

**O ensino remoto de dança na Universidade em tempos de pandemia do Covid-19: outros modos de se pensar, criar, aprender e ensinar**  
**The remote teaching of dance at the University in times of the Covid-19 pandemic: others ways of thinking, creating, learning and teaching**

Cláudia Regina Garcia MILLÁS\*  
Brenda Monteiro Marques da CUNHA\*\*  
Muryel Dante VIEIRA\*\*\*

**RESUMO:** O presente ensaio trata-se de um texto polifônico em que docente e discentes do curso de graduação em Bacharelado em Dança da Universidade Federal do Rio de Janeiro apresentam suas percepções e reflexões acerca das experiências vividas em uma disciplina prática ministrada de forma remota no período letivo denominado de excepcional, ocorrido no ano de 2020 ao longo da pandemia do Covid-19. Tendo como tema de estudo os modos de execução em dança, a disciplina buscou trabalhar as qualidades dos movimentos e o modo como são realizados. Explicitam-se as estratégias metodológicas utilizadas, que buscaram abarcar a diversidade de realidades dos estudantes envolvidos e, percebendo o momento sócio-político de fragilidade e incertezas, trazer perspectivas de cuidado a partir da abordagem da educação somática. Como forma de tornar visíveis aspectos relativos ao ensino-aprendizagem, entendendo que o ambiente é criado coletivamente pelos agentes envolvidos, dá-se voz a três estudantes, que revelam suas percepções a partir das suas próprias experiências. Considera-se que, apesar das dificuldades encontradas e do momento inaugural desafiador, as estratégias de ação utilizadas na disciplina propiciaram a criação de um espaço de experiência sensível capaz de gerar transformações corporais relevantes nos participantes, agregando saberes para além do campo da dança.

**PALAVRAS-CHAVE:** Dança. Educação Somática. Ensino remoto. Pandemia.

**ABSTRACT:** The present essay is a polyphonic text in which teacher and students of the Dance BA course of the University of Rio de Janeiro present their perceptions and reflections about the experiences lived in a practical discipline taught remotely during the exceptional term. Having as a study theme the modes of execution in dance, the course sought to work on the qualities of the movements and the way they are performed. The methodological strategies used are explained, which sought to embrace the diversity of realities of the students involved and, realizing the socio-political moment of fragility and uncertainties, to bring perspectives of care from the somatic education approach. As a way to make aspects related to teaching-learning visible, understanding that the environment is collectively created by the agents involved, three students are given the voice to reveal their perceptions based on their own experiences. It is considered that, despite the difficulties encountered and the challenging inaugural moment, the action strategies used in the course provided the creation of a space of sensitive experience capable of generating relevant corporal transformations in the participants, adding knowledge beyond the field of dance.

**KEYWORDS:** Dance. Somatic Education. Remote Education. Pandemic.

\* Doutora em Artes Cênicas pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), docente no Departamento de Arte Corporal da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5970-3195>, e-mail: [claudinhamillas@hotmail.com](mailto:claudinhamillas@hotmail.com).

\*\* Bacharel em Comunicação Social com habilitação em Jornalismo pela Universidade de Brasília (UNB), ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2465-7846>, e-mail: [monteiro.brenda@gmail.com](mailto:monteiro.brenda@gmail.com).

\*\*\* Bacharel em dança pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6291-7285>, e-mail: [muryelldantie@live.com](mailto:muryelldantie@live.com).

## **1 Introdução – Quais os modos possíveis?**

O presente ensaio trata-se de um texto polifônico em que docentes e discentes do curso de Bacharelado em Dança da Universidade Federal do Rio de Janeiro apresentam suas percepções e reflexões acerca das experiências vividas em uma disciplina ministrada no contexto de pandemia do Covid-19. Em virtude de questões relacionadas à saúde pública, em que foi estabelecida a necessidade de isolamento social, as aulas deram-se totalmente de forma remota, utilizando-se o ambiente virtual de aprendizagem (AVA) disponibilizado pela Instituição, com interface do Moodle.

A disciplina em questão foi oferecida dentro de um período letivo denominado de Excepcional, que ocorreu entre os meses de agosto e novembro do ano de 2020, tendo um total de 13 semanas. Por se tratar de um período inaugural das atividades remotas na Universidade, sua adesão foi eletiva tanto aos docentes, quanto aos discentes, que poderiam optar por não participar, sem prejuízo com o tempo de integralização de seu currículo. Além disso, as disciplinas ofertadas foram voltadas prioritariamente aos estudantes concluintes, abrindo as demais vagas para aqueles que já estivessem matriculados no período anterior à pandemia, que havia sido cancelado.

Por estas experiências tangerem questões comuns a outras áreas de conhecimento, acerca do ensino remoto no âmbito da educação superior pública brasileira no contexto pandêmico, expõem-se as estratégias de ação elaboradas e as metodologias e materiais empregados, para que se possa compartilhar as reflexões obtidas a partir da análise do cenário e dos relatos dos agentes envolvidos.

Como atividade obrigatória para os currículos de bacharelado e licenciatura em dança, com caráter essencialmente prático de 30 horas/aula, a disciplina tinha como ementa o estudo de processos da execução e qualificação técnico-artística para a formação do intérprete a partir da investigação das qualidades e possibilidades de execução do movimento para dança. Intitulada Modos de Execução, a disciplina buscou: o desenvolvimento da consciência e engajamento corporal; a ampliação dos sentidos, da sensibilidade e da escuta; a preservação dos espaços articulares, fortalecimento da musculatura e criação de tónus de sustentação; o conhecimento do corpo e suas potencialidades.

Por compreender a diversidade de realidades dos participantes da disciplina, que no momento pandêmico se fizeram mais evidentes, buscou-se criar estratégias de ensino que pudessem abrigar o maior número possível delas, como forma de abarcar as diferenças. Fez-se

necessária atenção às condições de ensino-aprendizagem, para que a experiência pudesse ser ampla e acessível. Como no horário estipulado para acontecimento de cada disciplina, não necessariamente o ambiente doméstico seria adequado e propiciaria o engajamento do estudante, optou-se por atividades prioritariamente assíncronas, em que os participantes buscassem eleger o melhor dia e horário para realizá-las. Neste sentido, aconselhou-se também que utilizassem espaços domésticos que lhes parecessem mais aconchegantes, permitindo entrega e atenção.

Com isso, o programa da disciplina foi composto de aulas mistas. Foram realizados dois encontros síncronos, conforme cronograma previamente apresentado aos estudantes, sendo que o primeiro se deu no início do período, para apresentação dos discentes, abertura para dúvidas e elucidações, e para que fosse exposto o plano de ensino da disciplina; e o segundo, no final do período, para avaliação e trocas de experiência. As demais atividades foram realizadas de forma assíncrona, com um vídeo de abertura explicativo sobre as propostas e mais seis aulas práticas gravadas, que foram disponibilizadas aos participantes por meio de link do *YouTube*, uma a cada semana.

Ao final de cada aula prática gravada foi proposto um espaço de registro, em que seria utilizado um diário de trabalho - material físico, como um caderno, que deveria ser criado especialmente para a disciplina, no qual seriam registradas as percepções corporais, sensações e observações obtidas ao longo das aulas. O registro deveria ser feito primeiramente por meio de desenhos, linguagem imagética e formas de representação, para que os estudantes pudessem observar as diferenças da percepção de si ao longo de cada aula. Dever-se-ia complementar estes desenhos com palavras, como legendas “explicativas”, e com um breve relato da experiência obtida na aula em questão. Para compartilhamento do material, dever-se-ia fotografar a(s) página(s) do diário e submeter na plataforma do AVA, no item da aula correspondente, como um arquivo de imagem.

Estes registros de diário eram comentados individualmente toda semana pela docente, que os utilizava como forma de acompanhar, mesmo à distância, o desenvolvimento dos estudantes ao longo das aulas, utilizando-os também como base para criação das próximas propostas. A partir dos diários criou-se um espaço de partilha da experiência vivida, aproximando docente e discentes, que relataram com frequência sentirem-se acompanhados, mesmo tendo realizado as atividades sozinhos em suas casas.

As aulas gravadas tiveram duração média de 80 minutos, para que os estudantes pudessem utilizar os 20 minutos restantes para desenvolver os registros mencionados anteriormente. Além disso, considerando o processo de formação singular de cada participante, as realidades distintas e a conjuntura de excepcionalidade vivenciada no ensino remoto, conforme já mencionado, as aulas práticas gravadas ficaram disponíveis ao longo de uma semana, para que cada estudante pudesse eleger o melhor momento para realizá-la, atentando-se para a qualidade da experiência. No entanto, as aulas deveriam ser realizadas na semana em que fossem disponibilizadas, pois objetivava-se perceber o caráter processual do trabalho, em que o desenvolvimento corporal se dá ao longo do tempo. Assim, não seria possível acumular aulas ou entregar registros de diário fora dos prazos estipulados. Em casos excepcionais, que apresentassem justificativas, foram aceitos ainda trabalhos submetidos com até uma semana de atraso.

