

# **Arquétipos - um encontro entre o desenho e a performance.**

Tese de Mestrado em Artes Plásticas ESAD.CR  
Brigitte Canepa

2022

Orientação: Prof. Dra. Teresa Margarida Luzio Morais  
Co-orientação: Prof. Dr. Samuel Rama

## **Agradecimentos**

Quero aproveitar este espaço para mostrar a minha profunda gratidão a quem se cruzou comigo durante a realização desta Tese.

Agradeço a todos os professores que cruzaram o meu caminho durante o meu percurso no mestrado na ESAD.cr. Cada um foi uma fonte de inspiração que me apoiou de uma forma directa ou indirecta na construção desta Tese e na realização do projecto final. Agradeço aos meus colegas e amigos que se mostraram disponíveis para me apoiar nos meus projectos durante o mestrado, em particular à Virgínia Rongen, à Neide Floripes, à Bárbara Araújo, ao Bruno Gama e à Sara Cruz.

Agradeço mais uma vez à minha amiga Neide Floripes que se disponibilizou para fazer a correção ortográfica portuguesa desta Tese.

Agradeço ao meu marido e aos meus filhos por terem paciência, fé em mim e disponibilidade, por me terem acolhido nos momentos mais difíceis durante a execução desta Tese.

Agradeço ao professor Prof. Dr. Samuel Rama que me incentivou a recuperar o prazer pelo desenho, agradeço também pelas referências sugeridas para esta Tese.

Por último, agradeço à minha orientadora principal, Prof. Dra. Teresa Margarida Luzio Morais que me acompanhou desde o início deste percurso de quase três anos até à realização final desta Tese, na procura de conjugar a psicoterapia somática com as artes plásticas e vice-versa. Agradeço também a disponibilidade da Teresa em me apoiar na escrita da língua portuguesa, indo ao meu encontro e do que eu pretendia exprimir, tendo em conta que a língua portuguesa não é a minha língua materna. Isso só podia acontecer graças à grande capacidade empática da Teresa e, na minha opinião, por ser uma profissional de excelência, tanto como artista como professora.

## **Índice da Tese**

Agradecimentos

Resumo

Palavras chave

### **1. Introdução**

1.1 Explicação do título

1.2 Metodologia: encontros possíveis entre a psicologia, o desenho e a performance

1.3 Relação tema da tese com o contexto social pandémico

### **2. Percurso Artístico**

2.1 Retrospectiva do Processo artístico da Licenciatura até ao Mestrado

2.2 Conceitos operatórios teóricos

2.3 Conceitos operatórios práticos e referências

2.3.1 Energia primordial- 1º Chakra

2.3.2 O Amante/A Amante- 2º Chakra

2.3.3 O Guerreiro/A Guerreira- 3º Chakra

2.3.4 O Rei/A Rainha- 4º Chakra

2.3.5 O Joker- 5º Chakra

2.3.6 O Mago/A Maga- 6º Chakra

2.3.7 A Consciência universal- 7º Chakra

2.4 Processo do projeto final

### **3. Projeto Final**

### **4. Apresentação e Exposição**

### **5. Conclusão e continuação**

### **6. Anexos**

6.1 Páginas 133-136: Entrevista de Wanda Tiersma (W) no dia 13.05.2021 com Brigitte Canepa (B) (via plataforma Zoom).

6.2 Páginas 136-142: Entrevista de Vera Eva Ham (V) no dia 26.10.2021 com Brigitte Canepa (B) (via plataforma Zoom).

### **7. Bibliografia e Vídeografia**

## **Resumo**

O ato de desenhar pode estar em conexão mútua com a performance quando o meu corpo incorpora os sete arquétipos, numa relação com os sete chacras. Parto desta possibilidade para desenvolver o meu projeto artístico, que é materialmente visível por via do desenho, e através da documentação de vídeo e fotografia. O que pode acontecer quando os padrões primordiais, os arquétipos, se estendem no corpo num processo de contínua transformação? Como reproduzir estes movimentos? Pode o desenho ser uma via? Como se cria uma conexão mútua entre o desenho, a performance, o corpo, os arquétipos e o ambiente? Na minha pesquisa, prática e teórica, com a minha experiência em Matridança, e com a minha prática profissional Bodydynamic (psicoterapia somática), procurei interligar a sabedoria do corpo em movimento com o ato de desenhar. Através do estudo sobre os arquétipos nas obras do psicanalítico C.G Jung procurei reconhecer uma relação possível entre o movimento, a psique e o corpo. Esta dissertação aborda uma pesquisa interdisciplinar que envolve os campos científicos da arte, da psicoterapia somática e analítica, da biologia, além disso aborda num contexto sociocultural contemporâneo, a importância de uma relação entre o corpo, mente humana e a natureza.

## **Syllabus**

The act of drawing can be in mutual connection with the performance when my body embodies the seven archetypes, in a relationship with the seven chakras. I start from this possibility to create my artistic project, which materially is visibly through drawing and the documentation through video and photography. What can happen, if the primordial pattern, the archetypes, extend all over the body during a continuous process of transformation? How this movements could be replayed? Could drawing be a way? How to create a mutual connection between drawing, performance, the body, archetypes and the ambient? In my practical and theoretic research, with my experience in Matridança and with my professional experience in Bodydynamic (somatic psychotherapy), I tried to connect the bodies-wisdom in movement, with the act of drawing. Through the studies about the archetypes in the works of the psychoanalytic C.G Jung, I tried to recognize a possible relationship between movement, psyche and body. This dissertation approaches interdisciplinary research that involves the scientific fields of arts, the somatic and analytic psychotherapy, biology and in a socio-cultural contemporary context, the importance of a relationship between the body, the human mind and nature.

**Palavras chave:** arquétipos; performance; desenho; conexão mútua; corpo

**Key Words:** archetypes; performance; drawing; mutual connection; body

## 1. Introdução

A presente tese de Mestrado em Artes Plásticas intitulada **Arquétipos - um encontro entre o desenho e a performance**, expõe a pesquisa teórica que desenvolvi em torno da minha prática artística. A estrutura da tese ocupa-se em relacionar os arquétipos segundo o psicanalista Carl Gustav Jung, no sentido de relacionar a minha prática de desenho e a performance artística com o modo como as minhas imagens internas se conectam com o meu corpo e com o ambiente que me envolve. Autores fundamentais como Sonja Mittermair, Lisbeth Marcher, Arno Stern, Dario Nardi, Richard Schechner, Emanuele Coccia, John Berger, Carl Gustav Jung, Christopher Brooker, Joseph Campbell, foram cruciais para delimitar as áreas de interesse e conceitos presentes no meu trabalho, através de um processo de retrospectiva do meu percurso académico artístico. Também as diversas formações em áreas como o Yoga, a psicoterapia somática e a Matridança acompanham o meu percurso artístico durante o Mestrado em Artes Plásticas. Este percurso foi fundamental para o desenvolvimento desta tese.

Com o apoio de algumas referências de obras de artistas tais como: Ana Mendieta, *Silhueta Series* (1973-1980), Carolee Schneemann, *Up to and including her limits* (1973-1976), Tasumi Hijikata, *Revolt of the body (red dress)* (1968), Kazuo Ohno, *Death Sea* (1985) investiguei o universo arquetípico na perspetiva do ato de desenhar e do corpo em movimento. O meu interesse na pesquisa partiu da observação sobre como no meu processo criativo as imagens internas, inconscientes, que se manifestam em “padrões de comportamento e da própria personalidade: (...) representam o padrão básico de um comportamento instintivo” (C.G Jung, 1992, p.46) e se iriam transformando. Foi com a envolvência do meu corpo em movimento no ambiente da Natureza que este processo se tornou mais consciente, no lugar por excelência onde as forças primárias influenciam o nosso estar no mundo, como refere Sonja Mittermair, terapeuta de dança e criadora da dança dos arquétipos, como as minhas próprias experiências de dançar no ambiente natural, durante os rituais, nas aulas de Matridança, nos encontros com o coletivo Matridança.

Um dos fatores externos que contribuiu para a minha reflexão foi, e ainda é, a atual crise pandémica COVID-19. Fui percebendo que a minha pesquisa estava a ser influenciada pelos acontecimentos socioculturais à minha volta, nomeadamente o uso da máscara cirúrgica. Proponho desenvolver a sua influência no meu trabalho e relação com a Natureza, por via do conceito “conexão mútua” da autora, psicoterapeuta e fundadora do método Bodydynamic da psicoterapia somática, Lisbeth Marcher. Segundo a autora, a relação espírito-corpo pode ser considerada uma conexão mútua interna. Como consequência disso, o bem-estar na relação connosco próprios cria a base para a relação com o outro. A exploração dos arquétipos pode ser um caminho para criar conexão

mútua conosco próprios e com o mundo exterior. Persegui esta possibilidade durante a minha investigação. Para o meu projeto final fui igualmente perseguindo as minhas imagens da alma bem como as suas manifestações possíveis através do movimento do corpo e da incorporação, construindo uma outra relação com o ato de desenhar, como até então eu o desenvolvia. Por via dos meios audiovisuais, tanto do vídeo quanto da fotografia, e dos desenhos, fui registando este processo.

Conforme C. G. Jung, arquétipos e instintos são parentes da relação corpo- espírito, um e outro são inseparáveis: “Pelo conceito de C.G. Jung, espírito e corpo são profundamente parentes. Para C.G. Jung a relação mútua entre espírito e corpo é tão íntima, que está praticamente inseparável” (Stein, 1998, p.106). Observando os arquétipos dum ponto de vista psicológico, o arquétipo e a sua relação corpo-espírito fazem parte da existência humana, relacionam-se com a história do indivíduo, com o seu desenvolvimento psicológico e com a sua cultura. Numa altura de restrições, devido à pandemia, o contacto com o mundo exterior e o contacto entre pessoas foi limitado, até mesmo proibido. Esta condição foi a oportunidade para o encontro com os meus mundos interiores e fortalecer o meu contacto com a Natureza. Conforme o conceito de C.G Jung, a parte mais profunda da psiché pertence ao inconsciente coletivo: “(..) como uma combinação de padrões e forças ancestrais, os tais arquétipos e instintos” (Stein, 1998, p.109). Os arquétipos e instintos podem ser visualizados como raízes que se fundem na terra. Eles estão relacionados à nossa parte do cérebro mais antiga, o cérebro reptiliano, onde habitam os nossos instintos e a memória arquetípica. Como as raízes das árvores permanecem invisíveis, os arquétipos e instintos são inconscientes.

Durante a minha pesquisa encontrei semelhanças entre o ser humano e as árvores pelo viés de referências de autores teóricos como Emanuele Coccia, Rupert Sheldrake e Peter Wohleben, contribuindo para a minha reflexão na tese, igualmente relevantes para a pesquisa sobre a relação mútua entre o ser humano com o seu meio ambiente.

Os acontecimentos globais, como o desenvolvimento de pandemias, a desflorestação, a monocultura, o desaparecimento da classe média, que ocorrem no nosso quotidiano e aparentemente nos desconectam do planeta, podem ser encarados como um aviso para revermos a nossa dependência do ecossistema. Esta compreensão revelará as nossas verdadeiras necessidades e aspirações neste mundo para que possamos reestabelecer uma conexão nutritiva com o planeta e conosco próprios.

Para manifestar uma sensação de conexão mútua entre mim e a Natureza, o projeto final ocorreu na Natureza. Um tecido pendurado numa árvore permitiu que eu fizesse parte dessa árvore.

## 1.1 Explicação do título

O título da Tese **Um encontro entre o desenho e a performance**, descreve o significado e a interação artística com os arquétipos mencionados no projeto final nesta Tese: as imagens da alma a que dou visibilidade através do movimento, de posturas corporais e do desenho. Este encontro expresso através da performance e do desenho, delimitou-se em sete arquétipos que fui descobrindo como indispensáveis para o desenvolvimento psicológico, que estão relacionados aos sete Chacras, os sete centros energéticos no corpo humano, mencionados pela primeira vez na cultura védica. Em 1930 e 1931, G.C. Jung apresentou leituras sobre o Yoga Kundalini e também sobre a simbologia dos chacras. A interpretação arquetípica dos chacras de G.C. Jung foi fundamental para estruturar a base de pesquisa do meu encontro com as minhas imagens internas. A partir deste ponto e dos impulsos e emoções resultantes, o desenho passou assim a dar visibilidade gráfica às minhas imagens internas, que se iam configurando.

Conforme a psicoterapeuta Gertrude R. Croissiere, o termo arquétipo deriva da língua grega: “Arché” que significa o princípio, a base de todo o ser, e “tipos” que significa forma básica, forma originaria e imagem (R. Croissiere, 2017, p.12)”. O encontro com as imagens internas deriva duma memória interna, profunda, e ao mesmo tempo determinada pela origem cultural e universal de cada um de nós:

“Arquétipos como formas básicas e imagens originais, já existiam em todas as culturas no subconsciente do ser humano e todos temos imagens parecidas em nós: Imagens do início/ fim, do nascimento/ da morte, imagens do ser humano e de deus/ a deusa (..) (R. Croissiere, 2017, p.121)”.

Parti dessa definição do termo arquétipo e encontrei uma possível descrição: “Imagem ancestral da alma”. “Imagem ancestral” da alma (...) corresponde ao ser principal, o primordial, ao contrário do que se torna em algo, como o mundo diversificado das manifestações, a matéria (R. Croissiere, 2017, p.121)”. Opto por usar durante a Tese o termo “imagens internas” porque pretendo dar uma dimensão de busca interna, pretendendo criar uma relação com o mundo à sua volta.

O conceito de alma de acordo com a definição de C. G. Jung está dividido nas polaridades do masculino e do feminino: “animus” (latim; espírito) e “anima” (latim; alma). Conforme C.G. Jung, o “animus” e a “anima” são arquétipos que pertencem à memória inconsciente coletiva da psiquê, além disso, têm como objetivo a união das polaridades (Stein, 1998, p. 162). Para Stein, e de acordo com C.G Jung, a parte psicológica oculta do homem é feminina e, no caso da mulher, é masculina. A conexão mútua também acontece nas profundidades da nossa psiché durante o processo da individuação:

“A função natural do animus (assim como da anima) é a de criar uma conexão entre a consciência individual e o inconsciente coletivo (..) Animus e Anima deviam funcionar

como uma ponte ou um portão de consciência e de autoconhecimento” (Stein, 1998, p. 155, citando C.G Jung).

Esta união das polaridades entre o feminino e o masculino, a tomada de consciência destes processos interiores, também está presente em cada arquétipo mencionado nesta Tese. Nesta Tese, procurei potenciar um encontro entre o mundo interior muitas vezes subconsciente e a observação como integração do mundo exterior, que se manifesta na forma de uma investigação interdisciplinar nesta Tese, principalmente entre a arte e a psicologia.

O desenho, para mim, permite-me dar expressão externa à procura entre o mundo interior e o mundo exterior.

## **1.2 Metodologia: encontros possíveis entre a psicologia, o desenho e a performance**

Na primeira frase do livro *Sobre el dibujo* (sobre o desenho) de John Berger, encontramos a seguinte frase: “(...) desenhar é descobrir” (Berger, 2012, p.3). O ato de desenhar, de acordo com Berger, é uma descoberta que une o mundo interior do desenhador com o mundo exterior do objeto retratado. Esta conexão é ainda mencionada no livro: “Desenhar não é apenas medir e organizar no papel, é também receber” (Berger, 2012, p.46).

O encontro com as imagens internas foi intensificado com o uso de matérias como o carvão vegetal na superfície de matérias naturais como a terra, a casca de árvore, a areia e o papel.

No encontro com as imagens interiores que foram surgindo, fui as revelando no meu corpo por via de impulsos, sensações e emoções, às quais dei expressão através do meu corpo em movimento, adotando posturas fortemente influenciadas pelas condições exteriores tais como o frio da lama na performance *(Re)-Connected*, ou o quente da textura da árvore na performance *Ser*. Os movimentos, bem como as posturas que fui adotando nas performances, foram repetidos para intensificar o mergulho nas imagens da alma, por via da repetição, mas também do seu impacto performativo.

O impacto performativo é provocado pela consciência alterada do performer durante a performance, e influencia a intensidade percetiva do seu público. A repetição e entrega absoluta a um simples gesto quotidiano, pode levar não só a um estado de transcendência, mas também pode adquirir qualidades ritualísticas.

A pesquisa de práticas de artistas que se tornaram de referência deu-me a possibilidade de ir definindo o tipo de performance que eu estava a desenvolver, assim como a sua relação com a prática do desenho.

Conforme a descrição de Richard Schechner, não existem fronteiras claras entre diferentes categorias em torno do termo “performance”: “(..) a person can jump from one category to another- from daily life to trance, from ritual to entertainment, from one everyday life role to another. Sudden changes are comun.”

(Schechner, 2006, p.171). No entanto, existem vários níveis de consciência em diferentes tipologias da performance, como no caso da performance artística. Schechner aí refere: “The more self-conscious a person is, the more one constructs behaviour for those watching and/or listening, the more such behaviour is “performing.” (Schechner,2006, p.171). Para distinguir a performance artística de um comportamento diário, Schechner usa o termo da “ação codificada”: “Codified acting is present only when there is a known, organized, and formally transmittable semiotic system of meaning separate from everyday behaviours” (Schechner,2006, p. 187).

Através de posturas e movimentos codificados e do ato de desenhar de expressão artística a sete arquétipos. Usando os meios artísticos da fotografia, do vídeo e do desenho, documentei o encontro entre estes sete arquétipos, que representam sete campos energéticos diferentes que se manifestam em união, respetivamente aspetos opostos. Estes aspetos são incorporados conforme as características destes arquétipos que surgem através das emoções como instintos presentes nos seres humanos. Através de gestos, movimentos, posturas e expressões faciais, incorporo essas emoções e daí resultam as características pertencentes que considero de ações codificadas. O espectador reconhece através da sua experiência de vida estas características em si próprio ou em outros, como no exemplo da incorporação da determinação e da força caracterizante do terceiro arquétipo, o guerreiro. O corpo do guerreiro em ação, a sua postura corporal, os seus gestos que mostram um estado de luta e defesa. A invocação da consciência nos gestos, posturas e movimentos requer a conexão a um campo coletivo presente diferenciando-se assim de comportamentos quotidianos, onde ativamos as características dos arquétipos de uma forma inconsciente, por exemplo, numa discussão. Através da tomada de consciência da experiência humana e da sua secção em padrões, desenvolveram-se rituais que consistem em performances codificadas como é o caso das liturgias. Schechner escreve o seguinte sobre as liturgias: “ Liturgies consist of sequences of publicly performed symbolic behavior expressing meanings shared by both the performers and the receivers (Schechner, 2006, p.191).

Para aprofundar o meu conhecimento sobre a relação corpo e mente num contexto mais artístico, decidi entrevistar duas artistas com procedimentos artísticos diferentes. A primeira artista entrevistada foi Wanda Tiersma nomeadamente sobre a temática da comunicação não-verbal aplicada na sua obra *Almost Touching* que se realizou através da plataforma Zoom, e na qual eu participei, assim como visitantes presentes no museu

e artistas distribuídos por todo o mundo. Esta obra ajudou-me a entender como os meios digitais podem ser integrados na performance artística em relação à comunicação através do corpo, da mímica e dos gestos.

Na segunda entrevista com a artista Vera Eva Ham, procurei questioná-la sobre a performance *Se as Moirae falassem* que decorreu nas ruas em Lisboa, e na qual eu participei. Nesta performance reconheci características dos padrões arquetípicos relatados nesta Tese, dentro de um contexto de dança que aborda o feminino desconhecido por via das várias facetas das Moirae arcaicas, informação que me apoiou na minha pesquisa sobre a incorporação destas características na dança, no movimento somático como na minha prática performativa.

A exposição final da apresentação permitiu-me definir o meu papel como observadora das minhas performances, por via das fotografias, vídeos e dos desenhos. Decidi categorizar e separar as diferentes imagens reconstruindo-as e ordenando-as com as categorias, a par com a minha intuição. Procurei criar um encontro entre o mundo exterior, a materialidade por via das minhas imagens, com o meu mundo interior, imaterial, afeto à experiência da performance.

### **1.3 Relação tema da tese com o contexto social pandémico**

A utilização da máscara cirúrgica, por exemplo, é uma proteção contra a doença pandémica Covid 19 e também simboliza o “novo normal”, uma definição de um mundo pós-crise usado pela primeira vez em 1918, depois da primeira guerra mundial, de Henry A. Wise Wood. Tem-se usado esta expressão de “novo normal” depois de várias crises com forte impacto cultural, social económico, financeiro e político. (Cybersummit, 2021).

“Máscara” significa em grego “persona” e este termo foi utilizado pelo psicanalista C.G. Jung para descrever uma parte do Eu que consiste numa série de valores impostos pela sociedade: “A persona, o elemento oposto da sombra, é nomeada conforme a máscara que os atores romanos traziam. A persona é a cara que pomos para o mundo exterior” (Stein, 1998, p.128). As máscaras sociais, conforme descrição da psicóloga Joana Simão Valério, podem ser entendidas “como os papéis ou as personagens que desempenhamos em diferentes esferas da nossa vida e que são fundamentais para garantir a nossa adaptação social” (Simão Valério, 2017). A máscara cirúrgica dificulta a leitura inconsciente que fazemos das emoções do outro a partir da sua expressão facial e que é fundamental para a sensação de empatia e, como consequência, para a sensação de segurança. A empatia pelo outro manifesta-se inconscientemente através do espelhamento (uma situação não verbal em que uma pessoa copia a linguagem corporal do outro). A leitura do corpo e da face cria empatia e, como consequência, transmite

segurança, fortalecendo assim a conexão mútua. Num estudo feito em 2013, concluiu-se que o uso da máscara de médico tem um impacto negativo na relação médico-paciente devido a uma falta de empatia e confiança. A conclusão do estudo demonstra que: “quando os médicos usam máscara durante as consultas, isso tem um impacto negativo significativo na empatia percebida pelo paciente e diminui os efeitos positivos da continuidade relacional” (Ka Man Wong e outros autores, 2013).

A pandemia e as suas reestruturações políticas, económicas, culturais e sociais, requerem uma população uniforme, disposta a adaptar-se a novas circunstâncias para um aparente bem comum. No entanto, é certo que a “conexão mútua” numa relação humana fica perturbada com o uso da máscara e pode ter consequências no convívio social cultural. As necessidades do indivíduo e da comunidade passam a fundir-se: o “novo normal” pode ameaçar a dignidade individual, daí trocá-la pela existência duma “alma de massas”, um termo utilizado pelo polímato francês Gustave Le Bon, que descreve a perda de uma parte da personalidade para fazer parte de um grupo e, como consequência, a adaptação inconsciente a uma nova identidade: “Na alma da comunidade borram-se as capacidades cognitivas e por isso a personalidade do indivíduo” (Le Bon, 1896, p.5). Le Bon explica aqui que a perda da personalidade individual resulta num comportamento mais emocional, radical e impulsivo do indivíduo que favorece a sua fusão com as massas. As massas permitem ao indivíduo a vivência de sentimentos, comportamentos e tendências individuais inconscientes que muitas vezes não são socialmente aceites: “Seres humanos, independentemente das suas diferentes inteligências, têm impulsos, emoções e paixões parecidos. Isso reflete-se em tudo o que está relacionado com o impacto sentimental presente na religião, na política, na moral, (...)” (Le Bon, 1896, p.5). Estes sentimentos refletem-se em atributos, características inconscientes do indivíduo, que se juntam às massas. Tendo em consideração que o livro *Psicologia das Massas* de Le Bon foi publicado em 1896, concluo que também as investigações científicas, como as evoluções na medicina tradicional, podem influenciar posicionamentos políticos, culturais, sociais, religiosos. Tal influência pode ter consequências em gerar impacto emocional forte nas populações independentemente da escolaridade e/ ou inteligência. Tenho observado que o impacto emocional da pandemia se refletiu, e ainda reflete, na televisão, nos jornais, como também na internet, através da divulgação de imagens de pessoas hospitalizadas em contexto de notícias que representam constantemente novos casos e mortos da doença covid-19, deixando ficar para segundo plano uma profunda reflexão em torno da observação dos factos, como por exemplo, a doença Covid 19 como comorbilidade. O medo como uma das emoções mais dominantes durante a pandemia tem tendência a dividir a sociedade. Nobert Bolz, cientista dos media, diz numa entrevista on-line intitulada *A pandemia do medo* (2021) que: “numa sociedade, alguns procuram a segurança em cada aspeto e outros aceitam o risco. O risco dos outros é uma ameaça

para os outros. Estas pessoas experienciam um “perigo insuportável” no risco “(Bolz, 2021). Daí que podem-se desenvolver agrupamentos radicais que ameacem a diversidade democrática.

A emoção do medo está muito presente no contexto contemporâneo da pandemia e da anunciada crise sobre o aquecimento global. Se a emoção do medo não for contida, pode converter-se em pânico, num instinto que limita o pensamento racional a favor de uma reação instintiva hormonal de fuga ou ataque. Se isso não for possível, o indivíduo congela, a última hipótese biológica (Lipton, 2016, p.149). A aceitação da existência do medo também resulta na aceitação da nossa essência humana condicionada aos ciclos da vida. A emoção do medo tem a capacidade de nos movimentar, de nos desafiar a superá-la, mas por outro lado também nos paralisa. Conforme o autor e psicanalista Fritz Riemann, podemos reduzir todos os medos em quatro formas básicas. No seu livro *O infinitivo do medo* refere-se aos quatro medos primários, que correspondem a duas contradições aparentemente opostas e indissolúveis. Rierman relaciona os quatro medos primários presentes na natureza humana com os quatro impulsos da relação da terra consigo própria e ao mesmo tempo com o sistema solar. A rotação da terra em torno de si própria corresponde à individuação alheia ao processo de individuação do ser humano. Ao contrário disso, a rotação da terra à volta do sol corresponde ao processo de adaptação do ser humano ao seu ambiente. Daí concluo que a conexão mútua existe também nas quatro formas dos medos primários que se influenciam e necessitam mutuamente, assim como a força da gravidade da terra está em relação com a força centrífuga e através da compensação de duas forças opostas garante a nossa existência no planeta.

O autor relaciona a rotação da terra à volta do sol ao medo arcaico da autorrealização, mas concede-lhes a capacidade da entrega ao outro. Por exemplo, numa “imagem ancestral”, o autor refere-se à relação entre mãe e filho (Riemann, 1961, p.68). Na sua forma extrema deste medo primário, o medo de autorrealização, pode favorecer o desenvolvimento de uma “personalidade depressiva” (Riemann, 1961, p.68), que teme ser deixada sozinha e ser abandonada. Este medo pode resultar em uma depressão (Riemann, 1961, p.69). O medo primário oposto à autorrealização individual é o medo da entrega ao outro que, conforme o autor, pode resultar no desenvolvimento de uma personalidade esquizoide. O impulso desta personalidade autocentrada com a tendência da “autorrotação sobre si próprio” (Riemann, 1961, p.22) corresponde à rotação da terra sobre si próprio. A terra está sujeita à força da gravidade que permite que ela permaneça na sua trajetória. A este impulso arcaico presente nas leis universais, o autor relaciona o medo primário de mudanças. O autor chama as pessoas que são capturadas por esse medo “pessoalidades compulsivas” com “nostalgia da duração e da constância”. (Riemann, 1961, p.121) Estas pessoas com o medo primário da mudança

temem o desconhecido e as novas experiências. O medo primário oposto é o “medo de carácter definitivo, da necessidade, do incontornável e da limitação do nosso ímpeto pela liberdade” que, conforme o autor, pode causar “personalidades histéricas”. (Riemann, 1961, p.179) A este medo primário, o medo da necessidade, o autor relaciona a força centrífuga que corresponde ao “impulso que nos dinamiza para seguir em frente, para as mudanças e a transformação”. (Riemann, 1961, p.13) Considero esta analogia entre as forças primárias existentes no planeta terra em relação ao sol e a associação aos medos primários importante para perceber a natureza arquetípica da emoção do medo e da conexão mútua presente em tais relações.

A conexão mútua não pode existir numa sociedade que está a ser dividida pelo medo. Através do sentir consciente das sensações e sentimentos, sem as julgar e separar entre boas ou más, podíamos reconhecer estes sentimentos no outro e desenvolver empatia pelo outro e estabelecer a conexão mútua entre os polos aparentemente opostos. A fundadora da Bodydynamic disse nas suas aulas, a que assisti, uma frase importante: “Acordar em desacordar” que significa que podemos manter a conexão mútua com o outro tendo opiniões diferentes, aceitando a outra opinião ao mesmo tempo. Acredito que essa capacidade é muito importante no contexto contemporâneo para evitar estruturas autoritárias, seja na política ou na sociedade, causadas pelo medo.

## **2. Percurso Artístico**

A importância de rever o meu percurso artístico e académico possibilitou-me compreender a natureza interdisciplinar do meu processo criativo, presente também nos meios e técnicas que desenvolvo. Penso que o facto de ter vivido em 4 países e ter viajado muito traz-me uma experiência que marca uma certa tendência em trabalhar de forma interdisciplinar, talvez para integrar diferentes conteúdos e perspectivas.

