- Como você se sente?
- O que teu corpo te conta?
- Qual a história do seu corpo?
- Quais suas cicatrizes?

- O que seus órgãos te contam? Músculos, ossos, vísceras, útero, plexo, joelhos, cotovelos?
- Qual foi a primeira forma do teu corpo dentro do útero da sua mãe?
- Qual foi sua primeira dança? Teu primeiro passo?
- Quem te ensinou a caminhar? a dançar? a varrer, correr, andar de bicicleta?
- Quais foram as referências corporais da sua vida?
- O que teu corpo te conta de tudo isso?

Pedi para que elas respondessem as perguntas através do movimento. Elas choravam copiosamente. Não abriam os olhos, se moviam muito lentamente. Fui conduzindo para que subissem para o nível alto, pois senti que uma grande melancolia tinha se instalado na sala e elas não estavam conseguindo avançar dentro do improvisado. Então trouxe o casulo como semente, e que agora plantadas, elas poderiam florescer. E assim devagar, fomos subindo e acelerando as movimentações. O “sol” chegou e deixamos a luz secar as lágrimas, sentindo uma energia amarela transmutar nosso corpo. Após improvisarmos este momento, sentamos na roda para conversar sobre a experiência.

Uma aluna, a mais nova, trouxe na roda que o que mais acessou foi a questão da autoestima, da aceitação com seu corpo, por causa do bullying que sofreu na escola. Outra aluna, disse que acessou coisas boas, lembrou dos seus pais, que somente quando lembrou (e sentiu) a lesão do joelho que teve há alguns anos atrás, acessou a tristeza.

Foi uma aula intensa, mais emocional, que gerou improvisos bastantes lentos, contidos, introspectivos e chorosos. Era um lento diferente da primeira pele, pois estava carregado de emoção e representação. Elas estavam numa dimensão mais proximal, mais contidas, com um tônus mais denso. Dançavam mais a partir do peito, gesticulando bastante com os braços, como abraços e deslizamentos das mãos pelo corpo, principalmente no rosto e peito. Após irmos para o nível alto, conduzi para que elas conseguissem expandir essas sensações, colocando numa Cinesfera mais distal. Elas continuaram num fluxo mais contido, contudo, ganharam mais velocidade, após conseguirem sair do nível baixo e de fato “abrir as couraças do casulo”. Elas mergulharam nas sensações boas e ruins que o movimento interno

foi trazendo e não deixaram isso de fora do improviso. Era possível ver todas muito imersas dentro das memórias que acessaram.

Dançamos uma aula inteira desta pele, e depois, acessamos o casulo em outras peles também, porém, em um curto tempo, como pinceladas em uma ou duas músicas, quando sentia a necessidade de voltar mais para esse corpo emocional nos processos de investigações delas.

O *estado de Flow* nesta pele foi a visitação das emoções que nos sustentam, que informam para o mundo quem nós somos. Dançar com o choro, com a quietude, com a saudade, com a tristeza, com a gratidão. Reconhecer o caminho da história do nosso corpo, acolhendo como ele é, honrando nossa ancestralidade.

2.3 TERCEIRA PELE: ESPAÇO



Como me movo? Como escolho me mover? Qual é a linguagem do meu movimento? Como me comunico com o mundo? Como escolho crescer? A Pele Espaço é a pesquisa profunda das Cinesferas.

Desloco com meu mundo e intuo meu mover.

Danço com os músculos.

Danço pelo olhar.

Danço conhecendo os meus passos.

Descubro o tamanho da minha dança.

Nas aulas da terceira pele (foram quatro ao total), exploramos nas experimentações os conteúdos dos Fatores de Movimento (Peso, Espaço, Fluxo e Tempo) da Categoria Expressividade e as Formas do Corpo da Categoria Espaço do Sistema Laban/Bartenieff (FERNANDES, 2009). Peso forte e Peso leve. Forma tridimensional ou arcada. Alfinetar, Torcer, Espiralar ou emparedar o espaço. Assim fomos experimentando e reconhecendo estas novas formas de se ler as danças de cada uma e também nos relacionando com o espaço geral e o espaço de ação.

O *estado de Flow* nesta pele foi descobrir a potência material do corpo. Enquanto a segunda pele sugere um mergulho nas emoções, aqui, descascamos a Cinesfera. Sentimos de fora pra dentro. Convidamos a partir do fazer, mover, cutucar para visitar o repertório e assim, ampliá-lo.

Vi elas conversarem com suas modalidades de dança, como ballet, jazz e dança do ventre, e também vi elas modulando-as para novas formas de realizá-las a partir do Sistema Laban.

Apesar de elas estarem focadas em suas Cinesferas e não terem o objetivo de se deixar afetar pela dinâmica das outras, aconteceram inúmeras semelhanças e encontros de movimentos espontâneos no momento da improvisação em tempo real, como se estivesse afinada uma simbiose espacial. Elas levantavam, desciam, aceleravam e desaceleravam juntas, mesmo com algumas de olhos fechados.

Na primeira aula, exploramos os Fatores de Movimento (Peso, Espaço, Fluxo e Tempo), pela minha condução e música, oferecendo diversas imagens e ações para acessar as qualidades, como “empurra um sofá” para o Peso Forte e “imagina se mover dentro de uma piscina de cimento” para acessar o Fluxo Contido. Assim, fui observando as movimentações delas e oferecendo várias imagens para auxiliá-las, até sentir que elas acessaram de fato.

Na segunda aula, inseri as Formas do Corpo (pirâmide, bola, agulha, parede e parafuso). A condução era para que elas “agulhassem” o movimento, experimentando em todos os níveis. Na terceira, inseri os conteúdos das Ações do Cubo, como deslizar, torcer, pontuar, espanar e socar, guiadas também, com bastante exemplos de situações onde esses verbos atuam na vida cotidiana.

Essas três primeiras aulas, fizemos em dois momentos, o primeiro para improvisação guiada e depois elas dançaram em duplas sem minha condução para se assistirem. Experimentei diferentes tipos de músicas, instrumentais, cantadas, com ritmos distintos que reverberaram diretamente na escolha dos repertórios de cada uma.

Elas trouxeram que no Peso Forte e nas dinâmicas onde era mais acelerado, houve uma entrega maior, uma conexão mais intensa com o *estado de Flow*.

Os movimentos eram bastante expansivos, dinâmicos e interessados em acessar as imagens. Havia similaridades nas movimentações, apesar da singularidade de cada repertório. Diferente das outras peles, elas assumiram de fato as qualidades e formas pelos direcionamentos que eu ia dando.