No caso destas aulas assíncronas, por se tratarem de materiais gravados, poder-se-ia utilizar das ferramentas de vídeo de pausar e retornar, para que cada exercício pudesse ser visto com mais atenção, quantas vezes se fizesse necessário, levando em consideração o tempo de aprendizagem singular de cada praticante. Abarcavam-se também eventualidades domésticas, pessoais ou decorrentes de instabilidades com o sinal de internet, pois caso o horário eleito não fosse adequado ou apresentasse algum contratempo, os estudantes poderiam eleger um novo horário, sem prejuízo de conteúdo.

Para estudo dos modos de execução em dança previsto na disciplina, partiu-se dos saberes corporais para desenvolvimento do corpo-em-fluxo: termo cunhado pela docente em sua pesquisa de doutorado (MILLÁS, 2019), que busca aproximar a teoria de fluxo desenvolvida pelo pesquisador e psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi (2002) e o pensamento de potência corporal apresentado pelo montanhista e filósofo francês Michel Serres (2004), com as práticas de dança. Corpo-em-fluxo seria então uma qualidade corporal de atenção, concentração plena e integridade, em que o praticante poderia esquecer-se de si mesmo ao longo da atividade, para assim se deixar transformar, expandindo sua própria concepção e emancipando-se de uma dada condição.

Para tanto, foram empregados trabalhos de educação somática, por focarem no estudo do soma, que segundo Shusterman (2012) não seria um mero corpo físico, mas um corpo em vida, permeado de afetos e atravessamentos. Além disso, conforme defende Thomas Hanna (1991), o estudo dar-se-ia a partir do corpo subjetivo, ou seja, quando visto pela primeira

pessoa, em uma auto-observação. Assim, os movimentos não seriam feitos por meio da cópia de um padrão externo, já pré-estabelecido segundo sua forma, mas seriam criados a partir de cada praticante, no processo de investigação singular, que resultaria em diferentes possibilidades de execução. Portanto, conforme explicita José Gil (2001), a consciência de si não deveria ver o corpo do exterior, mas tornar-se uma consciência do próprio corpo, a partir de seu interior. Neste sentido, na perspectiva da educação somática, que há décadas permeia e enriquece o trabalho de dança, conforme explicita Fortin (1999), a partir dos saberes desenvolvidos por Klauss Vianna (VIANNA, 2018; MILLER, 2007) e Angel Vianna (RESENDE, 2008; BORGES, 2013), do método de Cadeias Musculares e Articulares G.D.S. (GODELIVE, 1995; CHAMPIGNION, 2003) e do trabalho sistematizado por Ivaldo Bertazzo (2010), foram desenvolvidas as propostas de estudo dos modos de execução em dança.

Neste panorama, a docente em questão apoiou-se no conceito de cuidado cunhado por Leonardo Boff (1999), já exposto por Heidegger (1989), como uma forma da pessoa sair de si e ir em direção ao outro, seja ele um objeto, um ser ou uma ação, com atenção e solicitude. Assim, a relação dar-se-ia entre sujeito-sujeito, possibilitando ao praticante sentir-se mais conectado em uma tríplice vertente (consigo mesmo, com o outro e com o meio), tornando-se parte do espaço que habita e sendo por ele responsável, coexistindo com outros seres e elementos, aproximando-se da ecosofia proposta por Guattari (2012).

Percebendo o momento de incerteza, medo e angústia coletiva que se estava vivendo, ao retomar as atividades de ensino após mais de seis meses de suspensão, as atividades propostas buscaram, de maneira geral, propiciar um momento de prática corporal como possibilidade de autocuidado e recriação de si mesmo, para que fosse possível aumentar a potência de vida dos praticantes envolvidos.

Corroborando com Laurence Louppe (2012), de que a busca da dança contemporânea seria de um corpo em devir, em constante transformação e criação de si próprio, a disciplina pautou-se em vivências que pudessem ir nesta direção, partindo de questões técnicas do campo da dança para poder abrir-se para o contexto da vida, ampliando suas interferências e sentidos, como percebe Hélia Borges (2013) ao analisar as atividades desenvolvidas por Angel Vianna. Nessa sentido, a disciplina Modos de Execução deu-se por meio de elementos que propiciavam o cuidado de si, como um processo capaz de levar à transformação de si próprio, em um movimento que se aproximava da tese de Foucault (1993; 2014) das tecnologias do eu, ou seja, seria como: “conferir ao seu ser uma qualidade que lhe permitisse

viver diversamente, melhor, de maneira mais feliz que outras pessoas (FOUCAULT, 1993, p. 209).

Para que os estudantes tivessem acesso a esse referencial teórico, foi disponibilizada ainda pelo AVA uma pasta com os arquivos dos textos presentes na bibliografia de base que dialogavam com a metodologia abordada, que poderia ser baixada e lida ao longo de todo o período.

Como forma de reflexão sobre as experiências obtidas na disciplina, relacionando as vivências nas aulas práticas e os registros nos diários de sala, com as conversas e possíveis conexões com as leituras indicadas ou outras experiências, os estudantes deveriam elaborar textos reflexivos em formato de relato de experiência, para que pudessem desenvolver a escrita e o pensamento continuado. Tal texto deveria ser entregue como arquivo em formato PDF, sem limite de páginas, tão pouco formas ou estruturas padrões. No entanto, recomendou-se que os estudantes o utilizassem como exercício de escrita, para desenvolvimento do trabalho, a partir da língua portuguesa, em consonância com as regras gramaticais, trazendo argumentação e reflexão sobre as experiências vividas.

Ainda sobre esse trabalho, propôs-se a escrita a partir da primeira pessoa, que contextualiza seu lugar de fala e delimita o tema a ser trabalhado, para refletir sobre questões que necessitam ser pensadas e expressadas. Reforçou-se que não se tratava de uma descrição das aulas, tão pouco de um relato de como teria sido a experiência vivida, mas de uma reflexão sobre como foram percebidas as experiências e de que forma poderiam se relacionar com outros estudos, levantando uma discussão sobre o tema tratado nas aulas.

A respeito dos materiais de trabalho utilizados nas aulas práticas gravadas, destaca-se aqueles que eram de uso doméstico e acessíveis aos participantes, para que todos pudessem encontrar em suas próprias casas, como: toalha, cadeira, cabo de vassoura e pano de chão. O espaço para prática deveria ser o mais amplo e livre possível, tendo a docente um espaço de dois metros quadrados como referência, e caso tivessem em piso frio, que utilizassem algum tipo de amparo, como um tapete.

A primeira aula prática gravada trazia como mote o despertar do corpo pelo contato com a pele, utilizando para isso uma toalha de rosto limpa com tamanho médio. Como uma primeira forma de contato, nesta aula buscou-se desenvolver a sensação de contorno, quando se pode perceber íntegro e ativo na ação. A prática foi guiada de forma que, por meio da fricção da toalha no maior órgão do corpo, pudessem perceber este invólucro e a sensação de

limite com o mundo. Utilizou-se este material também para tracionar algumas partes do corpo, buscando preservar espaços articulares e desenvolver a musculatura por oposições. A partir da consciência corporal, quando se percebe a si mesmo ao longo da atividade, criando um percurso de investigação corporal singular, deu-se importância para como são feitos os movimentos, com que qualidade e engajamento corporal, ao invés de o que está sendo feito, em sua forma.

Na segunda aula prática, gravada buscou-se desenvolver um caminho para a percepção do eixo do corpo e do equilíbrio dinâmico, quando em pausa aparente revelam-se micro movimentos de ajustes e organização corporal necessários. Com o auxílio de um cabo de vassoura, desenvolveram-se práticas para a sensação de crescimento, quando diferentes partes do corpo se opõem e criam um jogo de forças para sustentação do corpo no espaço. Na segunda etapa desta mesma aula, foram criados jogos de improvisação com o bastão, em que se investigou o equilíbrio/desequilíbrio tanto do corpo quanto do objeto. Abriu-se a atenção para o espaço que cada participante habitava, propondo que saíssem da bidimensionalidade da tela do equipamento que estavam utilizando para ver a aula, para que percebessem então a tridimensionalidade do corpo e do espaço.

