



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
DEPARTAMENTO DE ARTES E HUMANIDADES
CURSO DE DANÇA**

Aria de
Experiência Transcendental e Aspectos Neurofisiológicos

Maria de la Paz Collao Collao.

Viçosa, 2020

Maria de la Paz Collao Collao

ESTADO DE TRANSE NA DANÇA
Experiência Transcendental e Aspectos Neurofisiológicos.

Monografia apresentada ao Curso
de Dança da Universidade Federal
de Viçosa como requisito para a
obtenção do título de Bacharel em
Dança.

Viçosa- MG
2020

Assinatura da Banca Examinadora na Defesa do Trabalho de Conclusão de Curso do estudante Maria de La Paz Collao Collao, matrícula 85640.

Título: “Estado de Transe na dança: Experiência Transcendental e Aspectos Neurofisiológicos”



Profa. Dra. Evanize K. Siviero Romarco (Orientadora) - Curso de Dança - UFV



Profa. Dra. Maria Veranilda Soares Mota – Dpto. De Educação - UFV



Jussara Braga Bastos – Mestre em Dança - UFBA

Viçosa, 30 de outubro de 2020.

What' going through your mind when you're dancing?
Not thinking, think it's the bigger mistakes a dancer could make.. You have to feel...

Michael Jackson.

O que você pensa quando está dançando?
Não estou pensando, pensar é o maior erro que um dançarino pode cometer,
Você tem que sentir ...

AGRADECIMENTOS

Com um certo ar de arrogância típico da juventude, pensei ter escolhido a dança. Hoje, percebo que foi Ela quem me escolheu.

Graças à Dança por me privilegiar com seus milagres .. todo eles, que dão sentido à minha vida.

Graças à Deus, por ter me dotado de talento e inteligência para enfrentar a vida e mundo.

A minha mãe, por ter feito sempre, tudo o que estava ao seu alcance por mim. Mas principalmente por ter me ensinado o valor da Liberdade.

A minha irmã por existir, e ser uma estrela brilhando na escuridão da noite para mim. Por me apoiar e trabalhar comigo ao encontro de nossas Artes. Obrigada por sua música, sua fotografia e sua forma de ver o mundo.

A minha amiga e designer Andrea Gallardo Diaz, por me dar forças e acreditar em mim eternamente. Por tanto carinho e acima de tudo, por sonhar junto comigo.

A minha família brasileira Santos - Silva, por ter sido meu suporte, me entregar o amor que precisei e por me dar forças para ir em frente.

A minha professora Orientadora Evanize Siviero Romarco, pelo conhecimentos entregue e por me ajudar a organizar as ideias para desenvolver esta pesquisa. Ainda, por me forjar como ser humano, sempre me ajudando ser melhor.

A professora Maria Veranilda Motta, coordenadora do Grupo de Estudos de Neurociências GENE, Universidade Federal de Viçosa. Por acreditar neste projeto e sobre tudo nas minhas capacidades, por me dar força e equilíbrio sempre.

Por aceitar ser parte da banca.

A professora Jussara Braga Bastos, por aceitar ser parte banca.

Ao psicólogo Felipe Lisboa, por aceitar participar como suplente.

Ao professor, médico neurologista do Departamento de Medicina da Universidade Federal de Viçosa, Vanderson Esperidião, por seus aportes com as Neurociências e por ter me instigado a pesquisar nesta área.

A professora Izabel Regina dos Santos Costa Maldonado, Departamento de Ciências Biológicas da Universidade Federal de Viçosa, por ter me dado o arcabouço deste trabalho.

A todos os profissionais da Dança que se dispuseram a participar desta pesquisa:

Doris Dornelles , Rodrigo Pederneiras, Silvia Gaspar, Vanilton Lakka, Michelle Bittencourt, Ricarlos França Heleno, Isabella Martins, Luis Fernando Gomes Coelho, Bernardo Colli, Vivian Menjivar, Caio Fillype Figueiredo, Amaya Paloma, Kamalasky Devi Dasi, Manjhari Devi Dasi, Kana Nakao, Cesar Morales Anderson, Luis Antonio Baeza, Carolina Rivera, Aisha Fontemaggi.

Claudette Sant'Anna , Claudio Renato.

Agradecimento especial ao músico chileno Pedro Marambio Bello e o coreógrafo indiano Jagathesan Swarimuthu, por ter colocado em mim a semente das Artes Clássicas da Índia e me fazer redescobrir esta caminhada de eterno aprendizado na vida da Dança .

SUMÁRIO

1.- Introdução.....	12
2.- Objetivos.....	15
2.1. Objetivo geral.....	15
2.2. Objetivos Específicos.....	15
3.- O Transe: um Estado de Consciência Alterado	15
3.1- O Transe e o corpo.....	22
3.2- Aspectos Neurofisiológicos do Transe.....	25
- 3.2.1- Anatomia Funcional do Sistema Límbico.....	27
3.3- O Transe e a dança (<i>Dança - Transe - Movimento</i>).....	31
- 3.3.1- Danças ritualísticas.....	32
- 3.3.2- Danças de ordem religioso.....	38
- 3.3.3- Danças Espetaculares.....	47
3.4- Experiência Transcendental.....	59
4.- Metodologia.....	63
4.1. Natureza da pesquisa.....	63
4.2. Participantes.....	64
4.3. Instrumentos da pesquisa.....	65

4.4 Análise e discussão de resultados.....	65
5.- Análise e discussão dos resultados	66
5.1. A relação dos participantes com a dança.....	67
5.2. A percepção de Transe dos bailarinos.....	72
5.3. A vivência do Transe na dança.....	74
6.-Considerações finais.....	76
Referências Bibliográficas.....	79
Apêndice I.....	85
Lista de Figuras	
Figura 1 Anatomia do sistema límbico.....	27
Figura 2 Sistema límbico, mostrando a posição-chave do hipotálamo.....	29
Figura 3 Choike Purrun , dança ritual mapuche.....	34
Figura 4. Durante a Lila ou Derdba Gnaoua, a dança da menta.....	37
Figura 5 Representação de um ritual de Umbanda (Iemanja)	40
Figura 6 Roda no Candomblé (Xirê).....	43
Figura 7 Giro Sufi - Ritual Sama.....	46
Figura 8 Birmingham Royal Ballet - Cesar Morales Anderson, bailarino principal.....	49
Figura 9 Grupo Corpo, Coreógrafo: Rodrigo Pederneiras.....	50

Figura 10 Hatem Hamdy (Tommy King), bailarino no palco egípcio.....	52
Figura 11 <i>Raks al Saif</i> , Dança da Espada. bailarina : Aisha Fontemaggi.....	54
Figura 12 Bharatanatyam Dance : bailarina e coreógrafa Kamalakshi Rupini.....	56
Figura 13 Odissi Dance - bailarina: Manjari Devi Dasi.....	59

Lista de Gráficos

Gráfico 1 Os participantes quando iniciaram na dança. (Fonte: da autora).....	68
Gráfico 2 Definição dos participantes sobre o que é Transe.....	72
Gráfico 3 Estado de Transe percebido pelo público quando os participantes dançam.....	73
Gráfico 4 Relação do Transe a um tipo específico de dança	74
Gráfico 5 Vivências dos participantes com o Transe na dança.	75
Gráfico 6 Frequência vivência do estado de Transe na dança dos participantes.....	76

Resumo

Este estudo tem como objetivo geral investigar a temática do Transe, por ser um aspecto inerente à Dança, procurando entender a percepção do bailarino a respeito do mesmo, e dialogar com as Neurociências, fazendo a relação entre a **Dança-Neurociência**. Como objetivos específicos este estudo procura investigar: quais aspectos neurofisiológicos do Transe; quais regiões do cérebro são ativadas durante o Transe; e analisar a percepção do bailarino em relação ao transe no momento da dança. Esta pesquisa tem caráter qualitativo e de natureza exploratória. Para tanto foi feita uma revisão de literatura relacionada às palavras-chaves – **Dança- Transe - Neurociências - Neurofisiologia** - e uma pesquisa de campo onde foi aplicado um questionário, via online, com 12 perguntas referentes à vivência do Transe na Experiência com Dança a profissionais da área. Os participantes selecionados para esta pesquisa foram 20 Bailarinos profissionais maiores de 18 anos, de ambos os sexos, de diversos países, que praticam diferentes estilos de Dança, entre estes, Balé Clássico, Dança Contemporânea, Dança do Ventre, Dança Indiana e Danças folclóricas. Primeiramente o trabalho foi analisado e discutido a partir do Estudo Bibliográfico, baseado em autores que têm pesquisado na temática do Transe, com perspectiva na História, Antropologia, Neurofisiologia e Análise do movimento da dança. Para analisar os resultados, os dados obtidos através do questionário aplicado foram organizados através de matrizes de análise estatística e de conteúdo. Mediante a metodologia de trabalho e a coleta de dados, bailarinos puderam refletir sobre o tema em relação a sua vivencia personal. Desta forma foi possível conhecer a percepção do bailarino a respeito do Transe, além de ser uma experiência individual (mesmo sendo vivida no coletivo) é, uma experiência profunda e espiritual, dificilmente definível com palavras. O Transe, pode ser catalogado como um estado anormal de vigília, em que uma pessoa não é auto-consciente e completamente sem resposta a estímulos externos, pode ser definido, também, como um estado psicofísico, um estado de espírito que está sendo causado por laços cognitivos. Transe e Dança estão intimamente ligados, mas ao mesmo tempo eles podem acontecer de forma individual. Por meio da revisão bibliográfica, foi possível atingir, identificar e analisar os aspectos neurofisiológicos, ou seja, as regiões do cérebro, ativas durante o Transe e entender como acontece e se manifesta no corpo. Por ser o Transe um assunto a ser analisado desde diversas áreas de pesquisa, existe então, uma possibilidade concreta de ligar-se às pesquisas das Neurociências com a Dança.

Palavras-Chaves: Dança; Transe; Neurociências; Neurofisiologia

Abstract

This study has the general objective of investigating the theme of Trance, as it is an inherent aspect of Dance, seeking to understand the dancer's perception of it, and also to dialogue with Neurosciences, making the relationship between Dance-Neuroscience. As specific objectives this study seeks to investigate: which neurophysiological aspects of Trance; which regions of the brain are activated during Trance; and analyze the dancer's perception of Trance at the moment of the dance. This research is qualitative and exploratory in nature. To this end, a literature review related to the keywords - Dance- Trance - Neurosciences - Neurophysiology and a field survey was carried out, where a questionnaire was applied, via online, with 12 questions regarding the experience of Trance in the Experience with Dance to professionals in the area. The participants selected for this research were 20 professional dancers over 18 years old, of both sexes, from different countries, who practice different styles of dance, among them, Classical Ballet, Contemporary Dance, Belly Dance, Indian Dance and Folk Dances. First, the work was analyzed and discussed based on the Bibliographic Study, based on authors who have researched on the theme of Trance, with a perspective on History, Anthropology, Neurophysiology and Analysis of the movement of dance. To analyze the results, the data obtained through the applied questionnaire were organized through matrices of statistical and content analysis. Through the work methodology and data collection, dancers were able to reflect on the theme in relation to their personal experience. In this way it was possible to know the dancer's perception of Trance, in addition to being an individual experience (even if lived in the collective), it is a deep and spiritual experience, hardly definable with words. Trance, can be categorized as an abnormal state of wakefulness, in which a person is not self-conscious and completely unresponsive to external stimuli, can also be defined as a psychophysical state, a state of mind that is being caused by cognitive ties. Trance and Dance are closely linked, but at the same time they can happen individually. Through the bibliographic review, it was possible to reach, identify and analyze the neurophysiological aspects, that is, the brain regions, active during Trance and understand how it happens and manifests itself in the body. As Transe is a subject to be analyzed from several research areas, there is, then, a concrete possibility to link up Neuroscience research with Dance.

Key words: Dance; Trance; Neuroscience; Neurophysiology.

INTRODUÇÃO

A Dança é uma expressão artístico- cultural, onde o movimento do corpo humano é a chave principal.

Desde os primórdios da humanidade, durante a era do Paleolítico (9000- 8000 a.C) a Dança vem fazendo parte da nossa história, revelando-nos a sua importância para a sociedade, sendo parte da idiosincrasia de um povo, sua identidade e sua cultura.

A expressividade do corpo e a comunicação por meio dele, inicialmente se manifesta através das danças primitivas e mais tarde, por meio de diversos rituais como por exemplo da Fertilidade (5.000 a.C, Egito), de nascimento ou morte. Sem deixar de lado as danças cerimoniais indígenas em diversas regiões do mundo. E também as danças de ordem religiosas, como danças dionisíacas, ditirambo, na Grécia (Século VII a.C – III a.C), as danças indianas (2000 a.C), danças sufis (1166), candomblé, etc. que permanecem em vigor até hoje. Todavia há alguns que asseveram que dança precedeu o homem. Para Curt Sechs e Havelock Ellis, os movimentos considerados dançantes integram a rotina de diferentes espécies, de insetos a mamíferos na aproximação para o acasalamento (BONILLA,1964; PORTINARI, 1989; BOURCIER, 2001).

O escritor Sírio da língua grega Luciano de Samosata, no século II menciona:

“Não deve -se acreditar que a dança é uma invenção dos nossos tempos, nem que nossos avós a viram nascer. Aqueles que falaram desta arte com a verdade afirmam que ela nasceu junto com as coisas, que é tão antiga quanto o amor, mais antigo que os deuses da dança é, de fato, um dos fenômenos mais universais e instintivos que caracterizam o homem, nascido talvez antes da palavra e talvez antes da música, como um meio natural de expressão através de gestos e como estilização de gestos expressivos através do ritmo” (ZULETA 2015, p.2) ¹. (Tradução da autora)

¹ No se debe creer que la danza sea una invención de nuestros tiempos, ni tampoco que nuestros abuelos la han visto nacer, Aquellos que han hablado de este arte con verdad, afirman que nació junto con las cosas. que es tan antigua como el amor, más antigua que los dioses de la danza, es en efecto, uno de los fenómenos más universales e instintivos que caracterizan al hombre, nacida acaso antes que la palabra y tal vez antes que la música, como natural medio de expresión mediante el gesto y como estilización del gesto expresivo mediante el ritmo (ZULETA 2015, p.2).

A dança expressa as necessidades vitais do Ser humano: necessidade de alimentação (caça), do tipo social (matrimônio, comemorações) ou religioso; na Grécia pré - clássica venerava-se em Creta, uma deusa - mãe, identificada à natureza. Acreditava-se que a visão da deusa podia ser obtida através de uma dança circular que levava ao Transe, da mesma forma que os ditirambos ou danças dionisiacas eram consideradas danças frenéticas que induziam ao Transe. (PORTINARI, 1989)

Sem perder nunca seu caráter coletivo, vão se configurando os diversos tipos de danças, até chegar na contemporaneidade e o que hoje em dia se conhece como dança espectacular ou também denominadas danças de concerto.

Registros indicam que foi na Antiga Grécia (Século VII a.C – III a.C) quando a dança começou ser considerada como Arte, a qual se apresentava frente a um público (BONILLA, 1964; BOURCIER, 2001).

Com o passar do tempo o que começou ser considerado como Arte, foi o Balé Clássico que se inicia no Renascimento (século XV- XVI). Esta Arte continuou desenvolvendo-se através dos séculos, aperfeiçoando seus movimentos, sua técnica corporal e sua estética. Transcende no tempo e viaja por diversas culturas, espalhando-se pelo mundo e convertendo-se, assim, em um dos estilos de dança mais antigos e praticados até hoje (BONILLA,1964; BOURCIER, 2001; TACCONE, 2016).

Taccone (2016, p.7), no seu artigo sobre disciplina, técnica e corpo do bailarino , menciona que :

A Técnica do Balé é universalmente reconhecida como uma base sólida para a prática de qualquer outra forma de dança. Os princípios técnicos adquiridos com a prática do Ballet, podem ser aplicados a qualquer outra forma ou estilo de Dança² (Tradução da autora)

Compreende-se assim, a importância do Balé dentro da história da dança, e a utilização da técnica clássica. Contudo, independente do estilo, época, cultura e cenário, a dança é entendida como um fenômeno que se traduz em movimento. É uma linguagem, onde o principal

² La técnica de Ballet es universalmente reconocida como una base sólida para la práctica de cualquier otra forma dancística. Los principios técnicos adquiridos con la práctica del ballet, pueden ser aplicados a cualquier otra forma o estilo de Danza.

instrumento de trabalho é o próprio corpo, em comunhão com o espaço. Mantendo assim, a relação *Corpo - Espaço- Movimento* (FERNANDES, 2006).

Entende-se, então, pela sua trajetória evolutiva que a dança não é só uma questão estética, artística ou cultural, mas é também um movimento que permite evidenciar as experiências emocionais e mentais do ser humano, induzindo desta forma à estados de consciência, experimentados ao longo da história da humanidade, entre esses o Transe.

Para este estudo, focaliza-se esta pesquisa em diferentes formas em que o Transe se manifesta na dança e como os movimentos podem, de uma maneira ou de outra, levar o bailarino a atingir o que alguns autores (PORTINARI, 1989; BOURCIER, 2001) denominam de *Transe* e o que outros (MORINI, 2007; NACHEZ, 2012) chamam de *Estado alterado de Consciência*. Estado em que o corpo é abandonado ao movimento, mantendo a mente sujeita ao presente através do ritmo, produzindo-o de forma natural. Este Estado de Consciência Alterado, por outro lado, apresenta diversos aspectos neurofisiológicos, que podem ser estudados e entendidos através da ciência, principalmente das Neurociências.

Portanto, este estudo tem a finalidade de investigar quais são os aspectos neurofisiológicos do Transe e como este se apresenta na dança. Como também procura entender a percepção do bailarino a respeito deste fenômeno presente na dança.

A partir da vivência pessoal da pesquisadora com a dança, desde a infância até dias atuais, surge a curiosidade de estudar sobre os Estados de Consciência Alterado. Estes (especificamente o Transe) que sendo experimentados por ela mesma ao momento de dançar, no palco interpretando, em sala de aula, em danças rituais ou mesmo em outros momentos de dança livre, provocam nela a necessidade de entender como o episódio do Transe se manifesta.

Principalmente trata-se de compreender o que realmente estaria acontecendo no cérebro quando se está dançando, pois acredita-se de maneira habitual “não pensar em nada”, no entanto, o cérebro está em constante atividade. O que instigaria a investigar e aprofundar sobre a atividade cerebral e os segmentos encefálicos envolvidos durante a experiência de Transe.

Assim ao realizar este estudo, pode-se contribuir tanto para os estudiosos na área da Dança, como da área de Neurociências.

2. Objetivos

2.1. Objetivo geral

Os objetivos gerais deste estudo são:

- Investigar a temática do Transe, por ser este, um fenômeno que ocorre através da dança.
- Procurar entender a percepção do bailarino a respeito do estado de Transe e dialogar com as Neurociências, fazendo assim, a relação *Dança- Neurociência*.

2.2. Objetivos específicos

Como objetivos específicos este estudo procura investigar:

- Quais aspectos neurofisiológicos do Transe;
- Quais regiões do cérebro são ativadas durante o Transe;
- Articular duas áreas diversas tais como Dança e Neurociência;
- Analisar a percepção do bailarino a respeito do Transe na dança.

3. O Transe: um Estado de Consciência Alterado

Falar sobre o Transe é um pouco complexo devido a diversidade de tipos de Transe que existem e em que circunstâncias ele se manifesta. Não é fácil ter uma definição com precisão, de fato, para esclarecer melhor qual tipo de Transe se está mencionando é comum agregar a ele um adjetivo para assim, especificar melhor este estado; por exemplo: Transe Exploratório, Transe Extático, Transe Hipnótico, Transe Mediúnico, Transe de Possessão, etc. (NACHEZ, 2012).