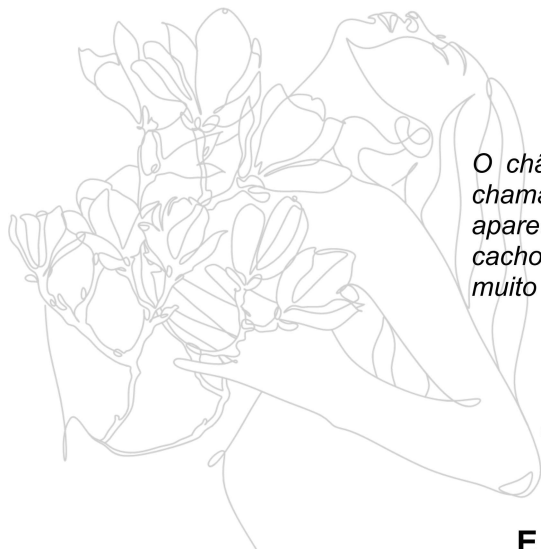
Na última aula que trabalhamos esta pele, resolvi investigar com elas como seria entrarmos nas Cinesferas uma das outras, pois, até então, cada uma dançava no seu espaço pessoal, deslocava com ele e cuidava para que não atingisse a outra. Em duplas, fui propondo conexões de toque entre elas, espelhamento de movimentos, preencher os espaços da Cinesfera da outra. Contudo, percebi um engessamento delas. Resolvi entrar na dinâmica de forma mais ativa, mostrando formas de me conectar com cada Cinesfera. Coloquei uma música mais longa e parei de conduzir pela voz e entrei com o corpo. Percebia elas desconectadas com a música, porém, eu estava pulsando com ela. Assumi uma esfera de jogo, imersa também no meu *estado de Flow*. Fui “conversando” através do meu movimento, com

elas, com as mesmas investigações que propus no momento inicial: tocando, espelhando e preenchendo os espaços pelas formas do corpo. Cada uma estava num tempo e relação diferente. Não havia similaridade de movimentos, tinham algumas mais aceleradas, outras mais contidas, algumas no nível alto e outras no baixo. Finalizamos todas juntas no centro e na conversa, a maioria trouxe que estavam muito desconfortáveis. Uma aluna tirou o blusão, ficando só de *top* e perdeu o seu *estado de Flow*. Outra começou a se preocupar com os movimentos e tentava se concentrar com a condução da minha voz, e só voltou para o *estado de Flow* quando fechou os olhos. Apenas duas ficaram muito confortáveis com a experimentação.

As conclusões que chegamos é que até o momento, estávamos na nossa zona de conforto dentro das nossas Cinesferas e como não tivemos nenhuma narrativa, estava cada uma concentrada na sua dinâmica interna, elas perderam a conexão com o *estado de Flow* ao sentirem que outra pessoa estava ocupando este lugar, que, até o momento, só era habitado por elas. E por acessarem camadas tão profundas e vulneráveis nesse lugar, era como se assumissem um “estado de alerta” que as afastou do *estado de Flow*, que é um “estado de entrega”. Elas me contaram também que, a minha presença ativa dentro do improvisado fez bastante diferença na Cinesfera Ampla, como se os espaços vazios tivessem sido preenchidos e a sala tivesse ficado menor. E de fato, percebia elas dançando mais na Cinesfera Proximal neste momento, então fez bastante sentido. Eu desloquei em muitos momentos entre elas, então, pode ter reforçado essa sensação espacial.

Exploramos diversas formas de dançar a espacialidade. Provoquei diversas situações para elas experimentarem os acessos ao *estado de Flow* nesta pele, justamente para que cada uma identificasse mais concretamente esses elementos para cada uma. O figurino teve bastante impacto aqui, a dinâmica de deslocamentos, a velocidade dos movimentos e a percepção das outras Cinesferas, também. Acredito muito que dançar em outros lugares, proporcionaria outras referências de relação entre as Cinesferas, assim como foi comigo na minha experiência na videodança, onde dancei na mata e explorei a partir das árvores e as nuances da terra, ao pisar. Proponho descobrir novas formas de diálogos desses acessos no palco também.

2.4 QUARTA PELE: NATUREZA



O chão da terra, areado, úmido, quente, dentro da caverna. O vento me chama, sopra no meu ouvido me convidando para a vida. A energia do fogo aparece, do útero, da fogueira que pulsa a potência do sol. Logo ali, vejo a cachoeira dourada, o rio que flui junto com o sangue, as águas que tem muito a me contar.

A terra me conta da onde vim.

O vento me conta para onde ir.

O fogo me conta o porquê.

E a água dá sentido para o existir.

A natureza simbólica traz consigo a dramaturgia e o despertar da experimentação na narrativa. Até então, nossas improvisações criavam espaços não interligados, trazendo imagens e cenários condescendentes com o objetivo específico do conteúdo/fundamento explorado nas peles anteriores. Aqui, queria introduzir um "fio de dramaturgia" que tivesse uma relação com essa perspectiva de natureza, pois, entendo ser vetores de vida para nossa existência.

Nesta aula, não tivemos o momento da experimentação e depois improvisação em tempo real, pois, dançamos todas juntas mergulhadas na narrativa e dentro do *estado de Flow*. Comigo conduzindo esta história, fui norteando os quatro elementos no seu estado físico - como água, fogo, terra e ar - como também o seu simbólico - emoções, energia, materialidades e sensações.

As músicas foram especialmente escolhidas para regular o tempo. Elas estavam muito conectadas. Começamos com a terra, no nível baixo, dentro do casulo. Nos percebemos aí e começamos a dançar dentro da terra molhada, desse barro denso. Depois o vento nos chamou e convidou para dançarmos entre as folhas das árvores. Aqui acessamos o Peso Leve e espaço indireto, transitando entre os níveis. Logo à vista, chegamos numa grande fogueira, onde o ponto alto da aula aconteceu. Utilizei músicas cantadas aqui. E sem eu conduzir, elas assumiram uma roda ao redor da fogueira. Elas disseram que foi tão real que conseguiam sentir o

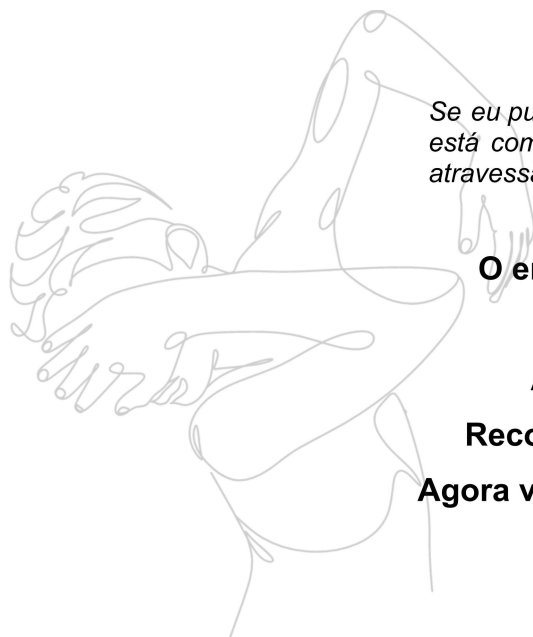
calor do fogo e que tinham medo de ir para o centro da sala para “não se queimar”. Movimentos acelerados e curvilíneos, saltos, giros, e Peso Forte, foi o que mais identifiquei na Cinesfera delas. Era assustador a energia que se instalou neste momento, estavam todas muito conectadas espacialmente. Por fim, relaxamos em uma água fria de uma cachoeira, deixando o fluxo do rio nos conduzir. Os deslocamentos saíram da ciranda, e voltaram a ocupar o todo da sala, cada uma dentro da sua Cinesfera Interpessoal. Elas mencionaram que conseguiam sentir a temperatura dos elementos, como o quente do fogo, o gelado da água, a ponto de sentir calor e frio. Eu conduzia aos lugares mas não modulava eles, deixando brechas para elas imaginarem sua fogueira, de qual direção vinha o vento, que tamanho a cachoeira tinha e a cor da água. Na terra, por exemplo, fui dando alguns exemplos e algumas delas imaginaram a terra como areia e outras se conectaram mais com a ideia dela molhada, o que enriqueceu muito as dinâmicas de movimento.

