

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE ARTES E COMUNICAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ARTES

ANA GABRIELLY SANTANA DA COSTA

**INSTANTES DA MEMÓRIA: ensaios sobre os caminhos de acesso à memória
numa prática em dança**

Recife
2022

ANA GABRIELLY SANTANA DA COSTA

**INSTANTES DA MEMÓRIA: ensaios sobre os caminhos de acesso à memória
numa prática em dança**

Monografia apresentada ao Curso de
Licenciatura em Dança da Universidade
Federal de Pernambuco, como requisito
parcial para obtenção do título de
Licenciada em Dança.

Área: Dança

Orientadora: Prof^ª. Dra. Francini Barros Pontes.

Recife
2022

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Costa, Ana Gabrielly Santana da.

Instantes da Memória: ensaios sobre os caminhos de acesso à memória numa
prática em dança / Ana Gabrielly Santana da Costa. - Recife, 2022.
56 p. : il.

Orientador(a): Francini Barros Pontes

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro de Artes e Comunicação, Dança - Licenciatura, 2022.

Inclui referências, apêndices.

1. Dança. 2. Memória. 3. Espaço-tempo. 4. PNB. 5. Videodança. I. Barros
Pontes, Francini. (Orientação). II. Título.

700 CDD (22.ed.)

ANA GABRIELLY SANTANA DA COSTA

**INSTANTES DA MEMÓRIA: ensaios sobre os caminhos de acesso à memória
numa prática em dança**

Monografia apresentada ao curso de
Licenciatura em Dança da Universidade
Federal de Pernambuco, como requisito
parcial para obtenção do título de
Licenciada em Dança.

Aprovada em 07 de novembro de 2022

Banca Examinadora

Prof^a. Dra. Francini Barros Pontes (Orientadora)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Jefferson Elias de Figueirêdo (Avaliador)
Universidade Federal de Pernambuco

Fábio Albuquerque Pereira de Jesus (Avaliador)
Avaliador Externo

Recife
2022

este instante é. você que me lê é.

Clarice Lispector.

AGRADECIMENTOS

A minha orientadora, Francini Barros, agradeço por ter aceitado me conduzir neste caminho, pela grande contribuição não só nessa pesquisa, mas em todo o meu percurso no Curso de Dança e pela paciência que teve comigo nos momentos difíceis.

Agradeço a minha amiga Rijo, por ter ficado do meu lado em todos os meus momentos de crise, por entrar de cabeça em todas as minhas viagens reflexivas sobre tempo e memória, e por caminhar comigo nas vivências da água.

Agradeço também a minha amiga Júlia Gusmão, por me ajudar em tudo e qualquer coisa sempre que eu precisava e por continuar sendo uma grande parceira da dança nos últimos oito anos.

Ao professor Jefferson Figueiredo, por ter contribuído de forma bastante significativa na idealização do tema desta pesquisa.

A todos os meus amigos de turma, que chegaram até aqui comigo.

A minha mãe Kelly Santana, minha avó Iria Santana, e a minha tia Rosybel Santana, por me apoiarem na minha escolha e por compartilharem comigo o sonho de me ver chegar até aqui.

Aos meus amigos Glória Vitória, Hanna Winnie e Lucas Vilanova por me apoiarem em tudo.

A Caroline Lima, que foi a pessoa que mais me motivou e incentivou a tentar entrar no curso e me ajudou de todas as formas possíveis para conseguir realizar.

E por fim, a todas e todos artistas da dança que me atravessaram nos últimos quatro anos.

E no final do dia eu agradeço meu corpo
por suportar comigo as armadilhas da vida.¹

¹ Livro: Moça, você é tão poesia quanto mulher,
de Fernanda França.

RESUMO

A presente pesquisa tem o intuito de apresentar delineamentos de uma construção prática e teórica em dança, abordando a conexão desta com a memória e, a partir disso, propondo a investigação partindo de uma análise que traz o espaço-tempo pela perspectiva da física e o elemento água como um caminho possível de acesso à memória durante as práticas que antecedem o processo criativo de um produto a ser realizado, no caso desta pesquisa, uma videodança. Para tais investigações, é estabelecido o diálogo entre diferentes áreas de atuação, com diversos embasamentos teóricos, trazendo, na dança, Ciane Fernandes, com o Sistema Laban/Bartenieff; na física, a Teoria da Relatividade de Albert Einstein, como também abordagens de Stephen Hawking sobre o mesmo tema; na filosofia, Henri Bergson, Thomas Hanna e Katia Canton nos conteúdos sobre memória e o mestre budista e Bon Tenzin Wangyal Rinpoche, nas questões sobre o elemento água.

Palavras-chave: Dança; Memória; Espaço-tempo; Água; PNB; Videodança.

ABSTRACT

This research aims to present outlines of a practical and theoretical construction in dance, approaching its connection with memory and, from that, proposing the investigation starting from an analysis that brings space-time from the perspective of physics and the water element as a possible way of accessing memory during the practices that precede the creative process of a product to be realized, in the case of this research, a videodance. For such investigations, dialogue is established between different areas of activity, with different theoretical foundations, bringing, in dance, Ciane Fernandes, with the Laban/Bartenieff System; in physics, Albert Einstein's Theory of Relativity, as well as Stephen Hawking's approaches on the same subject; in philosophy, Henri Bergson, Thomas Hanna and Katia Canton in content on memory and the Buddhist master and Bon Tenzin Wangyal Rinpoche, in questions about the water element.

Keywords: Dance; Memory; Spacetime; Water; BNP; Videodance.

LISTA DE IMAGENS

FIGURA 1 - LINHA DO TEMPO E ESPAÇO SEPARADOS

FIGURA 2 - ESPAÇO E TEMPO CONECTADOS

FIGURA 3 - ANALOGIA DO ESPAÇO-TEMPO COMO TECIDO

FIGURA 4 - SÍMBOLO DO CORPO EM RESPIRAÇÃO CELULAR

FIGURA 5 - SÍMBOLO DO CORPO EM IRRADIAÇÃO CENTRAL

FIGURA 6 - SÍMBOLO DO CORPO EM ESPINHAL

FIGURA 7 - SÍMBOLO DO CORPO EM ORGANIZAÇÃO HOMÓLOGA

FIGURA 8 - SÍMBOLO DO CORPO EM ORGANIZAÇÃO HOMOLATERAL

FIGURA 9 - SÍMBOLO DO CORPO EM ORGANIZAÇÃO CONTRALATERAL

FIGURA 10 - IMAGEM DA PRIMEIRA AULA-TESTE

FIGURA 11 - IMAGEM DA SEGUNDA AULA-TESTE

FIGURA 12 - IMAGEM DA SEGUNDA AULA-TESTE

PRODUÇÃO DE IMAGENS - VIDEODANÇA

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	10
CAPÍTULO 1: NÃO-LINEARIDADE DO ESPAÇO-TEMPO E DA MEMÓRIA	14
1.1 O CONCEITO DE ESPAÇO-TEMPO DE ACORDO COM A FÍSICA	15
1.2 LUGARES DA MEMÓRIA	19
CAPÍTULO 2: MEMÓRIA A PARTIR DAS PRÁTICAS SOMÁTICAS E DA RELAÇÃO COM O ELEMENTO ÁGUA	24
2.1 PADRÕES NEUROLÓGICOS BÁSICOS E DESENVOLVIMENTO DA MEMÓRIA	27
2.2 A ÁGUA COMO ELEMENTO DE CONEXÃO E ABORDAGEM DA MEMÓRIA	33
CAPÍTULO 3: IMERSÃO NA PRÁTICA	37
3.1 PRÁTICAS ANTES DA CRIAÇÃO	38
3.2 PROCESSO DA VIDEODANÇA	43
CONSIDERAÇÕES FINAIS	45
INSTANTES DA MEMÓRIA - VIDEODANÇA	47
PRODUÇÃO DE IMAGENS - VIDEODANÇA	48
REFERÊNCIAS	54

INTRODUÇÃO

A temporalidade sempre foi algo intrínseco em todo o meu caminho enquanto estudante da dança, e para além disso também. Sempre tive uma grande conexão com a questão temporal, sempre li, pesquisei, estudei, assisti conteúdos que abordassem o tempo, tanto os tópicos da nossa realidade, quanto histórias criadas pela ficção.

Ao longo da minha trajetória no Curso de Dança da Universidade Federal de Pernambuco, UFPE, abordei vários aspectos da temporalidade e, ao pensar sobre o tema desta pesquisa, tinha certeza de que seria algo relacionado à abordagem do tempo. No entanto, eu ainda não sabia como interligar esse conteúdo ao conteúdo da dança.

Durante a pandemia, no período acadêmico relativo ao segundo semestre de 2020, e que efetivamente aconteceu em 2021, cursei a disciplina Danças Tradicionais do Nordeste II, ministrada pelo professor Jefferson Figueirêdo. Como requisito de finalização da disciplina, o professor propôs como forma de avaliação a elaboração de um memorial onde deveríamos discorrer sobre nossas memórias no frevo.

Eu não tenho vivência nessa dança, então, enquanto refletia sobre o que eu poderia fazer, tive acesso a memórias de minha infância, a partir das quais me lembrei da relação afetiva que a minha família tem com o frevo e como crescer rodeada de amantes desta dança influenciou na minha vida enquanto estudante e artista da dança.

Mesmo sem praticar ou me envolver diretamente com o frevo, cresci ouvindo sobre o quanto meu avô amava esse gênero e o quanto ele desejava que alguma das quatro filhas dele se envolvesse com essa dança. Não cheguei a conhecer o meu avô, pois ele se foi quando minha mãe tinha apenas dois anos. Mas, como mencionado no memorial solicitado por “Jeff”, acredito que, de certa forma, eu o contemplei em seu desejo. Mesmo que não diretamente, pois não vivo o frevo, mas vivo a dança. E ao refletir sobre isso, pude perceber como é interessante pensar que, mesmo sem praticar e vivenciar o frevo, ele chegou até mim, pelos meus ancestrais.

Ao me dar conta disso, notei o quanto a memória sempre foi poderosa na minha trajetória e quanto ela me guiou na minha construção na dança. Uma vez que

eu já havia encontrado na memória um meio de abordar a relação temporal, fui logo em seguida atravessada por mais uma questão afetiva: a relação da dança com o elemento água.

No mesmo período, eu estava cursando uma outra disciplina, Oficina de Danças 6, ministrada por Francini Barros, na qual trabalhamos diversos temas e conteúdos que fossem passíveis de ajudar no acesso a inquietações e desejos que tivéssemos no período para, assim, alimentarmos uma criação artística. Foi, então, que a água veio até mim. A partir de uma leitura pessoal de um livro de ficção-científica, denominado *As Águas-Vivas não sabem de si* (VALEK, 2019), fui instigada a pesquisar maneiras de ser, na água. A partir deste estudo, tive contato com a minha água interior, dando vida ao meu trabalho artístico, uma vídeodança intitulada de *Medusas*².

Em *Medusas*, trabalhei pela primeira vez a relação da minha memória a partir do elemento água, estabelecendo um diálogo a partir da reflexão de que tudo que existe é, foi e será atravessado pela água. De que eras coexistem nas águas.

Após essa experiência, tive a oportunidade de fazer parte de um projeto de extensão coordenado pela professora Francini Barros e outros professores de outros departamentos da universidade. O projeto se chamava *Pedagogia dos cinco elementos: experiências teórico-práticas da relação 'corpomundo' na extensão universitária*, e tinha como objetivo proporcionar o desenvolvimento de uma pedagogia possível a partir da vivência dos cinco elementos - fogo, água, terra, ar e espaço - dentro de práticas de meditação, ioga, educação somática e arteterapia.

Por se tratar de um projeto de extensão, além de fazer pesquisas e estudos entre os membros do projeto, nós também compartilhamos com o público fora da universidade, nossas pesquisas e práticas em um formato de curso de extensão.

Nesse projeto, em certos momentos era organizada uma divisão de áreas e temas, onde os membros tinham a oportunidade de propor e compartilhar, com o grupo e o público, seus estudos e seus caminhos. Por eu ter despertado essa conexão com o elemento água, fiquei responsável, junto com minha amiga e colega de curso Beatriz Rijo, por elaborar uma aula a ser ministrada para o público do curso.

² Link para assistir *Medusas*: <https://youtu.be/Qng9So2eyiQ>

Em função da preparação desta aula e dos estudos do grupo, tive acesso aos conteúdos do professor e mestre budista e da tradição religiosa tibetana *Bon*, Tenzin Wangyal Rinpoche. Em seu livro *A cura através da Forma, da Energia e da Luz: os cinco elementos do Xamanismo, no Tantra e no Dzogchen do Tibete* (2017), pude me aprofundar melhor sobre as vivências práticas a partir do elemento água.

Com a intenção de apresentar um bom embasamento teórico, ao longo desta pesquisa, eu estabeleço diálogos com diversos teóricos e estudiosos, explanando separadamente as áreas de conhecimento envolvidas na pesquisa, dividindo o texto em três partes principais, três capítulos, com o intuito de propor um melhor entendimento de cada um dos conteúdos, podendo, após isso, estabelecer as conexões entre eles.