Este fenômeno, segundo a apreciação dos diversos autores tais como Michele Nachez (2012), Luc Heusch (2006), Felicitas Goodman (1974-2003), Rolando Toro (2000), Michael

Winkelman (1986), entre outros, envolve diferentes aspectos tais como: a própria prática deste estado, as posições corporais, relacionados ou não, com rituais e lugar geográfico onde se encontra.

Ao mapear a área geográfica ocupada hoje pelas culturas que conhecem o Transe, é surpreendente a sua extensão.

De acordo com o francês Michel Nachez, doutor em Antropologia professor da Universidade de Strasbourg , o Transe estaria em todo lugar:

Na Ásia: Indonésia tradicional, China e Japão, Índia, Indochina, Coreia, Vietnã, Ceilão, nos países do Himalaia, Irã, Paquistão, Afeganistão, Turquia, Mongólia, etc.

Na África: toda a África Negra; e também Norte da África: Tunísia, Argélia, Marrocos, Egito.

Na América: todas as populações aborígenes ainda tradicionais da Terra do Fogo; no Brasil, no sul dos Estados Unidos, no Caribe e as outras ilhas do Mar do Caribe.

Na Oceania: Austrália aborígenes e as ilhas do Pacífico.

Na Europa: até hoje, existem fraternidades que praticam o Transe. Na Itália, na Sardenha, em procissões na Espanha, Grécia, em grupos cristãos carismáticos na França e em outros lugares.

Pode-se observar que o Transe é um evento que se espalha por todo o mundo, pois é uma capacidade fundamental do ser humano.

Em relação a sua definição, do francês *Transe* que por sua vez, se origina em latim *transire*, a palavra Transe significa transitar, passar de um estado a outro. Seu significado comum é a mudança de Estado de Consciência. O Transe é o momento decisivo, crítico pelo qual uma pessoa pode passar. Pode ser também, o último momento da vida, próximo ou imediato da morte (TORO, 2000).

Segundo o dicionário de língua portuguesa Transe: é um estado de abstração ou de exaltação de alguém que se sente transportado para fora de si e do mundo sensível, e em sintonia com algo transcendente. Um fenômeno religioso e social de representação coletiva, no qual o “médium” experimenta um sentimento de identificação com comportamentos correspondentes a determinada divindade ou entidade (HOUAISS, 2001).

De um ponto de vista espiritual é importante considerar que a palavra Transe também se refere ao que é experimentado por algumas pessoas quando sentem uma conexão especial com a divindade. Trata-se de uma experiência em que a pessoa experimenta o máximo de felicidade e paz. (EDITORIAL, QUE CONCEITO, 2019). É o estado em que a alma sente que alcança uma união mística com Deus, um mecanismo psicológico através do qual uma pessoa se rende a certas condições (internas ou externas) e experimenta um novo estado de consciência.

Vale mencionar que para certas culturas indígenas, os Trances xamânicos, por exemplo são caminhos que acompanham a assiduidade e a normalidade, e eles fazem isso para manter alma, mente e corpo em equilíbrio. Desde o ponto de vista deles, uma sociedade ocidental urbanizada está muito longe desse equilíbrio (PORTO e GARDE, 2010).

Todavia, o antropólogo americano Rouget argumenta que o Transe e o êxtase deverão ser considerados como referentes a tipos muito diferentes de sensibilidade religiosa. O êxtase abrange a privação sensorial, enquanto o Transe, pelo menos, envolve a superestimulação dos sentidos. Mesmo que aceitemos essa distinção, o êxtase e o Transe coexistem em muitas religiões, sendo ambos experienciados pelos indivíduos (IVELIC, RADOSLAV, 2008).

No Brasil por exemplo, o momento do Transe em algumas religiões como o Candomblé e Umbanda, é efetuado por meio de processo ritualístico, como em outras religiões provenientes da diáspora africana: a Vodun e a Santeria. Bastide (1973 apud PIRES, 2014, p.299), afirma que “[...] o Transe é o momento supremo da festa religiosa”.

No Recife, o psiquiatra Ulysses Pernambucano (1892- 1943) junto ao seu aluno René Ribeiro, a partir dos anos de 1930, realizaram de forma original uma série de investigações em sujeitos frequentadores de cultos negros do lugar. A investigação visava a “penetrar” os mecanismos psicológicos de uma das formas supremas da experiência religiosa que é a possessão. Este trabalho, incluiu uma descrição etnográfica cuidadosa dos cultos, símbolos e hierarquias relacionados a tal religiosidade, assim como o emprego cuidadoso do teste de Rorschach³ em sujeitos tanto em estado de Vigília quanto em estado de Transe. Para Ribeiro, as dissociações produzidas pela

³ O teste de Rorschach é uma técnica de avaliação psicológica pictórica, comumente denominada de teste projetivo, ou mais recentemente de método de auto expressão. Foi desenvolvido pelo psiquiatra e Psicanalista suíço Hermann Rorschach. O teste consiste em dar respostas sobre com o que se parecem as dez pranchas com manchas de tinta simétricas. A partir das respostas, procura-se obter um quadro amplo da dinâmica psicológica do indivíduo. O teste de Rorschach é amplamente utilizado em vários países.

Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Teste_de_Rorschach . Acesso Out 2020.

experiência religiosa tinham, entre outras, a finalidade de operar como **um mecanismo de escape** perante uma situação de forte pressão externa (ALMEIDA e DALGALARRONDO, 2007, p.5).

O pesquisador francês, Michel Nachez (2012) em seu livro *Estados não Ordinários de Consciência*, explica o Transe através de diversos olhares de diferentes autores. Uma definição dada por Jacques Donnars em seu estudo, indica que :

O tempo e os lugares mudaram de gosto, os minutos valem anos, os anos valem segundos; não há mais espaço ou tempo, da maneira ordenada em que nossos relógios e nossos telescópios compartilham.

Gilbert Rouget, ele determina cinco características do Transe:

A pessoa em transe:

- 1- não está em seu estado habitual
- 2- sua relação com o mundo ao seu redor é perturbada
- 3- É atormentado por certos desordens - neurofisiológicos
- 4- Suas faculdades são - real ou imaginariamente - aumentadas
- 5- Esse aumento é manifestado por ações ou condutas observáveis desde fora (NACHEZ, 2012, p.10)⁴ (Tradução da autora).

Ainda nos estudos de Nachez (2012) ele faz menção a um autor, Luc Heusch, que assemelha o Transe a hipnose, no momento em que se há uma anestesia do sujeito, mas não devem ser confundidos ambos estados. Outro ponto que Luc de Heusch traz é sobre os estados afetivos ligados ao bem estar e ao prazer, quando se está neste estado alterado de consciência- o Transe.

Luc de Heusch parece ver no transe "uma rede de relações afetivas", parece que a dimensão do prazer escapou aos observadores, porque o transe é um estado de simulação onde o cérebro libera endorfinas, que são a chave para o bem-estar e do prazer.⁵ (NACHEZ, 2012, p.10) (Tradução da autora).

⁴Le temps et lieux ont changé de goût, les minutes valent des années, les années des secondes; il n'y a plus ni espace ni temps, à la manière ordonnée dont nos montres et nos télescopes nous les compartimentent. Gilbert Rouget, lui, détermine cinq caractéristiques de la transe. La personne en transe:

1-n'est pas dans son état habituel

2-sa relations avec le monde qui l'entoure est perturbée

3- Elle Est en proie à certains troubles - neurophysiologiques

4- Ses facultés sont- réellement ou imaginaiement- accrues

5- C'est accroissement se manifeste par des actions ou des conduites observables du dehors # (NACHEZ, 2012, p.10).

⁵ Luc de Heusch semble voir dans la transe "un réseau de relations affectives", il semble que la dimension du plaisir ait échappée aux observateurs, car la transe est un état de simulation où le cerveau libère des endorphines qui sont la clé du bien-être et de la jouissance"

Para a *Biodanza*, método de Dançaterapia, estabelecido por o psicólogo e antropólogo chileno Rolando Toro (1960), trata-se de um Estado de Consciência Alterado, onde podem ocorrer diversos eventos neurofisiológicos. As expressões *cair em transe* ou *entrar em transe* se referem a um mecanismo psicofisiológico onde a pessoa se entrega a determinadas condições externas e internas para ingressar a um estado de consciência diferente. Os estados de Transe são acompanhados sempre por modificações cinestésicas neurovegetativas (TORO, 2000).

Matuk (2015, p 4-5) facilitadora de Biodanza observa que:

Em Biodanza, o transe é induzido através de um processo de profunda identificação com a música, em que o indivíduo se deixa levar pelo movimento a ponto de anular a percepção da fronteira entre o exterior e o interior e torna-se música; ele não é possuído, mas simplesmente se integra em uma identidade maior que é o grupo; é um estado de ego reduzido e a percepção do corpo é harmoniosa, tensões musculares desaparecem, a sensibilidade do corpo se move em direção à pele que se torna mais sensível. O estado de transe, é um fenômeno em que o indivíduo se abandona aos outros. O termo "transe" vem do latim *transire* e significa "passar", portanto, uma mudança de estado de consciência acompanhada de modificações cinestésicas.⁶ (Tradução da autora)

Pelo que se investiga sobre Transe, observar-se que o indivíduo que o experimenta, se mostra física e espiritualmente envolvido neste novo estado. Para entender então, o que é um Estado de Consciência Alterado é importante definir o que é **Consciência**.

Se define Consciência como o conhecimento que um indivíduo tem do seus pensamentos, seus sentimentos e seus atos. A consciência é a capacidade própria dos seres humanos de reconhecer-se a si mesmos, de ter conhecimento e percepção da sua própria existência e do seu entorno. Neste sentido, está associada à atividade mental que implica um domínio por parte do próprio indivíduo sobre seus sentidos.

António Damásio, médico neurologista, neurocientista português que trabalha no estudo do cérebro e das emoções humanas, no seu livro *O Mistério da Consciência* explica que:

[...] a consciência, como usualmente a concebemos, de seus níveis elementares aos mais complexos, é o padrão mental unificado que reúne o objeto e o *Self*.

⁶ In Biodanza la trance viene indotta mediante un processo di identificazione profonda con la musica, in cui l'individuo si lascia trasportare dal movimento fino ad annullare la percezione del confine tra l'esterno e l'interno e diventa la musica; egli non è posseduto ma semplicemente si integra in un'identità maggiore che è il gruppo; è uno stato dell'Io ridotto e la percezione del corpo è armoniosa, le tensioni muscolari spariscono, la sensibilità corporea si sposta verso la pelle che diventa più sensibile. Lo stato di trance è un fenomeno in cui l'individuo si abbandona agli altri. Il termine "trance" deriva dal latino *transire* e significa "passare" quindi un cambiamento di stato di coscienza accompagnato da modificazioni cinestetiche.

É um fenômeno inteiramente privado, de primeira pessoa, que ocorre como parte do que denominamos mente. A consciência e a mente, porém, vinculam-se estreitamente a comportamentos externos que podem ser observados por terceiras pessoas. Tanto a sabedoria como a ciência da mente e do comportamento humano baseiam-se nessa incontestável correlação entre o privado e o público. Mente e comportamento também se correlacionam estreitamente com as funções dos organismos vivos, especificamente com as funções do cérebro no interior desses organismos (DAMÁSIO, 2000, p. 33-34).

A consciência não é um monólito, pelo menos não nos seres humanos: ela pode ser separada em tipos complexos e simples, e os dados neurológicos deixam clara essa separação. O tipo mais simples, que denomino *consciência central*, fornece ao organismo um sentido do self concernente a um momento (agora) e a um lugar (aqui). O campo de ação da consciência central é o aqui e agora. Por outro lado, o tipo de consciência complexo, que denomino *consciência ampliada* e que possui muitos níveis e graus, fornece ao organismo um complexo sentido do self (uma identidade e uma pessoa, você ou eu) e situa essa pessoa em um ponto do tempo histórico individual, ricamente ciente do passado vivido e do futuro antevisto, e profundamente conhecedora do mundo além desse ponto (DAMÁSIO, 2000, p. 40-41).

Grof (1994 apud MORINI, 2015, p. 33) afirma que “[...] no campo transpessoal, experimentamos uma expansão ou extensão da consciência além dos limites usuais do nosso corpo e do nosso ego, tanto quanto muito além dos limites físicos de nossa vida diária”.

Longe de ser considerada um produto do cérebro, nossa consciência pode ser vista como uma individualização da consciência universal (Cosmos), que se manifesta e interage com a matéria através do cérebro. O psiquiatra tcheco Stanislav Grof, menciona que (1994, p. 33 apud MORINI, 2015, p.1):

Hoje acredito firmemente que a consciência é mais que um subproduto dos processos neurofisiológicos do cérebro humano. Vejo a consciência e a psique humana como expressões e reflexos de uma inteligência cósmica que permeia todo o universo e a existência [...] estou agora convencido de que nossa consciência individual nos liga não apenas a nosso meio ambiente e a vários períodos do passado, mas, também, a eventos muito além do alcance dos sentidos físicos, a outras épocas históricas, à natureza e ao cosmos.

Existe também o conceito de *Consciência Cósmica*, criado originalmente pelo filósofo e poeta inglês Edward Carpenter, posteriormente foi reutilizado e popularizado pelo psiquiatra Richard Maurice Bucke⁷, a finais do século XIX.

⁷ Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Richard_Maurice_Bucke . Acesso, Out 2020.

Em 1872 Bucke, passou por uma experiência mística que marcou para sempre sua vida, considerada por ele como um momento de *consciência cósmica*, acompanhado de uma iluminação intelectual. Ao descrever o fenômeno, Bucke concluiu que se trata do próximo Nível de Consciência da raça humana.. Assim, ele inclui no seu livro o estudo que fez, sobre vários indivíduos que passaram por esta mesma experiência, mas foi necessário ainda bastante tempo até estas ideias amadurecerem e darem origem ao conceito básico que Bucke expressou no seu livro intitulado *Cosmic Consciousness (1901)*.

Pode-se definir então, os Estados de Consciência Alterados como estados pouco comuns, em que a nossa consciência acessa os domínios chamados de transpessoais de existência. O cérebro, neste sentido, seria o órgão físico capaz de modelar a consciência, sintonizando-nos com a realidade ordinária ou com a realidade transpessoal (MORINI, 2015).

3.1. O Transe e o Corpo

“Meu corpo é o templo da minha Arte”

Isadora Duncan

O corpo, como todas as grandes coisas é um instrumento simples e ao mesmo tempo, complexo.

O antropólogo francês David Le Breton menciona que:

Sem o corpo que lhe provê de um rosto, o homem não existiria [...] A existência do homem é corporal, estando no centro da ação individual e coletiva, no centro do simbolismo social, o corpo é um elemento poderoso para uma análise que busca uma melhor apreensão do presente (LE BRETON, 1995, p.7).⁸ (Tradução da autora)

⁸ Sin el cuerpo que le proporciona un rostro, el hombre no existiría[...] La existencia del hombre es corporal. Por estar en el centro de la acción individual y colectiva, en el centro del simbolismo social, el cuerpo es un elemento de gran alcance para un análisis que pretenda una mejor comprensión del presente.

As relações entre corpo e mente passam a ser investigadas não só pela filosofia, mas também pela psicologia, a biologia, neurociências e outras ciências.

René Descartes, chega à concepção de uma substância pensante (*res cogitans*) facultando, assim, uma genuína separação entre corpo e mente. Para Descartes, a *res cogitans* pertence à razão e ao pensamento, enquanto ao corpo (*res extensa*) pertence as emoções, estas consideradas como confusas e não críveis em relação aos conteúdos de verdade. Ao contrário disso, o filósofo holandês Baruch de Spinoza (Século XVII) concebia que a “[...] substância pensante e a substância extensa são uma mesma substância, ora compreendida como um atributo, ora como outro”. Nesses termos, *razão e emoção* – e, de resto, a própria constituição orgânica – pertenceriam a uma mesma natureza (ESPERIDIÃO, 2008, p. 56).

Consequentemente, a complexa relação *emoção–razão* converteu-se tema recorrente no pensamento de vários filósofos, os quais formularam concepções, as mais diversas, para explicar as origens e o papel das **emoções** na condição humana.

A palavra emoção, deriva do latim *emovere*, onde *e* significa “fora” e *movere* significa “movimento”. É essencial, compreender que a emoção é um movimento de dentro para fora, um modo de comunicar os nossos mais importantes estados e necessidades internas (BARRETO e SILVA, 2010).

Assim, o corpo é o veículo de todas as sensações, inclusive da sensação de ausência de corpo. A sensação nasce sempre no seio de um *corpo-cérebro* e a psicogênese da Dança, então, está presente na necessidade de externalizar nosso mundo interior através do corpo.

A esta capacidade de o indivíduo sentir e utilizar o corpo como ferramenta de expressão e interação com o mundo a chamamos de corporeidade. A qualidade da corporeidade depende, como em todas as funções neurológicas, da qualidade e desenvolvimento das relações neuronais estabelecidas entre as áreas sensoriais e motoras do cérebro. Estas relações, a maioria estabelecida durante a primeira infância, desenvolvem-se através do treinamento corporal. A corporeidade do indivíduo evolui com a idade.

Para ilustrar a que ponto o ser humano pode desenvolver a corporeidade, basta observar um grande dançarino de Balé. Sua corporeidade condiz com um treino evidente e um controle tanto corporal, como emocional, que se adquire só com a prática da técnica do Balé e o tempo que se dedica à esta disciplina.

A autora Maria Augustina Gonçalves explica que:

A forma de o homem lidar com sua corporeidade, os regulamentos e o controle do comportamento corporal não são universais e constantes, mas, sim, uma construção social, resultante de um processo histórico. O homem vive em um determinado contexto social com o qual interage de forma dinâmica, pois, ao mesmo tempo em que atua na realidade, modificando-a, esta atua sobre ele, direcionando suas formas de pensar e agir. Assim, as concepções que o homem desenvolve a respeito da sua corporalidade e as suas formas de comportar-se corporalmente, estão ligadas a condicionamentos sociais e culturais. Cada corpo expressa a história acumulada de uma sociedade que nele marca seus valores, suas leis, suas crenças seus sentimentos, que estão na base da vida social (GONÇALVES, 1994, p.13- 14).

Com o correr do tempo, o homem apresenta inúmeras mudanças na concepção e no tratamento de seu corpo, como também do comportamento corporal, que evidenciam as relações do corpo com um determinado contexto social. “As representações sociais atribuem ao corpo uma posição dentro do simbolismo geral da sociedade [...] O que é evidente numa sociedade, assombra em outra, ou provavelmente, não se compreende”⁹ (LE BRETON, p.10-13) (tradução da autora).

Além do corpo ser considerado um instrumento ou ferramenta de trabalho e de expressão, para atores, bailarinos, modelos, entre outros, ele manifesta-se por si só. Cada vez que apresenta uma doença, existem certos sinais que chamam a atenção, como dores e outras manifestações orgânicas que nos comunicam um estado diferenciado de nosso corpo, seja este saudável ou não.

Sobre estas manifestações, pode-se mencionar algumas que comumente vemos quando a pessoa está no estado de Transe: tremores, desmaios, queda no chão, espuma pela boca, olhos protuberantes, sensibilidade ao calor, ao frio, tiques, espasmos, respiração ruidosa, olhar vidrado (visão nublada), perda da noção do tempo, ausência da dor, em alguns casos, amnesia (post transe).