Na segunda aula que experimentamos esta pele, pela condução da narrativa, pedi que elas escolhessem um animal, e exploramos a floresta a partir dele. Os corpos se transformaram, vi que algumas transitavam de animais, outras, permaneceram com o mesmo até o fim. Elas rastejaram, deslizaram, pularam e assumiram de fato a corporeidade daquele animal, trazendo como elas imaginavam eles investigando a movimentação. Propus a elas, verem a sala como a mata, então as barras viraram árvores para se pendurar, as paredes, troncos de árvores texturizados... e mergulhadas, elas brincavam com isso, jogavam entre elas. Logo encontramos o vento que nos levaria novamente para a fogueira mas agora, não mais um animal iria nos conduzir, e sim, nossas crianças interiores. Trouxe o conceito de alegria para elas pulsarem com esse fogo, o fogo da vida. E de novo, a energia transbordou. Elas se conectaram espacialmente em uma simbiose. Em uma ciranda, cutucaram esse fogo, expansivas. Elas saltaram muito, trouxeram uma dinâmica para o movimento de espaço direto, acentuando bastante quadris, mãos e pernas.

Para além da dinâmica muito pessoal de cada uma, aconteceu uma troca interessante no espaço, uma partilha de deslocamentos, onde elas sinalizaram um conforto em acessar e conversar com o espaço pessoal da outra. Vi elas acessarem as Cinesferas de forma muito natural, algo que não aconteceu nas aulas da pele

espaço, onde de fato era o objetivo. Inclusive elas trouxeram isso nas falas, que foi muito confortável se relacionar entre elas, que aconteceu de forma espontânea. Imagino que o imaginário da natureza conduziu para essa relação, por todas se imaginarem no mesmo “lugar”, gerando um sentimento de pertencimento e partilha, algo que a ciranda nos auxilia muito: a sensação de unidade.

2.5 QUINTA PELE: PAISAGEM



Se eu pudesse dançar em algum lugar, qual escolheria? Onde estou? Quem está comigo? É um lugar novo? É um lugar conhecido? Que emoções me atravessam? Como meu corpo dança aqui?

O encontro com o adeus negado.

A magia da possibilidade.

A curiosidade do mistério.

Reconhecendo a honra da jornada.

Agora vejo tudo aquilo que me faz corpo.

No componente de Técnicas Corporais IV da graduação, tive a minha primeira experiência em improvisar com um cenário imaginado, uma dramaturgia criada a partir das minhas referências pessoais. A partir daí, fui explorando dentro das minhas pesquisas em improvisação, como dançar com essas paisagens criadas pelo meu subconsciente naquele momento, sendo muito similar às imagens que acesso em meditações. Via um campo de gramado aberto, que depois descobri ser o campo de futebol que via meus irmãos jogarem aos domingos quando era criança, ou uma praia de água escura, que reconheci como Pinhal, um dos lugares que veraneei com minha família boa parte da minha infância. Além disso, também me conectava bastante com imagens da natureza que nunca visitei, que possivelmente vi em algum filme ou série ao longo da vida. Na pesquisa ao acesso ao *estado de Flow*, nesta pele, fui investigando como visitar esses lugares, auxiliando o encontro do estado imersivo a partir de uma esfera emocional, e como isso reverberava na Cinesfera psicológica.

Achei importante referenciar isso, pois, os meus objetivos para esta pele estão profundamente afetados por essa experiência. Foram ao todo três aulas para trabalharmos com ela.

Esta pele se chama Paisagem por acessar uma dimensão inventiva de cada uma, convidando-as a se relacionarem com memórias, desejos, sonhos, traumas,

vontades, ou seja, tudo que o subconsciente trouxer de informações. A grande diferença das outras peles, é que para “onde” a mente as levará é algo totalmente pessoal e subjetivo para cada.

Na primeira aula, começamos por alguns exercícios da primeira (sensibilização) e segunda pele (se relacionar com o corpo emocional) e logo depois, iniciei a condução a todo momento na voz, fazendo diversas perguntas para que elas entendessem que a dinâmica seria diferente. Não iria mais desenhar as texturas desses lugares imaginários para elas, a partir de agora, elas iriam escolher ou, deixar o *corpoespaço* propor. O que foi bastante desafiador no início, segundo as alunas, pois existia uma necessidade de estar confortável, ou, saber “onde se está”. Algumas acessaram lugares marcantes na sua infância, ou que fizeram parte de alguma experiência traumática, outras, criaram novos lugares onde puderam reconhecer lugares que gostariam de habitar futuramente. Uma delas, acessou um lugar na natureza.

Inicialmente perguntei onde estavam, com quem estavam, como se sentiam. Se era dia ou noite, frio ou calor, um lugar aberto ou fechado. Se já tinham visitado aquele lugar antes ou se era algo novo. Elas estavam em pé, e depois que fiz estas perguntas, pedi para que elas deixassem o corpo se comunicar com aquele espaço, observando quais movimentos ele solicitava a partir da sensação de habitar aquele “lugar”. Era um lugar com bastante espaço onde meu corpo pode se mover livremente? Era um lugar onde tinha pouco espaço e não era possível expandir meu movimento? Fui “lançando” diversas perguntas como essas relacionando a sensação a partir da espacialidade, dando dimensão para a Cinesfera Ampla.

As perguntas tinham relação com o “lugar” onde elas estavam e não com a movimentação delas, como aconteceu na terceira pele. Depois que elas estavam situadas e firmadas nesse “local” eu parei de falar e deixei a improvisação em tempo real acontecer. Uma das alunas inclusive colocou que até encontrar o seu “lugar”, foi passando vários em sua mente de forma bem mecânica, até deixar o subconsciente decidir. Então surgiram movimentos bem singulares mesmo. Duas alunas acessaram lugares que remeteram a família e luto, e por isso choravam bastante, dançaram mais no nível baixo. Outra aluna que também acessou algo familiar, foi para o seu quarto, onde para ela era o local mais seguro do mundo. Duas acessaram lugares

“fictícios” que nunca foram pessoalmente, vistos em séries e filmes, então pude perceber uma dança mais performática, expansiva, acelerada. E última, se conectou com lugares na natureza, como cachoeiras e florestas, acessando um improviso muito parecido com o da quarta pele - natureza.

“O encontro com o adeus negado”: fala do lugar da Cris, que foi na despedida da sua avó, com um trauma ao vê-la falecida antes de ir para a escola.

“A magia da possibilidade”: fala do lugar da Alice, que a levou para cenários de séries que tem vontade de conhecer.

“A curiosidade do mistério”: fala do lugar da Maria Clara, que acessou cenários antigos, lugares místicos, recheado de muitas informações que a deixaram curiosa de onde vieram tantas referências diferentes.

“Reconhecendo a honra da jornada”: fala do lugar da Myllena, que sempre traz sua família como alicerce, sua casa como um lugar acolhedor e seguro. E do lugar da Samara, que se conecta com a natureza interior.

“Agora vejo tudo aquilo que me faz corpo”: fala do lugar da Jully, que visitou uma cidade que viajava com a família na infância junto com seu falecido irmão.

