



PRÁTICAS SENSÍVEIS DE MOVIMENTO COMO CUIDADO DE SI

PRÁCTICAS DE MOVIMIENTO SENSIBLE COMO AUTOCUIDADO

SENSITIVE MOVEMENT PRACTICES AS SELF-CARE

Oneide Alessandro Silva dos Santos¹

Neila Baldi²

Emanuelli Schirmer³

Juli Dotta⁴

Resumo

Este texto constitui-se em uma reflexão sobre práticas sensíveis de movimento desenvolvidas entre 2020 e 2021 no Grupo de Pesquisa Corpografias do Curso de Dança Licenciatura da UFSM. O trabalho está amparado em uma concepção de práticas sensíveis inventadas a partir da prática como pesquisa. Como resultado, a pesquisa nos possibilitou referendar a prática como pesquisa como paradigma metodológico, apontando modos pelos quais as práticas sensíveis se constituem como cuidado de si e as escritas e danças se entrelaçam.

Palavras-chave: dança, práticas sensíveis, prática como pesquisa, cuidado de si.

Resumen

Este texto es una reflexión sobre las prácticas de movimiento sensible desarrolladas entre 2020 y 2021 en el Grupo de Investigación Corpografías de la Carrera de Danza de la UFSM. El trabajo sustenta una concepción de las prácticas sensibles, inventadas a partir de la práctica como investigación. Como resultado, este estudio permitió avalar que la práctica es tanto investigación como paradigma metodológico, que las prácticas sensibles constituyen una forma de autocuidado, y que escrituras y danzas se entrelazan.

Palabras clave: danza, prácticas sensibles, práctica como investigación, autocuidado.

Abstract

1 Professor Substituto do Curso de Dança Bacharelado da UFSM. Mestre em Educação e Graduado em Dança Licenciatura pela UFSM. Integrante do Grupo de Pesquisa sobre (Es)(Ins)critas do/no Corpo (Corpografias/UFSM). E-mail: oneidealessandro@hotmail.com

2 Professora adjunta do Curso de Dança Licenciatura da UFSM. Doutora e Mestre em Artes Cênicas pela UFBA. Coordenadora do Grupo de Pesquisa sobre (Es)(Ins)critas do/no Corpo (Corpografias/UFSM). E-mail: neila.baldi@ufsm.br

3 Graduada em Dança Licenciatura pela UFSM. Integrante do Grupo de Pesquisa sobre (Es)(Ins)critas do/no Corpo (Corpografias/UFSM). E-mail: emanuellischirmer15@gmail.com

4 Graduada em Dança Licenciatura pela UFSM. Integrante do Grupo de Pesquisa sobre (Es)(Ins)critas do/no Corpo (Corpografias/UFSM). E-mail: jpedrosodotta@gmail.com

This text is a reflection on sensitive movement practices developed between 2020 and 2021 in the Corpografias Research Group of the Dance Course of the UFSM Degree. This paper supports the conception of sensitive practices that were invented from practice as research. As a result, it allowed us to endorse practice as research as a methodological paradigm. In addition, sensitive practices are constituted as self-care and writings and dances are intertwined.

Keywords: dance, sensitive practices, practice as research, self-care.

Introdução

Este texto discute práticas sensíveis de movimento realizadas pelo Grupo de Pesquisa sobre (Es)(Ins)critas do/no Corpo (Corpografias), no período de 2020-2021, quando fomos atravessados/as pela pandemia de Covid-19. As práticas sensíveis construídas durante dois anos foram alternativas para seguir pesquisando e reformulando a distância, não só investigações, mas abordagens de cuidado de si, convívio e escutas possíveis.

Nesse caso, encontramos no Corpografias, que faz parte do Curso de Dança-Licenciatura da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), um refúgio para cultivar um espaço-tempo daquilo que desejaríamos criar, inventar e curar em meio à catástrofe do vírus. Sentíamos que mais do que nunca precisávamos acordar o corpo⁵ adormecido, ou seja, buscar práticas que pudessem despertar esse corpo anestesiado da pandemia. Desse modo, surgiram práticas sensíveis de criação, escrita, experimentação, desenho, filmagem, leitura, dança e registros de dança.

Para a proposição aqui apresentada, nos apoiamos na abordagem metodológica da Prática como Pesquisa (PaR, na sigla em inglês). Segundo Ciane Fernandes (2012), a Prática como Pesquisa é um terceiro paradigma de pesquisa, ou seja, não é nem pesquisa qualitativa, nem quantitativa. Trata-se de uma abordagem na qual a prática é em si mesma um método de pesquisa, “[...] uma forma de pesquisa acadêmica em que se busca descobrir e estabelecer novos conhecimentos através da prática, com resultados, muitas vezes, em formas simultaneamente práticas e teóricas” (FERNANDES, 2015, p. 26).