O Transe, viria sendo uma resposta do organismo a um estímulo, representaria uma reação do sistema nervoso central a um nível de estimulação fora do comum, e que ultrapassa aquele ao qual o organismo está adaptado. Este excesso de estimulação provocaria a

⁹ Las representaciones sociales le asignan al cuerpo una posición determinada dentro del simbolismo general de la sociedad. [...] Lo que es evidente en una sociedad, asombra en otra, o bien, no se comprende.

desorganização da ordem habitual dos movimentos (movimentos involuntários, espasmos, tiques, etc).

O Transe seria da mesma natureza do orgasmo (em um sentido neurofisiológico, o orgasmo apresentaria ativas as mesmas áreas cerebrais; Sistema límbico, hipotálamo, hipocampo, amígdala, que durante a experiência do Transe)¹⁰. Este estado de consciência alterado, existe em sua manifestação corporal, seja dinâmica ou estática (ROMANOV, 2017, p 104).

Segundo Romanov (2017) o Transe é um estado particular do indivíduo, o qual se evidencia modificações psicofisiológicas, observadas a partir de manifestações exteriores impressas no corpo da pessoa. Este mesmo autor, menciona o estado de Transe como libertação do indivíduo do seu invólucro repressor do eu. Libertação para a fusão com os elementos míticos sociais que o compõem.

Práticas como as apresentadas no Ritual de dança Sama, por exemplo, o giro realizado pelos derviches sufis, faz o praticante perder os referenciais por alguns instantes. Através deste tipo de práticas o *eu-corpo*, pode acessar um estado de desestruturação do modo postural, que altera a percepção do corpo. E assim, entrar em contato com aspectos não visitados de sua própria subjetividade e consciência de si, possibilitando uma expansão de sua percepção da relação entre o mundo interno e externo (PEDRONI, 2012).

No entanto, o corpo que dança na contemporaneidade, utiliza do imaginário para expressar dimensões abstratas, contribuindo para que o ser humano, não exclua a sua capacidade de ir além de sua realidade material. [...] “O corpo tem a capacidade fisiológica para produzir fenômenos que não tem correspondente no mundo material” (SUQUET, 2009 apud OVERARTH, 2015, p. 513).

O estado de Transe é extraordinário e possibilita novas percepções a aqueles que o experimentam. Este estado é capaz de alargar o campo de conhecimento e percepção da realidade das emoções. No artigo *Neurobiologia das Emoções* o médico neurologista Vanderson Esperidião, afirma que:

Com o desenvolvimento das Neurociências postula-se que, como a percepção e a ação, a emoção é relacionada a circuitos cerebrais distintos. Ademais, as emoções estão geralmente acompanhadas por respostas autonômicas,

¹⁰ Fisiologia do Orgasmo disponível em: <https://super.abril.com.br/ciencia/o-curto-circuito-do-orgasmo-como-funciona-o-prazer-humano/>. Acesso Out 2020

endócrinas e motoras esqueléticas que dependem de áreas subcorticais do sistema nervoso, as quais preparam o corpo para a ação (ESPERIDIÃO, 2008, p. 2).

3.2. Aspectos Neurofisiológicos do Transe

*"No começo, era a emoção e seus fundamentos.
Sentir não é, então, um processo passivo."
António Damásio*

Uma investigação, realizada pelas Universidade de Southampton (Reino Unido), Universidade de Queen (Canadá) e pela Universidade de Potsdam (Alemanha), levantou a possibilidade de medir a atividade cerebral em estado de Transe. Estas investigações têm compartilhado seus resultados na revista da Oxford University Press “Cerebral Córtex”. Neste estudo os científicos analisaram 15 cérebros que foram induzidos ao estado de Transe por meio de ritmo de tambores e danças. No caso, estes cérebros foram analisados durante 8 minutos, alguns alcançaram o Transe, outros não. Mesmo assim os cientistas conseguiram investigar em profundidade a conexão das redes cerebrais de todos os indivíduos. Os resultados permitiram assegurar que o estado de Transe tem uma relação intrínseca com a conectividade neural em três regiões específicas do cérebro: o córtex cingulado posterior (consciência humana), o córtex do cíngulo anterior dorsal (funções cognitivas, empatia, emoções) e a ínsula do lado esquerdo (informação convergente, contexto emocional, experiência sensorial) (UNIVERSIDADE DE ZARAGOZA, 2019).

Por outra parte, o antropólogo e psicólogo chileno Rolando Toro, fundador do Sistema Internacional de Biodanza (1960), afirma que às vivências, principalmente relacionadas a Biodanza têm sua representação fisiológica no “Sistema Límbico Hipotalâmico”, induzindo uma diminuição temporária na função do córtex cerebral por suspensão temporária da linguagem verbal, retardando a atividade visual (fechar os olhos) e motilidade voluntária (movimentos lentos). O ritmo e a música são utilizados para ativar o ambiente simpático, lento e melódico para induzir estados de regressão, e estimular o sistema parassimpático (MENEZES, 2005).

O termo Sistema Límbico foi utilizado para significar todo o circuito neuronal que controla o comportamento emocional e as forças motivacionais. A palavra "límbico" significa borda. Originalmente, este termo era utilizado para descrever as estruturas da borda, ao redor das regiões basais do prosencéfalo (GUYTON e HALL, 2017, p. 2209).

Embora a denominação “Sistema Límbico” ainda seja usada para designar componentes envolvidos nos circuitos cerebrais das emoções, tal categorização vem sofrendo críticas em diversos graus por não existir um perfeito acordo sobre os seus componentes. A maioria dos investigadores inclui, no Sistema Límbico, o giro do cíngulo, o giro para-hipocampal, a amígdala, o hipotálamo e a área de septo. Outras estruturas como cerebelo, tálamo, área pré-frontal e hipocampo não sempre são consideradas como pertencentes ao Sistema Límbico.

Embora estas estruturas, estejam relacionadas diretamente com os processos emocionais e as respostas autonômicas, tal fato, indica que não há critérios amplamente aceitos para se decidir sobre a constituição do Sistema Límbico. Ademais, a própria ideia de um único sistema das emoções vem sendo colocada, na medida em que têm sido identificados diferentes circuitos e áreas do Sistema Nervoso Central que se correlacionam aos estados denominados **emoções**. (ESPERIDIÃO, 2008).

Mesmo assim achamos pertinente neste estudo apresentar algumas estruturas anatômicas do Sistema Límbico que formam um complexo interconectado de elementos da região basal do cérebro. Situado no meio de todas essas estruturas fica o Hipotálamo, que, do ponto de vista fisiológico é um dos elementos centrais do Sistema Límbico como pode ser visto na figura 1 (GUYTON e HALL, 2017, p. 2209).

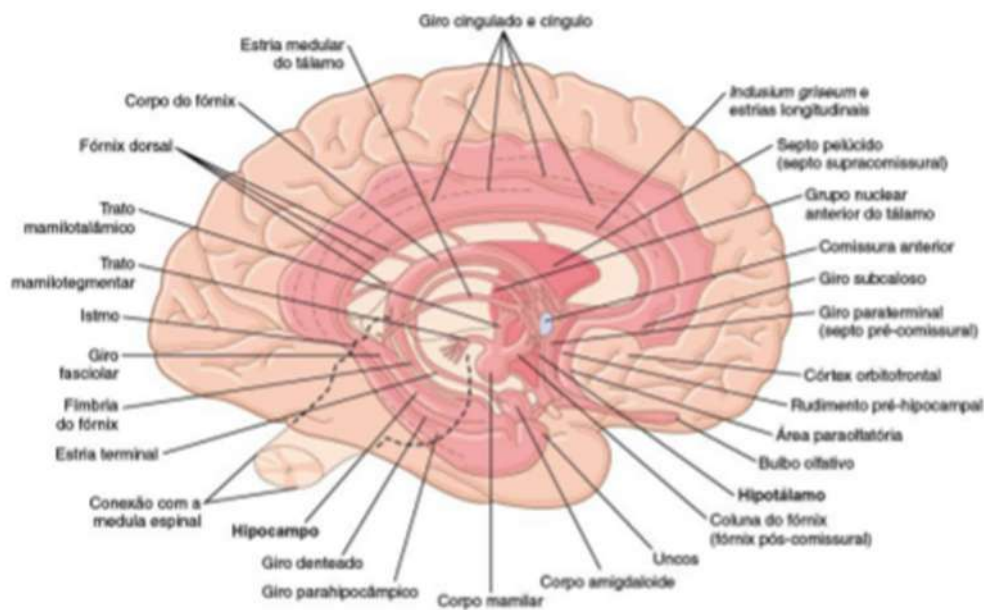


Fig.1 - Anatomia do sistema límbico, mostrado na área rosa-escura. (GUYTON e HALL, 2017, p. 2211)

Segundo os autores Arthur Clifton Guyton e John Hall, no seu livro: Tratado de Fisiologia Médica :

Uma parte importante do S. Límbico é o Hipotálamo e suas estruturas relacionadas. Além de seu papel no controle comportamental, estas áreas controlam muitas condições internas do corpo, como a temperatura corporal, osmolaridade dos líquidos corporais, desejos de comer e beber e o controle do peso corporal. Essas funções vegetativas do cérebro, está eminentemente relacionado ao comportamento. A região cerebral mais importante para a manutenção da homeostase é o **hipotálamo** (GUYTON e HALL, 2017, p. 2209).

Quanto à filogênese do Hipotálamo, ele é uma parte primitiva do cérebro, que se manteve relativamente constante em sua estrutura durante a evolução animal. Segundo o fisiologista alemão Robert Franz Schmidt, no seu livro *Neurofisiologia* (1979):

As funções do hipotálamo normalmente são estudadas em diversos ramos da fisiologia, como por exemplo regulagem de temperatura, regulagem do equilíbrio eletrolítico, a regulagem dos órgãos endócrinos, a fisiologia das emoções, o que bem reproduz a multiplicidade das funções hipotalâmicas. (SCHMIDT, 1979, p. 284).

Investigações sobre os estados de êxtases feitas pelas neurociências, revelam que tais estados têm uma infraestrutura anatômica e não são fenômenos puramente espirituais. A

introdução de um fino eletrodo na região ventral do Hipotálamo, produz estados de Êxtase e neste estado há estímulos na região ventral do cérebro e suas conexões com o lóbulo frontal e com a amígdala. (TORO, 2000).

Observa-se na figura 2, outras estruturas subcorticais do Sistema Límbico incluindo a área septal, a para olfativa, o núcleo anterior do tálamo, partes dos gânglios da base, o hipocampo e a amígdala. E, ao redor das áreas límbicas subcorticais, encontramos o córtex límbico, composto por anel de córtex cerebral, em cada um dos hemisférios cerebrais começando na área orbitofrontal, na superfície ventral do lobo frontal, se estendendo para cima há o giro subcaloso, de cima do corpo caloso para região do hemisfério cerebral, o giro cingulado e por fim, passando por trás do corpo caloso e para baixo, pela superfície ventro-medial e o lobo temporal, o giro parahipocámpico.

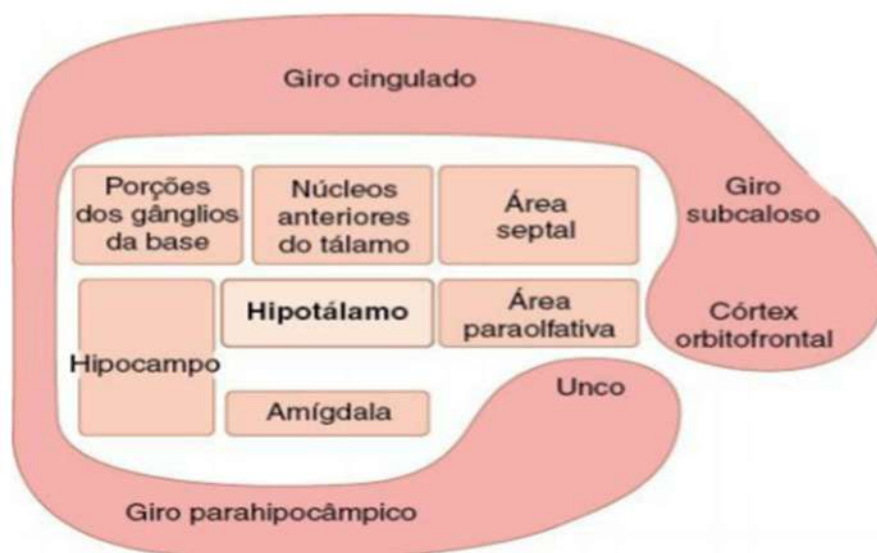


Fig 2.: Sistema límbico, mostrando a posição-chave do hipotálamo (GUYTON e HALL, 2017, p. 2212).

Consequentemente nas regiões medial e ventral de cada hemisfério cerebral existe o anel principalmente de paleocórtex, que envolve o grupo de estruturas profundas intimamente associados ao comportamento geral e as emoções. Por sua vez, esse anel de córtex límbico funciona como via de comunicação e da associação entre o neocórtex e as estruturas límbicas inferiores.

Aprofundando mais sobre as estruturas límbicas, suas descobertas foram através do anatomista James Papez (1937), que tentava localizar no sistema nervoso as bases ligadas a

emoção. Papez percebeu que as regiões eram conectadas, formando um circuito, conhecido hoje, como “Circuito de Papez” que se constitui do:

- a) **Giro do cíngulo:** está intimamente relacionado à depressão, à ansiedade e à agressividade, observando-se nos humanos, a lentidão mental em casos de lesão dessa estrutura. Auxilia na determinação dos conteúdos da memória, com um significativo aumento de sua atividade quando as pessoas recorrem à mentira.
- b) **Giro para-hipocampal** apresenta-se intimamente relacionado ao armazenamento da memória; de fato, danos na área, produzem amnésia retrógrada isolada, com preservação da capacidade de armazenar novas memórias explícitas.
- c) **hipotálamo**, estrutura que constitui o segmento central do Sistema Límbico, relaciona-se às diversas áreas límbicas e encefálicas. Tanto a estimulação quanto a inibição hipotalâmicas têm efeitos profundos sobre o comportamento e as emoções. A estimulação do hipotálamo lateral induz a sede, fome e aumenta o nível geral de atividade, algumas vezes levando-o à fúria e/ou à luta. Já a estimulação do núcleo ventromedial provoca situação contrária, ou seja, sensação de saciedade, redução da ingestão alimentar e tranquilidade. A estimulação dos núcleos periventriculares costuma produzir medo e reações de punição. Já impulso sexual, pode ser estimulado principalmente nas porções mais anteriores e posteriores do hipotálamo.
- d) **Tálamo**, formado principalmente por substância cinzenta. As funções mais importantes relacionam-se com sensibilidade, motricidade, comportamento emocional e ativação do córtex cerebral.
- e) **Hipocampo**, desempenha um importante papel nas funções relacionadas ao comportamento e à memória a curto e longo prazo. Além disso é relacionado a navegação espacial. Essa área também está integrada à tomada de decisões, pois quando o hipocampo interpreta um sinal neuronal como importante, provavelmente essa informação será armazenada na memória.
- f) **Amígdala**, é um importante centro regulador do comportamento sexual, do comportamento agressivo, respostas emocionais e da reatividade a estímulos biologicamente relevantes; está também relacionada aos aprendizados

emocionais e ao armazenamento de memórias afetivas. Ademais, a amígdala é responsável pela formação da associação entre estímulos e recompensas.

- g) **Septo** relaciona-se à raiva, ao prazer e ao controle neurovegetativo.
- h) **Área pré-frontal**, suas intensas conexões com o tálamo, amígdala e outras regiões sub-corticais, explicam o importante papel que desempenha na expressão dos estados afetivos. A área pré-frontal vem sendo considerada a “sede” da personalidade, por meio da interpretação de dados experimentais e clínicos, notamos que essa estrutura participa na tomada de decisões e na adoção de estratégias comportamentais mais adequadas à situação física e social. Quando o córtex pré-frontal é lesado, o indivíduo perde o senso de suas responsabilidades sociais, bem como a capacidade de concentração e de abstração (ESPERIDIÃO, 2008).

Assim, muitas das funções comportamentais, promovidas pelo hipotálamo e por outras estruturas límbicas, são também mediadas pelos núcleos reticulares do tronco cerebral e por seus núcleos associados (GUYTON e HALL, 2017, p. 2209- 2210).

O Hipotálamo recebe importantes informações aferentes sobre o meio ambiente, através de órgãos sensoriais (atividade somato-sensorial) e do âmbito visceral, através do aferentes viscerais. O hipotálamo recebe aferências especiais do meio interno (SCHMIDT, 1979, p. 286).

Portanto, o Sistema Límbico, forma um elo entre os centros de consciência superiores no córtex cerebral e o tronco encefálico, que regula os sistemas corporais¹¹, esta conexão é de suma importância. O sistema límbico fornece o componente emocional de Transe, seus significados e sensações, além integra necessariamente o Sistema Endócrino (Eixo Hipotálamo-hipófise-Glândulas Alvo) e associado ao Sistema Nervoso Autônomo, explicam, justificam as alterações orgânicas promovidas pelo Transe/Dança.

¹¹ SISTEMA LIMBICO. Disponível em; <http://bio-neuro-psicologia.usuarios.rdc.puc-rio.br/sistema-l%C3%ADmbico.html>. Acesso em: Set 2020

3.3. O Transe e a Dança

“Dançar é o ritual religioso da beleza ...”

Isadora Duncan

Para entender como o Transe se manifesta na dança é necessário conhecer e compreender a distinção das partes e unidades das quais uma dança é composta. Ou seja a morfologia da dança em questão, é pré-requisito de qualquer análise estrutural.

Aplicando o método de análise morfológica para analisar a dança húngara, Verbunk, Martin e Pésovar, distinguiram partes que possuíam um relacionamento entre si. Essas partes correspondem às unidades indivisíveis menores da dança. É o que eles nomearam de “elementos kinéticos”. Essas unidades nunca ocorrem por elas mesmas, mas constituem uma parte orgânica do processo da dança.

Um conjunto de “unidades kinéticas” ou partes delas, formam um “motivo”, cujo padrão rítmico e kinético, dá origem a uma estrutura relativamente fechada e recorrente. Essa maneira de identificar a estrutura das danças é um meio caminho entre a notação (*Labanotation* criada por Laban, por exemplo) e a descrição verbal.

Mais tarde, a antropóloga norte-americana Adrienne Kaeppler valeu-se da mesma analogia linguística para desenvolver sua análise estrutural da dança Tonga (REVISTA ENSAIO GERAL, 2009). Utilizando as categorias do movimento identificadas dividiu a dança Tonga em unidades ou níveis de análise. O que, para os primeiros era denominado “elemento kinético” e “motivo”, para ela passaram a ser, respectivamente, os níveis “*kinêmico*” e “*morfokinêmico*” da dança.

Com o fim de esclarecer sobre essas categorias do movimento, Camargo (2006) explica que “*Kinema*” são aqueles movimentos e posições que, embora não tenham significado neles mesmos, são as unidades básicas com as quais toda dança de uma dada tradição é construída. Vários “*kinemas*” em sequência dão origem a um movimento específico ou “*morfokinema*”. Cada “*morfokinema*” é a menor unidade com significado dentro da estrutura do sistema de movimento. Essas estruturas, combinadas, dão origem ao que Kaeppler chama

de “*motivo*”. Finalmente, o conjunto de “*motivos*” forma a totalidade de uma determinada dança (CAMARGO, 2006, p.6-7).

Para estudar a dinâmica de Transe na dança, tanto em seus diferentes estilos e culturas, como nos rituais relacionados à esta, se realiza uma seleção das danças que apresentam um Transe profundo através do padrão rítmico e kinético.