Na segunda aula desta pele, na estrela (da primeira pele), fui experimentando uma condução somente pelo imaginário, no primeiro momento. Convidei elas a pensarem sobre todos e todas que existiram para estarmos naquele momento juntas, nossos antepassados, ancestrais, que viveram em outros tempos e que fizeram escolhas que de alguma forma, nos colocaram naquela sala, neste projeto, dançando juntas. Se distanciar, imaginar o todo, permite que olhemos o processo por outra perspectiva, e era isso que queria provocar. Pedi para que elas visualizassem versões delas mesmas, como crianças, adolescentes, adultas e anciãs. A todo momento, lembrava elas de perceberem as respostas corporais por cada parte da narrativa que ia verbalizando. Numa caminhada imaginária, encontramos a versão feiticeira - a versão da dança. A partir dessa versão, pedi para que elas identificassem onde elas estavam, que lugar era esse, fui lançando perguntas gerais para que elas fossem reconhecendo no seu imaginário onde estavam. A partir daqui, o movimento tomou forma. Queria que essa versão da dança - a feiticeira interior de cada uma, se manifestasse, conduzisse a dança. Essa versão representava poder, autonomia e reconhecimento de si mesmas, o que

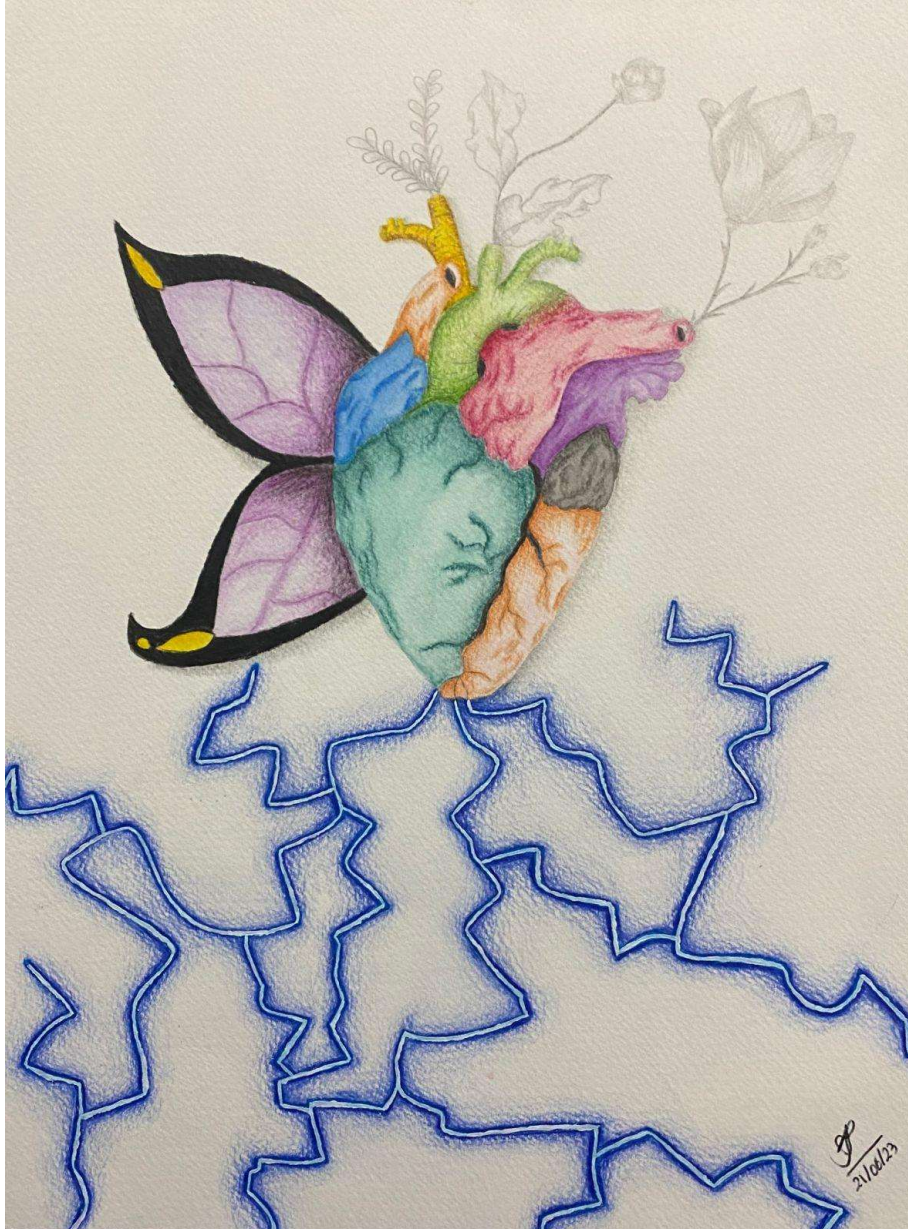
também estava diretamente ligado à paisagem que elas habitavam mentalmente. Elas se imaginaram lugares como um campo aberto, na rua de casa, numa floresta, na praia, numa estrada de pedras e um palco. O improviso delas demonstrava isso, que estavam em paisagens diferentes. Umas estavam desaceleradas, outras com um Peso Forte muito acentuado. Algumas explorando formas esculpidas enquanto outras estavam totalmente lineares. Nesta pele, diferentemente da terceira, algumas ficavam de olhos abertos e outras de olhos fechados. Por isso elas se batiam de vez em quando, e na condução eu lembrava elas também de incluir esse contato com a outra dentro da sua percepção de Cinesfera Interpessoal, pois, sentia que elas se assustavam toda vez que alguém “invadia” esse espaço.

Quis experimentar conduzir elas saírem da paisagem delas para entrarmos numa paisagem juntas, como acontece na pele natureza, para ver o que acontecia com o *estado de Flow* delas. “Saímos do lugar onde estamos agora e nos encontramos numa floresta perto dali” e percebi que neste momento uma grande desaceleração aconteceu, como se eu tivesse desligado um botão. Dei um tempo para elas e nos encontramos no centro desta *floresta*, aqui, percebi que algumas voltaram para o chão, como recurso da primeira pele, para gerar conexão com a nova paisagem que se instaurava ali. A narrativa da aula era voltada para uma camada poética singular, porém, propus de finalizarmos na mesma paisagem, então, construímos uma fogueira simbólica nesta floresta, por dois motivos: o primeiro é que a fogueira na pele natureza, foi o momento onde elas criaram uma lógica de deslocamento das Cinesferas, elas instauraram uma ciranda, uma velocidade, uma exploração única nas duas vezes que dançamos nela. A primeira vez da fogueira ela já existia, na segunda vez trouxemos a nossa *criança interior* para brincar nessa *fogueira* com sua alegria e agora a ideia era que construíssemos ela, com o que simbolicamente cada uma trazia de bagagem da sua feiticeira, do seu repertório, da sua paisagem, daquilo que “ficou”, do que eu tentaria chamar de “energia”, porque é difícil de explicar em palavras.

Elas demoraram para se conectar de novo, pois estavam muito mergulhadas na paisagem pessoal delas. Elas me disseram que foi difícil não racionalizar, por exemplo, a que imaginou que estava no palco, não conseguiu mudar a paisagem para a floresta e não acessou a fogueira lá. Ficavam questionando as lógicas das

paisagens, tentando controlar a narrativa para fazer sentido. Mas que no final, depois de entrarem no jogo da ciranda novamente, acessaram o *estado de Flow*.

Figura 3 - Desenho manual - Registro pós aula



Fonte: Arte feita pela aluna Alice pós aula da *Pele Paisagem*

3 SENTINDO ALÉM

Após treze aulas de processos intensos, definimos como cena final, para o Teatro Therezinha Petry Cardona⁸, em um palco italiano, uma ambientação com iluminação em penumbra, remetendo à iluminação que utilizamos nas aulas no estúdio. No palco, um processo de aula, pele a pele, conectando elas e o público com a experiência da imersão ao *estado de Flow*, a partir da condução da voz e do corpo, interagindo ora dentro ora fora da Cinesfera.

