

## MOVER-ME E SENTIR O MESMO NO TEATRO E NA DANÇA

Cristina Benedita<sup>1</sup>, FCSH/UNL<sup>2</sup>, CIC.Digital/PóloFCSH/NOVA<sup>3</sup>

### Resumo

Num texto produzido em escrita associativa, após frequentar 'Práticas Cénicas' na FCSH\_UNL, com orientação de Renato Ferracini, professor convidado nesta Universidade, cheguei a um discurso diferenciado, entre a experiência de artista e a reflexão influenciada pela academia universitária. Vivi intensamente os dias, as horas e os minutos, e tudo fazia sentido neste seminário, tal como quando participei noutras oficinas de improvisação em dança (técnicas somáticas) no meu percurso em Portugal, na Holanda e na Alemanha. Nesta intensidade, que também o Lume Teatro me proporcionou (onde estagiei entre Fevereiro e Maio de 2013, em Campinas/SP), vivi-a novamente em Lisboa, como opção livre (cadeira/disciplina académica) do meu doutoramento, e com uma relação entre a prática e a palavra.

***Palavras chave: Prática, Discurso, Intensidade, Presença, Experiência;***

### Abstract

In a text produced in an associative writing, after attending 'Scenic Practices' at FCSH\_UNL, with the guidance of Renato Ferracini, and invited professor at this University, I arrived to a different discourse, between the artist experience and a reflection influenced by the university academic thought. I lived intensely the days, the hours and the minutes, and everything made sense in this seminar, just as I participated in other dance improvisation workshops (somatic techniques) during my journey in Portugal, the Netherlands and Germany. In this intensity, which Lume Theatre also provided to me (where I did an intership between February and May 2013 in Campinas/SP), I lived it again in Lisbon, as a free option chair/discipline for my PhD academic year (2014), and with a relationship between practice and words.

***Keywords: Practice, Speech, Intensity, Presence, Experience;***

---

<sup>1</sup> Doutoranda em Comunicação e Artes na FCSH da Universidade Nova de Lisboa.

<sup>2</sup> Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade Nova de Lisboa. Departamento de Ciências da Comunicação, Especialização em Comunicação e Artes,

<sup>3</sup> O Pólo FCSH/NOVA do CIC.Digital (Centro de Investigação em Comunicação, Informação e Cultura Digital) integrante desta unidade de investigação inter-universitária na área das Ciências da Comunicação e da Informação, reúne as anteriores unidades de I&D da FCSH/NOVA – CECL (Centro de Estudos de Comunicação e Linguagens) e CIMJ (Centro de Investigação Media e Jornalismo) e está sediado na Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa.

## 1. Mover-me e Sentir

Mover-me, sentir o mesmo como teatro, como na dança, energias fluindo... eu emocionando-me fazendo, mesmo que nem sempre seja exteriorizado. Mexo-me, sou esta dança, corro, salto, olho, vejo, consigo abrir-me para a ideia, para o teto, para o chão, para os olhos que entram em mim. (Os locais e os objectos) não esbarram nos meus olhos, mas entram neles, fazem viagens e eu também. Vejo cores na íris de outros olhos que são as minhas cores, e o corpo não questiona, antes vive intensamente as horas e os dias que se têm passado esta semana.

Todos os dias reencontro, todos os momentos... não sei se é, mas faço, porque não paro o pensamento, e nem o movimento. Em todos os instantes procuro saber sem julgar e assim divirto o corpo, divirto-me, vou nesta trajetória do tempo, no espaço de prazer. Encontro e logo a seguir desencontro, mas deixo que isso se passe assim, sem mais nada. Procuro encher e preencher-me para além de mim. Sinto o cheiro das pessoas, sinto-me mesmo que seja uma coisa nova e não reconheça logo isso, em mim, de mim. Mas não serei eu essa pessoa, sempre em reconhecimento, não de mim, mas do novo conhecimento que vou experienciando? (Escrita automática por Cristina Benedita; 16/01/2014 - Práticas Cénicas)

A minha alegria, mesmo dentro de um cansaço normal para este tipo de aulas (6 h por dia), foi constante. Tenho na memória uma constante busca, mais do que numa procura, um estado de vida e de dimensão que acontece mais frequentemente nas minhas investigações de estúdio, como se ninguém estivesse a ver, e, no entanto, estando a ser e a ver-me sem me projetar.

Sinto-me, consciencializo e formulo conceitos de uma forma muito distinta. Isto é, encontro um modo de estar, sem julgar, sem ter *a priori* um conceito sobre o qual trabalhar, mas tendo uma linha de orientação para encontrar, numa brecha de busca, algo que não tenha vivido antes. É de qualquer modo a minha existência, a minha dimensão, e a minha presença.