É importante entender que existem várias formas de movimentos e danças, e que cada uma destas, atingirá o Transe de diferentes maneiras. Como também existe uma maior variedade de danças, das que serão contempladas neste estudo.

3.3.1. Danças ritualísticas

Na cultura dos povos denominados primitivos, a dança comunica sua visão de mundo, através de uma linguagem própria e de movimentos e gestos corporais, que se tornam padrão em determinados rituais.

Cada dança se articula como expressão de um universo cultural, estabelecendo comunicação entre as tradições dos povos. Tais criações são documentos vivos, às vezes chocantes, da identidade e momento histórico desses grupos.

A comparação entre certas danças rituais de diferentes tribos africanas (por exemplo), denuncia o aniquilamento cultural sofrido através do empobrecimento do movimento corporal. A miséria, a fome e as doenças, se vislumbram na ausência de saltos, giros ou qualquer movimento mais enérgico. Nas tribos mais devastadas, as danças limitam-se a um arrastar de pés, cena desoladora e indicativo sócio-cultural alarmante da destruição de um mundo (CALDEIRA, 2008).

Desta maneira compreendemos a dança ritualística como uma configuração de movimentos padronizados, que elucidam uma cultura e suas crenças e costumes.

3.3.1.1. Pürrun: Dança Mapuche

Os Mapuches são um povo indígena situado no centro-sul do Chile e do sudoeste da Argentina, no cone sul do continente americano, sua existência nos remete há pelo menos cinco séculos antes de Cristo. O que dá sentido existencial à esta cultura é a Terra, fazendo parte desde seu etnônimo (gente da terra), até seus sobrenomes. *Mapu* é a palavra utilizada para

designar a Terra. O conceito de Mapu, não faz só uma referência ao tangível, ao material, senão que possui uma dimensão espacial que permite situar todas as dimensões da vida no Universo. Ou seja, possui também uma dimensão transcendente. Refere-se à um espaço tanto físico como metafísico, onde as forças do bem e do mal se complementam e interagem. Um dos pontos fundamentais da Cosmovisão Mapuche, é a ideia de que todos os elementos da natureza são vivos, conscientes e possuem Alma (espécie de energia, o qual os Mapuche chamam de *Newén*) (PAILLAL, 2006).

Para entrar em contato com as forças da Natureza ou *Grande Espírito*, se realiza uma cerimônia de nome *Nguillatún* que significa Pedir. Tem como finalidade pedir a terra, fertilidade, boas colheitas, saúde, trabalho e o equilíbrio do Universo. Se realiza normalmente em primavera e dura pelo menos dois dias. El Nguillatun está á cargo de un sacerdote ritual denominado *Nguillatufe* ou também pode ser um *Machi*. O Machi, é um líder ritual que possui um “dom espiritual” que permite comunicar-se através do Estado de Transe ou *kuimin* (MOLINA, 2005).

Esta Cerimônia ocorre num espaço físico ritual chamado *Lepun*, que gira em torno de um totem sagrado chamado *Rewe*. É ao redor *Rewe* (feito da árvore araucária), que todo o ritual acontece e onde são realizadas orações, pedidos, dança e música. Em torno do *Rewe* ocorre a Dança da avestruz ou *Choique Pürrun*, é sempre uma dança sagrada e dedicada à constelação de Centauro, perto da cruz do sul, em grupo ou individual e acompanhada pelo canto das mulheres e pelos instrumentos musicais da avestruz ou dos homens. O *kultrun*, é o instrumento mais sagrado e importante desta cultura, ele é tocado em repetição, simulando as batidas do coração da mãe Terra, acompanha completamente o ritual e a dança, com um som monocorde, induzindo desta forma ao Transe (MOLINA, 2005).

A dança é simples. O passo é feito com um ou dois saltos em um pé, às vezes macios e às vezes duros, como se estivessem batendo no chão. As mãos pegam as pontas do pano que os dançarinos carregam nos ombros e isso ajuda a simbolizar com os braços, o movimento das asas dos pássaros. O tronco durante a corrida, é ligeiramente inclinado para frente. Durante a dança são feitas inclinações direita e esquerda e flexões leves ou profundas de acordo com a sensação dos dançarinos. Não existe uma coreografia predeterminada, os deslocamentos são feitos no momento (PAICHIL, 2016).



Fig 3. Choike Purrun , Dança ritual mapuche ¹²

Os estados de Transe se alcançam por meio da ação repetida dos movimentos num ritmo constante, assim como, também, da exaustão de quem os realiza. Manifesta-se também o *Xewül Pürun* ou dança do *Treile*, uma ave própria do lugar ou também conhecida como *Queltehue*. A dança representa as aves, com motivo de se identificar com a natureza. *Mara Pürun* (dança da lebre), *Wemul Pürun* (dança do huemul), *Rere Pürun* (dança do pica-pau). Os participantes se envolvem, física, mental e espiritualmente no movimento, recebendo o *Newen* da mãe Natureza - *Mapu* (PAICHIL, 2016).

3.3.1.2. Gnaoua: ritual africano

Para investigar sobre os rituais Gnaoua, o Transe, a música e dança, traremos a pesquisa da artista baiana Mônica Elias Gomes (2016)¹³, que traslada-se para África para a realização de um intercâmbio artístico e cultural entre a cultura afro-brasileira e marroquina realizado em Essaouira, no Marrocos, no ano de 2012.

¹² Fonte: Disponível em: http://www.tribunadelbiobio.cl/portal/index.php?option=com_content&task=view&id=10184&Itemid=95. Acesso: Setembro de 2020

¹³ Disponível em: <https://terreirodegrios.wordpress.com/2016/08/27/africa-o-transe-gnaoua/>. Acesso em Ago2020.

Os Gnaoua são um grupo étnico-cultural, vindos da África subsahariana. Da África Ocidental (Sudão Ocidental, Mali, Nigéria e de Gana, onde nasceria o termo "gnaoua"). Foram levados como escravos para o norte do Sahara para dar suporte ao Império Almohade, trabalhando no exército e na construção de edifícios e fortificações desde 1147 a 1269. Muitos se instalaram no Marrocos, onde seus ascendentes ainda hoje mantêm as tradições espirituais/religiosas gnaouas, que se fundiram com práticas islâmicas sufistas e beribéris, mantendo suas origens africanas ancestrais. Alguns gnaouas marroquinos têm o nome ou o sobrenome "Jalil", que é associado à palavra "escravizado". Os gnaouas praticam o Transe hipnótico, através de música de raízes subsaarianas e Danças que evocam os morabutos (santos protetores), que supostamente têm o poder de expulsar os demônios e curar certas doenças. Em Marrocos acredita-se que os gnaouas são especialistas em curar as mordeduras de escorpião e as desordens mentais especialmente, graças ao Transe. (GOMES, 2016).

Segundo Gomes (2016) a música, tem importância essencial dentro das práticas espirituais e cotidianas gnaouas. Como tudo dentro desta cultura é cercado de simbolismo, também o são os instrumentos. Estes são alguns dos instrumentos presentes no universo da música gnaoua:

- a) Gangas: são tambores de madeira e pele, que lembram as alfaias brasileiras. As Gangas são tocadas nos cortejos que antecedem os rituais, chamando o povo, a comunidade para celebrar a "lila";
- b) Krakrabs: são antigas castanholas de ferro (crótalos), tocadas durante os rituais. Simbolizam o encontro sagrado entre o feminino e o masculino, a força do ferro e do fogo, usado para forjá-lo;
- c) Guembril: também chamado *Sentir*, é um baixo ancestral feito com corpo de madeira, couro e três ou cinco cordas de tripa de cabras, dependendo da região em que se encontra. Aqui também é importante perceber a conexão com a ancestralidade da música da Farafina, a África negra. O Guembril ou Sentir, é tocado pelo Maalem, ou "mestre" - que é quem vai comandar os toques para os Mlouks e a condução dos rituais.

O essencial dos rituais Gnaoua, é um rito de possessão chamado "Derdeba", onde a dança, o canto e a presença de instrumentos musicais especiais, contribuem para a criação de um clima hipnótico e cinestésico, gera o Transe nos participantes com a intenção de realizar a cura corporal e espiritual da comunidade ou de algum enfermo específico. O Transe dentro da

da cerimônia é uma espécie de manifestação “catártica”, mas com grande valor espiritual. No meio da noite, é que começa o rito de posse chamado “Derdeba” ou Lila (em árabe significa “noite”). A celebração pode durar uma noite inteira, desde o pôr do sol até o amanhecer, mas pode durar de três a sete dias. As “Lilas” de videntes ou mestres são mais intensas e podem durar até 7 dias. São rituais de transformação, passagem da vida pela morte e a volta pela ressurreição. Com tudo, existem rituais com a exclusiva participação de mulheres (as *Haddarate*), realizados em espaços fechados de alguns santuários e de acesso sempre restrito, durante os quais as vozes femininas de Essaouira elevam a Alláh, cânticos secretos (GOMES,2016).



Fig 04. Durante a Lila ou Derdba Gnaoua, a dança da menta ¹⁴

De acordo com Gomes (2016) nesta parte feminina, existe o jogo de mãos em que todos batem palmas e chamam todos os santos. Dentro da cosmovisão gnaoua, Bater palmas é a representação da vida, do início, quando o ferro ainda não existia. Por esta razão, os músicos utilizam as palmas e não os *krakabs* (castanholas de ferro): unem a mão direita (a vida) e a esquerda (representando a morte) e cantam os 99 nomes de Allah. Depois desse momento “*Uqba*”, vem o momento “*Meksa*” que representa o ferro e o sacrifício. Os músicos começam então a utilizar os *krakabs*, o ferro alquímico do sacrifício. E logo quando os *krakabs* soam pelos ares começa a *Derdaba* – o ritual dos cantos e danças evocando as entidades encantadas

¹⁴ Fonte: Disponível em: <https://terreirodegrios.wordpress.com/2016/08/27/africa-o-transe-gnaoua/>. Acesso em: Ago 2020

(Mlouks). É na Dardaba que estão os três portais. Cada portal está associado a uma cor. E cada cor corresponde a uma entidade. Nas “Lilas” comuns, os músicos entoam seu canto e sua música, enquanto mulheres invisíveis dançam o Transe para incorporar os “Mluks”, os espíritos de diferentes cores, também chamados “Djines” ou “demônios”. O corpo da mulher que dança o Transe vai se desumanizando, tornando-se impessoal, passa a estar diretamente relacionado a uma divindade e, aos elementos da natureza a ele associados, levado pelo comando das músicas.

O Transe, torna-se a forma de contato entre os deuses ou espíritos da natureza e a comunidade que o pratica. Este fenômeno, tem semelhança com a formação dos cultos afro-americanos, como o candomblé, a santería e outros, em zonas da América onde uma parte considerável da população é descendente de escravos africanos.

3.3.2. Danças de ordem religiosa.

Nas antigas civilizações, a dança aparece no contexto do sagrado. O êxtase dançante acompanha as próprias religiões através de milênios: Shiva, Osiris, Dionísio, Celestes do antigo México representam o Deus que desceu à terra e se encarnou em dançarino, no belo mito do "Deus dançante", o qual, por meio de sua dança divina, cria o próprio mundo e faz reinar a ordem cósmica no universo (BOURCIER, 1987).

Considera-se como danças religiosas, aquelas que se desenvolvem dentro de um contexto religioso e respondem às especificidades de uma determinada religião ou culto.

3.3.2.1. Giro na Umbanda

A Umbanda é uma religião brasileira, que surge no fim do século XIX. No início do século XX, aparece a importante figura de Zélio Fernandino de Moraes, médium carioca, quem é considerado o fundador desta religião. Formada pela união de elementos de outras religiões como o catolicismo, espiritismo, candomblé e ainda elementos da cultura indígena e africana.

A Umbanda não pode ser considerada como uma religião politeísta e sim, monoteísta devido a presença do orixá supremo *Olorum* ou *Obatalá*.¹⁵

Nos rituais da Umbanda, as danças são realizadas com os participantes dispostos em forma circular, com rotações que são realizadas em sentido anti-horário para ter a ideia de volta aos princípios, como uma forma de aproximação com a ancestralidade.

As cerimônias são marcadas por dois momentos, o *Xirê*, onde se canta para todos os orixás, como mínimo são feitas três cantigas e acompanhadas pelas danças. Todos os integrantes da cerimônia dançam numa grande roda, representando as características de cada orixá, imitando seus gestos. O segundo momento é caracterizado pela chegada dos orixás, os integrantes então, vestem as roupas e recebem suas ferramentas. A partir daí, o orixá desenvolve a coreografia sagrada¹⁶.

Esta dança ritual é também um forma de “oração corporal”, uma prece em movimento. Essa oração é expressada pela dança, gerando harmonia entre mente, corpo e alma, como uma forma de canalizar energias transcendentais do mundo espiritual e levando-as para à dimensão material. Na dança umbandista, consolida-se o fenômeno mediúnico, fato que ocorre no ritual, onde o médium anuncia, corporalmente, seu estado de Transe, deixando assim, transparecer o outro *Ser Espiritual* que naquele momento apodera-se, na sua mente. O médium libera a irradiação da energia pelo seu guia, e o círculo feito durante a dança afasta tudo que se refere ao mundo exterior, concentrando ali apenas o que é espiritual e divino, acontecendo desta forma, a união com o sagrado, o *Orixá* (Ogun, Bará, Xangô, Iansã, Obá, Oxum, Ossaim, Odé, Nanã, Obaluaiê, Omolú, Iemanjá, Oxalá, Oxumarê).¹⁷

Durante o Transe, as entidades encarnadas pelos médiuns realizam movimentos e gestos que caracterizam símbolos arquetípicos das entidades que habitam seu corpo. A configuração de movimentos é circular ou em forma de cruz, movimentações feitas geralmente

¹⁵ Disponível em: <https://www.maisbolsas.com.br/enem/religiao/o-culto-da-umbanda>. Acesso Ago 2020

¹⁶ Disponível em: http://wikidanca.net/wiki/index.php/A_Dan%C3%A7a_na_Umbanda Acesso Ago 2020

¹⁷ Ibidem

com as mãos para representar as flechas, espadas, lanças, espelhos, pentes, laços e etc, objetos que pertencem aos orixás. ¹⁸

Um fator de muita importância nesta dança ritual, é a relação dos pés com o chão. Os pés descalços relembram a dança dos negros e indígenas brasileiros, a sua relação com a terra, desta maneira dão a ideia de ancestralidade que está presente quase sempre. A dança umbandista envolve então, aspectos sociais, culturais, espirituais e cósmicos. Por este motivo, utilizam-se de movimentos que possam expressar suas tradições, o contato com o mundo espiritual e a alteração da Consciência.



Fig 5: representação de um ritual de Umbanda (Iemanja) ¹⁹

3.3.2.2. O Candomblé

O Transe no candomblé, dança no espaço dos instantes eternizados pela tradição mítica, revivida ao som dos tambores e ao sabor dos ventos que vindos do outro lado do Atlântico, encontraram aqui, o palco de suas beligerâncias [...]. (LOPES, 2017, p. 112).

O Candomblé é uma religião que surge no estado de Bahia em meados do século XIX, das mais difundidas no Brasil, procede de cultos tradicionais africanos, onde deposita-se a Fé

¹⁸Ibidem

¹⁹ <https://twitter.com/Ubanda5/status/1151475260157505536> . Acesso Ago 2020

num Ser Supremo (Olorum, Mawu ou Nzambi, dependendo da nação). E tem por base o culto dirigido às forças da natureza personificadas na forma de ancestrais divinizados: orixás, voduns ou inquices, dependendo da *Nação*. Sendo assim, chamada de *animista*.

Os escravos africanos, eram provenientes de diferentes regiões e diversos povos (desde Senegal, Angola, Moçambique e Madagascar), por tanto, suas religiosidades evoluíram em distintas tradições, estas são chamadas de *Nações*, que se distinguem principalmente pelas divindades adoradas, os atabaques, os cânticos e a língua usada nos rituais.

A palavra Candomblé significa basicamente Dançar, é uma junção do termo quimbundo “candombe” (dança com atabaques) e o termo “ioruba” ou “ilê” (casa), então quer dizer : Casa de dança com atabaques.

Os seguidores do candomblé são chamados médiuns, os médiuns não dão passividade a Espíritos ‘mortos’, conhecidos como ‘eguns’, mas somente a estas divindades chamadas de Orixás.

Os rituais de Candomblé são, realizados através de cânticos, danças, batidas de tambores, oferendas de vegetais, minerais, objetos e, em ocasiões, sacrifício de alguns animais. Os participantes devem usar roupas específicas com as cores do seu orixá, pois cada um possui o seu dia, cor, objetos e alimentos específicos.

Um ritual pode reunir dezenas a centenas de pessoas, normalmente, são praticados em casas, roças ou terreiros, os quais podem ser de linhagem matriarcal, patriarcal ou mista. Por consequência, as celebrações são dirigidas pelo "pai ou mãe de santo" ou "*babalorixá*" e "*iyalorixá*" respectivamente. Deve-se destacar também que a sucessão desses líderes espirituais é hereditária. Vale lembrar que os adeptos no Candomblé levam sete anos para concluir a iniciação dentro dos preceitos estipulados. Uma vez que o indivíduo passa pelo rito iniciático ele está perpetuamente condicionado à situação de Transe, dadas as devidas condições para o acontecimento desse fenômeno.

A dança, tem um papel fundamental dentro do ritual do Candomblé, devido a que é uma religião muito musical e culturalmente rica, e é por meio da dança que o povo de santo venera e homenageia seus Orixás. As danças são estruturadas a partir de coreografias executadas no *Xirê* ou até mesmo nas incorporações. Observa-se que as movimentações realizadas são relacionadas às letras das canções e as características dos orixás. A coreografia muda quando se começa a cantar outra canção. A configuração coreográfica dessa dança está

relacionada ao círculo, a antiga roda sagrada, que pode ser encontrada em danças de diversas culturas. Os participantes rodam em torno de um centro e em torno de si mesmo, realizando assim movimentos de rotação e translação. Os círculos giram em sentido anti-horário, trazendo desta forma, a ideia entre sagrado e profano e simbolizando a volta à origem. A forma do círculo tem uma grande importância na África, simbolizando a Grande Mãe, que contém os elementos masculinos e femininos. Por isso as coreografias referentes às divindades da Água: Oxum e Iemanjá possuem um movimento circular.²⁰

Um ritual onde o corpo do adepto passa por uma verdadeira metamorfose estética, passando a agir de maneira totalmente diversa da anterior. Os gestos não são mais da pessoa, a expressão do rosto modifica-se completamente e o orixá passa a se manifestar. “Na indissociabilidade do bloco santo- adepto, a pessoa, mais sutilmente, “vira”, desvia-se do que ela é, e seu corpo torna-se então o suporte desse santo” . Em contrapartida, o orixá só existe em função daquele corpo e opera na realidade tangível dele (LOPES, 2017, p.113).

Estas danças se caracterizam por começarem em um grande e lento círculo que vai diminuindo com o decorrer do ritual, desde a grande roda até o indivíduo dando voltas em torno de si mesmo, simbolizando assim, um contato maior consigo mesmo. Assim como o círculo, espirais também são figuras que aparecem nessas danças. A espiral pode representar nessa religião a procura do próprio espírito, que a partir de um ponto fixo alcança, com voltas, o mundo do sagrado. No candomblé a espiral está ligada a Exu (Orixá que expressa a dinâmica da vida, o movimento interno na criação e na expansão do mundo).