Na terceira aula prática gravada, trabalhou-se a partir da qualidade corporal do pressionar, quando os apoios ativos do corpo são acionados, buscando, a partir das oposições ósseas, preservar espaços articulares e fortalecer a musculatura por extensão. Buscou-se crescer, com a sensação de abrir espaços no corpo, e perceber a gravidade, lidando com ela a todo o momento. Essa força gravitacional, como um agente externo ao corpo, situava o praticante no tempo e espaço, deixando que as percepções saíssem de um universo fechado em si mesmo e fossem em direção ao outro, para que a sensação de integração com o ambiente pudesse se estabelecer. Como material de estudo foi utilizada uma cadeira, preferencialmente de madeira e sem braços, mas com encosto, que serviu como amparo e suporte corporal, tendo o contato de diferentes partes e membros para poder empurrar ou puxar. Foram criados jogos de improvisação com a cadeira em que se investigou qualidades opostas de pressionar, agindo em oposição à gravidade, e de derreter, soltando o peso e deixando ser levado ao chão lentamente, percebendo a força gravitacional.

Na quarta aula, trabalhou-se a partir da qualidade corporal do deslizar, focando na musculatura interna de sustentação do corpo, com apoio ativo dos pés e das mãos. Foram criados deslocamentos no espaço, com atenção para o foco e a tridimensionalidade do corpo.

Para tanto, foram utilizados dois panos de chão, que serviam como suporte para a prática. Os estudantes foram instigados e criar percursos pelo espaço, a partir da qualidade de deslizar com os panos, desenvolvendo suas danças de forma lúdica.

Na quinta e sexta aula, sem necessidade do uso de objetos, buscou-se transitar entre diferentes qualidades corporais para que fosse possível habitar paisagens distintas com cores, tensões, fluxos, dinâmicas, ritmos e impulsos. Fez-se um recorrido às aulas anteriores, a partir dos conceitos percebidos corporalmente na prática, desde o acordar do corpo, a sensação de crescer, preservando espaços articulares e trabalhando a musculatura por oposição, até a percepção do eixo, dos apoios ativos, do tônus necessário, da tridimensionalidade e dos focos. Criou-se espaço para a improvisação em dança, no qual cada participante pudesse trilhar o seu percurso de investigação corporal, em busca de perceber em si mesmo as diferentes qualidades corporais. Não se prezou o movimento enquanto uma forma, mas às forças que atravessam cada um e o fazem dançar, criando danças possivelmente excêntricas. Foram utilizadas diferentes imagens e recursos sonoros, com músicas predefinidas.

Na sexta aula, em especial, os estudantes foram convidados a realizá-la em um espaço externo de suas residências ou com alguma interferência natural da luz do sol e da brisa do vento. Iniciou-se com a percepção dos sons do espaço, em uma ação de escuta ampliada. Partiu-se para a percepção visual das cores, formas e movimentos presentes no espaço. Buscou-se a ampliação dos sentidos e a conexão com o espaço, de forma a se perceber como parte dele.

De maneira geral, ao longo de toda a disciplina, por estarem os estudantes trabalhando em suas próprias casas, sozinhos, atentou-se ainda a necessidade de cuidado consigo mesmo, de forma que pudessem se perceber ao longo das práticas, evitando acidentes.

Apesar das aulas serem apresentadas no formato de vídeo, em diversos momentos dava-se maior atenção para a escuta, saindo da tela do aparelho de duas dimensões para se adentrar no espaço vivenciado, em sua tridimensionalidade e no próprio corpo, percebendo em si mesmo os movimentos ao invés de copiar uma forma externa. Em outros momentos, abria-se espaço para a criação e investigação que cada estudante deveria fazer, partindo de uma condução comum para que, então, pudessem encontrar seus próprios caminhos.

Após finalização da disciplina, a docente convidou três estudantes que haviam se engajado nas propostas, demonstrando interesse no tema tratado e apresentando realidades de vida distintas, para poderem dar continuidade ao estudo, formando um grupo de investigação

com objetivo de construir um texto coletivo, no qual pudessem ser compartilhadas as experiências vividas.

Para apresentar as experiências e reflexões obtidas a partir da vivência na disciplina em questão, criou-se o presente ensaio como um texto polifônico composto da voz dos discentes e da docente, trazendo também imagens e lembranças do corpo em movimento. Por fim, não se objetiva com este ensaio desenvolver uma teoria ou retórica sobre o tema, mas compartilhar experiências e revelar possibilidades de ensino-aprendizagem com dança no período de isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19.

Percebeu-se, também, a importância de somar vozes e deixar que as percepções dos próprios estudantes aparecessem, de forma que ganhassem a qualidade de co-autoria do texto. Portanto, trazem-se os excertos a seguir em primeira pessoa, como um depoimento pessoal necessário, para que sejam revelados os agentes da ação, a partir de suas próprias percepções.

## **2 A dança como modo de existir em tempos pandêmicos**

Sempre acompanhei com desconfiança as práticas de ensino à distância voltadas para formação no campo da dança. Graduações e pós-graduações em dança que demandassem prática corporal no processo, sendo realizadas em ensino remoto ou EAD, pareciam-me contraditórias. Um saber que vem do corpo, do contato, da relação com o espaço e com o outro, ser transmitido pela tela de dispositivos eletrônicos parecia-me algo incompleto em termos de formação de profissionais de dança. Ser visto pelo professor, receber um pequeno toque, observar o processo dos colegas de sala com suas próprias investigações e construções corporais, fizeram parte do meu processo de aprender e pensar dança, principalmente após a entrada no ambiente acadêmico. Apesar de que na experiência anterior de formação em técnicas de balé e jazz, já pensava também haver requisitos mínimos em termos de tamanho da sala, tipo de solo, a estrutura da barra, tempo e quantidade de treinamento que inviabilizariam qualquer aprendizado remoto para uma verdadeira formação como bailarina. Por outro lado, cheguei a ter uma experiência anterior com ensino de dança de forma remota por um curso de aprofundamento na metodologia Vaganova, escola russa de balé, voltada para o ensino teórico sobre os fundamentos e terminologia, mas por ser um espaço de aprofundamento e não de formação inicial, achei viável realizar os estudos por meio remoto.

Em um primeiro momento, quando as condições sanitárias durante a pandemia da Covid-19 colocaram-nos obrigatoriamente em isolamento e suspenderam as aulas, tanto da

Universidade como dos espaços independentes em que ministro aulas de dança, senti-me sem chão. Perdi a referência do saber-fazer-ensinar dança que conhecia. Este vazio de referências, acrescido ao medo de experiências rasas ou mal sucedidas, imperou. Mas com a impossibilidade e imprevisibilidade de um retorno ao modo presencial, fez-se urgente encontrar outros caminhos. As escolas livres de dança em que atuo como professora, optaram por oferecer aos estudantes aulas por plataformas de vídeo-conferência. Senti-me bastante sobrecarregada no início, trabalhando com tentativas e erros nas estratégias metodológicas voltadas para a relação mediada pela câmera. Busquei repensar formas também de apresentar o conteúdo programático em espaços de aula não ideais das casas de cada aluno. Procurei também solucionar as minhas próprias dificuldades com a tecnologia e plataformas de transmissão. Fomos entendendo juntos, professores e estudantes, pois, apesar de não ser o que considerávamos como ideal, era possível dançar “pela tela”. Para o campo da dança – pensando aqui o campo expandido de pesquisa, ensino e criação artística em dança – a limitação mostrou-se como mola propulsora de novas formas de mover.

Assim como em processos criativos de diferentes linguagens artísticas, precisamos delimitar pontos de pesquisa e dar um foco (tema); o vazio das experiências anteriores com EAD em Dança fez-me abrir o olhar para a urgência de criação de novas possibilidades do mover, pensar e criar. A relação, a presença, o corpo-a-corpo no contato e na troca não podem ser substituídos. Mas aqui, não estamos pensando em substituição e sim em parâmetros agregadores: romper com barreiras físicas, agregar a tecnologia, encurtar distâncias e colocar o corpo em movimento.

Percebo que, a partir das práticas corporais à distância, foram ativadas memórias ancestrais de sobrevivência, como uma pulsão de vida e movimentos que nos levam a reinventar possibilidades e, assim, nos adaptar. Seria como enraizar novamente o contato com o ambiente que nos cerca. Não mais o palco, com luzes e chão de madeira ou mesmo a sala de aula com longos espelhos. Mas agora os sofás, banheiros, cozinhas e quartos tornam-se espaços de pesquisa e *partner*<sup>1</sup> da dança e da vida.