A proposição de levar ao palco nos oferece oportunidades de transbordamento da prática: na investigação das relações do *corpoespaço* dentro desta nova Cinesfera Ampla, surgindo o figurino como chave de relação; os impactos do novo estado de corpo que dialoga com a simbologia e representação do palco com o corpo-sujeito; e uma nova ideia de performance em improvisação em cena, como composição, através do olhar do público para minha atuação como *professora-artista*, ou seja, desse fazer metodológico enquanto Prática como Pesquisa através da minha condução. A partir destes transbordamentos, esses pontos proeminentes foram desenvolvidos nos tópicos abaixo.

3.1 IMPROVISAZÃO É COMPOSIÇÃO?

Este trabalho entende a improvisação como fim e não como meio, ou seja, aqui, não utilizei a improvisação para testar caminhos ou repertórios corporais para criar uma coreografia, assim a improvisação já é a composição nesta pesquisa.

O maior interesse foi investigar os elementos impulsionadores que ajudaram a experimentar o acesso ao *estado de Flow*, e, cenicamente, propus um espaço performático de co-relações com os processos individuais das alunas. É comum e familiar ser de “fora para dentro”, afinal de contas, propus estarmos na *caixa preta*, com público sentado, prestigiando em um palco italiano que carrega consigo uma história, uma expectativa de apreciação. Entretanto, vou desafiando essas nuances, e convidando o público a também acessar o *estado de Flow* junto com as alunas,

⁸ O Teatro Therezinha Petry Cardona, que fica localizado no prédio da FUNDARTE no Bairro Centro, em Montenegro, Rio Grande do Sul, foi inaugurado em 26 de setembro de 2002. O nome escolhido homenageia a Prof^a. Therezinha Petry Cardona, primeira diretora da FUNDARTE.

pois, de alguma forma, quando imersas ali, se conectam com o estado de presença, levando a quem assiste a adentrar junto na experiência.

Assistir a uma composição em tempo real significa estabelecer conexões diretas e instantâneas de criação com este intérprete-criador. Em uma construção conjunta de imagens e signos, espectador e bailarino tornam-se agentes de um diálogo presente que mapeia memórias e aciona o porvir. Esperar o reconhecível e negar a percepção e a recepção por meio do sensível não conferem um caminho profícuo para esta relação cuja ideia é muito mais texturizada e dialógica, em constante processo de atualização e mutação. (MUNDIM; MEYER; SILVA; 2013, p. 5)

Experenciemos isso nas aulas em que tivemos a separação dos momentos de improvisações, de experimentações e depois a improvisação em tempo real. Separadas em duplas, elas puderam assistir as colegas dançando no seu *estado de Flow*, e muitas análises "ricas" foram elaboradas a partir dessa apreciação.

Para a cena a ser apresentada como criação artística final nesta pesquisa, iremos utilizar a *pele paisagem* como estrutura, contudo, antes de iniciar a apresentação ao público, iremos passar rapidamente por alguns dos processos das quatro peles anteriores, para então, acessar o "cenário pessoal" de cada uma. Começaremos o processo de acessar o *estado de Flow* antes do público chegar, e ao entrarem no teatro, as alunas já estarão imersas. A partir deste momento, elas irão improvisar em tempo real, acessando e revisitando no instante da presença, todas as relações, informações, sentimentos e movimentos acessados através da percepção delas sob as Cinesferas, desvendando novos acessos ao *estado de Flow* naquele momento da cena. Portanto, não há partitura fixa, combinados estruturados, e sim apenas o fluxo das propostas que já aconteceram em aula, só que agora, por novas perspectivas.

A improvisação em dança, dentro desta perspectiva de "tempo/ espaço real", trabalha com movimentos que não são pré-estabelecidos enquanto partitura fixa. No entanto, trabalhamos com o que conhecemos, trazemos organizações corporais e composições de movimentos já experimentadas anteriormente, ideias que de alguma forma já visitamos e ao mesmo apresentamos e projetamos. Como diz Ivan Izquierdo^o: "somos o que lembramos". Compor no tempo/espaço real pode ser uma prática de como nossos corpos fazem escolhas, pode ser um procedimento de seleção, pode ser uma prática de diálogo, pode ser um modo de lembrar através do corpo e da imaginação. (MUNDIN; MEYER; WEBER; 2013, pg 19)

3.2 FIGURINO PARA QUEM?

Sabe-se que todo elemento cênico é uma informação para o público, que disponibiliza interpretações a partir dos signos, cores, texturas e relações, tornando-se uma linguagem, como diz Marcilio Souza Vieira (2015),

O figurino na dança não é apenas ornamentação, é também linguagem, é um sistema constituído de signos que indicam uma forma de expressão. Podemos ver o figurino na dança como um meio de comunicação e instrumento de construção de uma identidade, que serve tanto ao indivíduo quanto a um grupo social inteiro. Observa-se que tal elemento cênico, longe de ser figurante, possui fala, forma, cor e espaços próprios. Na dança, ele discute com o corpo que o reconstrói, a cada instante, novas formas de pensar a relação corpo-roupa. Ele deve ser pensado como informação relevante a ser transmitida para o público. (VIEIRA, 2015, p.106).

Contudo, propus sair desta lógica e entender o figurino como parte da Cinesfera Interpessoal de cada aluna, tornando o figurino, parte da experiência como uma “subpele” tal qual Mapi Cravo (2018) descreve “O vestir e o despir do performer permite criar uma familiaridade com a roupa e esta se torna sua segunda pele ou a própria pele”. Para isso, pedi que elas escolhessem uma roupa que se sentissem confortáveis, livres para se moverem com segurança, sem repuxar, apertar ou que precisasse de ajuste durante as práticas. Nas primeiras aulas, convidei elas a testarem diversas roupas com mais e menos tecidos, como saias e calças legging justas ao corpo, camisetas, collants e etc, para que também percebessem como os tecidos com determinados pesos e tamanhos, de fato influenciam na movimentação, até encontrarem o figurino ideal para acompanhá-las até o final do processo. O figurino, nesta proposição, parecia ter extrapolado sua função de invólucro, para penetrar as camadas internas do corpo, perfurar a “alma”, e criar um estado de constante integração [...] (VIEIRA, 2015, p.99). Elas definiram roupas como leggings, meia-calça, camisetas longas, algumas mais apertadas ao corpo, outras, mais soltinhas e coincidentemente a cor preta foi unanimidade.

Se estamos falando de improvisar a partir (também) do *corpoespaço*, que nos coloca em um estado de muita sensibilidade aos estímulos sonoros, táteis, espaciais, não faria sentido não levar em consideração aquilo que nos passa a informação mais relevante cinesteticamente possível - a pele. Portanto, elas

escolheram suas *subpeles* com o critério de ser o mais confortável e familiar possível para improvisar. Ao chegar no momento final das práticas, nos preparando para irmos para o teatro, ou seja, sair da nossa Cinesfera Ampla, foi fazendo mais sentido mantermos as *subpeles* a fim de ter uma camada de inter-relação entre a Cinesfera conhecida e esta Cinesfera nova, no *espaço amplo*. Não deixa de ser uma escolha cênica também, pois, há a intenção de conectar o público com elas, na improvisação em tempo real.

Em uma das aulas da terceira pele, uma das alunas estava com muito calor, e resolveu tirar a blusa e ficar só com *top*, na roda de conversa final ela comentou que “A partir dali me desconectei completamente, simplesmente não consegui mais entrar no Flow, acabou ali. Me senti exposta, vulnerável, parecia que tinha alguém me olhando”. Ali, percebemos que a *subpele* também pode ser considerado como um elemento impulsionador para o estado de presença.