O meu percurso académico e artístico teve início em Itália, na Escola Accademia di Belli Arti em Genova na qual estudei desenho, pintura e onde fui desenvolvendo o meu interesse pela performance artística. Mais tarde, o meu interesse pela Body Art e pela área da Psicologia levou-me a estudar psicologia somática, o que foi determinante para abrir a minha curiosidade relativamente aos assuntos ligados à profundidade da alma a partir do corpo. Realizei algumas formações na área das terapias somáticas. Em Lisboa tirei a formação da massagem Shiatsu terapêutica, seguidamente da terapia Calatonia e Toques subtis na ALBA, Associação Brasileira Luso Ayurvedica. Na Alemanha, realizei a formação em terapia de corpo, na Academia de Saúde Terramedus em Munich. Foi praticando estes diferentes tratamentos e massagens principalmente na Alemanha e em Portugal. Esta experiência trouxe-me conhecimentos sobre a consciência corporal, a relação entre as dores musculares, os bloqueios energéticos e a psicologia individual dos meus clientes. Já em Portugal, foi a maternidade que me impulsionou a iniciar o

Mestrado em artes plásticas, daí ter reiniciado a minha prática artística. Durante o curso, retomei a prática do desenho e desenvolvi o interesse pela prática da performance artística, um encontro que está presente nos diversos trabalhos que fui realizando durante o mestrado e no meu projeto final, na procura de criar um encontro entre as diferentes partes do meu ser mais profundo.

Para o projeto final desenvolvi um desenho que expõe relações entre os 7 arquétipos e os 7 chacras, e que será apresentado na exposição final acompanhado por um vídeo e fotografias que documentam o processo. Também serão expostos alguns dos meus trabalhos desenvolvidos durante o Mestrado, por forma a revelar o percurso do trabalho; desenhos e vídeos de performances desenvolvidos na Natureza. A minha presença nos lugares naturais potenciou o desenvolvimento de um processo alquímico e transformador, dando visibilidade, creio, ao inconsciente coletivo, através de uma sintonização do meu corpo, espírito, e mente, com esses lugares. Na minha Tese, orientei-me na pesquisa de posturas, gestos, movimentos e incorporações dos 7 arquétipos, criando referência aos 7 chacras. Diversos artistas como autores influenciaram a minha pesquisa e exploração. Ter feito uma retrospectiva do meu percurso anterior até ao presente possibilitou-me refletir sobre como e para onde a minha prática se está a dirigir.

## **2.1 Retrospectiva do Processo artístico da Licenciatura até ao Mestrado**

Após a minha formação em Pintura na Academia de Belas Artes de Genova, Itália, que concluí em 2012, desenvolvi interesse por algumas práticas somáticas, tratamentos de medicina alternativa e pela psicoterapia somática. Neste período a minha fonte de inspiração foi um curso relacionado com a body art na Academia de Belas Artes de Genova. Através de práticas com o corpo em exercícios propostos nas aulas fui despertando sensações, emoções e memórias que eu desconhecia. Fui obtendo várias formações nesta área, inclusive durante o meu percurso no Mestrado de Artes Plásticas, quando iniciei outra formação, agora em psicoterapia somática com a abordagem Bodydynamic. Foi inevitável que a minha expressão artística fosse contaminada pelas experiências das outras formações e por profissionais com quem me fui cruzando, acabando por desenvolver ligação entre a arte, o corpo e a mente. Para além do uso do corpo na arte como um contentor de imagens (Tatsumi Hijikata), a minha expressão artística também envolve o uso do corpo num sentido terapêutico. Isso acontece também nas oficinas de Butoh facilitado pela bailarina e coreógrafa Yael Caravan, que frequentei em Lisboa. Yael Caravan era aluna do bailarino Kazuo Ohno e atuou com o

bailarino Tadashi Endo, que explorou o butoh-ma – movimento que consiste na exploração do espaço entre o vazio e o preenchimento. O percurso de Tadashi Endo como bailarino, coreógrafo e professor é influenciado profundamente pelo bailarino Kazuo Ohno. Ohno usou o butoh não só como ferramenta terapêutica durante a sua detenção de 8 anos em tempo de guerra, mas também como um meio de integrar experiências espirituais e transcendentais no mundo físico através de movimentos suaves e cuidadosos, como se vê na sua dança no filme *The written face*, produzido por Daniel Schmid em 1995.

Formei-me em Matridança em 2017 – dança e movimento para mulheres, que interliga diferentes danças ancestrais com danças contemporâneas como práticas somáticas e alquímicas - com o propósito de conhecer movimentos e aspetos inconscientes no meu corpo. Também as aprendizagens de movimentos relacionados às danças sagradas femininas tais como flamenco e ghawazee; a abordagem à dança Butoh e a alquimia, enriqueceram o meu conhecimento sobre o corpo na arte. Aprendi um caminho para comunicar através de gestos e movimentos continuando a explorar as minhas maneiras de me movimentar. Depois de me formar como facilitadora de Matridança, dei e ainda dou aulas a outras mulheres, o que me permite reconhecer, nas minhas alunas, a necessidade de descondicionar os seus movimentos em busca, também elas, de autoconhecimento e além disso na exploração de um movimento consciente. Tem-se tornado cada vez mais presente nas minhas reflexões que as sensações, pensamentos e emoções que estão contidas, podem ser expressas e transformadas através do movimento. Tenho participado em diferentes momentos ritualísticos ligados ao sagrado feminino, com a fundadora da Matridança, a bailarina Vera Eva Ham. Em tais rituais, as participantes fortalecem a sua conexão com os elementos da Natureza, com a terra, com o sagrado, com o próprio corpo, com os próprios instintos - como a sua intuição. Também participo em atuações da companhia Matridança que aborda temas sobre mitos e personagens com ligação ao coletivo feminino inconsciente. Estes encontros com imagens internas muitas vezes apagadas e esquecidas durante a história, encorajam a minha procura sobre a conexão espírito-corpo e as suas possíveis manifestações. A título de exemplo, na performance “Trans - na Terra e no Céu” com criação e coreografia de Vera Eva Ham, os bailarinos e as bailarinas incorporaram personagens ligadas ao sagrado feminino. Vera, cujo trabalho sofre influência da dança Butoh e da Composição em Tempo Real de João Fiadeiro, cria as condições com a preparação somática e descrições verbais de imagens, para que os bailarinos e as bailarinas incorporem as memórias ancestrais. O corpo como contentor dessas imagens (Tatsumi Hijikata), recebe e transmite informações sobre a existência de personagens esquecidos na sociedade contemporânea, entrando em conexão com um espírito ancestral, cada bailarino e bailarina incorpora partes da sua memória ancestral ligada à

história pessoal em contexto com os arquétipos femininos. Imagens de um feminino desconhecido são por exemplo personagens míticas como a bacante, a sacerdotisa, a noiva, através de características, como facetas e gestos. As encenações da Vera e da companhia Matridança, têm como motivação relembrar personagens e mitos que se encontram na margem da história. Na performance “Se as Moiras Falassem”, as bailarinas incorporaram as Moiras gregas no centro de Lisboa. As encenações das performances da Vera relacionam-se aos rituais ancestrais que conforme ela é de onde deriva o termo “performance”, pois o ritual não separa o observador do ator, o público e o artista estão numa troca energética permanente, alternando a consciência individual e coletiva.



Fig. 1- Fotografia da Travessia *Incorpus skin bone blood*, Cabo de Espichel, 2018. Créditos de imagem: Catarina Machado



Fig. 2- Fotografia da Travessia *Incorpus skin bone blood*, Cabo de Espichel, 2018. Créditos de imagem: Catarina Machado



Fig. 3- Fotografia da Performance *Trans- entre a terra e o céu*, Sesimbra, 2019. Créditos de imagem: de José Carlos Nero



Fig. 4- Fotografia da Travessia *Se As Moiras Falassem*, Lisboa, 2021. Créditos de imagem: Luís Conde

Desde janeiro de 2018 estou em formação como psicoterapeuta somática Bodydynamic. Fui motivada pela linguagem e expressão instintivas que habitam no nosso corpo e no impacto que estes saberes têm no desenvolvimento pessoal e cultural. Aprendi que há posturas típicas do corpo que estão interligados a possíveis traumas de desenvolvimento e da personalidade de uma pessoa. Esta informação sobre a personalidade individual e cultural está guardada nos músculos hipo-responsivos, neutros, ou hiper-responsivos, as fâscias, e na forma como certas características da pessoa estão ligadas à sua aparência física. Conforme a resposta dos músculos através da sua testagem, o músculo rejeita ou se retira do toque. A qualidade da resposta dos músculos depende de vários fatores como das próprias defesas e recursos desenvolvidos durante a vida. De acordo com a Bodydynamic, o corpo forma-se através das experiências vivenciadas no mundo e com outras pessoas próximas. Estas aprendizagens e a minha curiosidade conduziram-me a trabalhar durante o mestrado com o corpo e a sua memória, relacionando-me com o ambiente natural.

Os padrões de desenvolvimento sobre o ciclo da vida entre a vida e a morte, abordei na performance *Cíclico*. Na Performance queria mostrar o processo evolucionário do desenvolvimento do movimento a partir do primeiro organismo unicelular até ao ser humano, em relação ao desenvolvimento de um conflito interno emocional e

seguidamente a sua solução através da integração e aceitação. Nesta Performance volto ao ponto de partida de um conflito que se representa como um nascimento. A passagem pelo conflito é caracterizada por uma luta interior durante as passagens da evolução de movimento. Concluindo esses processos, o ciclo acaba e continua de novo- trazendo novos desafios para dissolver.



Fig. 5- Fotografia da Performance *Cíclico*, Batalha, 2018. Créditos de imagem: Neide Floripes



Fig. 6- Fotografia da Performance *Cíclico*, Batalha, 2018. Créditos de imagem: Neide Floripes

Depois da vídeo-performance *Cíclico*, o contacto com o elemento terra ganhou importância no meu trabalho. Eu mesma queria sentir-me parte de uma planta, ou seja, tentar entrar no mundo das plantas através da incorporação. Durante o trabalho com as plantas, através de várias repetições exploratórias de incorporações e de experiências ritualísticas tais como as vídeo-performances: *A Lembrança de uma árvore*, *Ser*, e outras vídeo-performances onde me sintonizei com o ambiente à minha volta, entrei em contacto com essa força primordial, explorando gestos lentos e repetitivos com práticas somáticas relacionadas ao enraizamento e das capacidades interpessoais para entrar em contacto com a imagem arquetípica da árvore, com a sua força, a sua paciência, a sua sabedoria, a sua generosidade.



Fig. 7- Fotografia da Performance *A Lembrança de uma árvore*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Neide Floripes



Fig. 8- Fotografia da Performance *A Lembrança de uma árvore*, Centro das artes Caldas da Rainha, 2019. Créditos de imagem: Natacha Costa



Fig. 9- Fotografia da Performance *A Lembrança de uma árvore*, Centro das artes Caldas da Rainha, 2019. Créditos de imagem: Natacha Costa

Depois da performance *A Lembrança de uma árvore* e dos diversos treinos e repetições para a realizar, tive a sensação de me sentir próxima da alma das árvores. Este contacto foi continuado na performance intitulada *Ser*, dando continuidade à experiência com o encontro humano-árvore, e documentado através de fotografia.



Fig. 10- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos da imagem: Virginia Rongen



Fig. 11- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen

Dei continuidade ao meu envolvimento com o elemento Terra, perseguindo a ideia de me fundir directamente com ela. Escolhi a Lagoa de Óbidos, uma parte da Lagoa onde há bastante lama. Em *(Re-)Connect* dancei deitada na lama, acompanhada pelo cheiro do lodo, os animais que viviam neste sítio, as pedras, os vidros e as outras matérias que eu não via e me podiam ferir ou surpreender. Associei esta sensação de insegurança e também até algum nojo a um receio cultural sobre a sensação de perda de controlo. Ensaçando esta situação, comecei a confiar na terra debaixo de mim, nos caranguejos à minha volta até ao ponto de mergulhar livremente na lama: Ser lama. Esta experiência, que se foi repetindo em performances seguintes, trouxe-me uma sensação de paz e plenitude interior, por me sentir conectada, o meu corpo-mente inseparável da Mãe Terra. Foi também por via desta experiência que descobri que o divino, ou sagrado, está tão perto de nós: digo para mim mesma que vivenciei o divino na terra, que diariamente se manifesta na mesma terra estando debaixo dos meus pés o que me faz estar em constante contacto com ela, através da força da gravidade.



Fig. 12- Fotografia da Performance *(Re-)Connected*, Lagoa de Óbidos, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama



Fig. 13- Fotografia da Performance *(Re-)Connected*, Lagoa de Óbidos, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama

O projeto performativo *Flow* nasceu de uma colaboração entre mim e a minha colega de mestrado Sara Cruz. Quisemos abordar valores femininos tais como a introversão, a intenção, a pacificidade, transformando-os mais em poder e menos em vulnerabilidades, invertendo a forma como tais valores são considerados na nossa sociedade. Os objetos e adereços usados tais como a romã, simbolizando a fertilidade feminina, a capa vermelha, que denota poder e criatividade, a coroa de flores que representa o amor e os genitais das plantas, o rosto coberto de argila que se usa em terapias homeopáticas para curar doenças, são elementos simbólicos que determinam e posicionam a forte relação da mulher à natureza e por isso a sua ligação à terra. Na performance *Flow* deixei-me inspirar pela autora Barbara Walker, principalmente pelo seu livro intitulado *The Womans's Dictionary of Symbols and Sacred Objects*, que explica o significado original dos símbolos e objetos sagrados e a mudança da sua interpretação durante a história. Conforme Walker, o significado de muitos símbolos foi modificado durante o cristianismo - por exemplo, o símbolo da romã que simboliza o sangue da fertilidade da mulher. Os pintores cristãos como o monge, escritor e professor Bede, (*Beda Venerabilis* 672-735) e o escritor e estadista romano Cassiodoro (*Flavius Magnus Aurelius Cassiodorus Senator* 490-581) afirmavam que “o sangue metafórico da romã na realidade representa o sangue de Cristo.” (Walker, 1988, p.649) Em *Flow*, deixei-me também inspirar pela incorporação desta força feminina que surge em relação com a

natureza, pela mitologia grega da Deusa Deméter e as suas diferentes representações em pinturas e estátuas.

Opostos a este feminino estão os valores masculinos como a competitividade, a virilidade, ou a determinação possível de ser transformados, pensando na importância da pluralidade em detrimento da sobrevalorização de uma das partes do dualismo homem-mulher, ou mulher-homem.



Fig. 14- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos da imagem: Sara Cruz



Fig. 15- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos da imagem: Sara Cruz

Regressei ao desenho para me relacionar de outra forma com a Natureza, em especial com as plantas. Aumentei o tamanho do papel e assim também os movimentos do meu corpo durante o ato de desenhar, permitindo um desenho em conexão com o envolvimento de grande parte do meu corpo. Optei por não me limitar a reproduzir as formas e contornos das plantas, mas sim conhecê-las e sucessivamente senti-las através da sintonização com elas através do movimento, na exploração de gestos, incorporando-as. Tinha como objetivo entrar na essência das plantas, portanto, transformar o ato de desenhar num ritual. Toquei as plantas, para sentir as suas

texturas, cheirei-as e falei com elas. O desenho surgiu parcialmente em contacto direto através dos sentidos com as plantas, explorando a visão, o tato, o olfato e a memória.



Fig. 16-Brigitte Canepa, Serie *Prana*, Desenho a carvão sobre papel, 180cmx120cm, 2019



Fig. 17- Brigitte Canepa, Serie *Prana*, Desenho a carvão sobre papel, 140cm x 120cm, 2019

Regressar ao desenho após as experiências de conexão na natureza entre a minha pele e as várias matérias orgânicas que fui encontrando como o lodo, as pedras, a terra, as cascas das árvores entre outros, despertou-me para as semelhanças das plantas com o corpo-mente do ser humano. Este momento foi de viragem na minha pesquisa, voltando-me para a necessidade de pesquisar sobre os padrões relacionados à personalidade e à memória coletiva e individual que habita no nosso corpo e que se manifesta através dele. Estudar os arquétipos conforme a teoria de C.G. Jung e dar-lhes forma através de posturas, da dança, do movimento e por via da incorporação. Com a incorporação pretendo dar forma a símbolos, características e sentimentos usando

gestos, posturas corporais, dança e o movimento, na relação entre mim com a natureza, por via do meu corpo e do desenho.

## **2.2 Conceitos operatórios teóricos**

Alguns conceitos teóricos foram determinantes para a minha reflexão ao longo da tese. Designo-os de operatórios porque identifiquei na minha prática algumas preocupações semelhantes, nomeadamente conceitos como conexão mútua, arquétipo ou incorporação.

No sistema Bodydynamic o conceito da conexão mútua refere-se a uma troca dinâmica entre o desenvolvimento da própria personalidade em relação com o mundo exterior. A formação da própria individualidade, que define as diferentes necessidades que surgem nas diferentes fases do nosso desenvolvimento, dependem desta conexão mútua com os relacionamentos que temos com pessoas próximas. Durante o nosso desenvolvimento psicológico e psicomotor, formamos a nossa personalidade. A partir da personalidade formamos as nossas defesas e os nossos recursos em relação ao outro e ao mundo. Conforme o sistema Bodydynamic, a conexão mútua descreve um relacionamento que ocorre entre duas ou mais pessoas que requer como princípio que cada uma das pessoas mantenha a sua individualidade nessa relação.

No processo da individuação, bem como durante o nosso desenvolvimento psicomotor, estamos sempre permeáveis ao outro e a algo maior, fazendo um esforço para manter, ao mesmo tempo, a nossa dignidade e individualidade.

Acerca do termo dignidade, a fundadora do sistema Bodydynamic, Lisbeth Marcher descreveu-o como uma sensação interna da pessoa: “a capacidade de possuir valores internos e uma ética profunda”(Marcher, Fitch, 2010, p.3). O conceito da conexão mútua engloba também um profundo conhecimento inato que interliga todos os seres vivos uns aos outros: “Todas as formas de vida dependem desta coexistência, que envolve a interação com o inconsciente coletivo e com a energia da alma individual” (Marcher, Fitch, 2010, p.3).

No meu projeto final, o conceito de conexão mútua também se manifesta através da interligação de diferentes disciplinas, como o desenho, a dança, a incorporação, a psicologia e o Yoga. São, aparentemente, disciplinas separadas, mas julgo serem áreas possíveis de serem relacionadas. A conexão mútua também está presente na relação com o mundo material e imaterial. Na tentativa de ir mais além na compreensão deste conceito, fui perseguindo outros termos como psique, espiritualidade, mente e corpo físico, mas que fui gradualmente abandonando porque se foram impondo outras relações por vir.

Na dança e em práticas somáticas, o termo incorporação é usado com alguma frequência. Faz parte de um vocabulário específico. O verbo incorporar significa incluir, dar corpo a. Na dança, este incluir é de uma natureza imaterial, por exemplo, na incorporação de uma imagem: “A incorporação é uma memorização, uma interiorização não verbal de uma forma e de um sentido que são culturalmente configurados” (Fazenda, 2007, p.49). Conforme a teoria do Bodydynamic, fui procurando estabelecer diferentes posturas, repetindo-as, e fui conseqüentemente sentindo emoções e sentimentos relacionados a essas posturas. A título de exemplo, na performance *Ser*, fui repetindo posturas tais como: a sintonização do meu corpo com a árvore, abraçando-a e entregando-lhe o peso do meu corpo (Fig.11). Ou na vídeo-performance *Lembrança de uma árvore* quando senti os meus pés enraizar na terra (Fig.7).

Como praticante de Yoga, notei que as diferentes posturas resultam em diferentes sensações, porque “através das posturas do Yoga é possível voltar à energia sutil que pertence à humanidade e à psique” (Butera, 2009, p.100).

A “conexão mútua” entre o espírito e o corpo manifesta-se na prática regular das posturas de Yoga e na incorporação consciente dos arquétipos: “A good place to start our discussion of yoga pose archetypes can be found in the cosmological story described in the ancient yogic, the Upanishads. To create the universe, a unified energetic field (Braham) gave birth to Nature (Prakriti) and Consciousness (purusha) - This story, incidentally, is reflected in many traditions around the world. Nature and Consciousness represent the original archetypes from which all others developed: Feminine and Masculine, Mother and Father, and Material and Spirit. When Yogis speak about archetypes, what they are ultimately talking about is the deepest part of human nature (...) through embodying the archetypes in yoga poses, it is possible to discover the deepest layer of our existence” (Butera, 2009, p.100).

Fui ensaiando um método de ligação entre a memória coletiva e as sensações físicas, ligando-me as posturas corporais ritualísticas, como por exemplo, a postura da escultura da *Vénus de Willendorf*, método que as autoras e terapeutas Nana Neuwald e Felicitas D. Goodman chamam de “arqueologia experimental” (Neuwald, 2011, p.31).



Fig. 18- A *Venus de Willendorf* –Museu da História Natural em Vienna

Através da preservação das posturas representadas em culturas influenciadas pelo xamanismo e representadas em pinturas de cavernas e estátuas, acompanhado por música rítmica de caracas ou/e o tambor de 210 batimentos por minuto, ativa-se um estado de consciência alterado: “A postura corporal cria o portal para um espaço específico nos mundos mais profundos da consciência” (Nauwald Nana, 2004, p.12). Felicitas Goodman notou que o estado de consciência altera através de uma vivência visual e sensorial que conduzem a um estado transcendental: “O estado transcendental é uma possibilidade de experiência criada no ser humano. O estado transcendental é uma porta biológica para outra realidade sagrada. A experiência corporal sozinha não é uma extensão de consciência. Através da postura ritual do corpo e a conexão a uma intenção a esta postura, pode se criar uma vivência extática com todos os sentidos “(Goodman, 2004).

Explorando estas posturas ritualísticas, explorei o impacto da incorporação e a sintonização através de uma intenção com tais posturas. Experimentei viagens transcendentais num mundo pré-histórico que só consigo explicar com a possibilidade da existência de uma memória inata, presente em cada célula do nosso corpo e à capacidade da nossa consciência em receber informações a partir do corpo.

Conforme a teoria sobre os campos mórficos do cientista Rupert Sheldrake, existe uma interação magnética no espaço, que guarda e transmite toda a informação. Esta energia sutil manifesta-se através da forma física e não ao contrário, como proclamado e

institucionalizado pelos cientistas materialistas. As investigações de Sheldrake derivam duma altura antes da institucionalização das teorias materialistas a partir do ano 1920. Sheldrake cita<sup>1</sup> o escritor inglês Samuel Butler, referindo-se à pré-existência da energia proveniente da memória antes da sua forma material: “Butler afirmou que toda a vida envolve memória inconsciente inerente; hábitos, os instintos dos animais, a maneira como os embriões se desenvolvem, tudo refletia um princípio básico de memória inerente à vida” (Sheldrake, 1987).

Essa energia subtil existia antes, no campo morfogénico da sua manifestação, na forma material conforme a teoria de Sheldrake: “The morphogenetic fields relate developing organisms to future patterns of organization, towards which chreodes guide the developmental process. (...) the structure of this fields depends on the actual forms of previous similar organisms. In other words, the structure of the fields depends on what has happened before.” (Sheldrake, 1988, p.155)

Também a fundadora da Bodynamic, Lisbeth Marcher se refere a um campo de conexão dentro do corpo humano quando se refere à conexão mútua e à necessidade do ser humano em se sentir conectado aos outros e ao mundo: “One of these is her belief that the driving force in humans is the desire to be connected to others and to the larger oneness that surrounds us. She calls this the drive toward mutual connection and holds that the essential field for this connection resides in the body.” (Macnaughton, 2004, p.94)

As teorias de Sheldrake sobre os campos morfogénicos têm uma semelhança com as teorias védicas sobre a origem da forma: “Como apareceram estruturas que não existiam antes? Nem os platónicos nem os aristotélicos tiveram qualquer problema com essa questão. Os platónicos disseram que a forma vem do arquétipo platónico: se existe um carvalho, então existe uma forma arquetípica de um carvalho, e todos os carvalhos reais são simplesmente reflexos desse arquétipo. Uma vez que esse arquétipo está além do espaço e do tempo, não há necessidade de embuti-lo na forma física da bolota. Os aristotélicos diziam que cada espécie tem seu próprio tipo de alma, e a alma é a forma do corpo. O corpo está na alma, não a alma no corpo. A alma é a forma do corpo e está ao redor do corpo e contém a meta de desenvolvimento (que é formalmente chamada de enteléquia). Uma alma de carvalho contém o carvalho eventual)” (Sheldrake,1987). Outra ideia de Sheldrake parte da comparação com a não visibilidade da energia subtil do ponto de vista materialista, usando a construção de uma casa como referência. Para a construção é necessária a energia dos construtores e as ideias do arquiteto, por exemplo, que também fazem parte da casa:

---

<sup>1</sup> Os livros mais importantes sobre o tema .... foram “Life and Habit” (1878) e “Unconscious Memory” (1881).

“It exists materially in the house, but it is not itself material. It is a pattern, arrangement or structure of information that can be repeated more or less exactly in many individual houses, as in housing developments. It is more like an idea than a thing, but nevertheless it is essential to these actual houses and cannot be separated from them: it is not an abstract idea. This is paradox of all material forms. The form is in one sense united with matter, but the form aspect and the material aspect are separable.” (Sheldrake, 1988, p.90)

Na incorporação dos arquétipos, senti a energia do arquétipo antes de ela se formar no meu corpo. Através das sensações, emoções e impulsos percebidos, o corpo foi reagindo e executando movimentos.

Os antigos filósofos relacionaram uma planta ao cosmos, reconhecendo a interligação entre o mundo material e imaterial como a sua conexão mútua: “Uma semente é o lugar onde a forma é o ser do mundo e forma a vida.”(Coccia, 2018, p.34) A visão dos antigos filósofos confirmou-se cientificamente na teoria sobre o fractal, do matemático Mandelbrot, que representa a menor unidade material. Esta unidade reproduz-se infinitamente e ao mesmo tempo limitadamente, criando assim a forma e, como consequência, o nosso mundo físico. (Schmidt& Sweeney, 2012)

Encontrei semelhanças entre o processo de desenho que fui vivenciando com as ligações descritas acima, da matéria visível, do exterior e do interior. Retratando objetos e plantas, adicionei algo “meu”, sob a forma de sentimentos e emoções e consequentemente elementos imateriais surgem no desenho. Experimentei como o sujeito retratado retrata e vice-versa, criando assim uma conexão mútua com o objeto, ou o outro sujeito-planta. Encontrei semelhanças entre o processo do desenho que fui vivenciando com as ligações descritas acima, entre as percepções, as concepções e as emoções suscitadas quer pelo visível quer pela auscultação do mundo interior. A prática do desenho é, assim, uma experiência de observação, imersão e simultaneamente de acontecimentos e performance com o mundo vivo e vegetal.

Sobre a relação entre o desenho e a força universal, diz o escultor, filósofo e educador Philip Rawson: “The spiritual energies of man are identical with those of the outer universe. Therefore the artists have always expected that the spectator will be ready to attune the movements of his spirit to the cosmic movements circulating through stones, mountains, clouds, and trees. Whereas the Western spectator identifies in himself traces of human feelings from the implied movements of human figures, the Far Eastern spectator of drawing experiences spiritual movements evoked by the forms given to mountains, rocks, trees, and flowers. These movements the artist is supposed to have captured from this cosmos; they are not merely human feelings. The slow impulses which formed and bedded earth and forced its plants, recorded by the drawing hand,

will find their echoes in his own body. Thus he will be able to savour the processes of adaptation and change which govern the formation of the world and society, symbolized in types framed by the brush.”(Rawson, p. 274, 1987)

A conexão mútua interliga o mundo interior e pessoal com o mundo exterior e comunitário. Isso também acontece no processo artístico. O ato de desenhar é uma descoberta que relaciona o mundo interno do desenhador com o mundo exterior do objeto retratado.

No livro sobre o desenho de John Berger, o autor refere que o objeto e o sujeito no ato de desenhar não são necessariamente dois elementos separados um do outro, e a sua ligação leva a um estado de emotividade e espiritualidade. Nesta proposta de Berger, coloquei-me perante a hipótese de que talvez estes estados de emotividade e espiritualidade encaixem em diferentes arquétipos. Fazendo referência ao desenho do homem neolítico, interpretado pelo mesmo autor, questiono-me se estes desenhos ancestrais serão imagens da alma.



Fig. 19- Pintura da Caverna preparado por Homen Cro- Magnon

De acordo com Philip Rawson, o desenho ganha uma forma de prática espiritual, contendo em traços e marcas a experiência humana.