No primeiro capítulo, nomeado “NÃO-LINEARIDADE DO ESPAÇO-TEMPO E DA MEMÓRIA”, abordo a questão da temporalidade, argumentando sobre a não-linearidade do espaço-tempo, a partir da perspectiva da Física, estabelecendo diálogo com o físico teórico Albert Einstein e sua Teoria da Relatividade, ao mesmo tempo que me utilizo dos materiais do cosmólogo e também físico teórico Stephen Hawking para um melhor entendimento desta teoria, uma vez que os conteúdos de Hawking possuem um cunho mais acessível a todos os públicos. Ainda neste capítulo, incorporo e apresento estudos do campo da memória a partir dos filósofos Henri Bergson e Thomas Hanna e da artista multidisciplinar Katia Canton, discorrendo sobre a conexão da memória com o espaço-tempo.

Em seguida, no capítulo 2, intitulado “MEMÓRIA A PARTIR DAS PRÁTICAS SOMÁTICAS E DA RELAÇÃO COM O ELEMENTO ÁGUA”, apresento o ramo da dança que irei utilizar como princípio da pesquisa: a educação somática, mais especificamente os Princípios Neurológicos Básicos do Sistema Laban/Bartenieff, propostos por Ciane Fernandes. Trago aqui também a minha relação com o elemento água como um caminho de abordagem à memória a partir das práticas somáticas com que tive contato nos últimos anos, como mencionado anteriormente.

Por fim, disserto sobre a minha experiência prática acerca de aulas elaboradas e realizadas a partir das referências citadas, buscando desenvolver um caminho de acesso à memória que auxiliasse na construção de um processo criativo em dança, com o propósito de culminar em um produto audiovisual, uma videodança intitulada *instantes da memória*.

Ao longo da pesquisa, faço também referência a livros (e outros tipos de conteúdos) de ficção-científica, que me motivaram a pesquisar a realidade sobre os assuntos apresentados de forma ficcional, de maneira que me possibilitaram chegar na idealização do tema desta pesquisa.

CAPÍTULO 1: NÃO-LINEARIDADE DO ESPAÇO-TEMPO E DA MEMÓRIA

Quando pensamos no tempo, tendemos a imaginar uma conceitualização de eternidade, algo infinito, que sempre existiu e existirá. Acatamos o pensamento de que o tempo já estava aqui antes de nós e que assim continuará. Pensamos na definição de tempo de maneira linear, depreendemos que se na linha temporal da nossa vida os acontecimentos são explicitamente lineares, seguindo a ideia de que uma coisa acontece, depois outra coisa acontece e, assim, sucessivamente, concluímos que tudo que necessite, extraordinariamente, do tempo, siga o mesmo caminho da linearidade. Encaramos essa afirmação como sendo a grande e única verdadeira realidade do tempo.

Como Katia Canton pontua em seu livro *Tempo e Memória* (2009, p. 15): “a compreensão das distâncias e achatamentos das escalas temporais estão entre os principais aspectos do mundo contemporâneo globalizado.”

Ainda em seu livro, é debatido o poder que as artes em geral possuem sobre o tempo, como é o tempo que fica à mercê da arte, e não ao contrário, como era de se pensar. As obras de arte têm o poder de monitorizar a temporalidade, elas conseguem registrar, suspender, prolongar e marcar o tempo. Ao evocar memórias pessoais, as pessoas que vivem na arte têm um certo tipo de virtude, ao serem capazes de conseguir captar distintas temporalidades e marcá-las na história da humanidade. Forjam construções a partir de marcos em seus presentes que deixam impressões que facilitam o entendimento e a comunicação de sentimentos e vivências. Podem também recriar certos acontecimentos e reorganizar a forma como os outros irão recebê-los (CANTON, 2009).

Nossa forma de revisitar uma memória não é linear. Quando reconstruímos uma memória, estamos esquadrinhando aquela memória numa escala temporal diferente da que foi estabelecida inicialmente, quando do acontecimento revisitado. Visitamos essa memória no passado estando no presente, para que ela tenha alguma aplicabilidade no nosso futuro próximo. Resgatamos essa memória no agora, na sua estruturação do ontem, para usá-la amanhã. Com esses afazeres, põe-se em prática a constituição e formação de uma nova memória, portanto, essas memórias que necessitam umas das outras são interconectadas a partir de um novo surgimento e isso faz com que as suas temporalidades se estabeleçam de forma

não-linear porque não é só de um tempo sequencial que elas estão construídas. Todas elas contêm fragmentos do passado, presente e futuro.

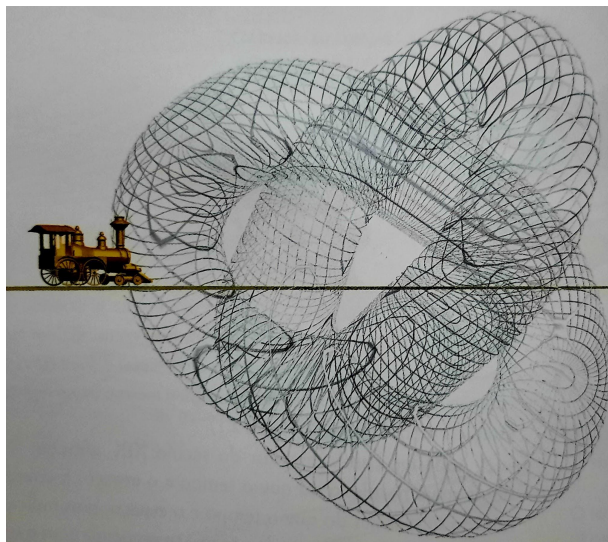
1.1 O conceito de espaço-tempo de acordo com a Física

No final do século XVII, ocorreu a publicação do livro *Principia Mathematica*, em que o físico e astrônomo inglês, Isaac Newton compartilhou o primeiro modelo matemático básico para o tempo e o espaço. Com seus estudos e pesquisas, realizados com o passar de vários anos, ele constituiu um modelo de tempo e espaço que se baseava em explicar as relevâncias da influência tempo-espacial na vida humana.

Segundo seu modelo, Newton acreditava que o tempo e o espaço eram somente substâncias secundárias, “locais” escanteados que serviam de base, nos quais ocorriam eventos que indubitavelmente não eram afetados por eles. O pesquisador sustentava que nenhum tipo de acontecimento na vida humana e na existência do universo sofria qualquer tipo de influência do tempo e do espaço. O tempo e o espaço existiam paralelamente à vida, sem necessidade de buscar uma conexão e explicação que pudesse sugerir a interligação da existência e da temporalidade espacial. Ainda seguindo esse mesmo modelo, Newton afirmava que o tempo e o espaço existiam separadamente, de maneira que ambos não se interligavam diretamente. Como se o espaço fosse indiferente à passagem do tempo e vice-versa.

Assim, como trazido anteriormente, a primeira ideia concebida ao se pensar no tempo, era de este ser algo passível de eternidade, partindo do pressuposto de que o tempo sempre existira desde o início de universo e, então, sempre existiria de maneira imutável; sempre pleno, imaginado como uma linha de um trem, única e sem fim.

FIGURA 1: LINHA DO TEMPO E ESPAÇO SEPARADOS



Fonte: Stephen Hawking (2016)

No entanto, no início do século XX, essa ideia foi genuinamente remodelada por causa da revolucionária *Teoria da Relatividade*, criada pelo físico teórico Albert Einstein, que afirmou: “A presença de um campo gravitacional impossibilita a definição de espaço-tempo como um contínuo euclidiano.” (EINSTEIN, 2020, p.110)

A *Teoria da Relatividade*, veio para instaurar a validação da conexão iniludível entre tempo e o espaço. Segundo a teoria de Einstein, não há possibilidade de “mexer” no espaço sem afetar o tempo, fazendo com que, dessa maneira, se instaure uma forma ao tempo.

No livro *O universo numa casca de noz*, do físico teórico Stephen Hawking (2016, p. 42), o autor busca explicar como essa interligação foi estabelecida, repassando que o espaço possui três dimensões palpáveis conhecidas: comprimento, largura e profundidade. Mas, de acordo com a relatividade geral, o tempo, por ser também uma unidade de medida (quando usamos o tempo para definir a distância entre corpos estelares, como a definição de ano-luz, por exemplo), é considerado uma dimensão espacial também. Basicamente o que a relatividade geral faz é combinar a dimensão do tempo com as três dimensões do espaço, formando, assim, o que hoje conhecemos como espaço-tempo.

FIGURA 2: ESPAÇO E TEMPO CONECTADOS

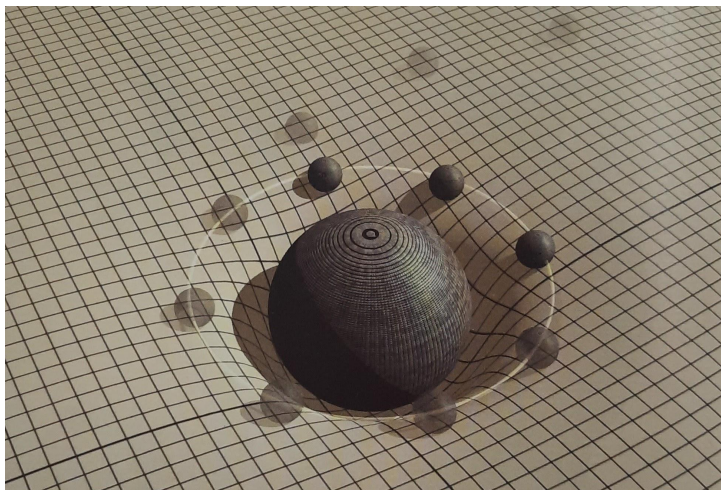


Fonte: Stephen Hawking (2016)

A teoria de Einstein também postula o princípio de que a matéria e a energia existentes no espaço podem distorcer o espaço e o tempo. Esse princípio é aderido ao seguimento da gravidade pois, com o efeito gravitacional, afirma-se que a distribuição da matéria e da energia existentes no espaço podem ser capazes de curvar e deformar o espaço-tempo. E com essa possibilidade de curvatura e distorção, é revelado que o espaço-tempo não tem como ser plano (HAWKING, 2016).

Para entender melhor esse significado da conexão entre tempo e espaço, foi elaborada uma analogia à geometria espacial. Nessa analogia, já prevista por Einstein ao criar a teoria da relatividade geral, devemos pensar no espaço-tempo como um tecido, um lençol elástico, e, partindo dessa ideia, ao pensar nesse tecido elástico, vemos que ao colocar uma bola no centro desse lençol, o espaço ao redor da bola começa a se curvar e, ao adicionar outros objetos nesse tecido, por conta do efeito da gravidade, eles começam a ser atraídos para perto da bola. Atribuindo a esses objetos pesos e densidades diferentes, nota-se que o local no qual cada um se encontra tem uma curvatura diferente. Essa curvatura é relacionada à temporalidade daquela localização. Afirmando que matérias diferentes em espaços diferentes possuem uma situação temporal diferente.

FIGURA 3: ANALOGIA DO ESPAÇO-TEMPO COMO TECIDO



Fonte: Stephen Hawking (2016)

Assim, com base nesse novo modelo quadridimensional do espaço, estabelecemos a afirmação de que não se pode curvar ou distorcer de qualquer forma o espaço sem fazer com que o mesmo aconteça com o tempo, visto que ambos estão explicitamente entrelaçados. Então, a partir dessa “novidade” em que se é permitido curvar o espaço e o tempo, a relatividade geral proporciona um entendimento diferente da relação do espaço-tempo com os acontecimentos e eventos do universo do que foi pensado originalmente por Newton alguns séculos antes. Com essa nova reformulação, o espaço e o tempo deixam de ser um plano de fundo destinado apenas para servir de base para os eventos ocorrerem e são reconhecidos como participantes ativos dos acontecimentos (HAWKING, 2016).

Certa vez, após o falecimento de um amigo, Einstein escreveu uma carta na qual refletia sobre a percepção temporal. Ela continha a seguinte reflexão: “a distinção entre passado, presente e futuro é apenas uma ilusão persistente” (ROCHA, 2019). Podemos interpretar que nessa fala, ele se refere à relação que possuía com esse seu amigo cientista, e presumir que ao elaborar essa afirmação ele trazia uma significação pessoal, de modo que intuímos como se ele estivesse contemplando os momentos que passou com o amigo e que, de certa forma, ao rememorar esses tempos, seria como se a partida do amigo jamais tivesse acontecido. Uma vez que para revisitá-lo no passado, bastaria acessar essas memórias e recordações a partir do seu presente, transformando essa distância de momentos apenas numa ilusão.

O exemplo de Einstein se relaciona totalmente com os seus estudos sobre a relatividade do tempo e do espaço, quando além da abordagem do espaço-tempo

com a gravidade, há também a relação da velocidade, visto que o tempo pode ser afetado por ela. Há uma inversão na proporção: quanto mais rápida a passagem do tempo em termos de velocidade, mais lento o tempo relativo passa para nós de maneira que, se fosse possível viajar na velocidade da luz, o tempo relativo das experiências humanas ficaria estático e pararia. Diversas experimentações foram feitas com base nessa afirmação, e foi provado que realmente acontece. Em um desses testes, foi colocado um relógio em um avião ao mesmo tempo em que um relógio exatamente igual permanecia parado no solo, e ao final foi constatado que o relógio do avião, que estava em uma crescente velocidade, havia registrado menos tempo do que o outro relógio estacionado. O que é basicamente a mesma explicação do que acontece com o tempo quando relacionado à gravidade, que enfatiza que quanto mais próximo você estiver de uma grande fonte de gravidade, mais lento o tempo passará para você, como explica Denis Ariel em sua vídeo-aula: *O tempo segundo Einstein*.³

No entanto, do nosso ponto de vista, enquanto seres humanos, da nossa perspectiva, a passagem do tempo permanecerá a mesma, nós não temos como sentir o quão devagar ou rápido estamos nos movendo na escala temporal. Apenas aqueles que estão do lado “de fora” da nossa perspectiva que conseguem identificar certas mudanças na temporalidade (ARIEL, 2022).