Os ritmos do Candomblé são aqueles usados para acompanhar as danças e canções dos Orixás. São cerca de 28 ritmos entre as Nações, os ritmos são executados através de quatro instrumentos: o Gã (sino), o Lé (tambor agudo), o Rumpi (tambor médio) e Rum (tambor grave responsável por fazer as variações). Os ritmos da Nação Angola são tocados com as mãos, enquanto que os de Keto e ²¹Jeje são tocados com a utilização de baquetas chamadas Aquidavis. As cantigas tem por finalidade a abertura de caminhos, cura de doenças, misericórdia, saída do ronco, rito fúnebre.

²⁰ Disponível em: http://www.wikidanca.net/wiki/index.php/A_Dan%C3%A7a_no_Candombl%C3%A9. Acesso Set 2020.

²¹ Ibidem

Os Atabaques são os principais instrumentos da música no candomblé, a sua execução é de responsabilidade dos Ogã, os atabaques marcam o toque, mas, tem como finalidade principal *chamar* os Orixás para o mundo dos humanos.

Difícil operar em categorias quando em verdade queremos fugir delas[...]. Fato é que o adepto do candomblé, em estado de transe, atinge outra dimensão de realidade, dimensão essa presentificada naquele instante em que o orixá dança (LOPES, 2017, p.113).



Fig 6: Roda no Candomblé (Xirê) ²²

3.3.2.3. Sama: o Giro Sufi

O Sufismo é, segundo Pedroni (2012), um modo de entender o ser humano e sua conexão com tudo que existe, assim como um método de ampliação de consciência e iluminação. Podemos entendê-lo como um caminho para aproximação do homem com o que é divino e com a perfeição e harmonia a toda existência. O tema central da vida dos sufis é a liberdade da Alma, que é obtida através do desapego com o próprio ego.

De acordo com esta mesma autora, não se sabe exatamente quando surgiu, nenhuma origem histórica é datada, mas os próprios sufis também conhecidos por *Dervixes*, acreditam

²² Disponível em: http://www.wikidanca.net/wiki/index.php/A_Dan%C3%A7a_no_Candombl%C3%A9. Acesso Set 2020.

que seus princípios e ideias existem desde o início dos tempos. O Sufismo se constituiu e foi protegido dentro do Islamismo, sendo considerado o lado místico dessa religião. O significado original da palavra *Islã* significa ‘submissão’ (ao divino) e *Salem*, paz, na língua árabe. Dentro desse contexto religioso de devoção e crenças, o Sufismo desenvolveu-se como um particular modo de conexão com o ser Divino. Assim como a apreciação do Alcorão esteja presente no Sufismo é importante destacar que ele não é de submissão.

O Sufismo pode ser considerado, então, desde uma filosofia, uma religião ou mesmo um modo de entender e sentir a existência do homem no mundo. Os Sufis, acreditam que o homem está afastado e desconectado da existência e precisa encontrar o caminho de volta. Dessa maneira, criaram práticas de oração e de meditação que facilitassem essa aproximação consciente do homem com tudo que existe. O poeta místico persa, Jalaluddin Rumi (1207-1273), foi quem inspirou a constituição da *Ordem dos Dervixes Giradores*, assim como foi o criador do Giro Sufi. (PEDRONI, 2012).

A *Dança-Giro* dos Dervixes ou *A Arte do Equilíbrio da Vida*, pode ser expressada no seguinte termos: o *Sama* é “a arte de abrir as asas internas” É considerado um meio de liberar a energia espiritual. O *Sama* é a célebre dança mística, giratória dos Dervixes da Ordem Mevlevi. Significa "audição" e designa um dos atributos de Deus, revelados no Alcorão. A Dança é descrita como resposta dos Dervixes ao chamado divino (CAMARGO, 2006, p.6).

Uma característica importante deste ritual de sete séculos é que ele reúne os três componentes fundamentais da natureza humana: a mente (pelo conhecimento e pensamento), o coração (através da expressão de sentimentos, poesia e música) e o corpo (ativando a vida, girando). Estes três elementos são integralmente unidos tanto na teoria quanto na prática.

A autora Giselle Camargo (2006), na sua tese *A Arte Secreta dos Derviches Giradores: um estudo etnocenológico do Sama Mevlevi*, menciona que:

Para se aprender o *Sama* – referindo-se ao aprendizado da técnica corporal do giro – não basta treinar, isoladamente, as seqüências coreográficas dos exercícios preparatórios. É preciso, antes, desenvolver uma atitude interna de confiança, que se estenda, também, ao contexto externo da vida: Antes do primeiro passo e antes do primeiro giro, começa um processo de enraizamento em Deus. A condição para isso é a decisão de confiar. O relacionamento com Deus se desdobra, a partir daí – como em todo processo de confiança e amor, mais é mais (CAMARGO, 2006, p.5).

O ritual Sama, por tanto, é uma das vivências do Sufismo que visa a ascensão do homem à algo maior, perfeito e harmônico. Sua organização estrutural permite que o indivíduo se prepare, passo a passo, para sua libertação e, conseqüente, encontre com o Divino dentro de si.

A parte central do Sama, a do movimento giratório, é na verdade, uma forma de meditação dinâmica, um modo de encontrar o estado de atenção, presença e disponibilidade sensorial através da ação repetida e consciente dos giros (encontrada em diversas culturas) para entrar em estado de Transe. A busca de estados de êxtase tem por propósito a identificação com as forças da natureza, a comunicação com os deuses e a obtenção de poderes sobrehumanos (PEDRONI, 2012).

A iniciação no giro é tanto simbolicamente como culturalmente. Antes mesmo do *Samazen* (dervixe dançante) girar a primeira vez, o processo de crescimento interior e mudança de vida já estão bem adiantados. A iniciação no giro sufi é uma experiência extática através do movimento, onde o estado de transe atingido propicia um aprendizado próprio do indivíduo acerca de si mesmo e, conseqüentemente, do que o cerca.

O objetivo do Sama é induzir o praticante a um estado consciente de união com o Cosmos. Essa experiência atinge tanto os níveis mais profundos da existência quanto o cotidiano do indivíduo. É por esta razão que o Sama é concebido pelos autores, individual e coletivamente, como uma espécie de treinamento para o perfeito equilíbrio da vida (CAMARGO 2006).

O peso do corpo é submetido ao pé esquerdo, a cabeça inclinada para a direita, os olhos entre abertos, os braços abertos relaxadamente esticados. As saias bancas inflam durante o movimento, parecendo estende-se por uma força centrífuga. Segundo os Mevlevi, os braços abertos ao lado do corpo (aproximadamente na linha dos ombros) simbolizam o homem como uma ponte entre o céu e a terra. A palma da mão direita direciona-se para o céu, recebendo as bênçãos e graças de Deus que são distribuídas quando entregues à terra pela palma da mão esquerda (voltada para baixo). O Giro acontece no sentido anti horário e em torno do seu próprio eixo.(PEDRONI, 2012, p22).

Girar tem o sentido de encontrar o ritmo da vida, o equilíbrio entre dar e receber, segurar e soltar, aceitar e transmitir energia ao mundo, merecer e servir, resistir ou ser firme e ceder. Com o giro, aprende-se a separar o necessário do desnecessário na vida. O centro do giro individual é o coração. A consciência deve ser mantida no coração, não o coração físico, mas o

órgão sutil da percepção ou centro supra-sensível (qalb), localizado no lado esquerdo do peito, na altura do coração físico (CAMARGO, 2006, p.9).



Fig 7: Giro Sufi - Ritual Sama²³

Mesmo a prática do Sama não tendo por objetivo primeiro, a representação cênica, existem alguns praticantes de Sama que tem se tornado “dervixes giradores” profissionais, apresentando o ritual dançante artisticamente, em teatros e salas de concerto.

Segundo Camargo (2006, p. 6), a consciência do significado de cada posição, gesto, passo ou giro – seja por parte dos próprios dervixes, envolvidos com a prática, seja por parte dos espectadores, quando o Sama é público – atribui às “estruturas universais” do movimento (girar, caminhar, cruzar os braços, erguer as mãos para o céu), identificáveis em outras artes tradicionais. Sem essas referências não seria possível, por exemplo, distinguir o giro do Sama Mevlevi, do giro do Candomblé ou mesmo de uma volta em passo de valsa.

O cerimônia do Sama é finalizada com uma recitação do Alcorão, feita pelo *hafiz*, onde logo na primeira sentença os Dervixes param de girar. A oração é longa e oportuniza aos dançarinos retornarem do Transe ou Êxtase (PEDRONI,2012, p.20).

²³ Disponível em: <https://universodoespirito.com/luz-divina/> . Acesso Ago 2020.

3.3.3. Danças Espectaculares

Também chamadas de danças de Concerto, danças de espectáculo ou dança Teatral (Reino Unido). São todas aquelas, que são realizadas para uma platéia. Geralmente estas danças são coreografadas e apresentadas em conjunto com música (seja ésta ao vivo ou não). Por exemplo, algumas danças cerimoniais e danças barrocas misturavam dança de concerto, com dança participação, fazendo com que os participantes assumissem o papel de intérpretes ou espectadores em diferentes momentos.²⁴

No Reino Unido tem uma série de treinamentos de formação em dança e de exames, tendo um ramo separado dedicado à dança teatro, com planos de estudos codificados para cada técnica. Muitos professores de dança e Escolas de todo o mundo, preparam seus alunos para os exames de dança e qualificações, em organizações, com sede no Reino Unido, como exemplos por exemplo: a *Royal Academy of Dance*, a *Sociedade Imperial de Professores de Dança* e a *Associação Internacional de professores da dança*. Todas essas organizações são consistentes na oferta de Balé clássico, Dança moderna, Sapateado ou Jazz.

Muitos estilos de dança, se realizam dentro de um contexto espetacular, entre eles: Balé Clássico, Dança Contemporânea, Dança Moderna, Dança Jazz, Dança do Ventre, Danças Clássicas da Índia, Kandyan, Flamenco, Sapateado, Hip- Hop, etc.

Neste estudo expõem-se apenas alguns desses estilos de danças, principalmente, aqueles praticados pelos profissionais que se dispuseram a responder o questionário para realizar esta pesquisa, evidenciando que através das Danças Espectaculares, o Transe, também pode ser experienciado.

3.3.3.1. Balé Clássico

O balé clássico nasceu na Renascença, na corte dos Médicis (Itália). Assim como o termo ballet tem a sua origem na palavra italiana “ballare”, que significa bailar ou dançar. Ballet pode ser definido como uma arquitetura em forma de dança. É resultado da fusão de outras artes – música, pintura, poesia – com a dança. No período de Luis XIV, o balé da corte atingiu seu nível com a criação da Academie Royal de la Danse, fundada em Paris em 1661 sob a direção de Pierre Beauchamps, transformando um divertimento de corte em Arte Teatral (ACHCAR, 1998. pp. 25-26).

²⁴ Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Danza_de_concierto . Acesso em: Set 2020

O balé pode ser tido como uma das atividades mais puras do espírito, pois desenvolve uma linguagem poética nas mãos de artistas criadores . Apresenta também, uma técnica do movimento extremamente complexa e elaborada. Além disso, a história do ballet é formada por períodos de intensas descobertas e avanços técnicos, é desta forma que vão nascendo as diferentes Escolas, sendo as primeiras a Escola Italiana com Enrico Cecchetti e seguidamente a Escola francesa com Pierre Beauchamp, Jean George Novère, entre outros maestros criadores e codificadores da técnica. Logo tem auge com os balé russos de Sergei Diaghilev, e a Escola Rusa de Agrippina Vaganova. Existe também Royal Danish Ballet (August Bournonville, Dinamarca) e a Escola Inglesa Royal Academy of Dance, o método Americano (George Balanchine) e por último soma-se no ano 1950, o método Cubano, adaptado especialmente para o biotipo latinoamericano, por Alicia e Fernando Alonso.²⁵

Um aspecto em comum para todas as metodologias, é que todas usam o mesmo idioma, o Francês, não importando em quais países foram criadas e desenvolvidas . É um tributo à L'Académie Royale de Danse, fundada no ano 1661 em Paris. Outra das características do balé é que suas obras transcenderam no tempo e são repetidas e cultivadas até hoje, sendo assim, nomeadas de “repertório clássico”, obras clássicas como: Giselle, Lago dos Cisnes, La fille mal gardée, La Bayadere, Cinderella, Bela adormecida, entre tantas outras obras que têm sido remontadas por coreógrafos mais recentes, embora mantendo a sua narrativa. Assim também, óperas e contos têm sido levados para o balé, como a Ópera Carmen e o conto Alice no país das maravilhas. As obras de repertório foram interpretadas ao longo da história por uma infinidade de bailarinos dos quais os mais grandes e reconhecidos são Ana Pavlova, Vaslav Nijinsky, Margot Fonteyn, Rudolph Nureyev, Maia Plissetskaia, Alicia Alonso, Tatiana Leskova , Mikhail Baryshnikov, entre outros (ACHCAR, 1998; BOURCIER, 2006).

²⁵ Disponível em: <https://balletfitonline.com/metodos-do-ballet-classico/> . Acesso em Set 2020.



Fig.7: Birmingham Royal Ballet - Cinderella - Cesar Morales Anderson, bailarino principal.²⁶

Com o tempo, o Balé converteu se em uma disciplina impartida em diferentes instituições do mundo e tornou-se em um dos estilos de Dança de Concerto mais amplamente difundidos e interpretados na atualidade.

3.3.3.2. Dança Contemporânea

A Dança Contemporânea, surge como uma autêntica revolução aberta contra os sistema de regras rígidas do balé clássico, caracterizando-se pela inteira liberdade dos movimentos e da expressão, mas com o devido cuidado para não prejudicar a beleza das formas, de linhas e de equilíbrio estético. Este novo estilo, procura transmitir com maior ênfase às ideias, sentimentos e emoções do homem, tentando teatraliza-las ao máximo por meio dos movimentos corporais (ACHCAR, 1998, pp. 27-30).

Se origina nos finais do século XIX e princípios do século XX, com sua maior expoente Isadora Duncan, seguida por Loie Fuller, Rut St Denis, Mary Wigman, Merce Cunningham, entre outros. Até finais da Segunda guerra Mundial, este nova forma de dança, chamou-se *Dança Moderna*, e evoluiu no final dos anos 1940, a partir de então preferiu-se utilizar a expressão *Dança Contemporânea*. No início, podem se distinguir

²⁶ Disponível em: <https://www.groupeisureandtravel.com/news-and-views/birmingham-royal-ballet-shares-its-upcoming-season/8505.article>. Acesso em: Set 2020

duas escolas, a americana e a europeia, hoje em dia, as técnicas modernas são uma mistura de muitos estilos ²⁷.

A dança contemporânea busca sempre a inovação e criação de novas formas de movimento de acordo com as necessidades do coreógrafo e do intérprete. Esta forma de dança, pode falar sobre um conceito, propor movimentos com o fim de conseguir uma estética determinada, não sempre tem que contar uma história. O coreógrafo costuma tomar as decisões criativas, ele determina se a peça terá um caráter abstrato ou narrativo. Os bailarinos são selecionados de acordo com suas habilidades e treinamento. Uma característica distintiva é a utilização de tecnologia para acompanhar as coreografias, como a projeção de imagens e vídeo.



Fig 8: Grupo Corpo, dança contemporânea brasileira. Coreógrafo: Rodrigo Pederneiras.²⁸

A dança contemporânea, como todas as outras Artes tem tido grandes mudanças conceituais e estéticas ao longo da sua história, transformando-se constantemente. Nos últimos 50 anos a pesquisa e a busca contínua de novas formas de expressão tem conduzido a dança por diferentes caminhos até atingir a perfeição técnica e artística. Influenciada pelas mudanças da vida social, política, a dança tem mudado sua forma de ser, sua estética e sua percepção. Durante as primeiras décadas do século XX, nasce a nova forma de dança-teatro alemã *Tanz theater* (FERNANDES 2006, p. 27).

²⁷ Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Danza_contempor%C3%A1nea . Acesso em: Set 2020

²⁸ Disponível em: <https://guaja.cc/guia/7-ou-8-pecas-para-um-ballet-gira-temporada-popular-bh-no-cine-theatro-brasil/>. Acesso em Set 2020.

A dança-teatro foi inicialmente desenvolvida por Rudolf von Laban, tendo como principal objetivo de uma linguagem apropriada ao movimento corporal, aplicações teóricas, coreográficas, educativas e terapêuticas. Contudo, foi amplamente difundida a partir do trabalho da coreógrafa alemã Pina Bausch, que posteriormente inspirou a criação do Teatro físico contemporâneo. Bausch, foi a segunda coreógrafa que deu forma completa e madura à *Dança-teatro*, dando atenção aos origens expressionistas.

3.3.3.3. Dança Oriental

Popularmente conhecida como Dança do Ventre ou Dança Árabe, a Dança Oriental, tem seu nome em árabe: *Racks el Shark* (رقص شرقي), e em turco: *Oryantal dansi*, que significa para ambos idiomas, *Dança Oriental*. Recebendo por consequência, influência de povos e culturas do Oriente médio e da Ásia meridional. Se reconhece como uma das danças mais antigas do mundo sobretudo nos países de Oriente médio e Magrebí (Egipto, Líbano, Turquia, Marrocos, Argélia, Israel.)²⁹.

Esta dança cujo arte expressa feminilidade, vitalidade e sensualidade, não é exclusividade das mulheres. Os melhores maestros, bailarinos e coreógrafos do Egipto são os homens.

²⁹ Disponível em: <https://www.centraldancadoventre.com.br/publicacoes/artigos/26/homens-na-danca-do-ventre-pode-ou-nao/17361> . Acesso em: Set 2020.



Fig 9: Hatem Hamdy (Tommy King), bailarino no palco Egípcio³⁰

É composta por uma série de movimentos ondulatórios, vibrantes, fortes e ao mesmo tempo delicados, com rotações que envolvem o corpo como um todo. Na atualidade, ganhou aspectos sensuais e exóticos. “A Dança do Ventre é a arte de dominar as partes do corpo separadamente ou em conjunto, transmitindo e expressando sentimentos em harmonia com a música oriental” (MARTINS, 2005, p.21).

Por possuir elementos corporais e sensuais femininos, acredita-se que sua origem se remonta ao período matriarcal, no Neolítico, inicialmente era considerada um ritual sagrado. A origem está relacionada aos cultos primitivos da Deusa mãe ou Mãe cósmica. Noções antigas de criação, se originaram da ideia do nascimento, que consistia na única origem possível das coisas. Esta ideia foi extraída diretamente da teoria arcaica de que o útero repleto de sangue era capaz de criar magicamente a prole. Acreditava-se que a partir do sangue divino do útero e através do movimento, dança e ritmo cardíaco, que agita-se este sangue, surgissem os "frutos". Estes são alguns dos motivos pelos quais as danças das mulheres primitivas eram constituídas por movimentos pélvicos e abdominais.³¹

³⁰ Disponível em: <https://www.centraldancadoventre.com.br/publicacoes/artigos/26/homens-na-danca-do-ventre-pode-ou-nao/17361> . Acesso em: Set 2020.

³¹ Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Dan%C3%A7a_do_ventre. Acesso em Set 2020.

Estas danças tiveram passagem pelo Antigo Egito, Babilônia, Mesopotâmia, Índia, Pérsia e Grécia. A dança oriental é única, embora existem diversos estilos, dependendo do país ou região, como também existem diferentes ritmos e melodias, entre estas: *Raks Al Assaya* ou *Saidi* (dança do bastão), *Raks el Shamadam* (dança do candelabro), *Raks al Saif* (dança da espada), dança com taças, dança do véu. Ritmos como *Shaabi*, *Khaligi*, *Baladi*, entre outros. A dança tradicional *Raks Baladi*, provém diretamente do folclore e é uma dança que expressa nostalgia do país (Beled). As danças realizadas por bailarinas profissionais, eram chamadas **Almees** ou **Awalim**, quem bailava e cantava nas cortes do Oriente. As outras bailarinas de rua que também foram consideradas eram chamadas **Gawazy**, elas faziam parte de grupos ambulantes de musicistas e animadores, provavelmente de origem cigano. A prática desta dança, ganhou espaço na Europa e América a partir dos anos trinta e quarenta. Desde aquela época, e particularmente desde os anos noventa, tem se desenvolvido de forma considerável no mundo todo.³²

A dança oriental influenciou à dança contemporânea através do trabalho de Ruth St Denis e converteu-se em moda nos palcos de Ocidente até hoje, como também têm sido levada ao cinema hollywoodiano e egípcio.

