

UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTES
DEPARTAMENTO DE ARTES E HUMANIDADES
CURSO DE DANÇA

HESTER PAES DE FREITAS

ESTUDO DO PESO NO CONTEXTO DA
DANÇA CONTEMPORÂNEA

VIÇOSA – MINAS GERAIS

2025

Hester Paes de Freitas

**ESTUDO DO PESO NO CONTEXTO DA
DANÇA CONTEMPORÂNEA**

Monografia apresentada ao Departamento de Artes e Humanidades da Universidade Federal de Viçosa como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Dança.

Orientadora: Profa. Dra. Juliana Carvalho Franco da Silveira

Viçosa – Minas Gerais

2025

AGRADECIMENTOS

A minha mãe, Leila Maria, pelo amor profundo, por todo cuidado e pelo apoio de sempre.

Ao meu pai, Luís Fernando, por todo amor, suporte e parceria de sempre.

As minhas gatas, Zizi e Maya, que são minha família e estão presentes nas mais diversas emoções. Sou muito grata e feliz por conviver e aprender com elas.

Ao meu irmão Caio, por partilhar do mesmo apreço pela arte e incentivar minha caminhada com ela. Ao meu irmão Igor, por todo suporte burocrático da vida adulta.

A minha avó Marly, que mesmo não estando mais aqui, é alguém que admiro, que permeia meu pensamento e meus sonhos e me transmite muita força e amor. Ao meu avô Jerônimo, que também não está mais aqui, mas sempre foi fonte de belos sorrisos e risadas.

Ao meu avô Ateval, pela garra admirável que transmite e inspira por onde passa, por todas as palavras de carinho e incentivo, e por todo amor. A minha avó Helisete, que teve grande participação em minha criação e, apesar de um pouco brava, sempre foi e é lugar de aconchego.

As minhas amigas e amigos, que são casa e são parte muito especial e importante da minha vida e das minhas relações. Agradeço por serem quem são e por estarem aqui.

A minha orientadora Juliana, que tive a oportunidade de acompanhar de perto nos meus anos de graduação e enriqueceu profundamente minha formação com todo compartilhamento de experiências e conhecimentos.

As minhas professoras e professores de toda minha trajetória na dança. Cada uma, do seu jeito, contribuiu para meu desenvolvimento profissional e tem parte importante em minha formação.

Aos funcionários e funcionárias do Departamento de Artes e Humanidades da UFV, cada um(a) com sua função contribui de forma importante para o funcionamento do DAH.

A Dança, essa arte tão potente que me acompanha desde a infância, me preenche e me faz uma pessoa mais sensível a cada dia.

RESUMO

A escolha do tema da pesquisa nasceu da curiosidade de investigar uma questão que considero essencial para aprofundar o estudo da dança: o peso. Visto que a gravidade é uma força permanente no planeta Terra, o peso e suas inúmeras possibilidades de modulação, resistindo ou cedendo à gravidade, emergiram, para mim, como questão de base para melhor compreender e aprofundar o estudo do corpo em movimento, do corpo em dança. Portanto, o objetivo deste estudo foi investigar e analisar o peso do corpo em relação à gravidade, no contexto da dança contemporânea, tendo como base a relação do corpo com o chão e com os níveis espaciais. Para tanto, a pesquisa foi realizada dentro da abordagem qualitativa, de natureza exploratória, por meio da pesquisa bibliográfica e da realização de entrevistas com duas artistas e pesquisadoras da dança. Os resultados alcançados demonstraram a íntima relação das investigações do peso atrelada à gravidade; a relevância da percepção de aspectos fisiológicos do corpo para melhor compreender e explorar a relação com o peso na dança; a modulação do peso, por meio de tensões musculares, como o tônus, emergiu como uma questão que afeta diretamente na expressividade do movimento; e, em relação aos parâmetros de análise da pesquisa, a relação com o chão se destacou devido ao solo aparecer como um parceiro de dança sempre presente e um aliado para jogar com a força gravitacional, especialmente no âmbito da dança contemporânea. Os níveis espaciais também ficaram evidentes ao longo da pesquisa, principalmente para observar como, historicamente, no percurso da dança cênica ocidental, desde os estudos do balé até os estudos da dança contemporânea, o corpo foi se aproximando mais do chão e os níveis médio e baixo passaram a ser mais explorados, quebrando com a predominância do nível alto, advinda do balé.

Palavras-chave: Dança; Peso; Tônus; Gravidade; História.

ABSTRACT

The choice of the research theme arose from the curiosity to investigate an issue that I consider essential to deepen the study of dance: weight. Since gravity is a permanent force on planet Earth, weight, and its countless possibilities of modulation, resisting or yielding to gravity, emerged, for me, as a basic issue to better understand and deepen the study of the body in movement, of the body in dance. Therefore, the objective of this study was to investigate and analyze the weight of the body in relation to gravity, in the context of contemporary dance, based on the relationship of the body with the floor and with spatial levels. To this end, the research was conducted within a qualitative approach, of an exploratory nature, through bibliographical research and interviews with two dance artists and researchers. The results achieved demonstrated the close relationship between the investigations of weight and gravity; the relevance of the perception of physiological aspects of the body to better understand and explore the relationship with weight in dance; the modulation of weight, through muscular tensions, such as tone, emerged as an issue that directly affects the expressiveness of movement; and, in relation to the research analysis parameters, the relationship with the floor stood out because the floor appears as an ever-present dance partner and an ally in playing with gravitational force, especially in the context of contemporary dance. The spatial levels were also evident throughout the research, mainly to observe how, historically, in the course of Western stage dance, from ballet studies to contemporary dance studies, the body was getting closer to the floor and the medium and low levels began to be more explored, breaking with the predominance of the high level, coming from ballet.

Keywords: Dance; Weight; Tone; Gravity; History.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
2 METODOLOGIA.....	8
3 PESO: RELAÇÃO COM A GRAVIDADE E COM ASPECTOS FISIOLÓGICOS DO CORPO.....	11
3.1 Relação com a gravidade.....	11
3.2 Aspectos fisiológicos: tônus muscular e modulação de tensões.....	12
4 CONTEXTO HISTÓRICO: ORIGENS DO TRABALHO COM O PESO NA DANÇA CONTEMPORÂNEA.....	16
4.1 Peso na dança moderna.....	16
4.2 Peso na dança pós-moderna.....	21
5 INVESTIGAÇÃO DO PESO NA DANÇA NO CONTEXTO DO BRASIL.....	26
6 PESO E DANÇA CONTEMPORÂNEA: UMA ÍNTIMA RELAÇÃO.....	35
7 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS DA PESQUISA E CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	42
REFERÊNCIAS.....	49

1 INTRODUÇÃO

Em minha trajetória na dança, iniciei a formação com balé, alguns anos depois jazz e, em seguida, dança contemporânea. Nesse começo, a gestão do peso do corpo em relação à gravidade não se apresentava como uma questão. No entanto, quando entrei para a graduação e minha relação com a dança passou a se articular com processos mais investigativos e menos reprodutivos, passei a perceber e estudar mais a relação do corpo com o peso e a gravidade no contexto da dança. Desse modo, através de disciplinas da graduação, assim como por meio do Grupo Rascunho¹ – onde desenvolvi e participei de diferentes projetos –, fui adentrando em estudos e investigações conectados à questões sobre peso.

Nesse sentido, a escolha do tema desta pesquisa nasceu da curiosidade de investigar uma questão que me parecia essencial para aprofundar o estudo da dança contemporânea: o peso. Considero a relação com o peso uma questão de base, pois é uma relação que está constantemente presente na dança. Visto que a gravidade é uma força permanente no planeta Terra, o peso e suas inúmeras possibilidades de modulação, resistindo ou cedendo à gravidade, emergiram, para mim, como questão essencial para melhor compreender e aprofundar o estudo do corpo em movimento, do corpo em dança.

A relevância do estudo do peso para a área da dança está associada à compreensão de que a relação entre corpo, peso, gravidade e movimento é uma constante. Nesse sentido, para pesquisar o corpo em dança, o estudo aprofundado acerca dos atravessamentos dessa relação (corpo – peso – gravidade – movimento), revela-se com carga significativa.

É possível encontrar raízes da dança contemporânea na dança moderna e pós-moderna ou até mesmo considerar que o que normalmente é denominado como dança moderna seria o início da dança contemporânea, como propõe Louppe (2012). Nesse sentido, a partir do final do século XIX – época em que, dentro da perspectiva convencional, surge a dança moderna; e em que Louppe (2012) localiza o nascimento da dança contemporânea –, no contexto da história da dança no ocidente, eclodiram novas formas de pensar e fazer dança, de modo que ocorreram significativas rupturas com princípios provenientes do balé, gênero de dança que predominou por séculos. Dentre elementos que passaram a ser mais explorados nesse período, a investigação do peso do corpo em relação à gravidade ganha destaque. Por ser uma investigação ainda relevante nos dias de hoje e pelo desejo de entender melhor diferentes nuances da abordagem ao peso na dança, o objetivo desta pesquisa foi investigar o

¹ Grupo de dança vinculado ao Departamento de Artes e Humanidades da UFV, que integro desde 2020.

trabalho com o peso, no âmbito da dança contemporânea, através de dois parâmetros de análise: relação com o chão e com os níveis espaciais (baixo, médio e alto).

Os dois parâmetros de análise foram escolhidos como um recorte para investigar o trabalho com o peso na dança contemporânea, pois a relação com o solo entra como uma parceria na dança, com a qual o corpo está sempre em diálogo, além de ser um suporte para jogar com a força da gravidade. Os níveis espaciais aparecem de diferentes maneiras no estudo do peso: pensando em contextos históricos, na técnica do balé, predomina o nível alto, numa ideia de suspensão e leveza do corpo e dos movimentos; já os níveis médio e baixo passam a ser mais explorados com o surgimento da dança moderna, no final do século XIX; nos dias de hoje, no âmbito da dança contemporânea, existe uma abertura grande para investigação de movimentos que perpassem pelos três níveis espaciais e joguem com o peso do corpo em relação à gravidade de múltiplas maneiras.

Após a Introdução (Capítulo 1), o texto está dividido em seis capítulos. O segundo capítulo explicita a metodologia da pesquisa. No terceiro, foram abordadas definições sobre peso e sua relação com a gravidade, assim como aspectos fisiológicos do corpo que se relacionam com o peso, como a tensão muscular. No quarto, foi realizado um delineamento do contexto histórico da investigação do peso, no âmbito da dança moderna e pós-moderna. No quinto capítulo, por notar que as referências encontradas sobre o estudo do peso na dança moderna e pós-moderna foram predominantemente de contexto estrangeiro, foram levantados dados de como esse estudo ocorreu e ocorre no Brasil, através de entrevistas com duas artistas brasileiras, entrevistas que foram articuladas com pesquisas bibliográficas e videográficas. No sexto capítulo, foram abordados estudos do peso no contexto da dança contemporânea. Em seguida, são apresentadas as considerações finais.

2 METODOLOGIA

Conforme exposto anteriormente, o objetivo deste estudo foi investigar e analisar o peso do corpo em relação à gravidade, no contexto da dança contemporânea, tendo como base a relação do corpo com o chão e com os níveis espaciais. Para tanto, pesquisa foi realizada através da abordagem qualitativa. Guerra (2014) comenta que a pesquisa qualitativa considera a vida humana como uma atividade interativa e interpretativa e, assim, leva em conta que o ser humano não é passivo, mas que interpreta o mundo em que vive continuamente. Portanto, foi a partir da interação com as informações sobre o trabalho com o peso no contexto da dança contemporânea, encontradas neste estudo, que a interpretação dos dados da pesquisa foi realizada. A pesquisa qualitativa foi de natureza exploratória. Segundo Gil (2002, p. 41), a classificação exploratória “[...] têm como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses”, além de possibilitar o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições. Portanto, o planejamento da pesquisa exploratória é “bastante flexível, de modo que possibilite a consideração dos mais variados aspectos relativos ao fato estudado” (GIL, 2002, p. 41) e é comum que assumam a forma de pesquisa bibliográfica ou de estudo de caso.

Nesse sentido, o delineamento da presente pesquisa foi realizado por meio da pesquisa bibliográfica. Portanto, os autores e artistas selecionados para este estudo foram aqueles, encontrados ao longo da pesquisa exploratória, que se destacam em relação ao trabalho com o peso no contexto da dança contemporânea. Marconi e Lakatos (2010, p. 166) explicam que

A pesquisa bibliográfica, ou de fontes secundárias, abrange toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo, desde publicações avulsas, boletins, jornais, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, material cartográfico, etc., até meios de comunicação oral: rádio, gravações em fita magnética e audiovisuais: filmes e televisão. Sua finalidade é colocar o pesquisador em contato direto com tudo o que foi escrito, dito ou filmado sobre determinado assunto, inclusive conferências seguidas de debates que tenham sido transcritos por alguma forma, quer publicadas, quer gravadas.

Ainda, explicam que a pesquisa bibliográfica não é mera repetição dos materiais já existentes, mas possibilita diferentes perspectivas, interpretações e análises acerca de determinado tema (Marconi e Lakatos, 2010). Nesse sentido, o levantamento do material a ser estudado foi realizado por meio de livros, artigos científicos e recursos audiovisuais. A seleção desses materiais foi feita através de plataformas como *google scholar* e o portal de teses e dissertações da Capes; de livros pesquisados na Biblioteca Setorial do Departamento

de Artes e Humanidades da UFV e na Biblioteca Central da UFV, além dos indicados pela orientadora da pesquisa e de acervo pessoal. Os materiais audiovisuais também foram pesquisados através de plataformas *online* e acervo da orientadora.

Além do estudo através de livros, artigos científicos e materiais audiovisuais, foram realizadas entrevistas com duas notáveis artistas e pesquisadoras, Zélia Monteiro e Esther Weitzman, escolhidas por sua vasta experiência com a dança em diferentes contextos no Brasil. As entrevistas foram realizadas com o objetivo de melhor compreender como a investigação do peso ocorreu e ocorre no contexto brasileiro, de acordo com a trajetória de cada entrevistada, pois é comum que referências bibliográficas e videográficas da dança sejam predominantemente estrangeiras e com o olhar voltado para acontecimentos do contexto europeu e norte-americano.

As entrevistas foram semi-estruturadas e levantaram questões como: trajetória e experiências pessoais das entrevistadas no contexto da dança; momento em que passaram a enxergar uma maior ênfase no trabalho com o peso no Brasil – no contexto de São Paulo, no caso de Zélia; e do Rio de Janeiro, no caso de Esther –; perspectiva de cada uma sobre como eram as aulas em sua formação e como questões relacionadas ao peso do corpo eram abordadas em aulas, processos criativos, espetáculos; se, e como, consideram que a relação com o chão, com os níveis espaciais, com o tônus muscular contribui de alguma forma para o estudo do peso; se observam diferenças em relação ao estudo do peso, comparando alguns anos atrás com os dias de hoje; se as pesquisadoras abordam os elementos peso, gravidade, relação com chão, com níveis espaciais, com tônus e tensões musculares em suas aulas e criações atualmente, e de que forma; se consideram que a investigação do peso e da gravidade afeta na expressividade do movimento, e de que forma.

Para articular com os autores de referência da pesquisa, primeiramente, as entrevistas foram transcritas. Após a transcrição, foram feitas leituras sucessivas para identificação de temas recorrentes, que foram destacados e categorizados por cores. Os principais temas que emergiram da entrevista com Zélia, foram: seu contato próximo com o artista brasileiro Klauss Vianna e as pesquisas e abordagens desse artista associadas à investigação do peso, da relação com o chão, com músculos, tônus, tensões musculares, ossos e expressividade; as possíveis influências da dança moderna no trabalho de Klauss; o seu olhar para Vianna como um artista contemporâneo; a investigação do peso no trabalho pessoal de Zélia; diferenças e semelhanças no trabalho com o peso comparando alguns anos atrás com os dias de hoje. Na entrevista com Esther, os principais temas que emergiram, foram: quando a pesquisadora passou a observar uma ênfase no trabalho com o peso no Brasil (Rio de Janeiro); Klauss e

Angel Vianna como notáveis influências e pioneiros da dança contemporânea no Brasil; a influência do contato- improvisação no estudo do peso; a importância de estudar e compreender os diferentes contextos; peso, gravidade e relação com o chão nos trabalhos pessoais da pesquisadora, como aulas, processos criativos e espetáculos; diferenças no trabalho com o peso comparando alguns anos atrás com os dias de hoje, na trajetória dela enquanto artista. Desse modo, os principais temas que emergiram das entrevistas foram articulados com o restante da pesquisa bibliográfica.