Então, juntando o subjetivo ao palpável, podemos elucidar que a declaração de Einstein em sua carta de condolências é apenas uma outra maneira, mais interpessoal e poética, de explicar sua própria teoria. Reafirmando que estamos em lugares diferentes e tempos diferentes, reiterando que nossas noções de passado, presente e futuro são relativas, mesmo que às reafirma-se a um mesmo momento (ROCHA, 2019).

1.2 Lugares da Memória

A primeira grande conexão que fazemos ao falar de memória, é associá-la ao lembrar. E isso não está errado, lembrar é um fator bastante importante quando

³ Vídeo: O tempo segundo Einstein. Disponível no Youtube, no perfil Astrum Brasil.
Disponível em: <https://youtu.be/rXqQwOjU0Uo>

tratamos de memória. Porém, a memória é algo que vai muito além do lembrar de algo ou de alguém. Memória é registro, é vivência, é comunicação. Memória é passado, presente e futuro. Memória é tempo e espaço. Memória é lugar. Como disserta Katia Canton em *Tempo e Memória*: “cada um trata a memória de um jeito diferente. Seja como um tempo perdido, mas que nunca acaba, seja na forma de um lugar, um espaço delimitado por lembranças” (2009, p. 30).

De acordo com a neurociência, das nossas memórias, apenas 5% do conteúdo delas habitam nosso consciente e são, então, chamadas de memórias de curto prazo, às quais possuímos uma maior facilidade de acesso, sendo algo que podemos pensar como o que está disponível agora, em uso “agora”. Já os outros 95%, em sua maioria esmagadora, se encontram armazenadas no subconsciente. Essas memórias são tratadas como memórias de longo prazo, menos palpáveis no agora, no instante já.

Entre o momento em que realizamos uma movimentação e o momento em que a registramos, um instante já se passou, e ao notar o registro dessa movimentação que está acontecendo no agora, esse momento também já passou. Portanto, quando nos damos conta do acontecimento, ele já se tornou memória e quando pensamos no movimento que está sendo feito, já estamos acessando essa memória, mesmo que seja algo que acabou de acontecer ou que pode, ainda, estar acontecendo.

Em seu livro *Água-viva*, Clarice Lispector traz certa reflexão sobre o “instante”. Seu livro tem uma construção diferente e interessante, uma vez que ele não tem como objetivo proporcionar uma fonte de significado ao leitor. Lispector traz uma narrativa agitada sobre o seu presente, abordando muitas questões temporais, descrevendo seu ambiente e analisando sua situação no espaço, como quando traz a seguinte sentença: “Meu tema é o instante? Só no tempo há espaço para mim.” Lispector discorre sobre a situação do “instante” pela perspectiva do “agora”, algo constantemente mutável e de difícil (impossível) estagnação. Ela tenta narrar por diversas vezes a construção do seu presente, e não consegue justamente porque no momento em que está narrando, essa situação já virou passado, como exemplifico por meio deste trecho:

Eu te digo: estou tentando captar a quarta dimensão do instante-já que de tão fugidio não é mais porque agora tornou-se um novo instante já que também já não é mais. Cada coisa tem um instante

em que ela é. Quero apossar-me do é da coisa. Esses instantes que decorrem no ar que respiro: em fogos de artifício eles espocam mudos no espaço. Quero possuir os átomos do tempo. E quero capturar o presente que pela sua própria natureza me é interdito: o presente me foge, a atualidade me escapa, a atualidade sou eu sempre no já. (LISPECTOR, 1973)

Não é somente o “instante já” de Clarice Lispector que tem uma abordagem não-linear e mutável do registro do presente, mas sim o próprio caminho do registro da memória no nosso cérebro segue esse mesmo “padrão”.

Quando vemos, ouvimos, tocamos ou sentimos algo, os impulsos nervosos dessas reações são transmitidos pelos neurônios que são conectados pelas sinapses e em seguida encaminhados para o hipocampo, que é o responsável pelo processamento, armazenamento, manipulação e transformação das informações (CABRAL, 2022). O que significa que no momento em que você se dá conta de que está registrando um acontecimento, esse acontecimento já não está mais no seu presente, mas sim no passado, pois até o momento que todo esse caminho é percorrido, o instante de ação já passou. Ou seja, enquanto você tenta registrar o seu presente para ele ficar disponível para acesso num futuro próximo, ele já virou passado.

O livro de ficção-científica *Recursão*, do escritor Blake Crouch, aborda isso de maneira bem sucinta. O enredo do livro é basicamente uma apresentação do desenvolvimento de uma tecnologia capaz de fazer a pessoa voltar no tempo e criar novas linhas temporais a partir do mapeamento de suas memórias. Como se trata de um livro de ficção, não o utilizamos como base para a discussão, mas tomamos emprestadas informações neurais do caminho da memória, que parecem bastante ilustrativas dos processos biológicos:

Porque memória... é tudo. Fisicamente, uma lembrança não passa de uma combinação específica de impulsos nervosos, uma sinfonia de atividade cerebral. Mas, na verdade, é o filtro que se coloca entre nós e a realidade. Você acha que está tomando vinho, ouvindo as palavras que eu digo, no presente, mas isso não existe. Os impulsos neurais das suas papilas gustativas e dos seus ouvidos são transmitidos para o seu cérebro, que processa tudo e joga na memória operacional. Então, quando você tem a percepção de estar vivendo alguma coisa, essa coisa já é passado. Já é lembrança. As informações visuais e auditivas chegam aos seus olhos e ouvidos em velocidades diferentes. Nosso cérebro espera até que o estímulo mais lento seja processado, para então reordenar corretamente os impulsos nervosos, e é assim que ele permite que a gente absorva

tudo junto, como um evento simultâneo... cerca de meio segundo depois que aquilo realmente aconteceu. Achamos que apreendemos o mundo direta e imediatamente, mas todas as nossas experiências são essas reconstruções tardias e cuidadosamente editadas. (CROUCH, 2019)

Assim, como Clarice Lispector traz o “instante” em *Água-viva*, nosso processo biológico de registro da memória segue o mesmo caminho. Como afirma Lispector: “abstrato como o instante” (1973).

Como já foi abordado anteriormente, desde tempos antigos, a percepção de tempo era tida como eternidade. Como se o existir do tempo fosse infinito, deixando de lado todos os processos que envolvem o início e o fim das coisas, interpretando que a finitude das pessoas, objetos, relações e existência, não tinham absolutamente nenhuma ligação com o marco temporal. Pois o tempo sempre existiria, independentemente de qualquer coisa.

No entanto, a concepção da passagem do tempo e a noção que temos sobre o tempo são instâncias criadas, construções da mente humana. Então, sim, o tempo pode sempre ter existido e assim continuar, porém a percepção, o registro, a observação da passagem temporal só existe pela nossa necessidade de criação, uma necessidade de demarcação, como é explanado no episódio *Tempo* da série-documentário *Explicando*, da plataforma de streaming Netflix.⁴

Pensando nessa forma linear de tempo enquanto maneira de distinguir momentos da vida humana, sabemos que é necessário que a construção da vivência siga a conjectura do tempo transitório. O tempo transitório é apenas uma das diversas significações e “aparências” do tempo, é destinado à definição de tempo enquanto duração da existência, das coisas que surgem e desaparecem, do que tem início e fim.

Esse é um dos estudos mais abordados por Henri Bergson. Seu objetivo era desmistificar a existência do tempo como eterno, com o intuito de manifestar a aceitação da transitoriedade do tempo, a aceitação do efêmero, proporcionando a concepção de uma filosofia ancorada na possibilidade de viver o tempo, de pensar o tempo de maneira mais existencial, mais subjetiva, viabilizando uma vivência temporal com menos rigidez. Pois, como afirma o professor e filósofo brasileiro

⁴ Criada em 2018, pelo jornalista americano Ezra Klein, a série tem como objetivo explorar temas atuais e compartilhar com o público de maneira acessível.

Franklin Leopoldo e Silva, em seu vídeo-documentário *Henri Bergson: Tempo e memória*:

Sempre bolaram estratégias que fizessem com que nós pudéssemos escapar ao caráter transitório do tempo. No entanto, a consciência nítida dessa temporalidade, dessa transitoriedade, desse caráter passageiro de todas as coisas, inclusive de nós mesmos, é aquilo que dignifica o ser humano, dá a liberdade de enfrentar o seu destino. (LEOPOLDO, 2017)

Se considerarmos o tempo como um grande fator importante da nossa existência, a memória ganha destaque com uma notabilidade gigantesca, pois no maior percentual de registro e marcação do tempo na nossa vida, temos a evidência de que utilizamos muito mais a própria memória, não só a nossa memória individual, mas também memória enquanto significado geral, de registro e de demarcação, do que a temporalidade, como a contagem da passagem do tempo. A memória contribui para o nosso entendimento do presente como se fosse uma espécie de protetora do presente, porque ela nos mostra que dependemos de uma construção do passado para seguir, necessitamos de bagagem, de conteúdo, para aprender a lidar com as coisas que virão, porque se tudo fosse instantâneo, não aprenderíamos e não conseguiríamos progredir, pois não teríamos entendimento suficiente para uma construção contínua.

Podemos pensar na construção da memória enquanto lugar imaterial e refletir em como percebemos e associamos um lugar materialmente palpável a partir de uma memória que temos guardada e solidificada. Ao percorrer um espaço físico, primeiramente podemos percebê-lo como inteiramente imutável, sem haver chance de variação ou modificação. No entanto, se olharmos mais atentamente para ele, veremos que, a partir do momento em que o experienciamos, há uma transformação tanto no lugar, quanto em nós, pois uma nova memória é construída, dando espaço para um novo tipo de significado que muda totalmente a percepção que tivemos dele no passado e a que teremos no futuro. Sobre isso, José Saramago traz uma passagem em seu livro *O Caderno*:

Fisicamente, habitamos um espaço, mas, sentimentalmente somos habitados por uma memória. Memória que é a de um tempo e de um espaço, memória no interior da qual vivemos, como uma ilha entre dois mares: um que dizemos passado, outro que dizemos futuro.

Podemos navegar no mar do passado próximo graças à memória pessoal que conservou a lembrança das suas rotas, mas para navegar no mar do passado remoto teremos de usar as memórias que o tempo acumulou, as memórias de um espaço continuamente transformado, tão fugidio como o próprio tempo. (SARAMAGO, 2009)

Como aborda Leopoldo (2017), Bergson valoriza o conhecimento intuitivo e, para ele, tempo é duração. No entanto, não é uma duração linear, não é necessariamente uma duração que tem que esperar o que veio antes para poder continuar. Para ele, a duração é aquilo que permanece, é um desenrolamento dos momentos que permanecem e que podem ser momentos que são trazidos do passado ou momentos do futuro que ainda virão a acontecer, algo capaz de fazer como que o tempo não fuja de nós e que não finde no momento presente. A percepção de duração é variável, intuitiva e subjetiva.

CAPÍTULO 2: MEMÓRIA A PARTIR DAS PRÁTICAS SOMÁTICAS E DA RELAÇÃO COM O ELEMENTO ÁGUA

Reconhecendo a educação somática como um campo de estudo que abrange diversas metodologias de pesquisas teórico-práticas e que tem como objetivo a investigação e a consciência corporal, dando ênfase em vivências profundas com o principal propósito de proporcionar o alcance do autoconhecimento e percepção corporal (PEREIRA, 2010), podemos reconhecer que a memória como lugar de pesquisa e referência pode ser trabalhada de forma mais contemplativa quando vivenciada a partir das práticas somáticas.

Com base no que afirma um dos teóricos do movimento somático, o professor Thomas Hanna, sobre a definição do termo “somática”, que foi criado por ele em meados dos anos 70: “a arte e a ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio ambiente, estes três fatores sendo vistos como um todo agindo em sinergia” (HANNA, 1983, p. 7) relacionei as significações dessa afirmação com as abordagens da minha pesquisa.

Nesta pesquisa, associei o termo “consciência” à memória, o aspecto biológico ao trabalho corporal e o ambiente, à relação espaço temporal ocorrida entre os dois primeiros termos, consciência e aspecto biológico, a partir de minha fruição no elemento água.

É importante enfatizar que um dos preceitos que a educação somática defende é a afirmação de que a mente não deve ser compreendida como algo referenciado fora ou dentro do corpo, mas nas relações com e por ele estabelecidas. Há também a concepção de que não devemos separar conceitualmente e experencialmente cabeça e corpo (em termos usuais não anatômicos), mas que os termos devem ser tratados como um todo, como um só corpo abordado de forma integral. Existe o costume de associar o encargo cognitivo e intelectual (a consciência, podemos dizer) à mente, e a educação somática vem justamente para quebrar esse estigma e apresentar a concepção de unificação corpórea, uma vez que adquirimos consciência a partir de vivências, e essas vivências são obtidas através de investigação e exploração realizadas a partir de movimentações de cada parte do nosso corpo, desde as células mais profundas até a camada mais superficial da pele (FERNANDES, 2012 apud HARTLEY, 1995).