Numa autenticidade própria, estou em experiência e utilizo conhecimentos prévios, mas sem os pôr na minha frente, sem os colocar num imperativo nem numa demanda de fecho, ou de finalidade-intenção, mas tendo memórias que poderão ou não ser usadas. Foi uma proposta de expressão, sem saber antes qual o conceito, qual o tema, qual a resposta, mesmo que seguisse uma trajetória com rigor, na minha vida profissional (com o corpo) nas artes cénicas. Desta maneira, penso que me ponho sempre em devir, em desafio, em ser e estar em audição através da minha pele.

Percebo muitas vezes que se não me conformar, sou levada a uma constância na inconstância, na possibilidade de me revolucionar, mudando rumos, de ser outra pessoa além do que me conheço. É outro tipo de reflexão, associando a ideia de fazer à ideia de conhecer, de saber, de saborear, de sentir o próprio conhecimento e de compreender esse fazer.

A procura, dentro de parâmetros de composição instantânea e de movimento, não é permanente, embora parta de algumas premissas exatas para múltiplas potencializações do corpo, momento a momento. Cada exploração é uma forma de fazer emergir novas formas que estavam escondidas no corpo, surgindo nestas ativações ou nestas fraturas (de tempo, de espaço, de situações corpóreas), à espera de se exporem.

Nesta ordem de pensamento, muitas vezes me questiono, e tantas outras me lanço na prática, sabendo que haverá mais saídas para outros modos de estar e ser, formando essa porosidade, essa pele paradoxal que é atravessada pela experiência que, ao mesmo tempo, se relaciona com todas as partes e experiências que a trespassam, e que compõem essa complexidade.

Encontro nas palavras do psicólogo americano, Rudolph Bauer (2011), algo de inusitado e de provocatório, pois trabalha com técnicas orientais de meditação e reflete sobre a percepção. Revejo-me nestas palavras de reflexão, em mim e de mim mesma, e denoto a reflexão do espaço de percepção:

Então, no desdobrar do ser (em-si), no desdobrar do campo de percepção, o desdobrar da luz, o contentor do corpo é estirado/alongado, desconstruído, analisado e aberto para uma expansão do campo de percepção, permeando o corpo e o que o rodeia. Quando isto ocorre, temos a capacidade para sentir a experiência de ressonância.

Portanto, a experiência transformadora do corpo fragmentado eleva-se a uma área simbólica de experiência. Não é imaginário como as internalizações são imaginárias ou a memória é imaginária. Pelo contrário, a função simbólica da psique é visionária... aparecendo, manifestando-se ... ou como é descrito na linguagem de *Dzogchen*, a experiência de *sambogakaya* da dimensão *nirmanakaya*. Estas não são fantasias idealizadas, mas realidades de percepção multidimensional contidas na mente e no corpo, contidas no tempo e no espaço, contidas na duração.<sup>4</sup> (Bauer, 2011, p. 01)

---

<sup>4</sup> Tradução da Autora.

Nesta situação de ser, do fazer, de uma prática constante, busco uma ponte para a verbalização (oral e escrita). Como fazê-la, se os modos de a experienciar ainda são parcos e muito poéticos? Ou então fecham-se numa linguagem rebuscada, levando a uma normalidade do pensamento que expresse com uma racionalização das palavras. Como transmitir essas ações e essas percepções que o corpo vivencia? Se o corpo desconstrói e reconstrói campos de percepção, permeabilizando-se com tudo o que (se) relaciona, vai também ter um tempo-espaço de experiência dessa ponte de comunicação. Ensaio, portanto, palavras escritas que possam transmitir essa experiência vivida, para transduzi-la em múltiplas percepções.

## *2. Organizar, compor, (re)criar*

Muitas vezes, pensa-se em ordem como uma forma imposta do exterior, composta ou dirigida de fora. Podemos ver nascerem novos tipos de ordem emergente, que são dinâmicos, com sistemas operacionais complexos, em formas abertas, sem estarem em pré-conceitos ou pré-formatados. É um fenômeno de criação de ordens com interações auto-organizadas, encontradas em múltiplos sistemas da natureza, quando um leque de condições iniciais dá lugar a um comportamento coletivo que é mais do que a soma das partes. Há uma relação constante, com atualizações emergentes e com interconexões evolutivas. Tal como nos processos da natureza, o trabalho artístico tem uma questão levantada sobre os sistemas em conjunto, transformando e reunindo capacidades de criar instrumentos poderosos de comunicação (Sgorbati, 2005).

Mabel E. Todd (2008) diz que o pensamento é sentido como experiência através do corpo, através da fisicalidade. E é aí que há motivação e sensação, na incorporação (sendo um processo semelhante à meditação) que descreve a prática da atenção que nos traz ao momento presente. Todo o processo de pensamento e interesses que se traz para a sala, relacionado com a memória, com a preocupação, com o futuro e com a resolução de problemas começam a dissolver-se. São eliminadas através do foco na atenção sensório-motora. Não

significa que tudo desapareça completamente, mas há uma capacidade de integrar outros mapas do cérebro com essa ideia de uma realidade física sensorial. É, literalmente, uma prática de trazer-nos para o momento presente de atenção.

