

# ALQUIMIAS DO MOVIMENTO: XI MEXIDO



ALQUIMIAS DO MOVIMENTO:  
XI MEXIDO



Soraia Maria Silva (ORG)

Alquimias do Movimento:  
XI MEXIDO

1ª Edição

Brasília  
UnB/PPG-CEN  
2021



PEREIRA NELITON ALVES MARTINS FILHO SAMUEL MAIRON ADRIANA MATTOS AMANDA VIDAL  
MIN DE NORONHA CRUZ RIOS ISADORA JÚLIA JOÃO PAULO MACHADO LORRANY ALVES LUANA  
NASCIMENTO OTERO PEDRO IVO R. MAIA QUEIROGA REBECA ALVIM THIAGO JOSUÉ PEREIRA  
BELISTER PAULINO ANA VAZ ELISE HIRAKO HENRIQUE FERREIRA NELITON ALVES MARTINS  
ARAUJO FABI SOUZA GABRIEL FELIPE GOMES DA PAZ IASMIN DE NORONHA CRUZ RIOS ISA-  
MENTO SANTOS LUIZ LEMES MILCA ORRICO PAULA VITÓRIA NASCIMENTO OTERO PEDRO IVO  
ASCIMENTO DA SILVA SORAIA MARIA SILVA MARTIN ROSSO BELISTER PAULINO ANA VAZ ELISE  
ATTOS AMANDA VIDAL ANALU RANGEL BEATRIZ PINHEIRO ARAUJO FABI SOUZA GABRIEL FELI-  
LORRANY ALVES LUANA DE SOUSA SANTOS LUCAS NASCIMENTO SANTOS LUIZ LEMES MILCA  
HIAGO JOSUÉ PEREIRA REIS SÁ VINÍCIUS AVLIS VIVIAN NASCIMENTO DA SILVA SORAIA MARA  
TON ALVES MARTINS FILHO SAMUEL MAIRON ADRIANA MATTOS AMANDA VIDAL ANALU RAN-  
ZONHA CRUZ RIOS ISADORA JÚLIA JOÃO PAULO MACHADO LORRANY ALVES LUANA DE SOUSA  
O OTERO PEDRO IVO R. MAIA QUEIROGA REBECA ALVIM THIAGO JOSUÉ PEREIRA REIS SÁ VINÍ-  
JLINO ANA VAZ ELISE HIRAKO HENRIQUE FERREIRA NELITON ALVES MARTINS FILHO SAMUEL  
OUZA GABRIEL FELIPE GOMES DA PAZ IASMIN DE NORONHA CRUZ RIOS ISADORA JÚLIA JOÃO  
JIZ LEMES MILCA ORRICO PAULA VITÓRIA NASCIMENTO OTERO PEDRO IVO R. MAIA QUEIROGA  
A SORAIA MARIA SILVA MARTIN ROSSO BELISTER PAULINO ANA VAZ ELISE HIRAKO HENRIQUE  
AL ANALU RANGEL BEATRIZ PINHEIRO ARAUJO FABI SOUZA GABRIEL FELIPE GOMES DA PAZ  
ANA DE SOUSA SANTOS LUCAS NASCIMENTO SANTOS LUIZ LEMES MILCA ORRICO PAULA VITÓ-  
A REIS SÁ VINÍCIUS AVLIS VIVIAN NASCIMENTO DA SILVA SORAIA MARIA SILVA MARTIN ROSSO  
ILHO SAMUEL MAIRON ADRIANA MATTOS AMANDA VIDAL ANALU RANGEL BEATRIZ PINHEIRO  
ORA JÚLIA JOÃO PAULO MACHADO LORRANY ALVES LUANA DE SOUSA SANTOS LUCAS NASCI-  
O R. MAIA QUEIROGA REBECA ALVIM THIAGO JOSUÉ PEREIRA REIS SÁ VINÍCIUS AVLIS VIVIAN  
SE HIRAKO HENRIQUE FERREIRA NELITON ALVES MARTINS FILHO SAMUEL MAIRON ADRIANA  