A educação somática tem uma ampla abrangência enquanto campo de estudo, compondo pesquisas e conexões com variadas áreas, tais como a dança e o teatro, estendendo suas relações ao campo da saúde. A partir das diversas formas de abordagem e objetivos, apresenta uma infinita gama de possibilidades, envolvendo o pensamento de uma multiplicidade de pesquisadores somáticos.

Dentre os mais variados artistas e pesquisadores em dança que se utilizam das técnicas somáticas para sua produção artística e pedagógica da dança, produzi essa presente pesquisa com base na obra de Ciane Fernandes, intitulada *O corpo em movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas* (2006), onde ela desenvolve as especificidades existentes no sistema Laban/Bartenieff a partir da Análise Laban de Movimento (LMA). A LMA, resumidamente, é um sistema aberto de registro e descrição dos movimentos cênicos e do dia-a-dia, em que se analisa o método de treinamento corporal em questão, bem como as composições coreográficas, no caso específico da dança. Os estudos de Laban também promovem uma abordagem diagnóstica do movimento, funcionando como importante instrumento de estudo para o tratamento a ser empregado pela dança-terapia (FERNANDES, 2006).

A LMA traz princípios e importantes linhas de desenvolvimento para a compreensão de distintas práticas artísticas, ao contemplar movimentos tanto cotidianos quanto técnicos. Dessa forma, a análise dos movimentos pode partir tanto da experiência, quanto de uma abordagem mais codificada e técnica do

movimento. Devido a essa versatilidade, há a possibilidade de caminhar por diversas estruturas de aprendizagem.

Em seu livro, simultaneamente a outras diversas apresentações e representações de esferas de pesquisa, Fernandes também aborda as práticas corporais e os princípios somáticos desenvolvidos por Irmgard Bartenieff, que outrora foi aluna dos ensinamentos de Laban e pela fundadora do Body-Mind Centering (BMC), Bonnie Bainbridge Cohen, que por sua vez foi aluna de Bartenieff.

Para fins de melhor observação e aprendizagem, a LMA definiu didaticamente uma linguagem corporal que é abordada por categorias segmentadas. São elas: categoria Corpo, categoria Expressividade, categoria Forma e categoria Espaço. Tendo por base a conexão temporal e espacial entre a memória e o corpo, discorri sobre a ligação entre os caminhos de acesso à memória a partir das categorias Corpo e Forma. Uma vez que Fernandes afirma:

Através da LMA, pode-se identificar, descrever e transformar não somente as características pertinentes ao treinamento corporal para a cena, mas também ao “esquema-corporal” (mapa ou imagem corporal) atual, ou seja, as tendências de movimento que vinculam-se à personalidade e ao relacionamento com o meio. Nesse encontro da estética com a terapia, o dançarino-ator descobre suas tendências ou preferências de movimento, aprende a valorizá-las mas também expandi-las, enfrentando limitações e preconceitos quanto a sua auto-imagem, num constante processo de autodesafio e descoberta do movimento. (FERNANDES, 2006)

A partir das categorias dispostas por Laban, a categoria Corpo, desenvolvida por Bartenieff e Cohen, se fragmenta em outras quatro especificações: Os Princípios de Movimento de Bartenieff; Os Fundamentos Corporais Bartenieff; A imersão Gesto/Postura; Outros Conceitos e Símbolos de Corpo.

Assim, com base na temporalidade da vida, a conexão da memória com a categoria Corpo e suas ramificações se dá a partir da perspectiva associada à evolução, que pode ser observada e explorada tanto em seres humanos, destacando-se os bebês e as crianças, como nos animais também. Uma vez que o desenvolvimento e percepção da consciência se dá a partir de estímulos vivenciados corporalmente, como observa Márcio Campos:

Conhecer nossas ligações detalhadamente nos dá condições de movimentos conscientes. A ligação cabeça-cauda (cóccix) nos dá a

noção geral do nosso corpo, trabalhando a partir de toda a coluna. O homem-réptil é rápido, um homem-cauda, levando sua vida dupla e multiplicando suas experiências pelo espaço. (FERNANDES, 2006 apud CAMPOS, 1997)

Na perspectiva da abordagem corporal desenvolvida por Bartenieff para a categoria Corpo, os diversos ramos de possibilidades foram sendo aprimorados pelos seus alunos com o passar dos anos, e de acordo com Janis Pforsich, um de seus discentes, há dez princípios básicos⁵ específicos norteadores para o trabalho, cujo foco é o estabelecimento das relações do corpo com a respiração, o espaço, a postura e a expressividade, dentre outros elementos.

Dentre os dez princípios, o que será abordado nesta pesquisa, visto que o objetivo é conectar caminhos possíveis de acesso à memória por meio das práticas em dança, é o princípio intitulado de “As Organizações Corporais e os Padrões Neurológicos Básicos”.

2.1 Padrões Neurológicos Básicos e o desenvolvimento da memória

Os Padrões Neurológicos Básicos referem-se ao desenvolvimento neurofisiológico do ser humano, de forma ontogênica (a partir da origem do organismo, desde a sua fecundação até a maturidade), e de forma filogenética (a história evolutiva de uma espécie), interpretando o desenvolvimento em etapas de evolução. O organismo é, então abordado, desde sua origem unicelular ao estado mais complexo e plural, analisando-se as conexões presentes em peixes, anfíbios, répteis e mamíferos, atendendo à sua crescente complexificação evolutiva.

Pensando no desenvolvimento humano, podemos relacioná-lo ao desenvolvimento evolutivo dos bebês que, com o passar do tempo, vão explorando a si mesmos, tomando consciência de seu corpo, investigando suas possibilidades e os padrões de suas movimentações. O bebê humano segue estruturando sua coordenação motora, até que consegue estabelecer uma certa forma estruturada a partir do desenvolvimento de seu sistema neuromuscular. Por Padrões Neurológicos Básicos, podemos entendê-los como uma reformulação desses sistemas corporais

⁵ São definidos como os dez princípios básicos: A Respiração e as Correntes de Movimento; O Suporte Muscular Interno; A Dinâmica Postural; As Organizações Corporais e os Padrões Neurológicos Básicos (PNB); As Conexões Ósseas; A Transferência de Peso para a Locomoção; A Iniciação e o Sequenciamento de Movimentos; A Rotação Gradual; A Expressividade para a Conexão Corporal e A Intenção Espacial.

gradualmente desenvolvidos, começando por estágios bem iniciais de desenvolvimento compartilhados pelos sistemas nervoso e muscular, que evoluem e ficam mais complexos em sua estrutura.

Como exemplo disso, podemos observar os estágios de avanço nas movimentações das crianças: da movimentação reflexa inicial à pouca movimentação no nível baixo, partindo para impulsos com a intenção de virar o corpo de bruços e a consequente estruturação da coluna cervical, deslizando de modo a começar a fazer transferências de peso entre partes do corpo, e com isso se manter de formas mais estruturadas: sentando, engatinhando e levantando com a ajuda de apoios, tanto os do próprio corpo quanto apoios externos, até conseguir se sustentar e assim seguir caminhando.

Observando esse desenvolvimento, ao esmiuçar essa relação com a temporalidade, nos damos conta que até mesmo esse desempenho não é linear, visto que antes de conseguir passar para o estágio seguinte, a criança normalmente retorna ao anterior, sempre voltando a ele como uma condição de registro para assim prosseguir, só que dessa vez esse movimento anterior já vai estar modificado pela própria percepção de uma nova possibilidade de movimentação futura, dando um ar de atuação em espiral (FERNANDES, 2006).

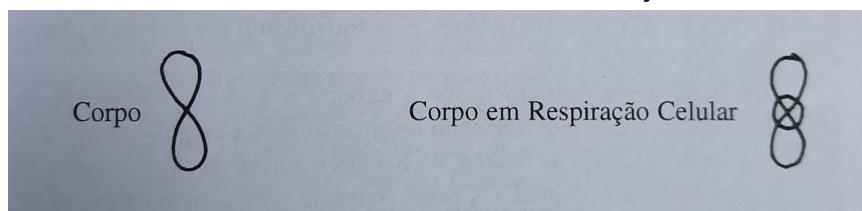
Fernandes enfatiza essa ordem de desenvolvimento ao compartilhar que “na progressão dos PNB, cada estágio prévio apoia subliminarmente cada estágio subsequente. Cada estágio é necessário. E nos adultos, é benéfico lembrar cada estágio, pois isso favorece a integração.” (Fernandes, 2006 apud Hackney, 1998).

Dessa forma, dentro dos PNB, é estabelecido o reconhecimento de seis estágios, em que cada um representa um tipo diferente de ação corporal: Respiração Celular; Irradiação Central; Espinhal; Homólogo; Homolateral e Contralateral.

Na Respiração Celular, o foco está na expansão e na contração do corpo. A partir de um ciclo respiratório completo, deve-se imaginar o ar percorrendo o corpo, que, ao inspirar, expande levando o ar para todas as células e, ao expirar, devolve o ar para o meio externo, contraindo o corpo, ou melhor dizendo, voltando para a posição de repouso. É basicamente uma ação de encher e esvaziar. Essa ação é uma movimentação característica de seres unicelulares, que se expandem e se contraem como uma forma de locomoção, um respirar não só para viver, mas para mover. Essa movimentação também é realizada especificamente em bebês recém

nascidos, que quando ainda estão em um estado de repouso e movimentação mínima, se utilizam dela como uma forma de reagir. É importante ressaltar que esse padrão vai se manter presente em todos os outros padrões seguintes.

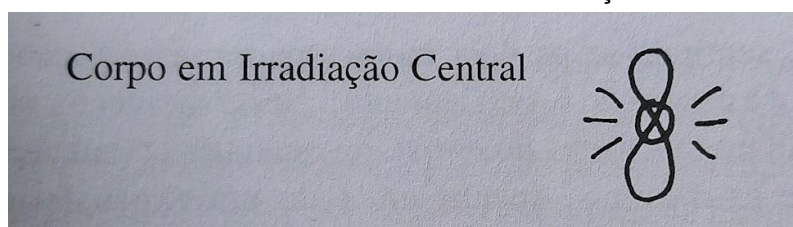
FIGURA 4: SÍMBOLO DO CORPO EM RESPIRAÇÃO CELULAR



Fonte: Ciane Fernandes, 2006.

No próximo estágio, o da Irradiação Central, o foco vai estar no centro do corpo. Ao localizar esse centro, um pouco abaixo do umbigo, serão experimentadas formas de irradiar a respiração que foi percebida no corpo no estágio anterior e fazer com que essa respiração siga um caminho em direção às extremidades do corpo, como se fossem raios de sol que saem do meio do corpo com o objetivo de alcançar algo nas pontas. Ao inspirar, o ar é conduzido para as extremidades (cabeça, cauda e membros superiores e inferiores), para em seguida, na expiração, cumprir seu retorno das extremidades de volta para o centro do corpo. Esse padrão continua se referindo a encher e esvaziar, porém, agora, agregando a essência de centro-periferia. Essa movimentação também é denominada de padrão estrela-do-mar, visto que esta possui a característica de ter um meio e seis pontas e de se mover segundo este mesmo padrão.

FIGURA 5: SÍMBOLO DO CORPO EM IRRADIAÇÃO CENTRAL

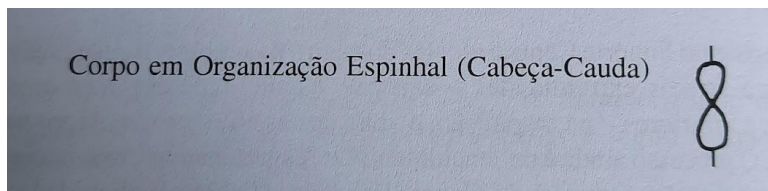


Fonte: Ciane Fernandes, 2006.

No estágio Espinhal, também chamado de conexão cabeça-cauda, a movimentação vem a partir da Irradiação Central, porém ao invés de ser direcionada para as seis extremidades, concentra-se na conexão entre a cabeça e a cauda (cóccix). Cabeça e cauda estabelecem entre si uma ligação, através da coluna. A

partir desse vínculo vão se desenvolvendo movimentações fluidas que remetem a movimentos de seres rastejantes, como a serpente. Nesse estágio, começa a ser desenvolvida a noção de individualidade e a atenção para a cinesfera⁶ particular.

FIGURA 6: SÍMBOLO DO CORPO EM ESPINHAL



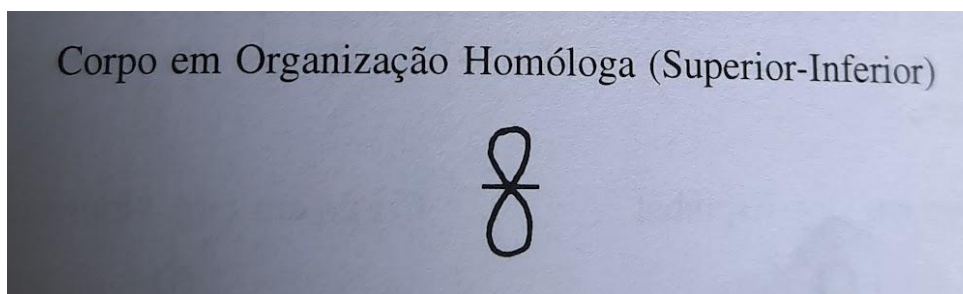
Fonte: Ciane Fernandes, 2006.