A realização desta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFV.

3 PESO: RELAÇÃO COM A GRAVIDADE E COM ASPECTOS FISIOLÓGICOS DO CORPO

3.1 Relação com a gravidade

Para introduzir o estudo do peso na dança, inicio pela explicitação de sua definição nesta pesquisa. No âmbito da física, Wagner *et al.* (2011, p. 2) explicam que “o Peso de um corpo é a força com que a Terra o atrai, podendo ser variável, quando a gravidade variar”. No que tange a gravidade, diferentes autores ressaltam que noções do senso comum muitas vezes trazem compreensões equivocadas sobre esse termo. Nussenzveig (2013, p. 367) expõe que Newton, cientista que formulou a lei da gravitação universal, “teve o cuidado de afirmar, em diversas ocasiões, que suas leis apenas descreviam os efeitos da gravidade, mas não explicavam o que ela é nem qual a sua causa”. Nesse sentido, Junior e Silva (2010, p. 15) esclarecem que a gravidade não é uma explicação ou interpretação concreta sobre a queda de corpos, “apenas descreve o fenômeno da atração entre massas”.

Em conversa com Daniel Azevedo, doutorando na área da Física na UFV, pedi para que me explicasse melhor o que seria a questão das leis de Newton apenas descreverem os efeitos da gravidade, mas não explicarem o que ela é em si.

Essa discussão de Newton só descrever como a gravidade atua, mas não porque ela existe ou o que ela é, se alastra para outras áreas da ciência. Em geral a gente descreve as coisas, mas não explica as causas. Por exemplo, na discussão da gravidade, Newton fala como ela atua nos corpos e que ela é proporcional à massa do corpo que exerce a força, mas não explica porque essa força existe e nem porque ela atua dessa forma. Isso inclusive é umas das coisas a inspirar a separação entre o fenômeno observado e a coisa-em-si do Kant na crítica da razão pura (Azevedo, 2024)².

Nesse sentido, ao questionar o que pode então ser uma definição do que é a gravidade, ele explicou que, de forma sintética e sem entrar em questões muito técnicas e matemáticas,

Uma definição do que é a gravidade vai aparecer só com Einstein, quando ele elabora a relatividade geral. Aí a gravidade se torna a curvatura do espaço-tempo e o que a gente entende como força gravitacional tem relação com sentir essa curvatura e seguir os caminhos que ela determina (Azevedo, 2024)³.

Nesse contexto, Claudia de Rham (2024)⁴ explica:

² Conversa realizada via aplicativo *whatsapp* no dia 03 de outubro de 2024.

³ Conversa realizada via aplicativo *whatsapp* no dia 03 de outubro de 2024.

⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=O7MN64JIsMw>

[...] agora entendemos, graças à teoria da relatividade geral de Einstein, que massas, como você e eu e a Terra e o Sol, curvam a própria estrutura do espaço-tempo em torno de si mesmas, e é assim que estamos experimentando a gravidade. Todos sentimos este espaço-tempo, todos sentimos esta curvatura. É assim que sentimos a atração gravitacional (tradução nossa).⁵

Em um vídeo de uma performance de dança, que tem como proposta aproximar arte e ciência – no caso, a gravidade com a dança -, Jácome Armas (s.d.)⁶ fala da gravidade como uma deformação do tempo e do espaço e aponta para a gravidade não exatamente como uma força, mas como uma forma de descrever a geometria do espaço e do tempo em si. Ao perguntar a Daniel Azevedo se, no contexto específico do ser humano dentro planeta Terra, a gravidade pode ser considerada uma força constante, ele explicou:

Então, para fins práticos, dá para tratar a gravidade como uma força mesmo. Esse entendimento enquanto curvatura do espaço-tempo não faz muita diferença para escala que a gente experimenta. A questão de ser uma força constante está associada à superfície da Terra. Aqui podemos aproximar a força da gravidade como constante, sempre apontando para o centro do planeta e com a mesma intensidade. Isso porque todos os pontos da superfície estão mais ou menos à mesma distância do centro, comparado com o raio médio do planeta (Azevedo, 2024)⁷.

Portanto, no decorrer desta pesquisa, tratarei da gravidade enquanto uma força constante, dentro do contexto do ser humano no planeta Terra. Mais especificamente, a pesquisa irá permear o estudo do peso em relação à força da gravidade no âmbito da dança contemporânea.

3.2 Aspectos fisiológicos: tônus muscular e modulação de tensões

A partir do momento em que nascemos, passamos a nos relacionar com a gravidade de formas diferentes em relação à quando estamos no útero e, dessa forma, negociamos o peso de nossos corpos ao longo da vida.

O nascimento não é apenas um começo. É uma mudança abrupta pela qual agem, subitamente, fatores distintos daqueles do útero – e eis a gravidade. Com a gravidade, uma nova negociação se inicia e estes termos nos condicionam pelo resto de nossas vidas (Paxton, 2022, p. 7).

⁵ “[...] now we understand, thanks to Einstein's theory of general relativity, that masses, like you and me and the earth and the sun, curves the very structure of spacetime around themselves, and that's how we're experiencing gravity. We all feel this spacetime, we all feel this curvature. That's how we feel the gravitational attraction”.

⁶ <https://recoil-performance.org/productions/act-of-gravity/>

⁷ Conversa realizada via aplicativo *whatsapp* no dia 08 de outubro de 2024.

Nessa negociação do peso estão presentes diferentes fatores, como a presença e modulação de tensões, como o tônus muscular, que pode variar entre graus mais fortes e mais fracos e possibilitar diferentes maneiras de se mover.

O sistema esquelético sustenta o corpo na postura ereta, com consumo relativamente pequeno de energia. No entanto, mesmo em repouso, os músculos normalmente, exibem algum nível de atividade contrátil. Os músculos isolados (*i. e.*, sem inervação), não estimulados, estão em estado relaxado e são ditos flácidos. Entretanto, os músculos relaxados no corpo são comparativamente firmes. Essa firmeza ou tônus é causada por baixos níveis de atividade contrátil em algumas unidades motoras e é comandada por arcos reflexos dos fusos musculares. A interrupção do arco reflexo, por secção de fibras sensoriais aferentes, abole este tônus muscular de repouso. O tônus no músculo esquelético é distinto do “tônus” no músculo liso (Berne e Levy, 2009, p. 234).

De acordo com Masi e Hannon (2008 *apud* Castillo, 2011), a palavra tono ou tônus por vezes provoca controvérsias e dificulta uma compreensão mais precisa sobre o fenômeno, pois é um termo geral utilizado desde a antiguidade com variados significados. Desse modo, Castillo (2011) explica que apesar de serem encontradas algumas diferenças conceituais em literaturas básicas de estudos da neurofisiologia, investigações aprofundadas da neurociência sobre a relação de comportamento organismo-ambiente, contribuíram para ampliar o entendimento do tônus muscular. Assim, o tônus muscular pode ser

Visto como uma tensão mínima do músculo relaxado, perceptível na resistência ao alongamento passivo, constitui a base não só dos diversos tipos de movimento, mas também representa o elemento funcional mutável para o ajuste permanente da postura contra a gravidade. Dessa forma o Tônus Muscular pode ser considerado como um elemento ativo, dinâmico e integrativo nas respostas adaptativas do comportamento humano na sua relação com o ambiente do ponto de vista da neurociência (Castillo, 2011, p. 19).

Desse modo, por vezes, podemos não perceber que nossos músculos, alguns mais e outros menos, estão constantemente parcialmente contraídos, mesmo que seja uma contração mínima. E esse estado de contração permanente é o que nos possibilita reagir à ação da gravidade. Isto pode ser observado quando acontece de o sistema motor ser repentinamente desligado devido à morte, desmaio ou outras causas. Quando isso ocorre, o indivíduo perde a postura e desaba sobre o solo, pois os músculos perdem esse estado permanente de contração, que é chamado tônus muscular (Bastos, 2007). Desse modo, destaco a relevância do entendimento do tônus muscular e da modulação de tensões do corpo para o trabalho com o peso na dança.

Para Bastos (2007, p. 1), o tônus muscular “é uma manifestação muscular involuntária, permanente e variável, tanto na sua intensidade, bem como na sua distribuição ao nível dos diferentes grupos musculares. Suas alterações estão relacionadas aos estados afetivos e emocionais, conscientes e inconscientes”, assim, depende muito dos estímulos do ambiente externo. Apesar de Bastos mencionar que o tônus muscular é uma manifestação involuntária, podemos observar na prática da dança que há também aspectos voluntários em relação à sua modulação, pois podemos ativar ou relaxar musculaturas também de modo consciente.

Bastos (2007) frisa que o tônus muscular, apesar de ser permanente, não é fixo ou imutável, é delicado, precisamente controlado pelo sistema nervoso e responde a alterações de posições do corpo ocasionadas pela vontade do indivíduo ou mudanças no ambiente. Ele, o tônus, “é regulado e modulado por todos os processos do sistema nervoso, desde o nível medular, passando pelos centros bulbo-ponto-pedunculares até o nível cortical” e “abrange todos os músculos responsáveis pelas ações biológicas e psicológicas, além de toda e qualquer forma de relação e comunicação não verbal” (Bastos, 2007, p. 14). Além disso, tem como característica seu baixo nível energético, que possibilita ao ser humano se manter de pé por horas.

Shumway-Cook e Woollacott (2010) diferenciam tônus muscular e tônus postural. Segundo as autoras, “o tônus muscular é a força com a qual o músculo resiste ao alongamento”. Em relação ao tônus postural, expõem: “quando ficamos em pé, eretos, a atividade aumenta nos músculos posturais antigravitacionais para contrapor-se a força da gravidade” (Shumway-Cook e Woollacott, 2010, p. 162).

Isto posto, quando penso no trabalho com o peso na dança contemporânea, em relação aos níveis espaciais e ao contato com o chão, destaco a aproximação da investigação do tônus muscular e da modulação de tensões, pois “para mobilizar o peso do corpo, para sair do chão, é necessário acionar determinadas musculaturas” (Silveira e Freitas, 2024, p. 460). Perceber este acionamento muscular, isto é, a contração de determinadas musculaturas, possibilita uma compreensão mais aprofundada e sensível sobre o que ocorre no meu corpo enquanto danço. Ainda, entender e explorar essas tensões nos abre espaço para criação de nuances expressivos nas movimentações, em que posso brincar entre contrações mais fortes e mais leves de determinadas musculaturas ou do corpo como um todo, investigando possibilidades de modulação do peso.

Assim, no trabalho com a dança contemporânea, com a percepção e investigação do tônus muscular e da modulação de tensões do corpo, posso, por exemplo, explorar movimentos em que cedo meu peso à gravidade e entro em maior contato com o solo, assim

como posso empurrar o chão com diferentes partes do corpo, resistindo à gravidade e perpassando pelos diferentes níveis espaciais (baixo, médio, alto); posso também explorar saltos e quedas, entre outras variadas possibilidades.

Portanto, associo o trabalho com o peso do corpo à percepção do tônus muscular e à modulação das tensões musculares, que possibilitam a criação de nuances expressivos na dança. A respeito disso, Zélia Monteiro, artista e pesquisadora da dança, em relato sobre sua criação dramaturgica, diz:

[...] vamos dizer, eu percebo que o meu peso está mais no ílaco esquerdo. Se eu transferir o peso para o sacro eu começo a enrolar minha coluna e descanso meu abdômen. Isso tem um sentido que é: vou descansar minha barriga, meus órgãos, e ceder o peso na coluna. Estou trabalhando sensorialmente, mas quem está me assistindo pode ver uma pessoa triste, por exemplo. Só que eu não estou triste, eu estou construindo um sentido dramaturgico que tem a ver com o modo como meu peso está sendo gerenciado naquele momento (Monteiro, 2013, n.p *apud* Macedo, 2016, p. 55).

Diferentes artistas da dança reconheceram a presença e atuação da tensão muscular, incluindo o tônus muscular que, como exposto, é uma tensão permanente no corpo humano. Ao longo desta pesquisa, nos próximos capítulos, destaco o estudo de alguns desses artistas a respeito desta questão.

4 CONTEXTO HISTÓRICO: ORIGENS DO TRABALHO COM O PESO NA DANÇA CONTEMPORÂNEA

4.1 Peso na dança moderna

Conforme mencionado anteriormente, é possível encontrar raízes da dança contemporânea na dança moderna e pós-moderna ou até mesmo considerar que o que normalmente é denominado como dança moderna seria o início da dança contemporânea, como propõe Louppe (2012). Portanto, neste capítulo abordo a questão do peso a partir do final XIX, momento em que a relação com o peso muda radicalmente no âmbito da dança cênica ocidental.

O final do século XIX e início do século XX foi um período marcado por diversos acontecimentos e mudanças sociais, políticas e econômicas, como avanços tecnológicos, urbanização, eclosão da 1ª guerra mundial e a primeira onda do movimento feminista, que teve como principais pautas a luta pela igualdade de gênero e pelo direito ao voto (Zirbel, 2021). Sobre esse contexto, Garaudy (1980) explica que certezas seculares foram abaladas e dogmas foram postos em questão no campo das artes, das ciências, das sociedades e das religiões.

No campo artístico, o autor comenta que uma nova linguagem precisou ser descoberta para que pudessem ser expressados os sentimentos e necessidades do século XX, pois grande parte dos princípios da linguagem tradicional haviam sido elaborados no período do Renascimento. Assim, a arte moderna teve seu início pondo em questão premissas estéticas do Renascimento (Garaudy, 1980).

Dentro do contexto da dança cênica ocidental, um novo movimento também eclodiu: a dança moderna. Durante mais de dois séculos, predominou a técnica do balé, a qual teve sua “origem nas necessidades de classe feudal decadente e tinha se desenvolvido em resposta às aspirações da nova aristocracia formada no Renascimento” (Garaudy, 1980, p. 42). Portanto, a partir do final do século XIX, com a necessidade de exprimir sentimentos e desejos de sua época, bailarinas e bailarinos começaram a criar novas formas de se expressar por meio da dança⁸.

⁸ Apesar de não ser o foco de investigação desta pesquisa, interessante destacar que a Educação Somática – que envolve o estudo da percepção do corpo em primeira pessoa – foi também uma significativa influência para a dança cênica europeia e estadunidense desde a virada do século XIX para XX, de modo que os conhecimentos partilhados por esse campo de estudo também evidenciaram a questão do peso. “Os educadores somáticos dispõem de uma variedade de meios para trabalhar sobre o substrato profundo que é a organização tônico-gravitacional”

A técnica do balé tem como características o predomínio da verticalidade, da suspensão, do equilíbrio e da leveza dos corpos que dançam. Além disso, grande parte dos espetáculos de balé criados até o final do século XIX representam histórias de princesas ou camponesas, por exemplo. Sobre isso, Doris Humphrey (1959, p. 15, tradução nossa) escreve: “A dança tem sido, até recentemente, inteiramente ingênua, uma criança doce e obediente criada no teatro e na corte, e a quem se diz que deve ser jovem, bonita e divertida”⁹. Ainda, explica:

Isto não quer dizer que a forma do balé era ruim, mas apenas que era limitada e sofria de um desenvolvimento interrompido – permanentes dezesseis anos, como a própria Bela Adormecida. A fórmula foi tão bem estabelecida ao longo de tantas centenas de anos que, à medida que o século XX amanhecia com sua enxurrada de novas ideias, houve uma resistência considerável a qualquer mudança da leve história de amor e do conto de fadas, e ainda há (Humphrey, 1959, p. 15, tradução nossa)¹⁰.