LIPE GOMES DA PAZ IASMIN DE NORONHA CRUZ RIOS ISADORA JÚLIA JOÃO PAULO MACHADO  
ORRICO PAULA VITÓRIA NASCIMENTO OTERO PEDRO IVO R. MAIA QUEIROGA REBECA ALVIM  
SILVA MARTIN ROSSO BELISTER PAULINO ANA VAZ ELISE HIRAKO HENRIQUE FERREIRA NÉLI-  
EL BEATRIZ PINHEIRO ARAUJO FABI SOUZA GABRIEL FELIPE GOMES DA PAZ IASMIN DE NORO-  
NTOS LUCAS NASCIMENTO SANTOS LUIZ LEMES MILCA ORRICO PAULA VITÓRIA NASCIMENTO  
US AVLIS VIVIAN NASCIMENTO DA SILVA SORAIA MARIA SILVA MARTIN ROSSO BELISTER PAU-  
MAIRON ADRIANA MATTOS AMANDA VIDAL ANALU RANGEL BEATRIZ PINHEIRO ARAUJO FABI  
O PAULO MACHADO LORRANY ALVES LUANA DE SOUSA SANTOS LUCAS NASCIMENTO SANTOS  
IGA REBECA ALVIM THIAGO JOSUÉ PEREIRA REIS SÁ VINÍCIUS AVLIS VIVIAN NASCIMENTO DA  
QUE FERREIRA NELITON ALVES MARTINS FILHO SAMUEL MAIRON ADRIANA MATTOS AMANDA  
AZ IASMIN DE NORONHA CRUZ RIOS ISADORA JÚLIA JOÃO PAULO MACHADO LORRANY ALVES  
VITÓRIA NASCIMENTO OTERO PEDRO IVO R. MAIA QUEIROGA REBECA ALVIM THIAGO JOSUÉ  
IN ROSSO BELISTER PAULINO ANA VAZ ELISE HIRAKO HENRIQUE FERREIRA NELITON ALVES  
PINHEIRO ARAUJO FABI SOUZA GABRIEL FELIPE GOMES DA PAZ IASMIN DE NORONHA CRUZ  
CAS NASCIMENTO SANTOS LUIZ LEMES MILCA ORRICO PAULA VITÓRIA NASCIMENTO OTERO  
VLIS VIVIAN NASCIMENTO DA SILVA SORAIA MARIA SILVA MARTIN ROSSO BELISTER PAULINO  
ON ADRIANA MATTOS AMANDA VIDAL ANALU RANGEL BEATRIZ PINHEIRO ARAUJO FABI SOUZA  
LO MACHADO LORRANY ALVES LUANA DE SOUSA SANTOS LUCAS NASCIMENTO SANTOS LUIZ  
EBECA ALVIM THIAGO JOSUÉ PEREIRA REIS SÁ VINÍCIUS AVLIS VIVIAN NASCIMENTO DA SILVA  
ERREIRA NELITON ALVES MARTINS FILHO SAMUEL MAIRON ADRIANA MATTOS AMANDA VIDAL  
MIN DE NORONHA CRUZ RIOS ISADORA JÚLIA JOÃO PAULO MACHADO LORRANY ALVES LUANA  
NASCIMENTO OTERO PEDRO IVO R. MAIA QUEIROGA REBECA ALVIM THIAGO JOSUÉ PEREIRA  
BELISTER PAULINO ANA VAZ ELISE HIRAKO HENRIQUE FERREIRA NELITON ALVES MARTINS  
ARAUJO FABI SOUZA GABRIEL FELIPE GOMES DA PAZ IASMIN DE NORONHA CRUZ RIOS ISA-  
MENTO SANTOS LUIZ LEMES MILCA ORRICO PAULA VITÓRIA NASCIMENTO OTERO PEDRO IVO  
ASCIMENTO DA SILVA SORAIA MARIA SILVA MARTIN ROSSO BELISTER PAULINO ANA VAZ ELISE