Nesta situação de envolvimento com a presença, com a força que nos impele para ser o corpo, este fenómeno também é descrito em ensaios e experiências de neurocientistas (Damásio, 2010, Gallese, 2013), transmitindo aspectos consideráveis desta prática do corpo como fronteira e relação, num paradoxo existencial que é essencial, assim como aspectos da linguagem verbal, oral e escrita, relacionados com metáforas conceptuais que advêm da experiência vivida através do sistema sensório-motor.

Como Helena Katz (2005) expõe em seu ensaio escrito, poderemos encontrar sintonias, ou até a mesma linguagem ou mímica 'de uma fala estrangeira com a nossa própria língua'? Lançando um repto, ela adverte que é 'a própria filosofia que assim se constrói, pois são sempre com modos outros que a filosofia vai formulando as mesmas questões que, então, vão se modificando.' Mesmo dentro das nossas matrizes ou de padrões repetidos, conseguimos reformular e encontrar múltiplas saídas e construir novas formas com o corpo, mesmo que sejam ínfimas. Revejo-me nesta experenciação, através das palavras do filósofo Deleuze:

Pensar é experimentar, é problematizar. O saber, o poder e o si são a tripla raiz de uma problematização do pensamento. E, primeiramente, considerando-se o saber como problema, pensar é ver e é falar, mas pensar se faz no entremeio, no interstício ou na disjunção do ver e do falar. É, a cada vez, inventar o entrelaçamento, lançar uma flecha de um contra o alvo do outro, fazer brilhar um clarão de luz nas palavras, fazer ouvir um grito nas coisas visíveis. Pensar é fazer com que o ver atinja seu limite próprio, e o falar atinja o seu, de tal forma que os dois estejam no limite comum que os relaciona um ao outro separando-os (...) em função do poder como problema, pensar é emitir singularidades, é lançar os dados. (Deleuze, 1991)

.....

*Trechos de escrita em forma automática por Cristina Benedita:*

sensação da energia que trespassa o corpo...

o que será isto?

percepção de fluxos variados que atravessam as células e as tornam conscientes...

neste sentimento de mim, visto-me e dispo-me de ideias, torno-me mais eu e distorço-me

em múltiplas ações, sou esta existência e existo na relação com o todo.  
contração do espaço e possibilidades dessa energia enorme ficar encapsulada numa  
aura de forças  
(16/01/2014)

a percepção e o presente, o tempo é uma dádiva que existe no espaço, recortando-o  
noutras costuras, noutros desenhos, numa quebra, num *crack* que escapa mas que se  
pode fazer, num acontecimento  
estar ali e não ter que resultar, para que, de facto, resulte em alguma coisa, denote algo  
que existe e eu não sabia  
vibro nas minha células, como se estas gargalhassem, num júbilo errante, numa  
emergência que se desvela  
dobragens de significados e tentativa de encontrar uma outra forma de escrever, através  
das sensações, das vivências e dos lugares que se descobrem, porque esteavam tapados  
com representações  
(17/01/2014)

o lugar do corpo  
que lugar é este que eu procuro, para poder escrever a partir dele  
para conseguir inscrever algo nele que se pode apagar, ou pôr de parte, para noutro  
momento surgir  
memórias que não estão gravadas, mas que se revivem acrescentando detalhes  
da prática à teoria, procuro reflexões que sejam também elas vindas da respiração, vindas  
do meu corpo pensante  
que pensamento é este que ainda não encontrei na escrita, e que percorro com um gesto  
semelhante, talvez poético e sem promessas, mas sentindo a expressividade ainda antes  
dela ser conceito, ainda antes dela se permitir às palavras, mas saltando num *quantum* e  
nessa dobra de tempo-espaço encontrar a decisão de uma outra escrita...  
(20/01/2014)

**Conferência – Culturgest, Lisboa**  
**4ª feira, 22 janeiro - 17h -**  
**com Renato Ferracini**  
**transcrição por Cristina Benedita (2014)**

Renato Ferracini diz que é um actor que pensa e que, mesmo com um percurso  
académico intenso, fala, em especial, do lugar do actor que ele próprio é. Tem  
considerações sobre o pensamento teórico e sobre o corpo na área de arte  
presencial, como no teatro, na dança e na *performance*, descrevendo a fundação  
do Lume Teatro - Núcleo Interdisciplinar de Pesquisas Teatrais da Unicamp, no  
Brasil, em 1985, a partir de uma pergunta que o director de então, Luis Otávio  
Burnier fez:

- É possível criar um laboratório, um espaço onde se possa trabalhar com os  
actores, esta força e potência (que ele via em actores, mimos, *performers* com

bastante experiência e vivacidade em palco, como no Decroux com quem estudou em França), sem ser a partir de técnicas conhecidas *a priori*, procurando essa força como se de um leão dentro de si mesmo surgisse?