Nesse sentido, no contexto do balé, o conto de fadas se tornou quase um paradigma, no entanto, no âmbito da dança moderna, o interesse maior estava direcionado a uma busca de movimentos expressivos e engajamento social do que para encenações hegemonicamente formais (Canton, 1994). Assim, a dança moderna surge com um movimento de negação e revolta contra o academicismo e procedimentos do balé, em busca de uma nova relação da arte com a vida real (Garaudy, 1980).

Com isso, por volta do início do século XX, em oposição à insipidez e ao formalismo do balé, surgiram Isadora Duncan, Loie Fuller e Ruth St. Denis, pioneiras da dança moderna nos Estados Unidos e inspirações para inúmeras gerações de artistas, como Martha Graham, Doris Humphrey, José Limón, Alvin Nikolais, entre muitos outros (Silva, 2005). Na mesma época, no contexto da Alemanha, surgiu também outro importante pioneiro: Rudolf Laban.

De acordo com Silva (2005, p. 97),

O uso do centro do corpo como propiciador do movimento, os pés descalços, o uso do chão não apenas como suporte mas onde os dançarinos podiam sentar ou deitar, o uso diferenciado da música de maneira não literal e principalmente a utilização de uma dramaticidade mais direta oriunda do movimento, da temática e dos personagens, em oposição ao lirismo considerado superficial do balé clássico,

como comenta Fortin (1999, p. 45).

⁹ “The dance has been, until recently, entirely ingenua, a sweet obedient child brought up in the theater and the court, and told to be young, pretty and amusing”

¹⁰ “This is not to say that the ballet form was bad, but only that it was limited and suffered from arrested development – a permanent sixteen, like the Sleeping Beauty herself. So well established was the formula over so many hundreds of years that, as the twentieth century dawned with its flood of new ideas, there was considerable resistance to any change from the light love story and the fairy tale, and there still is.”

foram alguns dos traços que definiram a filosofia criativa e a linguagem da dança moderna.

Como exposto, um dos parâmetros de análise desta pesquisa é a relação com o chão. Sobre essa relação, Silva (2005) pontua que a dança moderna passou a explorar o uso do chão para além de mero suporte. Ou seja, com a dança moderna, abriu-se espaço para exploração de diferentes relações com o solo, em diferentes níveis espaciais (baixo, médio e alto), pois “reagindo contra o leve e o etéreo do balé, a dança moderna recorria aos pés descalços e a uma sólida relação com o chão e com o mundo” (Canton, 1994, p. 102).

Nesse sentido, Poppe (2018, p. 65) destaca outra questão central nas investigações da dança moderna, o trabalho com o peso do corpo:

O contexto efervescente criado pelos precursores da dança moderna, especialmente a linhagem americana que conta com nomes como Isadora Duncan, Martha Graham, Doris Humphrey, entre outros, reconhece o peso como matéria expressiva do gesto diante de corpos cujos princípios de movimento não eram mais o da elevação e da leveza puramente.

Assim, observo como a questão do peso foi essencial no desenvolvimento e nas propostas da dança moderna. Dentro desse contexto, destaco as investigações da bailarina e coreógrafa Doris Humphrey (1895 - 1958), que desenvolveu “uma técnica essencialmente baseada em experiências rotineiras e ações naturais do ser humano como a respiração, a força do centro de gravidade, a transferência de peso e a coordenação mente/corpo” (Silva, 2005, p. 99).

Segundo Garaudy (1980), a descoberta essencial de Humphrey foi associar a dança e sua técnica à vida, ou seja, ela identificou a tensão permanente do corpo, que resiste à gravidade, a tentação e o risco constante da queda, do abandono do corpo, do relaxamento, e baseou sua técnica nesses atos de cair e se recompor (*fall and recovery*), sair de um ponto de equilíbrio e retornar a ele. Um movimento que não cessa, nem na dança, nem na vida.

Assim, Humphrey fala sobre um arco entre dois pontos mortos: o corpo caído no chão após uma queda e o equilíbrio do corpo parado na vertical. Ainda, pontua a tensão como um quesito da força dramática na dança, em que, para ela, “quanto maior o movimento de queda, mais o movimento de reconquista do equilíbrio é dramático e forte” (Garaudy, 1980, p. 126).

A “morte vertical”, evocada por Doris Humphrey, retira a sua estagnação do peso total do corpo fixado pelos tensores: um trabalho de manutenção pelos “contínuos ajustamentos” de todo o tecido corporal. [...] a queda segundo a imaginação do próprio corpo não tem nada de fúnebre. Ao invés, o corpo liberta-se da “morte vertical” quando o peso do corpo se abandona à sua própria inclinação (Louppe, 2012, p. 105).

Assim, para a coreógrafa, o ritmo que conduz a alternância entre a queda e a recuperação está conectado à gravidade, pois “é a gravidade que produz a batida. O passo humano é o modelo de queda e de recuperação (*fall and recovery*): equilíbrio numa perna enquanto a outra se levanta e se flexiona, depois a gravidade a arrasta, o homem abandona-se a ela e salta no solo quando seu pé bate nele” (Garaudy, 1980, p. 127).

Nesse sentido, para Doris Humphrey, o contraste entre vida e morte é a ilustração de toda vida. Com isso, de acordo com Garaudy (1980, p. 126), numa oposição proposta por Nietzsche, a coreógrafa confirmou sua intuição original: “entre o sentido apolíneo da medida e do equilíbrio e o fervor dionisíaco do desejo de romper todas as regras e todos os limites: a dança, como a vida, é o lugar deste confronto entre Dionísio e Apolo”.

Outro importante pioneiro da dança moderna, que também investigou o trabalho com o peso, foi o bailarino, coreógrafo e teórico austro-húngaro Rudolf Laban (1879 - 1958). Pesquisas sobre análise do movimento realizadas por Laban no século XX contribuem até os dias de hoje para estudos em dança. Segundo Suquet (2008), para Laban, em meados de 1910, os bailarinos deveriam primordialmente aprender a desenvolver um ‘saber sentir’, de modo que a percepção estivesse conectada aos fluxos rítmicos da vida na modernidade. No entanto, a autora pontua que, para o coreógrafo, a efemeridade da vida moderna possuía o perigo de não deixar que as experiências se consolidassem, suprimindo a memória e causando um empobrecimento sensorial. Todavia, uma notável percepção de Laban, de acordo com Suquet (2008, p. 528), consistiu em articular a questão da memória corporal com as leis da gravidade. “Com efeito, como o bailarino transporta seu corpo – a dança não é, na sua definição elementar, a transferência do peso do corpo no tempo e no espaço? –, ele desenvolve uma relação singular com a memória”.

Para elucidar a questão da memória com as leis da gravidade, Annie Suquet (2008, p. 529) explica que, na década de 1940, na área da psicobiologia, Henri Wallon explicitou que as interações iniciais de um “bebê com seu meio ambiente passam por contrações dos músculos gravitários, chamados também músculos tônicos”. Assim, de acordo com a autora, o desenvolvimento da musculatura gravitária, que possibilita o acesso à verticalidade, está notoriamente conectado à história psicológica de um indivíduo e de sua relação com o outro. “Não há modificação da tonicidade do corpo sem mudança do estado emocional e vice-versa” (Suquet, 2008, p. 529).

Nesse sentido, Laban associa a forma como cada indivíduo administra a relação com o peso de seu corpo com questões culturais, temporais, psicológicas e mecânicas.

A partir dos anos 1920, Laban faz da questão do peso do corpo e do seu deslocamento o centro de seu modo de pensar o movimento. A maneira como cada um gerencia a relação com seu peso – ou seja, a maneira como cada um organiza sua postura para se manter de pé e adaptar-se à lei da gravidade – é eminentemente variável. É ao mesmo tempo tributária de pressões mecânicas, do vivido psicológico do indivíduo, da época e da cultura que se inscreve. De acordo com Laban, essa gestão complexa da verticalidade e, portanto, da relação com a gravidade, depende de “uma atitude interior (consciente ou inconsciente)”, que determina as qualidades dinâmicas do movimento. As modulações da transferência de peso definem, então, o ritmo dos movimentos, mas também o seu estilo. São elas, enfim, que conferem a cada indivíduo, desde a primeira infância, a sua “assinatura corporal”, a configuração cinemática de seus gestos (Suquet, 2008, p. 528).

Ademais, dentre os estudos realizados pelo pesquisador da dança, os fatores de movimento – peso, espaço, tempo e fluência – obtiveram especial destaque. Louppe (2012) explica que a essência do pensamento de Laban consistiu em considerar o corpo ‘em movimento’, ao invés de um corpo previamente imóvel que vem a receber o movimento. Destaca que a partir da consideração da partícula linguística “em” ao invés de “e” que conecta os termos “corpo” e “movimento” ou “corpo” e “dança”, Laban inicialmente identificou os quatro fatores constitutivos do movimento.

Dentre os fatores de movimento explicitados, Louppe (2012, p. 103-104) destaca o fator peso, pois este

É, ao mesmo tempo, o emissor e o receptor do movimento. É a transferência de peso que define todo o movimento. A cinetografia de Laban dos anos 1920 faz da transferência do peso a unidade aberta que é fundadora de todo acto motor. Contudo, o peso não é somente deslocado: ele próprio desloca, constrói e simboliza, a partir da sua própria sensação. Os outros fatores servem para definir qualitativamente a sensação de peso e para distribuí-lo segundo as diferentes colorações corporais.

Fernandes (2006, p. 131) explica que, para Laban, “o fator peso refere-se a mudanças na força usada pelo corpo ao mover-se” e “relaciona-se com o “O Quê” do movimento, a sensação, a intenção” ao realizá-lo. Ainda, destrincha as diferentes variações de peso propostas por Laban: o peso ativo (forte ou leve) e o peso passivo (fraco ou pesado). Exemplificando, o peso ativo forte traz uma qualidade de um corpo com maior ativação muscular, mais força; o ativo leve, de um corpo ativo, porém com sensação de leveza; o passivo fraco, traz uma qualidade de maior entrega, com uma fraca resistência à gravidade; e o passivo pesado, de uma entrega total, como uma queda.

Portanto, no que diz respeito ao trabalho com o peso e a gravidade no contexto da dança moderna, a historiadora Laurence Louppe afirma que

“Uma das maiores descobertas da dança moderna”, recorda Cunningham, “é a utilização da gravidade do corpo a partir do seu peso, isto é, ao contrário de negar (e, por isso, afirmando) a gravidade na sua ascensão, o corpo obedece à gravidade deixando-se conduzir para o chão.” Aceitar o peso e trabalhar com ele como se trabalha uma matéria viva e produtiva têm constituído o princípio fundador da modernidade na dança (Louppe, 2012, p. 105).

4.2 Peso na dança pós-moderna

Em meados do século XX, principalmente a partir de 1960, ocorre mais um movimento de mudanças no contexto da dança nos Estados Unidos. Nesse período, artistas da dança passam a rejeitar as preocupações expressivas e dramáticas provenientes da dança moderna (Garaudy, 1980) e começam a buscar formas mais livres e orgânicas de se movimentar. Tal movimento foi denominado como dança pós-moderna. “Desnudar a dança de todos os artifícios estranhos a ela, negar a dramaticidade da dança moderna, a artificialidade do balé clássico, desenhando-a conforme seus componentes essenciais, foram estratégias imperativas na origem do pós-modernismo” (Silva, 2005, p. 106).

De acordo com Rengel *et al.* (2016, p. 35) “a conceituação de pós-moderno na dança surgiu por volta dos anos 1960, nos Estados Unidos, mas espalhou-se por muitos países, inclusive no Brasil”. Os artistas dessa época passaram a recusar procedimentos da dança moderna, no sentido de buscar o rompimento com formas e explorar ainda mais a liberdade e espontaneidade das movimentações, de modo que a improvisação ganhou destaque (Poppe, 2018).

Na dança pós-moderna, o que importava era o movimento em si mesmo.

A dança podia ser montada ao acaso, surgindo de improvisações em cena aberta; danças geradas a partir de tarefas cotidianas e movimentação funcional; danças criadas a partir de *scores* previamente concebidos; de brincadeiras infantis; de atletismo; danças construídas a partir de outras danças; de livre associações; de rituais; de jogos; de literatura; de artes visuais; de situações comportamentais; da manipulação de objetos; enfim, um universo absolutamente amplo e permissivo (Silva, 2005, p. 109).

De acordo com Garaudy (1980), as artes, a dança, respondem a questões levantadas por cada época. Nesse sentido, interessante destacar que, de acordo com Silva (2005), algumas mudanças na forma de pensar a dança ocorreram entre uma década e outra – entre os anos 60, 70, 80 e 90 –, no contexto dos Estados Unidos. Segundo a autora, os anos 60 tiveram como características predominantes a improvisação, a investigação do corpo como

ele é, sem virtuosismos e de forma mais orgânica, e o foco maior no processo e não no produto. Já na década de 70, semelhante à dança moderna, o produto final (espetáculo como resultado) readquiriu importância. Nos anos 80, o corpo observado nas coreografias articula características das duas décadas anteriores e agrega/explora técnicas de outras linguagens artísticas. Assim, no final dos anos 80, pôde ser observado o começo de uma aceitação de múltiplos corpos. Nesse sentido, os anos 90 manifestaram notável característica de multiplicidade do trabalho com o corpo na dança, com vocabulários, estilos e abordagens das mais variadas, e espetáculos singulares, onde cada coreógrafo seguia uma lógica diferente e cada montagem era também desenvolvida com um olhar diferenciado (Silva, 2005).

Entretanto, “o traço em comum continuava sendo pois o foco absoluto nas qualidades e na forma do movimento. Este era o objetivo principal: chamar a atenção para o corpo, mais especificamente para *como* o corpo se movimentava” (Silva, 2005, p. 110).

Pensando nas características destacadas acima sobre a dança pós-moderna, algumas se somaram, outras se afastaram, outras foram retomadas da dança moderna, porém todas com interesse comum na investigação da(s) forma(s) *como* o corpo se movimenta. Nesse sentido, é interessante destacar a perspectiva da historiadora Laurence Louppe, que considera que a dança moderna e a pós-moderna possuem valores em comum e que ambas podem ser entendidas sob a denominação de dança contemporânea, cujo surgimento teria sido no início do século XX.

Esses valores (a que Françoise Dupuy chama “fundamentos da dança contemporânea”) sofrem abordagens por vezes opostas, mas sempre reconhecíveis: a individualização de um corpo e de um gesto sem modelo que exprime uma identidade ou um projecto insubstituível, a produção (e não a reprodução) de um gesto (a partir da esfera sensível individual...), o trabalho sobre a matéria do corpo e do indivíduo [...], a não antecipação sobre a forma (ainda que os planos coreográficos possam ser traçados de antemão...) e a importância da gravidade como impulso do movimento (quer se trate de jogar com ela ou de se abandonar a ela) (Louppe, 2012, p. 45).

Portanto, voltando para o tópico desta seção, que é a dança pós-moderna, podemos observar que a importância da gravidade como impulso para o movimento permanece como um dos focos de investigação dos artistas da dança, o que pode ser identificado, por exemplo, nos trabalhos de Trisha Brown e Steve Paxton.

Nos anos 70, Trisha Brown debruçou-se sobre investigações das leis da física. Explorou

[...] a gravidade e o corpo em situações extremadas através de estruturas onde o corpo sofre alterações com relação às referências de lateralidade, de em cima e em baixo e, sobretudo, com relação às formas hierárquicas ditadas pelas ações de poder na dança e no contexto político da época (Poppe, 2018, p. 43).