³² Disponível em: <https://barcelona-dance.com/estilos-de-danza/danza-del-ventre-oriental.php>. Acesso em Set 2020



Fig 10: *Raks al Saif*, Dança da Espada. Bailarina : Aisha Fontemaggi.³³

3.3.3.4. Danças Clássicas da Índia

A cultura hindu foi o berço do Transe, mais precisamente no estado de Goa. Desde seus primórdios, essa cultura mitológica e rica em divindades e continua inspirando e influenciando o universo do Transe até os dias atuais.

A dança na Índia, é considerada uma representação artística e de tradição milenária, mas também, ela foi concebida como uma oferenda sagrada aos deuses³⁴.

Existem variadas danças tradicionais, que embora sejam diferentes umas das outras, todas possuem uma unidade fundamental nos seus padrões básicos de movimento e expressividade.

São conhecidas como danças clássicas da Índia ou danças Tradicionais, todas aquelas que estão incluídas no *Natya-shastra*, um tratado artístico atribuído ao rishi *Bhârata* escrito por volta do ano 400 a. C. por o sábio Bharata Muni. O termo *Natya*

³³ Disponível em: <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=615105388513831&set=pb.100000431270025.-2207520000..&type=3> Acesso Set 2020.

³⁴ Disponível em: <http://www.revistadeartes.com.ar/revistadeartes%207/danza.html> Acesso Set 2020

é traduzido como dança, mas seu significado é muito mais amplo do que a palavra representa no Ocidente, pois envolve canto, música, teatro, poesia, filosofia entre outras disciplinas. Esta obra está dividida em 38 capítulos, que descrevem as convenções do Teatro, drama, poesia, canto, música e Dharma. Incluindo regras sobre temas diversos como os prédios ideais para interpretar estas artes, as regras de prosódia e dicção, os tipos de personagens, a forma de representar os sentimentos, os movimentos de cada membro. São detalhados ao redor de sesenta e sete *Hastas* (posições das mãos) e trinta e seis movimentos de olhos.

São conhecidos nove estilos de dança indiana³⁵:

a) Bharatanatyam:

É uma elegante forma de dança proveniente do Sul da Índia. É uma combinação de Bhava (emoção), Raga (melodia) e Tala (ritmo). Esta arte e suas tradições foram desenvolvidas nos grandes templos sagrados por bailarinas chamadas de Devadasis, mulheres dedicadas a bailar durante os rituais de oferendas. Estas donzelas mostraram uma devoção única a propagar esta Arte de geração em geração. Bharata Natyam é uma dança que apresenta muitas dificuldades técnicas e por tanto, deve ser estudada desde muito cedo.

³⁵ Disponível em: https://es.wikipedia.org/wiki/Danzas_cl%C3%A1sicas_de_la_India#Kathak . Acesso em: Set 2020



Fig11 :Bharatanatyam Dance : Dançarina e coreógrafa Kamalakshi Rupini.³⁶

b) Chhau:

Forma tribal de dança marcial de Orissa, surgido originalmente como parte das festividades solares correspondentes ao mês entre março y abril.

c) Kathak:

Em hindi: कथक, urdu: کتھک, A palavra *kathak* vem do sânscrito *Katha* que quer dizer *história* e *katthaka* que quer dizer *aquele(a) que conta histórias*. Esta dança é oriunda do Norte da Índia. Suas origens remontam aos bardos nômades do norte da Índia antiga, conhecida como Kathaks ou contadores de histórias. Estes bardos, que atuavam em praças e pátios de templos, eram especializados principalmente em contar contos mitológicos e morais das escrituras sagradas indianas. É principalmente uma forma de teatro, com música instrumental e vocal e o uso de gestos e movimentos estilizados para representar a história contada. Sua forma atual contém vestígios de danças e rituais de templos hindus, com influência do movimento bhakti. A partir do século XVI, absorveu certas características da dança persa, influenciada também pelo Império Mogol. Se caracteriza por executar giros rápidos, trabalho de pés e uma forte

³⁶Disponível em: <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=342370160502550&set=pb.100041887063223.-2207520000..&type=3> .
Acesso Set 2020.

conexão entre dança e música, predominando na sua interpretação o instrumento de percussão tabla.

d) Kathakali:

Originada em Kerala no século XVII, é uma forma de drama dançado que inclui formas do *Bharatanatyam*, *hastas* e música vocal e instrumental. Ela explora os movimentos leves e um pouco mais lentos, uma das partes do corpo mais usadas, são os olhos e também os pés.

e) Kuchipudi:

Kuchipudi (కృతఘటి) é uma dança grupal tradicionalmente masculina, reservada aos membros da casta sacerdotal brahman. Até os anos 1960, os papéis de mulheres eram representados por homens, apenas no século XX passou a ser praticado por mulheres e aproximou-se do universo das danças dramáticas indianas. É originária de do Estado de Andhra Pradesh, no sul da Índia.

A interpretação desta dança começa normalmente com alguns dos ritos e oferendas em que cada artista o apresenta. Logo da introdução a dança é acompanhada com música. Os adornos que utilizam os artistas são feitos normalmente de madeira mole.

O Kuchipudi é caracterizado pelo virtuosismo, pelas poses esculturais, pelos giros e pulos e pela agilidade de suas composições. O símbolo de resistência do Kuchipudi é o Taragam, executado sobre um prato de cobre e com um pote de água na cabeça.

f) Manipuri:

Proveniente do estado de Manipur, fronteira com Birmânia, é uma representação devocional dedicada a Krishna e Radha. Os movimentos dos braços são delicados e suaves, assim como os movimentos dos pés que o caracteriza essa dança. Essa dança é conhecida pela sua aparência suave e ondulante. Enquanto o feminino ‘Rasa’ se baseia-se no Radha-Krishna tema característica dos grupo de ballets e solos. A parte dos homens “Sankirtana” são realizados ao ritmo pulsante do manipuri Dholak e estão cheios de vitalidade e energia.

g) Mohiniyattam:

Do (sânscrito: मोहिनी आटम्) dança tradicional de Kerala, sul da Índia. Consiste em uma dança muito bela, protagonizada unicamente por mulheres. O termo deriva de "*Mohini*" que significa "mulher que encanta quem a olha", y "*aattam*"; "movimientos cheios de graça e sensuales". Assim o conceito significa "**Dança do encantamento**". A dança inclui saltos e

movimentos suaves com o tronco rígido. A coreografia segue os textos do *Hashta Lakshanadeepika*, que utiliza elaborados *hasthas*. Existem ao redor de quarenta movimentos básicos, conhecidos como "*atavukal*". O figurino da bailarina é um sári branco com brilhantes brocados dourados. A música vocal de *mohiniattam* agrega variações na estrutura rítmica denominadas *chollu*. A letra está em *Manipravala*, uma mistura entre sânscrito e malayalam.

h) Odissi:

Odissi é outra das danças clássica descrita no *Nâtya-shâstra*; com aproximadamente 2.000 anos de tradição. Com suas origens em Orissa, dentro do culto a Jagannâtha. Esta dança provém dos bailes de los *devadâsî* do templo de Puri, e pelo fato de estar proibida durante a invasão inglesa, parte da tradição se perdeu, no entanto, os coreógrafos lentamente tem tentado recuperá-la graças a manuscritos históricos e imagens dos templos. A técnica desta dança no corpo do intérprete se subdivide em tres partes: cabeça, busto as extremidades. Os movimentos e as expressões estão dirigidos a descrever e representar fortes emoções. A dança é acompanhada de um recital de poesia cujo tema central é o amor entre Krishna e Radha.



Fig12: Odissi Dance - Dançarina: Manjari Devi Dasi.³⁷

i) Sattriya:

É uma arte performática dança cerimonial originada nos mosteiros Vaisnavas do estado de Assam no século XV, com temática mitológica, centrados em Krishna. Rica em história e cultura, sua tradição se manteve viva graças a Srimanta Sankardev.³⁸

Vale a pena ressaltar que as danças da Índia, inicialmente nasceram dentro de um contexto mítico- religioso, como oferendas aos Deuses, característica que se mantém até hoje. Mas com o passar do tempo ela foi sendo transmitida e cultivada de modo que se converteu em uma Arte Teatral, e na atualidade, ela é considerada uma dança de concerto, das mais completas e de maior complexidade técnica no mundo.

³⁷ Disponível em: <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=10152707487946428&set=t.1051032937&type=3>. Acesso Set 2020

³⁸ Disponível em: <http://ccrtindia.gov.in/regionalcentres.php> . Acesso em: Nov 2020

3.4. Transe experiência transcendental

" A Dança é a linguagem escondida da Alma"

Martha Graham

Atingir um Estado de Transe, considera-se um fenômeno onde podem ocorrer diversos eventos neurofisiológicos. Bem como, trata-se de um processo psicológico no qual o sujeito que o experimenta, se desconecta de tudo ao seu redor.

Em muitas tradições religiosas, este estado relaciona-se com a Iluminação Espiritual, de fato, os chamanes de todas as culturas se auto induzem a estados deste tipo como uma via para alcançar o conhecimento.

Segundo o pesquisador do Instituto de Artes da Unesp, Roman Lopes em sua dissertação de mestrado *À se Grotowski! O Transe no corpo do ator contemporâneo* : “O Transe acrescenta conhecimentos a vida ordinária do indivíduo que o experimenta” (LOPES, 2017).

O Transe, propicia uma reconfiguração da rede cerebral, que tem como efeito um estado de pensamento que favorece a integração e a compreensão (TENDÊNCIAS, 2015).

Por vez, o Transe se apresenta em diferente intensidade, o que faz complexa sua real identificação, por este motivo é preciso investigar através de métodos, como a Neuroimagem, onde se esclarece em detalhamento todas suas nuances.

Para ir além da fronteira entre ciência e espiritualidade, pesquisadores e intelectuais, realizam estudos e tentam explicar o transcendente. Nasce então, o termo **Misticismo racional**³⁹, que engloba tanto misticismo e racionalismo - linha de investigação que estuda estados alterados de consciência, tais como transe, visões, sonhos lúcidos, oração, etc. Inclui diversas áreas tais como, filosofia, antropologia, pesquisa científica dentro da neurofisiologia e a psicologia.

Como também, existe uma área da Neurociência especializada em investigar os processos neurológicos durante as experiências místicas e religiosas, chamada **Neuroteologia**⁴⁰.

³⁹ Disponível em: https://pt.qwe.wiki/wiki/Rational_mysticism. Acesso em: Set 2020

⁴⁰ Disponível em: <http://teologia.faculdadefmb.edu.br/wp-content/uploads/2019/06/Artigo-01.pdf>. Acesso em: Set 2020

O psiquiatra tcheco Stanislav Grof (1931) que estuda Estados Alterados da Consciência, utiliza a palavra *transpessoal* para referir-se à transcendência das fronteiras comuns da personalidade e inclui muitas vivências denominadas espirituais, místicas, religiosas, ocultas, mágicas ou paranormais.

Ele diz ainda que num estado transpessoal não diferenciamos entre o mundo da realidade consensual, ou mundo cotidiano contemporâneo, e o reino mitológico de formas arquetípicas. Além disso, existe um potencial terapêutico e transformador nestes estados transpessoais (CORPOELEGUN, 2013).

Para Grof:

[...]os estados transpessoais, são experiências holotrópicas e estas removem a sensação de alienação, criam sentimentos de pertencer, infundem força, otimismo e bem estar no indivíduo e aumentam a auto-estima. Limpam os sentidos e os abrem para a percepção da extraordinária riqueza, beleza e mistério da existência. A experiência da unidade fundamental com o resto da criação aumenta a tolerância e a paciência em relação aos outros, diminui o nível de agressão, e amplia a capacidade de sinergia e cooperação (CORPOELEGUN, 2013, s/p.).

Para aquisição de experiências de espiritualidade profunda, alguns homens e mulheres utilizaram a Dança como via de acesso. O corpo que dança na contemporaneidade, pode ser um corpo que participa de um movimento em sua totalidade, que não se pode negar além do seu espírito, da sua Alma, as suas capacidades transcendentais em diálogos com realidades abstratas. O corpo tem se convertido também numa espécie de “médium” onde explora recursos que, servem para construir o mundo que nos rodeia (OVERARTH, 2015, p.79).

Luis Álvarez, docente e investigador da Universidade de Zaragoza, Espanha, especialista em Fenomenología, Teoría Estética, Bioética e Teoría do conhecimento, no seu Artigo *Arte y danza. Necesidad, estabilidad y trascendencia*, menciona:

Quando Pina Bausch recomendava aos seus alunos que procurassem, sem se quer indicar jamais se as direções estavam tomando eram ou não corretas, se tratava de explorar, no dança, o corpo no espaço de orientação. Esta busca é a incessante e nunca determinada intencionalidade do corpo no espaço da dança. é uma alusão clara à alegoria que utilizamos nesta exposição, a tela tornou-se uma analogia dessa nova transcendência que está representada na Arte. (ALVAREZ, 2015. p.12)⁴¹ (Tradução da autora).

⁴¹ Cuando Pina Bausch recomendaba a sus alumnos que buscaran, sin ni siquiera indicar jamás si las direcciones que estaban tomando eran o no las correctas, se trataba de explorar, en el baile, el cuerpo en el espacio de orientación. Esta búsqueda es la

A dança, surge da própria necessidade de transcendência no mundo, desligando a racionalidade da materialidade. As danças pagãs ou de carnaval, estabelecem um nexo de união com a natureza, com o Universo, e com o transcurso da temporalidade.

No ritual indígena mapuche *Nguillatún*, os participantes da cerimônia e as autoridades que a regem, realizam um encontro de dois dias aproximadamente, para agradecer ao Grande Espírito por tudo o acontecido e por acontecer. Os participantes entregam sentimento, energia, comunicação e parte da sua Alma ao Grande Espírito, através das orações, da dança e da música. Todo este processo composto por três partes: *dar- receber- devolver*, possui uma forte “eficácia simbólica” onde o grupo cultural crê e compartilha da mesma forma. Quer dizer que as pessoas acreditam profundamente no que se está pedindo e realizando no ritual, de tal forma, que as ações cometidas pelos indivíduos, tem um efeito.

Esta eficácia simbólica está fundamentada num sistema de Fé e crenças que sustenta o próprio ritual. Se não existisse uma crença e uma forte Fé, por parte do grupo cultural no que se está realizando e pedindo no ritual, não existiria uma relação entre causa e efeito. Os participantes do ritual Nguillatun acreditam na *Machi*, nas coisas que dizem e fazem durante seu estado de Transe, nas suas viagens xamânicas, nas petições e orações, sendo a Fé, o sustento do ritual. Um exemplo concreto sobre a eficácia simbólica que possui o ritual Nguillatun é quando se realiza a dança da chuva e realmente começa a chover (MOLINA, 2005).

Todavia, para o Ritual Sama dos Derviches, o tema central da vida é a liberdade da Alma, que é obtida através do desapego com o próprio ego e da entrega completa para um Estado de perfeição e harmonia. Existem três diferentes estágios de desenvolvimento espiritual: *Atma*, que significa Alma, *Mahat*, alma elevada ou ser iluminado; e *Paramatma*, que se refere ao homem divino, pessoa auto realizada. No primeiro estágio, a pessoa comum, o indivíduo, é aquele que dá maior importância ao mundo e menor importância ao divino. Já na segunda categoria, do ser iluminado, este dá maior importância ao divino, à devoção, e menor importância ao mundo. Porém, no último estágio, considerado o de maior evolução, o homem passa a agregar importância tanto ao mundo como ao divino, encontrando então o equilíbrio de seu dia a dia e suas atividades, com a existência harmônica do todo (PEDRONI 2012).

incesante y nunca determinada intencionalidad del cuerpo en el espacio de la danza. Es una clara alusión a la alegoría que hemos utilizado en esta exposición, la pantalla se ha convertido en una analogía de esta nueva trascendencia que es representada en el Arte (ALVAREZ, 2015. p.12)

Para Luis Álvarez:

O corpo da Dança é um corpo que se separa dos equilíbrios organizados e, não entanto, a bailarina ou o bailarino, cria um mundo que tem um tempo sua instabilidade é moderada, existe uma cadência que organiza o movimento. A bailarina ou o bailarino, cria um mundo que tem tempos e espaços próprios, alheios à prática diária. (ALVAREZ, 2015, p.13).⁴²

Ao falar sobre corpo e sobre o cotidiano de um bailarino ou um estudante de dança, nota-se que a repetição é essencial, tanto para o aprendizado, como para a corporalização de novas linguagens da dança (embodiment)⁴³, o aprimoramento técnico, o processo individual de transcendência, e até mesmo o alcance de Estados Alterados de Consciência.

Por outro lado, este automatismo⁴⁴ adquirido com a repetição e a rotina de um bailarino, poderia ser prejudicial para o seu desenvolvimento. Klauss Vianna, artista da dança brasileira, menciona:

[...] para começar, ficam sempre nos mesmos lugares, ouvem a mesma música, o mesmo som diário do professor, que corrige diariamente as mesmas coisas nas mesmíssimas pessoas. Pronto: com cinco minutos de aula, todo mundo está em Transe, ninguém mais está ali, e se um elefante passar pelo meio da sala ninguém nota (VIANNA, 2008, p. 34).

Para compreender outros aspectos do automatismo Monica Ribeiro, Professora da Escola de Belas Artes da Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG e Lúcio Teixeira, Professor da Faculdade de Medicina da mesma universidade, realizam uma investigação onde se esclarece que :

Na área de estudos sobre comportamento motor, o movimento automatizado refere-se, portanto, àquele estágio no qual não se necessita uma atenção e monitoração consciente. No entanto, na área de Artes Cênicas, o termo automatismo é, muitas vezes, compreendido, de maneira pejorativa, como “robótico”. O caráter “robótico” está relacionado à mecanização do movimento, à falta do sentimento de “presença cênica”, à ausência de intencionalidade, à falta de espaço para as emoções e sentimentos. Desconhece-se que, no sentido neural, que a automatização é um mecanismo protetor, pois

⁴² .El cuerpo de la danza es un cuerpo que se separa de los equilibrios ordenados y, sin embargo, su inestabilidad es regulada, hay una cadencia que ordena el movimiento. La bailarina, o el bailarín, crea un mundo que tiene un tiempo y espacio propios, ajenos a la práctica cotidiana.

⁴³ Embodiment . Disponível em : <https://www.scielo.br/pdf/rac/v17n6/a06v17n6.pdf>. Acesso Nov 2020.