3.3 EXISTE PROFESSOR-ARTISTA FORA DA ESCOLA?

Há discussões importantes sobre ser *professor-artista* dentro do campo formal, afinal de contas, é um assunto urgente, recente e ainda prematuro de resoluções práticas do pertencimento e viabilidade no ensino escolar, como Kátia Salib Deffaci (2018) coloca:

[...] não me é possível reconhecer-me professora-artista como algo ultrapassado, ou como um estereótipo. Antes quisera que fosse, antes quisera eu que uma profusão de professores e professoras-artistas tivesse esgotado o termo na atuação de tanta aula em arte na escola, ao ponto de já ter sido transformado e suplantado por outra ideia. Contudo, não é nossa realidade. (DEFFACI, 2018, pg.4)

Os enfrentamentos políticos sobre a reexistência da dança e arte na escola estão longe de acabar. Por hora, vamos debulhando as sementes que já foram florescidas do espaço que ocupamos até aqui. O conceito de *professor-artista* é um deles.

Quando Gilberto Icle (2012) pergunta se pode um professor de arte não ser um artista, pelo fato de termos professores de outras áreas atuando no ensino de

Arte na escola, aproximo algumas reflexões acerca do lugar de onde esta pesquisa ocupou, o ensino não formal de dança, aqui, especificamente, no estúdio de dança.

A atuação do/da *professor-artista* é olhar sua prática pedagógica criando um espaço de fomento a criação, de intersubjetividades, de relações poéticas e significativas dentro da sala de aula.

O professor-artista não seria uma soma de professor mais artista. Ele seria 100% artista e 100% professor. Não se trata de uma volta à tradição de se aprender arte com um artista. Mas longe de assumir o papel distanciado de quem acompanha o trabalho de seus alunos, ele próprio, deveria produzir, criar no espaço da escola o seu espaço de criação, desenvolver o seu processo poético e fazer participar os estudantes dessa escola. (ICLE, 2012, p.17)

Como seria então, a atuação deste *professor-artista* em um ensino não formal? Pergunto isso, pois, grande parte dos estúdios de dança trabalham com modalidades como Ballet Clássico, Dança do Ventre, Jazz Dance, Danças de Salão, K-pop, Dança Contemporânea (e etc.), que em muitos casos, atuam sob um olhar comercial. Percebo que a relação entre o ensino da dança enquanto arte dentro do ensino não formal é engolida por uma expectativa comercial de entrega, de produtividade, de qualidade técnica, regida também pelo universo dos Festivais de Dança, que validam o desempenho de “sucesso” e efetivação dessas escolas nas comunidades em que atuam. O espaço escolar, por vezes, pode ser um lugar mais receptivo a dialogar com processos e metodologias de criação contemporâneos e acadêmicos, convidando mais o professor e a professora-artista a instaurar esses espaços de pesquisa artística de si e dos alunos, visando um cenário “ideal”.

A formação dos professores que trabalham no ensino não formal, na grande maioria, ocorre através de cursos livres, e percebendo que as discussões da universidade estão distantes do ensino não formal, entendo que pode fragilizar as aproximações tanto pedagógicas quanto sociais na realidade prática de ensino da dança destas modalidades “populares” mais acessadas pelo viés comercial.

Por isso, compreendo a importância de executar esse projeto dentro do estúdio de dança, pois, aproximo essa relação do “ser professor-artista” no ensino não formal, trazendo reflexões e investigações acerca de como criar caminhos de um fazer metodológico visando o processo em arte de forma significativa, criando

esses espaços de processos poéticos, para que então, não fique somente no ensino escolar essa perspectiva de trabalho. Afinal de contas, temos muitos estúdios inserindo o ensino de Dança na vida de crianças, adolescentes e adultos, mesmo que de forma privada. Entendo que são espaços que possuem objetivos diferentes de atuação, podendo haver um recorte de público que demanda outros apontamentos. Contudo, ainda assim, falamos de ensino de Dança. Acredito ser essencial esse tipo de discussão no ensino não formal de uma forma geral, podendo então, compreender como um desdobramento também, de um curso de Licenciatura em Dança. Se trata então, do ato de “professorar”, de como olhamos a nossa aula de dança, de como ensinamos, de como nos relacionamos enquanto artistas, enquanto professores, e o quanto é importante entendermos o nosso papel enquanto arte-educadores.

Quando proponho, então, pensarmos um professor-artista, pro-ponho, com efeito, algo que saia da lógica capitalista, moderna, cientificista, do professor como um emissário do conhecimento, como alguém que é um intermediário entre o livro e o aluno. Se esse modelo é ineficiente para as outras disciplinas ele chega as raias do absurdo para o campo da arte. (ICLE, 2012, p.17)

Eis que chego então nesta pesquisa e me deparo com a Prática como Pesquisa. Me deparo com o meu processo como artista e como professora, como professora-artista. Me deparo com a minha experiência de dança como aluna e com a experiência das minhas alunas e encontro mais um transbordamento: o meu *estado de Flow* enquanto professora-artista.

Com o corpo presente e atento, “olhos gigantes” nasceram em mim. Conseguia perceber cada movimento delas, por mais sutil que fosse, escutar cada respiração, entender seus estados de corpos, humor, se estavam bem naquele dia ou não. Me percebi como parte do *corpoespaço*, como parte da primeira pele, que em dias que eu não estava bem emocionalmente ou fisicamente, onde não consegui estar alegre e 100% presente, elas sentiam. As alunas não escutavam somente minha voz, elas escutavam meu corpo, como se o meu estado de presença, também fosse um fator incisivo na prática.

Como uma espécie de “sequência intuitiva” o planejamento se remodelava de acordo com o Flow que instaurávamos juntas. Era como se eu conseguisse fazer uma leitura do tempo dentro da paisagem de cada uma, sem elas me dizerem uma palavra.

Tiveram aulas em que eu estava completamente mergulhada com elas, conduzia na voz e sentia. Se algo demandava que eu estivesse com um foco maior na condução de narrativas, por exemplo, eu experienciei antes da aula para que pudesse alcançá-las em outro tempo/espço. Nas aulas que estava mais desconectada, foram as aulas que elas mais trouxeram nas falas que se desconectaram também. Sendo assim, nossos processos se borraram, se complementavam e se retroalimentavam.