Neste Núcleo de laboratórios constantes, desde 1985 que se continuou em busca de formas, treinamentos e pesquisas incessantes desta questão e de outras:

- Como trabalhar esta força, esta potência, essa vibração, essa presença no actuador (dentro de um hibridismo - já que no Lume se tem uma visão comum do bailarino, do actor e do *performer* enquanto actuador)?

Tentando responder com várias propostas, têm encontrado caminhos, pensando inovações e outras formas de pensar e criar, com a ideia de se actualizarem em algumas áreas, investindo neste laboratório de artes cénicas.

Desde o tempo do primeiro actor-pesquisador, Carlos Simioni, que juntamente com Luis Otávio Burnier investigava profundamente formas de estar, que as questões se levantaram. Simioni perguntando a Burnier o que fazer, não tinha respostas e tinha de persistir em ir fazendo o que ele próprio sabia fazer, movendo-se aleatoriamente no espaço e caminhando numa espécie de vazio peremptório... Sentindo que vivia como se fosse sempre dar um salto no escuro, durante um mês, inventava, falava, chegando a ficar furioso, lançou essa raiva para fora, pensando que teria de estar vinte anos a fazer o mesmo (prometeu ao mestre, a pedido deste, que ficaria esse tempo), sem indicações nem orientações...

Luis Otávio Burnier gostou da reacção e começou a incentivá-lo para procurar essa força, sem pré-conceitos, esse corpo - esse leão, não-normativo, movimentando essa singularidade que detona uma relação de forças. Algo bastante vago inicialmente, mas com algumas directrizes a desenharem-se. Codificaram acções físicas - matrizes - que vieram mais tarde a tornar-se uma técnica específica de Carlos Simioni denominada de dança pessoal.

Consequentemente, apareceram novas demandas:

- Como formatar e tecnificar as forças em relação e como fazer a prática quotidiana - treinamento do actor - todos os dias, continuando a processar dia-a-dia e realimentar todos os dias esse leão?

Para além de de perguntarem como isso se processa, tentaram procurar o que é essa força, na tentativa de pensar este corpo, com o próprio corpo, buscando várias conceptualizações, conforme as experimentações. Só a possibilidade de se pensar o corpo, fez um deslocamento de pensamento sobre o que é o trabalho do corpo do actor/bailarino/*performer*, a partir de uma prática de experimentação diária, numa linha básica sobre a força que pode ser gerada e nutrida todos os dias.

Outra questão foi levantada logo de seguida sobre o treinamento do corpo. Havendo um vício de pensamento sobre o que é o corpo e o que seria treiná-lo, perguntamos: o corpo é instrumento de trabalho do actor? Isso causa alguns problemas, tais como as definições de instrumento e as metas a atingir com esse instrumento. Tirando o corpo desse lugar instrumental, e focando nessa força, como definir instrumento? É uma ferramenta, ou um objecto que se estende, para além do corpo, e que potencializa algo da minha acção.

(ex: do prego e do martelo, escrever com caneta, por não conseguir fazê-lo apenas com a mão; os instrumentos, por si, não funcionam)

Se o corpo é um utensílio, quem usa e manipula esse corpo? Várias respostas são dadas: eu, a alma, a personagem, mas todas levam a um pensamento dicotómico e queremos que o corpo seja uma potência-leão que pensa no espaço.

Para pensar o treino do corpo como instrumento, tenho de afinar, numa organização e normalização desse corpo, focar-me em dados exteriores, sendo uma aprendizagem normativa e repetitiva.

Como treinar para que o corpo pense e se potencialize? Como posso lançar o corpo num lugar em que ele possa pensar? - estas são perguntas do Lume, tentando não normalizar mas pensar.

Para Deleuze, pensar é um acto de violência (no teatro e na filosofia), sendo o pensamento igual a criação. A partir deste corpo que pensa, fazemos um deslocamento etimológico. Sendo o sinónimo de treinamento - adestramento, normalização, organização, repetição para uma finalidade, esta palavra não serve para o corpo pensar num campo de experiência.

Mas sabendo que o significado de treinamento pode ser *tradinare* = adestramento



dos falcões = ensinar o falcão a caçar algo que ele não caça, então quer-se intensificar algo que já se faz, aumentando uma capacidade que já se tem, de si e em si, mas colocando essas capacidades num lugar limite onde possam ser desenvolvidas.

A etimologia da palavra traz ainda mais um paradoxo que, tanto informa que se tem de aprender alguma coisa como, por outro lado pode aprender-se intensificando essa capacidade?

Faz-se um deslocamento etimológico, não como finalidade mas como intensificação das potências que já se tem, para pensar esse paradoxo também.

Outro deslocamento que se precisa de fazer é ontológico. Na definição de corpo, mesmo pensando o corpo como pensamento, ele é o meu corpo, é identitário, torna-me conhecedor de mim mesmo. Existe um cogito, uma identidade, que tem de ter um adestramento, sendo ainda com uma história conceptual muito grande, com separação entre corpo e mente (Platão, Déscartes; pressão conceptual histórica, fazendo repetir essas ideias), ou ainda tem de tocar o outro e ter uma presença, procurando uma essência interna que vai aparecer e contactando o outro, encontro o outro).