⁵ Corpo aqui entendido como soma, sem separação da estrutura física do psíquico, mental, etc. “O centro do campo da Somática é o soma - um processo integral e individual, que rege a sua própria existência contanto que tenha existência.” (HANNA, 1976, s.n.) Assim, o soma “[...] é o corpo experienciado a partir dele mesmo” (HANNA, 1986/88, s.n.).

Compreendemos o corpo, nosso corpo e o corpo que somos, constituído de integralidade e soma, pautado sobretudo numa perspectiva somática, autobiográfica e decolonial. Ao referir-se ao corpo em várias passagens deste artigo, sempre o faremos numa ideia relacional e crítica, opondo-se a uma certa separação entre mente e corpo.

Assim, a partir de leituras de textos sobre Educação Somática e Autobiografia e, principalmente, pelas narrativas dos/as membros/as do Grupo, aqui autodenominados/as *artistasdocentes*, exploramos práticas sensíveis, reativando corporalidades anestesiadas. Ao mesmo tempo em que realizávamos as práticas sensíveis de movimento, fazíamos também o movimento de escrita - de diários de bordo, de cartas, de desenhos, que subsidiavam nossa prática como pesquisa em processo.

O contexto de nossas investigações

Consideramos que, com o isolamento social - provocado pela pandemia -, o ensino e o trabalho remoto, ficamos em um estado de anestesia que pode ser provocada pelo não sentir, ou pelo sentir em excesso a ponto de não sentir (TERRA, 2011). Estávamos afetados/as pelo “desabono do corpo, [...] no qual o corpo não é mais o centro irradiante da existência, mas um elemento negligenciável da presença” (LE BRETON, p. 21, 2003 apud HOFFMAN, 2019, p. 42), e nessa situação as práticas sensíveis propostas objetivavam acolher estes corpos distanciados, bem como buscavam maneiras de relacioná-los através das telas. Havíamos restringido nosso movimento, adaptamos aulas, espaços, etc. Ficamos, no período de março a junho de 2020, sem nos encontrar - nem virtualmente - e, quando retomamos as atividades, percebemos que precisávamos de um cuidado de si - individual e como grupo. Precisávamos nos reconectar e, por isso, buscamos práticas sensíveis.

Entendemos como uma abordagem do sensível aquela que como diz Ana Terra (2011, p. 166), “com interrogações e sem conclusões, (...) [é] planejada para trabalhar a percepção - de si, do outro, do espaço - por meio de um jogo de inibição, focalização e combinação entre as diferentes modalidades sensoriais, os sentidos”. Segundo ela, essas práticas buscam aprimorar a capacidade do sujeito de perceber. Também compreendemos que o próprio corpo constrói os sentidos e sensibilidades. Segundo Márcia Tiburi (2005), o sentimento é algo mais íntimo, no qual muitas vezes não se pode comunicar; ele faz parte da intuição e do poético. Por isso, os/as artistas criam modos de expressão que possam traduzir esses sentimentos. Já as sensações são aquelas que podemos conhecer por meio dos tradicionais cinco sentidos, mas igualmente de reconhecer que o corpo é, em si, um lugar de conhecimento. Via essa que faz com que conheçamos nosso corpo, o outro e o mundo. E por fim a sensibilidade, como “a capacidade de

perceber e interpretar as nossas sensações” (TIBURI, 2005, s/n). Tanto Tiburi (2005) quanto Terra (2011) enfatizam que a sensibilidade pode e deve ser apreendida, construída e trabalhada. Muitas vezes perdemos a capacidade de sentir, colocando a razão acima dos demais saberes. Na pandemia, foi evidente a importância da sensibilidade para suportar o contexto que vivíamos, e com isso produzir práticas sensíveis de movimento.

Desse modo, para que a espera pela volta à presencialidade não significasse uma paralisia dos corpos, das sensações, fomos para o movimento, mesmo que no espaço reduzido em que estávamos - as primeiras práticas foram em cadeiras, em frente às telas -, compreendendo que “a dança revelou-se, no atual contexto, como uma necessidade de vida, de força e de luta para ressignificar o presente” (MILLER, LASZLO, 2020, p. 107).

Acreditamos, assim, que as práticas sensíveis de/em movimento, realizadas ao longo do período, podem ser consideradas como cuidado de si. Esse conceito foi discutido pelo filósofo Michel Foucault ao estudar a cultura greco-latina, no que tange o período de V a.C. aos séculos IV-V d.C. Nestas pesquisas Foucault descobriu que as práticas de si foram aos poucos se convertendo em uma cultura do cuidado de si. Segundo o autor, em *A Hermenêutica do Sujeito*:

Temos, pois, com o tema do cuidado de si, uma formulação filosófica precoce, por assim dizer, que aparece claramente desde o século V a.C. e que até os séculos IV-V d.C. percorre toda a filosofia grega, helenística e romana, assim como a espiritualidade cristã. Enfim, com a noção de epiméleia heautoû, temos todo um corpus definindo uma maneira de ser, uma atitude, formas de reflexão, práticas que constituem uma espécie de fenômeno extremamente importante, não somente na história das representações, nem somente na história das noções ou das teorias, mas na própria história da subjetividade ou, se quisermos, na história das práticas da subjetividade (FOUCAULT, 2010, p. 12).