Poderia considerar até, que o meu *estado de Flow* enquanto professora-artista era uma espécie de sexta pele. Escutar com o corpo, sentir pelo espaço, olhar através da pele. Mergulhar nas narrativas, não perceber o tempo passar, receber indicações a todo momento de novas informações do improvisado das alunas, provocar, conduzir, respirar e mover junto. E assim aconteceu o meu *estado de Flow* enquanto professora-artista nesta pesquisa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

*“A alma sobe
O corpo late
O sangue bebe
Aquilo que vem da arte*

*Naquele lugar
Luz e sombras
Vão se encontrar*

*Baixo
Alto
Devagar
Rápido*

*A música toca
A respiração soa
O ritmo pede
O que da quinta pele ecoa*

*Espaço e tempo
São um só
Não se preocupe
Se na cabeça der um nó*

*Respira de novo
Sente vibrar
Na primeira camada
Conexão irá encontrar*

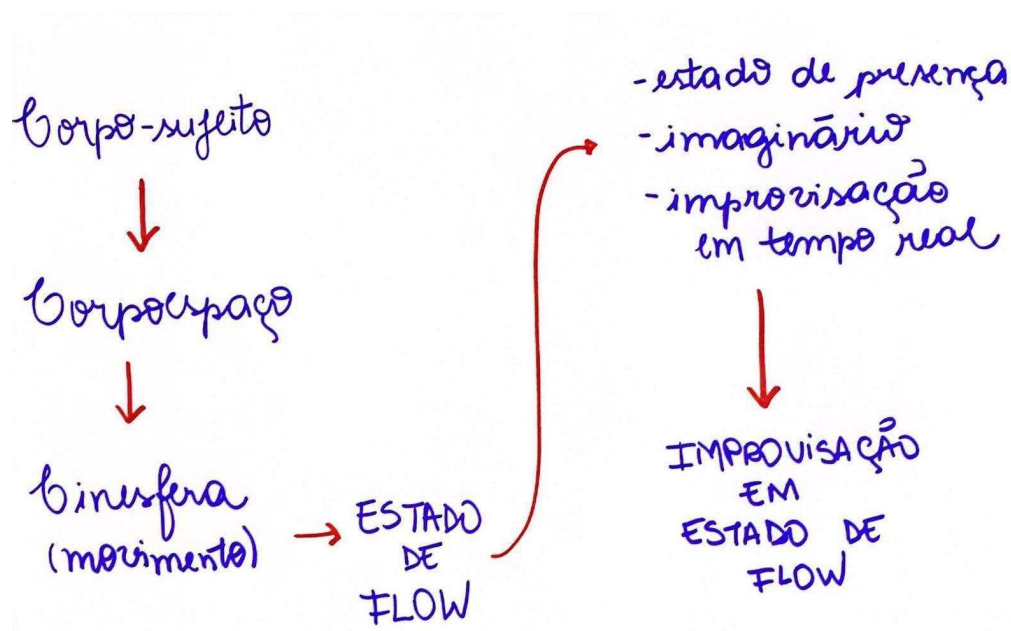
*Fecha os olhos
Escuta o ar
Ele expande e encolhe
Logo que teu corpo começar”*
(Registros pós aula da aluna Alice, 2023)

E aqui chegamos. Após mergulhar em rios profundos, atravessar florestas gigantes, ventanias tonificadas, encontramos em cada pele um universo infinito de possibilidades. Essas, potencializadoras de Dança, a partir de um lugar muito genuíno para cada aluna, o seu *estado de Flow* enquanto criação artística instantânea. Criar a partir do seu mergulho, imprimir o movimento no espaço (pelas das leituras) que o corpo é convidado, de dentro e de fora, sinaliza a maior riqueza: a “linguagem” única de cada dança. O convite era esse mesmo, e ele foi aceito e transbordado.

Partimos do corpo-sujeito de cada aluna, dançando a leitura do *corpoespaço* através das suas Cinesferas, entendi, como *elementos impulsionadores* para

acessar o *estado de Flow* na improvisação: o estado de presença, o imaginário e a improvisação em tempo real. No estado de presença, todos os elementos que complementam o *corpoespaço*, como a música, que ajudou a fazer uma leitura poética e “labaniana” (dos fatores da expressividade) de cada momento sonoro oferecido, conversando com a condução proposta, como uma “paisagem sonora”. O imaginário com cenários poéticos e/ou simbólicos, a partir da condução da fala. E a improvisação em tempo real, com a dança do instante a partir do tema das peles, como dramaturgia. Desenhei esse processo como mostra na Figura 2, abaixo:

Figura 4 - Desenho manual



Fonte: Arquivo pessoal

Conduzi ao total de treze aulas, tendo como referência, realizar, pelo menos, uma aula inteira dedicada a cada pele. Depois disso, fui recebendo informações do próprio processo para a criação das aulas. Então, tivemos peles com quatro aulas, enquanto tivemos a pele casulo, por exemplo, que achei que uma foi mais que necessário para dar conta desta pesquisa. Contudo, acessei-a em “dias de outras peles” sempre que sentia necessidade de trazer um corpo mais emocional para os processos. E assim fui percebendo na prática essas pistas dadas pela experiência.

Nas últimas aulas onde trabalhamos a quinta pele, tudo se misturou. Perpassávamos por todas as peles, pois, a partir do momento que experienciamos ela, essa experiência acessada, este estado de corpo, mente, de Flow, não tem como não ser acessada a partir dali, pois, se tornou parte do corpo-sujeito. Começamos com a *pele conexão*, que visita a *pele casulo*, onde ao mover na Cinesfera vai acessar o repertório que exploramos e (re)descobrimos na *pele espaço*, que no imaginário, eu vou para esses dois lugares - a *pele natureza* que intuitivamente conversa com a natureza que nos habita, que nos constitui de forma poética e simbólica, e a *pele paisagem* que vai conversar com as camadas profundas do nosso corpo, como traumas, personalidade, desejos, memórias e escolhas do nosso subconsciente.

Como Professora-Artista, me vi em cada processo, senti em cada parte do meu corpo, a profundidade da entrega que esta turma me proporcionou. Elas se conheceram através do movimento, visitaram memórias, descobriram e redescobriram novos repertórios de movimento e sensações.

Voar é para os pássaros, os sonhadores e as nuvens. Mas, quando os sonhadores assumem a posição de professores e conseguem transmitir suas idéias e conceitos a ponto de transformá-los em movimentos conscientes, seus alunos sentem-se pássaros. Seus espíritos chegam às nuvens. Gente é como nuvem, sempre se transforma. ANGEL VIANNA no Programa de apresentação da Faculdade Angel Vianna, 2001, Rio de Janeiro (VIANNA apud MILLER, 2016, p.51)

Danças que dialogam com nossas intersubjetividades, se tornam grandes oportunidades de criações simbólicas em tempos de superficialidades midiáticas. A aceleração do mundo e o imediatismo dos resultados, embalados pelos reflexos de um ensino cartesiano, nos solicita por uma prática consciente e atenta aos detalhes. *Cocriando* dentro das relações de existência de cada uma, o estudo do autoconhecimento foi essencial, pois, precisamos mergulhar em nós mesmas para reconhecermos o nosso repertório de corpo. Produzir espaços que dêem visibilidade para as singularidades de cada aluna é fomentar mais um processo poético em arte, gerando um novo olhar para o mundo, para si mesma, para o outro, como também para a arte.

REFERENCIAIS BIBLIOGRÁFICOS

BARROS, Bianca Bernardo et al. **A fábrica de peles: Hundertwasser e o caminhar contemporâneo**. Programa de Pós-Graduação em Artes. Biblioteca Digital da UERJ, 2008.

CARVALHO, Meireane R. R. **A dança como educação formal e não formal**. Graduações em dança no Brasil: o que será que será? Organização: Instituto Festival de dança de Joinville e Thereza Rocha Joinville: Nova Letra, 2016.

CSIKSZENTMIHALYI, MIHALY. **Flow: a psicologia do alto desempenho e da felicidade / Mihaly Csikszentmihalyi**: tradutor Cássio de Arantes Leite – 1º ed. – Rio de Janeiro: Objetiva, 2020.

CRAVO, Mapi . Figurino. **A Pele do Performer**. In: XAVIER, Jussara; MEYER, Sandra; TORRES, Vera (org.). Coleção Dança Cênica: pesquisas em dança. Joinville: Letradágua, 2008. p. 153 - 166. Disponível em: <<https://midiatecadedanca.com/pesquisas-em-danca-colecao-danc-cenica-volume-1/>>. Acesso em: 10.jun.2023.