Já Espinosa, tem um outro olhar sobre o que é o corpo. Para ele, um corpo define-se por um conjunto de partes extensivas numa dada relação dinâmica dessas partes do corpo.

Se alguém se define enquanto corpo, uma parte do corpo também é corpo, e até a própria célula, por si, tem essa definição.

Mas que interesse tem isso?

- o que define um corpo não é a sua identidade, mas as relações (afectar e ser afectado) que estabelece

- pergunta: sabe-se, *a priori*, a capacidade de afectar e ser afectado?

- não sabemos a nossa potência, somos co-afectados

- só se consegue definir-se estando na experiência da relação

Em vez de 'conhece-te a ti mesmo', há uma outra procura que é 'experencia-te a ti mesmo' (treinar e intensificar uma capacidade que já se tem, pesquisar e colocar-se num campo de experiência onde se afecta e se é afectado).

Espinosa afirma que ninguém sabe até hoje o que pode o corpo, pois não se sabe a capacidade que um corpo tem de afectar e ser afectado.

Então, se se já está a afectar e a ser afectado, então é-se atravessado pela experiência.

Mas como, no dia-a-dia, os afectos podem despotencializar-se, num corpo dócil e na bio-política (como Foucault o reconhece), porque não age o corpo?

A bio-potência tem a capacidade de capturar a própria maneira de viver, numa completa imanência dessas relações que capturam, neste capitalismo tardio, onde tudo pode ser engolido, consumido, capturado, até mesmo a capacidade de criar é diminuída ou descartada.

Segundo Espinosa, quando um encontro/relação diminui a capacidade de acção, temos encontros tristes e quando um encontro/relação amplia a potência e capacidade de acção, temos encontros alegres. Mesmo que as partes tenham múltiplas relações, podendo aumentar e diminuir, ter uma série de relações variadas e distintas (até mesmo simultâneas), a ampliação de afectar e ser afectado, o corpo com o espaço é ter uma ética de ampliação.

Mas não só o indivíduo contribui para composições que eticamente têm de ser alegres, para aumentar a sua potência mas as partes envolvidas nesse encontro.

Na definição de encontro alegre, todas as partes têm de ampliar a capacidade de acção e um corpo é parte do encontro com o outro, não existe individualismo, mas relação política e ética, num corpo colectivo que amplia a capacidade de acção do colectivo, no encontro numa esfera política, ética e artística/estética. O corpo que cria é o corpo que se amplifica, aumentando a capacidade de afectar e ser afectado.

Epistemologicamente, o corpo que se intensifica, que se abre para o afecto, para gerar alegria no colectivo, gera também conhecimento.

Deleuze afirma que pensamento é igual a criação, gerando conhecimento artístico e estético, portanto é o Corpo que realiza e cria conhecimento prático.

O que se busca hoje fazer num treinamento?

Criar exercícios, num espaço de experimentação, para as relações afectivas serem experimentadas, onde o corpo, que se reorganiza de outra forma, busca

relacionar-se, ampliando a sua capacidade de escuta e de recepção (simultaneamente activação e recepção). Criando um campo de experimento, o corpo pode realizar as suas capacidades, experimentar, ampliar, potencializar, em intensificações com o corpo de cada um. Buscando essa presença, essa abertura de forças que estão capturadas, há redefinição naquele momento e naquele espaço de trabalho, num relacionamento de outra forma com o tempo, com o espaço e com o outro. Existe uma condução para que aconteça essa experiência, numa abertura para outras possibilidades de composição das forças que atravessam o corpo e das normatividades que esse corpo normalmente tem. Desestruturar e re-estruturar traz outros modos de composição e de existência a acontecer, dando certas relações, composições e dados que possam ser sempre desafios, para que se potencialize a vida em constante criação/pensamento e experiência.

É também reconfigurar uma maneira de pensar, agir, politizar e deslocar o corpo, para que se dilua a barreira da vida e da arte, numa estética da existência, não só dos profissionais mas de toda a gente, num corpo estético, não só de quem cria e mostra, mas também de quem assiste (o observador também tem presença, porque também se relaciona). Há uma presença criada colectivamente em trabalho, sendo esta capacidade de diluir no colectivo o que gera presença nessa relação de todas as partes, e nessa relação com todas as presenças, criando uma forma de arte.

Há também uma pesquisa colectiva e outra individual, no LUME Teatro, que caracteriza cada personalidade, cada actuante, com cada interesse pessoal. Outras perguntas surgem: como potencializar o trabalho de actor a partir de cada pessoa?

Há uma investigação nos próprios laboratórios, para haver sempre um processo de continuidade e evolução. Processo e procedimento fundem-se sem necessariamente haver técnicas. É nesse trabalho processual que cada actor tem a sua própria composição, mas existe um jogo total.