⁴⁴ Automatismo. Disponível em: file:///C:/Users/Maria/Downloads/Ensaio_dentro_da_mente_danca_e_neuro.pdf. Acesso Nov 2020

permite a ativação simultânea de diversos circuitos concomitante à execução coreográfica. As funções motoras sob responsabilidade dos circuitos pré-frontais passam a ser monitorizadas pelo cerebelo e núcleos da base, liberando os circuitos pré-frontais para executarem novas tarefas. A própria relação das seqüências com algum tipo de emoção que as “acompanha”, dotando o bailarino de um “quê” especial que o distingue dos demais, pode ser possibilitada pela liberação dos circuitos pré-frontais em decorrência da automatização (RIBEIRO 2012, p. 6)

É importante, então, destacar e reconhecer que o Transe pode estar presente no cotidiano dos bailarinos, considerando que, o Transe não está sujeito a um estilo de dança específico, poderia assim, apresentar-se de maneira benéfica e até necessária em diversas práticas de dança, pois apesar dos vaivéns da vida, o ser humano não perdeu essa capacidade de lançar-se para além do que vê e ao mesmo tempo, ele encontra nos acontecimentos do seu cotidiano, elementos essenciais que lhe servem para seu ato transcendente, criativo e transformador.

Segundo Luis Álvarez:

A transcendência que descobrimos na Dança é uma promessa de libertação e emancipação. Longe de tentar, sem sucesso, uma âncora que dê permanência e estabilidade ao nosso mundo, a descoberta do corpo como uma possibilidade que tem nos permitido estabelecermos na realidade sem medo, sem a invenção de qualquer segurança, sem redes ou truques (ALVAREZ, 2015, p.13).⁴⁵

4. Metodología

4.1. Natureza da pesquisa

Esta pesquisa de natureza exploratória tem como objetivo principal, segundo Gil (2002, 2007) proporcionar maior familiaridade com o problema, ou seja, com o aprimoramento do conceito de Transe vivenciada na Dança. Este tipo de pesquisa, envolve análise de coleta de dados com pessoas que tiveram experiências práticas com o foco da pesquisa, estimulando assim compreensão do que se quer pesquisar. Ela também é uma pesquisa quanti-qualitativa, pois tem intuito de aprofundar sobre a compreensão dos participantes da pesquisa e suas percepções em relação ao Transe em suas vivências com a Dança.

Nesta pesquisa foi feita uma revisão de literatura por meio da palavras chaves: *Dança-Transe - Neurociências - Neurofisiologia*.

⁴⁵ La trascendencia que descubrimos en la danza es una promesa de libertad y de emancipación. Lejos de intentar infructuosamente un anclaje que dé permanencia y estabilidad a nuestro mundo, el descubrimiento del cuerpo como posibilidad nos ha permitido instalarnos en la realidad sin miedo, sin la invención de ninguna seguridad, sin redes ni tramoyas.

Em um trabalho de campo entrou-se em contato com bailarinos profissionais de diversos estilos de dança e de diferentes países, para conhecer qual é o entendimento deles sobre o Transe, e a sua vivência com este estado de consciência através da sua experiência com a dança.

Esta pesquisa teve o intuito de proporcionar uma maior clareza no estudo sobre a temática do Transe, incluído os bailarinos entrevistados que puderam refletir sobre o assunto, em relação a sua vivência pessoal.

4.2. Participantes

Os participantes selecionados foram 20 profissionais da dança , entre eles ; bailarinos, professores e coreografos, maiores de 18 anos, de ambos os sexos (12 sexo feminino e 8 sexo masculino) de diferentes países, tais como: Chile, Brasil, Colômbia, Estados Unidos, Itália, Inglaterra, Índia, Japón, que praticam diversos estilos de Dança, entre estes, Balé Clássico, Dança Contemporânea, Dança do Ventre, Dança Indiana, Danças folclóricas.

Foram incluídos profissionais que ainda se encontram exercendo a profissão (muitos deles exercem em um país diferente do seu país de origem), que se dispuserem a responder o questionário enviado on-line.

Foram excluídos, os participantes que não aceitaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido ou que não responderam 60% das perguntas.

Durante o preenchimento do questionário se os participantes achassem que determinadas perguntas pudessem incomodar, por se tratar de informações sobre suas experiências pessoais, os mesmos puderam escolher, não responder.

4.3. Instrumentos da pesquisa

O instrumento desta pesquisa foi um questionário (**Apêndice 1**), aplicado só em profissionais da dança. Os participantes entrevistados, assinaram o TCLE , Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A elaboração do questionário foi auxiliado pelo psicólogo e facilitador de Biodanza em Viçosa Claudio Renato e Claudette Santa'Anna, presidente da Organização Internacional de

Biodanza, dito questionário constou de 12 perguntas referentes à vivência do Transe na Experiência com Dança dos participantes da pesquisa e foi traduzido pela autora para o inglês e italiano.

O projeto foi Aprovado pelo Comitê de Ética de Pesquisas , baixo o protocolo 19807119.8.0000.5153, com data 18 Outubro 2019.

4.4. Análise e discussão dos resultados

Primeiramente o trabalho foi analisado e discutido a partir do estudo bibliográfico, baseado nos autores pesquisadores na temática do Transe, com perspectiva na História, Antropologia, Neurofisiologia e Análise dos movimento da Dança. Com base nestes estudos, os dados obtidos através do Questionário aplicado em profissionais. foram organizados através de matrizes de análise estatística e de conteúdo.

5. Análise e Discussão dos resultados

*“Sustento que o sentimento religioso cósmico é o mais forte e
e o mais nobre incitamento à pesquisa científica.”*

Albert Einstein.

As respostas adquiridas pelo questionário aplicado, foram analisadas e distribuídas em três categorias, de acordo com a sua convergência.

Estas categorias são:

- a) A relação dos participantes com a Dança;
- b) A percepção de Transe dos Bailarinos;
- c) A vivência do Transe na Dança.

5.1. A relação dos participantes com a Dança

Dançar é meu presente e minha vida ... Deus me deu esse presente para trazer alegria aos outros. Estou obcecada pela necessidade de dançar, é a expressão mais pura de todas as emoções, terrenas e espirituais. É a felicidade.

Anna Pavlova (1881-1931)⁴⁶

Para conhecer aos profissionais envolvidos nesta pesquisa, foi necessário compreender a sua relação com a dança, o tempo que dedicam a ela, e a intensidade com que ésta se

⁴⁶ Dancing is my gift and my life ... God gave me this gift to bring delight to others. I am haunted by the need to dance , is the purest expression of every emotion , earthly and spiritual .It is happiness (tradução de autora).

experimenta, entre outros fatores determinantes para entender a percepção deles a respeito da vivência do Transe na Dança.

De um total de 20 participantes entrevistados, 90% dizem ter iniciado sua relação com a dança antes dos 15 anos e só 10% indicaram que começaram após 20 anos de idade como pode ser visto no **Gráfico 1**.

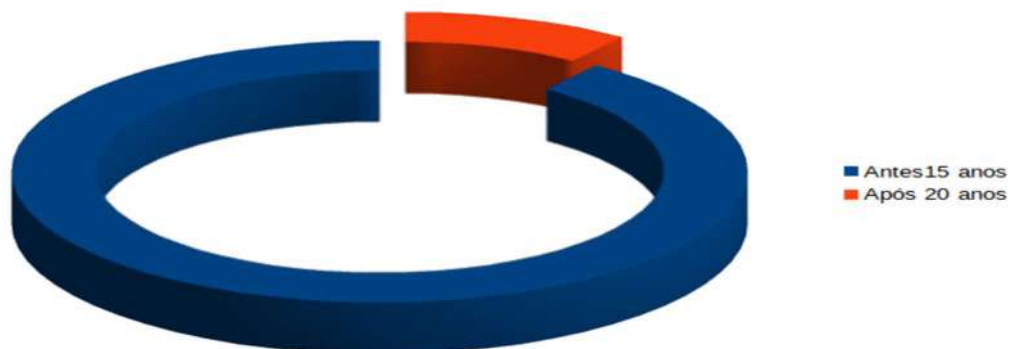


Gráfico 1 - Os participantes quando iniciaram na dança (Fonte: da autora).

Aqueles que informaram ter iniciado a prática de dança antes dos 15 anos, 30% dizem ter começado na primeira infância, especificamente (0- 7 anos). Trazer esta informação foi pertinente para verificar se a variável tempo poderia estar correlacionada com o motivo do porquê dançar.

Assim, quando questionados o motivo de dançar, o 90% dos participantes responderam que a Dança proporciona um benefício tanto psicológico, como emocional - “prazer psicofísico” é o que definiria melhor, esta sensação de bem estar e equilíbrio que a dança traz.

Danço por o prazer psicofísico que a Dança me traz (Q 20, bailarino e professor- Dança contemporânea, Chile - Itália).

Para isto o antropólogo e psicólogo chileno criador do método de Dançaterapia, Biodanza, diz que entrar em Transe, seria um mecanismo psicofisiológico onde a pessoa se entrega a determinadas condições externas e internas para atingir um estado de consciência diferente (TORO, 2000).

Mas além de ser algo prazeroso, o 60% dizem que dançar é uma forma de expressão e tudo aquilo que não é bem explicado com palavras, pode ser traduzido através da linguagem corporal e pelos movimentos da dança.

O fato de dançar, acredito e pontuo não existir uma explicação plausível que venha definir os porquês, uma resposta que somente o corpo consegue exprimir. Eu danço, porque existo (Q 2, bailarino danças brasileiras, contemporânea , Brasil)

Roger Garaudy (Marselha, 1913 - Paris, 2012), filósofo francês, proporciona, uma visão reflexiva da dança. Denota que esta arte não está fundamentada na forma ou no estilo técnico, mas na comunhão desta com o corpo – que transcende o ato de dançar, sentir e viver a vida (GARAUDY, 1980, p. 188).

Para entender a forma como os bailarinos pensam, sentem e vivem a dança, um dos profissionais responde :

Na minha visão, a dança é uma forma não convencional de se relacionar comigo mesmo, com o mundo e com o outro através do corpo e da Arte. Entendo que danço porque essas novas formas de relação englobam ações e estados de espírito/consciência mais representativos e eficientes, do ponto de vista da satisfação psicológica e da expressão do Eu. (Q9 , bailarino contemporâneo. Brasil)

Para o 80% dos entrevistados, é uma forma de encontrar a verdadeira liberdade e de atingir a felicidade, convertendo-se também em um instrumento de transformação pessoal e corporal constante.

Por que é dançando que alcanço a felicidade, a tranquilidade, a concentração. Quando estou no palco sinto aquela adrenalina natural desse momento, a liberdade de me expressar durante a dança, e a felicidade plena depois de terminada. (Q 6, bailarina classica Brasil-Chile).

Me sinto feliz, é um bem-estar que não consigo descrever com palavras(Q1, bailarina e professora clássica . Brasil- Inglaterra)

Não consigo pensar na minha vida sem a Dança(Q 11, bailarina contemporânea. Brasil)

A dança é minha vida (Q 16, bailarina e professora, Dança contemporânea . Japão- Chile)

A Dança seria o que dá sentido à vida da maioria dos participantes, infere-se aqui que isto pode estar ligado ao tempo de experiência destes participantes com a Dança, desta estar em suas vidas beneficiando e interagindo com o desenvolvimento cognitivo, social e cultural desde a infância.

Um dos profissionais (Dança urbana- contemporânea, Brasil) disse ter se encontrado com a dança em um contexto de definição de identidade social. É importante, então, mencionar que a Dança e o Transe por serem fenômenos transformadores , se afetar um indivíduo, também afetaria o que circunda a este indivíduo, neste caso o denominado contexto social.

Ao tentar descobrir, “ O que se pensa quando Dança”, os participantes responderam de maneira similar entre eles:

Penso em tudo e em nada (Q 5, bailarina e professora , Belly Dance , Chile);

Estou no momento (Q17, bailarino Dança classica, Chile- Inglaterra);

Nada simplesmente nada ... sou energia e energia não pensa. (Q19, bailarina e professora, Belly Dance , Italia).

Procurava me deixar levar (Q4, ex bailarino , atualmente coreógrafo. Dança contemporânea, Brasil)

Desta forma percebe-se através das respostas obtidas, que é comum acreditar que “não se pensa em nada” , em termos corriqueiros. Embora em termos científicos, o cérebro esteja em constante atividade (até no momento do sono), variando só a intensidade desta.

Nos estudos de neurofisiologia de Robert Schmitdt explica-se que:

Durante o estado de vigília o ser humano entra em contato ativo com seu meio ambiente, por exemplo, respondendo com atos adequados aos estímulos recebidos, durante o sono o contato com o meio ambiente fica em grande parte suspenso. A vigília e o sono, porém , não são estados de consciência uniformes (SCHMIDT, 1979, p.319).

Quando se investiga o que se pensa no momento de estar dançando, também existe uma preocupação técnica por parte dos bailarinos, assim, o 55% dos dançarinos responderam ter inquietudes constantes com a técnica e com a coreografia . O fato de estar num momento de

maior concentração, e com uma outra disposição mental, faz com que, de forma natural exista aquela preocupação por fazer o melhor e até entregar-se por completo ao momento vivido na linguagem da dança.

Transmitir emoções ao espectador, interpretar, comunicar e se envolver com a música é o sentido da obra a ser representada, são alguns dos aspectos técnicos, mencionados pelos dançarinos.

Às vezes penso em aspectos técnicos, às vezes apenas sinto o que está acontecendo com meu corpo e mente (Q14 , bailarina e professora, dança indiana. Brasil- Índia)

Focalizo o que tenho que fazer, a dinâmica, a musicalidade, a execução técnica dos movimentos, o espaço, a sincronização, a expressão do personagem (se existir), o tópico da cena. (Q 20, bailarino e professor , Danza contemporânea. Chile- Italia)

Além de assuntos como técnica, consciência corporal, virtuosidade, estética e expressão, destacaria a autenticidade aliada à intencionalidade do movimento. (Q 9, bailarino contemporâneo. Brasil)

Penso que faz parte de mim, tanto quando danço profissionalmente, como quando danço no cotidiano. (Q13, bailarino e professor contemporâneo. Brasil)

Ao respeito da execução da dança o Artista brasileiro Klauss Vianna, no seu livro “A Dança” (2008) diz:

A Dança se faz não apenas dançando, mas também pensando e sentindo: dançar é estar inteiro. (p.32). [...] Por meio da técnica clássica é possível organizar fisicamente as emoções e conhecer o corpo. É uma forma de exprimir harmonicamente essas emoções. Para isso, porém, tenho que estar com os sentidos alertas. Se não minha dança torna-se pura ginástica (p. 36).

Observou-se, também que, o que pensar enquanto dança está muito ligado com com certas emoções, principalmente como o amor pela dança. Para os dançarinos desta pesquisa pensar no amor que se sente pela Dança é uma das fontes mais frequentes de se inspirar para agir com total entrega no palco.

Overarth menciona que:

A partir da compreensão entre a relação de espiritualidade e a Dança, poderá ser possível por exemplo, perceber que, quando um artista declara o seu amor

pela dança, o mesmo está cultivando a sua espiritualidade e esse amor norteia o seu trabalho, esse artista da dança está permitindo que o seu movimento esteja realizando-se resultante de uma espiritualidade que ele desenvolve através do ato sublime de fazer por e com amor o que ele se propõe (OVERARTH, 2015 p. 48).

5.2. A percepção de Transe dos Bailarinos

Ao falar sobre o Transe, 50% dos participantes entendem este acontecimento como um Estado de Consciência Alterado, enquanto um 25% acham que é um estado de êxtase. O 25% restante percebem o Transe como um estado espiritual elevado como pode ser visto no Gráfico 2 abaixo.



Gráfico 2 - Definição dos participantes sobre o que é Transe (Fonte da autora)

Os participantes ao se referirem a este momento como um estado de êxtase ou como se atingisse um outro patamar de consciência, frequentemente, mencionaram uma grande sensação de liberdade, sempre enfatizando que é uma sensação muito difícil de explicar com palavras.

Transe para mim é um estado em que estou livre, posso sentir como ondas de energia circulando pelo meu corpo, um estado em que não estou pensando racionalmente (Q1 , bailarina e professora Dança classica. Brasil- Inglaterra)

Um estado de consciência onde você está completamente absorvido no momento (Q 18, bailarina e professora Dança contemporânea. Chile- Estados Unidos)

Parar de sentir o que está fora do seu corpo e começar a se conectar com a Alma. (Q15 , bailarina e professora Dança Indiana. Chile- Índia)

Esquecer de si mesmo para perder o controle sobre si mesmo. (Q 16, bailarina e professora, Dança contemporânea . Japão- Chile)

Uma escapada da realidade (Q4, ex bailarino , atualmente coreógrafo. Dança contemporânea, Brasil)

Quanto ao fato de acreditarem que o público percebe esse estado de Transe do bailarino, 45% responderam que sim. Enquanto 40% dizem não saber e 15% acham que o público não é capaz de perceber este Estado de Consciência (Gráfico 3).

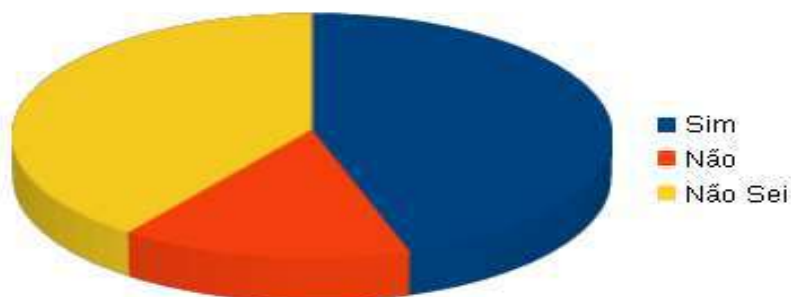


Gráfico 3 - Estado de Transe percebido pelo público quando os participantes dançam (Fonte da autora).

Em relação a dinâmica da dança no palco e a percepção do público Overarth menciona:

A dinâmica de transcendência é em alguns momentos simultânea e acontece de diferentes formas, ora quando se está dançando ou quando se está preparando as pessoas para estarem em cena. Colocando como reflexão que o estar em cena, quando não é meramente exibicionismo provoca nas pessoas que dançam instantes significativos de transcendência, tornando a dança, algo sagrado (OVERARTH, 2015, p. 83) .

Os 70% dos participantes consideram que o Transe, não estaria relacionado a um estilo específico de Dança, enquanto o 15% pensam que sim. Os outros 15% dizem não saber. (Gráfico 4).

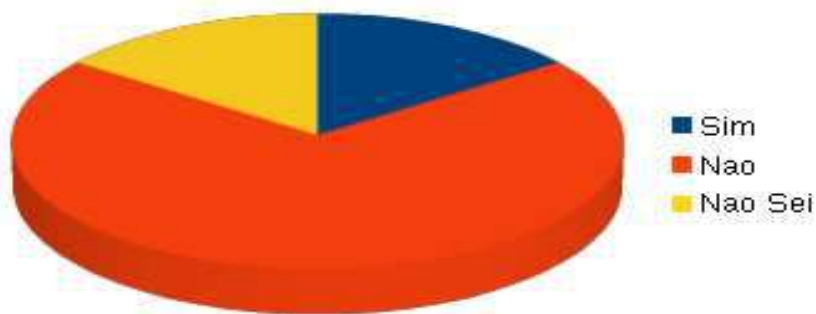


Gráfico 4 - Relação do Transe a um tipo específico de dança (Fonte da autora).

Se o Transe está presente na Dança, independentemente do estilo de dança, nos perguntamos se ele é realmente inerente ao momento de dançar. Mas segundo a percepção dos bailarinos entrevistados, 50% pensam que não, 35% dizem não saber, e um 15 % acham que sim. Portanto, conclui-se que a dança pode ocorrer sem o Transe.

5.3 A vivência do Transe na Dança

Em relação a vivência com o Transe, 65% dos bailarinos afirmam que já passou pela experiência de atingir este Estado, através da Dança. 20 % pensam que nunca passaram pela experiência e 15% dizem que não sabem (Gráfico 5).