Seria necessário, para esse novo contexto, mapear o *habitat* dos corpos isolados e suas relações cotidianas, assim como abrir os sentidos para as relações mais simples do tato, olfato e paladar. Dar escuta ao ambiente compartilhado com família ou vizinhos, longe ou perto,

---

<sup>1</sup> Expressão francesa utilizada no balé clássico para se referir ao parceiro de dança.

pelo corpo, pelo movimento. Percebo que na simplicidade podemos reinventar o “óbvio”, pois redescobrimos o que perdemos na lógica da produção do dia a dia. Acredito que corpos produtivos são corpos silenciados. Os gritos, saltos, giros, cambalhotas e risadas encontram eco no imprevisível e dão suporte para continuar. Continuar caminhando, movendo, relacionando e colocando no presente o concreto do corpo, que é vivo, pulsante, criativo.

Jussara Miller (2007), quando escreve sobre a técnica Klaus Vianna, apresenta em profundidade a importância relacional do pesquisar em dança. Miller (2007) coloca que se trata de um processo que perpassa entrar em contato consigo mesmo, com seus movimentos internos de respiração, ritmo cardíaco, estruturas ósseas e articulares, camadas musculares enrijecidas e toda uma construção corporal que precisa ser novamente reconhecida, desbloqueada, despertada. Ao mesmo tempo, também trata-se de uma relação com o espaço, com as formas, com colegas de pesquisa/aula e o reconhecimento de si nos próprios processos e histórias dos outros. O próprio Klaus Vianna (2018) relata que como professor, nos seus contextos de pesquisa e criação em dança, servia apenas como um guia para seus bailarinos, direcionando-os para as descobertas individuais de possibilidades de relação para ativar o corpo, torná-lo vivo e presente, disponível para dançar.

Nesse sentido, as práticas somáticas, que não estão voltadas à cópia de modelos e técnicas de dança já estruturadas, mas de um pensar do corpo integral e integrado com toda sua potência movente e criativa, começou a se mostrar como uma potente ferramenta para este momento pandêmico de pensar, ensinar e criar outras formas de dança. Minhas experiências anteriores com diferentes práticas somáticas já mostravam o potencial de bem-estar que estas abordagens poderiam proporcionar.

Destaco que quando nos colocamos em investigação, em mergulho interno nas estruturas, nos conhecemos melhor, permitimos outros alinhamentos, destravamos tensões, alongamos sem dor, respiramos mais amplamente e com mais facilidade. Podia sentir também os efeitos do estado de presença: colocar o foco no agora e dar escuta ao que o corpo queria nos falar. Desta forma, as práticas somáticas dando à dança um viés para dentro de si e não mais para o olhar do outro, agregam um grande potencial de saúde e bem-estar, além de propiciar novas pesquisas e criações fora dos ambientes tradicionais.

Nesse contexto, diante dos desafios impostos pelo isolamento me percebi dançando mais em casa, relacionando-me com meu ambiente doméstico, observando formas e nuances, desenvolvendo um olhar poético para movimentos considerados banais até então e criando

danças inusitadas a partir de propostas que não haviam me ocorrido antes nesses espaços. Passei a dar escuta aos sentidos, abrir os poros para a dança daquele momento, a dança do dia a dia, do possível. Fui trazendo para minha rotina, pequenas experimentações dançantes, colocando também nas aulas de balé e jazz materiais de casa que pudessem auxiliar no processo de ensino-aprendizagem (colheres de madeira, escovas, guarda-chuva, tecidos); estratégias, inclusive, de algumas práticas somáticas que tive anteriormente. E então começo a pensar no conceito desta dança da vida, dança como modo de existir.

Relembro e retomo a leitura do pensador francês Roger Garaudy (1980), em que apresenta um panorama das correntes de pensamento e artistas do século XIX e início do século XX que buscaram recuperar a relação do homem e de seu corpo com o mundo. Este autor revela que a realização de um modo de vida pessoal e voluntário (pautado no querer de cada um) é a necessidade mais urgente do indivíduo.

Como concluinte do curso de Bacharelado em Dança da Universidade X, iniciado no segundo semestre do ano de 2015, já trabalhando na área como professora e coreógrafa em dança, o ensino remoto, apesar das dificuldades de conexão e novos aprendizados das ferramentas tecnológicas, mostrou-se como um alívio e única possibilidade de conclusão dessa graduação. Com o retorno dos horários de trabalho presencial, necessitando de longos deslocamentos, vinha sendo cada vez mais difícil cursar todas as disciplinas do curso. Com isso, ter acesso às disciplinas atrasadas, ofertadas com possibilidade de maior autonomia no gerenciamento do tempo individual, impulsionou meus estudos. Ainda que não haja interação em tempo real nas práticas, temos possibilidade de assistir as aulas em horário e local mais confortável na rotina de cada um. Pausamos o vídeo, fazemos anotações, retomamos, refazemos atividades mais desafiadoras. Podemos inclusive registrar o processo, gravando vídeos, assistindo a nós mesmos, compartilhando o material com os professores e outros estudantes. Nesse sentido, criamos registros dos corpos em movimento, como formas de escrita em dança.

Refletindo especificamente sobre a dança como modo de existir, como este “dançar a vida” que Garaudy (1980) nos convoca a perceber, vejo que o encontro com a disciplina Modos de Execução chegou para impulsionar e provocar-me ainda mais nesta caminhada a partir das práticas somáticas. Percebo que a integração físico-mental se fez necessária para o mover ao longo do curso. Foi preciso intencionar, preparar o terreno (a casa física), separar os materiais pedidos e abrir espaços – também mentais – para caminhar rumo às transformações

corporais, porque apesar de já estar com um olhar voltado para esta dança da vida, do cotidiano, transformar isto em espaço de pesquisa e criação pede comprometimento, colocar realmente na agenda aquele momento de prática. Vencer a preguiça, o desânimo, lidar com a imprevisibilidade da *internet* e todas as questões apresentadas por esse caminho do ensino remoto demandaram de fato um intencionalidade de estar presente na e para a disciplina. Por vezes meu planejamento de assistir a aula em determinado momento caía, mas se mostrava possível logo à frente, quando minha própria energia de concentração na atividade estava mais propícia.

Hoje, vejo que não há dança somente no corpo ideal, na sala ideal, na técnica e no momento ideal. O curso Modos de Execução em tempos pandêmicos mostrou-me que o “apesar de” – apesar do cansaço, apesar do material não ideal, apesar do espaço físico reduzido, apesar da ansiedade e dificuldade de concentração – é possível fazer danças e criar danças. Para mim, foi a partir de um olhar quase ritual desse abrir espaço, afastando o sofá, retirando a cortina para a luz entrar e preparando o dispositivo eletrônico em uma posição mais favorável, que pude criar com autonomia e no meu tempo a minha própria rotina de conexão corporal e de abertura para o conteúdo que seria apresentado. Cada dia de aula foi realmente um processo de buscar o espaço para a escuta e para a presença. Alguns dias mais difíceis pelo mental: mente acelerada, preocupada. Em outros, pelo desconforto físico: cansaço, indisposição com o calor excessivo, dores. Criar os mapas dessas sensações, por meio do que chamei de diário de bordo, foi importante para enxergar mais concretamente ao final do processo os pontos que eram recorrentes, tanto de limitações como de sensações positivas e imagens.

O curso Modos e Execução foi uma oportunidade de aprofundar essas percepções que vivi nos meses anteriores, em contexto não pandêmico. Colocar o compromisso de praticar, acordar o corpo de forma conduzida através dos vídeos e os registros dos diários de bordo, possibilitou ainda mais a criação de caminhos de observação e desejos de pesquisa em dança. Percebo o que foi se construindo ao longo do processo: sensações se modificando, tensões se dissolvendo ao longo das práticas, encontrando novos modos de mover, mais orgânicos e potentes.

Os materiais solicitados para o despertar corporal – panos de chão, cadeira, cabo de vassoura – mostraram-se ferramentas importantes, que de fato agregaram a um já conhecido repertório – bolinhas de tênis, escova, toalha. Os mesmos foram se tornando parceiros de

trabalho também nas minhas estratégias de aulas de balé e jazz. Apesar das técnicas fechadas dessas danças, consegui introduzir aos poucos estes materiais mais cotidianos para uma prática mais humanizada, integrando o movimento técnico ao prazer de dançar a vida. Resignificar os objetos cotidianos na pesquisa em dança trouxe-me um olhar mais poético para o cotidiano. Todo movimento pode se tornar pesquisa se estivermos com esse estado de presença ativado, expandido e de observação.