# ALQUIMIAS DO MOVIMENTO: XI MEXIDO

A458

Alquimias do movimento : XI Mexido [recurso eletrônico] /  
Soraia Maria Silva (org.). –  
Brasília : Universidade de  
Brasília, Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, 2021.  
210 p. : il.

Inclui bibliografia.

Modo de acesso: World Wide Web:

<<https://repositorio.unb.br/handle/10482/41277>>.

ISBN 978-65-88507-03-2 (e-book)

1. Dança. 2. Teatro. 3. Artes cênicas - Estudo e ensino. I.  
Silva, Soraia Maria (org.).

CDU 792.8

### **Organização**

Soraia Maria Silva

### **Realização**

Coletivo de Documentação e Pesquisa  
em Dança - Eros Volússia

### **Editorial**

**Design Gráfico**

**Diagramação**

**Capa**

Elise Hirako

### **Assistente de diagramação**

Gabriel Felipe Gomes da Paz



Apresentação.....	13
Alquimias del cuerpo en la escena.....	19
Martin Rosso	
Alquimia na Dança: livropoemacosmodansintersemiotizado.....	31
Soraia Maria Silva	
Palavras Dançadas - imaginação e literatura em processos criativos para ampliação do movimento expressivo.....	41
Belister Paulino	
Corpo e comicidade - procedimentos cômicos na palhaçaria contemporânea, com foco no corpo e na gestualidade .....	47
de Ana Vaz	
A performance intercultural em situação de solidão - japonidades no processo criativo.....	55
Elise Hirako	
Cultura Ballroom no Brasil - Diálogos e regionalidades .....	61
Henrique Ferreira	
Diversicorporeidades - abordando o Poemadançando em corpos diferenciados da escola comum.....	69
Néliton Alves Martins Filho	
A Queda do Rei - o artista da dança contra as bolhas ideológicas virtuais.....	75
Samuel Mairon	
Processo de movimento e linguagem 2.....	79
Adriana Mattos	

Processo de movimento e linguagem 2.....	87
Amanda Vidal	
Corpo em movimento no espaço remoto.....	95
Analu Rangel	
Brincadeiras da Expressão no Movimento.....	99
Beatriz Pinheiro Araujo	
Processo e descoberta do corpo-mente.....	105
Fabi Souza	
Análises e percepções do movimento.....	111
Gabriel Felipe Gomes da Paz	
Relatório final da disciplina “Técnicas Experimentais Tecnológicas em Situação de Solidão”: conversas com a câmera.....	121
lasmin de Noronha Cruz Rios	
Experimentações em Movimento e Linguagem 2.....	127
Isadora Júlia	
Para Além do Movimento.....	137
João Paulo Machado	
Análise comentada na evolução dos movimentos.....	153
Lorrany Alves	
Trajetória da movimentação.....	161
Luana de Sousa Santos	

Uma dualidade em meio ao caos.....	167
Lucas Nascimento Santos	
A visão de um futuro cineasta.....	169
Luiz Lemes	
Relatos de uma solidão acompanhada.....	173
Milca Orrico	
Experimentos Tecnológicos (nem tão) Solitários: relato de experiência.....	177
Paula Vitória Nascimento Otero	
Análise e reflexões do processo vivido na disciplina “Técnicas experimentais tecnologias em situação de solidão”.....	185
Pedro Ivo R. Maia Queiroga	
Movimentando corpo, mente e alma.....	189
Rebeca Alvim	
Infância, memória e processo criativo.....	199
Thiago Josué Pereira Reis Sá	
Atravessamentos teórico-práticos da expressividade corporal.....	203
Vinícius Avlis	
TEAC–Relatório VideoPerformance.....	209
Vívian Nascimento da Silva	



## Análise comentada na execução dos movimentos

Lorrany Alves

### AS INÚMERAS SENSações DO MEU CORPO

A disciplina “Movimento e Linguagem 2” foi completamente necessária com a relação íntima entre meu corpo e eu mesma, foi diversas conexões que eu jamais iria imaginar que seria possível. A liberdade, a leveza e a minha “conversa” com as mãos... Tudo na busca de uma nova descoberta a cada trabalho, vídeo e afins. Nada foi imprescindível quando era proposto de uma forma provocativa, eu pude sentir diversas vezes meu corpo se comunicando comigo mesma e eu sou imensamente grata por isso!

Poema dançado - Primeiro vídeo - Apresentação Pessoal

[https://drive.google.com/file/d/1uweIMx\\_xFiEeJobENRAFI8O20YfBOZn/view](https://drive.google.com/file/d/1uweIMx_xFiEeJobENRAFI8O20YfBOZn/view)

\*Aqui, neste vídeo eu pude fazer diversas provocações sobre meu vídeo:

\* Eu quero que o texto e o movimento conversem ou que sejam coisas diferentes? Pra gerar dicotomia e até um estranhamento.

\*Seu olhar é poderoso! Use! Não somente olhe para a câmera, coloque uma intenção.

\*Tente colocar todos os movimentos partindo da coluna.

\*Seria legal explorar as movimentações do quadril também.

\*Tem uma hora que eu só movimento as mãos, como estava a minha coluna naquele momento?

\*Com essa provocação um tanto refinada eu consigo estar por inteira em um movimento em que a mão é o foco.