Gráfico 5 - Vivências dos participantes com o Transe na dança (Fonte da autora)

Ao falar sobre as sensações experimentadas durante o Transe as respostas são variadas:

Sinto como se cada segundo durasse uma hora. Sinto meu corpo, sentidos, mente e corpo emocional como um todo. Eu me sinto parte do universo e sinto que Deus está comigo(Q 14, bailarina e professora Dança Indiana, Brasil-Índia).

Desapego absoluto da realidade que me rodeia (Q20, bailarino e professor Dança contemporânea .Chile- Itália)

Êxtase absoluto e inesgotável (Q 5 bailarina e professora, Belly dance, Chile)

Inenarrável (Q12, bailarino Dança contemporânea , Brasil).

Manifestações corporais mais intensas e uma sensibilidade mais aguçada. (Q 2 , bailarino danças brasileiras- contemporânea. Brasil)

Ainda neste contexto os participantes afirmaram ter manifestações orgânicas durante o momento do Transe, as mais usuais foram visão nublada e variação no ritmo cardíaco, além de sentir uma mudança na musculatura e na fluência dos movimentos. Observaram que raramente houve um grau de ansiedade que chegasse a vômitos ou desmaios.

Quanto à reiteração da vivência do estado de Transe, apenas 20% experimentam sempre o Transe, 35% asseveram que é quase sempre, que se atinge este Estado de Consciência Alterado, da mesma forma 35% afirmam que raramente atingem o Transe, e por último 25% dizem que nunca alcançaram este Estado durante a Dança (Gráfico 6) .



Gráfico 6 - Reiteração da vivência do estado de Transe na dança dos participantes (Fonte da autora)

Ao pensar que uma porcentagem de 35% dos participantes que responderam o questionário, já vivenciaram o Transe em suas danças, e passam por este estado ; quase sempre e raramente. Pode-se refletir, considerado que 70% dos participantes pensam que o Transe não estaria relacionado à um estilo específico de Dança, que se o questionário tivesse sido aplicado em pessoas que praticam apenas um estilo de dança (danças rituais e/ou religiosas, por exemplo), os resultados a respeito da reiteração com que se vivencia o Transe, poderiam sofrer mudanças.

Considerando que, uma parte mínima dos participantes revelou nunca ter atingido este estado (20%), vale mencionar que existem 15% dos bailarinos entrevistados que não sabem realmente se alguma vez atingiram o Transe. O que instiga a pensar que existe também um desconhecimento sobre o tema em questão. Este Estado de consciência, pelo fato de apresentar diferentes níveis na sua intensidade, pode não ser realmente percebido (conscientemente) pelo indivíduo que o experimenta.

Transe pode ser catalogado, como um estado anormal de vigília, em que uma pessoa não é auto-consciente e completamente sem resposta a estímulos externos, vem aí a ausência da dor, (lembrando o caso específico do uso de sapatilhas de ponta nas bailarinas clássicas), mas é, no entanto, capaz de prosseguir e realizar sua arte com maestria.

Outra forma de estudo sobre o Transe, e que certamente, conseguiria verificar a frequência das ondas cerebrais durante este estado de consciência alterado, é por meio de um método utilizado frequentemente nas pesquisas neurocientíficas, o Eletroencefalograma ou EEG.

A Eletroencefalografia é um método de monitoramento eletrofisiológico que é utilizado para registrar a atividade elétrica do cérebro. Trata-se de um método, com eletrodos colocados no couro cabeludo. A EEG mede as flutuações de tensão resultante da corrente iônica dentro dos neurônios do cérebro. Aplicativos de diagnóstico normalmente focam no conteúdo espectral da EEG, isto é, no tipo de oscilações neurais (popularmente chamadas de "ondas cerebrais") que podem ser observadas em sinais. A maioria dos sinais cerebrais observados situam-se entre os 1 e 20 hertz. Dessa forma, seria possível o registro das interseções funcionais e portanto, uma avaliação mais completa ou ao menos genérica dos segmentos encefálicos envolvidos durante o Transe. Esta opção, poderia então, estender esta pesquisa sobre o Estado de Transe na Dança e desta maneira, obter resultados mais fidedignos.

6. Considerações Finais

Ao investigar a temática do Transe na Dança, percebeu-se que é um estudo lento e extenso. Se bem parece ser um tema sem muitas nuances, existe uma variedade de aspectos a serem considerados ao momento de falar sobre o assunto.

O Transe, sendo conceituado como um estado de consciência alterado, pode ocorrer involuntária ou espontaneamente e pode ser induzido de forma natural ou através de estimulantes.

Pode ser definido, também, como um estado psicofísico, um estado de espírito que está sendo causado por laços cognitivos, onde um objeto (pensamentos, imagens, sons, ações intencionais) repete-se o tempo suficiente para resultar em vários conjuntos de funções cognitivas deficientes. Uma experiência fora-do-corpo em que o indivíduo que o experimenta se sente em outro estado de ser, um êxtase. Um estado reforçada de prazer e sugestionabilidade.

Vale a pena considerar que existem diversos tipos de Transe, para diferentes circunstâncias em que este se manifesta, também ocorrem diferentes níveis ou fases de acordo com sua intensidade, dentro dele representando um nível específico de atividade cerebral e um estado único da consciência.

Ao realizar a revisão literária, foi possível identificar as regiões do cérebro ativas durante o Transe, e analisar os aspectos neurofisiológicos, para assim, entender como acontece e se manifesta no corpo. Mas também, obteve-se uma descrição de Transe desde o ponto de vista psicológico e uma visão principalmente antropológica, além de situar o fenômeno do Transe através da dança, no contexto histórico e geográfico.

Mediante a metodologia de trabalho e a coleta de dados, foi possível conhecer a percepção do bailarino a respeito do Transe. Como também, através dos questionários aplicados os participantes puderam refletir sobre o tema e sua vivência pessoal.

Observou-se que o modo em como os bailarinos vivenciam a dança, e por consequência o Transe, além de ser uma experiência individual (mesmo sendo vivida no coletivo) é, uma experiência profunda e espiritual, dificilmente definível com palavras.

Transe poderia ser definido, como um estado psicofísico, um estado de espírito que está sendo causado por laços cognitivos, onde um objeto (pensamentos, imagens, sons, ações intencionais) repete-se o tempo suficiente para resultar em vários conjuntos de funções cognitivas deficientes. Uma experiência fora-do-corpo em que o indivíduo que o experimenta se sente em outro estado de ser, um êxtase. Um estado reforçada de prazer e sugestibilidade.

Assim, pode-se inferir pelos resultados do estudo que, Transe e Dança estão intimamente ligados, mas ao mesmo tempo eles podem acontecer de forma individual. A Dança como manifestação como tal, não depende do Transe para existir e analogamente, o Transe pode existir em outros contextos, como por exemplo com a música, uma sessão de hipnose, um contexto religioso (sem dançar) ou mesmo até algum “insight”. Ou seja, este fenômeno de consciência alterada dependeria de algum tipo de manifestação para se apresentar, tais como as mencionadas anteriormente (música e/ou dança e/ou hipnose).

Desta forma pode-se inferir que o Transe pode ser percebido como endêmico para a condição humana.

Portanto, considera-se que todas as atividades que envolvem o ser humano, envolvem a filtragem de informação que entra em modalidades sensoriais, e isso influencia o funcionamento do cérebro e da consciência. Por conseguinte, Transe pode ser entendido como um dos caminhos que o cérebro ativa, para mudar a maneira como as informações podem ser filtradas, a fim de proporcionar uma utilização mais eficiente dos seus recursos e benefícios os quais estão sendo cada vez mais explorados pelas investigações médica e científica.

Para registrar a atividade cerebral, é preciso utilizar a Neuroimagem ou Electroencefalografia. Esta opção, poderia então, estender esta pesquisa sobre o Estado de Transe na Dança e assim, realizar uma avaliação mais completa.

Por ser o Transe um assunto a ser analisado desde diversas áreas de pesquisa, como a filosofia, teologia, antropologia, psicologia, e neurofisiologia, existe então a possibilidade concreta de ligar-se às pesquisas das Neurociências com a Dança como pode ser visto neste

estudo, pois esta relação *Dança- Neurociência* poderá permitir desenvolver outros análises neurológicos e cognitivos presentes nos processos somáticos da Dança.

Referências Bibliográficas

ACHCAR, Dalal. **Balé: Uma Arte**. ED. Ediouro, Rio de Janeiro, 1999.

ALMEIDA, Angélica A. Silva , ODA, Ana Maria G.R, DALGALARRONDO, Paulo. O olhar dos psiquiatras brasileiros sobre os fenômenos de transe e possessão. Almeida, A.A.S. et al. / Rev. Psiq. Clín. 34, supl 1; 34-41, 2007. Artigo disponível em: file:///C:/Users/Maria/Desktop/hist%C3%B3rico_olhar%20dos%20psiquiatras_transe.pdf. acesso em: 28 maio 2020

ÁLVAREZ, Luis. 2015. Arte y danza. Necesidad, estabilidad y trascendencia. Disponível em: <https://cinedanza.blogs.upv.es/files/2015/09/falcon-es.pdf>. acesso em: 25 jun 2020.

BARRETO, João Erivan Façanha Barreto e SILVA, Luciane Ponte. Rev Neurociências 2010;18(3):386-394 Sistema límbico e as emoções – uma revisão anatômica - Limbic system and emotions - an anatomical review. Disponível em: <http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2010/RN1803/426%20revisao.pdf>

BONILLA, Luis. **La Danza en el Mito y en la Historia**. Madrid: Biblioteca Nueva, 1964.

BOURCIER, Paul . **Histoire de la danse en Occident**. São Paulo: Martins Fontes, 2006. Tradução Marina Appenzeller.

CALDEIRA,2008)(A RELIGIOSIDADE NA DANÇA: entre o sagrado e o profano – por Solange Pimentel (CALDEIRA,2008) disponível em: <http://ojs.ufgd.edu.br/index.php/historiaemreflexao/article/viewFile/372/284> acessado 28 Fev 2020.

CAMARGO, Giselle Guilhon Antunes. A Arte Secreta dos Dervixes Giradores: um estudo etnocenológico do Sama Mevlevi. (Tese de Doutorado) Salvador: PPGAC/UFBA, 2006.

CORPOELEGUN. O corpo em Transe 2013. Blog disponível em: <https://corpoelegun.wordpress.com/2013/09/22/transe/>. Acesso em 25 jun 2020.

DAMASIO, Antonio. **O mistério da consciência** : do corpo e das emoções ao conhecimento de si .Tradução Laura Teixeira Motta; revisão técnica Luiz Henrique Martins Castro. — São Paulo : Companhia das Letras, 2000. Título original: The feeling of what happens ;Body and emotion in the making of consciousness.

Editorial: Que Conceito. São Paulo. Disponível em: <https://queconceito.com.br/transe>. Acesso em: 07- Agosto 2019.

ENGEL, Tatiana e TOLFO, Denise. **Métodos de Pesquisa**. Porto Alegre, 1 a edição: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2009.

ESPERIDIÃO, Vanderson; SIQUEIRA Rodrigo; **Neurociências: diálogos e interseções** -Rio de Janeiro, Rubio, 2012.

ESPERIDIÃO, Vanderson. Neurobiologia das Emoções .Rev. psiquiatr. clín. v.35 n.2 São Paulo 2008. disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v35n2/a03v35n2.pdf> . Acesso em 25 Jun 2020.

FERNANDES, Ciane. **O Corpo em Movimento: O Sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas**. São Paulo: Annablume, 2006.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar Projetos de Pesquisa**. São Paulo. Ed. Atlas, 2002.

GONÇALVES, Maria Augusta Salim. **Sentir, Pensar, Agir_ Corporeidade e Educação**. - Campinas , São Paulo, Papyrus, 1994.

GROF, Stanislav. **Beyond the Brain; Birth, Death, and Transcendence In Psychotherapy**. State University of New York, Albany, 1985

GURUMETA, Judith Urtiaga de Vivar . Evolución de la Danza y su Lugar de representación a lo largo de la historia - desde la prehistoria hasta vanguardias de la modernidad. Universidad Alfonso X el Sabio. Villanueva de la Cañada, Madrid, España 2017. Disponível em: <https://www.uax.es/publicaciones/axa.htm> . Acesso em 07 Ago 2019

GUYTON & HALL, **Tratado de Fisiología Médica**. 13 Edição - Rio de Janeiro, 2017. Elsevier editora.

HOUAISS, Antônio. **Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa**. Rio de Janeiro. Ed. Objetiva, 2009.

IVELIC, K., RADOSLAV . El lenguaje de la danza. Aisthesis, núm. 43, 2008, pp. 27-33. Pontificia Universidade Católica de Chile- Santiago, Chile, 2008. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163219835002> Acesso: 27 Set 2019.

LOPES, Roman Àse Grotowski! O Transe no corpo do ator contemporâneo. Dissertação apresentada para obtenção de título de Mestrado, Universidade Estadual Paulista. São Paulo, 2017.

LÜDKE, Menga e ANDRE, Marli. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas.** Menga Ludke. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária - EPU, 1986.

MARTINS, Luciana Ferraz do Amaral. **Ventre que Encanta.** Editora do Autor. São Paulo 2005.

MENEZES, Anna Cristina. Os sete poderes de Transformação da Biodanza. Monografia apresentada à Associação Escola de Biodanza Rolando Toro do Rio de Janeiro. Novembro de 2005. Disponível em: http://www.biodanzario.com.br/downloads/monografia_anna.pdf

MOLINA M, Alfredo -- Campos Muñoz, Luis. L a función del universo sonoro en el Nguillatún y en la labor del machi .Tesis para optar ao título de Antropólogo e ao grado de Licenciado em Antropología Social. Universidade De Humanismo Cristiano , Santiago de Chile. 2005 . Disponível em: <http://bibliotecadigital.academia.cl/handle/123456789/992>

MORINI, Carlos Augusto Trinca. Umbanda e Neurociências: A influência dos Estímulos sensoriais na indução do transe mediúnico. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. PUC-SP. 2007. Mestre em Ciências da Religião. Disponível em: <file:///home/pvb/Downloads/Carlos%20Augusto%20Trinca%20Morini.pdf> Acesso em 07 Ago 2019.

NACHEZ, Michel. **États Non- Ordinaires de Conscience: Rêve lucide, Transe, OBE.** Strasbourg - France: Edition Neo Cortex, 2012.

OVERARTH, Decio Macedo de Moura. **Dança e Transcendência: Fragmentos de Espiritualidade na Contemporaneidade.** Universidade Católica de Pernambuco, Mestrado em Ciências da Religião . Recife, Brasil. 2015. Disponível em: file:///C:/Users/Maria/Downloads/decio_overarth_macedo.pdf Acesso em 27 Maio 2020.

PAICHIL, Rogel Genesis. Revitalización de la Cultura Mapuche mediante la Danza Mapuche en el marco de los procesos educativos en los jardines interculturales: Caso estudio Jardín intercultural de la Región Metropolitana . Tesis Para Optar Al Grado De Licenciatura En Danza Con Mención En Pedagogía. Santiago,Chile. 2016 . Disponível

em:<http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/4007/TDAN%20111.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em 27 Set 2019.

PAILLAL, José Millalén. **La sociedad Mapuche prehispánica: Kimün, arqueología y etnohistoria.** 1º ed., Santiago, Chile: LOM ediciones, 2006.)

PEDRONI, Roberta . Giro Sufi: o contexto e a iniciação pelo olhar do iniciado. Monografia apresentada como requisito para a conclusão do curso de Licenciatura em Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre 2012.

PIRES DE MORAES, Mario Junior. Candomblé, discurso em Transe. Universidade Federal de Goiás, Dissertação para Pós - Graduação em Letras e Linguística, Faculdade de Letras. Goiânia 2014. Disponível em:

<https://repositorio.bc.ufg.br/tede/bitstream/tede/4369/5/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20-%20M%C3%A1rio%20Pires%20de%20Moraes-Junior%20-%202014.pdf>

Acesso em 06 Ago 2019.

_____. Reflexões sobre Transe Ritualístico no Candomblé. **Revista Ciências Sociais e Religião**, Porto Alegre, ano 16, n.21, p.72-87, jul-dez, 2014.

PORTINARI, Maribel Berruezo. **História da Dança.** Editorial Nova Fronteira, Rio de Janeiro 1989.

PORTO, Julián Pérez e GARDE, Ana. Definição de trance. Disponível em: <https://definicion.de/trance/>. Publicado: 2010. Atualizado: 2013. Acesso: Ago, 2019.

RIBEIRO Medeiros Monica e TEIXEIRA Antonio Lucio, Ensaio dentro da mente , dança e neurociências, 2012. Teatro Dança periódico Repertório. Disponível em https://www.academia.edu/23142709/_Ensaio_dentro_da_mente_dan%C3%A7a_e_neuroci%C3%Aancias . Acesso: Nov 2020

SIGNIFICADO DE CONCIENCIA (<https://www.significados.com/conciencia/>)Fecha de actualización: 27/12/2018. Disponible en: <https://www.significados.com/conciencia/> Consultado: 3 de septiembre de 2019, 08:09 pm.

SCHMIDT, Robert F. **Neurofisiología;** tradução José Franco Altenfelder silva. _ São Paulo, EPU. Ed. da Universidade de São Paulo. 1979.

TACCONE , Viviana . El ballet clásico: observaciones sobre la técnica, la disciplina y las influencias sobre el cuerpo del bailarín. In: IX Jornada de Sociología - Memória Acadêmica. Anais... 5 a 7 de novembro, 2016. Argentina. Universidad Nacional de la Plata - UNLP, 2016. Disponível em: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.9263/ev.9263.pdf. Acceso: 7 de agosto de 2019.

TENDENCIAS, REVISTA ELECTRÓNICA DE CIENCIA, TECNOLOGÍA, SOCIEDAD Y CULTURA. ISSN 2174-6850/ 31 años divulgando conocimiento , 2015. Disponível em: https://www.tendencias21.net/El-estado-de-trance-prepara-al-cerebro-para-el-conocimiento-segun-un-estudio_a40914.html . acceso em: 25 Jun 2020.

TORO, Rolando. Integrazione esistenziale e sviluppo umano attraverso la musica, il movimento, l'espressione delle emozioni . **Rede Edizioni**. 2015.

_____. Trascendencia (Apostila de formação). Escola de Biodanza. Corrientes-Argentina: Guácaras, 2000.

UNIVERSIDADE DE ZARAGOZA. Mestrado em Mindfulness. Departamento de Medicina, Psiquiatria e Dermatología. Faculdade de Medicina - **El trance la Conexión entre la Ciencia y la Espiritualidad**. in:<http://www.máster en mindfulness.com/el-trance-la-conexion-entre-la-ciencia-y-la-espiritualidad/> . Acceso em 06 Ago 2019.

VIANA, Klausss. **A Dança**.-5.ed.- São Paulo: Summus, 2008.

ZULETA, Ivette. **Origen de la Danza desde el Contexto Histórico**. Barquisimeto - Venezuela: Universidad Centroccidental Lisandro Alvarado, 2015.

APÊNDICE I

QUESTIONARIO

- Por qué dança?
- Com quantos anos você começou Dançar?
- Em que você pensa quando dança?
- O quê você entende por Transe?
- Você acha que o Estado de Transe está relacionado a um Estilo Específico de Dança?
- Já passou pela experiência de atingir Estado de Transe através da Dança?
- Que sente quando está em Transe?
- Com que frequência vivencia um Estado de Transe?
- Apresenta alguma manifestação orgânica?
- Você acha que o público percebe que você está em transe?
- É inerente ao dançar estar em Transe?
- Você definiria Transe como:

Um Estado de consciência alterado

Um Estado de Êxtase

Um Estado espiritual elevado.