Recordo-me que na aula de número seis, de encerramento do programa da disciplina Modos de Execução, foram propostos jogos corporais. Senti tantas sensações e emoções que foi difícil colocar no diário de bordo. Tive vontade de dançar, como há muito não sentia. Foi possível perceber os diferentes modos de execução dos movimentos nas relações corporais sugeridas ao longo da condução, mas também de tantas outras que foram surgindo no fluxo do corpo que queria falar. Revivi e reativei algumas movimentações corporais adormecidas na memória. O balé, o jazz, as danças de salão: todas essas danças existem em mim. Fazem parte da memória muscular, corporal.

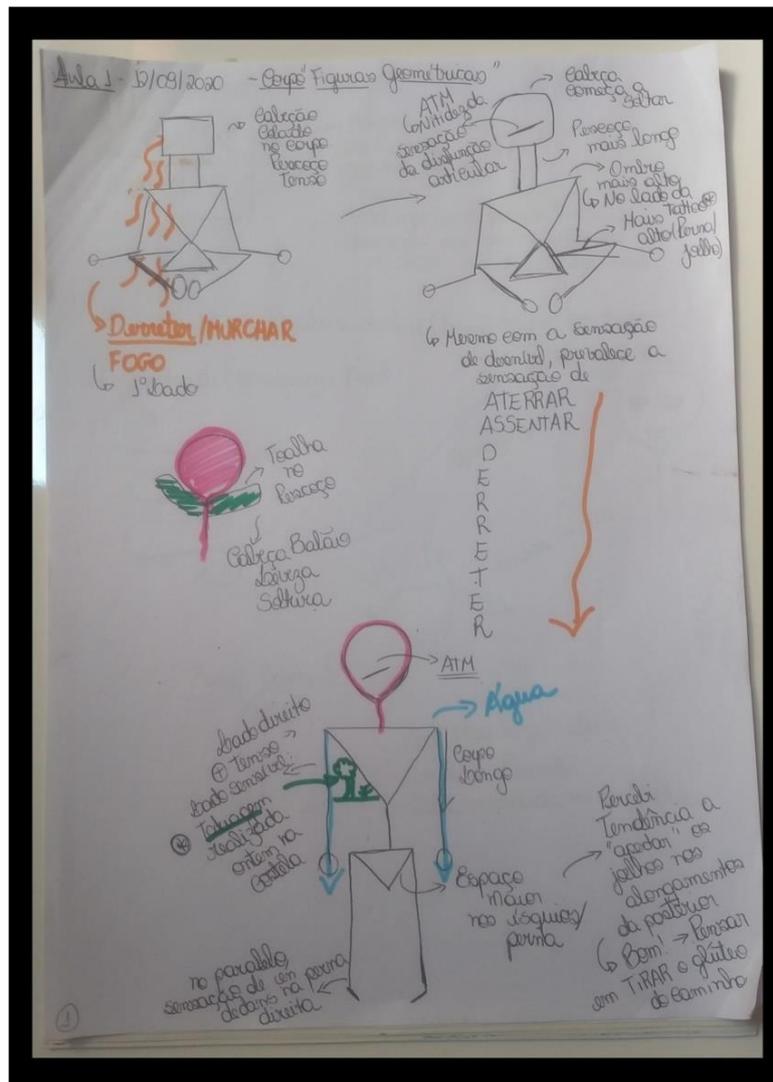
Associo este percurso trilhado na disciplina com minha própria caminhada pela dança no processo de desconstruir a técnica para abrir novos espaços. Seria necessário sair do automático e da reprodução, como nos coloca Jussara Miller (2007), pois o corpo é, por natureza, expressivo e carrega consigo uma bagagem. Seria preciso escutar o que essa bagagem teria a nos dizer. Não seria possível negá-la ou jogá-la para longe. Na aula seis, meu repertório adormecido apareceu e pude entender que não deveria negá-lo, mas ao contrário, poderia revisitá-lo com outros olhos, dando voz ao que me moveria naquele instante e ao que o corpo precisaria para se expressar, não ficando dissociado da vida cotidiana. Assim, percebo que são muitos os modos de execução possíveis dos repertórios já experimentados.

A respeito das dores corporais, por exemplo, foi muito gostosa a descoberta do ponto de encontro da musculatura que sustenta o abdômen próximo à região da oitava vértebra torácica. Região que em encontros anteriores sentia sempre mais travada. No encontro de número três, em que utilizamos a cadeira de madeira para experimentações dos apoios ativos e passivos, pude massagear a musculatura, imaginando as linhas de ativação destas fibras e seu encontro ali, por trás, nas costas, permitiu-me liberá-la. Destaco que perceber a relação deste ponto com a postura, o equilíbrio dinâmico das estruturas da coluna foi um alívio. Um recurso que poderei sempre voltar a encontrar.

Outro ponto de tensão e dor é meu pescoço. Ao longo da disciplina, vários foram os caminhos percebidos para diminuir a tensão e sentir a cabeça “flutuando” no encontro com a coluna. Investigar as posturas, os equilíbrios e desequilíbrios, as mobilizações com o auxílio da toalha ou do bastão, trouxeram-me grande conforto para a região lombar, em que tenho uma hérnia em função da degeneração do disco articular. Na aula com os panos de chão, também consegui perceber um trabalho abdominal diferente e mais eficaz para mim, a partir da simples ação de deslizar. Assim, as propostas do despertar corporal a partir da manipulação e contato com o material sugerido, proporcionaram-me muito bem-estar e um viés de autocuidado. Investigar meu corpo pelo olhar da presença mostrou-se muito importante na minha nova rotina, auxiliando alinhar não somente as estruturas físicas, como organizando as emoções.

Acho importante ressaltar que a criação do diário, com os registros feitos após as práticas corporais, foi importante para a materialização das percepções e transformações alcançadas ao longo do processo das aulas. Meus primeiros registros continham informações pontuais sobre as percepções físicas. Utilizei muitas formas geométricas e esquemas imagéticos para descrever as percepções da estrutura anatômica. Entendo essa primeira etapa do processo como um “entrar em contato” para reconhecer, como nos sugere Miller (2007).

Figura 1 – diário de bordo referente à aula 1.



Fonte: elaborada pelo autor.

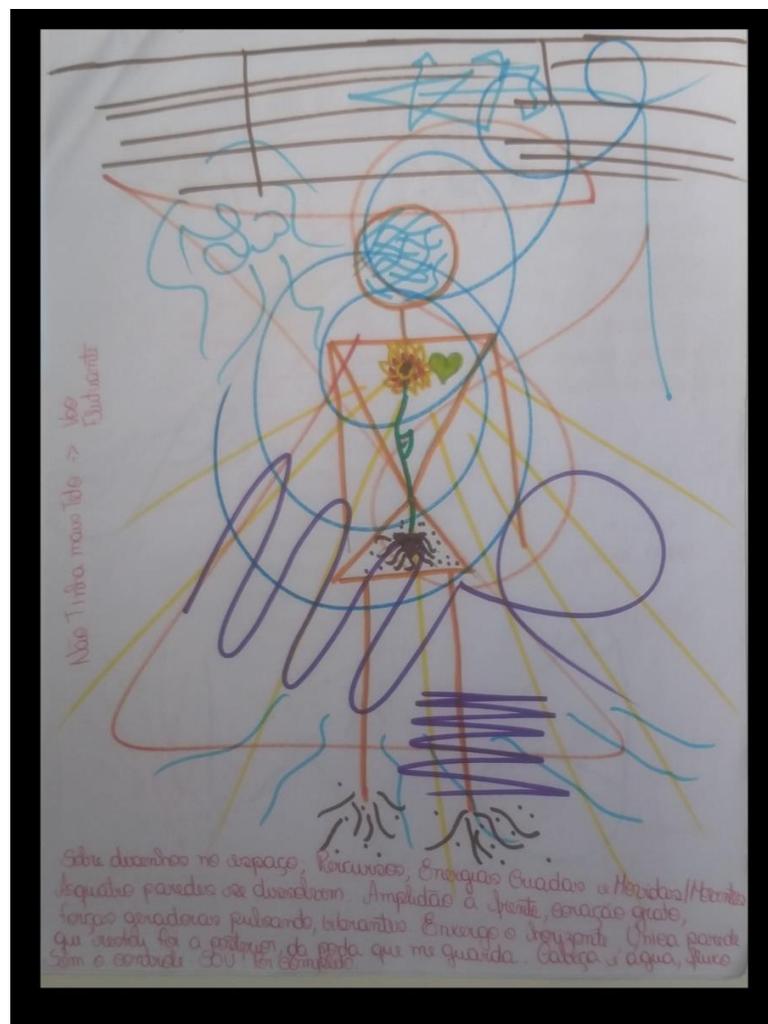
Identifico que aos poucos, a partir do terceiro vídeo das aulas, minha escrita começou a se modificar. Os esquemas e desenhos tornaram-se menos objetivos e as legendas complementares começaram a ganhar corpo com reflexões sobre o fazer, como uma escrita que vai sendo cada vez mais dançada. É como se pensamento e dança se encontrassem em total sintonia para um “*pas de deux*”<sup>2</sup>. A intensidade desse encontro chegou ao ponto de, na última aula, eu sentir dificuldade em escrever, pois as palavras pareciam não dar conta do momento de expansão vivido naqueles oitenta minutos de prática. Meu registro então

<sup>2</sup> Expressão em francês utilizada no balé clássico para definir uma dança que se faz à dois, como um dueto.

compreendeu várias formas, cores, sensações, esquemas imagéticos e palavras sobrepostas, nesse todo de um corpo presente e expandido.