“In a sense one can say that drawing is the most fundamentally spiritual—i.e. completely subjective—of all visual artistic activities. Nature presents our eyes with coloured

surfaces to which painted areas of pigment may correspond, and with inflected surfaces to which sculptural surfaces may correspond. But nowhere does it present our eyes with the lines and the relationships between lines which are the raw material of drawing. For a drawing's basic ingredients are strokes or marks which have a symbolic relationship with experience, not a direct, overall similarity with anything real. And the relationships between marks, which embody the main meaning of a drawing, can only be read into the marks by the spectator, so as to create their own mode of truth. Certain kinds of relief sculpture, perhaps, like Donatello's rilievo stacciato, may come closer to the symbolic selfsufficiency of drawing than work in any other media." (Rawson, p.16, 1987)

O desenho resulta em um encontro de reciprocidade entre a conexão coletiva e individual com o outro, que nasce instintivamente num ambiente seguro, materializando um conjunto de formas que estão presentes no nosso mundo material e fazem parte da memória orgânica do ser humano. No processo de desenhar, conforme o artista e autor John Berger, o objeto representado "está a ser fragmentado e reunido na imaginação". A "obra acabada" é um "documento autobiográfico" que serve para comunicar com o mundo exterior. (Berger, 1962, pp.3-4)

O processo do desenho só é parcialmente consciente e consiste simultaneamente na ambição e na desilusão. Berger toma aqui o exemplo do artista Vincent van Gogh, que revela esta descoberta ambígua através do desenho, no amor pelo desenho e pelo objeto, retratando a vida cotidiana e, por isso, foi declarado como "louco" pelos seus colegas contemporâneos. Através do desenho, o artista dá visibilidade ao invisível ao olho, como podemos ver nas correntes energéticas de uma planta na sua procura pela luz. "Existem desenhos que estudam e questionam o visível, outros comunicam ideias e há aqueles que se fazem a partir da memória" (Berger, 1962, p. 24).

Arno Stern, artista e fundador do Malort (sítio de pintura) e inventor do Malspiel (jogo de pintar) investiga a possibilidade de dar visibilidade, através do desenho, às partes da memória mais primárias. Neste sítio de pintura, Arno Stern fundou o Malspiel (jogo de pintura). Neste jogo, os participantes têm a possibilidade de pintar sem serem julgados pela sua expressão. O papel de Arno Stern é o de servente que propõe as condições certas, como o reabastecimento de cores e de água fresca, para os participantes poderem jogar sem interrupções e distrações.

Arno Stern estudou as pinturas dos seus participantes e criou um novo campo de investigação a que chamou de semiologia de expressão: "Na semiologia de expressão interessam as características do ato de traçar. Ela abstém-se de uma interpretação subjetiva. Desta forma, revela uma manifestação chamada "formulação". A formulação é uma manifestação completa, original, estruturada e universal." (Stern,2022) A formulação permite uma expressão da memória orgânica, independentemente da

origem e cultura do participante. Estes gestos de expressão universal, pertencem a um reportório próprio de figuras (por volta de meados dos anos 70).

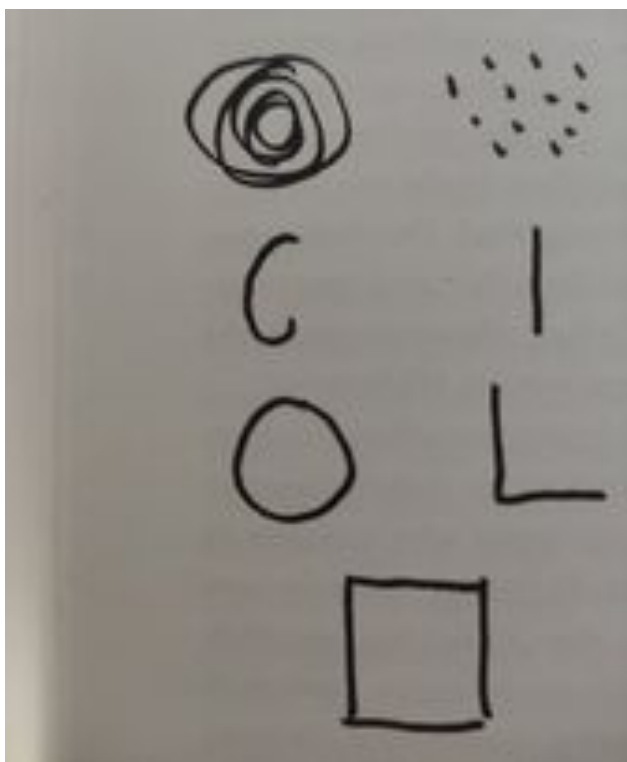


Fig. 20- Arno Stern, *Trazate*, (2022) Paris

Como demonstram os estudos de Arno Stern sobre a formulação, é possível aceder a uma memória coletiva através do desenho, se as condições mencionadas na página anterior o permitem. A conexão mútua entre o servidor e o participante do jogo é a de que pintar é fundamental para aceder a esta memória primária. Também na natureza encontramos a conexão mútua no mundo das plantas que podem ser consideradas como nossos ancestrais. Sem a existência das plantas, o ser humano não tinha uma base alimentar que garanta a sua sobrevivência no mundo.

Na criação artística, como no exemplo de John Berger e no jogo de pintar, consiste uma troca entre duas forças que o escritor e filósofo Emanuele Coccia relata no seu livro *O mundo das plantas*: “como a planta penetra o mundo, esta é penetrada por ele” (Coccia, 2018, p.90).

Esta ideia de conexão mútua está presente tanto no ato de desenhar como na natureza, e essa relação procurei trabalhar no meu projeto final.

Desenhar num ambiente natural e estando parcialmente suspensa, como desenhei no meu projeto final, possibilitou-me a construção de um espaço para criar um desenho e ao mesmo tempo ser desenhada. Os elementos à minha volta influenciaram-me e desenharam comigo a partir da energia vital que esteve presente em todos os seres

vivos, naquele lugar e tempo. O meu corpo transformou-se durante este processo numa tela através dos movimentos efetuados no papel, visível pelas marcas no meu corpo de carvão vegetal, riscador com o qual estou a desenhar. Aquele corpo naquele lugar representa as imagens da alma em forma tridimensional. Eu desenho e estou a ser desenhada ao mesmo tempo através do meu movimento e da matéria carvão vegetal. Criando este projeto final em contacto muito próximo com o meu corpo na Natureza, não posso deixar de pensar sobre a relação corporal que temos desenvolvido na nossa sociedade capitalista. O conceito da conexão mútua também me levou a refletir sobre a conexão do ser humano com o seu próprio corpo. Numa entrevista à fundadora da psicoterapia Bodydynamic, esta refere a conexão mútua e a auto-consciência: “It is through body awareness that we sense ourselves in relation to the other. The more body awareness we can attain- which includes an awareness of sensation, energy, and emotion- the more we are able to establish deep connections to others. So, these two things, mutual connection and body awareness, are inextricably linked for me” (Macnaughton, 2004, p.94).

Para o autor e psicólogo Richard Strozzi-Hecker, a falta da conexão mútua nestes tempos também pode ser atribuída a uma falta de autoconsciência do próprio corpo. Tal pode resultar numa falta da capacidade de integração, percepção e de contenção das emoções e sensações. Conforme o psicólogo Richard Strozzi-Hecker, a falta de consciência corporal na sociedade ocidental tem a sua raiz na obra do filósofo francês René Descartes no século XVIII, numa era de perseguição religiosa e do domínio das teorias racionalistas. Esta interpretação contemporânea do corpo leva à marginalização dos sentimentos. Descartes estava convencido que era possível controlar o corpo através da razão. (Strozzi-Heckler, 2014, p.13)

António Damásio refere isso mesmo no seu livro *O Erro de Descartes*. No capítulo sobre os “marcadores somáticos”, o autor descreve a relação entre as emoções e o pensamento e que este processo funciona na sua totalidade só em conjunto. Os “marcadores somáticos” marcam certos aspetos de uma situação em forma de emoções, que conhecemos como pressentimento, e fazem parte da nossa intuição num processo cognitivo rápido. A emoção apoia o raciocínio e/ou encontra-se em diálogo com ele. (Damásio, 1994, p.227)

Da relação entre a razão e a emoção tiro a conclusão de que a conexão mútua é fundamental para estar em contacto com o próprio corpo e também na comunicação com os outros.

Encontrei igualmente no conceito da conexão mútua a interação entre o pensamento e a emoção, pelo conceito do Bodyknot, uma ferramenta de comunicação da Bodydynamic, pela qual é possível estabelecer relações entre emoção e pensamento que se torna

consciente através da relação entre os sentimentos, as emoções e as sensações físicas com os pensamentos. Nesta relação entre o pensamento, as emoções e as sensações físicas reconheço, na minha experiência como massagista, a importância do toque físico para o bem-estar geral e a sensação de segurança e conexão que se cria entre o paciente e o massagista.

Trabalhando o meu próprio corpo através de práticas somáticas, compreendo como o movimento em conexão com uma intenção pode transformar estas emoções e sensações. Isso acontece através da repetição de movimentos e o uso consciente do movimento, por exemplo, durante a ativação consciente dos músculos. Esta relação entre o corpo, o pensamento e a emoção, não está separada do ato de desenhar. Durante o ato de desenhar, corpo, sentimentos e emoções estão envolvidos, acedendo às profundidades da psique, como anteriormente descrito.

Durante o meu percurso, a minha prática artística tem-se desenvolvido no encontro entre a performance e o desenho, aproximando uma prática artística efémera (performance) do universo da materialidade (desenho, fotografia e vídeo). A definição de performance onde encontro afinidade com a minha prática artística parte da ideia de que a performance é “um comportamento ritualizado condicionado e/ou atravessado pelo jogo.” (Schechner, 2006, p.52) Fui desenvolvendo a minha prática na exploração e reflexão sobre as semelhanças entre a origem da performance artística e as práticas performativas ritualísticas e daí o seu potencial transformador. Reconheci semelhanças entre o ritual ancestral e a performance artística: sobretudo nos processos criativos, em que comportamentos e gestos estão próximos de práticas religiosas e/ou alquímicas, muitas vezes interligados a um processo de transformação. Determinados gestos e comportamentos correspondem a certos efeitos desejados, e são realizados em períodos e espaços específicos, por exemplo em rituais de passagem. Os rituais fazem parte de todas as culturas e criam uma memória (Sheldrake, 1987), como nos gestos quotidianos em festejos ou no ato de cumprimentar. Muitas vezes, os rituais estão associados a uma história, de acordo com o cientista Rupert Sheldrake, para quem os rituais devem ser praticados com os mesmos gestos e movimentos, com a mesma música, nos mesmos espaços, como aconteceu na primeira vez na prática de um ritual (Sheldrake, 1987). Assim, os rituais têm uma espécie de evocação deliberada e consciente da memória, desde a sua primeira atuação. Neste sentido, Sheldrake relaciona o ritual ao conceito sobre o inconsciente coletivo de C. G. Jung (Sheldrake, 1987).

Retomando a afirmação de Schechner sobre a relação entre a performance e o ritual, concluo que padrões arquetípicos podem ser comunicados, arquétipos incorporados e vividos num espaço seguro dentro de uma comunidade sob a forma de um jogo.

Conforme Richard Schechner, a origem da performance está ligada tanto ao ritual como a um género estético: “Performance originates in the creative tensions of the binary efficacy entertainment. (...) Efficacy and entertainment are not opposites, but “dancing partners”, each depending on and in continuous active relationship to the other.”

(Schechner, 2006, p. 80)

Esta afirmação interliga a ideia de eficácia à etimologia da palavra performance, e a ideia de jogo, uma relação que encontro no meu projeto final em que o meu corpo em suspensão viabiliza um jogo entre o movimento possível do meu corpo, e as linhas/marcas do movimento com as matérias do carvão e papel. O desenho criado durante a performance é o resultado de uma expressão do meu corpo em movimento, aproximando o ato de desenhar a uma incorporação, ou uma dança. Entendo que a pesquisa em torno do conceito da conexão mútua esteve sempre ligada a uma necessidade da expressão criativa do ser humano englobando o jogo e a devoção ao sagrado. Procurei atribuir ao meu projeto final elementos relacionados à memória coletiva inconsciente e, através das incorporações, gestos e posturas, conecto-me a uma memória coletiva, incorporando a sua sabedoria. As transições entre as posturas, os gestos e as incorporações são um jogo de exploração e um resultado da minha expressão criativa.

### **2.3 Conceitos operatórios práticos e referências**

No livro “Jung on Yoga” de Dario Nardi, o autor interliga a ciência ancestral védica sobre os chacras com a psicologia de G.C. Jung. Em 1932, Jung deu 4 leituras sobre o Yoga Kundalini, focando-se sobre as funções psicológicas em relação aos chacras. Através do Yoga Kundalini, que está relacionado aos 7 chacras e à sua ativação, Jung apresentou nestas 4 leituras um modelo para as fases de desenvolvimento da consciência superior. Estas 4 leituras foram interpretadas e analisadas pelo neurocientista Dario Nardi. Através deste livro, aprendi sobre as interligações entre as posturas do Yoga e os arquétipos que ponho em prática durante as performances.

Encontrei várias afinidades com artistas de diferentes áreas da arte, e desenvolvi algumas pontes com obras destes artistas com as minhas preocupações artísticas em relação a interpretação dos chacras e dos arquétipos conforme Dario Nardi e C.G. Jung.

### 2.3.1 Energia Primordial- 1º Chakra

A relação com a natureza, no trabalho de Ana Mendieta é singular. Representa a Deusa e assim a força primordial através das suas silhuetas, Mendieta documentou os seus encontros com a natureza através da fotografia e do vídeo.

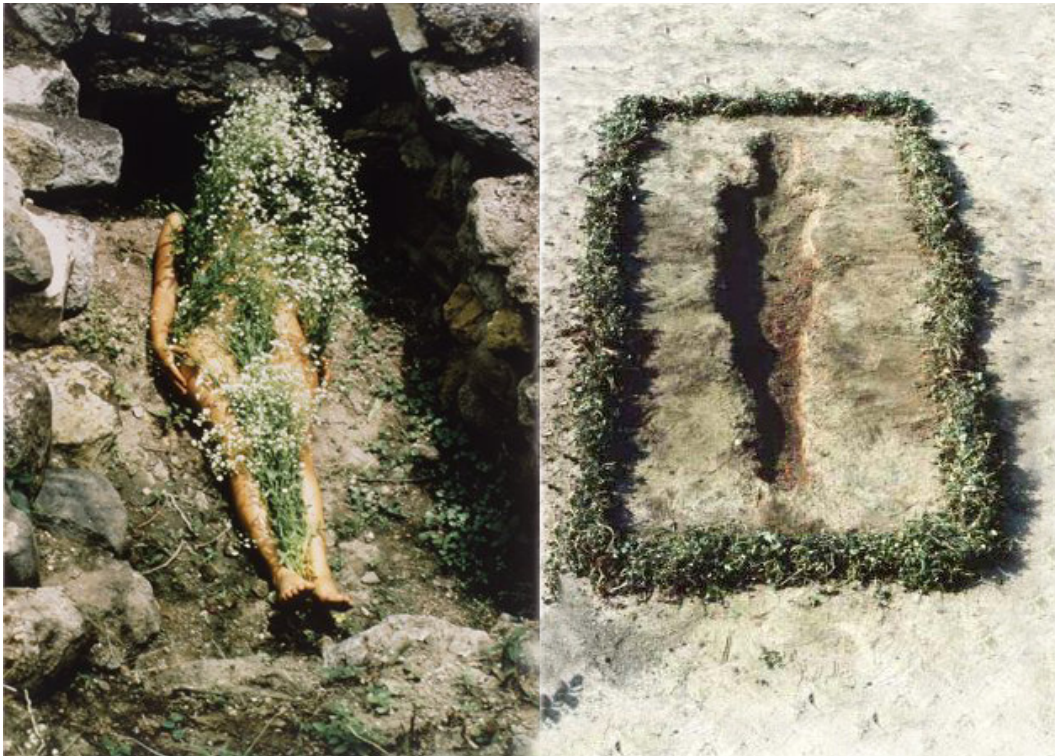


Fig.21 - Ana Mendieta, *Silhueta Series*, (1973-1980)

As suas incorporações do arquétipo feminino deixaram uma marca na terra durante um tempo indefinido e enquanto as condições ambientais o permitirem. Por vezes, a artista adicionou a força dos elementos, como por exemplo, o fogo, às suas silhuetas. A força primordial presente nos elementos, e nas impressões primárias das obras da Ana Mendieta relacionou-os ao primeiro chakra. Esta energia vital ainda está inconsciente dos mecanismos de defesa do ser humano e dos seus dramas escondidos. Referindo-se ao primeiro chakra, Jung dizia: “os deuses ainda estão a dormir” e a psique “esconde o nosso potencial único em forma de uma semente” (Nardi, 2017, p.20). Este estado de consciência está interligado ao primeiro chakra e ao arquétipo de mulher/homem selvagem e da criança. Esta força instintiva e primária foi abordada nas obras da artista. Também a forte ligação de Mendieta à sua terra natal e às suas origens indígenas ressoou com a minha busca pessoal pelas minhas origens, que faço desde a minha

infância - tenho pais italianos de duas culturas totalmente diferentes e cresci na Alemanha. Conectando-me através do movimento aos ambientes naturais e em contacto com a terra, senti sensações de ter chegado “a casa”. Abraçada à mãe terra, que é a casa coletiva do ser humano. Jennifer Brough escreve sobre as silhuetas de Mendieta: “As esculturas tornaram tangível a crença de Mendieta da terra como deusa, enraizada na santeira afro-cubana e nas práticas indígenas taino de sua terra natal. Exilada de Cuba ainda jovem, Mendieta disse que ficou “oprimida pela sensação de ter sido expulsa do ventre (da natureza)”. Buscando uma forma de, nas suas palavras, “retornar à fonte materna”, ela usou o seu corpo para se comunicar com a areia, o gelo e a lama, entre outras matérias naturais, como uma forma de “se tornar una com a terra” (Brough, 2020).

### **2.3.2 O Amante/ A Amante -2ºChakra**

C.G.Jung relacionou o segundo chacra ao medo da perda do Ego. Seja simbolicamente, seja na forma como realmente somos confrontados com a morte, as emoções e as paixões humanas. As emoções são o motor de muitos artistas para construírem obras com uma expressão intensa, pura e direta. A forte linha presente nos desenhos de Egon Schiele retrata a sua forte emotividade interna em relação ao objeto retrato e revela o seu estado psicológico, emotivo, espiritual e mental. A arte.ref descreve a arte de Egon Schiele como: “(..) pintura figurativa onde os traumas psicológicos e as fixações de seus personagens se tornaram evidentes na presença física: corpos contorcidos, pele machucada, gestos eróticos e características faciais andrógenas.” (Equipe editorial arteref, 2020)



Fig.22- Egon Schiele *Autorretrato*, 1912



Fig.23- Egon Schiele *Casal Abraçado*, 1917

O segundo chacra também está relacionado com a dualidade e com as emoções que durante a nossa vida aprendemos a conter, a soltar ou a reprimir. A bailarina Mary Wigman, influenciada pelo pensamento de Friedrich Nietzsche, “compreendendo o corpo físico como um obstáculo à elevação da alma, explorou a nudez e a sensualidade, numa relação profunda com a natureza como fonte de inspiração” (Calamoneri, 2014, p.33). Também o andar Hokothai, na dança Butoh, possibilita entrar num estado meditativo através do baixar do centro físico. Sondra Fraleigh e Tamah Nakamura descrevem o hokotai assim: “The walking body” in butoh with a lowered centre and slightly bent knees, eternally slow and stylized in various ways, sometimes shedding style, engendering a low threshold of presence, a “dropping away” of body consciousness as the dancer enters a meditative state of slow motion” (Fraleigh and Tamah, 2013, p.164). Esta postura caracteriza o “Ankoku Butoh”, a dança da escuridão (Fraleigh, 2010) fundada pelo bailarino Butoh Hijikata Tatsumi e visível, por exemplo, na sua obra *The revolt of the body (red dress)*.



Fig. 24- Tasumi Hijikata *Revolt of the Body (Red Dress)* 1968. (Roku Hasegawa / Nonaka-Hill / Keio University Art Center)

Esta postura permite ao bailarino usar o seu corpo como contentor de imagens. O hokotai caracteriza-se por uma “natureza intemporal e não-dualista” (Fraleigh, 2010, p.49). Esta postura permite uma forma leve de andar e entrar com facilidade num estado

meditativo. Através do Hokotai o Buto-ka (Bailarino de butoh), consegue aceder a um subconsciente coletivo, sendo o seu corpo o contentor destas imagens.

Enquanto o Butoh permite dissolver e unir as dualidades presentes no mundo material, o artista Egon Schiele espelha a sua forte emotividade, vida e personalidade intensa através dos seus desenhos e pinturas.

O estado mental de Egon Schiele tem sido relacionado com a representação gráfica dos seus modelos: "Esta abordagem resultou em uma porção de desenhos subversivos, que davam a entender que ele e os seus "personagens" eram seres angustiados, doentes, confusos e sexuais." (Equipe editorial arteref, 2020)

A forma de vida e a expressão artística de Egon Schiele relacionam-se a um excesso energético do segundo chacra e do arquétipo do amante. Isso pode originar emoções fortes como a tristeza e uma forte necessidade de amor do outro, ou a sensação de um vazio interior que surge de uma desconexão com as próprias necessidades. No livro *Jung on Yoga*, o autor e neurocientista Dario Nardi refere-se ao o segundo chacra:

"A practical aspect of this chakra is, that it grants awareness of psyche as expressed via the body. We notice the knot in our stomach, stirrings of the sex urge, a spring in our step, and so forth" (Nardi, 2017, p.28).

Ao segundo chacra relaciono também a obra de longa-duração (1987 até 2005) de Matthew Barney intitulada *Drawing Restraint*, que contém 9 episódios incluindo esculturas, desenhos que criou na sua busca bem como gravações dos atos performativos através da fotografia e do vídeo, onde o artista se expôs a situações que exigiram resistência física durante o ato de desenhar. Esta obra foi inspirada nas experiências do artista como atleta, jogador de futebol e na sua vontade de desenhar estas experiências. Vários obstáculos que requerem resistência física impediram Barney no ato de desenhar, estando, por exemplo, pendurado em vestidos de latex, saltando no trampolim, criando assim uma "experiência fora do corpo". (Barney,2018)

"The idea grew out of the artist's early experience as an athlete and his thinking about resistance as a catalyst for muscle growth. By extension, he wondered how this bulking of tissue, known as hypertrophy, might make a case for self-imposed resistance as an impetus for creativity. The work proposes the body as an analogy for creative process and a model for the artist's conception of a productive state based on unresolved tensions between desire, stored potential, and repression." (SFMOMA, 2005)



Fig. 25- Matthew Barney *Drawing Restraint 2* (1988) Museum of Modern Art, New York

Essa experiência de desenhar com o movimento do corpo restringido permitiu ao artista alcançar uma dimensão espiritual através de um processo de transformação como no *Drawing Restraint 9*, documentado no filme *Matthew Barney- No Restraint*. Durante a pesquisa dos rituais e da cultura japonesa, que interconectam os seres humanos com a natureza, o artista vivenciou a restrição no ato de desenhar de uma forma produtiva e positiva. A nave onde o filme foi filmado é uma metáfora para o corpo na água relacionado ao Japão, que é uma ilha rodeada pelo oceano. “Customs referenced in the film embody the series’ themes of cyclical biological processes: the metamorphosis of form; the phases of consumption, production, and excretion; and the restriction and release of energy. (...)Shinto religious rites, Japan’s whaling history, the implications of fossil fuel consumption, a love story, and the cycle of mammalian evolution.” (SFMOMA, 2005)

No documentário *Matthew Barney - No Restraint* a parceira do artista Björk pronuncia-se sobre a obra, referindo-se às várias capas que criam uma história e a “abandonar a mente analítica na busca de uma explicação.” (Björk, 2006)

Nestes episódios de Matthew Barney, a interação do desenho com o corpo não se limita apenas às restrições físicas no ato de desenhar, mas também numa pesquisa espiritual e transpessoal.

### 2.3.3 O Guerreiro/ A Guerreira - 3º chacra

Outra artista que desenhou suspensa sobre papel, é a artista Carolee Schneemann na sua performance “Up to and including her limits” (1973-1976), dando assim, uma resposta feminista ao processo do “Action Painting” de Jackson Pollock.

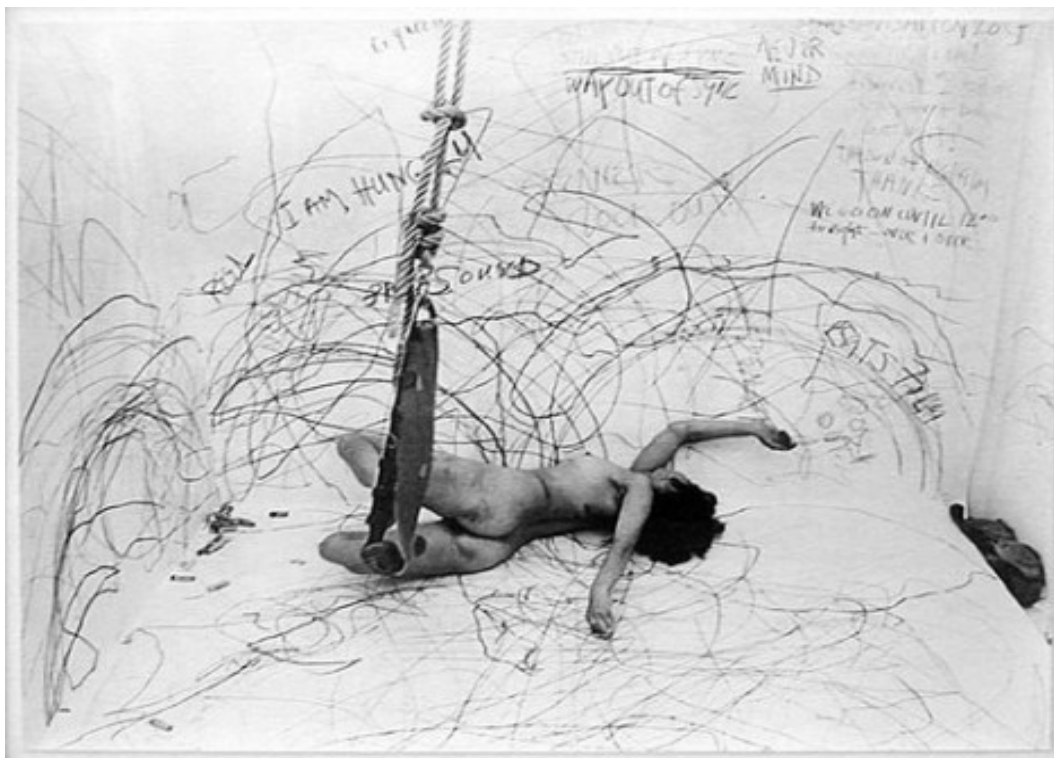


Fig. 26- Carolee Schneemann *Up to and including her limits*, (1973-1976), MoMa New York

Ao contrário de Pollock, Schneemann envolveu todo o seu corpo no processo criativo e adicionou um tecido suspenso para estender o seu movimento durante o ato de desenhar. Desenhando suspensa, Schneemann envolve diferentes perspectivas no ato de desenhar e criou desta forma a sua maneira própria de *action painting* com um impacto fortemente feminista, no sentido de colocar o corpo da mulher como elemento na construção da obra, em detrimento do papel da mulher como musa. Outro fator importante na obra de Schneemann é que ela não se considerou uma performer, mas uma pintora: “(..) My art has nothing to do with self - exposure or personal narrative. It has to do with the pictorial sense in the environment as a collage arena” (Schneemann, 2011). A exploração dos limites, as fronteiras, o poder e a impotência estão relacionados ao arquétipo do guerreiro e assim ao terceiro chacra. Valores e ideais são defendidos energeticamente. Jung refere que no terceiro chacra, localizado na zona do plexo solar, está “a fonte da paixão, o mundo emocional inteiro” (Nardi, 2017, p. 34). Sobre o ato de desenhar Schneemann referiu: “I am suspended in a tree surgeon’s harness on a three-quarter-inch manila rope, a rope which I can raise or lower manually to sustain an

entranced period of drawing—my extended arm holds crayons which stroke the surrounding walls, accumulating a web of colored marks,” Schneemann writes, describing *Up to and Including Her Limits*. “My entire body becomes the agency of visual traces, vestige of the body’s energy in motion.” (Schneemann,1973-76)

Em *Up to and including her limits*, Schneemann move-se aparentemente com limitações pelo espaço, suspensa por um tecido que prende ao seu corpo e que, ao mesmo tempo, potencia novas possibilidades de movimento e desenho. A artista segue os seus impulsos motivada pela sua energia para a criação do seu desenho, superando limitações pré-existentes na arte e explorando novas formas de expressão. Estas características, atribuo ao arquétipo do guerreiro e ao terceiro chacra.

#### 2.3.4 O Rei/ A Rainha - 4º chacra

O contacto direto “pele a pele” entre a artista Miru Kim, seja com os animais, lugares abandonados, ou seres humanos de outra cultura, a artista conecta-se com eles sem disfarçar a sua intimidade, vulnerabilidade e a sua empatia. Miru Kim reinventou a performance de Joseph Beuys *I Like America and America Likes Me* e passou 48 horas a viver com dois porcos numa instalação a que designou: *I love pics and pics love me*.