Assim, a artista produziu trabalhos como *Man Walking Down the Side of a Building* (1970), *Walking on the Wall* (1971), *Floor of the Forest* (1970) e *Roof Piece* (1973), que exploravam movimentos cotidianos e desafiavam a gravidade (Poppe, 2018).

Elizabeth Streb (2010)¹¹, coreógrafa que, no ano de 1970, participou do trabalho *Man Walking Down the Side of a Building*, de Trisha Brown, explica que a ideia do trabalho era de “modificar” a relação com a gravidade para 90°, ficando com o corpo paralelo ao chão, ao descer caminhando pela lateral de um prédio. Relata que na época tentou imaginar como foi para Trisha, em 1970, ter essa ideia e diz:

Há algo que Trisha nota sobre o mundo da dança e do movimento e o que é possível em termos de forças, o uso da gravidade, onde está o seu solo, qual é a sua base de apoio e como você se comporta quando entra em uma situação física completamente estranha espacialmente.¹² (Streb, 2010, tradução nossa).

Loupe (2012) destaca o trabalho *Set and Reset* (1983) de Brown, em que é utilizada a libertação do peso num fluxo livre, que produz um tempo rápido. Assim, associa os fatores tempo e peso, no sentido de o tempo ser dado a partir das modulações e libertação do peso.

Então, observo que, com a abertura ainda maior para investigação de *como* o corpo pode se mover, provocada pelos artistas da dança pós-moderna, emergiram ainda mais possibilidades de experimentar movimentações que desafiam a gravidade e agregam novas formas de se pensar o peso do corpo, como é o caso de Trisha Brown.

Steve Paxton, que também pertence ao grupo de artistas denominados como pós-modernos, estabeleceu o conceito de *small dance* (pequena dança). Tal perspectiva “[...] afirma que mesmo de pé, parado, existe uma dança, mínima, que se dá exatamente pelos inúmeros ajustes que o corpo faz para estar na vertical, na resistência à gravidade” (Poppe, 2018, p. 70). Através dessa ideia, inúmeras nuances de qualidade de movimento podem ser criadas pelo corpo e, por meio dessas nuances e da conquista de um estado de consciência corporal, podemos produzir ritmo, cadência, expressividade, dança.

Paxton convida os dançarinos a observar os efeitos das intenções em suas dinâmicas posturais. O que acontece é que quando imagino um passo à frente com minha perna direita, o peso do corpo é, ainda que levemente, deslocado para a perna esquerda, liberando a direita para a possibilidade de movimento. O psicólogo hispano-francês

¹¹ <https://www.youtube.com/watch?v=9kxWm31jh3Q>

¹² “There's something Trisha notice about the dance world and movement and what's possible in terms of forces, the use of gravity, where your ground is, what your base of support is, and how you behave when you get into a completely foreign physical situation spatially”.

Julian de Ajuriaguerra chamou essa capacidade do corpo de se organizar para suportar seus próprios movimentos de “função tônica”: é nossa maneira de negociar com a gravidade para manter nossa postura apesar da miríade de desequilíbrios que a percepção e o movimento criam constantemente. (Bigé, 2017, n.p, tradução nossa)¹³.

Aqui, observo como o olhar para os processos internos do corpo foi aprofundado, numa perspectiva orgânica e singular, o que pode contribuir significativamente para percepção do peso do próprio corpo em relação à gravidade.

Ainda como possível desdobramento da dança pós-moderna, em 1972, Paxton deu início a uma dança que se baseia na partilha do peso e no diálogo entre corpos mediante o contato receptivo e sensível (Poppe, 2018): o Contato Improvisação (CI).

O Contato Improvisação é uma prática de movimento com base no corpo físico e sensorial, que busca uma dinâmica corporal experimentada através do outro, em um ímpeto compartilhado, cujos desejos e iniciativas individuais dissolvem-se na partilha. Dito de outro modo, o que está em jogo no CI é o que se constrói a dois no momento presente, conectando expressão e consciência corporal. Trata-se de um modo de compartilhar do movimento que se origina da comunicação entre os corpos em contato, dispostos a se entregarem um ao outro irrestritamente, assim como a receber um o peso do outro. A dança que surge ali decorre do contato dos corpos agenciados pela fricção, pelo ímpeto, pela inércia, pela força centrífuga e pela gravidade (Poppe, 2018, p. 71).

Isabel Tica Lemos, considerada introdutora¹⁴ do Contato-Improvisação no Brasil, em entrevista concedida a Diego Pizarro (2015), identifica o CI como uma experiência das pessoas no peso, como um diálogo entre massas, isto é, do centro de massa do corpo humano com o centro de massa do planeta Terra. Paxton (2022, p. 73) ressalta: “quando se tem dois corpos e um põe seu peso, digamos, sobre o ombro ou sobre as costas do outro, há um centro de massa compartilhado por essas duas unidades. Eles se tornam uma unidade, de certo modo, relativa à gravidade”.

¹³ “Paxton invites the dancers to observe the effects of intentions on their postural dynamics. What happens is that when I imagine a step forward with my right leg, the weight of the body is, ever so slightly, displaced onto the left leg, liberating the right for the possibility of movement. Spanish-French psychologist Julian de Ajuriaguerra called this ability of the body to organize itself to support its own movements “the tonic function:” it is our way to negotiate with gravity to maintain our posture in spite of the myriad of disequilibriums perception and movement constantly create”

¹⁴ Em entrevista, Tica explica que ela foi a pessoa que realmente se dedicou a trabalhar completamente com o CI e difundiu-lo no Brasil, porém, expõe que, antes dela, já havia uma pessoa ou outra com conhecimento do contato-improvisação: “o Guto Macedo, do Rio de Janeiro, por exemplo. Acho que ele já tinha feito um workshop com a Nina Martin, em Nova Iorque, em torno de 1979, e, ao voltar para o Rio, ofereceu algumas aulas. Já em São Paulo, a Silvia Bittencourt tinha feito uma viagem com Ivaldo Bertazzo pela Europa e também conheceu o Contato, vindo a oferecer algumas aulas por aqui. A coreógrafa Lenora Lobo, que vive em Brasília, também deu algumas aulas em sua passagem por São Paulo, naquele tempo” (Lemos, 2015, p.194).

Louppe (2012, p. 109) destaca o contato-improvisação como um “trabalho infinitamente puro sobre o peso” e ressalta sua relação com o tônus muscular:

No que se refere aos caminhos de comunicação entre os dois corpos (*pathways*), Paxton nota que “são mais bem percebidos quando o tônus muscular se encontra um pouco tenso, para permitir que os membros se estendam, mas não ao ponto de obscurecer as sensações da propulsão (*momentum*) ou da inércia”. Este ligeiro aumento do tônus vai permitir que o movimento se desenvolva a um ritmo suave e contínuo, ainda que os espasmos e os saltos repentinos venham por vezes perturbá-lo.

Além do tônus muscular, destaco também a importância da relação com o chão no trabalho do contato-improvisação. Em práticas de CI com o grupo Rascunho¹⁵, conversamos algumas vezes sobre a ideia de, no momento da partilha de peso com outra pessoa, buscar sentir não apenas os nossos, mas também os apoios da outra pessoa no chão. Além disso, investigamos sempre também a resiliência e adaptabilidade do corpo, que dialoga com o solo e transita pelos diferentes níveis espaciais.

Portanto, como exposto, o movimento da dança pós-moderna provocou uma variedade ainda maior nas formas de investigar e fazer dança, de modo que foi aberto espaço para múltiplas formas de se mover e expressar singularidades. Assim, interessante observar como, nesse período, as investigações acerca do peso e da gravidade foram também exploradas de variadas formas: em relação ao próprio corpo, em relação ao espaço, em relação a outro corpo, em improvisação etc.

¹⁵ Grupo Rascunho desenvolve, desde 2022, estudos acerca do contato-improvisação.

5 INVESTIGAÇÃO DO PESO NA DANÇA NO CONTEXTO DO BRASIL

Na América Latina, de acordo com Maribel Portinari (1989), a dança moderna foi introduzida na década de 1940 e o México teve um papel pioneiro por meio de Anna Sokolow [dançarina e coreógrafa americana], que foi convidada pelo governo a fundar a companhia Paloma Azul. No entanto, no Brasil, temos registro de que a introdução da dança moderna aconteceu antes de 1940, pois, segundo a própria Portinari (1989, p. 167), desde 1932 havia uma escola de dança moderna, em São Paulo, “dirigida por Kitty Bodenheim e Chinita Ullman, esta uma gaúcha que se formou na Alemanha e integrou a companhia de Mary Wigman”. Ainda em São Paulo, em 1940, chega, Maria Duschenes¹⁶ e, em 1957, Renée Gumiel¹⁷, ambas notáveis difusoras da dança moderna no país (Navas e Dias, 1992). No Rio de Janeiro, em 1946, chega Nina Verchinina¹⁸, que também contribuiu significativamente para difusão da dança moderna no Brasil (Portinari, 1989).

Jordão (2017) explica que, como consequência da 2ª Guerra Mundial, em busca de um local mais seguro e distante dos conflitos da época, chegam ao Brasil artistas com origem de diversas partes do mundo. Fixam-se, principalmente, no eixo Rio-São Paulo e trazem consigo novas técnicas e experiências.

No contexto do Brasil, o trabalho com o peso do corpo começou a ser abordado de diferentes formas: por meio de bailarinas e coreógrafas da dança moderna que vieram residir no país; por meio de pessoas brasileiras que tiveram contato com artistas modernos e pós-modernos do exterior; e por meio de brasileiros que desenvolveram seus próprios trabalhos no país.

Em relação as influências do trabalho com o peso do corpo no Brasil, provenientes da dança moderna, destaco Maria Duschenes, que foi uma importante introdutora e difusora dos estudos de Rudolf Laban no Brasil. Como já exposto no capítulo sobre o peso na dança moderna, Laban foi um grande pesquisador da dança que, em suas investigações, estabeleceu os quatro fatores de movimento (peso, espaço, tempo e fluxo) e aprofundou estudos relacionados ao peso.

¹⁶ “Pioneira na dança moderna, a bailarina húngara Maria Duschenes teve destaque na história da dança brasileira como educadora e coreógrafa, contribuindo para a difusão do método Laban no País” (Jordão, 2017, p. 8).

¹⁷ “Radicada no Brasil desde 1957, a atriz, bailarina e coreógrafa, Renée Gumiel é também uma das precursoras da dança moderna no País e fundadora da Cia de Dança Contemporânea Brasileira” (Jordão, 2017, p. 8).

¹⁸ “Coreógrafa e bailarina russa residiu no Brasil de 1954 até seu falecimento, em 1995. Teve papel fundamental na formação de professores, bailarinos e coreógrafos, na cidade do Rio de Janeiro” (Jordão, 2017, p. 8).

Além de Duschenes, destaque, em especial, o trabalho de Nina Verchinina, que desenvolveu sua própria técnica e, dentro dela, abordou questões sobre o peso.

Cerbino (2010) relata que as sequências de dança desenvolvidas por Nina Verchinina exploravam um trabalho tridimensional do corpo, em que eram criados movimentos que perpassavam pelos três níveis espaciais (baixo, médio e alto). Além disso, a autora destaca quatro sequências e aspectos de aulas elaboradas por Nina: “a aula de chão, de barra, de centro, de joelho e sequências de caídas” (Cerbino, 2010, p. 1). Dentre elas, destaque “a aula de chão” e as “sequências de caídas”.

Na aula de chão, Verchinina investia no trabalho de força e alongamento muscular.

O corpo, neste momento, mantém forte tonicidade e usa o solo não só como apoio, mas, principalmente, como fonte de resistência para conservar-se neste estado. Nesta aula, são adquiridos os requisitos necessários para se manter em equilíbrio mesmo quando se está fora de eixo ao se realizar um movimento (Cerbino, 2010, p. 8).

Assim, com exercícios organizados de forma crescente, diferentes grupos musculares eram trabalhados nas aulas de Verchinina. Por exemplo, era feita uma preparação vigorosa das musculaturas do abdômen, das pernas e da coluna vertebral, para que fosse desenvolvida força para diversas transferências de peso, de direção e de apoio que eram propostas em sequências da professora e coreógrafa (Cerbino, 2010).

O trabalho de chão mostra-se essencial não apenas para a técnica de dança desenvolvida pela coreógrafa, já que ela o entendia quase como um *partner*, mas se apresenta também como um tema recorrente em sua obra, isto é, esta ligação com o chão, representava, para ela, a conexão do homem com a terra, traduzindo “um contato mais direto com o mundo” (Cerbino, 2010, p. 9).

Desse modo, observo como desde meados do século passado, no âmbito da dança moderna no Brasil, o trabalho com o peso do corpo era investigado através de exercícios de dança que exploravam o contato com o chão e a passagem pelos níveis espaciais.

Entretanto, interessante acrescentar que, segundo Cerbino (2010), um estado de suspensão do corpo era utilizado constantemente na técnica desenvolvida por Verchinina, de modo que a extensão máxima do corpo era priorizada, mesmo nas sequências de chão ou de caída. Nas sequências de caída, por exemplo, “os movimentos transversos, que cruzam o centro do corpo indo de uma extremidade à outra” (Cerbino, 2010, p. 7) eram muito usados. Desse modo, entendo que na técnica desenvolvida por Verchinina, o trabalho com o peso do corpo em relação ao chão ainda não era de entrega total, pois preservava-se uma suspensão do

corpo, uma resistência à gravidade, mesmo que no nível baixo, em maior contato com o solo.

Em relação as sequências de caída, Cerbino (2010, p. 13) explica que eram realizadas ao final de aulas de centro ou de joelho.

Utilizando os três níveis espaciais e diferentes pontos de apoio e suporte ao longo destas sequências – mãos, braços, tronco, pernas e joelhos –, as chamadas caídas não configuram, propriamente, uma sequência de quedas, já que o corpo não se projeta solto para o espaço sem uma direção pré-determinada, mas como uma ida controlada ao chão, em que tensão e jogos de oposição são mantidos ao longo de toda a série.

Ainda, nas aulas de Verchinina “da mesma maneira que o bailarino, controladamente, chega ao chão, ele também retorna ao nível alto, construindo uma trajetória em que as mudanças de direção são fator preponderante em sua elaboração” (Cerbino, 2010, p. 14). Assim, diferentes planos, eixos, direções, níveis espaciais, transferências de peso e apoios no chão eram experimentados nas aulas e pesquisas de movimento de Nina Verchinina.

Acerca do contexto histórico, Portinari (1989) explica que devido a uma espécie de fixação do público brasileiro pelo balé, de um modo geral, nos anos da década de 1950, a dança moderna não teve uma boa fase no Brasil. No entanto, a autora destaca que na década de 70 foram dissipados preconceitos e, assim, diferentes grupos de dança surgiram.

Em 1975, aconteceu o Primeiro Concurso Nacional de Coreografia, no programa *Concertos para a Juventude*, organizado pela Rede Globo. Neste concurso, uma discípula de Nina Verchinina – Esther Piragibe – foi premiada (Portinari, 1989). Além disso,

Coreógrafos como Gilberto Motta, Lourdes Bastos, Gerry Maretszki, Renato Magalhães, Klauss e Angel Vianna, Regina Miranda, Rodrigo Pederneiras, Ciro Barcelos, entre outros, tiveram seu trabalho reconhecido dentro e fora do Brasil. O resultado mais sólido deve-se ao Ballet Stagium, dirigido por Décio Otero e Márka Gidali que, a partir de uma base clássica, fizeram uma ponte com o estilo moderno, empenhando-se principalmente na criação de um repertório de raízes brasileiras (Portinari, 1989, p. 167).

Em busca de melhor compreender como começou a acontecer uma investigação mais aprofundada em relação ao peso no Brasil, realizei entrevistas com duas notáveis artistas e

pesquisadoras da dança no Brasil: Zélia Monteiro¹⁹ e Esther Weitzman²⁰.