DEFFACI, Katia Salib. **Anotações sobre estranhezas e estranhamentos na formação do professor-artista**. Seminário Nacional de Arte e Educação, v. 26, n. 26, p. 650-655, 2018.

FERNANDES, Ciane. **Dança Cristal: da arte do movimento à abordagem somático-performativa**. Salvador: EDUFBA, 2018.

FERNANDES, Ciane. **Pesquisa somático-performativa: Sintonia, sensibilidade, integração**. Art Research Journal/ Revista de Pesquisa em Arte, v. 1, n. 2, p. 76–95, 2014.

FERNANDES, Ciane. **A prática como pesquisa e a abordagem somático-performativa**. Anais ABRACE, v. 15, n. 1, 2014.

FERNANDES, Ciane. **Corpo Em Movimento O Sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em Artes Cênicas**. Annablume, 2002.

FERNANDES, Ciane. **Em busca da escrita com dança: algumas abordagens metodológicas de pesquisa com prática artística**. Dança: Revista do Programa de Pós-Graduação em Dança, v. 2, n. 2, p. 18-36, 2013.

GOUVÊIA, R. **Uma janela para a experimentação criativa: a improvisação de dança na sala de aula**. Anais do 2º ENGRUPE: Encontro Nacional de Grupos de Pesquisa em Dança, Rio de Janeiro, 2009.

ICLE, Gilberto. **O que é Pedagogia da Arte**. Pedagogia da Arte Entre-Lugares da Escola. Porto Alegre: Editora da UFRGS, p. 11-22, 2012.

LOUPPE, Laurence. **Poética da dança contemporânea**. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.

MELE, CLAUDIA. **A produção de estados de presença através da Metodologia Angel Vianna**. Psicologia-Saberes e Questões, v. 1, n. 1, 2019.

MILLER, Jussara. **A escuta do corpo: Sistematização da Técnica Klauss Vianna / Jussara Miller**. 3 ed. São Paulo: Summus, 2016.

MUNDIM, Ana Carolina. **Abordagens sobre improvisação em dança contemporânea**. Uberlândia: Compôser, 2017.

MUNDIM, Ana Carolina da Rocha; MEYER, Sandra; SILVA, Suzane Weber da. **A composição em tempo real como estratégia inventiva**. Cena. N. 13 (2013), 2013.

RIBEIRO, Mônica Medeiros. **A dança que nos escapa**. Revista Internacional em Língua Portuguesa, n. 38, p. 69-80, 2020.

RIBEIRO, Mônica Medeiros. **Experiência de improvisação em dança. PÓS: Revista do Programa de Pós-graduação em Artes da EBA/UFMG**, p. 162-172, 2015.

VELLOSO, Marila. **Dramaturgia na dança: investigação no corpo e ambientes de existência**. Sala Preta, v. 10, p. 191-197, 2010.

VIEIRA, Marcilio Souza. **O que pode o figurino na dança?**. Arte da Cena (Art on Stage), v. 2, n. 1, p. 97-108, 2015.

ANEXO - TERMOS DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TALE

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TALE

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a) do meu Trabalho de Conclusão de Curso. Meu nome é Jennifer Adane Mór, sou o pesquisador(a) responsável e minha área de atuação é Dança. Após receber os esclarecimentos e as informações a seguir, se você aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está impresso em duas vias, sendo que uma delas é sua e a outra pertence ao(à) pesquisador(a) responsável. Esclareço que em caso de recusa na participação você não será penalizado(a) de forma alguma. Mas se aceitar participar, as dúvidas *sobre a pesquisa* poderão ser esclarecidas pela pesquisadora responsável, via e-mail jennifer-mor@uergs.edu.br e, inclusive, sob forma de ligação a cobrar, através do seguinte contato telefônico: 51 994317104.

1. Informações Importantes sobre a Pesquisa:

- 1.1 Trabalho de Conclusão de Curso da aluna Jennifer Adane Mór, do Curso de Graduação em Dança da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS.
- 1.2 Para registros, usaremos gravação de vídeo, foto, gravação de voz, desenho e escritos.
 Permito a divulgação da minha imagem, como todo e qualquer outro meio de registro citado neste parágrafo, nos resultados publicados da pesquisa;
 Não permito a publicação da minha imagem nos resultados publicados da pesquisa.
- 1.3 Esta pesquisa não oferece riscos graves à saúde, apenas podendo lidar com questões físicas e emocionais durante o processo, o que ela poderá interromper sempre que achar necessário.
- 1.4 A participante poderá escolher se prefere sigilo sobre sua identidade ou não:
 Permito a minha identificação nos resultados publicados da pesquisa;
 Não permito a minha identificação nos resultados publicados da pesquisa.
- 1.5 A participante tem liberdade de se recusar a participar ou retirar o seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma;
- 1.6 Apresentação da garantia expressa de liberdade da participante de se recusar a responder questões que lhe causem constrangimento em entrevistas e questionários;

1.2 Assentimento da Participação na Pesquisa:

Concordo em participar do estudo intitulado “Trabalho de Conclusão de Curso da aluna Jennifer Adane Mór, do Curso de Graduação em Dança da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS.” e destaco que minha participação nesta pesquisa é de caráter voluntário e que fui devidamente informado(a) e esclarecido(a) pelo pesquisador(a) responsável Jennifer Adane Mór sobre a pesquisa, os procedimentos e métodos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação no estudo. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer

penalidade. Declaro, portanto, que concordo em participar do projeto de pesquisa acima descrito.

Nome da
participante: _____
DN.: _____

Gravataí, 17 de março de 2023

Assinatura da participante

Assinatura do(a) responsável do participante

Assinatura da pesquisadora responsável

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TCLE

Você está sendo convidada a participar, como voluntária, do Trabalho de Conclusão de Curso do Curso de Graduação em Dança Licenciatura da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul, da pesquisadora responsável Jennifer Adane Mór, que pode ser contatada no telefone 51 994317104, no endereço Cirne Lima, 366, Morada do Vale I, Gravataí-RS e e-mail jennifer-mor@uergs.edu.br.

Serão realizadas aulas práticas de improvisação em dança. As aulas ocorrerão toda sexta-feira das 20h às 22h de março a julho no Estúdio de Dança Lousane, podendo haver encontros previamente agendados em outros horários e turnos e local, de acordo com a necessidade de ensaios ou encontros necessários. Poderão ser utilizados registros como fotos, vídeos, gravação de voz, desenhos e registros escritos.

Os benefícios em participar desta pesquisa incluem o desenvolvimento artístico, a apreciação estética, a formação de plateia e a criação em arte/dança, não oferecendo riscos à saúde mental ou física das participantes. A professora orientadora responsável é a Prof. Dra Kátia Salib Deffaci.

Você poderá se retirar do estudo a qualquer momento, sem qualquer tipo de despesa e constrangimento.

Solicitamos a sua autorização para usar suas informações na produção de artigos técnicos e científicos, aos quais você poderá ter acesso. A sua privacidade será mantida através da não-identificação do seu nome.

() Permito a minha identificação e uso de imagem nos resultados publicados da pesquisa.

() Não permito a minha identificação e uso de imagem nos resultados publicados da pesquisa.

Este termo de consentimento livre e esclarecido possui 1 página e é feito em 02 (duas) vias, sendo que uma delas ficará em poder do pesquisador e outra com o participante da pesquisa.

Nome do participante: _____

Gravataí, 17 de março de 2023

Assinatura participante da pesquisa/responsável legal

Assinatura da pesquisadora