Fig. 27- Miru Kim *I love pics and pics loves me*, 2011, Art Basel Miami Beach

Como o coite, o porco é um animal com uma simbologia ambivalente. Considerado um animal sagrado em tempos pré-patriarcais, converteu-se em um animal doméstico de

produção, considerado “sujo” em algumas culturas, até com significado ofensivo. Em geral, os projetos de Miru Kim têm o objetivo de reunir o ser humano com o seu ambiente, seja com a natureza, a cidade e/ou com os animais e de aí reintegrar o corpo humano. A artista documenta as suas experiências através da fotografia e do vídeo. Aparentemente objetos ou sujeitos opostos integram-se numa unidade. Sobre a sua experiência da sua convivência com 2 porcos ela disse: “Perhaps the difference is blurred mingling through skin on skin in the mud where all ends and begins.” (Kim, 2011)

A abertura ao outro como capacidade de estar em contacto com o mundo exterior, está relacionado ao 4º chacra que se encontra na zona do coração. O chacra do coração está ligado ao arquétipo do rei/rainha. Jung referiu-se a este chacra, dizendo: “Where love rules, there is no will to power; and where power predominates, there is love lacking. The one is the shadow of the other.” (Jung on Yoga, p. 38)

A relação próxima através da convivência que Miru Kim cria com o outro, nesta obra com o porco, foi uma fonte de inspiração para a criação do meu projeto final.



Fig. 28- Vera Mantero e Rui Chafes *Comer o coração nas árvores*, 2016. Jardim da Sereia

### 2.3.5 O Joker - entre razão e expressão - 5º Chakra

Encontrei igualmente a união corpo - natureza na performance *Comer o coração nas árvores*. de Vera Mantero. A bailarina e coreógrafa colaborou nesta instalação com o escultor Rui Chafes, na qual uma espécie de cadeira flutuante foi o suporte para a bailarina ocupar o seu corpo em cima das árvores. Nesta obra, a artista mostra que um bailarino não precisa de um chão e que o espaço pode ser preenchido através da voz, o som e/ou o silêncio. Sobre a obra Vera disse: “para no processo performático tudo estar a funcionar em paralelo ao mesmo tempo(..) a pessoa tem de ter duas consciências ao mesmo tempo(..) e tudo se conflui e faz-me imenso sentido.” (Mantero, 2004)

Na mesma colaboração, Chafes também realizou o desenho na pele da bailarina e usam a pele como lugar de encontro entre o interior do corpo e a natureza interior.

O 5º chakra permite a expressão do ser humano e localiza-se na área da laringe. Através da expressão, por exemplo, a voz, manifestamos sentimentos, emoções, pensamentos e ideias. O poder da palavra na arte tem sido expresso em obras em que o discurso sobre a arte ganhou uma dimensão política, por exemplo, através do conceito da “escultura social” de Joseph Beuys. Desde os anos 70, as obras de Joseph Beuys tornaram-se cada vez mais de carácter educacional e político, expandindo assim as suas teorias sobre arte e escultura. A autora Rosenthal escreve sobre a Teoria da Plástica Social de Beuys, que a arte não se limita às artes plásticas, como a escultura ou a pintura, mas forma o processo da organização social e “(..) pode ser definida pelo modo como nos moldamos e damos forma ao mundo em que vivemos. É a escultura vista como um processo evolucionário onde todo ser humano é um artista” (Rosenthal, 2011, p.112).

A verbalização dos próprios ideais e o pensamento racional estão presentes neste chakra. C.G. Jung referiu sobre este chakra que “os conflitos e disposições típicos do nosso terceiro chakra motivam o quinto chakra.” (Nardi, 2017, p. 46).

Como as motivações influenciam as ações e a sua expressão através do desenho que dá continuidade à performance está representado no percurso artístico de Joseph Beuys. Na exibição *Thinking is form. The Drawings of Joseph Beuys* em 1993 no MoMa (Philadelphia) foram exibidos os desenhos de Joseph Beuys e no livro sobre a exposição com o mesmo título mencionado o percurso artístico de Beuys. Os desenhos de Beuys foram influenciados pelo procedimento artístico do seu professor Ewald Mataré que sintonizou a forma abstrata com a figura naturalista. As esculturas e desenhos de Beuys foram influenciados pela interpretação de Cristiana de Rudolph Steiner que criou a sociedade antroposófica. Para Beuys, o desenho também servia como uma ferramenta para a sua pesquisa espiritual durante o seu percurso artístico mas também para a processão terapêutica das suas experiências na segunda guerra mundial que envenenaram a tradição e a cultura alemã. Nos anos 1950 a figura feminina ganhou em importância no seu percurso e Beuys procurou através dos desenhos as qualidades

arquetípicas do feminino, como em *nude* (1954-54), influenciado pelo conceito de C.G Jung sobre a alma que representa a personificação feminina do inconsciente masculino.

“Beuys's female archetype claimed a connection to the earth, an association with seasonal cycles and growth. Beuys's drawings of the 1950s include many images of pregnant women and women menstruating or giving birth. Beuys also focused on the state of motherhood, in straightforward pictures of mother and child as well as in more mysterious works such as the drawing *Mother with Child*, in which two figures loom over a railway landscape, cradling a child between them.” (Tempkin, p.32, 1993)

Esta ligação com o feminino também se manifestou nos conceitos educacionais e nas obras de Beuys, através da sua relação com a matéria, a natureza, os seus ciclos e simplesmente com a força primordial.

“Beuys's watercolors explore the theme of creation and metamorphosis. The cyclical nature of life (Joyce's Finn again awaking) and the pattern of birth and rebirth underlay Beuys's spiritual vision. And whereas Beuys was not engaged in confessional drawing, these subjects reflected Beuys's unmistakable response to his current situation. The drawings posit the re-creation of a country — both a landscape and a culture — that had undergone a collective death.” (Tempkin, p.35, 1993)

A partir dos anos 1960, Beuys começou a usar tinta de óleo de cor de castanha a que ele chamou *Braunkreuz* (Cruz cor de castanha). Os desenhos de Beuys acabaram por ter um aspecto mais escultural pela densidade da tinta e uma simbologia forte ligada ao cristianismo, ocultismo e ao nazismo. O Braunkreuz também é um símbolo de unificação que cria através de dois elementos independentes um elemento novo. O Braunkreuz simboliza outras matérias, como o feltro e a gordura, presentes nas *Aktionen* (ações) e esculturas de Beuys, numa relação entre a arte e vida.

“The use of Braunkreuz presents a distinctive change in the drawings, replacing introversion with an assertive voice in works often larger in dimension and more monumental in scale than those of the 1950s. From this point on, Beuys's drawing cannot be considered apart from the rest of his body of work.” (Tempkin, p.37, 1993)



Fig. 29- Joseph Beuys *Actrice (Actress)*, 1961. Bastian Gallerie, Berlin.

A forte conexão entre arte e vida manifesta-se também no empenho do artista pela defesa da natureza, abolindo as fronteiras entre o artista e o homem comum, conforme a sua declaração "Everyone is an artist." Com o termo artista, Beuys refere-se à criatividade que habita em todos nós e que se expressa independente das capacidades nas artes plásticas. (Viciss, 2015)

No meu projeto final, o desenho começa a ganhar cada vez mais qualidades subtis e energéticas a partir da incorporação deste chacra através dos sons relacionados aos 7 chacras. Através da ativação da voz, crio uma ponte entre a mente analítica, o corpo e a minha expressão artística intuitiva.

### 2.3.6 O Mago/ A Maga - 6º chacra

Os artistas Japoneses Tatsumi Hijikata e Kazuo Ohno, fundadores do Butoh, compreenderam o corpo como um catalisador de experiências coletivas que recebe informação e a transmite através de gestos para o público. No caso de Hijikata, o corpo individual pertence a um corpo coletivo e a uma nação ferida, que o bailarino procurou transformar por via do ato criativo (Calamoneri, 2014, pp.1). Símbolos, a visão interna, intuição e sonhos são elementos que pertencem ao 6º chacra e ao arquétipo do mago. Jung mencionou que “the material world is only the skin on a balloon where the psychical reality is within.” (Nardi, 2017, p.56) Toda a realidade é uma projeção ou uma dinâmica psicológica.



Fig. 30- Kazuo Ohno,1986

A memória coletiva também está relacionada ao 6º chacra que o artista alemão Joseph Beuys procurou na sua obra transdisciplinar *I Like America and America Likes Me* em 1974, repondo os mitos no seu significado original.



Fig. 31- Joseph Beuys *I Like America and America Likes Me*, 1974. VG Bild-Kunst Bonn, Germany.

A afinidade de Beuys ao sagrado também se encontra no livro titulado *Felt - Fluxus, Joseph Beuys and the Dalai Lama* de Chris Tompson. Tompson documentou o encontro entre o Dalai Lama com Joseph Beuys organizado pelo artista holandês Louwrien Wijers.

### **2.3.7 A Consciência universal - 7º chacra**

O artista e butoista Atsushi Takenouchi conecta-se através do movimento e da dança à natureza. Conforme Takenouchi, o bailarino submete-se às forças primárias naturais. No filme *Ridden by Nature* (2017), Atsushi Takenouchi e Kathi von Koerber performam em lugares isolados, completamente naturais, muitas vezes com condições climáticas extremas.



Fig. 32- Atsushi Takenouchi e Kathi von Koerber *Ridden by nature*, 2017

O filme manifesta a vulnerabilidade do ser humano em relação ao poder das condições do lugar e da paisagem. A conexão entre a energia vital humana como a natureza criam movimentos e expressões únicas e sucessivamente transmitem força, vitalidade e no final, rendição a uma força superior. Criar o encontro entre um ambiente natural e o corpo na sua condição mais vulnerável, despido, possibilita vivenciar uma experiência poderosa com potencial alquímico e transformador. Conforme o autor Dario Nardi, o 7º chacra ativa-se através da meditação e manifesta-se através de um estado alterado de consciência e de experiências sobrenaturais: “(...) Jung explains that the person who was a seed in the 1º chacra is “now in the full blazing white light, fully conscious.” (Nardi,2017, p.62)

Takenouchi e Koerber transmitem esta consciência nas suas danças. De acordo com Nardi, o Ego dissolve-se e o “tu” transforma-se num “eu astral”, longe do tempo, da emoção e da razão” (Nardi, 2017, p.62). Esta energia vital que Atsushi Takenouchi chama *Jinen* já existe desde o nosso nascimento e só se transcende se o nosso Ego fica consciente dela. *Jinen* deriva do japonês e significa o envolvimento do todo. Na cultura Ocidental foi criada uma hierarquia na qual o ser humano tem domínio sobre a natureza e Deus sobre o homem. *Jinen* é a essência sagrada que existe no todo, seja objeto ou sujeito, conectado com a energia universal: “(...) dentro de *Jinen*, a força vital indefesa abraça a vida e a morte. Desta forma sente que mesmo a vida e morte estão conectadas

a todas as coisas e dança uma prece. Essa visão da natureza já existia nas formas de arte criadas pelos povos antigos. Cada forma de vida executa a dança da vida e da morte por estar viva. Todas as coisas estão a dançar com Jinen (..).” (Takenouchi, 2007)

A partir deste estado podemos sentir ou interagir através de Jinen, a energia vital também chamada Kundalini ou Ki. Ela passa pelo nosso corpo e alimenta diferentes centros psicológicos, físicos energéticos do nosso corpo, os chacras, com o potencial da transformação pessoal: “When you succeed in the awakening of the Kundalini, so that (the energy coil) begins to move out of (its) mere potentiality, you necessarily start a world which is a world of eternity, totally different from our world” (Nardi, 2017, p.65). Esta força vital está dentro e fora de nós, e representa o arquétipo do sábio. Através da incorporação dos arquétipos podemos entrar em contacto com as diferentes qualidades da energia vital.

Através de uma sintonização com o meu corpo, com a memória coletiva ativa num ambiente vivo e puro, conectei-me com os 7 chacras, ativando a energia vital transmitida através dos chacras. Isso possibilitou-me o contacto com a minha memória inata, a memória orgânica. Foi possível através da leitura da bibliografia compreender mais sobre a memória orgânica e sobre formas universais presentes no inconsciente de cada ser humano.

#### **2.4 Processo do projeto final**

Através do meu corpo e do ato de desenhar, no meu projeto final apresento sete arquétipos referentes aos sete chacras, dando-lhes forma através do movimento. A essas incorporações dou uma visibilidade material através do desenho. Como resultado de um encontro entre o desenho e a performance, apresento um desenho que é o registo do movimento a partir do meu corpo no espaço da folha, naquele lugar natural, e que no meu entender foi uma experiência próxima à “conexão mútua”: a proximidade entre a individualidade e o coletivo, o consciente com o inconsciente, o mundo externo e o meu mundo interno e a conexão entre o mundo material e o mundo imaterial. No final da performance o desenho também se encontra na minha pele, e no papel de 200 gramas que fixei num suporte de madeira, usei diferentes qualidades de carvão vegetal e uma borracha.

Para o projeto final optei por interligar os meus diferentes conhecimentos de dança, do desenho, da psicologia somática e da performance artística com o meu amor pela natureza, relacionando a incorporação dos arquétipos conforme a interpretação dos chacras de C.G Jung, a psicoterapia somática, a ativação consciente dos recursos e das defesas que correspondem às características de cada arquétipo.

A ideia de desenhar suspensa foi inspirada na obra da artista Carolee Schneemann *Up to and Including Her Limits* e na obra da Vera Mantero *Comer o coração das árvores*. Como suporte, decidi usar um tecido de licra verde que se usa no Yoga suspenso, relacionando a cor do tecido com a cor das folhas. Este tecido bastante elástico e robusto foi fixo com uma corda no ramo de uma árvore.

A ideia de desenhar parcialmente suspensa, está relacionada com o conceito dos sete chacras. Os primeiros quatro chacras, ou centros energéticos, estão mais ligados ao corpo físico e os últimos três chacras estão relacionados mais com o mundo espiritual. Aqui entra também o conceito da “conexão mútua” entre o mundo material e o mundo imaterial. Durante a incorporação dos quatro primeiros chacras os movimentos estão mais conectados ao chão. A partir do quinto chacra o meu corpo físico já não tem contacto com o chão ficando suspenso a partir do tecido. Isso muda a qualidade do desenho. Durante o contacto com o chão, a qualidade era mais táctil e direta e isso manifestou-se em marcas de desenho mais grossas, através do movimento do corpo que segue a mão a desenhar. O movimento do corpo que era suportado pelo chão traz uma qualidade mais densa ao desenho. Senti a relação entre o movimento do corpo que empurra o chão e a mão empurrando a superfície - traços de desenho densos, pesados e carregados foi o resultado desejado que derivaram de movimentos mais bruscos e rápidos.

Desenhando a partir dos movimentos e das incorporações, nos momentos em que me encontrei suspensa no tecido, a qualidade do desenho mudou. Os meus movimentos e as minhas posturas determinaram o movimento do tecido. Fui-me entregando ao desenho, explorando os movimentos do tecido, o seu toque na minha pele e as minhas mãos que seguravam o carvão vegetal que foram sendo uma extensão do meu corpo, criando sucessivamente uma diversidade de traços ora leves, ora suaves, ora pesados. Os meus movimentos originados por uma motivação interna tinham uma consequência exterior que se manifestou numa conexão mútua entre por um lado, o controle mental de um movimento que tem de gerar uma marca por via do desenho e uma passividade através da qual permiti que o movimento controlasse o ato de desenhar. Ao baloiçar o meu corpo, a conexão corpo-mão mudava o desenho de uma qualidade mais mental para uma mais espiritual. A expressão do desenho ficou mais leve - influenciada pela casualidade e a intuição. Através deste encontro entre o desenho e o movimento, desejei aproximar-me de um desenho enquanto escritura dos arquétipos incorporados e as suas transformações.

No artigo na [walkerart.org](http://walkerart.org) de Peter Eleey intitulado *If you couldn't see me- The drawings of Trisha Brown* o autor refere-se à dança-escrita, “Tanzschrift” de Rudolf von Laban. Conforme Robert Dunn a “Tanzschrift” é uma notação gráfica que possibilita criar uma forma de inventar a dança, uma forma de gravar o movimento e de criar a partir dela

uma ferramenta de composição. Com a *Laban-nation* de Rudolf von Laban, todas as formas de movimento podem ser gravadas (Eleey, 2008), o que faz pensar que a relação entre o meu corpo, a suspensão e o chão influencia o movimento, e como consequência, o ato de desenhar, gerando uma mudança na qualidade do desenho (Griesbeck, 1996). Peter Eleey continua, no artigo, que a abordagem de Trisha Brown ao desenho é uma extensão inicial da sua coreografia de dança. Ela usou o desenho como um exercício mental ou para relatar a perduração dos movimentos que observou nos seus bailarinos. Isso mudou no ano 1999 quando Trisha Brown desenhou o seu movimento dançando com pastéis entre os dedos dos pés sobre papel, criando assim um desenho onde registou o seu movimento no espaço.

Para o meu projeto final era importante encontrar um lugar isolado na natureza, com uma árvore de grande porte e alta. Uma amiga no Vimeiro disponibilizou-me o seu terreno para desenvolver o projeto. Para ter uma superfície plana que me permitisse ter uma base para o desenho, tive de preparar o terreno, escavei a terra, retirando pedras e outros elementos orgânicos que impossibilitavam uma base mais plana possível. Distribuí 4 paletes para a criação de uma superfície com uma base acrílica lisa como superfície. Adicionei mais 2 paletes, para ter também um apoio horizontal. Coloquei o papel de desenho obtendo duas áreas de tamanho 240cm x 160cm e outro de 120cm x 160cm. Este espaço foi suficiente para agregar os movimentos do corpo e do tecido no ato de desenhar.

Em março de 2020 foi anunciado o isolamento devido à pandemia COVID-19, e parei o projeto. Como também as escolas fecharam, fiquei em casa com os meus 2 filhos menores. Entre o espaço da casa e os passeios na Natureza, dediquei-me ao estudo sobre os arquétipos, a sua relação ao Yoga bem como a sua importância na psicoterapia somática. O facto de a minha própria vida ter sido privada como profissional, influenciou a continuação deste projeto. Devido ao isolamento provocado pela pandemia, a minha situação profissional como massagista mudou, obrigando a uma renúncia das viagens entre Portugal e Alemanha. Sucessivamente ponderei uma reorientação profissional e financeira em períodos de desconfinamento. A impossibilidade do toque físico converteu-se para muitas pessoas numa ameaça e isso afetou-me a vários níveis, obrigando-me a pôr em prática os meus conhecimentos, que abordo na Tese para manter a minha estabilidade emocional. Por exemplo, a ativação do primeiro chacra que está relacionado ao enraizamento, a confiança básica na vida e a capacidade de viver o momento presente, criando assim o melhor possível dentro da situação atual. Treinando as diferentes incorporações relacionadas aos arquétipos, passei a lidar melhor com a situação atual: o primeiro arquétipo da criança trouxe-me enraizamento e o reconhecimento da simplicidade do ser. Também no projeto final, interliguei o primeiro chacra à criança que se manifesta através da sua pureza, os seus impulsos ainda

inconscientes, que se refletem em movimentos selvagens e descontrolados procurando assim o seu espaço no mundo para finalmente enraizar-se e poder crescer. No projeto final explorei os movimentos do corpo a partir da área genital, do cóccix e da coluna vertebral, que relaciono com o primeiro chacra.

No centro físico, na zona à volta do umbigo, coloca-se o segundo chacra equivalente à sede das emoções. Através de práticas de centralização e a exploração de movimentos a partir deste centro energético, recuperei sensações de segurança e bem-estar. No livro *as moléculas das emoções* de Candace B. Pert, a cientista esclarece a relação entre o corpo e o espírito através da funcionalidade bioquímica do nosso corpo. A interligação entre os neuro peptídeos e os recetores influenciam o nosso bem-estar. Graças a um sistema autorradiográfico, Perth conseguiu localizar no corpo onde os neuro peptídeos têm origem. Descobriu que os sistemas de comunicação do cérebro têm uma grande semelhança com o sistema endócrino, além disso a distância entre o recetor e o neuro peptídeo é maior, como suposto, que significa que existem várias formas de transmissão de informação entre o corpo e o cérebro em alternativa às associações sinápticas dos nervos que em compensação requerem uma distância menor para poder comunicar (Perth, 1997, p. 211-212). Desta forma, Perth consegue provar como o corpo e a mente estão interligadas através da comunicação bioquímica pelo corpo todo e como as emoções são criadas em uma interação entre o sistema nervoso, cérebro e os órgãos. No centro físico está situado o sistema imunológico intestinal, onde se encontram 70%-80% das células imunológicas do corpo que através das hormonas e neurónios estão em comunicação com os outros órgãos, o sistema nervoso e o cérebro. (B. Furness John & outros, 1999)

No livro *The Subtle Body: An Encyclopedia of Your Energetic Anatomy* de Cyndi Dale, a autora explica o eixo barriga-cabeça que consiste de numerosas conexões entre o sistema nervoso autónomo e os órgãos de digestão, sendo assim um lugar de manifestação de muitas doenças psicossomáticas (Dale, 2009, p.94). O segundo chacra corresponde aos rins e ao intestino. Também corresponde ao elemento água e aos “benefícios de limpeza seja no sentido literal como metafórico.” (Nardi, 2017, p.10) Durante o confinamento e o meu estudo entre a relação corpo-mente e a conexão mútua, fiquei admirada que as soluções representados pela prevenção ou cura da doença COVID-19 limitaram-se à criação de uma vacina. Raramente foi mencionada a importância de uma alimentação saudável, exercício físico e a importância de um bem-estar emocional para o bom funcionamento do nosso sistema imunológico. Também as consequências do isolamento profilático, sobretudo nas crianças, e o medo existencial de muitos empresários e trabalhadores, quase não foi abordado pelos especialistas da saúde dos governos europeus no contexto da saúde psico-somática.

Para incorporar o segundo chacra e o arquétipo relacionado, a amante, efetuei movimentos a partir do centro físico, a partir da sede das emoções. O termo emoção deriva da palavra latim *movere* e significa energia em movimento. Para que o fluxo energético continue o seu movimento natural será preciso permitir a sensação da emoção que está relacionada ao bloqueio energético como na aceitação da sua presença. O psicoterapeuta alemão Robert Betz afirma que nós criamos as nossas próprias emoções através dos nossos pensamentos muitas vezes relacionados a experiências passadas. Eles são como os nossos bebês que estão à espera da nossa aceitação (Betz, 2016, p.162).

Ideias, impulsos e planos tiveram de ficar para trás na altura da pandemia e isso causou-me sensações de impotência e perda de controle sobre a minha vida. No projeto final, esta situação está relacionada com a sombra do terceiro chacra, colocado na área do diafragma. Essa luta entre as aspirações e a derrota que gera num conflito entre o impulso e o raciocínio abordo no arquétipo do guerreiro.

A falta do toque, que de repente deixou de fazer parte na minha atividade profissional e pessoal, fez-me investigar sobre a importância do toque pela nossa saúde. Kerstin Uvnäs Moberg, cientista e pesquisadora, investigou a hormona oxitocina afirmando que esta hormona é estimulada no contacto interpessoal e provoca sensações de relaxamento e de paz. (Ovnaes Moberg, 2019)

No artigo *The power of touch: Is this the most*, publicado no jornal inglês *The Guardian* em Fevereiro 2021, o histórico social e cultural Joe Morgan reflete sobre a importância do nosso bem-estar através do toque em tempos de distanciamento social: “It is the basic animal instinct that lets us know we are alive in the world. It offers proof of the solidity of things other than ourselves.” (Morgan,2021)

Comecei a dar terapias online e reparei que também é possível ter, através do contacto virtual, sensações físicas ligadas através da sensação da conexão. Participei numa Performance *Almoust Touching* da artista Wanda Tiersma exibida na exposição *All Inn*, no HEM em Zaandam presencialmente e numa exposição exclusivamente online no Willem Twee Kunstruimte no Den Bosch. Performers de diferentes sítios do mundo estabelecerem um contacto com os visitantes do museu através da plataforma zoom, usando só a linguagem corporal em forma de gestos com as mãos e expressões faciais para este fim. Antes destes encontros, havia uma reunião de preparação com a artista Wanda Tiersma e com todos os performers. Os performers e os participantes tiveram um encontro de cada com a duração de 20 minutos. O performer iniciou a comunicação não verbal, através de movimentos, toques na cara, entre outros gestos. O participante imitava instintivamente o movimento do performer, criando assim um diálogo,

alternando papéis ativos com papéis passivos, desenvolvendo assim uma sintonia entre o participante e o performer; um diálogo não-verbal.

Também nesta experiência não-verbal e virtual tive a sensação de empatia, contacto e comunicação com o participante. Percebi através destas experiências que a conexão mútua também pode ocorrer virtualmente e que é possível aceder mesmo com uma distância física num diálogo entre dois seres humanos. Depois desta performance, tive interesse em entrevistar a artista sobre o desenvolvimento desta performance, abordando como a pandemia influenciou o seu projeto e sobre o contacto virtual entre duas pessoas. Esta entrevista se encontra nos anexos nesta Tese (páginas 133-136).

Esta experiência fez-me perceber que a arte, bem como a performance artística, podem ser transmitidas virtualmente e sensações físicas de conexão são possíveis. Através da entrevista a Wanda Tiersma aprendi não só sobre um caminho novo na arte em tempos da pandemia, mas também sobre o trabalho interdisciplinar entre a performance artística e a psicologia.

Por outro lado, durante a Pandemia, tive bastante contacto físico com os meus filhos e com o meu parceiro. Também os abraços e carinhos ganharam outra qualidade e importância. Experienciámos, como família, o desafio de organizar tarefas de casa, a escola virtual, a minha atividade profissional e de estudante, tudo entre as nossas quatro paredes. Fomos confrontados como família em manter a conexão mútua. Procurei ver nesta situação uma dança entre a necessidade de estabelecer limites e fronteiras precisas para poder concluir várias tarefas em simultâneo e ao mesmo tempo manter os abraços abertos para os filhos que tinham saudades dos avós e dos amigos, assim como tomar conta de nós próprios.

O chacra dos relacionamentos interpessoais, da conexão e da intimidade, ativei no projeto final com movimentos a partir do coração e do uso principal dos braços e das mãos através de movimentos finos e ricos em detalhes. A prática regular da ativação deste centro energético, ajudou-me a manter a paciência necessária nestes tempos difíceis. Durante estes movimentos também reforcei a percepção da minha própria vulnerabilidade e desta forma ganhei autoconsciência sobre as minhas limitações e fronteiras. Conforme a teoria da psicoterapia somática Bodydynamic, braços e mãos estão ligados às nossas capacidades interpessoais (Wisbom Lene, 2019, p.52). Os músculos da coxa e dos ombros também contém a informação sobre a capacidade de impor fronteiras claras. (Wisdom Lene, 2019, p.20)

O quarto chacra situa-se na área do coração. Conforme o livro titulado *The pure Heart of Yoga* de Robert Butera, este chacra também cria um balanço entre o mundo material e o mundo espiritual. (Butera, 2009, p. 137)

Fiquei assustada com a tentativa de equiparação da opinião pública através dos jornais, da televisão e na internet que justificaram as decisões políticas sobre a liberdade individual. Muitas vezes opiniões distintas sobre o perigo da transmissibilidade da doença COVID-19, de cientistas e investigadores independentes, de políticos e companhias farmacêuticas, não foram mencionadas nos vários programas da televisão pública e nos jornais. Pensei frequentemente nos valores democráticos postos em causa por falta de um diálogo mais aberto. Vi acontecer, entre as minhas relações de amizades, divórcios e separações, devido a pontos de vista diferentes sobre os assuntos em torno da pandemia. Por outro lado, vi, que muita tensão acumulada saiu através dos acontecimentos que surgiam à volta da pandemia, o que causou uma revelação de conflitos pré-existentes. A necessidade de contacto, de conexão, o desejo do amor incondicional e o coração como transportador da vulnerabilidade que ao mesmo tempo corresponde a um portão para a sensação de empatia pelo outro, foi abordado no meu projeto final. O tecido transforma-se numa poltrona através da qual o arquétipo da rainha abraça o mundo exterior acedendo assim ao seu mundo interior e ao mesmo tempo transcende as emoções mais profundas que podem revelar mágoas emocionais.

A argumentação científica no contexto pandémico justificando as medidas para travar a pandemia tomadas pelos governos e a falta de uma livre discussão com os críticos fez-me também pensar sobre o abuso do quinto chacra na nossa sociedade ocidental:

“The western world embraced this chakra during its Age of Reason. It turned away from the 3rd chakra; crusaders became gentlemen in suits who solved problems with the pen, not in armour with swords. Thus, modern society tends to place consciousness in this dispassionate cognitive centre. We no longer locate the self in the loins, diaphragm or even the heart. Instead, consciousness is in the head and neuroscience says we are “just” bio-information processors, akin to our favourite modern tool, the computer” (Nardi, 2017, p.47).