Nas entrevistas, perguntei às pesquisadoras quando elas consideram que a investigação do peso do corpo e da relação com o chão passou a ocorrer com maior ênfase no Brasil. Esther Weitzman (2024), que está inserida no contexto da dança na cidade do Rio de Janeiro, relatou que não sabe especificar as datas, mas considera um marco a realização dos festivais *Carlton Dance* no Brasil [1987], que é quando começa a ver companhias “trabalhando com a ideia da gravidade, muita coisa no chão” (Weitzman, (2024). Mas explica que não é que as pessoas não trabalhavam no chão, que fez aulas de dança moderna com Nina Verchinina e Regina Sauer (técnica de Martha Graham), por exemplo, e nessas aulas havia diferentes investigações no chão, no nível baixo, mas não tinha a ideia “desse corpo que larga o peso, sobe, desce, salta” (Weitzman, 2024). Entretanto, apesar dessa influência estrangeira, ressalta:

Não que a gente, por exemplo, eu sou da Angel [Escola Angel Vianna]... E lá, pela primeira vez, em 84, o meu primeiro professor de dança, vamos falar de dança contemporânea, foi o Rainer Vianna²¹ [...] aí, eu me lembro do Rainer falando “deita e sente seus apoios duros, seus apoios moles”, e aí você começa a entender essa ideia de gravidade, não é? (Weitzman, 2024).

E acrescenta: “mas essa ideia de composição, de trabalhar o que acontece com o teu corpo largando o peso, esse revertério desse fluxo contínuo com o chão, começa a ter mais nas companhias por influências de companhias estrangeiras que a gente começa a ver nesse festival [*Carlton Dance*]” (Weitzman, 2024). Contudo, pontua que é importante estudar o contexto europeu [e norte americano] pós duas guerras mundiais, pois considera que

¹⁹ “Bailarina, professora e coreógrafa, fundamenta seu trabalho de ensino da dança na percepção do corpo, como principal processo para aquisição da técnica. Na base de sua pesquisa criativa e pedagógica está o pensamento de Klauss Vianna, com quem trabalhou por oito anos; e a escola clássica italiana, que estudou com Maria Melô, de quem foi assistente por mais de dez anos [...]. Dirige o Núcleo de Improvisação desde 2003. É professora no Curso de Comunicação das Artes do Corpo - PUC/SP e dá aulas regulares de dança clássica na Sala Crisantempo. Criou, em 2011, o Centro de Estudos do Balé, a fim de aprimorar o trabalho sobre sua metodologia de ensino desta técnica, junto a um grupo de professores assistentes” (<https://portalmud.com.br/lab/professor/bale-classico/zelia-monteiro>).

²⁰ “É especialista em Arte e Filosofia (PUC-RJ / 2006). Formada em Dança pela Escola Angel Vianna e em Educação Física pela Universidade Gama Filho (1987). [...] aprofundou seus estudos com Ivaldo Bertazzo na Escola de Reeducação do Movimento em São Paulo no ano de 1995. Lecionou por 10 anos como professora na Escola Angel Vianna, onde por um período também exerceu a função de coordenadora. Atualmente, integra o corpo docente do Curso de Licenciatura e Bacharelado da Faculdade Angel Vianna e Licenciatura em Dança da UCAM (Universidade Cândido Mendes). Também é professora de Dança Contemporânea na PUC-RJ em cadeira eletiva” (<http://www.estherweitzman.com/quem-somos/a-coreografa/>).

²¹ Filho de Angel e Klauss Vianna.

Tem que estudar sempre politicamente. O corpo responde ao que está acontecendo no contexto histórico e econômico de um país, de uma cidade, de uma aldeia. Nada está separado. A gente acha que é separado. E aí esse corpo que também começa a ser agredido, violentado, também responde. Onde vai ser essa saída... (Weitzman, 2024).

Em concordância a esta colocação de Weitzman, atrelada a como cada sujeito organiza o próprio corpo em relação à gravidade, o pesquisador Hubert Godard (2002, p. 19) pontua que

A organização gravitacional de um indivíduo é determinada por uma mistura complexa de parâmetros filogenéticos, culturais e individuais. Trata-se tanto da passagem da fase quadrúpede à vertical na história da humanidade e na evolução da marcha quanto de uma história individual inserida em determinado ambiente cultural.

Zélia Monteiro (2024), que está inserida no contexto da dança na cidade de São Paulo, relata que também não possui informação precisa sobre como a investigação do peso passou a ocorrer com mais profundidade no Brasil, que fez poucas aulas de dança moderna com Sônia Mota, nas quais era trabalhada a técnica de José Limón, e nessas aulas identifica uma relação com o peso. Entretanto, considera que, dentro da sua trajetória, foi investigar o peso diretamente com Klauss Vianna.

Nascido em Belo Horizonte, Klauss Vianna (1928 - 1992) foi um renomado artista brasileiro que construiu sua trajetória passando pelos estados de Minas Gerais, Bahia, Rio de Janeiro e São Paulo. Em seu percurso, recebeu diferentes influências, porém também desenvolveu um trabalho autêntico, “uma técnica autenticamente brasileira de dança contemporânea” (Monteiro, 2024), de acordo com Zélia.

Zélia trabalhou de forma bastante próxima a Klauss ao longo de 8 anos. Sobre esse contexto, ela explica que ele trabalhava numa relação muito improvisada, que não havia sequências de movimento nas aulas, ele ia dando instruções e o bailarino ia experimentando no corpo e criando seu próprio movimento (Monteiro, 2024).

Então, a aula dele, na maioria das vezes, começava no chão. E começava pela percepção do corpo tocando o chão. Que pontos que o corpo toca o chão, pontos que não tocam o chão, pontos que tocam com maior pressão, pontos que tocam com menor pressão. Aí, já estava embutido um trabalho de você perceber o peso. Por exemplo, a cabeça exerce maior pressão quando está deitada no chão, e você percebe isso. Maior pressão do que a região lombar, que, às vezes, nem encosta no chão. Então, você já percebia o peso da sua cabeça. Então, o trabalho de peso do Klauss era completamente diferente de um Limón, por exemplo. Não tinha essa ideia de queda e recuperação. Era uma coisa de contato com o chão, perceber a

relação do corpo com o chão. E, a partir dessa percepção, pontos de maior pressão, pontos de menor pressão, pontos que não tocam o chão. Ele, muitas vezes, pedia para você começar a se mover, fazendo, por exemplo, um trabalho simples de espreguiçar o corpo, e mudando de posição, e retomando essa percepção em outras posições deitada. Aí, ele também introduziu um trabalho de que era necessário você pressionar o chão para se mover, senão, você não conseguia se movimentar. Então, alguns pontos de apoio, que você detectava, mapeava, vamos dizer assim, do seu corpo tocando o chão. A partir desses pontos, ele pedia, por exemplo: “experimenta empurrar, pressionar o chão com o tornozelo, [melhor dizendo], com o calcanhar, desculpa. Agora, experimenta pressionar o chão com a sua cabeça. Experimenta pressionar o chão com, sei lá, com as costas”. Qualquer ponto de apoio, você usava um aumento de pressão e, com isso, você percebia que você se movimentava. Então, ele já ia introduzindo junto essa coisa do esforço e entrega (Monteiro, 2024).

Nesse momento, questioneei se esse trabalho teria a ver com a questão de modulação de tônus, de tensões musculares. Ela respondeu que sim e, posteriormente, explicou:

[...] o Klauss pesquisava a tensão muscular também. Só que sempre com base no peso dos ossos, porque ele classificava a musculatura de vários modos, ele falava em musculatura da emoção, que hoje em dia eu acho que ele estava se referindo a antigravitacional, porque ele também falava que era a musculatura que sustenta o peso, sustenta os ossos. Então, em cima disso, hoje em dia, que eu continuei estudando e tal, eu vejo “ah, ele deveria estar falando da antigravitacional”. E ele dizia que essa musculatura era da emoção. E ele queria que a gente dançasse com essa musculatura. Mas ele não dava esse nome na época, ele não chamava assim, porque isso hoje em dia que na fisioterapia, na medicina se fala mais dessa musculatura [...]. Ele dividia essa antigravitacional, ele chamava de emoção, e a musculatura da couraça, que tinha uma influência reichiana super grande também, que era essa musculatura que você usa mais para se proteger, e que ele, ele justamente... então por isso ele modulava muito com a musculatura, muito (Monteiro, 2024).

A respeito dessa investigação, Vianna (2005) expõe que a tensão em si não é um problema, pois sem ela não seria possível se manter de pé ou suportar o peso do corpo, cedendo à gravidade. Então, pontua que “o problema está no acúmulo de tensões, nas tensões localizadas que restringem a capacidade de movimento das articulações e dos grupos musculares” (Vianna, 2005, p. 106).

Desse modo, interessante observar como as questões anatômicas e fisiológicas estiveram bastante presentes no trabalho de Klauss Vianna e que, através da investigação dessas tensões e suas modulações, parte de seu trabalho era desenvolvido. Assim, fica mais claro como tais investigações contribuem significativamente para o estudo do peso do corpo na dança.

Ao perguntar se Zélia considera que a relação com o chão contribui com esse trabalho do peso, ela responde:

O Klauss falava também disso. Eu chamo sempre o Klauss porque eu acho que é na linha dele que eu trabalho, no processo criativo e também no processo pedagógico. Ele falava muito do chão, do chão como suporte, o chão que te carrega, o chão que te recebe. E que se a gente não trabalhasse nossa relação com o chão, a dança não ia acontecer. Ele falava até de relação afetiva com o chão. Raiva, bate no chão com pé, esperneia; delicadeza... Isso ele dava nas aulas de iniciante dele. Acariciar o chão, tocar o chão com carinho, tocar o chão com raiva. Quais as inúmeras formas que a gente pode tocar esse chão e ser tocado pelo chão. Ele falava muito disso também. Que não era uma coisa de mão única, você toca o chão, o chão te toca. E o chão como suporte, ele te carrega, ele falava assim “sinta-se carregado como um colo”. O chão é um colo para o corpo. Então, todas essas colocações dele traziam muito a importância do chão. E ele falava “não dá para entrar em cena sem ter estudado aquele piso, aquele chão do palco”. Muito. Tem que chegar, assim, três horas antes no teatro para, além do aquecimento, trabalhar essa relação com o chão (Monteiro, 2024).

A respeito disso, em seu único livro, o próprio Klauss pontua:

Duas Forças Opostas geram um Conflito, que gera o Movimento. Este, ao surgir, sustenta-se, reflete e projeta sua intenção para o exterior, no espaço. No corpo, esse fenômeno se inicia no momento em que descubro a importância do solo e a ele me entrego e o respeito (Vianna, 2005, p. 93).

E continua: “essa é a primeira fase, a da germinação, a da entrega. Só quando descubro a gravidade, o chão, abre-se espaço para que o movimento crie raízes, seja mais profundo, como uma planta que só cresce com o contato íntimo com o solo (Vianna, 2005, p. 93). Portanto, observo como a relação com o chão era uma das bases do trabalho de Klauss e como essa relação tem papel essencial na investigação do peso.

Ainda, Zélia fala da relação de impulso que era estabelecida no trabalho de Klauss e como essa relação também tem a ver com o trabalho com o peso.

Depois, uma outra relação que ele estabelecia muito era de impulso. O Klauss trabalhava muito com impulso. Então, ele falava: “balança os braços, usa o impulso dos braços para mover o corpo, para dançar. Agora, balance a cabeça, usa o peso da cabeça”. Ele ia introduzindo essa ideia de peso através do balanço das diferentes partes do corpo. Então, era uma outra maneira dele chamar a relação com o peso. E como que o peso, por exemplo, dos braços, ao balancear, ele leva outras partes do corpo para o movimento. Não é? Você não precisa pensar em tronco, você balance um braço, o tronco acaba movendo. Você balance a cabeça, a coluna toda acaba movendo. Então, na verdade, ele estava usando aí – com essa ideia de balancear, e usar o impulso do balanço, como a gente falava – vários movimentos, era você usar o peso das partes do corpo. Porque ele também trabalhava muito estrutura óssea, articulação e osso, e a percepção das partes do corpo. Então, às vezes, você trabalhava muito decompondo o corpo para depois integrar. Então, perceber as articulações das mãos, dos dedos e tal, do punho, do cotovelo, para depois integrar o braço, e a mesma coisa em relação ao corpo todo. Então, com essa relação de usar o impulso, você acabava usando o peso, e acabava tendo a noção, a percepção do quanto o seu braço pesava, e usar o peso a favor do movimento, como impulsionador. Então, tinha essa questão da modulação de tónus, quando eu pressionava, quando eu deixava de pressionar, e aí você percebia que a musculatura relaxava, e você se aproximava do chão. Sem falar em queda, era uma espécie de

queda que acontecia, não é? E, também essa relação de usar o impulso do balanço, das partes do corpo (Monteiro, 2024).

Todos esses conhecimentos compartilhados por Zélia, ao longo da entrevista, foram essenciais para compreender a trajetória de uma pessoa nascida no Brasil e como suas pesquisas foram consistentes e levantaram diferentes formas de investigar o peso do corpo na dança, desde a exploração da relação com o próprio corpo, do corpo com o chão, até as conexões com estudos advindos da fisiologia e anatomia do corpo humano. Ao perguntar a Zélia se havia algum nome para essas aulas que ela fazia com Klauss, ela responde que ele chamava de “dança livre” (Monteiro, 2024).

Sobre as abordagens de Vianna, Alvarenga (2009, p. 21) relata que determinados estudos lhe permitiram

pensar Klauss Vianna não somente como um representante brasileiro da dança moderna, mas também, numa dimensão maior, aprecia-lo no mesmo espaço em que se inserem os construtores internacionais dessa arte, sejam eles os pioneiros ou os seus seguidores na América do Norte e Europa. Assim, pude localizá-lo num movimento de rupturas e de continuidades, de rupturas e reconexões, identificando-o como um artista e pesquisador em cujo trabalho se cruzam muitas interferências, numa tensão de equilíbrio entre o seu corpo, o meio e sua expressão individual como artista imerso em seu tempo.

Já Esther e Zélia se referem a Klauss como um precursor da dança contemporânea no Brasil. Esther diz:

A ideia de estudar a pele, os ossos, os apoios, aí tudo vai mudando. Realmente eles [Klauss e Angel Vianna] dão uma revolucionada. Quando a gente fala que eles são precursores da dança contemporânea do Brasil, é verdade, porque para falar disso tudo, tem que falar do osso, das tensões, porque sem entender esse corpo, você não vai entender a ideia da gravidade, dentro do nosso próprio esqueleto (Weitzman, 2024).

Zélia relata:

É, eu considero que aqui no Brasil, ele é um dos, é... mestres, e coreógrafos também, que trouxe a dança contemporânea com esse caráter brasileiro. Não era uma dança contemporânea totalmente importada, como você pode dizer, tá [, por exemplo,] a técnica de Limón... Vai lá nos Estados Unidos, pratica, traz e faz aquilo. Klauss não, ele criou o negócio dele. Então, não tinha nome, não se dava nome. O Limón criou: técnica de Limón (Monteiro, 2024).

Ainda, ressalta que através de sua vivência com Klauss, no contexto de São Paulo, considera “que ele trouxe mesmo uma técnica para o bailarino contemporâneo. Ele inventou

um modo de operar o corpo. Só que não é uma técnica fechada com passos” (Monteiro, 2024). Portanto, a partir dos conhecimentos acessados nesta pesquisa, entendo que a investigação do peso no Brasil começa a acontecer de forma mais forte na segunda metade do século XX, e que o desenvolvimento desse estudo foi atravessado de diversas maneiras: por meio de influências do exterior, de artistas que vieram residir no país, de companhias que vinham para se apresentar (mesmo que com pouca frequência), de artistas brasileiros que saíram do país e voltaram conhecendo técnicas de dança moderna. Além disso, por meio de artistas como Klauss Vianna e Angel Vianna, que desenvolveram um trabalho autêntico no Brasil, mesmo que atravessado por diferentes influências que foram agregadas ao longo de suas trajetórias.