Os próximos estágios começam a ser categorizados de maneira mais palpável e superficial em relação às extremidades do corpo.

Na organização Homóloga, o corpo é delineado em duas partes: como corpo superior, que conta da cintura para cima e corpo inferior, que conta da cintura para baixo. Nesse estágio, inicia-se a conexão com a terra e a com a gravidade, visto que aqui começa uma exploração maior pelo espaço e pelos níveis. No adulto, essa divisão de cima e baixo acaba se dando a partir do significado com base na estrutura e funcionalidade específica. É relacionada à função da parte inferior à cintura pélvica, fornecendo estabilidade e capacidade de sustentar o peso do corpo. A parte superior relaciona-se à cintura escapular, que por ser mais instável e mais maleável, fica mais responsável pela mobilização e atividades específicas que são mais sutis, como escrever por exemplo, enquanto a parte inferior é relacionada ao suporte do peso e locomoção. Evidentemente, nos momentos de criação, essas funcionalidades podem ser exploradas de maneira alternada e/ou sobreposta.

FIGURA 7: SÍMBOLO DO CORPO EM ORGANIZAÇÃO HOMÓLOGA

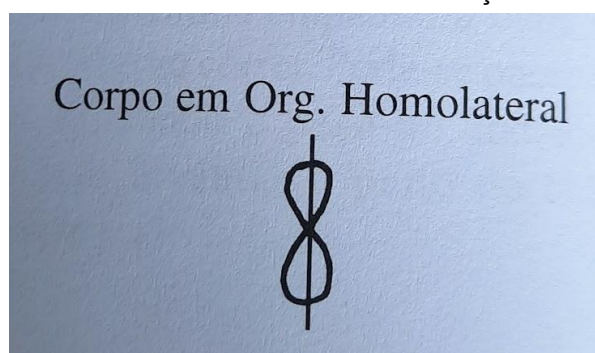
⁶ Cinesfera é um termo labaniano utilizado para se referir ao espaço físico que existe ao redor do nosso corpo. É uma esfera de movimento que pode ser alcançada pelos membros sem a necessidade de ter uma troca da base de apoio. Pode ser imaginada como um círculo tridimensional, como se fosse uma aura.



Fonte: Ciane Fernandes, 2006.

Na organização Homolateral, a divisão corporal vem a partir da coluna, fracionando o corpo em dois lados: lado direito e lado esquerdo. Nesse estágio começa a ser estabelecida a possibilidade de instauração de bases para uma integração das funções laterais do cérebro, o que proporciona novas assimilações em questão de direções.

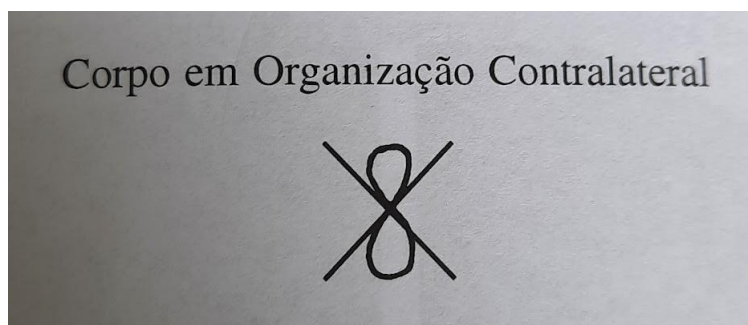
FIGURA 8: SÍMBOLO DO CORPO EM ORGANIZAÇÃO HOMOLATERAL



Fonte: Ciane Fernandes, 2006.

Na organização Contralateral, alcunhada de lados cruzados, é apresentada uma diferenciação que se interliga com as outras duas anteriores. A diferenciação é interpretada com um grande "X", ligando os lados com as partes de cima e baixo, de maneira que fique conectada a parte superior direita com a parte inferior esquerda, e a superior esquerda com a inferior direita. Nesse estágio, começa a ser desenvolvido o cérebro frontal e a autoconsciência, o que permite dar ênfase às significações dos movimentos. Na criança, primeiro precisa ser estabelecido um aperfeiçoamento dos últimos dois estágios, para que assim ela consiga a coordenação motora e maturidade neurológica necessária para esse estágio.

FIGURA 9: SÍMBOLO DO CORPO EM ORGANIZAÇÃO CONTRALATERAL



Fonte: Ciane Fernandes, 2006.

A partir das descrições dessas etapas, fica evidente que o desenvolvimento não linear está presente em todos os momentos da nossa evolução, de maneira que, a cada conquista, numa nova fase, esta se sobrepõe à anterior, como um relógio que embora tenha uma direção “para a frente” no sentido horário, pode ser rebobinado e reajustado sempre que for preciso. Assim, possibilitando que consigamos acessar qualquer tipo de movimentação independentemente de sua ordem de origem.

Das quatro categorias de análise do movimento de Laban, a que mais tem relação com a categoria Corpo, é a categoria Forma, que foca no volume do corpo quando em movimento, no formato corporal que é construído durante a criação. A Forma é delineada em três tipos: Fluida, Direcional e Tridimensional. E como o objetivo é relacionar essas práticas somáticas com o elemento água, apenas a Forma Fluida será abordada aqui.⁷

A Forma Fluida tem como princípio proporcionar e investigar o relacionamento do corpo com o próprio corpo, abrangendo todas as suas partes. Na Forma Fluida, a movimentação nasce a partir da respiração, conectando-se também com a voz, os órgãos e os líquidos corporais. Nessa categoria, o bebê desenvolve sua evolução a partir das sensações, seguindo sua fluidez. Já no adulto, pode aparecer de maneira sutil, subliminarmente, através da respiração e do movimento dos órgãos quando acionados como mote para a movimentação corporal. Como também pode aparecer de maneira mais explícita quando balançamos o corpo como

⁷ Explicando brevemente as definições das outras duas Formas: A Forma Direcional envolve o desejo de extensão e é desenvolvida a partir do momento que a criança começa a se esticar para alcançar coisas, objetos e pessoas. Essa Forma se caracteriza pela predominância dos movimentos bidimensionais, ou lineares. No entanto, não podemos inferir como algo estático, pois essa Forma também traça um percurso pelo espaço, podendo ser reto ou em arco. Portanto, a Forma Direcional, pode ser tanto Linear quanto Arcada.

Já a Forma Tridimensional começa a ser desenvolvida quando a criança passa a buscar interagir com o ambiente para além da extensão. Com movimentações mais elaboradas, como a rotação, ela busca ir moldando seu corpo, esculpindo-o através do espaço.

algum objetivo, ou quando tocamos a superfície da nossa pele e cabelos, ou até mesmo suspirando (FERNANDES, 2006). Na Forma Fluida, não há nenhuma direção espacial específica, mas uma abrangência de possibilidades.

Com frequência, podemos ver a conexão da Forma Fluida com a natureza, observando os delineamentos dos mares, rios e lagos, contemplando o ar que respiramos, entre outros processos. Com nossos corpos não é diferente, eles são natureza e, portanto, fluidos como ela, e podem nos proporcionar a possibilidade de dançar a partir dessa fluidez que é perceptiva a partir dos nossos órgãos e fluidos corporais, nossas águas.

2.2 A água como elemento de conexão e abordagem da memória

Falar do elemento água é falar sobre a energia fluida que se desenvolve em toda a natureza. Trabalhar com o elemento água é estar disposta a construir as vivências a partir da sensibilidade e do sentimento, como explana Tenzin Wangyal Rinpoche (professor de tradição tibetana Bon) no livro *A Cura Através da Forma, da Energia e da Luz* (2017, p. 50): “As práticas que desenvolvem os aspectos positivos da água são as afetivas”.

O elemento água pode ser relacionado a muitos sentimentos, explicações e significados específicos para cada pessoa, mas segundo Wangyal, sobre as características do elemento, a água se relaciona ao conforto. A partir da minha experiência de movência, percebo que estar envolvida com a água levou-me a um estado de apreciação do atual momento vivenciado; a abordagem aquosa dos meus movimentos gerou uma sensação prazerosa a ponto de não querer mudar. E isso pode ser visto tanto de uma maneira positiva quanto de uma maneira negativa. Positiva ao considerar o estado vivenciado como uma forma de apreciação do agora, uma afeição ao instante, uma contemplação do presente, permitindo viver o momento da maneira mais completa possível. Negativa na medida em que pode representar uma estagnação chegar a tal ponto de conforto que gera paralisia, não conseguindo mais seguir adiante, presa ao movimento.

Na pessoa dominada pelo elemento água, pode haver muitos sentimentos e emoções e, às vezes, conforto demais. Conforto demais significa deixar as possibilidades de lado e flamar pela vida. Significa perder-se no conforto, diminuir a produtividade, ficar satisfeitos em situações que deveriam ser mudadas. Há uma

tendência a não trabalhar muito no que é difícil, mesmo que isso signifique abrir mão do que é valioso. (WANGYAL, 2017, p. 49)

Estar em imersão com o elemento água gerou, em mim, muitos sentimentos, muitos deles tão escondidos, que sequer me dava conta de percebê-los. Lidar com esses sentimentos antes ocultos foi difícil pela iminência de uma melancolia e a consequente resistência ao acesso desses sentimentos, transformando essa experiência de exploração e aceitação num bloqueio da autoconfiança. Em muitos momentos da pesquisa prática, a água se revelou um líquido retido em meu corpo, água que não corre, não escoia.

Tanto o equilíbrio quanto o desequilíbrio fazem parte da experiência de se trabalhar com o elemento água, embora tragam resultados e perspectivas diferentes dessa relação aquosa, ambos são importantes para a vivência. Na minha abordagem, uso o equilíbrio como uma busca pela fluidez, embora não invalide a importância do desequilíbrio. Busco esse equilíbrio através da aceitação das situações (RINPOCHE, 2017) e isso pode ocorrer a partir de diversas práticas, com muitas possibilidades de abordagem tais como a meditação, as práticas espirituais e as práticas corporais também.

Nas práticas somáticas, conseguimos trabalhar a água tanto a partir de fluidos corporais como a circulação sanguínea, o líquido cérebro-espinhal e a gordura, por exemplo, como também a partir dos órgãos, da pele e da respiração, para além da associação de nossos próprios fluidos, com os fluidos externos.

Há múltiplas abordagens da água a partir de práticas em dança e técnicas distintas de estudo do movimento. O BMC (Body-Mind Centering), por exemplo, traz esse panorama de conexões, ao tratar do corpo como um todo sem diferenciações, sem categorias, desenvolvendo uma construção corporeamente, interligando o sensório ao motor, que por sua vez acaba se tornando um caminho para o desenvolvimento dos nossos movimentos e percepções, como disserta Marília Vellozo no seu artigo “BMC e os sistemas corporais: uma possibilidade de integração no ensino da dança:

Ser capaz de reconhecer os aspectos relacionais dos sentidos e percepção em si mesmo e nos outros, como padrões de se mover em direção a, ou de se defender e afastar de, e entender as relações entre os sentidos, a percepção e as ações no mundo são objetivos do BMC. (VELLOZO, 2006)

Ainda no mesmo artigo, Vellozo apresenta os Padrões Neurológicos Básicos - PNB, como facilitadores da consciência externa e do movimento através do espaço, trazendo-os como uma ponte, um caminho no qual o desenrolar dos acontecimentos e situações externas, tanto fazem parte quanto afetam nossas práticas corpóreas. Manifestando que nossos sistemas se baseiam no externo para internalizar.

Dessa forma, podemos inferir que somos quem somos e reagimos como reagimos a partir do que foi interiorizado com o passar do tempo. Existe um caminho que seguimos conforme vamos nos desenvolvendo, mas esse caminho não é, necessariamente, linear. Como conceitua a própria criadora do BMC, Bonnie Bainbridge Cohen, devemos considerar que o desenvolvimento não é um processo linear e sim de sobreposição de ondas que sucedem umas às outras, se integrando no próximo padrão e complexificando os estágios posteriores (VELLOZO, 2006).

Esse desenvolvimento dos acontecimentos, por sua vez, cria memórias. Essas memórias ficam registradas no corpo, datadas de um tempo e lugar específicos e, quando as acessamos, estamos acessando outra temporalidade, com outros encargos e bagagens. Mas, mesmo que as condições não sejam as mesmas da origem do acontecimento em questão, isso não afeta o modo como foi absorvida tal situação, uma vez que nosso corpo registra nossas sensações e emoções em detrimento da circunstância específica. Por mais que essas memórias sejam atualizadas a cada vez que as acessamos, cada vivência será marcada pela maneira como foi recebida, como é citado por Vellozo:

...a percepção, o movimento e a organização das funções do corpo são coordenados pela sofisticação do sistema nervoso, e este registra todas as novas sensações e direciona as respostas baseadas na memória e na percepção das experiências passadas, o que leva a uma conexão particular com o aparato sensório-motor e a possibilidade de podermos rever nosso mapa sensório a cada vivência corporal. (VELLOZO, 2006)

A água entra justamente como um desses fatores de registro e acesso quando refletimos que temos e somos exatamente a mesma água de todo o planeta.