O quinto chacra está relacionado ao arquétipo do joker que tem a coragem de se expressar livremente sem medo do que os outros podiam pensar dele. No meu projeto final, soarei os sete sons relacionados aos sete chacras. Com o movimento do corpo entre os sons, também se muda a qualidade do som e daí a sua expressão. Através do movimento do corpo, o som pode ser torcido, restringido ou soltado. Esta experimentação entre o som e o movimento ativou também a minha curiosidade e criatividade, que são qualidades que pertencem ao arquétipo do joker. Avancei no conceito e na realização do projeto: estudei em casa as posturas do Yoga suspenso e investiguei sobre os seus possíveis efeitos físicos, espirituais como psicológicos. Adaptei a interpretação sobre os 7 chacras conforme a teoria psicanalítica de Dario Nardi e C.G Jung, procurando semelhanças entre as posturas do Yoga, a dança, como nos exercícios propostos na psicoterapia somática, para conhecer ainda melhor os meus sete centros

energéticos, os chacras em relação aos sete arquétipos. Através da dança, os arquétipos ganharam outra dinâmica e uma interligação entre eles. Também as transições entre as incorporações, o espaço entre os diferentes arquétipos, deu uma estrutura coerente à performance.

No Yoga, com a sua origem na cultura Védica, incorpora-se a energia do universo através de uma prática contínua. Mediante as posturas do Yoga, a visão védica sobre os arquétipos sugere que a cadeia de existência surge da matéria até à forma de existência mais elementar. Na cosmologia védica, sobre a criação do universo, um campo energético unido (Brahman) deu vida à natureza (Prakriti) que resulta na consciência (Purusha). A natureza e a consciência representam os arquétipos originais, através dos quais se desenvolveram os outros arquétipos: o feminino, o masculino, a mãe, o pai, o material e o espírito. Os arquétipos exercidos através das diferentes posições do Yoga, oferecem uma descoberta sobre o estado de consciência e das suas forças arquetípicas: “The ancient yogis observed each of these unique qualities and sought to personally integrate them through yoga poses. In other words, they modelled the poses after an aspect of nature that represented a particular archetype with the purpose of embracing those qualities within their own character.” (Butera, 2009, p.101)

Considerar o corpo como meio artístico, deu-me acesso a imagens e memórias arquetípicas. Estas imagens e memórias, ativaram impulsos, sentimentos e emoções em mim. Em consultas e aulas de dança que facilitei, revii que as mesmas posturas e movimentos em relação às estruturas características dos arquétipos, ativam sentimentos comuns nos participantes. Quando perguntei onde no corpo estes sentimentos estão localizados, obtive respostas que indicaram o centro energético do chakra correspondente. Os resultados desta pesquisa pessoal, fez-me compreender a natureza coletiva dos arquétipos na prática.

Os últimos dois chacras conectam o ser humano à sua natureza espiritual e metafísica: o sexto chakra relaciona-se com o arquétipo do mago, a sede da intuição e manifesta um ponto de encontro entre a vista interna e externa. Este centro energético que está colocado no espaço entre os olhos, perto da glândula pineal, pode ser considerado como um ponto de encontro entre imagens internas e externas - como um filtro perceptivo.

O significado da palavra imagem suscitou curiosidade em mim: a imagem (do latim *Imago*) significa a representação visual de uma pessoa ou de um objeto. Em grego antigo, a imagem corresponde ao termo *eidos* cuja raiz etimológica tem a sua origem no termo ideia ou eidea cujo conceito foi desenvolvido por Platão. O termo da imagem e a sua familiaridade com termos como a imaginação ou ideia, dão a impressão que a imagem vem do universo interno, ou seja, já existe antes da sua percepção externa, mas que o seu encontro, a sua forma, deriva da percepção do exterior (Santos Cabra, 2011,

pp.16-17). A teoria da visão da emissão tem sido a doutrina científica válida desde o século XVII, e isso remonta à influência do grande explorador astronômico Johannes Kepler. Kepler reconheceu que toda a luz que entra no olho através da pupila é focalizada pela lente do olho e cria uma imagem de cabeça para baixo na retina. No ano 1604 publicou a sua teoria da imagem da retina. Esta teoria também trouxe a dúvida que Kepler não conseguiu responder. O problema foi que a imagem da retina está de cabeça para baixo e invertida. Mas não vemos uma imagem invertida de cabeça para baixo ou mesmo duas. Conforme Kepler, as imagens formam-se na retina, mas o processo de visualização permaneceu um segredo (Sheldrake, 2012, p.284).

O cientista Rupert Sheldrake argumenta no seu livro intitulado *The Science Delusion* que o processo visual corresponde à natureza física e psicológica que se efetua através dos campos de percepção. Percepção como comportamento estão interligados e, portanto, estamos ativamente envolvidos no ato perceptivo da observação de uma imagem. Sheldrake sugere que a visão ultrapassa os campos de percepção dentro do cérebro e estende-se para além dele. Esses campos são formados em função de mudanças em diferentes regiões do cérebro sob a influência de expectativas, intenções e memórias durante o processo perceptivo (Sheldrake, 2012, p.290). As imagens são psicológicas na medida em que são o fundamento da nossa percepção consciente e, ao mesmo tempo, de natureza física visto que existem fora do cérebro e têm um efeito reconhecível (Sheldrake, 2012, p. 289).

C. G Jung usou o termo *imago* para descrever a incorporação psíquica ou a imagem de um objeto que não pode ser confundido com o objeto verdadeiro (Stein, 1998, p.258). C.G Jung e o físico quântico Wolfgang Pauli, estão de acordo que as imagens inconscientes e invariantes são preexistentes, pois são arquétipos, originando de formas ancestrais e de naturezas espirituais. A imagem inconsciente pode-se transformar em consciência e revelar assim hábitos e padrões. (Atmanspacher, 1996, p.122)

O cientista Ulrich Wanke escreve no seu livro intitulado *The opening of the third eye*, que através da nossa percepção das informações no mundo, desenvolvemos uma imagem de uma realidade. (Wanke, 2017, p.22) As repetições de acontecimentos que ocorrem no nosso ambiente, criam padrões de pensamentos. (Wanke, 2017, p.23) As partes mais novas do cérebro humano, o neocórtex, processa este tipo de informação que depende dos estímulos do ambiente. Por exemplo, a partir dos três anos as crianças desenvolvem uma capacidade de se lembrar de experiências passadas através das já existentes imagens interiores. O terceiro olho, ou o sexto chacra encontra-se no córtex pré-frontal, que representa também a nossa personalidade. (Wanke, 2017, p.23) Esta região do córtex pré-frontal é fundamental pela comunicação entre o neocórtex (cérebro dos pensamentos) e o sistema límbico (parte do cérebro sentimental). Do ponto de vista científico, o centro pré-frontal é o veículo para a vontade do Eu

consciente e daí também pelas experiências relacionadas com a própria autoestima. (Wanke, 2017, p.24)

A incorporação deste centro energético, que interliga a visão interna com a visão externa, torna visível e consciente o nosso verdadeiro ser, a base da nossa percepção do mundo interior com o mundo exterior. No meu projeto final procurei conjugar o visível com o invisível de mim, que se manifesta num jogo com o tecido, revelando partes do meu corpo, o molde da minha cara no tecido, gestos e símbolos. O visível colabora com o invisível e vice-versa. O arquétipo do mago comunica entre estes dois mundos, que eu procurei incorporar estimulando a minha visão intuitiva entre os olhos, a partir do centro energético emitido pela glândula pineal. Através do olhar desfocado, pode-se alcançar a conexão com a visão interna. Na Matridança, bem como no Butoh o corpo representa um canal de informações do inconsciente coletivo recebidas, que podem ser transmitidas ao público através das palavras, dos gestos, dos sons e dos movimentos. Na peça *If the Moirae could talk* o coletivo Matridança realizou um ritual-performance no centro de Lisboa no dia 29.04.2021, o dia internacional da dança em que a sensibilização do 6º chakra fez parte da experiência:

*“Matridance Collective presents: IF THE MOIRAE COULD TALK “Vai dizer a todos que o templo está em ruínas...”*

*Partimos das últimas palavras do oráculo de delfos, pois um Oráculo é para nós uma reflexão, uma forma de nos questionarmos sobre a imprevisibilidade, a liberdade, e o desejo humano de controlar - acontecimentos, recursos, relações - que na sua raiz remete para o eterno desejo de controlar a Natureza e a Vida. Na Natureza, o ser humano vê a origem de eventos como o desastre, a doença, a morte, quer se desenrolem de forma disruptiva, quer na incontornável passagem do tempo. Neste ritual performativo trazemos elementos da cultura grega e védica - culturas extremamente detalhadas nas suas previsões de tempo, sorte e azar - e das tradições seculares das Moiras do Destino, as guardiãs da árvore da vida, e a trindade divina mais arcaica e lunar, da qual ficaram resíduos nos usos e costumes de toda a Europa, até aos dias de hoje. E Se As Moirae Falassem é uma performance ativista sobre os tempos desafiantes que nos escorrem por entre os dedos, onde sob um traje surrealista feito de sobreposição de gestos, textos antigos, palavras urgentes, malabarismos, encantamentos e superstições, se escondem valores fundamentais. As Moirae irão atravessar os adentros da cidade, como funambulistas do Fio Invisível do equilíbrio humano: perigosas ou auspiciosas? “(Ham sobre a performance E Se As Moire Falassem, 2021)*

Fiz parte desta travessia, e senti-me ligada a uma memória coletiva, que me conectou com as figuras e os elementos de um tempo passado e ao mesmo tempo presente em mim, situada na minha memória como na minha visão interna. As necessidades e os

desejos intrínsecos das personagens representadas, são ainda presentes nos seres humanos. Assim também senti presente a minha necessidade como artista de transformar algo já velho e acabado em algo novo e inspirador. Fiquei inspirada pela energia transmitida pelo público presente que, de novo, gerou um aumento da minha energia e assim da minha capacidade da incorporação de uma energia presente no nosso coletivo inconsciente cultural. Através da prática da visão desfocada, ativando a visão interna, o corpo passa a ser um canal de imagens internas, que através de gestos, expressões faciais e incorporações são transmitidas para o exterior. O mundo interno está em contacto com o mundo externo e essa experiência da expressão e significado, que é a função do centro energético do sexto chacra, resulta para mim numa espécie de completude no meu projeto final. Foi muito importante a minha participação em *E Se As Moire Falassem*, já que a minha atividade artística com a presença do público foi impossível na altura da pandemia, devido ao fechamento dos centros culturais e teatros. Participar nesta travessia, possibilitou-me a compreensão de que a prática artística pode ter lugar em espaços para além dos espaços institucionais, no sentido de ter uma outra forma de aproximação com o público. No anexo desta Tese, entre as páginas 136-142 o leitor encontra uma entrevista entre mim e a coreografa Vera Eva Ham sobre esta performance e a Matridança.

Como já mencionado, a natureza tem um grande impacto para mim tanto artisticamente como pessoalmente. Na altura da pandemia, perdi a disponibilidade e a paz interior para desenhar no exterior e de me envolver potenciando o movimento, no desenho. Apesar disso a natureza foi muito importante para mim nestes tempos. Os passeios nas praias, no parque e nas florestas foram fundamentais para recarregar a energia vital. Percebi que a quietude do meu ego e as suas necessidades constantes, acalmaram e que faço parte de um campo de consciência coletiva superior.

O último chacra que está colocado no topo da nossa cabeça, ensina-nos a desfrutar tanto da paz, quanto do caos, de resolver paradoxos (como a paixão solta) e a capacidade de ver as distrações do mundo. Este chacra também está ligado a estados de consciência alterados e experiências sobrenaturais. Uma falta de uso deste centro energético pode-se manifestar sob a forma de uma falta de proposta, escolhas de vida dispersas pela ilusão (Nardi, 2017, p.62). Nadi descreve o estado deste chacra como uma dimensão superior, onde tu és um ser astral além de espaço e tempo, de emoção e de razão, de história e de identidade (Nardi, 2017, p.62). Este chacra está relacionado com o ponto de entrada da força vital (prana) – uma fonte infinita de energia que nutre cada parte dos nossos corpos.

A boa nutrição deriva do ambiente e da sua valorização. O ambiente como fonte de energia possibilita uma ligação possível ao mundo espiritual, conduzindo-me a fazer a performance num ambiente natural. Nos meus desenhos como no meu projeto final,

sobretudo a presença das plantas e das árvores são de grande importância. No documentário *Árvores inteligentes*, o guarda florestal e autor Peter Wohlleben e a silvicultora Prof. Dr. Suzanne Simard, falam sobre a colaboração das árvores nas florestas: árvores mais fortes suportam árvores mais fracas e juntas conseguem comunicar entre elas e o ambiente à sua volta, comunicando, por exemplo, sobre ameaças e inimigos. Isso acontece através de uma “internet florestal subterrânea” que consiste nos fios da micorriza que se estendem por vários quilômetros abaixo da terra. Os fios da micorriza fornecem nutrientes e água e as árvores em troca fornecem o açúcar e outros produtos fotossintéticos à micorriza. Através dessa rede, as árvores comunicam entre elas por moléculas carbônicas e outras moléculas. (Simard & Wohlleben, 2016)

Na nossa sociedade, a internet, como meio de comunicação rápida entre os humanos, ganhou uma importância enorme no nosso cotidiano e isso é visto como um avanço enorme para o desenvolvimento do ser humano. Estamos a entrar na “época da informação digital” que conforme a definição de Dr. Joern Lengsfeld define uma época na qual a transformação digital avançou de tal maneira, que a tecnologia digital tem uma influência formativa na vida dos seres humanos (Lengsfeld, 2019). Através das consequências da pandemia, o avanço do uso da tecnologia prosperou nas nossas vidas, seja na escola digital, no teletrabalho, na comunicação digital com familiares e amigos e na digitalização de processos administrativos. O uso desta tecnologia, também traz perigos - um possível avanço na separação entre a mente e o corpo, entre o córtex frontal e o sistema límbico. A naturopata e autora Johanna Arnold aborda no seu livro intitulado *A árvore do reconhecimento e a árvore da vida*, as duas possíveis saídas do Transumanismo pela humanidade: “Em tempos da tecnologia dos computadores existem muitos processos do cérebro humano em paralelo, prioritariamente aos processos do córtex frontal que é orientado pelo raciocínio e as emoções. Esta parte do cérebro é comparável com a árvore do reconhecimento do bem e do mal. É uma possível separação entre o sentimento e o raciocínio, em que os dois podem de novo viver separados das sensações espirituais.” (Arnold, 2019, p.94)

No entanto, conforme Arnold, a fraqueza da mente humana está a ser compensada através da inteligência artificial que sucede, paralelamente, à perda da conexão espiritual do ser humano com o mundo (Arnold, 2019, p.193) e propõe uma saída do pensamento dualista. “A dualidade, presente como base de cada religião e governo, traz a valorização sobre o bem e o mal e desta forma cria uma divisão sobre o entendimento que os dois lados supostamente diferentes podem existir paralelamente.” (Arnold, 2019, p.194)

Na mostra *Documenta* em 1982, o artista Joseph Beuys fez da sua participação uma oportunidade para plantar, com ajudantes, 7000 carvalhos fora do local da mostra, na cidade de Kassel:

“Não sou jardineiro que planta árvores porque são bonitas. Não, eu digo que hoje as árvores são mais inteligentes do que o ser humano. Quando o vento passa pelas coroas das árvores, movimenta-se também o que os humanos, que estão em sofrimento, trazem à terra. Isso significa que as árvores percebem que estão num estado de sofrimento. Elas já não têm direitos (...) as árvores são importantes para salvar a alma humana. O único elemento que vale a pena ser endireitado é a alma humana. Não só a parte emocional, mas também o reconhecimento, o pensamento, a intuição, a inspiração. Tudo isso são coisas que estão danificadas neste mundo e precisam ser salvas. Assim o resto será salvo de qualquer maneira.” (Beuys, 2017)

A organização e a comunicação das árvores numa floresta funcional, sem a invasão do ser humano, pode dar-nos uma compreensão de uma sabedoria intrínseca, além do raciocínio humano que no estado de separação dos seus próprios sentimentos não consegue atingir um nível de consciência alta, que corresponde ao arquétipo do sábio ou do místico. A pedagoga e terapeuta Sonja Mittermair descreve este arquétipo no seu livro intitulado *A dança dos arquétipos*: “A tarefa do místico consiste em criar uma relação com o divino. Ele tenta sintonizar a sua vontade com a vontade divina. “Acontece que a tua vontade também é a minha vontade.” (Mittermair, 2019, p.73)

Os estudos sobre os arquétipos acompanharam-me nesta fase pandémica, trazendo-me novos conhecimentos, que explorei nas várias dimensões da minha vida. Na minha tese, está presente uma vontade maior em interagir num espaço natural e difundir-me, no todo, através do meu corpo e do ato de desenhar. O desenho marca a incorporação do arquétipo da sábia, corpo, desenho e o espaço à volta, tudo se relaciona: *eu já não sou mais corpo, o meu braço que desenha já não é mais braço.*

### 3. Projeto Final



Fig. 33- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 34- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 35- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 36- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 37- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 38- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 39- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 40- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

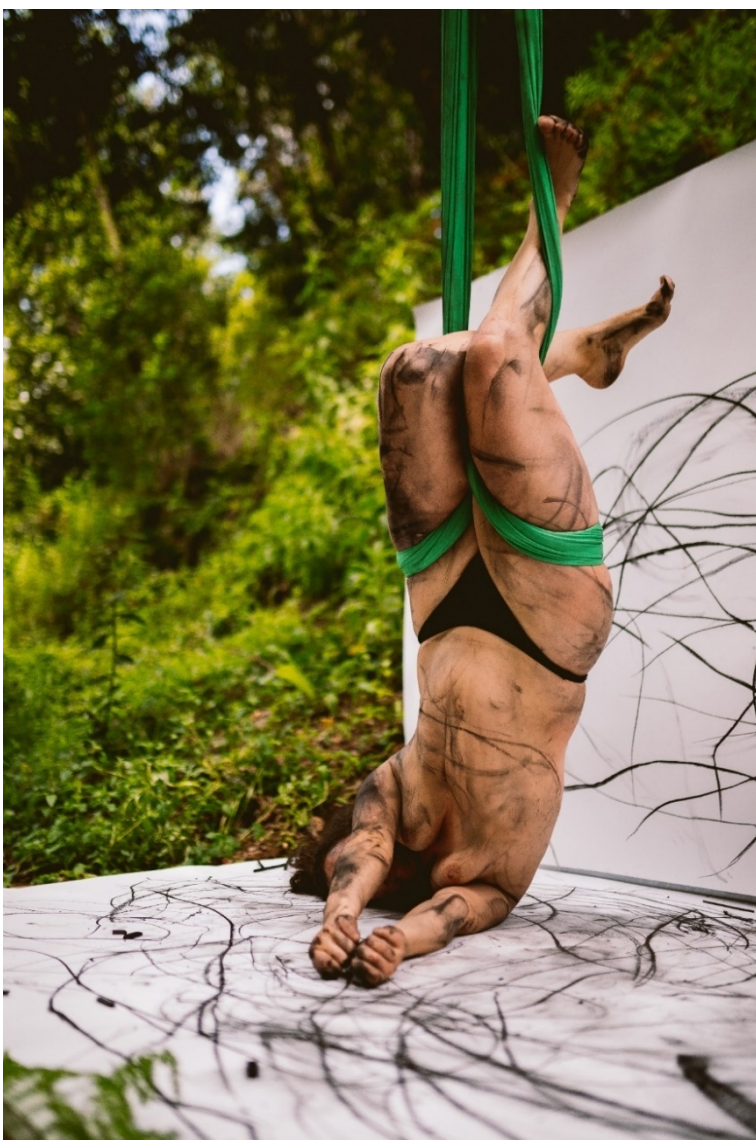


Fig. 41- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 42- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 43- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 44- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 45- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 46- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 47- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 48- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 49- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 50- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 51- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 52- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig.53 -Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 54- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 55- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 56- Fotografia do desenho final da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

#### **4. Apresentação e Exposição**

O projeto final surgiu a partir de uma interligação de diferentes componentes num contexto interdisciplinar, assumindo a natureza da minha pesquisa teórica na qual relacionei diferentes áreas científicas como a física, a psicologia, biologia, filosofia e a arte.

Procurei dar sentido ao resultado desta pesquisa teórica no exercício da exposição e montagem do meu trabalho. Escolhi expor na área circundante ao Auditório 1 na ESAD.CR, um espaço que tem várias dimensões e possibilidades de exposição. Estas diferentes áreas possibilitam criar uma certa ordem dentro da minha pesquisa retrospectiva. Uma secção desta sala, será dedicada só ao projeto final. As outras secções mostram o meu percurso artístico durante o Mestrado até à realização e à concepção do meu projeto final.

Opto por mostrar diferentes qualidades de resolução e diferentes tamanhos das fotografias expostas. Algumas fotografias foram capturadas espontaneamente para documentar os processos das minhas performances, a sua preparação, ou experimentações em diferentes ambientes naturais. Estes momentos foram captados com câmaras mais simples, por exemplo, telemóveis. Outras fotografias foram capturadas através de câmaras profissionais. Hoje em dia, a câmara do telemóvel

acompanha o nosso quotidiano, e está à nossa disposição constantemente para capturar momentos especiais conforme a nossa percepção individual. Por isso, integrar estas fotografias acabou por ser um recurso para pensar e desenvolver os meus projetos. Como consequência, diferencia-se a qualidade e a escala das imagens por questões técnicas ou de impressão. Mesmo assim, creio que estas imagens documentam o meu processo de trabalho e a sua evolução de forma autêntica. As diferentes tipologias dos registos estão subdivididas em várias categorias e expostas dentro das três secções no espaço da exposição. Senti a necessidade de separar e de organizar as diferentes imagens de uma forma mais estruturada, também para pensar com que tipo de imagem fotográfica estou a lidar no meu trabalho.

A primeira secção une imagens de projetos performativos independentes do contexto universitário com imagens que documentam as minhas pesquisas e projetos durante o mestrado. Aqui, subdivido as imagens desta secção entre: fotografias de performances em que participei fora do contexto universitário, publicações de um curso de autodesenvolvimento que criei, ensaios e experimentações das minhas performances documentadas através da fotografia no âmbito de pesquisa para projetos no contexto universitário. Todas estas imagens encontram-se expostas em cima de uma mesa. Atrás desta mesa encontram-se dois desenhos de tamanho grande, suspensos. Estes dois desenhos mostram um processo de evolução: a integração do movimento do meu corpo no ato de desenhar, o relacionar-me com o objeto para representá-lo no desenho com carvão vegetal em papel.

Na segunda secção, depois de subir algumas escadas, estão expostos o vídeo da performance, as fotografias e o desenho final, relacionados com o projeto final. As fotografias expostas, pertencem às seguintes subcategorias: imagens de carácter mais íntimo, imagens ricas em detalhe, imagens documentais, imagens criativas.

A terceira secção, no fundo do espaço expositivo, encontra-se na parede do fundo um ecrã que mostra a vídeo-performance *(re-)connected* e as fotografias relacionadas que denunciam o ato performativo de forma direta e indireta. Algumas das fotografias expostas não foram tiradas durante *(re-)connected*, mas em outros projetos. Dos projetos criados durante o mestrado relaciono diversas qualidades com a vídeo-performance, subdividindo em categorias com qualidades que atribuo tais como: camuflado, selvagem, genuíno e transformador. Em *(re-)connected* todo o meu corpo se funde através do movimento cada vez mais com a lama. Através de um movimento intuitivo, uma dança com o elemento terra e a minha procura de união com a natureza, criei um desenho na lama que cria igualmente uma relação com a vídeo-performance do meu projeto final.

Desta forma, tematizo, nesta secção principalmente, o processo da camuflagem, da experiência transformadora através da união de uma energia vital selvagem, instintiva,

e ao mesmo tempo com uma qualidade contempladora que me deu a sensação de uma união profunda e divina. Estas qualidades descrevem as minhas interações na natureza, a partir do meu corpo, durante o Mestrado. A proposta de criar categorias surge da minha observação destas imagens e dos diferentes impactos que cada uma delas possui, manifestando uma série de memórias e sentimentos distintos. Uma forma de criar atributos caracterizados pela minha relação com os meus projetos criativos. Nesta secção também estão expostos dois desenhos que mostram uma evolução da difusão entre a dança e o ato de desenhar, e uma evolução dos dois desenhos expostos na primeira secção.

Logo à entrada do espaço de exposição, o visitante encontrará uma mesa à sua frente, onde poderá colher um postal impresso frente e verso, com duas fotografias tiradas durante a realização da vídeo-performance do projeto final. As duas fotografias representam aspectos dualistas dos arquétipos: sombra e luz. A primeira fotografia (Fig.48), o aspecto da luz, transmite força, soberania e confiança. Os meus olhos estão tapados pelo tecido e o movimento do corpo segue a visão interior. Estando suspensa, o corpo não está sujeito à força da gravidade, que resulta numa sensação de liberdade e de proteção. Mantendo o corpo estendido, a musculatura descontrai e isso permite uma melhor circulação sanguínea e desta forma uma ativação da energia vital.

O aspecto sombrio (Fig.57), mostra um momento de derrota e de impotência. Ao contrário da imagem anterior, o tecido prende o corpo. Quanto mais o corpo se movimenta, mais o tecido enrola e aperta as minhas pernas. Aqui o tecido limita o movimento e assim a possibilidade de uma expressão livre e solta no ato de desenhar. Desenho e corpo fundem-se um no outro. O desenho no papel pressiona o meu corpo e através da força da gravidade o meu corpo esfuma o desenho já criado. Para aumentar o contraste entre as partes não pintadas e as partes do corpo e do desenho, optei por editar a imagem em preto e branco. O corpo torcido e limitado no seu movimento e inibido na sua livre expressão, provoca-me a memória do corpo dorido, sofrido e desta forma associo a um aspecto sombrio da incorporação.



Fig. 57- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 48- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim* (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Penso que estas duas imagens tornam claras o dualismo presente nos arquétipos: dois aspectos aparentemente opostos, compõem-se e criam ao mesmo tempo uma união. Seja nestas fotografias como em geral, no projeto final, que se espelhará na exposição, mostro através da suspensão e do uso da força da gravidade, um encontro entre o mundo material e o mundo imaterial. Na nossa sociedade ocidental quotidiana, tendencialmente ocorre uma sobrevalorização de um aspecto só: a matéria parece mais real porque é visível pelos nossos olhos e os restantes sentidos, daí a sua existência tendencialmente parecer mais real do que o mundo das ideias, da imaginação. Ao contrário do submundo dos nossos sonhos noturnos, favorece o mundo imaterial. A sobrevalorização de um aspecto só dentro da dualidade, cria um desequilíbrio em nós humanos que pode resultar em uma sensação de falta de conexão mútua em relação ao outro e ao mundo.

Tal como na tese e neste projeto final, abordo também na exposição um conceito holístico que cria uma união entre os aspectos dualistas. Por isso, surgiu a necessidade, de categorizar as imagens que foram tiradas durante o projeto final. Neste processo mental de categorizar, nomear, juntar e encaixar, seguiu um processo de recategorizar, juntar e de reorganizar as imagens intuitivamente. Desta forma, a ordem das imagens nesta exposição, nasce da união de um processo cognitivo e ao mesmo tempo intuitivo.

O visitante segue em frente no espaço da exposição e encontra diferentes caixas. Nestas caixas, encontram-se os diferentes conceitos que abordei e interliguei nesta Tese. A conexão mútua, a dignidade, o arquétipo, a psicoterapia somática, a performance e o desenho.

Na parede atrás de mim, encontra-se um desenho que fiz na minha primeira experiência de desenhar e incorporar os arquétipos, encontrando-me suspensa no tecido na natureza. Este desenho neste contexto manifesta também a existência da imaterialidade neste caso em forma de uma ideia, que deu origem ao projeto final. Simbolicamente, este desenho representa este espaço entre a ideia inicial do projeto final e a sua realização material.



Fig. 58- Brigitte Canepa, *Desenho experimental em relação ao projeto final*, 2020, 150cm x 190cm

Do lado direito da sala, após a entrada, encontram-se dois desenhos de tamanho grande a tapar as janelas. Eles estão pendurados em ramos de árvores e uma corda, presos por pedras. Trouxe estes objetos do lugar onde realizei o meu projeto final. Nos diferentes desenhos expostos, mostro a evolução de um desenho que surgiu da necessidade de capturar um objeto pela observação e reproduzi-lo através da minha mão, até à experiência de me envolver, e ao meu corpo todo, no processo do desenho, dançando em contacto com a natureza. O primeiro desenho está relacionado com a minha origem académica, a minha licenciatura em Pintura. Durante a licenciatura, a minha relação com o desenho desenvolveu-se por via da aprendizagem pela *mimésis*, basicamente em copiar um objeto e na conexão entre objeto-olho-mão-tela. Tenho vindo, com o tempo, a perder interesse pela prática do desenho nesta linha de pensamento e exploração.