Extrapolando o mero relato da experiência vivida, foi se tornando um registro dessas memórias que apareciam. Percebi que o corpo, integrado com as sensações, foi dando espaço para outros gestuais e danças, e que os objetos de casa foram se tornando parte do cenário de um corpo reinventado. Sinto que à medida que avançamos nos encontros, a criação foi tomando mais corpo. A vontade de dançar se intensificou, porque o corpo alcançava ali maior potência.

Figura 2 – diário de bordo referente à aula 6.



Fonte: elaborada pelo autor.

Como fechamento, percebo que o encontro com essa disciplina permitiu vislumbrar caminhos criativos a partir das práticas somáticas. A integração do corpo com o espaço – as

formas, dimensões, sensações, o estado de presença – levou-me à percepção de imagens e personas que transitavam em diferentes modos de execução. Ferramentas e jogos foram conduzindo o corpo à criação (ou à percepção) de estados e gestuais não cotidianos. As relações com os tamanhos, intenções, direções espaciais, o que esconde e o que revelo.

Uma frase dita pela professora em uma das aulas práticas, que me marcou bastante foi: “você sabe o que te interessa no que você está fazendo”, me levando a considerar a importância de construir a percepção do que me interessa enquanto me interessa. É um jogo importante para o caminho da criação. Percebia que ia fazendo “anotações mentais” do que me interessava. Fui me lembrando de práticas de jogos teatrais que havia experimentado anteriormente e que poderiam ser associadas àquele percurso do despertar corporal para se desdobrar em cena. Por fim, os registros em forma de diário de bordo apresentam-se como uma ferramenta também potente, tanto para materialização das percepções do processo como para organizar para as novas criações, sugerindo (ou revelando) temas de interesse no que estou fazendo. De forma processual, percebo que foi possível criar, dançar e pensar uma dança que estivesse em consonância com o modo de existir, em cada momento da vida e em cada corpo.

### **3 Por outros modos, entre tantas execuções**

O ano é 2020, começam a surgir inesperados: um caos invisível e escondido em pausa. Isolamento, pandemia, um novo normal. Surgem outros modos de vida, tempos e espaços que antes não eram percebidos, em casa, entre telas. Ficamos sem aulas, sem saber do futuro. Em meio a tudo isso, passei a me indagar: como está nosso modo de sonhar? Como lidar com esses novos modos de executar a vida? *Lives* por toda a parte, a necessidade de ficar *online*, sem sair da linha, ficar vivo, sobreviver. Em pausa. Aqui estou, morador e residente na cidade X, sendo aluno concluinte do curso de bacharelado em dança na Universidade X, mas concluir o que? Como atravessar as paredes de casa para prosseguir? Será possível encontrar meios para mover o mundo?

Percebi que precisava encontrar margens para seguir o Rio, atravessar o rio, deixar-me levar pela correnteza. Meu corpo pedia vida, movimento, ar, outras temperaturas, transpiração, ação: o corpo quer dançar. Sentia desejo de ser a expressão de vida, de romper com o que era limitador. Na “cidade maravilhosa”, envolto pelas paisagens dos cantos da minha própria casa, encontro-me com meu **corpo-casa**. Talvez aqui ainda fosse uma casa-

corpo, que aos poucos fui ganhando intimidade e deixando-me transformar, até perceber em mim mesmo espaços, lugares para habitar e assim me tornar um corpo-casa.

Embarcamos na jornada de ensino remoto na disciplina de Modos de Execução, em período excepcional, com aulas síncronas e assíncronas, entre tempos e contratempos. A estratégia para essa configuração foi encontrar um contorno para poder prosseguir na rota, sem muitos desvios.

Ao longo do período me perguntava: estaríamos limitados pelo nosso espaço para as vivências? Segundo Klauss Vianna (2018), o espaço é uma coisa limitada e, paradoxalmente, sem limites, assim como a vida. Então, penso que precisaríamos nos tornar parte desse espaço, a fim de estabelecer nossa relação com o mundo. Nessa necessidade, o espaço que era visto como limitado, a partir da experiência dançante pode se revelar potente e libertador. Dou-me conta que no meu processo de vida habitei lugares diversos, como o ventre da minha mãe, o berço de quando era bebê, os espaços da casa onde cresci e, assim, fui à busca de mais espaços, até chegar aqui e me perceber investigando o que se configura espacialmente nesse modo remoto.

Qual o espaço da dança? Por que não dançar em casa? Percebo que a dança passou por um refinamento da execução do movimento e, com isso, trouxe especificações de lugares para se dançar. Durante minha trajetória nesse campo vivenciei certa organização das aulas de dança, em que eram utilizadas salas com espelhos, barras, chão de madeira com linóleo, até que então me encontrei em um mundo em tempos pandêmicos, onde o meio possível de se dançar era a minha própria casa. E as salas virtuais e cursos on-line se tornaram um meio possível de transmissão de conhecimento.

Na disciplina Modos de Execução, fui percebendo que em cada aula havia uma nova experiência: sentindo as fricções da toalha na pele despertar as células, acordando o corpo com o deslizar dos tecidos, agitando as partículas, conduzindo os movimentos como travessias topográficas entre as partes do corpo. Neste sentido, a abordagem somática proposta nas aulas nos conduzia para uma experiência sensível: eixo variável, relações espirais, trânsitos nos apoios, movimento de relação entre, percepção do tempo que habita no corpo. A cada instante surgiam novas informações, como uma rede de comunicação constante. A cada postura que visitava, me encontrava por outras salas, portas, janelas, entre tantos outros lugares desse **mundo-corpo**.

Citando mais uma vez Klauss Vianna, “tudo no corpo, na vida, na arte, é uma troca” (VIANNA, 2018, p.78), assim percebi que a disciplina se dava em um circuito de trocas. Primeiramente, uma troca em práticas de cuidado de si, percebendo o mundo no meu próprio corpo, seguindo pelas presenças que interagiam nos processos da abordagem somática facilitada pela professora, presença da escrita expressa nos diários após as vivências, presença do mundo em trânsitos, presença do ar, da luz do sol, do calor e suor, que lubrificava a pele em movimentos, presença do tempo que se alargava pelo corpo em fluxo, que buscava seu próprio tempo. Sinto que pude permear o **corpo-mundo** a partir do imaginário que, como diria Letícia Teixeira: “evoca um campo aberto que conecta o dançarino com suas dimensões perceptivas, afetivas, culturais, ou seja, com sua humanidade, e o histórico de sua corporeidade” (TEIXEIRA, 2019, p.589).

#### CORUNDO, MURPO - CORMUNPODO - MURUNCODOPO

No início, muitas vezes deparei-me com a indisposição e a sensação de um corpo bloqueado, mas que a cada momento ganhava mais espaços, pois o processo abordado em aula era sobre permear a experiência. Essa percepção me conduz novamente à Teixeira, de seria “pelo amplo espectro de possibilidades abertas que absorvem prazerosamente novas vivências” (TEIXEIRA, 2019, p.582).

A partir das primeiras aulas, podia sentir os tecidos musculares e da pele alargarem-se e, então, dava-me conta dos anéis articulares e da relação mais fluida que surgia com a sensação de volume e expansão corporal. Podia perceber que a energia estática era liberada a partir da injeção de movimento pelo corpo, gerando micro-gotículas de suor, um vapor de vida, uma dança celular que ia para além do corpo, pois saía da pele e vazava para o ambiente.

Na terceira aula, usando da força potencial e do movimento que se liberava da ação empregada em relação ao objeto cadeira, deixava-me cair e subir resistindo à gravidade, em sentido oposto ao chão, sentindo os apoios presentes e os circuitos de movimento em um corpo que se cadenciava e se condensava. Chego ao **corpo-imensidão**, ainda mais vivo, **corpo-chuva**, que se deixa cair e que corre deitado, percebendo as forças que o atravessam. Escorre pela cadeira, derrete no chão, integra-se aos objetos que o cercam, atravessa a parede para observar tudo acontecer. Muitos sentidos para cair, cada vez com um novo caminho para se percorrer.