Em uma aproximação que fazemos com os escritos de Foucault (1992) acerca do cuidado de si, compreendemos que este possa se constituir como uma experiência não só filosófica, mas que possibilita ao sujeito uma relação de si consigo, e portanto, com o mundo. E, por isso mesmo, viabiliza práticas e saberes com intuitos de intensificar e acolher as subjetividades. Já que o cuidado de si é também a história da subjetividade, do modo como as pessoas foram se relacionando consigo e com os outros desde as primeiras civilizações.

Como práticas de cuidado de si podemos citar a escrita, a meditação, a contação de histórias; práticas essas que convocam o (nosso) corpo a se intensificar. Assim o cuidado de si,

também tomou a forma de uma atitude, de uma maneira de se comportar, impregnou formas de viver; desenvolveu-se em procedimentos, em práticas e em receitas que eram refletidas, desenvolvidas, aperfeiçoadas e ensinadas; ele consistiu, assim, uma prática social, dando lugar a relações interindividuais, a trocas e comunicações e até mesmo a instituições; ele proporcionou, enfim, um certo modo de conhecimento e a elaboração de um saber. (FOUCAULT, 2014, p. 58).

Ao longo de sua produção, Foucault propõe também que o cuidado de si serviria para medir e confirmar a independência do que se era capaz a respeito do que não fosse indispensável e essencial à vida e, ao mesmo tempo, uma certa forma de atenção, de olhar, de converter o olhar do exterior para si mesmo, apontando para uma dimensão ética e política: “Assim, um cuidado ético e político para consigo e os demais pode, e deve, se fazer presente e em possibilidades de traçar caminhos juntos, em prol de uma coletividade” (GOMES; FERRERI; LEMOS, 2018).

Nessa linha, entendemos que as práticas de cuidado de si dentro do grupo foram significativas, já que proporcionaram a nós elaborar formas de saber sensíveis, e que não necessariamente estariam respondendo por hipóteses ou pesquisas pré-formuladas. Também acreditamos que o cuidado de si, abordado em nossa contingência nos permite perguntar: como viver juntos/as hoje numa sociedade partida e individualista? Por isso, há a dimensão política em nosso trabalho, uma vez que estávamos dançando, pesquisando, criando arte, resistindo, sobrevivendo em meio a uma pandemia, em um país governado por negacionistas.

Relatamos, abaixo, as práticas realizadas, nossas descobertas, sensações e registros, ao longo de quase dois anos em que estamos, boa parte do grupo, em trabalho remoto ou com presencialidade parcial e com os encontros de pesquisa ainda sendo realizados de forma virtual.

Criação, experimentação na/com a cadeira

Nossa primeira prática se deu sentada/os na cadeira - nossa grande companheira durante boa parte do isolamento social, pois o tempo que estamos à frente do computador, estamos em uma cadeira. Investigamos inquietações, medos e desejos que sentíamos naquele momento. Utilizamos a cadeira como elemento que mediava aquela experiência do “agora” e, ao mesmo tempo, tentávamos dar um outro significado para esse objeto/cadeira que nos acompanhava na rotina da quarentena. Com a condução de uma das integrantes, buscamos perceber o corpo em suas tensões e dilatações, ao mesmo tempo em que percebíamos o/a outro/a e nos escutávamos.

Fomos construindo movimentos que remetiam às nossas necessidades de diálogos frente à incapacidade dos encontros presenciais. Enquanto experimentávamos, fazíamos escritas sobre nossas sensações, bem como, ao final, anotações acerca desta vivência. Disso, escrevemos palavras-chave em nossos diários de campo: corpo travado; corpo frio; corpo enrijecido; cabeça fervilhando; distopia do tempo; respirar num país irrespirável; tempo estendido; curar nossos corpos; sobreviver os corpos em tempos⁶. Foram algumas das palavras que destacamos entre tantas outras que materializam na grafia, nossas mobilizações geradas pela primeira prática:

Estas primeiras escritas eram entendidas como rastros do movimento: palavras fugidias, como o movimento efêmero, palavras-dançadas ou desenhos-dançados, que nos diziam do momento presente, ou seja, uma escrita corporificada “[...] registra, por escrito, as formas sutis que o corpo responde à experiência e imbui sua escrita com a rica textura sensorial dessa experiência⁷” (ANDERSON, 2002, p. 41), ou que nos lembravam das investigações anteriores. (SANTOS; BALDI; MINELLO, SCHIRMER, 2021, p. 4-5)

Conversamos sobre isso. Exercemos uma escuta do que tínhamos sentido antes, durante e depois do procedimento e uma partilha. Tendo em mãos estas escritas e as sensações, nos permitimos reverberá-las nos dias seguintes. Gravamos nossas reverberações e mandamos para o grupo, pelo celular e drive. E, como uma onda, o envio dos primeiros vídeos passou a estimular os/as demais a também dançarem e registrarem. Nossas escritas de movimento e no papel derivaram também em um texto que compomos em coletivo, que foi lido e gravado unindo-se aos vídeos, criando, assim uma obra-experimento gravada.