No segundo desenho adicionei o movimento, a dança e o corpo na sua totalidade ao ato de desenhar, com as minhas novas abordagens na prática da performance que adquiri nos últimos anos. Desta forma, estes dois desenhos criam uma ponte entre um desenho mais estático e o desenho com mais movimento, que se diferencia numa linha mais leve e espontânea surgindo de um processo principalmente emocional e menos mental. Os desenhos estão suspensos, porque penso que as suas características de natureza imaterial, energética e expressiva, criam um contraste com a densidade do carvão vegetal, material riscador que usei em ambos os desenhos. A natureza é viva, em constante movimento e os seus processos estão integrados com os processos do corpo humano, que se encontra num constante processo de transformação. Através da inclusão de todo o meu corpo no ato de desenhar adquiro contacto com o objeto de forma mais viva e em sintonia. Às vezes, a minha intuição intervém no movimento do meu corpo e na minha mão desenhando. Em outros momentos, o movimento do corpo segue o movimento da mão. O desenho de carvão vegetal materializa esta interação entre o meu movimento, o desenho e a intuição em papel. No projeto final procurei apresentar um encontro entre o desenho e a performance, nesse sentido coloco logo na entrada da exposição alguns dos trabalhos propondo a leitura desta relação.

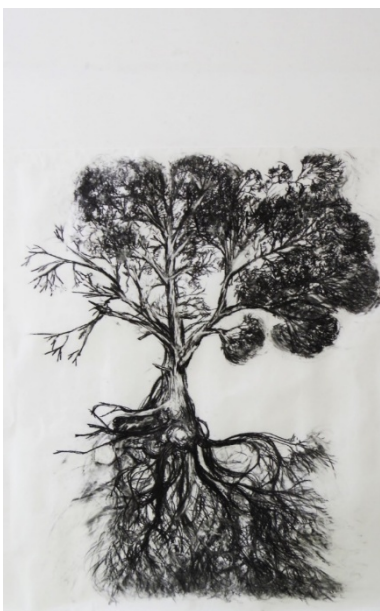


Fig.18- Brigitte Canepa, Serie *Prana*, 140cm x120cm, 2018



Fig. 59- Brigitte Canepa, Serie *Prana*, 140cm x 120cm

Em frente destes desenhos está colocada uma mesa que mostra registos de performances e explorações com o meu corpo em diferentes ambientes naturais, trabalhos que fui desenvolvendo durante o mestrado. Penso que é importante que o visitante possua informações sobre os diferentes processos e explorações criativas. Acredito que o percurso artístico até à chegada do desenvolvimento do projeto final não é menos importante do que o projeto final em si mesmo. Desta forma, o visitante tem uma noção das várias peças do puzzle que no final fazem parte de uma imagem final. A combinação de diferentes experiências, documentadas nestas fotografias, garantem as minhas experiências e o desdobramento do meu trabalho artístico. Na tentativa de propor uma outra categoria, seria a categoria dos projetos em que participei, que incluem as minhas experiências com o coletivo Matridança. Vários elementos trabalhados no coletivo Matridança contribuíram para as minhas abordagens criativas em relação aos arquétipos. Por exemplo, em um ritual-performance, o coletivo trabalhou as Moirae gregas na cidade de Lisboa, em outra encenação manifestou a simbologia arquetípica do pão no palco. Estas personagens e símbolos relacionados aos arquétipos como a sua incorporação influenciaram o meu projeto final.



Fig. 60- Fotografia da Travessia *Se as Moirae falassem*, Lisboa, 2021. Créditos da imagem: Luís Conde



Fig. 61- Fotografia da Travessia *Se as Moirae falassem*, Lisboa, 2021. Créditos da imagem: Luís Conde



Fig. 62- Fotografia da Travessia *Se as Moirae falassem*, Lisboa, 2021. Créditos da imagem: Luís Conde



Fig. 3- Fotografia da Performance *Trans- entre a terra e o céu*, Sesimbra, 2019. Créditos de imagem: de José Carlos Nero



Fig. 63- Fotografia da Performance *Trans- entre a terra e o céu*, Sesimbra, 2019. Créditos de imagem: de José Carlos Nero

Outra categoria, é os registos de imagens e vídeos da minha procura por união entre o corpo humano e a natureza em diferentes espaços naturais, por exemplo, nas imagens em que me relaciono com as árvores nas florestas, as ondas e o mar, paisagens de rochas, como na lama na lagoa de Óbidos.

Estas imagens registam a origem da minha pesquisa do corpo em ambientes naturais. Destas experiências destes lugares, surge uma necessidade intrínseca de me camuflar, interagir com a energia emitida pelo ambiente e de deixar as marcas do meu movimento no chão, cujas diferentes qualidades e texturas influenciam o meu movimento e a minha interação no lugar.



Fig. 64- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen



Fig. 65- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz



Fig. 66- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Foz de Arelho, 2019. Créditos da imagem: Brigitte Canepa



Fig. 67- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Foz de Arelho, 2019. Créditos da imagem: Brigitte Canepa



Fig. 68- Fotografia da Performance *Lembrança de uma árvore*, Vimeiro, 2018. Créditos da imagem: Neide Floripes



Fig. 69- Fotografia da Performance *Cíclico*, Batalha, 2018. Créditos de imagem: Neide Floripes



Fig. 70- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen



Fig. 71- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Lagoa de Óbidos Foz de Arelho, 2019. Créditos da imagem: Ana Raposeira

Outra categoria presente nesta secção, inclui o curso de autodesenvolvimento para mulheres que criei intitulado *A descoberta dos arquétipos*, que nasceu durante o processo teórico-prático desta Tese. Este curso revela a importância da minha pesquisa de mestrado, do encontro com vários conceitos, surgindo em mim a necessidade de facilitar este curso de dança e movimento consciente, para outros. Os vários ensaios do meu projeto final, a exploração de exercícios somáticos, originou a possibilidade de ensinar as minhas experiências aos outros. Nestas aulas, as mulheres (re-)conectam-se com o seu corpo e com o ambiente natural, através de exercícios somáticos, diferentes estilos de dança e partilhas verbais e não-verbais com as outras mulheres.

Aqui também criei uma ponte entre o meu processo como artista, a minha criatividade e o meu desenvolvimento como profissional.

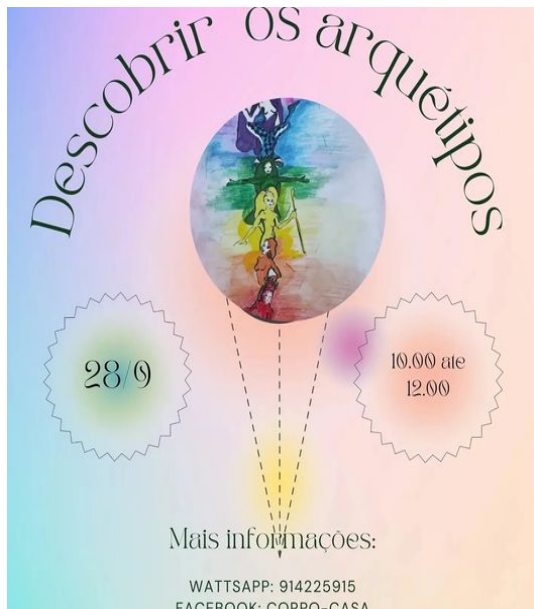


Fig. 72- Brigitte Canepa, Cartaz publicitário, 21 cmx29,7 cm, 2021

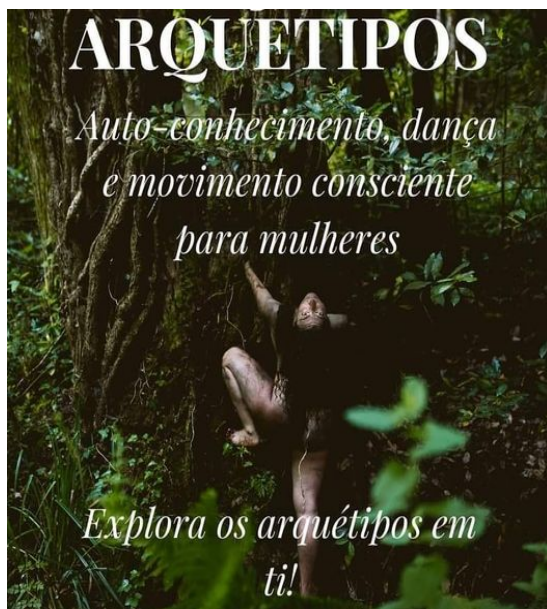


Fig. 73- Brigitte Canepa, Cartaz publicitário, 21 cmx29,7 cm, 2021



Fig. 74- Brigitte Canepa, Cartaz publicitário, 21 cmx29,7 cm, 2021



Fig. 75- Fotografia da aula dançar os arquétipos, Gaeiras, 2021. Créditos de imagem: Brigitte Canepa



Fig. 76- Fotografia da aula dançar os arquétipos, Gaeiras, 2021. Créditos de imagem: Brigitte Canepa

Voltando ao espaço da exposição, subindo as escadas do lado direito, está presente a documentação do projeto final que se desenvolveu através do aprofundamento das temáticas trabalhadas durante o mestrado.

Nesta secção da sala de exposição, o visitante pode ver a vídeo-performance *A libertação do desenho*, o desenho final e as fotografias do projeto final.

Nas escadas estão colocados vários objetos que relaciono com o projeto final: o tecido, as folhas, os ramos das árvores e pedaços de carvão vegetal que usei para a realização do desenho durante a vídeo-performance.

A presença dos objetos usados na realização do projeto final contém a energia relacionada com a ação, nesse sentido expô-los invoca a memória dessa energia. Nesta secção da sala, o visitante pode olhar em frente para o vídeo e/ou ver as fotografias na parede lateral. Entre as fotografias expostas, encontra-se também a instalação do desenho realizado durante a criação do vídeo, e do processo da incorporação dos arquétipos. (Imagens no capítulo 3.)

As diferentes tipologias das imagens que possuo nos meus trabalhos estão categorizadas em quatro tipos: a primeira categoria surgiu da procura da essência do projeto final - que imagens me transmitem a essência deste projeto? Que imagens transmitem diferentes estados emocionais e que relação têm com os arquétipos? As imagens escolhidas exibem o meu corpo de uma forma natural, que no meu entender, encaixa com o ambiente natural à minha volta, dando a ver o envolvimento do meu corpo físico, espiritual, emocional e mental, com o desenho que estou a criar.



Fig. 36 - Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 55- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 47- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 48- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

A categoria seguinte tem um carácter documental e é fundamental para a percepção da vídeo-performance. Nestas fotografias, reconheço um ponto de vista da vídeo-performance mais cognitivo e racional para efeitos de documentação. O tecido, desenho, ambiente, o meu corpo, o ato de desenhar e/ou durante a incorporação dos arquétipos, está presente nas fotografias, o que representa de uma forma clara e factual os diferentes elementos do projeto final.



Fig. 33- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 34- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 45- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 50- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 40- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 56- Fotografia do desenho final da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

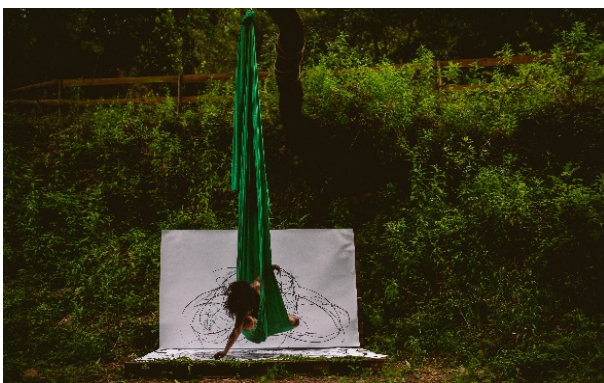


Fig. 44- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Na categoria seguinte, dou atenção particularmente à interação entre o meu corpo e o tecido e à relação entre o desenho e o corpo. Vejo também nestas imagens uma criatividade manifestada através das diferentes técnicas fotográficas, o encaixe da

paisagem e à minha atuação como ao uso do foco da imagem e ao jogo entre a distância e a proximidade.



Fig. 52- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 37- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 42- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 49- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 39- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

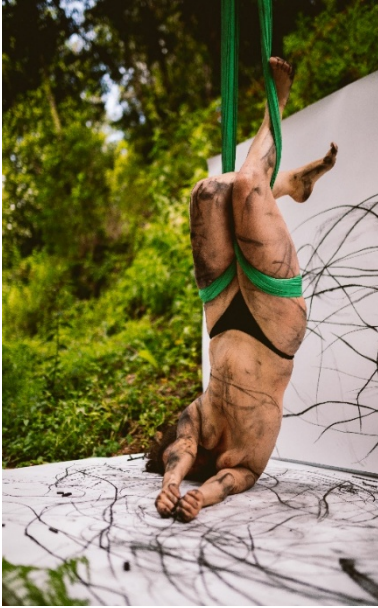


Fig. 41- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig.43- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 38- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

A última categoria destina-se aos detalhes e às particularidades que correspondem a alguns momentos pontuais e que se perdem facilmente durante a visualização do vídeo. Momentos que considero eternos e relevantes, intensivos, ricos em contrastes e pormenores. Para fortalecer este efeito, escolhi só fotografias a preto e branco. Também escolhi estas imagens a preto e branco para mostrar o contraste entre o desenho, seja o desenho no meu corpo, como o desenho das folhas e plantas no segundo plano, e o contraste do desenho realizado durante a performance. Através do meio da fotografia, foi possível o registro destes momentos e dar-lhes uma permanência no espaço-tempo, presente nesta exposição. A intensidade emitida pelas imagens na minha opinião, corresponde à natureza primária dos arquétipos, abrangendo os seus aspetos dualistas e as suas características instintivas, impulsivas e puras.



Fig. 35- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 46- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 54- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 53- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Quando o visitante desce as escadas desta secção do espaço expositivo e volta ao meio da sala, encontra à sua direita mais uma secção e no fim desta secção outra vídeo-performance apresentada num ecrã. Nas paredes, encontram-se fotografias de projetos realizados durante o mestrado e mais dois desenhos. Mais uma vez, há um encontro entre o vídeo, o desenho e a fotografia, no entanto aqui as fotografias expostas não se limitam a documentar a vídeo-performance, mas pertencem a várias experiências de contacto entre mim e a natureza. Para obter mais proximidade entre a relação entre esta vídeo-performance e outros projetos criados no âmbito do mestrado, subdividi as imagens em quatro categorias.

Na vídeo-performance apresentada com o título *(Re-)connected*, movimento-me com todo o meu corpo na lama da lagoa de Óbidos para obter uma experiência de um corpo em simbiose com a natureza. Em consequência deste ato ficou um desenho na lama, que com o tempo desapareceu da superfície. A presença do desenho na lama foi impermanente ao contrário da minha experiência, que considero um encontro com um poder superior, uma força ancestral e/ou universal com que entrei em contacto através deste encontro. Esta experiência que me transformou, através da camuflagem com uma

característica selvagem, reflete-se nas imagens de outros projetos e das fotografias tiradas durante esta vídeo-performance. A partir desta minha experiência, durante a vídeo-performance, decidi criar estas quatro categorias e subdividir as imagens.

No lado esquerdo da sala criei também uma relação com as fotografias e os desenhos expostos, que mostram uma evolução através da inclusão do corpo e do movimento no ato de desenhar. Também as fotografias mostradas na mesa estão em relação com as fotografias e os desenhos expostos nesta secção. Enquanto que na primeira secção as fotografias têm o carácter de enquadrar o meu trabalho criativo, esta terceira secção representa um ponto de encontro entre o meu projeto final e o meu percurso artístico durante o mestrado. Desta forma, as três secções da sala estão interligadas e abordam a minha evolução artística através das imagens expostas.

Também nesta terceira secção, encontram dois desenhos que criei neste encontro entre a dança, a natureza e o desenho. Mais uma vez, os dois desenhos diferenciam-se um do outro através do processo de evolução. O primeiro desenho surgiu ainda mais de um processo mental, numa altura em que me perguntei “como danço e desenho uma planta ao mesmo tempo?” O outro desenho é o resultado de uma forte interação entre o ato de desenhar e o movimento envolvendo mais espontaneidade, impulsividade e emotividade.



Fig. 76- Brigitte Canepa, Serie *Prana*, 170cmx 130cm, 2019



Fig. 77- Brigitte Canepa, Serie *Prana*, 180cmx 140cm, 2019

A seguinte categoria das imagens expostas, corresponde a um processo de transformação ritualista. Através da utilização de objetos e elementos simbólicos e a incorporação de personagens com caráter arquetípico, conectei-me profundamente com a natureza e comigo própria.



Fig. 78- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz



Fig. 79- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz



Fig. 80- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz

A seleção seguinte, representa a incorporação de uma força ancestral selvagem presente na natureza, tanto nos animais como nos ser humanos. Esta força vejo como um gerador de energia vital, essencial para dar continuidade a processos vitais, presentes no ser humano, no reino animal e na natureza. Através da incorporação desta força conecto-me com os meus impulsos e aos elementos que enriquecem a minha criatividade.



Fig. 81- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 82- Fotografia da Performance *(Re-)connected*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama



Fig. 10- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen



Fig. 83- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo



Fig. 84- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz



Fig. 85- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Ao contraste de uma energia primordial que se manifesta de forma selvagem e, muitas vezes caótica, está a terceira categoria das imagens que envolve características de genuinidade e de contemplação. Momentos de reflexão e de integração combinados com uma admiração e consciência da existência de uma força superior na qual posso confiar, e que me permite ser guiada por uma sabedoria maior.



Fig. 11- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen



Fig. 86- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

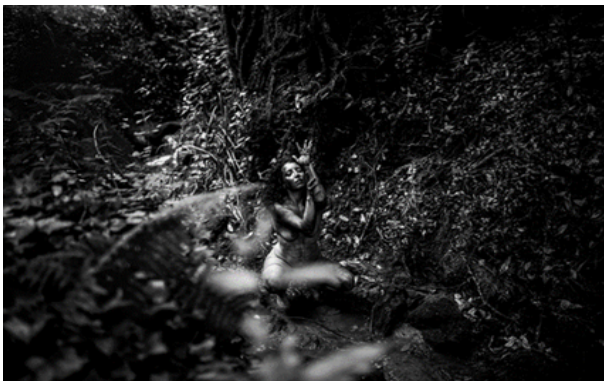


Fig. 87- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

A última categoria pertence à camuflagem. Nestas imagens, vejo este encontro com a natureza através da minha inserção nela e fazendo parte de tal. Através desta camuflagem entre o meu corpo e o ambiente à minha volta sinto uma sensação de união e paz. Na base desta experiência está a camuflagem corpo-natureza que pode ser um ponto de partida para um processo alquímico e transformador.



Fig. 88- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen



Fig. 89- Fotografia da Performance *(Re-)connected*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama



Fig. 90- Fotografia da Performance *(Re-)connected*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama



Fig. 91- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos da imagem: Ana Raposeira



Fig. 92- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Os aspetos mencionados e representados através das imagens seleccionadas, estão em relação com a realização do projeto final, que inclui os arquétipos e os conceitos da psicoterapia somática. Desta forma, esta exposição mostra o ponto de partida, o seu desenvolvimento e o resultado em forma do projeto final. A exposição representa assim um espelho do meu desenvolvimento artístico, criativo e pessoal.

## 5. Conclusão e continuação

*Oddly missing in our pantheons, which in antiquity included sun gods, harvest goddesses, storm gods, and other deities of the natural events, there is apparently no God of Gravity. With constant negotiations to be had, one would expect. Somebody to negotiate with, but I don't find that gravity even made it to an attribute of a deity, let alone an avatar. Gravity doth not saith, quoth or dictate, as God in the form of a burning bush dictated to Moses on the mountain. Gravity posits.* Steve Paxton, 2018

*Birth is not so much a beginning as it is an abrupt change in which suddenly there are different factors than those in the womb, and there is gravity. With gravity, a new negotiation begins, and these terms condition us for the rest of our life.*  
(Steve Paxton, 2018)

Durante o meu percurso artístico, pessoal e profissional, a gravidade ganhou cada vez mais importância. Através da minha atividade artística e o trabalho com o corpo em ambientes naturais, fiquei cada vez mais consciente sobre o potencial de trabalhar com a gravidade, o peso do corpo. Durante a exploração do movimento em contacto com o chão estabeleci uma relação que tem um impacto forte no meu trabalho criativo. As minhas experiências, muitas vezes extrassensoriais, e a sensação de união com a natureza, foram vivenciadas nas minhas performances a partir do meu corpo em contacto com a força da gravidade. Uma força que me faz sentir a conexão mútua entre mim e tudo o que me rodeia.

A força da gravidade apresenta uma exigência na condição da vida humana e em tudo o que nos envolve neste mundo, conectando-nos à terra enraizando-nos. Esta conexão entre a terra e o céu, entre o corpo material e o corpo imaterial, tem uma grande importância no projeto final, no percurso do mestrado, no meu desenvolvimento pessoal assim como na minha atividade profissional. Como profissional no âmbito das terapias somáticas e facilitadora de aulas de dança e workshops, tenho observado que muitas vezes a sensação de desorientação foi partilhada pelos participantes, surgindo por falta desta conexão com o próprio corpo em relação a essa nossa realidade física. Parece-me que a tendência de separar o corpo do espírito na nossa cultura ocidental gera uma falta coletiva da sensação de sentir-se enraizado e bem-vindo neste mundo. Penso que, culturalmente, esta sensação de desenraizamento é estranha e a não pertença a este mundo tem a tendência a aumentar, causada por crises alimentares, conflitos militares, crises ambientais e económicas, fortalecendo a tendência da migração de diversas populações em países que prometem ao migrante uma vida mais digna. Há uma missão que encaro ser dos artistas, e na qual me revejo como terapeuta,

que é de alertar sobre a importância da conexão com o próprio corpo e com a terra onde este corpo se encontra no momento presente. Acredito que um corpo enraizado, que reconhece a sacralidade do que está debaixo dos seus pés, tem ótimas condições para o desenvolvimento da sua criatividade, espiritualidade, e uma expressão da própria essência de forma autêntica e vital. Por esta razão, escolhi interligar os aspectos psicossomáticos, muitas vezes de natureza arquetípica pessoal como coletiva, com a minha criatividade como artista. O todo que nos envolve segue um processo cíclico e o ponto de partida também é o ponto de chegada que novamente será um novo ponto de partida. Tal manifesta-se na rotação da Terra sobre si própria e à volta do Sol, nas estações do ano, no nascimento de uma criança, na vida humana, e também em cada arquétipo.

A força primordial que surge da gravidade cria a base da nossa existência neste mundo e ao mesmo tempo determina o fim do nosso corpo físico neste mundo. Com o termo corpo físico refiro-me ao corpo anatómico. A partir do nosso nascimento, a nossa condição física obriga-nos a lidar com a força da gravidade, e a partir da terceira idade o corpo começa a encolher gradualmente. A força da gravidade força o corpo físico cada vez mais a um encontro mais próximo com a terra. Nascemos estando expostos à força da gravidade e morremos reconectando-nos a ela. Aqui se abre e se fecha o círculo da vida material e, assim, do corpo físico. A força da gravidade marca a morte, assim como a vida do corpo físico, e simboliza um início e um fim e cria, deste forma, num círculo na qual a nossa vida acontece.

Durante a vida estamos a ser confrontados com símbolos, mitos e atributos arquetípicos que correspondem a diferentes padrões energéticos, que se manifestam através de diferentes estados de consciência, características e experiências coletivas e que se repetem em diferentes padrões durante a existência humana. A partir deste encontro com a força da gravidade, começa a história da nossa vida, a criação da nossa personalidade individual em conexão mútua com a nossa família, o ambiente e a nossa cultura: “The myth must carry the individual through the stages of his life, from birth through maturity through senility to death” (Campbell, 2004, p.9).

O mitólogo Joseph Campbell descobriu que as histórias e mitos mais conhecidos têm a mesma estrutura básica que ele intitulou no seu livro *O Herói de mil Faces e a jornada do herói*. Campbell nomeou uma trajetória de 12 passos que diferentes heróis em diferentes mitos e histórias têm em comum a que ele chamou o monomito. Estes 12 passos que pertencem à história universal do herói e podem ser aplicadas na superação dos desafios da vida dos seres humanos, aborda a coragem, a procura na profundidade, o renascimento criativo e a constante mudança em nós. O Ser que busca descobre que ele próprio era o segredo numa procura espiritual que consiste de uma conexão espiritual aos seus ancestrais e de uma procura da própria individualidade.

Estas histórias contêm a trindade: a separação, a iniciação e o retorno. Depois da aventura, o herói volta ao ponto inicial com uma consciência elevada: “O percurso padrão da aventura mitológica do herói é uma magnificação da fórmula representada nos rituais de passagem: separação-iniciação-retorno — que podem ser considerados a unidade nuclear do monomito (Champell, 1949, p.17)”.

A viagem do herói inicia com a procura da luz que impede a saída de estruturas fixas e estagnadas e confrontam o herói com a sua sombra (separação). Depois de uma confrontação sucessiva (a sombra) e a viagem pelo desconhecido, acompanhado de mentores, o ego do herói morre simbolicamente e assim as suas velhas crenças e comportamentos relacionados ao mundo material e dualista (iniciação). Depois de resistir às tentativas relacionadas com o mundo material pode acontecer a conciliação com a alma (ou o animus no caso da heroína), o pai, a deusa, o deus. No fim, o herói experimenta a união com a vida (retorno). Com a superação da dualidade, o sofrimento no mundo material obtém o seu fim e um novo ciclo começa onde o herói se torna professor para transmitir aos outros a sua aprendizagem: “O círculo completo, a norma do monomito”, requer que o herói inicie agora o trabalho de trazer os símbolos da sabedoria, o Velocino de Ouro, ou a princesa adormecida, de volta ao reino humano, onde a bênção alcançada pode servir à renovação da comunidade, da nação, do planeta ou dos dez mil mundos.” (Champell, 1949, p.114)

Reconheci este percurso nos diferentes arquétipos mencionados nesta tese, com os seus aspetos dualistas que fazem parte da descoberta do subconsciente através da confrontação com a própria sombra, com a tarefa de a integrar, tornando-a consciente: “Os dois — o herói e o seu deus último, aquele que busca e aquele que é encontrado — são entendidos, por conseguinte, como a parte externa e interna de um único mistério autofletido, mistério idêntico ao do mundo manifesto. A grande façanha do herói supremo é alcançar o conhecimento dessa unidade na multiplicidade e, em seguida, torná-la conhecida.” (Champell, 1949, p.22)

A trilogia do monomito aplica-se a cada um dos sete arquétipos mencionados nesta tese, durante os diferentes processos da sua descoberta, que conectam o subconsciente coletivo com o indivíduo através dos diferentes campos morfogenéticos. A trilogia de separação-iniciação-retorno encontra-se também nas sete tramas no livro de Cristoph Booker intitulado *Os 7 enredos básicos - Porque contamos histórias*, um guia para contar histórias e representar sete tramas comuns em histórias com mais sucesso, independentemente do género da história. Nestas sete tramas, descritas por Booker, reconheço os 7 arquétipos mencionados nesta Tese e a sua tomada de consciência, depois de passar além das polaridades. Cada trama, bem como cada arquétipo mencionado, aspira à união dos aspetos sombrios e lúcidos de cada arquétipo. Esta

viagem do herói em cada trama, está presente na minha vídeo-performance no âmbito do meu projeto final, através do estudo e da incorporação destes sete arquétipos.

Na primeira trama, a tarefa do protagonista requer a “superação do monstro”. O protagonista, muitas vezes rejeitado ou com falta de algo, está consciente de uma ameaça que se manifesta em forma de um monstro: “(...) the human imagination shows the hero being called to face and overcome a terrible and deadly personification of evil” (Booker,2004, p.56). O primeiro arquétipo da criança, ou do homem/ mulher selvagem, vê-se confrontado com o desafio da força da gravidade. Nascer, impede um confronto com a gravidade e assim com o desconhecido, o mundo material: “We each begin life literally as a mere embryo; from there we “sprout” and grow, and we are necessarily fused with the world at first. That is, we start living within a physical environment, society, and culture” (Nardi,2017, p.20). O primeiro chacra tem o centro energético entre o coxix, as pernas e os genitais, partes do nosso corpo que nos conectam com a nossa realidade física.

Durante a próxima trama, intitulada “Rags to the Riches”, o herói muitas vezes é pobre, sente a falta de algo que reconquistará durante a história:” What has happened to them is that they have at least revealed or developed what was potentially in them all the time” (Booker, 2004, p.64). Relaciono esta trama com o segundo arquétipo, do amante. A personificação deste arquétipo vai à (re-)descoberta do mundo das emoções e das suas necessidades. Estas sensações geram uma divisão entre as emoções menos agradáveis e as mais agradáveis. O arquétipo do amante fica consciente das emoções, impulsos e sensações. Manifesta as suas atitudes e tem como objetivo desfrutar da vida. O arquétipo do amante, relaciono ao segundo chacra. “(...), Jung linked this chakra to the first budding of consciousness and a fear of ego loss.” (Nardi, 2017, p.26). Este segundo centro energético está colocado na área do umbigo, o sítio do nosso cérebro abdominal, que nos conecta com as nossas emoções, necessidades e sensações.