Para Renato Ferracini, as perguntas primordiais são:

Que corpo é esse que está entre a dança, o teatro e a *performance*?

Esse corpo é possível? O que ele é?

Procurar as subtilizações, o que está escondido, o vibracional, as micro-percepções são temas centrais no seu trabalho.

---

## APÊNDICE

### *Ideias e Resumos em Diário do Seminário:*

1º dia: 2ª feira, 13 janeiro - 10h/14h

apresentação como se eu fosse a pessoa do lado (que eu não conheço);  
musculação, fortalecimento e resistência, com trabalho de isometria; isolamentos de algumas partes do corpo, por blocos, desde os membros inferiores até ao encaixe da cabeça nas cervicais

alongamentos a partir de estiramentos/espreguiçar que levam à noção de volume e da dimensão corporal num espaço, onde o olhar alonga-se como se fosse um membro, uma extensão que toca todo o espaço circundante

trabalho de movimento e de energias que são orientadas com palavras que as encaixam em motes, em paradoxos (expansão do corpo, para lá da ocupação que o corpo tem no espaço, sendo o corpo, no entanto; palavras que aumentam a capacidade - em termos de concentração e *endurance* -, e o tamanho do corpo - envolvimento com a música que toca);

todos os impulsos que, em espasmos, detonam, brincam, explodem, surpreendem, revelam-se, suspendem-se, respiram, numa interpelação com todo um estado; contraponto com o controlo que pude fazer, do que quis fazer, da tomada de consciência e de conhecimento de um fazer 'nada';

sem mexer, ouvir e deixar a energia interna fluir como se esse estado fosse toda uma interacção com o espaço circundante e todas as pessoas e objectos nele inseridos.

Canção brasileira: Engenho novo

Canção portuguesa: Ó rama

2º dia: 3ª feira, 14 janeiro - 10h/14h

musculação por secções do corpo; resistência, *endurance*, abdominais, força

alongamentos a partir do chão, espreguiçar, alongar até chegar a um ponto de sentir o espaço como o corpo; contracção dessa energia dentro do corpo, mantendo o espaço largo e grande, peso do espaço determinando o movimento, como se fosse 'descompensar' o próprio movimento; andar pela sala, com essa sensação olhando nos olhos das pessoas que encontro, trocando movimentos com ela, numa relação de gestos e de formas, continuando pela sala, fazendo o mesmo quando encontrasse alguém de novo; aceleração da energia e diminuição, de tal modo, que estando em quietude, toda essa energia é sentida num espaço que condensamos dentro de nós;

brincadeira de pares que se juntam, nariz com nariz, para encontrar alguém que sobra do conjunto. Esta pessoa vai olhar nos olhos de cada uma, estando o grupo disposto em semi-círculo, a partir de uma distância maior e, depois de uma ronda, mais perto de cada corpo.

## Canções portuguesa e brasileira

3º dia: 4ª feira, 15 janeiro - 10h/14h

musculação por secções do corpo; resistência, *endurance*, abdominais, força trabalho de ondas em forma de oito, na bacia, de articulação da coluna, e de balanços ao lado a partir dos lados da bacia subindo o tronco;

a partir dessa concentração, alongar até chegar a um ponto de sentir o espaço como o corpo; contracção dessa energia dentro do corpo, mantendo o movimento dentro, largo e grande; trabalho de contracção do espaço e contracção do tempo; saída para a rua com essa sensação de cápsula viajante para outro espaço no exterior; muitas sensações aumentadas, muita sensibilidade à flor da pele, muita observação visual e auditiva, até mesmo de equilíbrio, foram de um grande impacto;

trabalho da 1ª dança observada por todos, e depois de observações ou de sugestões, dadas por todos, sobre o que fazer diferente, para abrir outros processos de possibilidades energéticas, fez-se uma 2ª dança orientada com outro espaço e outra dinâmica corporal;

brincadeira sugerindo pares que se juntam para quem sobra do conjunto escolher quem faz de ornitorrinco, para olhar nos olhos de cada uma, estando o grupo disposto em semi-círculo, a partir de uma distância maior e, depois de uma ronda, mais perto de cada corpo.

4º dia: 5ª feira, 16 janeiro - 10h/14h; 15h/17h

manhã: depois de um aquecimento orientado, com base nos três dias anteriores, partir para uma concentração nos movimentos da bacia (ritmos e velocidades variadas, com base na forma de dois 'oitos' que desenham um trevo de quatro folhas) e da coluna vertebral (articulando para cima e para baixo, empurrando as direcções de um lado para o outro e ondulando para as laterais); levar esses movimentos para paradoxos energéticos, tais como: mover grande contendo os limites do espaço, ou mover pequeno num espaço que se alarga, não deixando de ser denso;

trabalho da 1ª dança observada por todos, e depois de observações ou de sugestões, dadas por todos, sobre o que fazer diferente, para abrir outros processos de possibilidades energéticas, fez-se uma 2ª dança orientada com outro espaço e outra dinâmica corporal;

canção japonesa: *Furusato - Usagi oishi kano yama Kobuna tsurishi kano kawa*;

tarde: trabalho de *shamanismo*: posição deitada no chão, movimento dos braços lento, demorando uma hora, para fazer um trajecto de um semi-círculo, ascendendo do centro, passado pelos lados, e voltando ao centro abdominal;