Fica evidente que nossas investigações partem de uma prática sensível, mas também sob o ponto de vista de uma pesquisa guiada pela prática, ou seja, “começar a praticar para ver o que emerge” (HASEMAN, 2015, p. 44). Não provemos resultados prévios, nem objetivos dados *a priori*. Ao passo que fazemos, guiamos nossos corpos a intuir e materializar, imaginar, criar os produtos e processos dessas ações. Trata-se de um pensar/fazer compartilhado e formulado, no momento presente. Aquilo que Brad Haseman (2015, p. 43-44) destaca:

Tem ocorrido um impulso radical para não somente colocar a prática no âmbito do

⁶ “Sobreviver os corpos em tempos” foi um recorte de nossa investigação apresentada na Jornada Acadêmica Integrada da UFSM em outubro de 2020.

⁷ No original: In writing from this perspective of the body, the writer (or researcher) records in writing the subtle ways the body responds to experience and imbues his or her writing with the rich sensorial texture of that experience (ANDERSON, 2002, p. 41).

processo de pesquisa, mas para guiar a pesquisa através da prática. Originalmente propostas por artistas/pesquisadores e pesquisadores na comunidade criativa, essas novas estratégias são conhecidas como prática criativa como pesquisa, performance como pesquisa, pesquisa através da prática, pesquisa de estúdio, prática como pesquisa ou pesquisa guiada-pela-prática.

Haseman (2015) escreve ainda que as formas como essas pesquisas são colocadas no mundo derivam de linguagens simbólicas e das próprias formas de suas práticas. É por isso que quando experimentamos essa primeira prática nos colocamos a dançar e escrever sobre. Não só palavras, mas desenhos, imagens, traços simbólicos que poderiam possivelmente expressar nosso modo de pesquisar/sentir - assim, a própria prática constitui a pesquisa.

Em outro momento dançávamos e falávamos num só tempo, todos/as juntos/as. Utilizamos as cadeiras. Saímos das cadeiras. Mudamos os níveis espaciais. Ficamos recortados/as nas câmeras. Tentamos também, escutar o/a outro/a. Ver entre-telas o que no corpo do/a outro/a manifestava. E nesse sentido, lembramos que a escuta era um importante saber sensível do/no corpo:

Caminhar observando o espaço. Caminhar deixando-se levar pelo movimento do outro. Caminhar escutando seus próprios passos e os passos dos outros. Sentir a pele que toca o chão. A pele que toca o ar. A respiração, a pulsação e seu caminhar. De olhos fechados, como percebe seu caminhar? E o espaço? E o outro? E o tempo? Nas aulas e nas práticas de dança empenhadas nessas investigações, inúmeros procedimentos estão destinados a convulsionar e/ou plastificar (dar plasticidade) as relações intersensoriais. (TERRA, 2011, p. 178).

Segundo Terra (2011), essas e outras percepções vão adensando as camadas que compõem os saberes sensíveis e o modo como damos essa “plasticidade” não só às práticas, mas às inter-relações consigo e com o outro.

Entre o mundo externo e o interno

Passados seis meses de pandemia, muitas das atividades econômicas já haviam sido liberadas, assim como algumas de lazer - como o uso de parques e praças. Aos poucos começamos também a sentir a necessidade de outro tipo de encontro consigo e com o/a outro/a, de uma conexão interna-externa diferente. Continuávamos não podendo nos encontrar

presencialmente - a Universidade segue com atividades preferencialmente remotas⁸ - e muitos/as também não estavam na mesma cidade. Como seria, então, sairmos de nossas moradias? Sentimos a necessidade de produzir contatos com o ambiente externo, próximos à natureza, já que nos sentíamos presos/as em casa e limitados/as. Precisávamos “furar a bolha”, mesmo com medo do vírus:

É preciso, primeiro, combater o medo da morte. Para tanto, dois requisitos essenciais, a recusa da passividade e o conhecimento do ‘inimigo’. Quanto mais activos, mais aptos, mais fortes para afastar o medo. Se bem que o medo acorde a lucidez, e neste sentido possa ser benéfico, sabemos que ele encolhe o espaço, suspende o tempo, paralisa o corpo, limitando o universo a uma bolha minúscula que nos aprisiona e nos confunde. Comunicar com os outros e com a comunidade é furar a bolha, alargar os limites do espaço e do tempo, tomar consciência de que o nosso mundo se estende muito para além dos quartos a que estamos confinados (GIL, 2020, s.n.)