Em outro livro de ficção científica, intitulado *As água-vivas não sabem de si* (2019), a autora Aline Valek, nos incita a refletir sobre o oceano ao abordar a relação deste com os seres humanos. E diante do que ela nos traz, nos damos conta de que carregamos as histórias e memórias de todos aqueles animais, plantas e seres humanos que vieram antes de nós, pois tudo é compartilhado pela água, teoricamente e subjetivamente também.

Tomando emprestadas as palavras de Valek, nós observamos que o oceano, por exemplo, carrega toda a história do planeta e carrega a existência de todo ser vivo que já existiu, sendo assim, carrega suas memórias também. Mesmo quando não estivermos mais aqui, o oceano continuará transportando todos esses compartimentos de memória, levando em suas ondas tudo que já pisou na terra.

Podemos pensar, também, em todas as memórias compartimentadas em seres que vieram antes de nós, tanto aqueles que precisaram deixar de existir para que conseguíssemos estar aqui hoje, quanto daqueles que ainda permanecem. Pensar naqueles seres que conseguiram desenvolver métodos de sobrevivência para driblar a temporalidade, como as águas-vivas por exemplo, que desenvolveram uma poderosa habilidade de regeneração. As águas-vivas, quando envelhecem ou se machucam, retornam ao fundo do oceano, seu habitat de origem e se recompõem voltando à sua fase primordial, desafiando a finitude do tempo, aproximando-se do conceito de eternidade, contemplando anos, décadas e séculos.

O que pensar da temporalidade, ao considerar a infinita carga de informações partilhadas nas memórias de cada ser em particular, a partir do meio ancestral e comum, a água? Podemos pensar em toda forma de líquido existente no universo, o oceano, os mares, os rios, a chuva, o nosso sangue, como um sistema que envia informações, comandos e ações, conectando todos num mesmo comprimento de onda, perpassando todas as vidas, levando ensinamentos, proporcionando memórias, para logo depois essas novas memórias e vivências criadas serem levadas pelas correntezas da existência do oceano, como a onda que vem do fundo do mar, quebra na superfície e volta ao oceano.

Valek traz ainda a percepção da água, do ponto de vista do oceano:

...as pessoas preferiam olhar para o céu. Diziam que era a experiência de contemplar um passado distante, porque as luzes que chegavam ao planeta vinham com um atraso de milhões de anos, revelando um retrato de corpos celestes e lugares que podiam

nem mais existir. As ondas também eram um retrato antigo, com criaturas tão primitivas, tão carregadas de informação, de histórias e de vida. As ondas estavam ali, tão próximas, e as pessoas preferiam primeiro explorar os céus e suas luzes distantes. (VALEK, 2019, p. 70)

Na escala dimensional do espaço-tempo estamos tão ansiosos pelo futuro, pelo que fazer amanhã, ano que vem, daqui a 10 anos... que esquecemos do presente e, quando nos lembramos, ele já passou. Temos urgência do amanhã, mas na nossa realidade palpável do espaço-tempo, para que se tenha memória, para que se tenha conteúdo, para que exista passado e futuro, precisamos vivenciar o presente.

Como versa Clarice Lispector em *Água-viva* (1973): A invenção do hoje é o meu único meio de instaurar o futuro. Só no tempo há espaço para mim.

CAPÍTULO 3: IMERSÃO NA PRÁTICA

Até aqui, trago a perspectiva do espaço-tempo pelo olhar da física, de forma interligada aos padrões neurológicos básicos da educação somática, com o objetivo de embasar uma vivência que parte do elemento água como um caminho para acessar a memória nas práticas em dança que antecedem o processo criativo. A culminância deste processo, em particular, é a realização da videodança.

Decidi abordar como uma proposta de demonstração da efetividade da pesquisa, a elaboração de uma estrutura de aulas, que denominei “aulas-teste”, nas quais pratiquei, durante semanas, movimentações iniciadas a partir dos estágios dos padrões neurológicos básicos, PNB, somadas a elementos externos que utilizei para facilitar o acesso às minhas memórias.

Os elementos externos que trouxe para as práticas envolviam textos e ambientação sonora. Os textos, poemas, trechos de livros, que utilizei como gatilho de acesso à memória, são textos de grande importância afetiva para mim, textos que me levaram até à decisão do tema desta minha pesquisa. As músicas, também de valor afetivo, trouxeram uma temática, uma energia ligada ao tempo-memória-água-continuidade, e foram utilizadas de forma alternada com sons da natureza, principalmente sons oceânicos.

Como parte do desenvolvimento da construção dessa investigação, me baseei em quatro aulas-teste que criei, estruturei e apliquei a mim mesma na minha rotina de experimentações. Em cada aula, foquei em um estágio de PNB diferente (ou no caso de estágios muito interligados, juntei numa mesma aula), com elementos de apoio diferentes. Algo que também ocorreu de forma diferente em cada aula, foi o espaço de realização da prática, o que não foi proposital mas acabou acontecendo, em decorrência da disponibilidade ou não dos locais nos dias das aulas, o que acabou sendo super importante para minha construção, como abordarei em breve.

3.1 Práticas antes da Criação

Elaborei a estrutura das aulas-teste da seguinte forma: após o reconhecimento do local (uma breve caminhada pelo espaço), começaria com um aquecimento mais agitado, para em seguida entrar num alongamento mais calmo para abrir caminho para um momento de meditação/respiração para fazer com que o meu corpo se adaptasse àquele lugar. Após esse momento inicial, escolheria os elementos de apoio que tivessem relação com o conteúdo da aula do dia. Depois da leitura do texto e de dar *play* na ambientação sonora, eu começaria as movimentações do(s) estágio(s) do dia, sempre incorporando o texto escolhido. Após a prática, iria para um breve momento de relaxamento e finalizaria a aula anotando tudo o que ocorreu, sentimentos e sensações despertadas, informações que contribuiriam para a construção da videodança.

Para dar início às investigações, comecei abordando os estágios Respiração Celular e Irradiação Central dos PNBs numa mesma aula, uma vez que ambos possuem muita similaridade (na verdade, o primeiro também faz parte do segundo). Neste dia, a sala que eu estava usando já há um tempo (sala 44) estava ocupada, e a única disponível era a Sala Nascimento do Passo⁸.

Comecei com um aquecimento mais dinâmico, uma movimentação mais agitada que seguia conforme a música escolhida. Em seguida fui para um alongamento focando nas partes que eu iria movimentar naquela prática, como a caixa torácica e os membros superiores e inferiores. Logo após o alongamento, fui

⁸ Salas de Dança localizadas no Centro de Artes e Comunicação - UFPE.

para o momento de meditação/respiração, que na verdade era mais como um tipo de reconhecimento espacial do meu corpo. Nesse momento, acessei uma memória que não me recordava até aqui, que foi o fato de essa sala, a Sala Nascimento do Passo, ter sido a primeira sala de dança da universidade em que eu entrei. Foi a sala onde eu fiz o primeiro dia do teste de habilidade específica em dança, por ocasião do vestibular para meu ingresso no curso. E ao me recordar desse momento, pude me ver entrando por aquela porta, cinco anos antes, com outras bagagens, uma grande e diferente expectativa e um constante medo de não conseguir. Ao olhar para o teto, pude me lembrar das sensações e emoções que aquela Ana Gabrielly estava sentindo ao olhar pela primeira vez para aquele mesmo teto, em um tempo diferente.

O acesso a essa memória me fez lembrar de um trecho do livro *O Caderno* de José Saramago, que acabou se tornando o elemento textual de apoio dessa primeira aula:

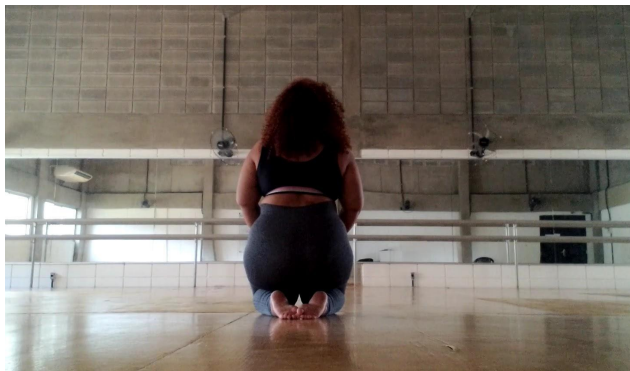
o que sabemos dos lugares é coincidirmos com eles durante um certo tempo no espaço que são. O lugar estava ali, a pessoa apareceu, depois a pessoa partiu, o lugar continuou, o lugar tinha feito a pessoa, a pessoa havia transformado o lugar. (SARAMAGO, 2009, p. 11)

Isso era exatamente o que eu almejava desde o início da pesquisa, me permitir ser atravessada por minha memória.

Sobre a vivência da prática em si, eu fiquei bastante comovida por conta da minha relação com a sala, o lugar, o espaço. E isso, além de ter me motivado a escolher o texto de apoio citado acima, também me motivou à percepção do meu corpo no espaço a cada movimentação. O ocorrido foi bom mas também me fez perceber que grande parte das minhas movimentações são bastante concisas, pequenas e, embora isso não seja de todo ruim por conta das características dos estágios trabalhados, é algo que eu precisava trabalhar melhor nas próximas práticas. Percebi também que o medo e o receio de tudo e qualquer coisa é o que me trava, e não me deixa fluir. Terminei essa primeira aula-teste com a sensação de que embora desejasse me movimentar mais amplamente, a vivência do dia condizia muito com os estágios escolhidos.⁹

⁹ Respiração Celular e Irradiação Central.

FIGURA 10: IMAGEM DA PRIMEIRA AULA-TESTE



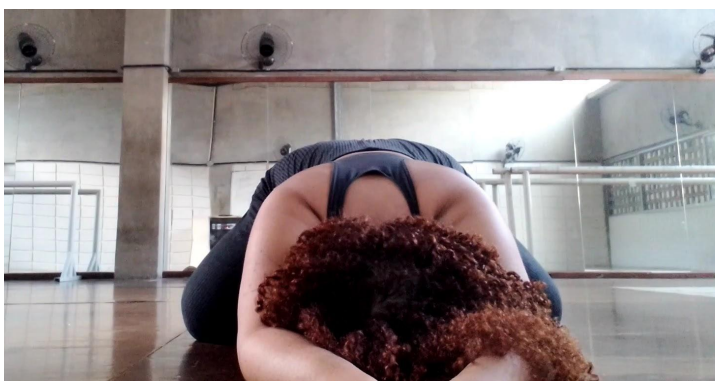
Fonte: Ana Gabrielly

A segunda aula-teste foi focada no terceiro estágio de desenvolvimento dos PNBs, o Espinhal, ou Cabeça-cauda. Esse é o estágio que eu mais utilizo em todas as minhas vivências desde o início do curso, é uma zona de conforto para mim, mas não só isso, é também o que mais gosto de explorar e sempre buscando chegar a lugares diferentes.

A aula foi realizada em uma outra sala, a Sala de Dança, que por coincidência foi a segunda sala de dança da UFPE que eu entrei, onde fiz o segundo dia do teste de habilidade do vestibular, o que também trouxe uma conexão de memória afetiva, embora não tão forte e importante quanto a primeira citada.

Iniciei a aula com um aquecimento similar ao da aula anterior, porém diferente dele no que diz respeito ao alongamento, em que foquei mais nas articulações, principalmente a coxofemoral, uma vez que, nesse estágio, eu sempre privilegio a relação com o chão e os quatro apoios. Também pratiquei um pouco de resistência, principalmente dos membros superiores, já que grande parte da vivência eu experimento em os quatro apoios.

FIGURA 11: IMAGEM DA SEGUNDA AULA-TESTE



Fonte: Ana Gabrielly

Por ter como característica a ligação entre dois pólos por meio da coluna, o estágio Espinhal me faz pensar muito sobre conexões e, justamente essa relação entre dois pontos diferentes que são vinculados por uma linha, me lembrou de um trecho do livro *Água Viva*: “Nunca é o impossível. Gosto de nunca. Também gosto de sempre. Que há entre nunca e sempre que os liga tão indiretamente e intimamente?” (LISPECTOR, 1973, p. 29)

Assim, utilizei-me desse trecho como elemento de apoio para a aula. Ao mesmo tempo em que ele se conecta com o estágio espinhal, ele também traz uma referência temporal, que por sua vez me fez refletir muito durante a prática e motivou grande parte das movimentações.

Pensar na não-linearidade do tempo enquanto prática de movimento, sempre me leva a lugares de repetição e de algo que vai e volta, como um *boomerang*, e dentro dessa característica sempre me sinto pertencente às ondulações e aos movimentos de remeter ao rastejar de uma serpente. Alterno entre as curvas de uma serpente em movimento com ações nas escápulas, o que proporciona uma sensação de que a serpente está em processo de digestão e até mesmo de ataque, uma vez que essas movimentações também são conectadas aos dois primeiros estágios dos PNBs.

FIGURA 12: IMAGEM DA SEGUNDA AULA-TESTE



Fonte: Ana Gabrielly

Outro fator de grande importância nessa aula, foi o uso da trilha sonora do filme de ficção-científica *Interestelar*¹⁰, que aborda a relação do espaço-tempo com a gravidade, e que sempre teve grande influência no meu processo.