Ainda, observo que merece destaque o modo como as investigações da relação com o chão, de movimentos que perpassam e acontecem nos três níveis espaciais, e da atenção à modulação de tensões musculares aparecem no trabalho de artistas que viveram no contexto brasileiro e o quanto agregaram significativamente para a exploração do peso na dança.

6 PESO E DANÇA CONTEMPORÂNEA: UMA ÍNTIMA RELAÇÃO

Como exposto em capítulos anteriores, no século XX emergiram formas diversas de investigar o peso na dança, em diferentes contextos. A respeito da dança contemporânea, existem diferentes interpretações do que ela é e quando surge. Como exemplo, a historiadora Laurence Louppe defende que a dança contemporânea surge no final do século XIX, com a dança moderna, pois observa que desde esse período até os dias atuais a dança passou a ser desenvolvida sob valores semelhantes. Como dito anteriormente, alguns desses valores que a autora ressalta são: a individualização do corpo e do gesto sem um modelo predefinido, a produção (e não reprodução) do gesto por meio de um espaço sensível e particular, a investigação sobre a matéria do corpo e do sujeito e “a importância da gravidade como impulso do movimento (quer se trate de jogar com ela ou de se abandonar a ela)” (Louppe, 2012, p. 45).

Assim, como posto pela historiadora, um dos valores da dança contemporânea é o uso da gravidade como impulsionadora do movimento, jogando com ela ou abandonando o corpo a ela. Em entrevista, Esther Weitzman (2024), em referência aos seus estudos, relata se lembrar bem sobre o contemporâneo ter a ver com a ideia da gravidade, de quando o corpo vai para baixo. Nesse sentido, Feitosa (2004, p. 107) ressalta:

A dança contemporânea visa escapar do dualismo corpo/mente ao assumir positivamente o peso do corpo humano. O dançarino já não se movimenta para fora do solo, mas se deixa pender, rolar ou cair nele. A aceitação do peso é um gesto de retorno à terra e à natureza.

Assim, Louppe (2012, p. 105) afirma que “uma das grandes descobertas da dança contemporânea é a importância do peso, não somente o peso como factor de movimento, de uma perspectiva biomecânica, mas como desafio poético primordial”.

Portanto, interessante notar como a investigação do peso e da relação com a gravidade é uma característica que se manifesta como essencial no contexto da dança contemporânea, independente da interpretação de quando essa dança passa a acontecer.

Em entrevista, perguntei a Zélia Monteiro (2024) se ela observa diferenças a respeito do trabalho com o peso, da relação do corpo com o chão, comparando alguns anos atrás com os dias de hoje, no âmbito da dança contemporânea no Brasil. Ela responde que, na dança contemporânea de um modo geral, observa diferenças. Cita a Nova Dança²² e o

²² De acordo com Lemos (2015, p. 197), “isso que estamos chamando hoje em dia de Educação Somática

Contato-Improvisação como influências: “isso também trouxe para nós aqui no Brasil essa visão do peso como uma..., um elemento essencial, e o chão como suporte do elemento essencial da dança”. Weitzman (2024) também destaca o contato-improvisação como uma grande influência no aprofundamento do estudo do peso e da gravidade na dança contemporânea.

Entretanto, Monteiro (2024) ressalta como o povo brasileiro tem costume de valorizar mais o que vem de fora e pontua que, em relação ao seu trabalho pessoal, até hoje utiliza de aprendizados que obteve com Klauss Vianna:

[...] o modo do Klauss operar a questão do peso, eu vou te dizer, eu não mudei, eu uso até hoje a mesma coisa. Então, isso não tem muita diferença no meu trabalho. O que tem é assim, eu fui descobrindo outras questões e trabalhando com outras questões [...]. Mas a ideia continua a mesma. Eu acho que se você entrevistasse um bailarino que trabalha comigo, ele ia também falar “não, a Zélia sempre começa no chão, os apoios, como estão os apoios, o que encosta, o que não encosta”, aquilo que eu te contei aqui. Eu continuo fazendo isso. E eu, no meu trabalho, para entrar em cena, também faço isso. Então, não mudou tanto a minha relação gravitacional, meu pensamento gravitacional.

Contudo, volta a afirmar como, de um modo geral na dança contemporânea, no contexto brasileiro (paulista, no caso da entrevistada), observa mudanças.

Agora, o que eu vejo na dança, sim, mudou muito. Mesmo quando eu comecei a dança contemporânea com a Célia Gouveia, [19]79, não se falava tanto em peso, não tinha a questão da queda. Era a construção coreográfica que era outra, dramaturgia era montada de outra maneira, mas não tinha esse trabalho, que eu acho que é bem influência americana que veio para cá, não é, eu acho que é do contato-improvisação, principalmente (Monteiro, 2024).

Apesar do aprofundamento em relação ao estudo do peso na dança ter aparecido de diversas formas, em diferentes contextos, de acordo com os dados levantados nesta pesquisa, Louppe (2012, p. 107) destaca o peso como elemento essencial no estudo do movimento do corpo: “na verdade, o peso constitui a matéria elementar do movimento, o seu objecto, o seu desafio, a sua ‘carga’ interior”.

Nesse sentido, interessante destacar o conceito de pré-movimento estabelecido pelo pesquisador da dança Hubert Godard. Para ele, a relação com o peso e a gravidade é uma referência essencial que precede o movimento.

chamava-se New Dance até dez anos atrás. Porque o conceito de Nova Dança é exatamente este, as disciplinas que consideram a integração corpo e mente, como Alexander Technique, o BMC, o trabalho do RPG, o método Feldenkrais, enfim, todos esses trabalhos terapêuticos que trazem consciência para os praticantes”.

A relação ao peso, à gravidade, já contém um humor, um projeto sobre o mundo. É essa gestão do peso, específica e individual, que nos faz reconhecer, sem erro e apenas pelo ruído que produz, uma pessoa que nos é familiar subindo uma escada. Inversamente, como os astronautas nos mostram, em situações sem a ação da gravidade, a expressividade é radicalmente outra, já que a referência essencial que nos permite interpretar o sentido de um gesto foi profundamente modificada (Godard, 2002, p. 13).

Assim, o autor denomina como pré-movimento a relação com o peso e a gravidade que está presente antes de ser iniciado qualquer movimento. Ressalta também que é mediante esse pré-movimento que a carga expressiva do movimento é produzida (Godard, 2002).

Em relação à expressividade do movimento, perguntei nas entrevistas com Zélia Monteiro e Esther Weitzman se elas sentem que a investigação do peso e da gravidade afeta e como afeta na expressividade do movimento. Monteiro (2024) respondeu, em referência a Klauss Vianna, que

Ele falava que a gente tinha que ficar apoiado nos ossos, com um tônus mínimo de sustentação dos ossos para parar em pé ou para parar sentado. Então, esse lugar ele chamava... ele dizia que você estava pronto para o movimento, mas ainda sem mover. Aí vinham as alterações no tônus, que poderiam ser provocadas por um estado interno, por exemplo, uma emoção que te atravessasse, uma memória que te atravessasse, um humor, ia mexer com o seu tônus. Podia ser alguém na plateia que espirrasse ou desse uma risada. Podia ser uma luz que entrasse em cena. Qualquer alteração, qualquer movimento externo ao corpo ou interno, ia alterar esse tônus. Então, se você estivesse com essa afinação de alinhamento ósseo, que ele trabalhava muito, sentindo o peso do seu corpo, mas não despencado, não largado, que ele também falava muito, que não era despencar. Ou seja, você estava com a tal da musculatura de sustentação [musculatura que, hoje em dia, Zélia identifica como a antigravitacional]. Você tinha capacidade de modular a musculatura. E você modulava a partir do quê? De impulsos que viessem de dentro ou de fora do corpo, que te atravessassem. Então, isso gerava o movimento e gerava a expressividade do movimento.

Interessante atrelar o pensamento de Vianna, exposto por Zélia, ao de Godard. Godard (2002) explicita que o pré-movimento atua sobre a organização gravitacional, isto é, sobre o modo como uma pessoa organiza a postura para se manter em pé e responder à gravidade. Nesse sentido, expõe que o sistema dos músculos gravitacionais²³ tem função de garantir nossa postura e que são esses músculos que sustentam nosso equilíbrio, nos possibilitam permanecer em pé sem que seja preciso pensar e registram mudanças em nossos estados afetivo e emocional.

²³ Sobre essa nomenclatura, Sílvia Soter, tradutora do texto de Godard (2002), explica que “utilizou-se o termo gravitacional, no original *gravitaire*, para preservar o sentido manifesto pelo autor de interação com a gravidade. Na literatura em português, a musculatura tônica pode ser chamada de musculatura antigravitacional”.

Assim, toda modificação de nossa postura terá uma incidência em nosso estado emocional e, reciprocamente, toda mudança afetiva provocará uma modificação, mesmo que imperceptível em nossa postura.

Os músculos gravitacionais, encarregados de garantir nosso equilíbrio, antecipam-se a cada um de nossos gestos (Godard, 2002, p 14-15).

Nesse sentido, em continuidade ao pensamento de Klauss, Zélia (2024) diz:

Então, uma emoção, eu sou capaz de perceber a emoção alterando o meu tônus e aí isso faz mexer o meu ombro e eu levanto o ombro e isso tem uma expressividade. E depois isso aí se dilui no próprio gesto. Aí eu espero o próximo impulso que pode ser “alguém riu na plateia e essa risada me trouxe vontade de rir também ou essa risada me deixou constrangida”. Então, a gente aprendia a fazer essa leitura com ele, entendeu? De alteração do tônus, e ali era expressividade. Por isso que eu falo que ele trabalhava muito musculatura também. Porque ele trabalhava muito o peso, não para o peso em si trazer expressividade, não era assim. Era para você poder entender a modulação de tônus e trabalhar com ela. Por isso que eu falo que é diferente, por exemplo, do contato-improvisação. Completamente diferente...

Portanto, interessante observar como Vianna e Godard, em diferentes contextos, levantaram a questão da expressividade associada à organização do peso do corpo, em relação à gravidade, no sentido de que as mudanças no estado emocional e afetivo de um indivíduo provocam alterações na organização de musculaturas e, no caso de Godard, também no sentido inverso, de que as mudanças (modulações) na organização de musculaturas também provocam alterações no estado emocional e afetivo de um indivíduo, e isso produzir expressividades no movimento.

Weitzman (2024) também considera que a investigação do peso e da gravidade afeta muito na expressividade do movimento. Semelhante a ideia de alterações musculares provocarem o estado emocional de um indivíduo, exemplifica que se uma pessoa ficar explorando determinada movimentação repetidamente, isso pode levá-la a um estado emocional mais para dentro, mais obscuro. Mas, dependendo do que a pessoa escolher investigar, pode também acessar um lugar mais solar, mais aberto. “Você pode entrar num túnel mais fechado ou pode entrar num céu super aberto”. Ainda, ressalta que tal questão também tem a ver com a metodologia do criador [aqui pensando em composição coreográfica], no sentido de que duas obras que abordam o mesmo tema vão ser apresentadas de formas diferentes, pois existem inúmeros fatores que influenciam, como gênero, vivência, cidade, cultura, idade. “O tema é o mesmo. O trabalho não tem nada a ver um com o outro. Isso é muito bonito. Porque é percepção”.

A ideia e a dramaturgia não vai ser a mesma. Porque... porque tem a maneira de pensar aquilo, não é? O que você está pensando com aquela movimentação? O que

“você está querendo com aquela movimentação? Para onde vai? Para o que é? Sobre o que? E mesmo que seja a mesma temática. Porque cada um está procurando uma coisa diferente da outra. E aí vai... Se eu pego o mesmo movimento e faço lento... eu vou estar falando de uma coisa, de uma maneira. Se eu fizer o movimento numa velocidade enlouquecedora, eu já vou falar de outra, não é? E aquele corpo vai responder diferente. Aquela energia vai ser outra. Aquela expressão... se eu ficar fazendo, vai ser outra, não é?” (Weitzman, 2024).

Aqui, no meu entendimento, a pesquisadora parece se referir ao fato de que diferentes fatores externos afetam a forma como cada sujeito desenvolve seu trabalho e, dependendo da forma que o movimento é investigado, por exemplo, de forma mais contida [com mais tensores ativados] ou mais rápida [com o peso do corpo mais livre], isso afeta e altera no que o movimento expressa.

Portanto, retorno ao estudo de Godard (2002, p. 19) quando diz:

As resistências internas ao desequilíbrio, organizadas pelos músculos do sistema gravitacional, vão induzir a qualidade e a carga afetiva do gesto. O aparelho psíquico se exprime através do sistema gravitacional e é por seu intermédio que carrega de sentido o movimento, modulando-o e colorindo-o de desejo, de inibições, de emoções. O tônus resistente do sistema gravitacional se instala antes mesmo do gesto, desde o momento em que se formula o projeto de uma ação e, portanto, sem que o indivíduo se dê conta e antes de atingir sua consciência em estado de vigília.

Quando perguntei a respeito da relação com o chão na investigação do peso e da gravidade em seu trabalho, Weitzman (2024) ressaltou que não separa sua metodologia de trabalho como professora e coreógrafa. Assim, suas aulas [de dança contemporânea] acabam reverberando muito do que está pensando, no que está criando. Nesse sentido, explicou que, em relação a níveis espaciais, hoje em dia tem trabalhado mais no nível alto, mas que há 10 anos atrás trabalhava muito no nível baixo e médio. Considera que isso tem a ver com as diferentes fases de sua vida e com sua vontade de explorar variadas possibilidades do corpo em dança, sem ficar presa em uma coisa só. Entretanto, destacou a importância do trabalho com o solo e ressaltou que, mesmo que hoje em dia trabalhe mais o nível alto em suas aulas e criações, a relação com o chão está sempre presente. Exemplificou que inicia suas aulas sempre rolando no chão e que a pessoa tem que envelhecer sabendo subir e descer da cama, da escada. “É muito importante. O aluno tem que saber estar na horizontal, estar no nível médio, saber subir e levantar”. Ainda, ressaltou que é muito interessante como quando dá muitas aulas de chão, sente que quando fica em pé o espaço amplia, fica mais acordado. Nesse sentido, ressaltou como, independente do nível espacial, estamos o tempo todo dançando com o chão e como é uma relação boa de sentir. Ela acrescentou que é a nossa base, que o chão é tudo.

Ao perguntar para Monteiro (2024) se ela considera que a relação com o chão contribui para o trabalho com o peso na dança, ela responde, como já exposto anteriormente, que Klaus

falava muito sobre essa questão: falava do chão como suporte, do chão que carrega, do chão que recebe, e da importância de trabalhar a relação com o chão para a dança acontecer. Além disso, em suas aulas ele falava de uma relação afetiva com o solo – experimentar tocar o chão com raiva, com carinho etc. –, e salientava como essa relação não é de mão única, isto é, o sujeito toca o chão e o chão também toca o sujeito. Ainda, Vianna se referia ao chão como um suporte, como um colo para o corpo, e destacava a importância de o bailarino conhecer e estudar o solo em que irá dançar.

Assim, a respeito da exploração da relação dos bailarinos com o solo, Louppe (2012, p. 203) diz que “a dança contemporânea não dança no solo, dança com ele”. Nesse sentido, Poppe (2018, p. 48-49) destaca que

O chão da dança é matéria viva, potente suporte e parceiro incondicional, que fornece impulso vital para que o movimento surja. Empurramos o chão. Apoiamos o corpo no chão. Carimbamos as vértebras no chão. Enraizamos os pés no chão. Projetamos calcâneos e metatarsos ao chão. Deslizamos os pés ou as mãos no chão. Lambemos a planta do pé no chão. Entramos no chão. Pressionamos a bacia contra o chão. Olhamos para o chão. Nos projetamos pelo chão. Percebemos os pés no chão. Pousamos o sacro no chão. Pisamos no chão. Deitamos no chão. Pausa.