5º dia: 6ª feira, 17 janeiro - 10h/14h; 15h/17h

manhã: aquecimento localizado, trabalho de sequência da bacia com a coluna vertebral, desenvolvendo para alongamentos dos movimentos e paradoxos de combinações de opostos, ou de forças complementares mas com adjectivação contrária (ex: contrair o tempo e alargar os movimentos mas recortá-los com dinâmicas rápidas suspendendo logo de seguida o gesto/a forma);

mover o corpo no espaço, com abertura para esse corpo ser esse espaço; as fronteiras não existem nesse movimento e nessa energia corpórea;

trabalho de olhares com duas pessoas, à vez, com o grupo; existência na relação, tempo de abertura e de despedida; olhar o outro que me olha, olhando-o; trabalho de 1ª e 2ª danças com sugestões organizadas a partir da observação;

canções

tarde: conversa sobre dinâmicas, *feedback* de alguns momentos da semana;

6º dia: sábado, 18 janeiro - 10h/14h; 15h/17h

aquecimento do corpo, feito a uma pessoa, com contacto manual (massagem feitas com as mãos em percussão) em todas as superfícies, feita por todos;

trabalho de sequência da bacia com a coluna vertebral, desenvolvendo para alongamentos dos movimentos e paradoxos de combinações de opostos, como por exemplo, a partir de músicas dadas, dançar a música e depois contrariar ou dialogar de uma maneira diferentes com o som;

trabalho de olhares; 1ª e 2ª danças;

tarde: a voz e a forma; linhas de movimento no corpo que experimenta o som e a ressonância;

consciencialização da bacia e da energia (*ko-shi*) e de linhas de preenchimento e direcção do movimento/som vocal; centralização de sons nas zonas do corpo que suportam os graves;

canções

7º dia: 2ª feira, 20 janeiro - 10h/14h; 15h/17h

manhã: aquecimento individual feito a partir dos exercícios dados na semana;

trabalho de sequência da bacia com a coluna vertebral, desenvolvendo para alongamentos dos movimentos e paradoxos de combinações de opostos, como por exemplo, a partir de músicas dadas, dançar a música e depois contrariar ou dialogar de uma maneira diferentes com o som;

trabalho de olhares; 1ª e 2ª danças;

tarde: a voz e a forma; linhas de movimento no corpo que experimenta o som e a ressonância;

consciencialização *ko-shi* e de linhas de preenchimento e direcção do movimento/som vocal; centralização de sons nas zonas do corpo que suportam os médios;

canções

8º dia: 3ª feira, 21 janeiro - 10h/14h; 15h/17h

manhã: aquecimento localizado, trabalho de sequência da bacia com a coluna vertebral, desenvolvendo para alongamentos dos movimentos e paradoxos de combinações (ex: contrair a força, permitindo que o corpo diminua os movimentos mas mantenha as dinâmicas suspensas na memória do corpo); relação dos movimentos da 2ª dança com o espaço e os outros, tanto no movimento deles como na forma de nos darmos para essa proposta;

tarde: discussão de percursos, dados, conceitos, linguagens e filosofias que apoiam este trabalho de investigação sobre fronteiras paradoxais do corpo

algumas ilações, resumos ou ideias que surgiram:

### *Questões e partilhas faladas em sessões:*

como foi o exercício de territórios? - 2ª dança a solo feita em sessão com observação da turma - possibilidade de re-criação para aplicação na cena posteriormente; retomada de matriz:

levantamento de material - 20% aproveitável - importante naquele momento ou revisto e recriado no futuro, ambiências que fazem o fluxo mudar

qualidade diferente: o espaço ocupado pelos outros, o olhar do outro em nós, perante nós entrar num terreno, numa recriação, com aquele presente com tudo o que está nesse presente

significado existe no passado; a circunstância presente pode adquirir um novo significado  
mais consciência do que acontecia antes  
imagens e pensamentos iguais surgem (não é necessário deitá-los fora);  
'tudo começou a habitar dentro de mim'  
treinar o corpo e não as memórias

duplicidade e paradoxo

agenciamento, colocando em acção as partes, para uma outra possibilidade  
energia não aceite, pode trabalhar-se mesmo que não se goste  
transformar a favor, como técnica  
o 'e' existe: a hipótese de mais alguma coisa acontecer

corpo como instrumento?... ou como meio? ou como a própria expressão...?  
relação conceptual histórica que não é contestada  
foco de atenção vai para um deslocamento brutal de como vemos o corpo