Na terceira trama, “a busca”, o protagonista está à procura de algo importante para si, enfrentando tentações e obstáculos. Esta trama chama o protagonista para a aventura e ele vê-se confrontado com a morte, o submundo, e ao mesmo tempo obtém apoio e supervisão: “The essential pattern of the journey in a Quest is always the same. The hero and his companions go through a succession of terrible, often near- fatal ordeals, followed by periods of respite when they recoup their strength, receiving succour and guidance from friendly helpers to send them on their way.” (Booker,2004, p.82)

As características do arquétipo do guerreiro pertencem a: “(...) vontade, objetividade e determinação, unido com empatia e calor humano” (Mittermair,2019, p.49). O guerreiro procura a aventura e recebe apoio perante os seus ideais, os seus supervisores e

confronta os obstáculos a partir dos seus impulsos. O terceiro chacra encontra-se no plexo solar, que representa a nossa energia e força. Este chacra está situado perto das glândulas que emitem a adrenalina no caso da ativação do sistema nervoso que determina a sua reação de fuga, ataque ou congelamento.

A quarta trama (viagem e retorno) trata do herói que entrou num mundo que não lhe é familiar. Durante a viagem, aprende a lidar com as novas circunstâncias e volta a casa após as aprendizagens novas que trazem mudanças significativas para a sua personalidade: “The complete happy endings are reserved for these stories, (...) where the hero has been fundamentally changed by his experience: from that limited, self-centred potentially dark figure we saw at the beginning to the mature fulfilled, light figure he has become by the end” (Booker,2004, p.106).

Ao quarto arquétipo mencionado nesta Tese, arquétipo do rei, relaciono a empatia e a compaixão. Essas qualidades são atributos em contacto com diferentes humanos e culturas que vão além das próprias aspirações individuais. Sobre o quarto chacra, associado a este arquétipo, C.G Jung disse: “Where love rules, there is no will to power; and where power predominates, there love is lacking. The one is the shadow of the other” (Nardi, 2017, p.38). O quarto chacra encontra-se na área do coração. Este centro energético requer a nossa capacidade de amar e de nos entregarmos ao amor, da capacidade de receber e de dar ao mundo exterior.

A quinta trama, a comédia, leva o conflito à sua forma mais confusa, através de um circuito de mal-entendidos. No momento em que as coisas não podiam piorar, acontece uma resolução e a história acaba com um final feliz: “What was dark is now light. What was divided is now whole. And nothing symbolises this more completely than the union of hero and heroine “(Booker,2004, p.158,). O quinto arquétipo é o joker. As características principais deste centro energético são a comunicação através do som e/ou da língua. A função deste arquétipo é, com frequência, a do intermediário. A sua palavra opera como um portão ou uma ponte para o mundo imaterial. O quinto chacra representa esta capacidade de se exprimir e de unir as experiências dos quatros chakras anteriores referidos, em forma de palavras e pensamentos a partir de um ponto de vista superior, na postura de observação que requer elevação e desenvolvimento do Ego.

A sexta trama pertence à tragédia. Os protagonistas seguem um sonho que impossivelmente se manifesta nas suas vidas reais, como na tragédia de Rome e Julieta. As ambições dos protagonistas muitas vezes são ambíguas e acabam com um fim trágico. Um padrão frequente na tragédia é a morte dos protagonistas que leva a um fim feliz para uma comunidade. O autor relaciona aqui o significado da tragédia ao significado originário grego da palavra grega cabra: “(...) The animal (or human)

scapegoat was regarded as symbolically carrying the sins of the tribe with the idea that, in its death, those sins were purged and the tribe brought back to wholeness.” (Booker, p.191, 2004). O sexto arquétipo mencionado neste Tese é o mago e a sua tarefa consiste em conjugar o seu mundo interno espiritual e psíquico, com o mundo exterior material. O arquétipo do mago tem em comum com a sexta trama, de acordo com Booker, a faceta da ambiguidade. A este arquétipo relacionei o sexto chacra que consiste de um submundo pouco consistente: “It is an ever-shifting polychromatic land of archetypes, shadows selves, complexes, and other psychological entities that take on forms and meanings but are never solid.” (Nardi,2017, p.56) O sexto chacra encontra-se à altura da glândula pineal que une diferentes partes do cérebro com o sistema nervoso e é a sede da psique e da imaginação.

A sétima e última trama, o renascimento, pertence à histórias onde o protagonista, por norma inocente, mas subdesenvolvido, cai na sombra, personificando uma figura maligna e misteriosa: “Nevertheless, it is their own immature state and limited awareness which renders them unable to withstand the dark power, drawing them inexorably into its grip, and only after a long time are they ready to be released.” (Booker,2004, p. 214) O último arquétipo, o sábio, estabelece uma relação com o divino. Ele ou ela supera a limitação do ego e permite ser conduzido ao seu ser superior, que significa simbolicamente a morte do Ego e do ser inerente ao material. C.G Jung relaciona o sétimo chacra a este arquétipo - a pessoa que correspondeu a uma semente no seu primeiro chacra “é agora dentro da luz cheia ardente branca, completamente consciente.” (Nardi,2017, p.62)

Através destas sete tramas, relacionando com os sete arquétipos mencionados nesta Tese, abordam-se diferentes padrões básicos de comportamentos instintivos e vivências típicas, presentes durante a vida do ser humano. Estas vivências apresentadas, fazem parte do subconsciente coletivo que pertence a uma capa mais profunda do que o subconsciente pessoal; “(...) que, ao contrário da psique pessoal, tem conteúdos e comportamentos, que por todo o lado e em todos os indivíduos são *cum grano salis*, as mesmas” (C.G Jung,2000, p.72).

C.G Jung define os instintos como: “(...) fatores não-pessoais, prevalentes comuns e hereditários” (C.G Jung,2000, p.115). E acrescenta “(...) desta forma criam analogias específicas aos arquétipos, que surgem na suposição que os arquétipos são as imagens inconscientes dos mesmos instintos; com outras palavras: eles representam o padrão básico do comportamento instintivo.” (C.G Jung,2000, p. 115)

Cada trama de Booker menciona um “processo de individuação” que significa a “(...) necessidade de integrar o subconsciente no consciente” (C.G Jung,2000, p.112) criando uma base para contar histórias com um forte impacto emocional em nós.

“Este processo corresponde à trama natural da vida, na qual o indivíduo se torna o que sempre foi.” (C.G Jung,2000, p.112). Em mitos e histórias, este comportamento instintivo, arquetípico, fica consciente através de uma experiência de vivência interna, através da imaginação e da visão das imagens internas: “A típica história mítica contém a mensagem da origem do secreto. Os secretos da ancestralidade e finalmente, a união entre o ser humano e o cosmos.” (G.R Crossier,2017, p. 82)

Nesta Tese desenvolvi e relacionei os arquétipos mencionados com o corpo físico, psicológico, emocional e mental. Nesta conclusão, resumo os arquétipos presentes em tramas que reconhecemos através de mitos e histórias e, conseqüentemente, ressoam em nós e com as nossas experiências vividas. O corpo físico, de acordo com as diferentes teorias da psicoterapia somática, possui certos conflitos óbvios, por exemplo, através da postura e tonificação muscular, que pertencem a uma experiência individual, mas também podem ter origem em um arquétipo do subconsciente coletivo. Desta forma, temos um carácter com recursos e defesas que durante a vida do indivíduo fica mais ou menos consciente, conforme a história de vida individual e conforme as capacidades de integração das polaridades como no uso das forças instintivas. Mas o processo da individuação nunca ocorre independentemente do seu ambiente, mas sim, em conexão mútua com o contexto familiar, social, com o restante mundo e às vezes com o universo. A força da gravidade relacionada com a nossa existência física num mundo profundamente recolhido de dogmas materialistas, é um desafio globalmente presente na nossa vida quotidiana e está relacionado com o sofrimento. O espelho do sofrimento são as vivências presentes no corpo físico, criadas pela separação entre sensações, sentimentos e emoções, entre o agradável e o desagradável. Daí surge a tendência quotidiana, por exemplo, na medicina tradicional, de eliminar o desagradável, neste caso a doença, e de ignorar a sua origem e função, olhando para o organismo na sua totalidade, e não só na função de um órgão. Através da performance e do desenho descobri o potencial das polaridades e ao mesmo tempo a sua conexão, fazendo parte do meu caminho individual. Para C.G Jung, “o processo da individuação está perturbado pela consciência por se desviar às vezes da arquetípica base instintiva, caindo no seu oposto.” (C.G Jung, 2000, p.112) Esta perturbação, para C.G Jung, surge do consciente quando observa o subconsciente: “A consciência parece de ser um assunto do cérebro, que separa tudo e que percebe através do isolamento, (...)” (C.G Jung,2000, p.93)

Na (re-)descoberta das polaridades através das forças criativas em nós, podemos aceder à sabedoria do corpo físico. O “portador” do sofrimento torna-se, desta forma, em um portador da luz, como um meio, um canal, disposto a conectar-se com algo

maior. A força da gravidade representa daí um portal, um ponto de partida para a (re)vivência de uma experiência transformadora e renovadora.

O monomito, na definição de Campbell, contém a trindade cíclica (iniciação, separação, retorno). Desta forma, o mundo abre-se e fecha-se num círculo e mantém o seu equilíbrio através das forças das polaridades: “O círculo é o símbolo mais velho e abrangente da união e em consequência da divindade universal. O círculo é o grande redondo, que contém tudo, em que existem todas as polaridades, assim como a unidade: início e fim, escuridão e luz, feminino e masculino, bem e mal.” (Crossiere, 2017, p.80)

O desenho final criado no projeto final, representa uma motivação intrínseca de expor as minhas imagens internas que foram alimentadas e alimentaram as diferentes incorporações arquetípicas. A partir destas imagens internas, surgiram ideias, imagens e memórias sobre as diferentes vivências, independentemente das minhas vivências pessoais. Platão definiu o termo ideia como “(...) imagens ancestrais que são guardadas (em sítios sobrecelestiais) como formas internas e transcendentais” (C.G Jung, 2000, p. 105). Será que durante o processo criativo nos conectamos apenas com um campo energético de padrão arquetipo, já existente, e recebemos a “ideia” desta respetiva fonte, motivados por uma força instintiva relacionada com a nossa personalidade?

A definição da criatividade culturalmente estabelecida, entende a criatividade como uma capacidade de criar algo novo que ainda não existe. A projeção da criatividade no futuro, intercala com um pensamento do espaço-tempo tendencialmente linear (passado, presente, futuro). O termo “criatividade” no dicionário português significa:

1. Capacidade de criar, de inventar.
2. Qualidade de quem tem ideias originais, de quem é criativo.
3. [Linguística] Capacidade que o falante de uma língua tem de criar novos enunciados sem que os tenha ouvido ou dito anteriormente. (Dicionário Priberam, 2008-2021)

A importância da capacidade criativa manifesta-se no contexto de ensino/aprendizagem e contexto profissional. Conforme o fórum económico mundial, a criatividade será a terceira mais importante capacidade para empregados no ano 2020, depois das capacidades de resolver problemas complexos e o pensamento crítico: “With the avalanche of new products, new technologies, and new ways of working, workers are going to have to become more creative in order to benefit from these changes.” (Lee Sam, 2019) Acredito que a criatividade se desenvolve a partir de vivências e pensamento holístico e envolve o corpo e a vida humana na sua totalidade - mental, emocional e espiritual. Uma análise sobre o uso dos arquétipos no processo criativo e educativo, pode ser foco de uma futura investigação.

Esta Tese, e em particular o projeto final, partem de uma visão, abordagem e integração holísticas de várias disciplinas para conseguir realizar um projeto artístico com uma expressão individual e ao mesmo tempo com carácter coletivo num contexto contemporâneo. Os arquétipos, as imagens da alma, confrontam-nos quotidianamente e podem dar origem a uma pesquisa de carácter individual e coletivo.

## **6. Anexos**

### **6.1 Entrevista de Wanda Tiersma (W) no dia 13.05.2021 com Brigitte Canepa (B)**

(via plataforma Zoom)

B: How did you experience the look down in 2020 and how did it affect your work as an artist?

W: I still was a student when the first look down happened and honestly, I'm not that type of person who is up to date to the news. I'm more centred in my environment and I generally tried not to focus so much about the rest of the world because it could be destructive. Then I heard about this Chinese virus and suddenly we had all to go home, so it was a really fast change for me. (...) In that time, I was preparing my project about touch. The practical exercises with my colleges around touching had to stop and it becomes difficult to find a new way of research about the intimacy that you can have with a person without knowing them, just by experiencing that they are human beings like yourself and you just feel connected to each other at a physical way. That made me think about touch and what it makes to people. (...) Through the sensations of safety that become activated in the reptile part of the brain. And I wanted to find a way how I can still experience this, without touching anybody. So, I started to think about the mirroring-technique. So, I was inspired by the fact that a person can touch herself and the other by just seeing the other person touching herself, can sense the same way like the touching person.<sup>2</sup>

B: How it comes, that you define touching and mirroring as a proper language?

---

<sup>2</sup> Para a explicação da técnica de espelhamento a artista descreveu aqui o exemplo da “rubber hand illusion”, onde uma pessoa é convidada a olhar para uma mão de goma, em vez da outra mão real, que fica fora da vista da pessoa A. A pessoa B acaricia a mão real com um pincel enquanto a pessoa A olha para ela. A pessoa A consegue sentir as sensações também na mão de goma que está no seu campo de visão que a parte do cérebro mais instintiva identifica como a outra mão dela. De repente a pessoa B bate com um martelo na mão de goma que provoca um susto na pessoa A. Este experimento mostra que a nossa percepção através do campo visível pode transcrever informações sobre sensações físicas reais (Horizon, 2010).

W: By talking with a student of psychology I came to the point, that by mirroring it's possible to create a strong connection to another person, because of showing, that you have something equal and that creates a bond on a very instinctively level. I even noticed at myself that by mirroring other people on zoom that I felt myself quite close to them in a physical way. (...) A connection that I normally just feel when we are close to each other. As well I find the sensation of trust fascinating and at the same time, I sensed discomfort at the beginning of a zoom-meeting. During the performance I find out, that touch is a strong way to communicate and that mirroring can create quite similar sensations. (...) As well I noticed that every person has an own way of communication that comes from their instinct. (...) As well I noticed a similarity of the body language off people originally from Mexico and Italy. There was a difference of communication from people from North-European countries but there was the same need of contact underlying. That makes it clear to me that we are all the same at the end. (...) People can discover in this exercise how much they want to follow the other person and when they want to guide the movement.

B: While creating this project, you believed that there could be a possibility of touch in the virtually world?

W: I believed that there is a chance. I didn't really know if virtual contact can feel like touch and if it has the same value like physical touch.

B: How did this new knowledge influenced your project?

W: During the virtual mirroring process, I come to the conclusion that there is a kind of magnetic field that unites us to each other, but at the other hand some things are missing like body- and breathing sounds. But even without mirroring each other we can have this connection to each other and for me that relates to an energy that is around us and that we're not really conscious about- outside of space and time. It's a space outside of matter and in that way, we have a really direct communication. I felt, that the mirroring made the contact more physical because it is hard to experience it on a mental level. By mirroring, you connect your body to the perception and the body senses, so the other person seems to be quite close.

B: Would you say that you sense this kind of touch in your body? If yes, where in the body you sensed it?

W: It depended a lot on that kind of exercises we did. In general, I could sense it at the surface of my body, all-over my skin. As well I sensed touch in the breast area. There was a sensation like of being in love and I felt my hands quite activated.

B: Could you imagine that touch in our European culture could work out just virtually?

W: I think it couldn't work out. If there is no other possibility it could be an option but I believe that we still need this physical contact. In my personal life, I felt really happy to live with my boyfriend during the lockdown because of having the physical connection to somebody. Cuddling and touching values a lot in these times. It made me aware of that what I would miss, if I hadn't this kind of relationship and I think, that is something what you can't replace by virtually touching. I think for our health we need that physical touch. But I also believe, that there are differences from each person about the necessity of physical touch. There is a theory about the 5 languages of love. It's a model about the difference of people expressing love. For example, some people give compliments, others give material things and yet others show their affect with physical touch. There is as well a different level of awareness of the individual in their language of communicating. (Chapman Gary, 2015)

B: Can you tell me about the feedback that you became from the participants after the exhibition of the performance?

W: I would divide them in three categories: The first one, where people who felt threatened and they often left the exhibition quite fast. To the second category belong people who were quite playful, tried everything out and were quite expressive. But sometimes it was difficult to get them into a real exchange and to a deeper level of connection. Playing can also create connection, so I don't want to value their contact but the quality was different, compared to the third category, where the participants invested quite a long time in the contact and followed the performer. I consider, that their connection and experience was quite intense. With people from the first category I didn't talk a lot, maybe because of their tendency of being shy. I became some feedback from some people who considered the connection quite amusing and playful and they were often really grateful for this opportunity to play that could be related to our actual times, where everything became so serious. The people who had a more intensive experience as well showed themselves quite grateful and it touched them deeply. There was a participant, that told me about the strong connection that she had during her meeting and that she felt really sad when she had to break up the connection when the meeting ended. (...)

Normally we have a quite rational way of feeling connected to each other. For example, the connection could be about having the same interests or opinions about something. I think this kind of work who is more related to bodily experiences, makes every kind of person equal, in a very basic way. Also, people with body- disability could take part in this performance and sensing their selves connected to others. We all have a body and that makes us equal and we can use it for communication with any other person, regardless of their beliefs, culture or looking.

As well I noticed the importance in this work to get first in contact to my own body for being able to make contact to other bodies.

B: How you feel after this work and how this project will influence your art in the future?

W: I think in the next work I would like to be more involved myself in the performance. Because I felt the involvement in a different way now. But in this project, I was interested in the experience to have an indirect contact to the visitor by training the performer for this performance. I liked that a lot, but now I felt the urge to be closer to the visitor myself again. So that is something what I want to focus in the next step.

I'm curious about to figure out what the best space for this kind of work could be. So, I thought about to present this work in an area where it is suspected to have this kind of interactions. Somewhere, where people could be easily convinced to do this. For example, a performance festival where people are more expecting this kind of interaction. That could it make easier for me to get the public to interact with each other. As well I really enjoyed the collaboration with other artists and how your perspective is seeing my work. I have the need to see my own work from different perspectives. Sometimes I was asked, what this work has to do with art and I really struggled during the answer. The feedback from the participants helped me here a lot, that the experience of sensing they had, still can be considered as an art experience. And I find it really liberating to stop to categorize everything and to label things that are in in-between spaces.

I wrote a manifest of the body to give a voice to the body being the first step of yourself. I found it really wired how we talk in our society about our body. I think as well that we come to an era where we would connect things more to each other and isolate things less. If we want to learn something about something, we have to investigate as well around it and about the connections of the topic.

Fim da entrevista.

## **6.2 Entrevista de Vera Eva Ham (V) no dia 26.10.2021 com Brigitte Canepa (B) (via plataforma Zoom).**

B: Vera, na minha Tese referi várias vezes a Matridança , procurando situar a prática da Matridança no meu trabalho artístico. Gostaria que falasses um pouco sobre a Matridança e sobre o seu desenvolvimento. Também gostava que contextualizasses a mensagem da Matridança em contexto contemporâneo?

V: A Matridança surgiu no início como dança e movimento para mulheres, mas neste momento já existem homens a participarem num outro contexto que não um círculo só com mulheres. Mas sim, originalmente a Matridança nasceu como um método para mulheres, em 2011. Não existia, pelo menos em Portugal, no contexto da dança e de movimento, grupos onde apenas as mulheres estivessem em grupo, onde explorássemos o contexto histórico e cultural do desconhecido feminino da pré-história, que faz parte de um contexto feminista que envolve práticas de corpo e de dança a partir de uma certa ancestralidade, como por exemplo as danças orientais. Sou da primeira fornada de dança oriental em Portugal, que começou em 1999 com uma formadora alemã, e foi nessa altura que comecei a ter aulas de dança oriental, mas mais tarde comecei a ter aulas de flamengo porque não me identifiquei muito com o feminino que foi trabalhado nestas aulas orientais.

O contexto da dança oriental, contemporaneamente, pode ser muito diferente mas na altura tinha o seu lado interessante da ancestralidade feminina que me cativava, mas depois tinha todas estas camadas de verniz da história feminina de estereótipos femininos, e com o desenrolar de todas as experiências que fui fazendo, também com o butoh que tem as suas raízes no Japão nos anos 50, o teatro, o flamengo e várias linguagens, senti a necessidade de criar um trabalho que fosse feito para as mulheres dançarem, por elas e entre elas mesmas sem um voyeurismo com sentido de re-apropriação de movimentos exóticos, tribais e orientais. Descobrimos estes movimentos com outras mulheres, sentimos que estes movimentos estão conectados com as nossas origens nativas, mas que se têm perdido nos tempos, e sentimos a necessidade de procurar essas raízes mais profundamente. A procura destas raízes, fazem parte da redescoberta deste feminino desconhecido na Matridança, as mulheres podiam dançar entre elas e por elas mesmas, que é muito diferente da realidade que se vivia e vive no contexto das aulas de dança, tendo em conta que isso hoje em dia já alargou bastante.

Hoje em dia sinto a necessidade de as mulheres estarem entre elas, e a Matridança inclui outros temas, que tem como fundo este feminino desconhecido, e por isso o trabalho essencial da Matridança é ficar algum tempo na pré-história e ver os momentos históricos como se fossem lugares, permitindo-nos inspirar-nos a partir destes lugares. Um tempo-espaco onde não existem estas camadas, definições, categorias e caixinhas do feminino que vemos muito nos ídolos contemporâneos. Este feminino desconhecido descobrimos através da observação da arqueologia do movimento, como os padrões de desenvolvimento humano, presente na arte, nos ídolos e em outros contextos, que não

se encontram escritos, ao contrário do que hoje lemos e vemos. Em algumas civilizações mais avançadas até se encontra escrito, mas foi pouco explorado no contexto da nossa história, a que é abordada nas nossas instituições públicas.

Este feminino é muito diferente do feminino que vemos hoje em dia.

Um feminino menos dividido e fragmentado entre o masculino e o feminino e muito mais unificado e aberto que inclui várias personalidades, qualidades e arquétipos e desta forma o considero mais forte. Por isso é muito importante ir à pré-história e por isso a pré-história inspira bastante a Matridança. Por outro lado, o feminino na Matridança também é visto com o próprio corpo feminino, muito mais ambíguo quando comparado com o corpo do masculino, devido à sua criatividade de criar dentro do próprio corpo outros corpos e estes corpos podem ser masculinos ou femininos de género, e vejo isso como uma metáfora da ambiguidade do corpo feminino, que tem essa necessidade de transformação.

A capacidade de transformação dentro do corpo humano também é visível nos padrões de desenvolvimento do movimento. Nos seres humanos passamos durante o nosso desenvolvimento pela evolução dos movimentos dos animais. Estes padrões de movimento fazem parte do nosso nascimento até ao nosso andar na verticalidade. Como ser humano, sou o único animal que consegue em adulto imitar os outros animais. A ambiguidade do ser humano não se limita apenas em se transformar em um animal, mas contém também, através do seu andar vertical, a verticalidade das árvores e das plantas, que é algo que me interessa também na Matridança. Desta forma, o ser humano consegue imitar as plantas, os elementos e a fluidez das formas através do *shape-shifting*.<sup>3</sup> Não é só a fluidez de género de que se fala muito, mas também a fluidez das formas através do *shape-shifting*. Desta forma, exploramos o universo que está além do universo deste feminino condicionado e histórico. A Matridança oferece um sítio seguro para explorar todas estas metamorfoses em conjunto.

B: Participei no ritual-performance *Se as Moirae falassem* no dia 29.04.2021 desenvolvido por ti no centro de Lisboa e descrevi a minha experiência na Tese. Qual era a necessidade que tu sentias na criação deste ritual-performance em relação às Moirae?

Neste caso falamos das Moirae gregas que provavelmente têm muitas coisas em comum com as Moirae portuguesas encantadas, mas elas são trabalhadas e estudadas por vários autores de forma diferente por se distinguirem entre elas em vários pontos. Este trabalho sobre as Moirae gregas começou no contexto da Pandemia no outono 2020 quando comecei a fazer um círculo de mulheres online, o xaille da nativa, onde trabalhávamos quinzenalmente as histórias das nossas próprias vidas, as nossas biografias, o ciclo da vida que inclui as Moirae do destino da mitologia grega e as

---

<sup>3</sup> A capacidade de uma pessoa ou criatura imaginária se transformar em um aspeto ou em uma forma diferente. Consultado no dicionário Cambridge.

divindades do panteão clássico. Mas na verdade, se estudarmos Robert Graves e outros autores, as Moirae são consideradas entidades mais antigas e assim anteriores ao aparecimento das deusas do panteão do império grego que decidem sobre a morte ou a vida seja das pessoas ou dos deuses sem a necessidade do consentimento dos deuses. As Moirae são consideradas divindades mais arcaicas que representam uma trindade ligada à trindade lunar que interliga a divisão lunar nas três fases lunares. No contexto mitológico, provavelmente havia primeiro uma divisão dual, depois uma trindade e a seguir a quarta que deu origem às 4 estações. As Moirae são anteriores à quarta por ser uma trindade, estão associadas ao destino, e regem as diferentes fases da vida. A primeira Moirae Clotho rege até aos 30 anos, a segunda Moirae Lachesis, rege dos 30 até aos 60 anos e a Moirae Atropos, a anciã, dos 60 até aos 90 anos. Estas três energias divinas na realidade não são consideradas deusas como os deuses do Olimpo que regem os humanos, mas sim, interligadas com os seres humanos.

No Xaile da nativa trabalhamos mesmo com o tecer, tecemos colocando perguntas sobre a biografia humana coletiva e perguntas sobre a nossa biografia individual com a evocação das três Moirae, sucessivamente. Este trabalho com o Xaile foi mesmo um trabalho poderoso e assim decidi dar continuidade ao trabalho das Moirae. Como já referi anteriormente, as Moirae tem o poder de decidir sobre os ciclos, a vida e a morte, o que está certo e o que está errado. Por observarem a civilização humana e fazerem um julgamento com justiça e equilíbrio, senti que este tema está relacionado aos acontecimentos da pandemia e com tudo o que a pandemia traz ao nível social. No dia 29.04.2021, no dia mundial da dança, muitas instituições ainda continuavam fechadas e senti a necessidade de irmos para a rua como se fosse a nossa transição entre estes dois ciclos, entre o confinamento e o não-confinamento.

O coletivo Matridança também já tinha feito um trabalho na rua anteriormente, na altura do incêndio de Pedrógão Grande, onde faleceu a irmã do meu companheiro, e nesse ritual-performance também usámos troncos na cabeça que mantivemos na cabeça através do nosso equilíbrio, como fizemos em *Se as Moirae falassem*. Mas na performance das Moirae os troncos na cabeça estão relacionados à árvore da vida porque as Moirae são as guardiãs dessa árvore. Também em outras culturas nórdicas existem três energias divinas que são deusas interligadas com os seres humanos.

B: Quais são as diferenças entre as Moirae portuguesas e as Moirae gregas? Podes falar um pouco sobre as Moirae portuguesas?

V: Também as Moirae portuguesas estão ligadas ao fio da vida, ao ato de tecer. A Moirae Clotho está relacionada com o material, com o ato de fiar. Lachesis é a segunda Moirae, que faz girar a roda da vida, que representa simbolicamente aquela altura nas nossas vidas quando a nossa vida gira mais, por exemplo, através da criação, filhos, compromisso familiar, profissional. Atropos, a terceira Moirae, corta o fio da vida que guia à morte. Atropos vê para além da vida humana, e significa, a que não dá volta, o fio simplesmente deixa de girar. Antes de trabalhar com as Moirae gregas, trabalhei as

Moirae portuguesas, e também foi apresentado no âmbito da Unesco, no conselho internacional de dança em 2019, com o título *The Moirae Swirl*.

A escritora Dalila Pereira da Costa refere, no seu livro *Da serpente a imaculada*, informação sobre as Moirae portuguesas, que foi um tema desenvolvido pela Luiza Frazão no seu livro *Portugal mundo dos mortos e das Moirae encantadas*, onde se estabelece esta ligação entre a pré-história e as Moirae portuguesas. Fiquei inspirada pela Dalila e com a relação entre as Moirae e a Pré-história. O nome das Moirae também foi influenciado pela cultura islâmica, mas as Moirae a que me refiro são anteriores a estas influências, como as fadas célticas são consideradas guardiãs do lugar, espíritos, que estão entre a vida e morte. A autora Dalila Pereira da Costa chama as Moirae de ninfas tribais, desenvolve a consciência de que elas estão ligadas a pedras, vilas, rios, árvores. As Moirae estão mais ligadas aos sítios do que à cultura islâmica. Elas representam uma cultura ancestral que foi perdida com a chegada do cristianismo. Através das Moirae, destes espíritos, podemos recriar a relação com os nossos avós nativos portugueses. As Moirae também estão ligadas ao fio, ao tecer e a outras ações ligadas ao feminino como o amassar o pão, ou o ouro, por serem guardiãs do tesouro. Têm muito a ligação à tribo, ao feminino iniciático, trazendo sempre um desafio cada vez que uma pessoa mente, ou esconde, ou engana, em consequência leva um castigo, ou pelo lado bom, pode receber o tesouro. Esta divisão forte entre o mal e o bem tem estado de alguma forma demonizado e relacionado com o perigo. As Moirae, assim como as Matronas, ficaram algum tempo na cultura europeia. As Matronas, que também representam sempre uma trindade, podem ser consideradas semelhantes às Moirae por terem a ver com sorte, o destino, a entidade feminina e a alteração da consciência. A elas também tem sido atribuída a ligação profunda com os cânticos e com os encantamentos que está relacionado ao ato de tecer e ao fio de vida. No ato de tecer, e durante o trabalho da realização da teia, pode-se sentir essa ligação. Fazer nós é algo muito arcaico que o ser humano fez desde a pré-história e algo muito arcaico particularmente no feminino. Este trabalho manual desperta a consciência profunda através da concentração necessária. Daí originarem intenções que eram colocadas no ato de fazer nós, como poemas e encantamentos. Desta forma relaciono as Moirae portuguesas às guardiãs da vida quotidiana, que interligam através do trabalho manual a consciência divina.