¹⁰ Trilha sonora do compositor alemão, Hans Zimmer.

A terceira aula-teste foi uma extensão da segunda. Por ser um estágio pelo qual tenho uma certa preferência, decidi continuar os estudos da aula anterior, com os mesmos elementos de apoio, buscando apenas experimentar algumas movimentações diferentes, ou maneiras diferentes de executar as mesmas movimentações.

Nesse dia, a sala em que eu vinha praticando antes de estruturar as aulas-teste estava disponível, a Sala 44. E após os momentos iniciais de aquecimento e alongamento, coloquei músicas oceânicas no momento da meditação e deixei meu corpo entrar nessa energia, surgindo aos poucos a idealização de ondulação seguindo para leves vibrações. A música, as movimentações e o espaço no qual eu estava me fizeram acessar a memória de uma aula da disciplina de Criação em Dança 2, que cursei no período anterior, sobre fluidos. Nessa aula, trabalhamos a investigação dos fluidos celular, intersticial e transicional.

A partir dessa memória, segui explorando as movimentações de que eu me recordava de ter experienciado nesta aula e elas me levaram a buscar uma relação cabeça-cauda no nível superior, onde o *loop* temporal se manteve presente sempre que eu encontrava uma movimentação que gostava.

A quarta e última aula-teste foi realizada na minha própria casa e isso teve prós e contras. O ponto negativo foi porque em casa eu não possuo um local apropriado para a dança, principalmente quando quase todas as movimentações seriam feitas no chão, que é de cimento e, de fato, isso acabou acarretando em machucados e arranhões. O ponto positivo, que acabou superando as dificuldades, foi que esse lugar me levou para o dia da gravação de uma outra videodança, que foi importantíssima para minha construção de ideias sobre a presente pesquisa.

A videodança que eu denominei *Medusas* foi construída com o objetivo de avaliação da disciplina Oficina de Dança 6, ministrada pela professora, e minha orientadora, Francini Barros. Foi a partir dessa disciplina que eu comecei a pesquisar sobre a relação do elemento água com a dança e outras referências, como a temporalidade e o desenvolvimento humano e animal.

Nessa última aula-teste, eu abordei os últimos três estágios dos PNBs que faltavam: o homólogo, homolateral e contralateral. E como o texto de apoio eu escolhi um outro trecho do livro *Água Viva*: “Pouco a pouco se aproxima o que vai

ser. O que vai ser já é. O futuro é para frente e para trás e para os lados. O futuro é o que sempre existiu e sempre existirá.” (LISPECTOR, 1973, p. 30)

Escolhi esse trecho justamente por essa referência temporal que casa muito bem com o fato de estar sendo a última aula-teste, ainda que o processo de vivência não fosse finalizado aqui. E pela conexão com direções, uma vez que os estágios escolhidos abordam essas questões.

Em cada um desses estágios eu fiz uma relação com algo específico. No homólogo, relacionei e trabalhei a gravidade, através da questão de ceder e resistir. No homolateral, relacionei-me com a linearidade, um fluxo de sequenciamento. O contralateral, relacionei com as ondulações nos movimentos de serpentes, algo característico da minha videodança *Medusas*.

3.2 Processo da videodança

Enfatizando que todo esse processo de construção é extremamente pessoal, era importante para mim que essa videodança fosse gravada em uma praia, perto do oceano. Digo isso porque desde que produzi *Medusas*, sinto esse desejo de criar algo no mar e no momento em que cursei a disciplina Oficina de Dança 6, isso não era possível por conta da pandemia do COVID 19, que exigiu a situação de isolamento social. Felizmente, dessa vez, foi possível realizar.

Nunca foi meu objetivo construir uma sequência coreográfica previamente, mas sim, experienciar e praticar movimentações que me deixassem aberta a possibilidades para que, no momento da gravação, eu fosse afetada pelo espaço e criasse a partir disso, utilizando como arsenal toda a bagagem construída ao longo das semanas das aulas-teste.

E foi isso que aconteceu, fui atravessada pelo ambiente assim que iniciei o processo de registro, especialmente pela água. As ondas do mar produziram em mim certa autonomia, me deixei ser influenciada pelas ondulações e ondulei junto com elas.

Do mesmo modo que utilizei-me de elementos “externos” durante as práticas das aulas, na produção da videodança também me permiti utilizar textos e sons que agregassem ao produto final, do mesmo modo que, durante as aulas, esses apoios contribuíram para um melhor aproveitamento das práticas.

Como eu já esperava, o estágio Espinhal foi o grande destaque dos registros. E não poderia ser diferente uma vez que me sinto “em casa” quando me movimento dessa maneira. O registro da movimentação espinhal me faz acessar uma memória há muito tempo vivida, um lugar que foi morada nos primeiros tempos da minha existência. Estar em contato com essas movimentações me faz retornar ao útero, ao lar, a água.

Dei a essa videodança o nome de **instantes da memória**, onde trago justamente uma relação de referência ao tema da pesquisa com o “instante-já” que Clarice Lispector aborda no livro *Água Viva*.

Lispector (1973) nos apresenta que a vida é inteiramente feita de instantes-já. E que todos esses instantes culminam em uma grande escala atemporal repleta de instante-já. Tentamos a todo momento capturar esses instantes, mas nos damos conta de que ao fazer isso, ele já passou e outro instante já está passando, já passou, e ainda passará.

... o instante-já é um pirilampo que acende e apaga, acende e apaga. O presente é o instante em que a roda do automóvel em alta velocidade toca minimamente no chão. E a parte da roda que ainda não tocou, tocará num imediato que absorve o instante presente e torna-o passado. Eu, viva e tremeluzente como os instantes, acendo-me e me apago, acendo e apago, acendo e apago. Só que aquilo que capto em mim tem, quando está sendo agora transposto em escrita, o desespero das palavras ocuparem mais instantes que um relance de olhar. Mais que um instante, quero o seu fluxo. (LISPECTOR, 1973, p. 13)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Trago nesta pesquisa estudos subjetivos e pessoais, sem a pretensão de formatar um discurso generalizante sobre criação em dança. Todo o conteúdo explicitado aqui diz respeito a um processo pessoal, sobre como os assuntos compartilhados me atravessaram. No entanto, isso não quer dizer que as práticas, elementos de apoio e caminhos de acesso à memória não possam ser aplicados a outras pessoas e situações. No entanto, para um estudo a ser realizado com o público, deve haver uma adaptação nos meios de abordagem.

Importante também enfatizar que, embora eu tenha utilizado conteúdos de histórias fictícias nesta pesquisa, eu não me sustento nelas como embasamento teórico para validação, mas sim, disponho delas como fonte de inspiração e de conexão de memórias afetivas.

Como não era meu objetivo elaborar uma coreografia com sequências de movimentos pré-estabelecidos, mas registrar a minha dança a partir da relação com o espaço, me permitindo ser atravessada por ele por meio de uma improvisação estruturada, os caminhos seguidos no processo dessa criação atenderam totalmente às minhas expectativas.

No entanto, se esses caminhos aqui percorridos forem utilizados como referência para um percurso similar em algum projeto futuro que tenha como objetivo a criação de uma obra coreográfica, saliento ser importante a elaboração de uma vivência prática mais frequente e estruturada do que a metodologia por mim conduzida ao longo do delineamento desta pesquisa.

Redigir essa pesquisa a partir do diálogo entre áreas bastantes distintas, como a dança, a física e a filosofia, contribuiu de maneira extremamente positiva, me motivando a buscar cada vez mais uma formação profissional multidisciplinar que me permita estar em contato com as mais abrangentes áreas de conhecimento, possibilitando estabelecer diálogos, contribuir e vivenciar mais profundamente um universo de compartilhamentos.

Embora eu tenha concluído essa pesquisa de maneira satisfatória e tenha conseguido abordar todos os pontos e tópicos que eu almejava, percebo que a minha abordagem sobre tempo e memória não termina aqui. É um desejo meu continuar dentro dessa temática em possíveis projetos futuros, pois ainda há muitos

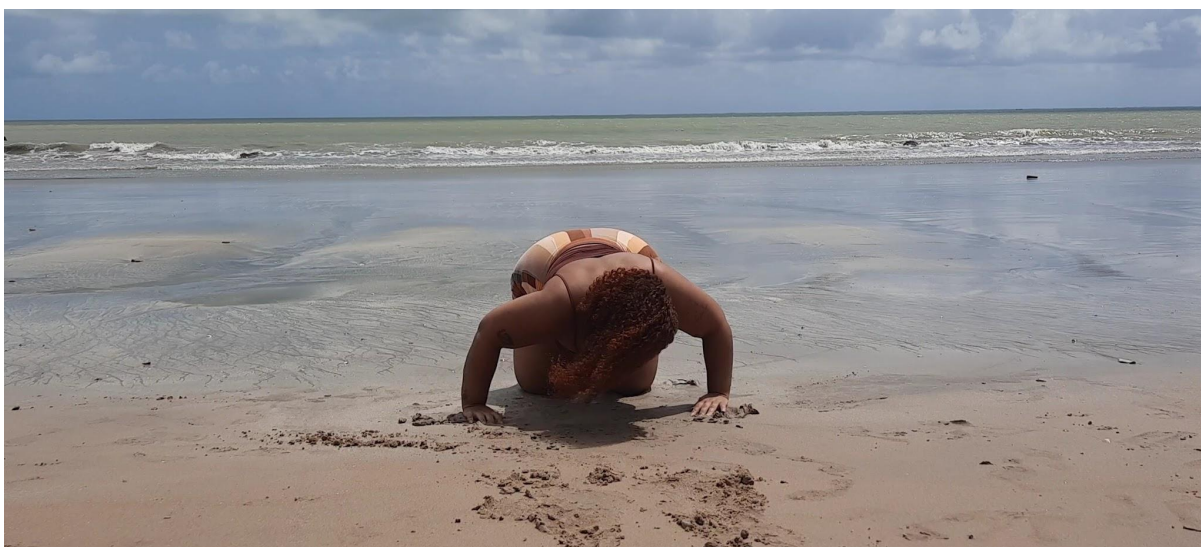
conteúdos a serem aprofundados e também descobertos, como também há diversas outras maneiras de abordá-los junto à dança segundo outras perspectivas.

instantes da memória - VIDEODANÇA

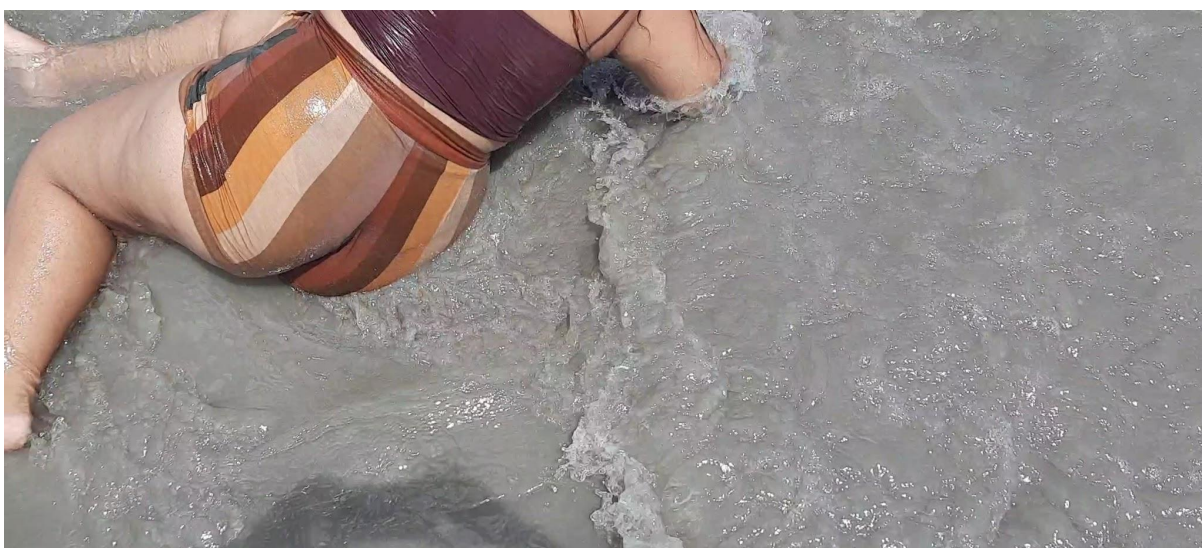
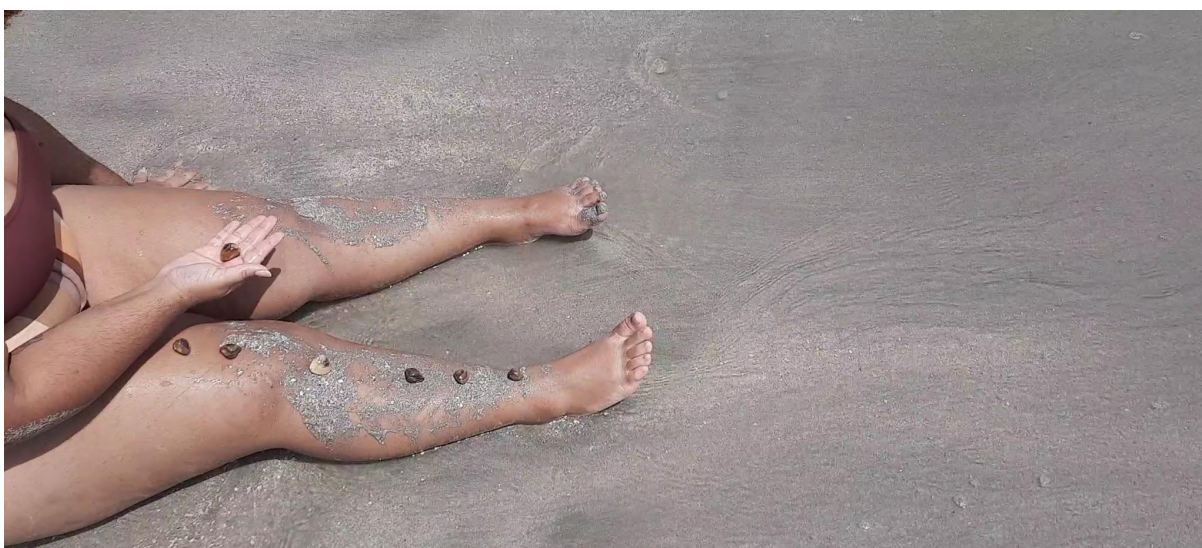
QR Code:

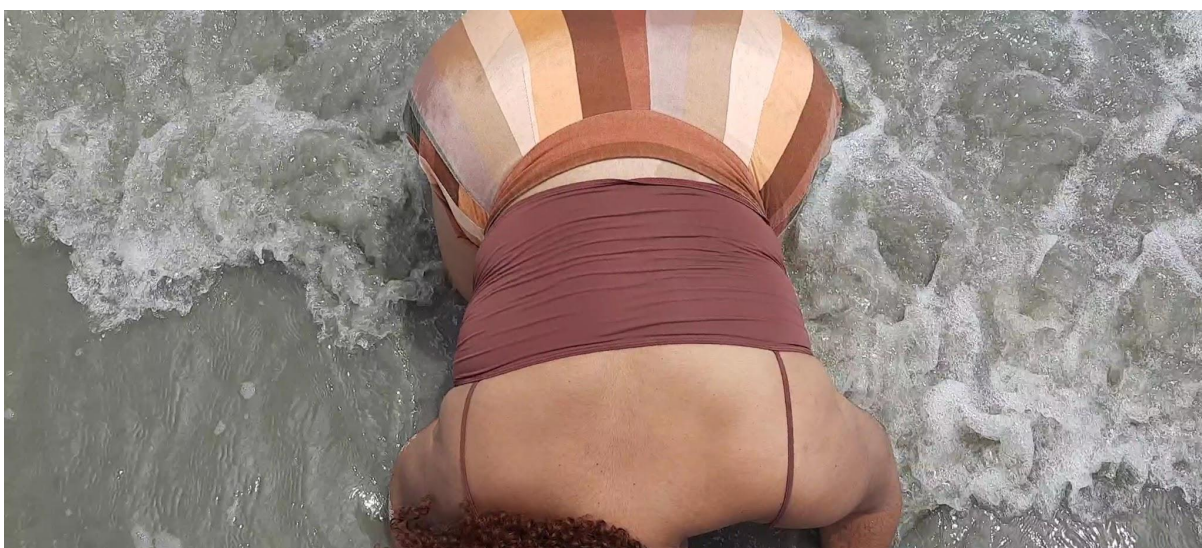
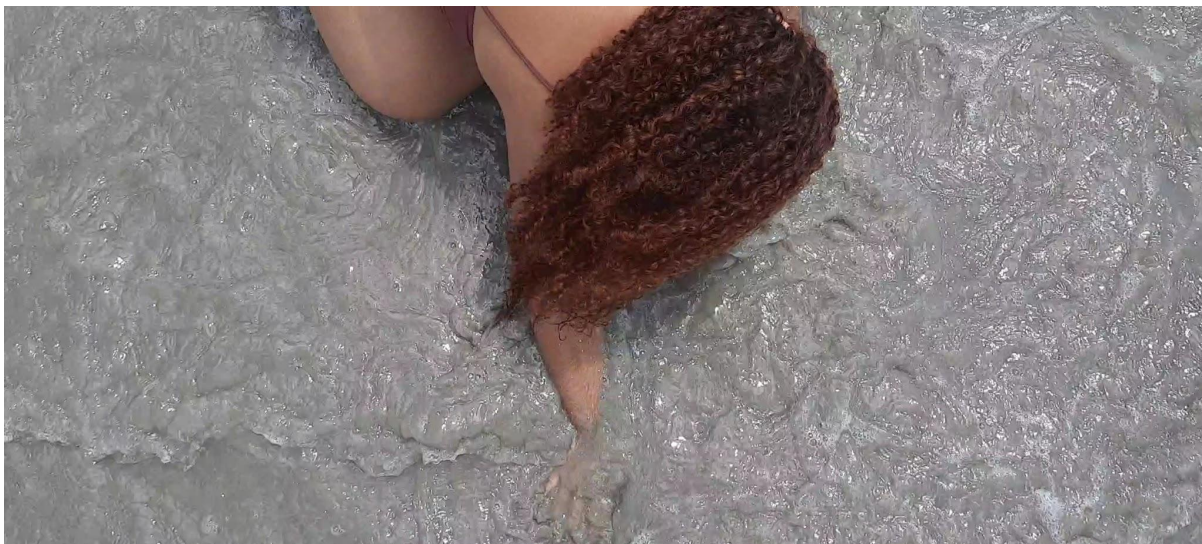


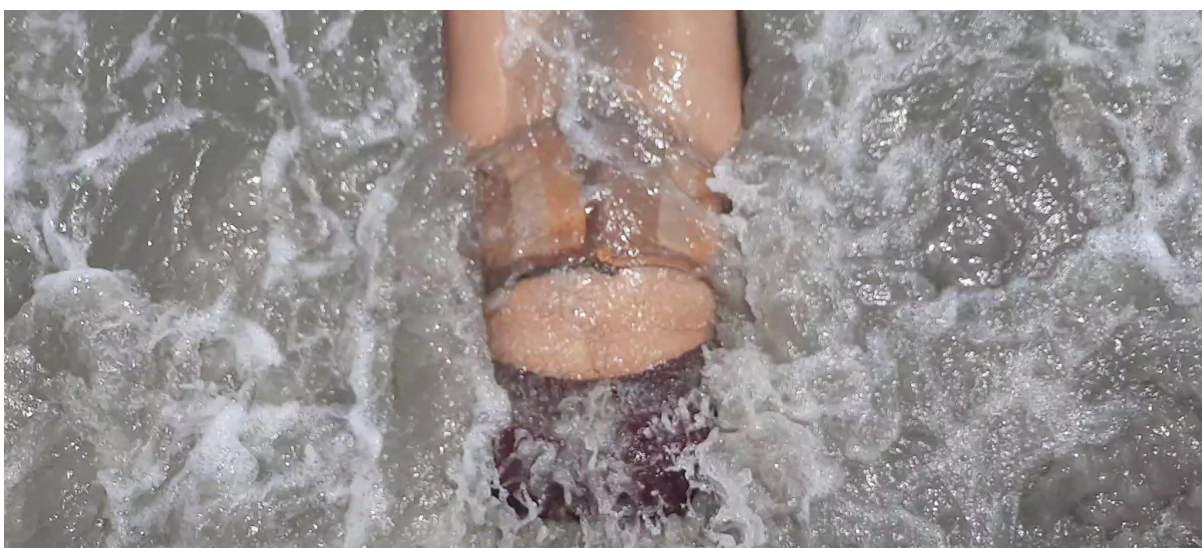
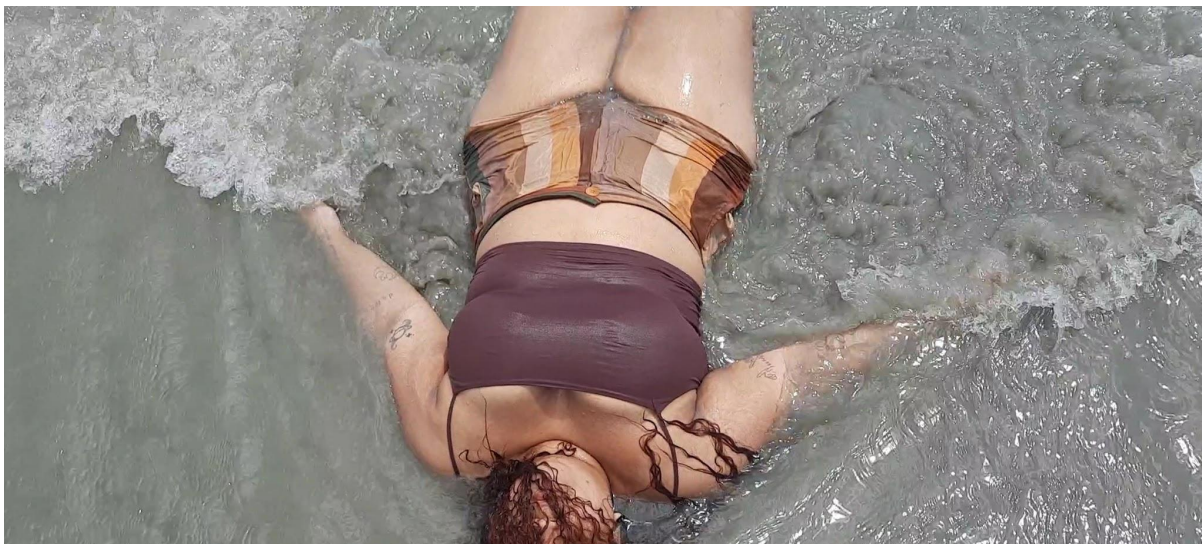
Link: <https://youtu.be/JdesIU0bvHU>

PRODUÇÃO DE IMAGENS - VIDEODANÇA









Na escala das pequenas dimensões, outros braços continuavam a dança. Na ânsia de tocar algo além do vazio, cerdas de um verme marinho dedilhavam as águas. Movimentos tão minúsculos quanto imensos em voracidade - a fome, a urgência, o agora... isso era tudo o que podia existir - .

Aline Valek

REFERÊNCIAS

Referências bibliográficas

CANTON, Katia. *Tempo e memória*. 1a edição. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2009.

CROUCH, Blake. *Recursão*. 1a edição. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2019.

EINSTEIN, Albert. *A teoria da relatividade*. 1a edição. Porto Alegre: L&PM POCKET, 2015.

FERNANDES, Ciane. *O Corpo em Movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas*. 2ª edição. São Paulo: Editora Annablume, 2006.

HAWKING, Stephen. *O Universo numa casca de noz*. 1a edição. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2016.

HAWKING, Stephen. *Uma breve história do tempo*. 1a edição. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2015.

LISPECTOR, Clarice. *Água viva*. 1a edição. Rio de Janeiro: Rocco, 2020.

RINPOCHE, Tenzin Wangyal. *A cura através da Forma, da Energia e da Luz: Os cinco elementos no Xamanismo, no Tantra e no Dzogchen do Tibete*. Teresópolis: Lúcida Letra, 2017.

SARAMAGO, José. *O caderno*. 1a edição. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.

VALEK, Aline. *As águas-vivas não sabem de si*. Rio de Janeiro: Rocco, 2019.

Fontes

ASTRUM BRASIL. *O tempo segundo Einstein*. YouTube, março de 2022. Disponível em: <https://youtu.be/rXqQwOjU0Uo>. Acesso em: 16 de agosto de 2022.

CASA DO SABER. *Henri Bergson: tempo e memória*. YouTube, 2017. Disponível em: <https://youtu.be/kWS5Wnv0LEw>. Acesso em: 20 de março de 2022.

DAMASCENO, Letícia. *Dança e Subjetividade: constituição e manifestação da memória do corpo*. 2014. Tese de Doutorado (em Memória Social) - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2014.
Disponível em: <http://www.memoriasocial.pro.br/documentos/Teses/Tese29.pdf>
Acesso em: 13 out. 2021.

DANTAS, Gabriela Cabral da Silva. *Memória*; Brasil Escola. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/psicologia/memoria-1.htm>. Acesso em 15 de outubro de 2022.

EXPLICANDO. Criação de Ezra Klein. Produção de Tanya Lukyanova. Estados Unidos: Netflix, 2021. 22 min. Temporada 3, episódio 3. Acesso em: 16 de março de 2022.

HANNA, Thomas. *Dictionary Definition of the Word Somatics. Somatics – magazine-journal of the mind/body arts and sciences*. New York, Human Kinetics, 1983.

NEUROCIÊNCIA DESCOMPLICADA. *Descubra como seu cérebro cria memórias*. Youtube, outubro de 2021. Disponível em: <https://youtu.be/n7M0jq4F9Gk>. Acesso em: 16 de agosto de 2022.

ROCHA, Cleomar. *Einstein, Incas e o Tempo*. Diário da Manhã, 2019. Disponível em: <http://impresso.dm.com.br/edicao/20190415/pagina/18>. Acesso em: 16 de agosto de 2022.

VELLOZO, Marila Annibelli. *Body-Mind centering e os sistemas corporais: uma possibilidade de integração no ensino da dança*. Revista Científica/FAP. Curitiba, 2006.