Espinosa: visão de corpo diferente  
relação dinâmica que define aquele corpo, conjunto de partes extensivas na relação  
dinâmica dessas partes, definindo aquele corpo

Décartes tem um pensamento completamente distinto de Espinosa  
Deleuze e Damásio - trabalho de forças que estabelecem uma relação dinâmica e  
desenvolvem uma definição ou uma significação que não existe *a priori*  
capitalismo atravessado na nossa maneira de agir, como organiza a nossa vida  
modo de apreensão de vida e vitalidade  
bio-politicamente captura a nossa maneira de sentir, viver sonhar e criar  
a potência de vida está capturada e a serviço desse capitalismo tardio  
organização escolar da vida, até de estar vivo, capturado por uma bio-política, incluindo a  
criação; como escapar dessa organização bio-política?

Espinosa - porque a maioria das forças que nos atravessam nos despotencializam?  
entrar numa selecção que nos fortalece;  
força vital que mantém as suas partes coesas (*conatus*)  
todo o corpo quer permanecer na existência; como potencializar e recompor o corpo, e se  
manifestar na criação; ser (pró-)activo que busca sempre a alegria

quais são os bons encontros para Espinosa?  
no encontro aumento a potência a acção da vida de todos os corpos envolvidos  
todos os encontros são complexos e muitas vezes híbridos  
tudo acontece na materialidade e transcende-se a si mesma; empirismo transcendental;  
como escapar dessa bio-política?? (que nos dociliza e des-potencializa...); o que seria a  
bio-potência??  
vida e criação são a mesma coisa para Deleuze; lugar na arte onde a forma poética se  
coloca enquanto potência de vida; a arte cria outros modos de existência;  
a arte presencial entende o corpo como pensante/criador, com outras formas de modo de  
existência; dentro de uma estrutura existe uma capacidade infinita de diferença  
outra maneira de ver o teatro, o corpo, o espectáculo... posição de vida – preencher-nos  
na micro-percepção ou nos *gaps* - na criação

Consultas internet:

BAUER, Rudolph (2011), "The awareness of awareness - Essays", Seminar on the Fragmenting Body and the freeing of Luminous Spaciousness to be Embodied, Washington D.C., in *Transmission: The Journal of the Awareness Field* [em linha] <<http://transmissiononline.org/issue/the-awareness-of-awareness/article/seminar-on-the-fragmenting-body-and-the-freeing-of-luminous-spaciousness-to-be-embodied>>, acessado a 2014/01/30.

GALLESE, Vitorio (2013), "Bodily self, affect, consciousness, and the córtex" [em linha] [http://old.unipr.it/arpa/mirror/pubs/pdf/files/Gallese/2013/Gallese\\_NP2013.pdf](http://old.unipr.it/arpa/mirror/pubs/pdf/files/Gallese/2013/Gallese_NP2013.pdf), acessado a 2014/01/30.

KATZ, Helena (2005), "A Dança no Brasil. Pode?", *1º Encontro Internacional de Filosofia e Dança, SESC, Rio de Janeiro*, [em linha] <<http://www.helenakatz.pro.br/midia/helenakatz71204289804.pdf>>, acessado em 2014/01/31.

SGORBATI, Susan (2005), "Emergent Forms", *Emergent Improvisation* [em linha] <<http://emergentimprovisation.org/emergent-forms.html>>, acessado a 2014/01/31.

Palestra-Conferência:

BENEDITA, Cristina (2014), "Notas e Transcrições de Palestra-Conferência de Renato Ferracini" - gravação áudio feita por Miguel Viterbo, Culturgest, a 22 de Janeiro de 2014, Lisboa.

Referências:

DAMASIO, A. (2010), *Self Comes to Mind: Constructing the Conscious Brain*, Pantheon: New York.

DELEUZE, Gilles (1991), *Foucault*, 2ª edição, Brasiliense, São Paulo.

TODD, Mabel E. (2008), *The thinking body*, Gestalt Journal Press, 3ª edição, Gouldsboro, USA.

---

#### **CURRICULUM DA AUTORA:**

Estudou Música, Voz, Dança, Teatro em Portugal. Licenciada Esc. Sup. Dança, viveu na Holanda. Graduiu-se na European Dance Development Center, ArtEZ/Arnhem. Projectos de Mary Fulkerson, Mary Overlie, Paula Massano, Michele Noiret, Andreja Pisnik, digressões Alemanha. Colaborações: Paulo Henrique, Eva Tremel, Helena Costa, Stefan Papp, Winston Huisman, Cecília de



Lima, Pedro Paz e Isabel Valverde em criação, formação/educação e investigação. Composição musical: James Fulkerson. Voz no Corpo, Amsterdam: Patricia Bardi. Estagiou no LUME Teatro (2013) após Mestrado em Comunicação e Artes, Universidade Nova Lisboa. Doutoranda FCSH/UNL onde compara Portugal e Brasil em 'O Lugar do Corpo no Processo de Criação em Dança e Teatro'.