\*Sempre pensar em não pensar! E sim viver os momentos, eu sei a sequência. Só sinta. Dar pra ver o quanto estamos pensando durante o movimento. Corpo e mente é a mesma coisa. Mas a mente teima em querer estar no controle!

\* Seria legal fazer sem olhar para um ponto específico. Depois marcar um ponto e fazer olhan-

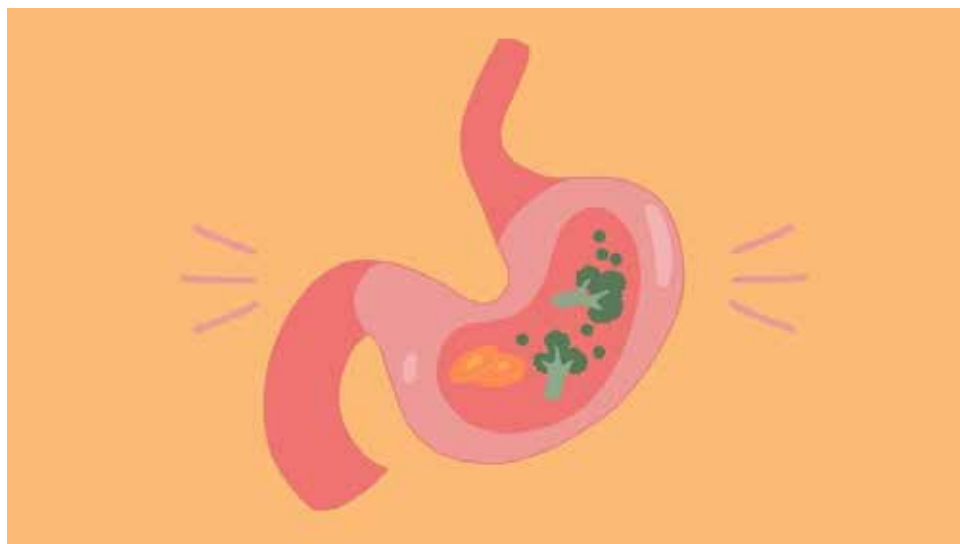
do para ele e depois para a câmera. São apenas provocações, para tentar expandir as possibilidades poéticas do meu corpo. Meu corpo é grande!

Estudo do corpo:

Dança Sistema Digestivo:

Observação: Minha demonstração ocorreu um erro, mas minha proposta é: A comida caiu no estômago e está acontecendo o processo de digestão que é quando a comida chega ao estômago e permanece por lá até 72 horas passando por duas transformações básicas

<https://drive.google.com/file/d/1nWFrM88j7uDBdKDIV4nPWWR0HfsYsyj5/view>



Essa imagem é do: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2019/02/19/o-estomago-diminui-quando-a-gente-faz-dieta.htm>

Usei ela para explicar melhor qual o meu objetivo no vídeo. Nada fragmentado mas um pouquinho maluco!

A Eutonia foi desenvolvida pela alemã Gerda Alexander (1908-1994) e significa equilíbrio das tensões: eu = bom, harmonioso (grego) e tônus = tensão (latim).

Seu efeito terapêutico está no cuidar do corpo enquanto se aprende e conhece sobre o mesmo, momento em que, a pedagogia acontece.

Possibilita identificar e dissolver tensões desnecessárias no corpo e reconhecer regiões esquecidas em estado de flacidez e ativá-las.

Cada aula é chamada de vivência, pois o aluno tem a experiência de um corpo integrado com as sensações, emoções e pensamentos numa construção permanente de novos hábitos posturais e imagem corporal.

“ O cansaço físico, mesmo que suportado forçosamente, não prejudica o corpo, enquanto o conhecimento imposto à força não pode permanecer na alma por muito tempo.” - Platão

### 1- Relaxamento Global:

Ao me posicionar no chão eu pude relaxar e fazer uma automassagem, como se eu estivesse em um spa somente meu naquele momento.

Basta fazer movimentos de pressão com as mãos nas diferentes partes do corpo, deslizando os dedos com carinho. O relaxamento global permite a obtenção de descondicionamento, ou seja, o esquecimento das atitudes e dos movimentos do cotidiano.

Reduzindo e equilibrando progressivamente as tensões, o relaxamento associado ao controle respiratório favorece o equilíbrio emocional e a disposição mental.