Deparei-me, então, com a quarta aula, em que deveríamos usar tecidos no chão para deslizar pelo espaço. Sinto como se estivesse subindo uma montanha, quando a transferência

do corpo se dá circularmente, numa sensação do movimento que possibilita continuar a subir, escalar. Cada parte do corpo, que apoiasse ou se projetasse para criar uma dimensão resistida pelo peso, era como estaca que fura uma pedra para fixar, a fim de manter-se pendurado. Então, lanço-me por deslizar por toda casa, percebendo que agora o atrito se apresenta de forma mais gentil, em um constante escorregar, espalhando-me pelos espaços, ainda sentindo a presença dessas oposições, mas talvez num movimento de descida do alto dessa montanha: deixar-me descer. Percebo o corpo como um circuito de forças e de energias, que busca outros espaços. Como resistir nesse entre de forças? Por onde caminhar? Que caminhos me geram esses caminhos? Sensação de subir colinas e descer vales, escalar montanhas e escorrer em cachoeiras. Alta exigência física. Relacionamento com as possibilidades dos recursos que o corpo encontra no caminho. Pele ativa, tecido vivo. E, então, lidar com as forças de atrito, fricções, deslizos, usando oposições como meio de estabilização e suporte pela resistência. Mãos aderentes, ísquios direcionais, **corpo-tecido-chão**, texturas em um *triálogo*.

Ao longo das aulas percebo que o despertar do corpo acontece por camadas: pele que se esfrega, tirando o pó; músculos que são amassados e pressionados para o deslizar; osso que sacudo e percuto; energia que se faz circular. Tenho a sensação do aumento do tamanho do corpo, quando as partículas se redistribuem. Precisávamos “molhar” os tecidos (musculares, articulares), para gerar mais espaços.

A cada aula, a sensação era como se abrissemos um baú de brinquedos, em que se apresentavam formas diversas, movimentos variados, estímulos diferentes a partir da interação com cada objeto. Lembra-me a infância e dou-me conta da importância das brincadeiras, dinâmicas, cores, formas e tamanhos. **Corpo-Brincante**. Como uma esfera ramificada, percebo-a com muitas pontas, em abertura para conexões. Fala-se de diversidade, ser *pluriversal*.

Com a quinta aula, adentro naquilo que se revela com o aumento da percepção: observar a vida, ser movimento em cores, corpo que respinga a tinta em uma tela em branco, pintando o espaço vivo. As paisagens são expressas pelo movimento, por pontos de vibração. O corpo esparrama-se em espasmos, sendo deslocado pelo espaço. Abro portas e janelas para poder olhar o céu e viver.

Já na última aula, percebo o encontro de diversos pontos, que se encaixam. As diferentes qualidades de movimento estabelecem pontos de ligação com o fluxo do movimento, entrando em esferas fluidas. Luz, energia, SOL. Vibração Solar. Penetração dos

raios. Luz que atravessa. Envolver-me em movimentos: penetrar o espaço, invadir o mundo que me vai e volta em voltas.

Agora estou dentro do baú de brinquedos, tomado pela alegria da poesia:

A dança que se dança  
Dança em vida de vindas  
Sobre o que dançou e levou-se  
Nada pode vir se já foi então  
Como algo que sempre é

Aqui está dançando  
Esta dança que se dança  
Nas mais minúcias movidas  
Esferóides circulares espirais

Pirar em toda a casa  
Casa em toda paira  
Pontos de luz  
Luz de caminhos que soprou  
Sendo que aqui não acabou!

Como acabar? Essas práticas que nos fazem sobreviver, saber viver, como diz a canção de Roberto e Erasmo Carlos<sup>3</sup>, um grande jargão brasileiro, revelam-nos modos de seguir a vida nesse emaranhado complexo de se viver, para que possamos encontrar outros possíveis modos e criar em meio àquilo que antes não se conhecia. Entre tantas possibilidades de se fazer dança, expandimos a percepção e buscamos por outros modos, entre tantas execuções. Nos contextos que nos movem nesse tempo remoto, pude me dar conta de que mesmo em práticas com execuções já definidas, como o balé clássico, por exemplo, podemos encontrar outros modos possíveis de se executar o movimento, dando mais camadas e aprofundando o trabalho corporal, pela mudança do ponto de vista e, até mesmo, pela

---

<sup>3</sup> Faz-se referência à canção “É preciso saber viver” concebida em 1968 por Roberto e Erasmo Carlos.

intermediação das conexões digitais. Os caminhos para se chegar a um mesmo ponto podem ser diversos, tornando ainda mais interessante o processo. Assim, sigo com esse rio, fluindo pelas criações nesse mundo sem fim, para que não tenha fim. Para que, então, ao findar tudo isso, possa se tornar um movimento contínuo de busca, no encontro, nas trilhas e montanhas que percorremos. Em espirais vou indo, com voltas pelo corpo esférico, na saia que balança, o coração que pulsa e ondula, treme, vibra a pele, com as gotas da paixão por poder simplesmente dançar essa dança, aqui, agora, danço.

No contexto da pandemia, especificamente, a experiência com esta disciplina me fez perceber as possibilidades de atuar nos estudos do corpo e o quão importante é o tempo de dedicação para si, pois temos nosso próprio tempo e precisamos de interação para variar nossos modos de ser em movimento. Mesmo sentindo falta da presença (aquela que já conhecia), esse momento foi de grande importância para que eu pudesse ir à busca de outras presenças. Nessas presenças reveladas a partir das experiências propostas pela disciplina, nos diálogos comigo mesmo, nas impressões escritas após as práticas de aula e conforme o curso prosseguia, pude perceber que as manifestações impressas nos diários estavam se expandindo e ganhando um fluxo maior.

Prossigo investigando meus tantos possíveis corpos, aqueles que partilharam dessa trajetória, a casa-corpo que se tornou corpo-casa, o mundo-corpo que se percebeu corpo-mundo, chegando ao corpo-imensidão, regado pelo corpo-chuva, explorado pelo corpo-tecido-chão e esbaldado no corpo-brincante. Por outros modos, dentre tantas execuções, o corpo dança e, dançando, resiste.

#### **4 (em branco)**

Se fosse possível na estrutura de apresentação de textos acadêmicos e científicos, esta seria uma página em branco. Como um espaço vazio, revelaria a falta, a perda e talvez a abertura para o que ainda não está dado. Voz ausente. Apresenta-se o silêncio como relato de um dos estudantes convidados a participar do grupo de estudos para compor o presente texto polifônico, mas que não pôde dar continuidade ao trabalho. A pandemia revelou tanto a sua presença, quanto a sua ausência.

Primeiramente, o ensino remoto propiciou o retorno desse estudante ao mundo acadêmico, quando teve a possibilidade de retomar os estudos deixados de lado pela dificuldade em se deslocar até a Universidade, devido à distância geográfica de sua

residência. No entanto, após perceber a possibilidade de retomada do ensino presencial, decidiu trancar o curso e matricular-se em outro, que fosse EAD efetivamente, para que pudesse prosseguir.

Nos primeiros dias de aula, via-se estampado em seu rosto um sorriso de quem estava animado com as propostas, que já há algum tempo não participava. No teste da plataforma de reunião on-line, foi o primeiro a se disponibilizar em ajudar e logo já estava na sala, ansioso para o início. Dedicou-se com afinco, mesmo percebendo seu corpo rígido, com encurtamento por falta de trabalho corporal.

Apesar do empenho ao longo de toda a disciplina, não foi possível sua permanência e continuidade na Universidade. O ensino remoto, permitiu esse estudante viver novamente o ensino acadêmico na universidade pública brasileira, mas não garantiu sua estada.

## **5 Considerações finais – possíveis modos a partir do ensino remoto**

Reunimos nossas vozes para escrita destas últimas considerações, para que pudéssemos mapear as questões comuns entre docente e discentes, que ecoaram em uníssono nesta composição. A partir da análise dos relatos e constatações, contendo nossas percepções obtidas ao longo da disciplina Modos de Execução, apresentamos as considerações finais.

Percebemos que por se tratar de um período letivo excepcional, que inaugurou o trabalho remoto de ensino-aprendizagem na universidade em questão no contexto pandêmico, houve um estranhamento inicial generalizado. Diferente do que já tínhamos vivido até o momento, foi necessário “desinventar” aquilo que sabíamos para que pudéssemos abrir espaço para outros modos de se fazer, pensar, criar, ensinar e aprender dança. Não serviam mais os mesmos parâmetros anteriores, as mesmas estratégias e metodologias. Tivemos que nos desacostumar.