Nesse sentido, queríamos ir além, escapar de nossas rotinas, sem ignorar os fatos que se apresentavam acerca do medo e do “inimigo”. Ao contatarmos com o ambiente externo fomos inspirados/as pela canção Roda Viva, de Chico Buarque de Holanda (1967):

Tem dias que a gente se sente
 Como quem partiu ou morreu
 A gente estancou de repente
 Ou foi o mundo então que cresceu
 A gente quer ter voz ativa
 No nosso destino mandar
 Mas eis que chega a roda-viva
 E carrega o destino pra lá
 Roda mundo, roda-gigante
 Rodamoinho, roda pião
 O tempo rodou num instante
 Nas voltas do meu coração

⁸ O segundo semestre de 2021 encerrou-se em 25 de fevereiro e foi totalmente remoto. Aulas práticas represadas foram autorizadas a serem realizadas a partir de outubro de 2021, mas não ocorreram na Dança-Licenciatura (UFSM).

A partir dessa música fomos convidados/as a escolher um espaço em meio à natureza (ver Figura 1 e 2, abaixo), para também nos permitirmos ao novo, já que havia um ano que não ousávamos pensar aquele como um espaço possível em nossos cotidianos. Disso, experimentamos estratégias que o corpo que somos compôs para contemplar as percepções nessa relação entre o externo e interno. E que, “[...] instalam o corpo em outro espaço, fazem-no entrar em um lugar que não tem lugar diretamente no mundo, fazem deste corpo um fragmento de espaço imaginário que se comunicará com o universo das divindades ou com o universo do outro” (FOUCAULT, 2013, p. 12).



Figura 1: Integrantes do Grupo de Pesquisa fazendo práticas entre o ambiente externo.

Fonte: Dos/as autores/as.



Figura 2: Integrantes do Grupo de Pesquisa fazendo práticas entre o ambiente externo.

Fonte: Dos/as autores/as.

Assim, fomos atravessados/as por práticas que permitiram aos corpos dançar, reinventar e acordar seus estados de atenção e sensação, compusemos um mosaico de pequenas partituras dançantes nas quais percebemos a íntima relação com as cinesferas⁹ de cada integrante. Embora, externos/as ao mundo, sentimos, em nossas movimentações, algo que reduzia e nos cercava, produzindo nas cinesferas uma força física de expansão e retenção. Ou seja, o corpo queria expandir, mas o peso (medo) do mundo pandêmico exercia uma intenção de compressão, de enclausuramento.

Nosso medo era distante e ao mesmo tempo próximo. Visível, mas impalpável. Através dos movimentos, o medo ganhou corpo, mas não de uma forma negativa. Passamos a dançar, permitindo que tais sentimentos fossem aceitos e percebidos como parte do processo que nos movia. Essa pesquisa agiu em nós, assim como um organismo reage a um “intruso”: formando anticorpos para uma possível cura¹⁰. Nos mover ajudou a nos imunizar contra nossos temores e conseguir pensar em outras perspectivas e possibilidades.

Isso posto, entendemos que essas práticas constituem saberes que são desenvolvidos metodologicamente por elas próprias, ou seja, pelo seu caráter de pesquisa performativa, alimentada e gerada pela prática dos/as artistas-pesquisadores/as-performativos/as (HASEMAN, 2015). E que parece ser a mais apropriada para uma pesquisa em arte, que é também feita no/com o corpo em movimento.

Escreverdançando e dançarescrevendo

A partir das práticas sensíveis anteriores e de nossas escritasdançantes¹¹ produzidas com elas - nos diários de bordo - fizemos um terceiro movimento, o de apostar na escritadançante para dançarescrevendo. Ou seja, um movimento inverso ao que vínhamos produzindo até o momento: dançávamosescrevendo e agora escreveríamosdançando. A proposição era que nossas escritasdançantes se reverberam em dançasescritas e vice-versa, tendo as seguintes perguntas

9 Esfera imaginária que delimita o espaço pessoal.

10 “Anticorpos para uma possível cura” foi um recorte da nossa investigação apresentada no II Seminário Internacional Artes da Cena e Práticas Contemplativas em maio de 2021.

11 Propomos um anelo artístico-científico a partir de Fernandes (2013), para uma melhor compreensão das relações entre teoria e prática - dança e escrita. Por isso, escritadançante, dançarescrevente e escrituradançada, entre outros neologismos relacionados a essas duas ações: dançar e escrever.

norteadoras: O que a dança do/a outro/a nos provoca? Que danças produzimos a partir de outras danças? Que escritas produzimos ao ver o/a outro/a dançar? Como é dançar para uma carta sendo escrita, para uma carta imaginada? Como a escrita do/a outro/a afeta o nosso movimento? Como é escrever a partir da carta dançada? Como nosso movimento dançado produz uma escrita do/a ou para o/a outro/a? “Compreendemos, então, as escritas como potências: a escrita no papel potencializando o movimento e o movimento interferindo na escrita no papel” (SANTOS; BALDI; MINELLO; SCHIRMER, 2021, p. 3).