Assim, explicita a relação do corpo com o chão, que se constitui junto ao movimento. Ao construir o movimento em relação com o solo, podemos nos abrir para novas possibilidades de organização e relação com a gravidade (Poppe, 2018).

A relação aprofundada do corpo ao chão nos leva a uma intimidade quase despudorada que nos convoca a produzir pensamento com as costas, com os cotovelos, com os pelos do braço e até mesmo com a cabeça (ironia do destino). Pensar com os pés é desierarquizado da relação com o intelecto, e a estruturação horizontal se inicia aí, deslizando os pés, deslizando as mãos, deslizando as costas no chão. Isso é o que fomenta novas possibilidades de conhecimento do corpo, como corpo, no corpo. O desafio é dado: o corpo se entrega, mas respeita, conforme ressalta Klauss Vianna (Poppe, 2018, p. 52).

Ainda pensando na relação com o chão atrelada às investigações do peso, Louppe (2012) aborda a questão da queda. Ressalta que a queda é uma figura recorrente no âmbito da dança contemporânea, e que tem seu desfecho no contato com o solo. Assim, aponta para o chão como suporte, parceiro amoroso ou de renúncia.

Podemos abandonar-nos totalmente ao solo, libertando todos os tensores em peso absoluto, permitindo que a superfície de apoio se encarregue de toda a matéria ponderal que lhe é confiada, tanto qualitativa quanto quantitativamente [...]. Todavia, o próprio chão não é somente um local onde se cai ou onde o dançarino se deita. Como diz Odile Rouquet, é o nosso melhor aliado contra a atracção gravitacional [...]. Corpos abandonados no chão, mas não prostrados. Este trabalho

do solo, onde o corpo pensa, se perde e se abandona a um chão que a ele se entrega, produz qualidades excepcionais de movimento (Louppe, 2012, p. 106).

Portanto, importante observar como a relação com o chão aparece como uma questão essencial nas investigações da dança contemporânea e como está intimamente atrelada ao trabalho com o peso e a gravidade.

Diante disso, em pesquisa relacionada ao peso e a gravidade na dança contemporânea, Poppe (2018, p. 64) apresenta a colocação da autora Marie Bardet, que “conjumina o peso ao pensamento: com o neologismo pe(n)sar afirma uma política da dança contemporânea que confronta a Dança com o próprio peso para, assim, responder ao seu vasto período histórico em que o corpo almejou a elevação diáfana”. Poppe (2018, p. 64) propõe, então, através da reflexão de Bardet, o “pe(n)sar – pensar e pesar – tanto a relação da dança com o chão, quanto os modos com que as forças gravitacionais atuam sobre o corpo do bailarino/dançarino”.

O peso se coloca como o ponto de interrogação da dança, a inquietude que atravessa e põe em movimento os corpos dançantes, cruzando a questão das massas, na fronteira entre o singular e o plural [...]. O reconhecimento de uma situação comum, o peso, que atravessa – e até mesmo constitui – os corpos através de seus movimentos e das forças em jogo, leva a conhecer que o “problema” se situa neste caso de peso, às vezes dito de massas, mas que em todos os casos identifica o contexto e a matéria: uma relação, movente e cambiante, na qual a única constante é a gravidade como relação de forças (Bardet, 2014, p. 65).

7 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS DA PESQUISA E CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo desta pesquisa, investiguei o trabalho com o peso no contexto da dança contemporânea, com base nos parâmetros de análise: relação com o chão e com os níveis espaciais. Desse modo, destaquei a definição de Peso, sua relação com a força da gravidade e com aspectos fisiológicos do corpo. No que tange a gravidade, observei que, muitas vezes, conhecimentos do senso comum compreendem este termo de forma equivocada, pois a gravidade não é uma explicação ou interpretação concreta sobre a queda de corpos, “apenas descreve o fenômeno da atração entre massas” (Junior e Silva, 2010). Portanto, entendi que, nas ciências, as coisas são descritas, mas, muitas vezes, as causas não são explicadas. Por exemplo, na discussão sobre a gravidade, Newton fala como ela atua nos corpos, mas não explica porque essa força existe e nem porque atua dessa forma (Azevedo, 2024). Nesse sentido, compreendi, neste estudo, que uma definição do que é a gravidade aparece com Einstein, quando elabora a relatividade geral e define a gravidade como a curvatura do espaço-tempo. Assim, o “que a gente entende como força gravitacional tem relação com sentir essa curvatura e seguir os caminhos que ela determina” (Azevedo, 2024). Contudo, sem entrar em questões matemáticas e pensando no contexto do ser humano no planeta Terra, entendi e abordei a gravidade como uma força constante.

Identifiquei como a negociação do peso em relação a força gravitacional pode ser associada a fatores fisiológicos, como a presença e modulação do tônus muscular e tensões musculares de um modo geral. Contudo, veio à tona que o tônus possui diferentes significados, por ser um termo geral utilizado desde a antiguidade. Assim, com base em interpretações de diferentes autores, um ponto em comum encontrado foi o entendimento do tônus enquanto um grau de tensão permanente em musculaturas do corpo humano, que possibilita reagir à ação gravitacional.

Portanto, com esta pesquisa, ficou mais claro como perceber o acionamento muscular, isto é, a contração e a tensão de determinadas musculaturas, possibilita uma compreensão mais aprofundada e sensível sobre o que ocorre no meu corpo enquanto danço. Ainda, entender e explorar essas tensões pode abrir espaço para criação de nuances expressivos nas movimentações, em que posso brincar entre contrações mais fortes e mais leves de determinadas musculaturas ou do corpo como um todo, investigando possibilidades de modulação do peso.

Assim, no trabalho com a dança contemporânea, com a percepção e investigação do tônus muscular e da modulação de tensões do corpo, posso, por exemplo, explorar

movimentos em que cedo meu peso à gravidade e entro em maior contato com o solo, assim como posso empurrar o chão com diferentes partes do corpo, resistindo à gravidade e perpassando pelos diferentes níveis espaciais (baixo, médio, alto); posso também explorar saltos e quedas, entre outras variadas possibilidades. Assim associei o trabalho com o peso do corpo à percepção do tônus muscular e à modulação de tensões musculares, que possibilitam a criação de diversos nuances expressivos na dança.

Ao contextualizar historicamente o estudo do peso na dança cênica ocidental, destaquei a dança moderna e a dança pós-moderna. Assim, observei que o final do século XIX e início do século XX foi um período marcado por diversos acontecimentos e mudanças sociais, e como as artes – e, mais especificamente, a dança – também passaram por transformações nessa época. No contexto dos Estados Unidos e de países da Europa, surge a dança moderna, em oposição à técnica do balé, que predominou durante séculos no âmbito da dança cênica ocidental. Em relação ao trabalho com o peso do corpo, o balé tem como características a suspensão e leveza dos movimentos. A dança moderna, por sua vez, quebra com essa ideia e passa a investigar outras relações com o peso do corpo em relação à gravidade, ao uso do chão e aos níveis espaciais, de modo que o jogo com o peso do corpo se tornou uma característica essencial no desenvolvimento da dança. Nesse sentido, levanto alguns exemplos de artistas da dança moderna que abordaram em seus estudos, aulas e criações essa relação com o peso: Doris Humphrey (1895 - 1958), que identificou a tensão permanente do corpo, que resiste à gravidade, a tentação e o risco constante da queda, do abandono do corpo, do relaxamento, e baseou sua técnica nesses atos de cair e se recompor (*fall and recovery*); Rudolf Laban (1879 - 1958), que articulou questões de memória corporal com as leis da gravidade, no sentido da forma como cada indivíduo administra a relação com o peso de seu corpo estar associada com questões culturais, temporais, psicológicas e mecânicas. Além disso, elaborou os quatro fatores constitutivos do movimento – peso, espaço, tempo e fluência. Nesse contexto, destaco o fator peso através da colocação da historiadora Louppe (2012), que se refere ao peso como emissor e receptor do movimento. Assim, ficou claro como as investigações da dança moderna não só contribuíram para o estudo do peso na dança, como tratou do peso como uma questão essencial.

Ao investigar a questão do peso no contexto da dança pós-moderna – que teve surgimento no início da década de 1960 e foi considerada como um movimento de rupturas no contexto da dança nos Estados Unidos e, posteriormente, em países da Europa, no sentido de uma busca de liberdade ainda maior nas investigações de movimentos –, resalto que entre uma década e outra (anos 60, 70, 80 e 90) ocorreram algumas mudanças na forma de pensar a

dança, no âmbito dos Estados Unidos, porém uma característica conservada em comum entre essas décadas foi o foco nas qualidades de movimento, chamando atenção para a forma *como* o corpo se movimentava. Destaco dois artistas da dança pós-moderna que adentraram em investigações do peso do corpo: Trisha Brown (1936 - 2017) e Steve Paxton (1939 - 2024). Brown desenvolveu trabalhos que desafiavam a gravidade, como *Man Walking Down the Side of a Building*, em que a ideia foi “modificar” a relação com a gravidade para 90°, ficando com o corpo paralelo ao chão, ao descer caminhando pela lateral de um prédio (Streb, 2010). Paxton desenvolveu o conceito de pequena dança (*small dance*), que trata da percepção dos inúmeros ajustes que o corpo faz para ficar parado, em pé, na resistência à gravidade. Além disso, Paxton também desenvolveu o Contato-Improvisação (*contact improvisation*), que trabalha o compartilhamento e diálogo de pesos, entre duas ou mais pessoas.

Então, observei que, com a abertura ainda maior para investigação de *como* o corpo pode se mover, provocada pelos artistas da dança pós-moderna, emergiram ainda mais possibilidades de experimentar movimentações que desafiam a gravidade e novas formas de se pensar o peso do corpo, como é o caso do trabalho desenvolvido por Trisha Brown e Steve Paxton. Também observei como, nas investigações de Paxton, o olhar para os processos internos do corpo foi aprofundado, numa perspectiva orgânica e singular, o que contribuiu significativamente para percepção do peso do próprio corpo em relação à gravidade.

Portanto, o movimento da dança pós-moderna provocou uma variedade ainda maior nas formas de investigar e fazer dança, de modo que foi aberto espaço para múltiplas formas de se mover e expressar singularidades. Assim, interessante observar como, nesse período, as investigações acerca do peso e da gravidade foram também exploradas de variadas formas: em relação ao próprio corpo, em relação ao espaço, em relação a outro corpo, em improvisação etc.

Por notar que as referências a respeito do contexto histórico do estudo do peso são predominantemente de contexto estrangeiro, levantei dados de como esse estudo ocorreu e ocorre no Brasil, por meio de entrevistas com duas notáveis artistas brasileiras: Zélia Monteiro e Esther Weitzman. As informações das entrevistas foram articuladas com pesquisas bibliográficas e videográficas sobre o tema. Desse modo, identifiquei que a dança moderna chega ao Brasil por volta de 1932, por meio de duas bailarinas, uma alemã (Kitty Bodenheimer) e uma brasileira (Chinita Ullman) que estudou na Alemanha com uma das precursoras da dança moderna. Assim, identifiquei que, no contexto brasileiro, o trabalho com o peso do corpo começou a ser abordado de diferentes maneiras: por meio de bailarinas e coreógrafas da dança moderna que vieram residir no país; por meio de pessoas brasileiras que tiveram contato com

artistas modernos e pós-modernos do exterior; e por meio de brasileiros que desenvolveram seus próprios trabalhos no país. Nesse sentido, destaco três importantes difusoras da dança moderna no Brasil: Maria Duschenes, que chega no país em 1940; Nina Verchinina, que se fixa no Brasil em 1946; e Renée Gumiel, que chega em 1957. Assim, exponho a relação de duas dessas artistas com o trabalho com o peso do corpo: Duschenes enquanto uma difusora das pesquisas de Laban, que tem o peso como uma das principais questões de seu estudo, e Verchinina, que desenvolveu sua própria técnica e dentro dela organizou aulas que nomeava como aula de chão, de barra, de centro, de joelho e sequências de caídas, nas quais explorava a passagem pelos três níveis espaciais e a relação com o chão (Cerbino, 2010). Entretanto, com base nessas pesquisas, notei que na técnica desenvolvida por Verchinina, o trabalho com o peso do corpo em relação ao chão ainda não era de entrega total, pois preservava-se uma suspensão do corpo, uma resistência à gravidade, mesmo que no nível baixo, em maior contato com o solo.

Em vista de melhor compreender as investigações com o peso no Brasil, perguntei à Esther e Zélia quando consideraram que a investigação com o peso do corpo, da relação com o chão, passou a ocorrer com maior ênfase no Brasil. Esther, que está no contexto do Rio de Janeiro, não soube explicitar datas exatas, mas contou que considera um marco quando o festival *Carlton Dance* começa a acontecer no Brasil [em 1987], que é quando começa a ver as companhias trabalhando mais com a ideia da gravidade, com muitas movimentações no nível baixo. No entanto, pontuou que já havia um trabalho com o chão, por exemplo, nas aulas de dança moderna que fez com Nina Verchinina e Regina Sauer, mas ainda sem a ideia de largar completamente o peso. Ainda, Esther ressaltou que havia também um trabalho com o peso na escola Angel Vianna, onde ela fez aulas de dança contemporânea com Rainer Vianna, e nessas aulas ele solicitava para que as alunas se deitassem no chão, sentissem os apoios e, nesse contexto, a ideia da gravidade já era trabalhada. Ademais, a pesquisadora ressaltou a importância de olhar sempre para os diferentes contextos, de cada país, cada cultura, pois reverbera muito nos processos criativos e investigativos do movimento.

Zélia também não mencionou datas exatas, mas relatou que considera que suas investigações relacionadas ao peso aconteceram quando trabalhou com Klauss Vianna. Explicou que as aulas dele iniciavam no chão, sentindo os diferentes apoios e pressões e, portanto, havia muito dessa relação com o chão. Outro foco de atenção nas aulas de Vianna, era a percepção de musculaturas, do tônus, das diferentes tensões, das estruturas ósseas etc. Desse modo, através do trabalho investigativo das relações do corpo com o chão e da percepção das próprias estruturas corporais, o trabalho com o peso era bastante presente.

Assim, todos os conhecimentos compartilhados por Zélia, ao longo da entrevista, foram essenciais para compreender a trajetória de um artista da dança nascido no Brasil e como suas pesquisas foram consistentes e levantaram diferentes formas de investigar o peso do corpo na dança, desde a exploração da relação com o próprio corpo, do corpo com o chão, até as conexões com estudos advindos da fisiologia e anatomia do corpo humano. Ademais, tanto Zélia, quanto Esther, se referem a Klauss Vianna (Esther acrescenta Angel Vianna) como precursores da dança contemporânea no Brasil, com uma investigação do corpo em dança essencialmente brasileira e revolucionária no contexto de alguns anos atrás.

Portanto, a partir dos conhecimentos acessados nesta pesquisa, entendo que a investigação do peso no Brasil começa a acontecer de forma mais forte na segunda metade do século XX, e que o desenvolvimento desse estudo foi atravessado de diversas maneiras: por meio de influências do exterior, de artistas que vieram residir no país, de companhias que vinham para se apresentar (mesmo que com pouca frequência), de artistas brasileiros que saíram do país e voltaram conhecendo técnicas de dança moderna. Além disso, por meio de artistas como Klauss Vianna e Angel Vianna, que desenvolveram um trabalho autêntico no Brasil, mesmo que atravessado por diferentes influências que foram agregadas ao longo de suas trajetórias.

Ainda, observo que merece destaque o modo como as investigações da relação com o chão, de movimentos que perpassam e acontecem nos três níveis espaciais, e da atenção à modulação de tensões musculares aparecem no trabalho de artistas que viveram no contexto brasileiro e o quanto agregaram significativamente para a exploração do peso na dança.