Depois de ter realizado foi como tranquilizar toda a minha ansiedade e relaxar todo o meu corpo profundamente ao deitar e conseguir sentir minha coluna ereta foi aí que eu entendi a frase que a professora citou para representar o vídeo: “mantenha a mente aberta, a espinha ereta e o coração tranquilo”.

Não existe certo ou errado, existem pontos de vista para se observar esse universo de possibilidades expressivas do movimento como linguagem, e é isso que está proposto nessa disciplina. Quando eu observei minha irmã no cotidiano, eu percebi que ela escova os dentes primeiro com a mão esquerda e depois que ela coloca a mão direita no controle, depois quando ela ia deitar para dormir primeiro ela coloca a perna direita em cima da cama e depois a esquerda para conseguir ficar de lado e logo usa a mão esquerda para pegar o cobertor com tensão nos dedos para conseguir segurar e movimentar.

Ao acordar, ela coloca as mãos no rosto e usa a mão direita para virar e conseguir levantar o corpo, quando ela pega o copo ela pega sempre pega com a mão direita e levanta o dedo mindinho quando vai colocar o copo na boca.

Eu, escovo meus dentes sempre com a mão direita (aí eu percebi que não tenho nenhuma coordenação motora na mão esquerda), quando me levanto viro de lado e com o braço esquerdo uso minhas tensões musculares para me levantar da cama, para beber água eu pego o copo com a mão direita, mas com muito cuidado para o copo não escorregar e sinto descendo quase é possível sentir a água passando pelo o intestino delgado, passando pelo esôfago e o estômago.

“ Realização parece estar conectada com ação. Homens e mulheres de sucesso mantêm-se em movimento. Eles cometem erros, mas não param” - Conrad Hilton

“Nenhum artista está adiante do seu tempo. Ele é o seu tempo; o que acontece é que os outros estão atrasados no tempo.” “Existe uma vitalidade, uma força de vida, uma energia, um despertar, que é traduzido em ação através de você, e porque só existe um de você em todos os tempos, essa expressão é única.”

Rudolf Laban

Método de Laban:



Foto: Maria Soares (1997) - Revista Gambiarra.

O Sistema Laban/Bartenieff compõe uma nova abordagem sobre as investigações de Rudolf von Laban que integra uma longa e rica história de contribuições.

Há quatro categorias que formam o conjunto relacional deste Sistema e sustentam o estudo e à análise de movimentos.

Corpo, Espaço, Esforço e Forma são os elementos centrais que fundamentam o olhar e a investigação do movimento nas mais diversas circunstâncias em que está presente.

Deste modo, a perspectiva sistêmica atrelada ao estudo do movimento abre caminhos para a sustentação de uma exploração ainda mais ampla e mais profunda acerca do movimento e os níveis:

- 1 - Nível baixo, médio e alto
- 2 - Plano horizontal (lado/lado - alargar estreitar)
- 3 - Plano sagital (avançar recuar – frente/ atrás)
- 4 – Plano vertical (afundar e emergir – cima/ baixo)

Fontes: [https://www.youtube.com/watch?v=SlIRvB19K9c&ab\\_channel=Dan%C3%A7a%20C3%A9tica](https://www.youtube.com/watch?v=SlIRvB19K9c&ab_channel=Dan%C3%A7a%20C3%A9tica)

[http://www.wikidanca.net/wiki/index.php/Sistema\\_Laban/Bartenieff](http://www.wikidanca.net/wiki/index.php/Sistema_Laban/Bartenieff)



A eucinéctica estuda o aprendizado da dinâmica expressiva dos movimentos, levando em conta os fatores de movimento, que são a fluência, espaço, tempo e peso.

Rudolf Laban via a eucinetica como uma técnica de ensino dos movimentos, uma forma didática de melhorar as condições motoras das crianças, principalmente em atividades físicas que exigem uma certa sincronia de tempo e fluência, como a dança.

Existem dois grandes planos de composição da dramaturgia do movimento que, seguindo a terminologia proposta por Rudolf Laban, podem ser definidos como eucinéctico e coreológico.

O nível eucinéctico é um primeiro plano de composição no qual são determinados os segmentos da ação, as diversas qualidades de energia, as variações do ritmo e a orquestração das relações entre as diversas partes do corpo do ator.

A coreologia constitui, em extensão ao plano eucinéctico, um segundo nível de composição da dramaturgia do movimento, onde ocorre o estudo e a composição da ação construída sobre elementos direcionais e sobre leis da estruturação e da configuração espacial do movimento.