Começávamos nossas escritasdançantes a partir de uma espécie de “aquecimento sensível”, para nos conectarmos conosco e com o grupo. Depois dele, partíamos para a escritadançante de cartas, compreendendo que elas se aproximam da função dos: “[...] *hypomnêmatas*, mas nelas o/a escritor/a se faz presente, se mostra ao outro. Ao mesmo tempo em que se mostra, lança um olhar para o/a destinatário/a, pois aconselha-o por meio de seus próprios apontamentos.” (VALLE, 2012, p. 288).

Para Foucault (1992) a carta é uma narrativa de si, já que implica uma abertura de si ao/à outro/a em um trabalho que é efetuado tanto pelo/a escritor/a como pelo/a destinatário/a, a partir do exercício do pensamento, do ócio, da convivência, da meditação, da leitura, ou, propriamente, da elaboração da narrativa a si que envia ao outro. E nesse sentido, podemos aproximar a carta como um possível exercício de cuidado de si.

Acreditamos que cada escritadançante e cada dançaescrivente trazia singularidades pessoais e o modo como cada um/a encara a realidade, visto que

Cada pessoa ordena e nomeia aquilo que vê, que escuta e que toca através de um sistema próprio de significados. Cada uma tem sua visão singular de mundo; só ela vê o mundo como ela o vê. As pessoas aprendem a avaliar os seus corpos através da interação com o ambiente, com os outros, na relação e na projeção com os seus semelhantes (HOFFMANN, 2019, p.43).

Escrevemos cartas para pessoas externas ao Corpografias, que deviam ser dançadas a partir do que o/a observador/a captava do movimento do/a outro/a durante a escrita; produzimos cartas para nossos/as colegas de grupo lerem e dançarem; criamos cartas para o coronavírus e dançamos nossas cartas e, por fim, criamos cartas para nossas danças gravadas.

Ao longo do tempo, compreendemos que a escritadançante das cartas era também um processo de cura:

Nestes tempos de isolamento, sinto falta de ti, do teu toque ao vivo, do dançar junto. De sair do meu abraço, de percorrer outros braços. Acredito que nossos encontros no grupo têm possibilitado abrir algumas vias sensíveis para trabalhar a partir do corpo. Não só numa ideia de movimento desenfreado, mas a pausa, a imagética, a escrita e os próprios compartilhamentos de práticas entre os participantes. Mesmo limitados/as seguimos investigando modos possíveis de escrever e dançar. De pesquisar, de imaginar e criar. Tarefa difícil, pelo menos quando vemos que a realidade é nada criativa ou sensível. (SANTOS; BALDI; MINELLO; SCHIRMER, 2021, p. 7).

Este “corpo que é morada (habitação)”, não se faz só (ZANELLA; BORGES; PERES, 2019, p. 15). Percebemos que, apesar das singularidades individuais e de uma dança entre-telas individual, necessitamos e produzimos coletivamente. Desse modo, as cartas escritas e dançadas ou vice-versa constituíram também uma prática e saber de cuidado de si.

Danças escritas do/no/com o tempo

Nossa última investigação versou sobre o tempo: dançamos e depois desenhamos como lidamos com o tempo em espaço-temporais distintos. Pensar no passado, presente e futuro: quem eu era, o que fazia, quais as ações me moviam no passado e presente e como me vejo no futuro. Depois, investigamos o tempo a partir da canção Tempo Perdido (1985), sua letra e melodia, dançamos esta música. E discutimos um texto sobre o tempo (CANABRAVA, 2007).

Durante esses encontros sobre o tempo, percebemos que o tempo-espaço e o espaço-tempo são móveis. Como é olhar para o passado e pensar no que eu fiz, olhar para o passado e perceber que muito do que fiz me constitui no que sou. Dançar o passado no presente, presentificar o passado... Como é pensar no presente? A gente pensa presentemente ou pensa futuramente no presente? Refletir sobre o presente e perceber que ele também é o passado. Os movimentos de outrora se dão novamente hoje... E o futuro que se apresenta neste presente é também o presente do passado, é também o movimento que veio, mas será um movimento vindouro. E ao fim e ao cabo o ontem é o hoje e o amanhã.

Como diz Canabrava (2007, s.n.):

Por estarmos demasiadamente habituados a pensar em termos de presente, de acontecimentos atuais, numa lógica linearizada e dialética, enfileiramos os fatos. Essa lógica tem dificuldade em admitir que o presente foi e que o passado não se esgota no era. Ao contrário, o passado se conserva. É difícil pensar que o passado é, produzindo uma narrativa não-orgânica, na qual não há linha divisória fixa, e, por isso, como na vida, *existem* falsos passados, múltiplos passados, presentes suspensos, diversos futuros, séries que concordam entre si, mas não com o todo.