A partir do trabalho do corpo-em-fluxo (MILLÁS, 2019), que propõe abertura ao momento, em um movimento de escuta a nós mesmos, aos outros e ao espaço, foi possível experienciar as propostas e envolvermos-nos no contexto do trabalho remoto. Entendemos que se trata de uma permissão necessária, de uma concessão com nós mesmos, em que precisamos estar disponíveis, descolando-nos de padrões ou ideais preconcebidos.

Percebemos que esta abertura para o que se apresentava como outro – diferente – tornou possível não somente a realização da disciplina, como a criação de outros modos de vida. O próprio grupo de estudos, com desenvolvimento das reflexões apresentadas neste

texto, foi fruto desta disponibilidade. Portanto, o contexto pandêmico revelou um potencial espaço de criação e o processo de constante aprendizagem que devemos estar imersos para podermos lidar com as adversidades.

A partir do ensino remoto também foi possível encontrar outros espaços para realização das atividades, percebendo a potência criativa dos próprios ambientes domésticos, assim como dos objetos cotidianos, que foram ressignificados e se tornaram parte da estratégia metodológica empregada na disciplina, ampliando referenciais. Trouxemos possíveis locais de trabalho antes ignorados, pois tinha-se em mente um espaço específico já preconcebido, foram reinventados e trazidos à tona.

Também se reconheceu a extensão concreta da universidade, que literalmente chegou até a casa da comunidade acadêmica, dos diversos docentes, discentes e técnicos, levando as aulas, propostas, discussões e criações para seus espaços compartilhados, envolvendo outras pessoas nessas relações. Se antes, parte dos próprios familiares dos estudantes, por exemplo, desconheciam o que eles faziam num curso de graduação em dança, com o ensino remoto, puderam se aproximar do contexto, criando-se possíveis pontes e interações.

Ademais, verificamos que a disciplina em questão se tornou espaço de autocuidado e potência de transformação, abrindo margem para o que ainda não estava dado, trazendo perspectivas possíveis de cada agente envolvido seguir no contexto pandêmico, lidando com os desafios e incertezas presentes.

Reconhecemos que a organização do plano de ensino, tendo sido exposto desde o início as metodologias que seriam empregadas, as formas de avaliação, as estratégias de ação, os materiais necessários para a prática e o cronograma das aulas, foi uma chave facilitadora para o processo. Como num jogo, quando se tem as regras explícitas e disponíveis, todos podem entrar e se permitir vivenciar a atividade proposta, cada qual à sua maneira. Consideramos que essas regras, como os limites de um rio, não serviram para aprisionar, mas para tornar possível o fluxo de água, deixando que o rio tivesse movimento e não vazasse num possível pântano. Igualmente, percebemos a necessidade por parte dos estudantes de se organizarem com o seu dia-a-dia, materiais e espaços de trabalho, para que pudessem experienciar a atividade com profundidade.

Também destacamos a importância do corpo em experiência, alargando fronteiras do espaço de ensino-aprendizagem, para que seja possível a aproximação da arte com a própria vida. Percebemos que a sensação de conexão e sincronicidade com o que estava sendo pedido,

permitindo aos praticantes se sentir assistidos, mesmo estando sozinhos em suas casas, foi alcançada ao longo das aulas. Diversos relatos apontaram para a sensação de ser “abraçado” pelo espaço em que se realizava a atividade. Desta forma, identificamos que se criou a possibilidade de presença, mesmo na ausência.

Constatamos também que o ensino remoto se tornou, para parte dos estudantes, uma forma possível de finalização do curso de graduação, pois abarcou excepcionalidades e propôs outra forma de se desenvolverem as atividades, dispensando longos deslocamentos da residência até o local de estudo e, até mesmo, horários fixos de trabalho.

Reconhecemos o ineditismo do texto pela situação excepcional que se originou, partindo-se das experiências vividas, numa tentativa de construção de um texto polifônico, no qual fossem partilhadas as reflexões obtidas. Buscamos, assim, mapear as experiências, não com intuito de aprofundar em questões conceituais, mas de nos aproximarmos dos conceitos que surgiram dentro da própria prática de ensino. Nesse sentido, por se tratar a pandemia de um contexto mundial, em que se apresentam diversas fragilidades e risco explícito, em que sentimos a iminência da morte, valorizamos a divulgação e partilha de experiências como esta, que apresentam metodologias empregadas e estratégias de ação para o ensino remoto, apontando possibilidades de se pensar e criar alternativas.

Desta forma, percebemos que a pandemia introduziu um espaço necessário de pausa e favoreceu que outros modos fossem criados e incorporados às formas já consolidadas de ensino-aprendizagem. Por fim, neste viés, também entendemos que o período letivo excepcional da Universidade X se tornou importante como espaço de experimentação, apontando para possibilidades metodológicas, que podem ser elaboradas e incorporadas nos períodos letivos seguintes, quer sejam remotos ou presenciais.

### **Referências Bibliográficas**

- BERTAZZO, I. **Corpo vivo: reeducação do movimento**. São Paulo: Edições SESC SP; 2010.
- BOFF, L. **Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela terra**. Petrópolis: Vozes, 1999.
- BORGES, H. A poética do corpo: uma leitura do trabalho de Angel Vianna. **eRevistaPerformatus**, v. 2, n. 7, p. 1-16, 2013. Disponível em [http://performatus.com.br/wp-content/uploads/2013/10/AngelVianna\\_ed7\\_eRevistaPerformatus.pdf](http://performatus.com.br/wp-content/uploads/2013/10/AngelVianna_ed7_eRevistaPerformatus.pdf). Acesso em 28 março 2021.
- CHAMPIGNION, P. **Aspectos biomecânicos: cadeias musculares e articulares: método G.D.S.: noções básicas**. São Paulo: Summus, 2003.

- CSIKSZENTMIHALYI, M. **Fluir**: a psicologia da experiência Optima, medidas para melhorar a qualidade de vida. Tradução Marta Amado. Lisboa: Relógio D'água Editores, 2002.
- FOUCAULT, M. **Verdade e subjectividade**. Revista de Comunicação e linguagem. Lisboa: edições cosmos, v. 1, n.19, p. 203-223, 1993.
- FOUCAULT, M. **História da sexualidade 3**: O cuidado de si. São Paulo: Paz e Terra; 2014.
- FORTIN, S. Educação somática: novo ingrediente da formação prática em dança. In: **Cadernos do Gipe-CIT**. Salvador: UFBA/PPGAC, n.1, p.40-55, 1999.
- GARAUDY, R. **Dançar a vida**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
- GIL, J. **Movimento Total**: O corpo e a dança. Lisboa: Relógio d'Água, 2001.
- GODELIVE, D-S. **Cadeias Musculares e articulares**: o método G.D.S. São Paulo: Summus, 1995.
- GUATTARI, F. **As Três Ecologias**. São Paulo: Papyrus, 2012.
- HEIDEGGER, M. **Ser e Tempo**. Petrópolis: Vozes; 1989.
- HANNA, T. What is somatics? **Journal of Behavioral Optometry**, v.2, n.2, p. 31-35, 1991.
- LOUPPE, L. **A Poética da Dança Contemporânea**. Tradução Rita Costa. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.
- MILLÁS, C. R. G. **Corpo-em-fluxo**: dança e escalada como práticas de emancipação para o artista da cena. 2019. 243 p. Tese (Doutorado em Artes Cênicas). Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro – RJ, 2019.
- MILLER, J. **A escuta do corpo**: sistematização da Técnica Klauss Vianna. São Paulo: Summus, 2007.
- RESENDE, C. O que Pode um Corpo? O método Angel Vianna de conscientização do movimento como um instrumento terapêutico. **Physis Revista de Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro: UERJ, v. 18, n.3, p. 563-574, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312008000300011>.
- SERRES, M. **Variações sobre o corpo**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2004.
- SHUSTERMAN, R. **Consciência Corporal**. São Paulo: É realizações, 2012.
- TEIXEIRA, L. P. A corporeidade e a análise funcional do corpo no movimento dançado em diálogo com outras práticas corporais. **Revista Interinstitucional Artes de Educar**. Rio de Janeiro: UERJ, v. 5, n.3, p.581-595, set-dez de 2019. DOI: <https://doi.org/10.12957/riae.2019.45735>.
- VIANNA, K. **A dança**. Em colaboração com Marco Antonio de Carvalho. São Paulo: Summus, 2018.