Por fim, destaco que existem diferentes perspectivas acerca do que é contemporâneo e, portanto, do que pode ser considerado como dança contemporânea. Contudo, aponto para o ponto de vista da historiadora Laurence Louppe, que identifica que, no contexto da dança cênica ocidental, a dança contemporânea surgiu a partir do final do século XIX, com uma abordagem ao uso da gravidade como impulsionadora do movimento, jogando com ela ou abandonando o corpo a ela. Nesse sentido, Esther Weitzman também pontua que, em seus estudos, recorda sobre o contemporâneo ter a ver com essa investigação da gravidade, quando o corpo pesa, vai para baixo (nível baixo). Portanto, noto como a investigação do peso e da relação com a gravidade é uma característica que se manifesta como essencial no contexto da dança contemporânea, independente da interpretação de quando esse gênero da dança passa a acontecer. “Uma das grandes descobertas da dança contemporânea é a importância do peso, não somente o peso como factor de movimento, de uma perspectiva biomecânica, mas como desafio poético primordial” (Louppe, 2012, p. 105).

Ao questionar, na entrevista com Zélia, se ela observa diferenças na investigação com o peso no Brasil, comparando alguns anos atrás com os dias de hoje, ela ressalta que, de um modo geral, observa diferenças e influências da Nova Dança e do Contato-Improvisação (Weitzman também destaca influências do CI nas investigações do peso) para este estudo. Porém, pontua que, em seu trabalho pessoal, continua até hoje debruçando sobre ensinamentos provenientes de Klauss Vianna e, dentro disso, acrescentando outras questões que foi descobrindo em suas pesquisas, mas que sua relação com a gravidade não mudou tanto.

Destaco também estudos do pesquisador Hubert Godard, que desenvolve o conceito de pré-movimento que, para ele, significa a relação com o peso e a gravidade que está presente antes de ser iniciado qualquer movimento. Também, o autor explicita que o pré-movimento atua sobre a organização gravitacional, isto é, sobre o modo como uma pessoa organiza a postura para se manter em pé e responder à gravidade. Nesse sentido, expõe que o sistema dos músculos gravitacionais tem função de garantir nossa postura e que são esses músculos que sustentam nosso equilíbrio, nos possibilitam permanecer em pé sem que seja preciso pensar e registram mudanças em nossos estados afetivo e emocional.

Nas entrevistas, perguntei para Zélia e Esther se elas sentem que a investigação do peso e da gravidade afeta e como afeta na expressividade do movimento. Nesse sentido, Zélia, em referência as aulas de Klauss Vianna, fala da atenção para as alterações no tônus provocadas por algum estado interno, como alguma emoção, uma memória, um humor; e esses impulsos, vindos de dentro ou de fora do corpo, geram e alteram a expressividade do movimento.

Aqui, associei as investigações de Klauss com as de Godard, pois ambos levantaram a questão da expressividade associada à organização do peso do corpo, em relação à gravidade, no sentido de que as mudanças no estado emocional e afetivo de um indivíduo provocam alterações na organização de musculaturas. No caso de Godard, também no sentido inverso, de que as mudanças (modulações) na organização de musculaturas também provocam alterações no estado emocional e afetivo de um indivíduo, e produzem expressividades no movimento.

A respeito da investigação com o chão no trabalho com o peso, na dança contemporânea, Weitzman relatou que é muito importante que o bailarino contemporâneo investigue essa relação e expôs que, em seu trabalho enquanto professora costuma sempre iniciar suas aulas no chão, sentindo os apoios etc. Relatou que, em seus trabalhos enquanto coreógrafa e bailarina, sempre existiu muito essa relação com o chão, porém que a relação com os níveis espaciais foi mudando ao longo do tempo. Disse que, alguns anos atrás,

elaborou trabalhos que exploravam muito os níveis baixo e médio, mas nos dias de hoje está com tendência a explorar mais o nível alto, contudo a relação com o chão está sempre presente. Monteiro, em referência às aulas de Klauss, explica que ele falava muito da relação com o chão como suporte, como um colo, assim falava de uma relação afetiva e como é imprescindível que um bailarino estude o chão que irá dançar. Nesse sentido, Louppe (2012, p. 203) ressalta: “a dança contemporânea não dança no solo, dança com ele”.

Portanto, por meio dos conhecimentos levantados nesta pesquisa, ficou mais evidente como a relação com o chão aparece como uma questão essencial nas investigações da dança contemporânea e como está intimamente atrelada ao trabalho com o peso e a gravidade.

Em suma, ao longo deste estudo, identifiquei que a pesquisa do peso está intimamente ligada à relação com a gravidade. Essa relação apareceu em estudos de diferentes autores e artistas quando tratam da questão do peso. Observei que a atenção para aspectos fisiológicos, como tensões musculares e tônus muscular, está também conectada com a percepção do peso do corpo e possibilita melhor compreender as variadas modulações de peso que podem ser exploradas, a partir da percepção dessas tensões. Além disso, veio à tona como o trabalho com tais aspectos fisiológicos se entrelaça com estados afetivos e emocionais e afeta diretamente na expressividade do movimento. Ainda, em relação aos parâmetros de análise da pesquisa, que foram: relação com o chão e com os níveis espaciais, observei que a relação com o chão ficou bastante forte, pois diferentes pesquisadores destacam o solo como um parceiro de dança que está sempre presente, principalmente no contexto da dança contemporânea, que debruça mais em investigações de movimentos no/com o chão. A respeito dos níveis espaciais, foi um parâmetro que, comparado à relação com o chão, apareceu menos nos estudos de autores e artistas, porém emergiu de forma intrínseca quando, por exemplo, no contexto histórico da dança cênica ocidental. Isso porque, antes do surgimento da dança moderna, o nível alto era predominante no trabalho do balé e, com a dança moderna, o corpo passa a explorar os diferentes níveis, porém ainda sem a ideia de abandono total do peso do corpo. Com a dança pós-moderna, essas investigações continuaram e a ideia de movimentos mais livres veio ainda mais à tona. Nesse sentido, Godard (2002) observa que as modulações de peso, exercidas sobre o eixo gravitacional, possibilitam um reconhecimento de mudanças profundas que ocorreram na história da dança.

Identifiquei ainda, com esta pesquisa, como a dança contemporânea agregou diferentes investigações ao longo de sua história e, mais especificamente, aprofundou o estudo do peso do corpo em relação à gravidade, ao contato com o solo e à utilização dos níveis espaciais em pesquisas de movimento.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, Arnaldo Leite de. **Klauss Vianna e o ensino de dança**: uma experiência educativa em movimento (1948 – 1990). 2009. Tese (Doutorado). Faculdade de Educação da UFMG, Belo Horizonte, 2009. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/FAEC84YTNS>. Acesso em: 01 nov. 2024.
- BARDET, Marie. **A filosofia da dança**: um encontro entre dança e filosofia. Tradução: Regina Schopke. São Paulo: Martins Fontes, 2014.
- BASTOS, Ana Caroline Furtado de Holanda. **Tônus e equilíbrio**: os distúrbios psicomotores na fisioterapia. Fortaleza, 2007. Monografia (Pós-graduação em Psicomotricidade) – Universidade Federal do Ceará. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/37520/1/2007_tcc_acfhbastos.pdf. Acesso em: 11 out. 2024.
- BERNE, Robert; LEVY, Matthew. **Fisiologia**. Tradução: Adriana Pitella Sudré. Rio de Janeiro: Elsevier, 2009.
- BIGÉ, Romain. Tonic Space: Steps toward an aesthetics of weight in Contact Improvisation. **Contact Quarterly**: dance & improvisation journal, vol.42, n.2, mai. 2017. Disponível em: <https://contactquarterly.com/cq/unbound/index.php#view=tonic-space>. Acesso em: 20 out. 2024.
- BOURCIER, Paul. **História da Dança no Ocidente**. São Paulo: Martins Fontes, 1987.
- CANTON, Katia. **E o príncipe dançou...** o conto de fadas, da tradição oral à dança contemporânea. São Paulo: ÁTICA, 1994.
- CASTILLO, Andrea Amaral. **Tônus Muscular**: Uma contribuição para os estudos em Imagem Corporal. Campinas, 2011. Dissertação (Mestrado em atividade física adaptada) – Universidade Estadual de Campinas. Disponível em: <https://repositorio.unicamp.br/acervo/detalhe/798473>. Acesso em: 11 out. 2024.
- CERBINO, Beatriz. Nina Verchinina e a construção de um corpo expressivo. **O Percevejo online**, Rio de Janeiro, Vol. 2, julho-dezembro, 2010. Disponível em: <https://seer.unirio.br/percevejoonline/article/view/1458/1290>. Acesso em: 10 jun. 2024.
- FEITOSA, Charles. **Explicando a filosofia com arte**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2004.
- FERNANDES, Ciane. **O corpo em movimento**: o sistema Laban / Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas. 2ª edição – São Paulo: Annablume, 2006.
- FORTIN, Sylvie. Educação somática: novo ingrediente da formação prática em dança. **Cadernos do GIPE-CIT**, Salvador, n. 2, p. 40-55, 1999.
- GARAUDY, Roger. **Dançar a vida**. 3ª edição – Rio de Janeiro: Nova fronteira, 1980. GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GODARD, Hubert. **Gesto e percepção**. Tradução: Silvia Soter. Lições de Dança 3. Rio de Janeiro: UniverCidade, 2002. p.11-35. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/73079124/Gesto-e-Percepcao>. Acesso em: 12 nov. 2024.

GUERRA, Elaine Linhares de Assis. **Manual de pesquisa qualitativa**. Belo Horizonte: Grupo Anima Educação, 2014. Disponível em: <https://docente.ifsc.edu.br/luciane.oliveira/MaterialDidatico/P%C3%B3s%20Gest%C3%A3o%20Escolar/Legisla%C3%A7%C3%A3o%20e%20Pol%C3%ADticas%20P%C3%BAblicas/Manual%20de%20Pesquisa%20Qualitativa.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2024.

HUMPHREY, Doris. **The art of making dances**. Nova Iorque: Grove Press, 1959.

JORDÃO, Marianne. **A dança e a cidade**: um estudo sobre a intervenção urbana em São Paulo pelo Coletivo de Sonhos. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-graduação em Gestão de Projetos Culturais e Organização de Eventos) – Centro de Estudos Latino Americanos sobre Cultura e Comunicação, Universidade de São Paulo. São Paulo, 2017. Disponível em: https://celacc.eca.usp.br/sites/default/files/media/tcc/tcc_marianne_jordao_vf_-_celacc.pdf. Acesso em: 01 nov. 2024.

JUNIOR, Pedro Donizete Colombo; SILVA, Cibelle Celestino. **Percepção da gravidade em uma intrigante visita à Casa Maluca do CDCC/USP**. Física na Escola, v. 11, n. 1, 2010. Disponível em: <https://repositorio.usp.br/bitstream/handle/BDPI/50179/Percep%C3%A7%C3%A3o%20da%20gravidade%20em%20uma%20intrigante%20visita%20%C3%A0%20Casa%20Maluca%20do%20CDCC-USP.pdf?sequence=1>. Acesso em: 11 out. 2024.

LEMOS, Isabel Tica; PIZARRO, Diego. Contato-improvisação no Brasil pela trajetória de Isabel Tica Lemos. **MORINGA** - Artes do Espetáculo, [S. l.], v. 6, n. 1, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/moringa/article/view/24995>. Acesso em: 20 out. 2024.

LOUPPE, Laurence. **Poética da Dança Contemporânea**. Tradução: Rute Costa. Lisboa: Orfeu Negro, 2012.

MACEDO, Vanessa Freitas de Paiva. **Pulsção da obra**: Dramaturgia nas práticas contemporâneas de dança. São Paulo, 2016. Tese (Doutorado em Artes Cênicas) – Universidade de São Paulo. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/27/27156/tde-03022017-155742/pt-br.php>. Acesso em: 11 out. 2024.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MONTEIRO, Zélia. Inédito. Online, 23 out. 2024. Entrevista concedida à Hester Paes de Freitas.

NAVAS, Cássia; DIAS, Lineu. **Dança moderna**. São Paulo: Secretaria Municipal de Cultura, 1992.

NUSSENZVEIG, Herch Moysés. **Curso de física básica, 1: mecânica**. 5 ed. São Paulo:

Blusher, 2013.

PAXTON, Steve. **Gravidade**. 1. ed. São Paulo: n-1 edições, 2022.

POPPE, Maria Alice Cavalcanti. **O chamado da queda: errâncias do corpo e processos de desconstrução do movimento dançado**. 2018. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018. Disponível em: <https://www.alicepoppe.com/wpcontent/uploads/2020/11/O-chamado-da-queda.pdf>. Acesso em 13 nov. 2024.

PORTINARI, Maribel. **História da dança**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989.

RECOIL PERFORMANCE GROUP. **Act of gravity**: A dance performance about the most observable force in the universe. *Vimeo*. [s.d.]. Disponível em: <https://recoil-performance.org/productions/act-of-gravity/> Acesso em: 9 out. 2024.

SHUMWAY-COOK, Anne; WOOLLACOTT, Marjorie H. **Controle motor: teoria e aplicações práticas**. Tradução: Martha Cecily. 3. ed. Barueri, SP: Manole, 2010.

SILVA, Eliana Rodrigues. **Dança e pós modernidade**. Salvador: EDUFBA, 2005.

SILVEIRA, Juliana Carvalho Franco da; FREITAS, Hester Paes. Cinestesia: Sentidos corporais e percepção em um processo criativo na dança. **Arte da Cena (Art on Stage)**, Goiânia, v. 10, n. 1, p. 436–482, 2024. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/artce/article/view/78143>. Acesso em: 07 dez. 2024.

SUQUET, Annie. O Corpo Dançante: um laboratório da percepção. In: COURTINE, Jean-Jacques; CORBIN, Alain; VIGARELLO, Georges (Org.). **Histórias do Corpo: as mutações do olhar**, vol. 3. Petrópolis: Vozes, 2008. P. 509-540.

THE ROYAL INSTITUTION. **Solving the secrets of gravity - with Claudia de Rham**. Youtube, 31 mai. 2024. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=O7MN64JlsMw>. Acesso em: 9 out. 2024.

VIANNA, Klaus. **A dança**. São Paulo: Summus, 2005.

WAGNER, Gilmar; LIGUORI, Guilherme; ZANITI, Mateus; CAMPOS, Rafael Henrique; HONDA, Rogério Hisashi; RODRIGUES, Samuel Gianasi. **Proposta de ensino de Força peso e Aceleração da Gravidade para o ensino médio com uso de sensores da PASCO**. Universidade Federal de São João del Rei, São João del Rei, 2011. Disponível em: [https://ufsj.edu.br/portal-repositorio/File/pibidfisica/Atividades%20dos%20Bolsistas/Propostas%20com%20uso%20de%20sensores%20da%20PASCO/Proposta de ensino de Forca peso e Aceleracao da Gravidade para o ensino medio com uso de sensores da PASCO.pdf](https://ufsj.edu.br/portal-repositorio/File/pibidfisica/Atividades%20dos%20Bolsistas/Propostas%20com%20uso%20de%20sensores%20da%20PASCO/Proposta%20de%20ensino%20de%20Forca%20peso%20e%20Aceleracao%20da%20Gravidade%20para%20o%20ensino%20medio%20com%20uso%20de%20sensores%20da%20PASCO.pdf). Acesso em 11 out. 2024.

WEITZMAN, Esther. Inédito. Online, 21 out. 2024. Entrevista concedida à Hester Paes de Freitas.

WHITNEY MUSEUM OF AMERICAN ART. **Elizabeth Streb discusses Trisha Brown's "Man Walking Down the Side of a Building"**. Youtube, 13 dez. 2010. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=9kxWm31jh3Q>. Acesso em 20 out. 2024.

ZIRBEL, Ilze. Ondas do Feminismo. **Blogs de Ciência da Universidade Estadual de Campinas: Mulheres na Filosofia**, Campinas, V. 7, N. 2, p. 10-31, 2021. Disponível em: <https://www.blogs.unicamp.br/mulheresnafilosofia/wpcontent/uploads/sites/178/2021/3Ondas-do-Feminismo.pdf>. Acesso em: 11 jun. 2024.