Conclusões provisórias

Não trazemos aqui conclusões definitivas, pois temos vivido nossa prática como pesquisa pandêmica ao som, tempo-espaço do que a pandemia nos permite..., mas temos, ao longo desse período, percebido algumas questões. Talvez a primeira seja o reforço do entendimento do paradigma da prática como pesquisa (HANSEMAN, 2015), sobretudo em como as ferramentas, meios e pesquisas são produzidas/inventadas a partir desse engajamento da e com a prática. Não se trata de utilizar a prática somente como ferramenta, ou ainda, elaborar práticas que ilustram uma investigação, mas, por outro lado, como a própria prática de pesquisar e vice-versa constitui um outro paradigma de pesquisa nas artes da cena. E por via disso, gera resultados, dados, escritas simbólicas, modos outros de expressar uma pesquisa-guiada-pela-prática ou uma prática-como-pesquisa.

Todavia não estamos falando de qualquer prática, mas aquela que tem como centro o corpo e suas potencialidades. Nossas práticas sensíveis foram “potencializadoras do movimento e da pesquisa somático-performativa como uma metodologia que conversa com a dança e permite a construção de práticasteorias” (SANTOS; BALDI; MINELLO; SCHIRMER, 2021, p. 8).

Foucault (2014; 1992) desenvolveu longas pesquisas alcançando o conceito de cuidado de si no retorno que fez aos estudar os gregos. Assim:

A noção do cuidado de si era fundamentada no grego pela ideia de epimeleia heautou. Era considerada uma atitude geral, uma forma de atenção ou de algumas ações pelas quais nós, como seres humanos, nos assumimos, nos modificamos, nos purificamos, nos transformamos e nos transfiguramos. Tratava-se de um conjunto de preceitos e práticas que funcionavam como exercícios, definindo os destinos na história da cultura, da filosofia, da moral e da espiritualidade ocidentais. Para Foucault, exercício e meditação orientavam o sentido geral da noção de epiméleia heautou. Designavam certas práticas, tais como a memorização do passado, o exame de consciência e as representações conferidas ao espírito, para citar alguns exercícios estudados por Foucault referentes ao cuidado de si. (WANZELER, 2011, p. 11-12).

Aqui, portanto, tentamos elaborar alguns exercícios que se aproximam de uma filosofia elástica do cuidado de si com o intuito de refletirmos sobre nossa existência hoje. Ou seja, um modo de ser-estar, viver-existir entre uma pandemia global. Desse modo, os enunciados aqui postos não almejam comparar-se às primeiras práticas de cuidado de si investigadas por

Foucault, mas revisitá-las ao nosso modo e aproximadas nas circunstâncias de nossas investigações.

Percebemos, ao longo desta investigação em processo, o quanto elaborar práticas e saberes sensíveis nesse período tornou-se também uma prática política de ressignificar o presente e o modo como nos movemos, permitindo que (sobre)vivêssemos à pandemia e continuássemos pesquisando. Em um país que não valoriza a educação, a ciência, e a arte, continuar, mesmo na adversidade, é um ato de resistência. Em um país em que milhares de pessoas morreram de covid, por descaso do governo, sobreviver à pandemia e seguir produzindo arte e ciência, é um ato de resistência.

Entendemos ao longo desta pesquisa que, sim, dança e escrita são afins; uma potencializa a outra. Não apenas os exercícios de escritas performativas nos possibilitaram escreverdançando e dançarescrevendo, como também a prática do uso do diário de bordo. Consideramos dança e escrita como emergentes e essenciais às práticas sensíveis, a partir de um trabalho guiado pela prática, pois esse pode gerar novas formas de pesquisar e gerar conhecimentos nas artes. Também destacamos o quanto esse trabalho gerou aberturas para os/as pesquisadores/as somático-performativos/as desenvolverem outras habilidades sensíveis para ressignificar o momento que viviam e como tal as pesquisas que estavam sendo feitas. Permitindo perguntar-nos como é possível pesquisar-viver juntos/as hoje?

E, desse modo, concluímos que nossas escritasdançantes, aqui produzidas, além das dançasescritas desenvolvidas ao longo deste período pandêmico, foram uma tentativa de sobrevivência, mas que colaboraram para explorar e compreender, ainda mais, a prática como pesquisa nas artes da cena e o/a pesquisador/a somático-performativo/a.

Referências

ANDERSON, Rosemarie. Embodied writing: Presencing the body in somatic research, Part I, What is embodied writing? **Somatics**, Novato, v. .8, n. 4, p. 40-44, spring/summer, 2002.

BALDI, Neila Cristina.; SANTOS, Oneide Alessandro dos; MINELLO, Daniela.; SANTOS, Cinara Neujahr dos. Dançarescrevendo corpografias de uma pandemia. **Urdimento - Revista de Estudos em Artes Cênicas**, Florianópolis, v. 1, n. 40, p. 1-31, 2021. DOI:

10.5965/1414573101402021e0302. Disponível em:
<https://www.revistas.udesc.br/index.php/urdimento/article/view/19432> Acesso em: 3 fev.
2022.

BUARQUE, Chico. **Roda viva**. Chico Buarque de Holanda (1967), volume 3. Disponível:
<https://www.youtube.com/watch?v=IIgtW0wLSTQ> Acesso: 10 jan 2021.