Pode-se encontrar referências sobre o conceito de partitura em diversas teorias novecentistas que se dispuseram a estudar o corpo e a unidade psicofísica do ator.

Voltada para a construção da personagem, a linha geral das ações físicas assegura uma atuação capaz de ser fixada e reproduzida numa partitura, garantindo uma harmonia e uma lógica consequencial voltada à verossimilhança.

Meyerhold não utiliza exatamente o termo partitura, mas herdando o sentido de precisão ideoplástica de Stanislavski, fala da necessidade de registro do “desenho do movimento” ou da “escritura dos movimentos plásticos”.

De um lado, o trabalho de Meyerhold era marcado pela tendência tipicamente futurista de liberação dos objetos cênicos com ênfase nos significados flutuantes e dinâmicos da construção cênica;



FONTE: <https://cbtij.org.br/dramaturgia-movimento-primeiras-definicoes-na-busca-de-um-metodologia-de-composicao/>

A Eucinéctica é o estudo de dinâmica expressiva relacionado em quatro fatores de movimentos:

Peso – Tempo - Espaço - Fluência

Peso - Intensão/sensação - O quê?

Tempo - Decisão/intuição - Quando?

Espaço - Atenção/ pensamento – Onde?

Fluência - Precisão/ sentimentos – Como?

Combinações dos fatores de movimentos:

Espaço e fluência - Remoto - distanciamento

Peso e fluência - Onírico - sonhador

Peso e espaço - Estabilidade - equilíbrio

Peso e tempo - Ritmo - proximidade

Espaço e tempo - Alerta - acordado

Tempo e fluência - Mobilidade - instabilidade

Ações básicas:

Socar: Peso firme, espaço direto; Tempo rápido

Talhar: Peso firme, espaço flexível; Tempo rápido

Pontuar: Peso leve, espaço direto; Tempo rápido

Sacudir: Peso leve, espaço flexível; Tempo rápido

Pressionar: Peso firme, espaço direto; Tempo sustentado

Torcer: Peso firme, espaço flexível; Tempo sustentado

Deslizar: Peso leve, espaço direto; Tempo sustentado

Flutuar: Peso leve, espaço flexível; Tempo sustentado

Cena do estudo da expressividade da apresentação poéticas para o cometa cenas:



Eu escolhi o fogo, por ser um elemento que tem uma abrangência radiante, simboliza expansão, calor, luz, coragem, vontade de lutar, de dominar e conquistar, mas também favorece a elevação espiritual, a lucidez extrema e a purificação da alma.

Pessoas com abundância do elemento fogo tendem a ser mais otimistas, idealistas, dinâmicas, ardentes, apaixonadas, entusiasmadas, diretas, espontâneas, ingênuas, expansivas, com mais inspiração, motivação, coragem de se impôr, de assumir riscos e enfrentar desafios.

” A distância faz ao amor aquilo que o vento faz ao fogo.

Apaga o pequeno e inflama o grande.

Mas quando um fogo devora um outro fogo, uma dor de angústia cura se.

Cura se com a outra para não ser um vaso a preencher... Sabe...

É por isso que eu não gosto da vida em banho Maria, eu gosto do fogo, eu gosto da pimenta, gosto do alho, das ervas... E... Sabe... Por um triz, eu não sou uma bruxa!

<https://drive.google.com/file/d/1XDGxRXGGy3mMf1KO2y-i3kvdmWYgUd6U/view>



Esse livro foi composto em Adobe InDesign CC 2015 e impresso no papel sistema offset, sobre o papel offset 75g/m, com capa em papel cartão supremo 250 g/m.











Esse livro *Alquimias do Movimento: XI Mexido*, contém artigos que reverberam as pesquisas apresentadas no evento homônimo e é resultado de reflexões teórico/práticas realizadas durante a disciplina *Movimento e Linguagem 2* ofertada para a graduação do Departamento de Artes Cênicas CEN/UnB e disciplina TEAC 01 - turma 6 autointitulada de Técnicas Experimentais Tecnológicas em Situação de Solidão no segundo semestre de 2020.

Ele tem um caráter experimental, pois juntamente lida com recortes dos processos de pesquisa de cada um dos envolvidos com a disciplina. Nesse sentido, toda a responsabilidade sobre a elaboração do texto, formatação e uso de imagens está sob a responsabilidade dos mesmos. O livro apresenta um exercício (com todos os acertos e erros) técnico, estético e ético para aqueles que se aventuram na arte da criação cênica. Soraia Maria Silva