CANABRAVA, Vera Lúcia Giraldez. A recusa do tempo e suas implicações na subjetividade.
Psicol. cienc. prof., Brasília, v. 28, n. 2, p. 330-343, jun. 2008.

GIL, José. **O medo**. Público [ensaio]. 2020. Disponível em:
<https://www.publico.pt/2020/03/15/sociedade/ensaio/medo-1907861> Acesso em: 25 de mar.
2021.

FERNANDES, Ciane. Quando o Todo é mais que a *Soma* das Partes: somática como campo
epistemológico contemporâneo. **Rev. Bras. Estud. Presença**. Porto Alegre: v. 5 (n. 1), 2015,
p. 9-38.

FERNANDES, Ciane. Em busca da escrita com dança: algumas abordagens metodológicas de
pesquisa com prática artística. **Dança**, Salvador, v. 2, n. 2, p. 18-36, jul./dez. 2013.

FOUCAULT, Michel. **Subjetividade e verdade**: cursos no Collège de France (1980-1981).
São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2016.

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade III**: o cuidado de si. São Paulo: Paz e Terra,
2014.

FOUCAULT, Michel. **O corpo utópico**: as heterotopias. São Paulo: n-1 Edições, 2013.

FOUCAULT, Michel. **A hermenêutica do sujeito**. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2010.

FOUCAULT, Michel. **A escrita de si**. In: FOUCAULT, Michel. O que é um autor? Lisboa: Passagens. 1992. p. 129-160.

GOMES, Marcel Maia; FERRERI, Marcelo; LEMOS, Flávia. O cuidado de si em Michel Foucault: um dispositivo de problematização do político no contemporâneo. **Fractal – Revista de Psicologia**, v. 30, n.2, May-Aug, 2018. DOI: <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v30i2/5540> Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fractal/a/HDPxLw3pNsbmmZPLdnx6BRk/?lang=pt> Acesso: 21 jul. 2022

HANNA, Thomas. What is somatics? **Somatics: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences**, V. 4-6, p. 1986/88. Disponível em: < <http://somatics.org/library/htlwis4.html>> Acesso em 06 out. 2013

_____. The field of somatics. **SOMATICS: Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences**, Volume I, No. 1, Oton 1976

HASEMAN, Brad. **O manifesto pela pesquisa performativa**. IN: Resumos do 5º Seminário de Pesquisas em Andamento PPGAC/USP. (Org.) SILVA, Charles Roberto; et al. São Paulo: PPGAC-ECA/USP, 2015.

HOFFMANN, Carmen. O corpo presente. IN: ZANELLA, Andreza Kemel; PERES, Lúcia Maria Vaz (Orgs). **Memórias do corpo biográfico: como elas habitam em nós?**. São Leopoldo: Óticos, 2019.

MILLER, Jussara.; LASZLO, Cora Miller. Corpos em conexão, corpos em presença. **Mansoa: Revista de Pesquisa em Artes Cênicas**, v. 3, n. 2, p. 95-116, 24 nov. 2020.

RUSSO, Renato. Tempo Perdido. Legião Urbana (1985). Disponível em: < <https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=2hr7Uqu6G80>> Acesso: 13 jan 2022.

SANTOS, Oneide Alessandro dos; BALDI, Neila; MINELLO, Daniela; SCHIRMER, Emanuele. Uma carta para uma dança ou uma dança para uma carta? **Anais...** 27º Seminário Nacional de Arte e Educação. Montenegro: Editorada FUNDARTE, p.01-09, 2021. Disponível em: <http://seer.fundarte.rs.gov.br/index.php/Anaissem/issue/currentem30denovembrode2021> Acesso: 25 jan. 2022.

TERRA, Ana. Saberes sensíveis no trânsito somático-dançante. In: WOSNIAK, Cristiane; MARINHO, Nirvana (Orgs.). **Seminários de Dança. O Averso do Averso do Corpo Educação Somática como práxis**. Joinville: Nova Letra, 2011, p. 163-183.

TIBURI, Márcia. O Que É Sensibilidade? IN: **Márcia Tiburi**. Disponível em: <http://www.marciatiburi.com.br/textos/sensibilidade.htm> Acesso em 19 de jan. 2021.

VALLE, Flávia Pilla do. O cuidado de si para pensar a criação em dança. In: ICLE, Gilberto (org). **Pedagogia da arte: entre-lugares da escola**. V.2. Porto Alegre: UFRGS Editora, 2012. p.279-292.

ZANELLA, Andrisa Kemel; BORGES, Alexandre da S; PERES, Lúcia Maria Vaz. O que o corpo revela ao ser narrado?. IN: ZANELLA, Andrisa Kemel; PERES, Lúcia Maria Vaz (Orgs). **Memórias do corpo biográfico: como elas habitam em nós?**. São Leopoldo: Oikos, 2019.

WANZELER, Murilo Cunha. **O cuidado de si em Michel Foucault**. 2011. 127p. Dissertação (Mestrado em Filosofia) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB, 2011.