Quanto ao ritual-performances das Moirae no contexto quotidiano, gostava de me referir ao autor Cal Newport que escreveu o livro *Deep Work* que alerta, através de vários estudos científicos, sobre a perda da capacidade de concentração desde há muito tempo. Acho importante pensar sobre esta capacidade que perdemos, basta observar cada vez mais a nossa cultura tecnologicamente avançada. A capacidade de desenvolver alguma coisa que impede muita concentração é algo muito valioso no nosso tempo. O fazer com as mãos, como em trabalhos artesanais, fortalece a ligação entre os dedos e o cérebro e isso exige muita concentração e dedicação e permite acesso a uma consciência elevada. No entanto, se pensarmos o termo digital, contem o termo *digiti*

que significa dedos e já sabemos que nas pontas dos dedos temos mais sensibilidade que criam uma conexão diretamente com o cérebro.

B: Que danças tinham as Moirae e qual era a sua influência nas danças tradicionais portuguesas? Como incluíste as Moirae nas tuas Performances?

V: Não há registros sobre as danças das Moire. Inspirei-me na criação da performance *The Moirae Swing* que inclui as 5 matrizes da Matridança. Na minha imaginação vejo a Moira como a incorporadora dessas 5 matrizes, porque normalmente as Moirae estão relacionadas com os lugares, ao despertar destes lugares. Interliguei a primeira matriz que envolve movimentos ondulares que associo ao totem da serpente, a Moira que é metade serpente e metade mulher. A segunda matriz manifesta-se em forma de movimentos curtos e rítmicos como as acentuações pélvicas. Chamar essa força pública, relacionou-a com a força da terra, as pedras e os sítios onde a Moira esteve. Para acentuar esta dimensão, escolhi uma música tradicional portuguesa que inclui ritmos dos bongós e que fica cada vez mais estática e as acentuações transformam-se cada vez mais em vibrações pélvicas que pertencem a 3 matrizes, vibrações mais pélvicas e mais refinadas que interliguei à parte das Moirae do tesouro, relacionado com a terra, e isso acontece na mulher na zona das pélvis. Nesta parte, entraram mais três dançantes da companhia. Na 4ª matriz usamos gestos, e neste caso os gestos foram entrelaçados com a mitologia mais histórica e popular das Moirae que envolvem certas ações como o enfiar, pentear o cabelo e ter os tesouros dentro do corpo. Aí tiramos o fio da boca. Na última parte estávamos a virar e a girar, que corresponde à última matriz que é mais meditativa. Na minha extensa pesquisa, não encontrei danças relacionadas com as Moirae mas sim, rituais. Então explorei estas cinco matrizes que existiam em todas as culturas e utilizei as Moirae portuguesas como as gregas, como incorporadoras destas cinco matrizes.

B: Consideras a Moira portuguesa uma personagem arquetípica que influencia a cultura portuguesa de alguma maneira?

V: Sim, claramente um arquétipo não só português, mas feminino. Dentro de um feminino mais iniciático e transgressor, um feminino mais saliente e um feminino que se apresenta como um perigo para aquilo que está estabelecido, do que é certo e errado, o que é bom e o que é mau. A Moira também é considerada como um perigo da natureza, relacionado com as forças da natureza que eram e são incontroláveis e em consequência consideradas perigosas. Eu vejo que elas são mesmo um arquétipo desta natureza no feminino e em geral.

Na cultura portuguesa sinto que elas ficaram bastante demonizadas porque a nossa cultura assimilou bastante o cristianismo e em consequência viviam uma dualidade entre as suas antigas práticas e as suas práticas unidas ao cristianismo. Curiosamente, elas resistiram bastante nas histórias populares como na mitologia popular. Há ditos como “cuidado se vais aí há cobras, há uma Moira que anda por aí”, em relação aos sítios

perigosos onde elas se encontram. Luiza Frazão também tem um livro sobre as Moirae do Algarve, com lendas dessa região, portanto elas, desta forma, ainda influenciam muito o imaginário popular. As Moirae ficaram como resíduos de lugares importantes e com riqueza. Elas estão ainda a marcar o nosso território, a lembrar-nos desta natureza selvagem e da beleza destes sítios. Há certos sítios que convém que o ser humano não vá, que não sejam submetidos ao controle da mente humana. Sítios como a Cabeça da Moira, na localidade de Penouços, que contém ainda o espírito da lenda sobre a Moirae. Esta ideia da mulher misteriosa, do feminino desconhecido ainda está muito presente no subconsciente popular em Portugal.

B: Como já falaste anteriormente sobre as 5 matrizes da Matridança, que são movimentos que estão presentes em quase todas as danças ancestrais, pergunto se as consideras movimentos arquetípicos?

V: Considero mais 5 matrizes ligadas à arqueologia de movimento relacionado as matrizes do movimento. Elas não são bem padrões, mas tendências de movimentos que existem em todas as culturas tribais, africanas, europeias, indianas. Quando vamos retirando alguns contextos tradicionais e tribais dos movimentos de algumas culturas começamos a chegar a todas essas matrizes. Seriam matrizes do movimento humano. As primeiras três estão relacionadas ainda mais com o feminino e com o corpo feminino, apontando para uma inteligência maior do que a nossa. Trabalhamos através das Matrizes o corpo feminino com as suas afinidades e desta forma mais facilmente compreendemos esta inteligência do corpo, no sentido do micro e macrocosmos. Esta tendência de 5 movimentos universais na dança também foi explorada pela bailarina, autora e investigadora Gabriel Roth através dos 5 ritmos. A Matridança relaciona esta arqueologia do movimento ao mediterrâneo e à península ibérica.

Entendo os Arquétipos mais como facetas da grande mãe. Uma ideia que também está presente em culturas ancestrais. A energia divina pode ser só uma, mas ela manifesta-se na diversidade. Mais facilmente nos conectamos a esta unidade através destas diversidades, através destas manifestações que sempre são diversas. Também vemos isso nas nossas vidas, com esta diversidade que sempre está a acontecer. Vemos isso também na cultura indiana que tem uma divindade que está muito facetada. Conectamo-nos com essa diversidade, por exemplo, através da energia shakti, que está em todo o lado e que pode estar dentro do meu corpo, no rio, no contexto natural, em várias partes. Mais facilmente contacto com o todo através de uma parte. No fundo, os arquétipos são uma exploração dessas potencialidades que todos nós temos através das metamorfoses da alma relacionadas aos diferentes papéis da vida que, em diferentes fases da vida, todos representamos. Contacto-me com a divindade através de uma parte. Esta diversidade pode também ser considerada uma metamorfose da alma, situações que mudam na vida que são mais do que papéis. Podemos incorporar essas facetas na nossa vida em determinadas alturas ou momentos. Quando estudamos a sua diversidade, tocamos literalmente nesta diversidade. Se eu sou só uma e toco através

desta unidade as diferentes facetas ou arquétipos, então mais facilmente vejo que um é muito e que muito é um.

Fim da entrevista

## **Bibliografia e Videografia**

Arnold, Johanna (2019). Der Baum der Erkenntnis und der Baum des Lebens. Die zwei Wege des Transhumanismus. Basel: Synergia Verlag

Atmaspacher Harald (1996). The hidden Side of Wolfgang Pauli: An Eminent Physicist's Extraordinary Encounter with Depth Psychology. 5: Matter and Psyche as two aspects of one Reality em *Jornal of Consciousness Studies* 3, no. 2 em: <http://philsci-archive.pitt.edu/940/1/HiddenPauli.pdf>

Atsushi Takenouchi. What is Jinen? Em [http://www.jinen-butoh.com/profile\\_e.html](http://www.jinen-butoh.com/profile_e.html) (Acedido em 20.06.2021)

B. Furness John, A.A. Kunze Wolfgang, Clerc Nadine (1999). The intestine as a sensory organ: neural, endocrine, and immune responses. Em: <https://journals.physiology.org/doi/full/10.1152/ajpgi.1999.277.5.g922> (acedido em 20.05.2021)

BBC (2015, october15) The Rubber Hand Illusion - Horizon: Is Seeing Believing? (VÍdeo) em <https://www.youtube.com/watch?v=sxwn1w7MJvk> (acedido em 24.07.2021)

Berger, John (1962). Sobre el dibujo Barcelona: Editorial GG

Betz, Robert 2016. Raus aus den alten Schuhen! So gibst du deinem Leben eine neue Richtung. Muenchen: Wilhelm Heyne Verlag

Butera, Robert (2009). The pure heart of Yoga. Ten Essential Steps for Personal Transformation. Woodbury, U.S.A.: Llewellyn Publications

Brough Jennifer, (2020) "esta obra mudou minha vida" sobre a Série "Silueta" de Ana Mendieta em <https://www.artsy.net/series/artworks-changed-lives/artsy-editorial-artwork-changed-life-ana-mendietas-silueta-series>

Bruce Lipton (2006). Biologia da Crença Lisboa: Sinais de Fogo

Bolz, Norbert (2021, fevereiro 20) A Pandemia do medo na conversa com Gunnar Kaiser (VÍdeo). em: <https://www.youtube.com/watch?v=B85u05fQUeo> (acedido em 20.04.2021)

Booker, Christopher (2004). The seven basic Plots. Why we are telling Stories. New York; Continuum.

Calamoneri, Tanya (2014). Bodies in Times of War: A Comparison of Hijikata Tatsumi and Mary Wigman's Use of Dance as Political Statement in [https://www.academia.edu/10144589/Bodies\\_in\\_Times\\_of\\_War\\_A\\_Comparison\\_of\\_H](https://www.academia.edu/10144589/Bodies_in_Times_of_War_A_Comparison_of_H)

ijikata\_Tatsumi\_and\_Mary\_Wigmans\_Use\_of\_Dance\_as\_Political\_Statement (Acedido em 01.06.2021)

Carmen Ka Man Wong e outros autores (2013). Efeito das máscaras faciais na empatia e continuidade relacional: um ensaio clínico randomizado na atenção primária em:<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3879648/> (Acedido em 07.06.2021)

Champell Joseph (1949). O Herói de mil Faces. São Paulo: Editora Pensamento.

Champell Joseph (2004). Pathways to Bliss. Mythology and Personal Transformation. Novato, California: New World Library

Chapman Gary (2015) about 5 love languages em: <https://www.5lovelanguages.com/> (acedido em 26.07.2021)

Chernick Allison (2006). Matthew Barney: No Restraint (DVD). EUA: Love stream productions

Coccia, Emanuele (2018). A vida das plantas. Lisboa: Fundação Carmona e Costa Documenta

Croissier R.Gertrude (2017). Die magische Wunde. Wandlung und Heilung in der Transpersonalen Psychologie Band 1 Schalksmuehle: Edition fabrica libri

Cybersummit (2021) What is the new normal em: [https://cybersummit.ca/the\\_new\\_normal/](https://cybersummit.ca/the_new_normal/) (acedido em 01.06.2021)

Dale, Cyndi (2009). The Subtle Body: An Encyclopedia of Your Energetic Anatomy. Colorado, U. S.:Editora Sounds True

Dicionário Priberam "criatividade", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2021 em <https://dicionario.priberam.org/criatividade> [consultado em 04-12-2021].

Dordel, Julia e Tolke Guido. Intelligent Trees (Arvores inteligentes) (2016). Documental, 45min com Peter Wohlleben e a silvicultora Prof. Dr. Suzanne Simard, Dorcon Film.

Eleey Peter (2008). If you could't see me- The drawings of Trisha Brown em:<http://walkerart.org/collections/publications/performativity/drawings-of-trisha-brown/> (Acedido em 04.07.2021)

Equipe editorial, 2020. arteref. Egon Schiele revolucionou o modo de ver a pintura figurativa. Em: <https://arteref.com/search/egon+Schiele> (acedido em 22.06.2021)

Esec.tv (2016, junho 21) Comer o Coração nas Árvores | Vera Mantero (Vídeo) em <https://www.youtube.com/watch?v=AR5ZH3mdUxk> (Acedido em 18.06.2021)

Fazenda, M. J. (2007). Dança teatral: Ideias, experiências, ações. Lisboa: Edições Colibri.

Griesbeck Christian (1996). Einführung in die Labanotation em <https://user.uni-frankfurt.de/~griesbec/LABAN.HTML> (acedido em 16.07.2021)

Ham Vera Eva (18.04.2021) E Se As Moire Falassem. (Facebook -Post ) em <https://www.facebook.com/vera.e.ham> (Acedido em 14.07.2021)

Incorporar: in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2021 em <https://dicionario.priberam.org/incorpora%C3%A7%C3%A3o> (Acedido em 7.01.2022)

Jung Carl Gustav ( 1990). Archetypen. Muenchen. Deutscher Taschenbuchverlag GmbH & Co.

Jung Carl Gustav (2000). Archetyp und Unbewusstes. Augsburg. Bechtermuenz Verlag

Le Bon, Gustave (1896). Psychologie der Massen (Psicologia de massa). Varna: Pretorian Books

Lee Sam, (2019). Creativity is the skill of the future—and it’s not just for creative teams em <https://www.wework.com/ideas/professional-development/creativity-culture/creativity-for-teams> (acedido em 04.12.2021)

Lengsfeld, Jörn (2019): Digital Era Framework. Ein Bezugsrahmen für das Digitale Informationszeitalter. Em: <https://joernlengsfeld.com/de/definition/digitales-informationszeitalter/> (acedido em 12.07.2021)

Macnaughton Ian (2004). Body, Breath and Consciousness. A somatic Anthology. Berkeley California: North Atlantic Books

Marcher Lisbeth e Fich Sonja (2010) Body Encyclopedia, Berkeley, California: North Atlantic Books

Matthew Barney Mann, Jon (2017). When Joseph Beuys Locked Himself in a Room with a Live Coyote em <https://www.artsy.net/article/artsy-editorial-joseph-beuys-locked-room-live-coyote> (Acedido em 12.05.2021)

Melo Alexandre (2004). Comendo seu coração em cena / nas árvores, rumo do fumo. Por Rui Chafes e Vera Mantero em [https://www.orumodofumo.com/pt/em-circulacao/pecas/comer-o-coracao-em-c\\_75](https://www.orumodofumo.com/pt/em-circulacao/pecas/comer-o-coracao-em-c_75) (acedido em 01.05.2021)

Mittermair Sonja, (2019). Der Tanz der Archetypen. Penzing: Eagle Books Verlag Germany.

- Miru Kim (2011). sobre a sua Performance I Like Pigs and Pigs Like Me em: <http://mirukim.com/i-like-pigs> (acedido em 15.06.2021)
- MoMa Carole Schneemann (2011). VÍDEO: Carolee Schneemann discute até e incluindo seus limites (Video) da Serie Drawing Through the Twentieth Century em [https://www.moma.org/learn/moma\\_learning/carolee-schneemann-up-to-and-including-her-limits-1973-76/](https://www.moma.org/learn/moma_learning/carolee-schneemann-up-to-and-including-her-limits-1973-76/)
- Morgan Joe (2021). the guardian- The power of touch: Is this the sense we missed most? Em:<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2021/feb/28/the-power-of-touch-is-this-the-sense-we-have-missed-most> (acedido em 10.05.2021)
- Nardi, Dario PhD 2017. Jung on Yoga Insights and Activities to Awaken with the Chakras. Los Angeles, USA: Radiance House
- Neuwald, Nana e D. Goodman Felicitas (2011). Ekstatische Trance. Rituelle Koerperhaltungen Das Praxisbuch. Aarau und Muenchen: AT Verlag
- Ovnaes Moberg Kerstin, (2019). The Calming Hormone of Health. Speak from the Body with Kerstin Uvnäs Moberg, (Podcast) em: <https://podcasts.apple.com/gb/podcast/oxytocin-calming-hormone-health-kerstin-uvn%C3%A4s-moberg/id1473722377?i=1000477393554> (acedido em 19.07.2021)
- Paxton Steven, (2018). Gravity. Bruxelles: Contredanse Editions
- Pert Candace B. (1997). Molecules of Emotions. Why You Feel the Way You Feel. New York: Editor Scribner.
- R. Damasio, Antonio, 1994. Descartes' Irrtum. Fuehlen, Denken und das menschliche Gehirn. Kapitel Die Hypothese der somatischen Marker. (pp. 227- 297) Muenchen: List Verlag
- Rawson Philip (1987). Drawing. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Rierman Fritz (1961). Grundformen der Angst. Muenchen: Ernst Reinhardt Verlag
- Rosenthal Dália, (2011). Joseph Beuys: o elemento material como agente social em: <https://www.scielo.br/j/ars/a/QGnwCXSXLXGWYT3n5dj83qH/abstract/?lang=pt> (Acedido em 06.06.2021)
- Santos Cabra António Pedra (2011). Doutoramento em teoria da imagem Ecrã duplo A Subjetividade Especial do Espectador na Imagem em Movimento instalado Universidade Lisboa Faculdade de Belas Artes. (Doutoramento)Disponível em [https://repositorio.ul.pt/bitstream/ulsd062834\\_td](https://repositorio.ul.pt/bitstream/ulsd062834_td) (Acedido em 18.07.2021)

Schechner, Richard (2006). *Performance Studies. An introduction*. United Kingdom: Routledge

Schmidt Daniel e Sweeney Patrick (2019). *Inner World Outer World* (Video) em: <https://www.youtube.com/watch?v=gH7qq-Lnj0c> (acedido em 03.05.2021)

Schneemann, Carolee (2011): *Up to and Including Her Limits 1973–76* em: [https://www.moma.org/learn/moma\\_learning/carolee-schneemann-up-to-and-including-her-limits-1973-76/](https://www.moma.org/learn/moma_learning/carolee-schneemann-up-to-and-including-her-limits-1973-76/) (acedido em 6.05.2021)

Sheldrake, Rupert (1987). Parte I - Mente, Memória e Arquétipo: Ressonância Mórfica e o Inconsciente Coletivo. *Psychological Perspectives*, 18 (1) 9-25, como surge forma? em <https://www.sheldrake.org/research/morphic-resonance/part-i-mind-memory-and-archetype-morphic-resonance-and-the-collective-unconscious> (Acedido em 22.06.2021)

Sheldrake, Ruppert (1987). Parte II - Sociedade, Espírito e Ritual: Ressonância Mórfica e o Inconsciente Coletivo 18 (2), 320-331 em: <https://www.sheldrake.org/research/morphic-resonance/part-ii-society-spirit-ritual-morphic-resonance-and-the-collective-unconscious>

Sheldrake Rupert (1988). *The Presence of the Past. Morphic Resonance and the Habits of Nature*. United Kingdom: Icon Books Ltd

Sheldrake. Ruppert (2012). *The Science Delusion*. United Kingdom: Coronet, Hodder& Stoughton

SFMOMA Press Ofice (2005). *SFMOMA Announces Matthew Barney: Drawing Restraint* Major Survey Highlights Artist's Newest Work In Sole U.S. Presentation em <https://www.sfmoma.org/press/release/sfmoma-announces-matthew-barney-drawing-restraint/> (acedido em 12.03.2022)

Simão Valério, Joana (2017). Máscaras sociais em: [https://www.psicologia.pt/artigos/ver\\_carreira.php?mascaras-sociais-que-uso-fazemos-delas&id=324](https://www.psicologia.pt/artigos/ver_carreira.php?mascaras-sociais-que-uso-fazemos-delas&id=324) (Acedido em 05.06.2021)

Stern, Arno (1995). *Die natuerliche Spur. Wenn die Mal- Lust nciht zu Werken fuehrt*. Waldfeucht: Hans- Nietsch- Verlag

Stern Arno (2022). *Oficial Webpage about the formulation*. Em: <https://arnostern.com/formulation/> ( Consultado em 05.01.2022)

Stein, Murray (1998) *C.G Jungs Landkarte der Seele* (C.G Jung´s map of the soul) Ostfilern: Patmos Verlag

Strozzi- Heckler, Richard (2014). The art of somatic coaching: embodying skillful action, wisdom, and compassion. Berkeley, California: North Atlantic Books

Veiel Andreas (2017)Beuys (DVD) Alemanha leopardo filmes.

Von Koerber, Kathi e Takenouchi, Atsushi (2013) Ridden by Nature (Video) U.S.A: Khia Keya Productions

Walker G. Barbara (1988). The Woman's Dictionary of Symbols and Sacred Objects. San Francisco. Haper San Francisco (Harper Collins Publishers, Inc)

Wanke Ulrich (2017). Die Oeffnung des 3. Auges. Quantenphilosophie unseres Jenseits-Moduls. Muenchen: Scorpio Verlag

Wisbom Lene, (2019). Test Analizing Manual, Bodydynamic Ego Functions and Character Structures. 10: Interpersonal Skills. Specially designed manual for the education in reading Bodymaps

Wohleben, Peter (2015). Das geheime Leben der Baeume. Was sie fuehlen, wie sie komunizieren- die Entdeckung einer verborgenen Welt. Muenchen: Ludwig Verlag i.d Verlagsgruppe Random House

### **Indice de Imagens:**

Fig. 1- Fotografia da Travessia *Incorpus skin bone blood*, Cabo de Espichel, 2018. Créditos de imagem: Catarina Machado

Fig. 2- Fotografia da Travessia *Incorpus skin bone blood*, Cabo Espichel, 2018. Créditos de imagem: Catarina Machado

Fig. 3- Fotografia da Performance *Trans- entre a terra e o céu*, Sesimbra, 2019. Créditos de imagem: de José Carlos Nero

Fig. 4- Fotografia da Travessia *Se As Moiras Falassem*, Lisboa, 2021. Créditos de imagem: Luís Conde

Fig. 5- Fotografia da Performance *Cíclico*, Batalha, 2018. Créditos de imagem: Neide Floripes

Fig. 6- Fotografia da Performance *Cíclico*, Batalha, 2018. Créditos de imagem: Neide Floripes

Fig.7- Fotografia da Performance *A Lembrança de uma árvore*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Neide Floripes

Fig. 8- Fotografia da Performance *A Lembrança de uma árvore*, Centro das artes Caldas da Rainha, 2019. Créditos de imagem: Natacha Costa

Fig. 9- Fotografia da Performance *A Lembrança de uma árvore*, Centro das artes Caldas da Rainha, 2019. Créditos de imagem: Natacha Costa

Fig. 10- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen

Fig. 11- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen

Fig. 12- Fotografia da Performance *(Re-)Connected*, Lagoa de Óbidos, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama

Fig. 13- Fotografia da Performance *(Re-)Connected*, Lagoa de Óbidos, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama

Fig. 14- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos da imagem: Sara Cruz

Fig. 15- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos da imagem: Sara Cruz

Fig. 16- Brigitte Canepa Serie *Prana*, Desenho a carvão sobre papel, 180cmx120cm, 2019

Fig. 17- Brigitte Canepa Serie *Prana*, Desenho a carvão sobre papel, 140cm x 120cm, 2019

Fig. 18- Gregor Hofbauer *La Venus de Willendorf* –Museu de historia natural em Vienna In <https://www.wien.info/es/turismo-en-viena/museos-y-exposiciones-en-viena/museos-m%C3%A1s-destacados/naturhistorisches-museum-viena-museo-de-historia-natural--352926> (acedido em 4.01.2022)

Fig. 19- Cave paintings prepared by Cro-Magnon man (primitive man) In <http://migre.me/mmuY> (acedido em 4.01.2022)

Fig. 20- Arno Stern, Trazate In <https://arnostern.com/formulation/?lang=es> Oficial Webpage, (Consultado em 05.01.2022)

Fig. 21- Ana Mendieta, *Silhueta Series* (1973-1980). In [https://64.media.tumblr.com/784518086d30c8cb4e29e97263c02353/tumblr\\_oj1jq7DvEP1uj7tsdo1\\_640.jpg](https://64.media.tumblr.com/784518086d30c8cb4e29e97263c02353/tumblr_oj1jq7DvEP1uj7tsdo1_640.jpg) (acedido em 19.08.2021)

Fig. 22- Schiele Egon, *Self portrait* (1912). In [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Egon\\_Schiele\\_-\\_Self-Portrait\\_with\\_Physalis\\_-\\_Google\\_Art\\_Project.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Egon_Schiele_-_Self-Portrait_with_Physalis_-_Google_Art_Project.jpg) (acedido em 01.08.2021)

Fig. 23- Egon Schiele, *Pair embracing* (1917). In <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=158712> (acedido em 01.08.2021)

Fig. 24- Tasumi Hijikata, *Revolt of the Body (Red Dress)* (1968). In <https://www.nonaka-hill.com/artworks/996-tatsumi-hijikata-archive-photograph-by-roku-hasegawa-revolt-1968/in> (acedido em 29.12.2021)

Fig. 25- Matthew Barney, *Drawing Restraint 2* (1988) Museum of Modern Art, New York in <https://www.wikiart.org/en/matthew-barney/drawing-restraint-2-1988> (acedido em 10.03.2022)

Fig. 26- Carolee Schneemann, *Up to and including her limits* (1973-1976). In [https://www.moma.org/learn/moma\\_learning/assets/www.moma.org/wp/moma\\_learning/wp-content/uploads/2012/07/Schneemann\\_UptoAndIncludingHerLimits-469x355.jpg](https://www.moma.org/learn/moma_learning/assets/www.moma.org/wp/moma_learning/wp-content/uploads/2012/07/Schneemann_UptoAndIncludingHerLimits-469x355.jpg)

(acedido em 12.09.2021)

Fig. 27- Miru Kim, *I love pics and pics loves me* (2011). In <https://www.thisisprimary.com/miru-kim-104-hours> (acedido em 03.08.2021)

Fig. 28- Vera Mantero e Rui Chafes, *Comer o coração nas árvores* (2016). In <https://noticias.uc.pt/multimedia/fotografias/comer-o-coracao-nas-arvores/> (acedido em 04.08.2021)

Fig. 29- Joseph Beuys, *Actrice (Actress)* (1961). In <https://www.bastian-gallery.com/zh-hans/exhibitions/joseph-beuys-drawings/> (acedido em 10.03.2022)

Fig. 30- Joseph Beuys, *I Like America and America Likes Me* (1974). In [https://d7hftxdivxxvm.cloudfront.net/?resize\\_to=width&src=https%3A%2F%2Fartsy-media-uploads.s3.amazonaws.com%2Fcs8haA7AL0eMe6hfQToRbg%252Fbeuys.jpg&width=1200&quality=80](https://d7hftxdivxxvm.cloudfront.net/?resize_to=width&src=https%3A%2F%2Fartsy-media-uploads.s3.amazonaws.com%2Fcs8haA7AL0eMe6hfQToRbg%252Fbeuys.jpg&width=1200&quality=80) (acedido em 06.08.2021)

Fig. 31- Kazuo Ohno (1986). in [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Kazuo\\_Ohno.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Kazuo_Ohno.jpg) (acedido em 06.08.2021)

Fig. 32- Atsushi Takenouchi e Kathi von Koeber, *Ridden by nature* (2017). In [href="https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=3453458">Link</a>](https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=3453458) (acedido em 07.08.2021)

Fig. 33- Fotografia da performance, *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 34- Fotografia da performance, *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 35- Fotografia da performance, *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 36- Fotografia da performance, *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 37- Fotografia da performance, *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 38- Fotografia da performance, *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 39- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 40- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 41- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 42- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 43- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 44- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 45- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 46- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 47- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 48- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 49- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 50- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 51- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 52- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 53- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo

- Fig. 54- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo
- Fig. 55- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo
- Fig. 56- Fotografia do desenho final da performance *Libertar o desenho em mim*,  
(2021) Vimeiro. Créditos de imagem: Barbara Araújo
- Fig. 57- Fotografia da performance *Libertar o desenho em mim*, (2021) Vimeiro.  
Créditos de imagem: Barbara Araújo
- Fig. 58- Brigitte Canepa, Desenho experimental em relação ao projeto final, 2020,  
150cm x 190cm
- Fig. 59- Brigitte Canepa, Desenho da Serie *Prana*, 140cm x 120cm, 2019.
- Fig. 60- Fotografia da Travessia *Se as Moirae falassem*, Lisboa, 2021. Créditos da  
imagem: Luís Conde
- Fig. 61- Fotografia da Travessia *Se as Moirae falassem*, Lisboa, 2021. Créditos da  
imagem: Luís Conde
- Fig. 62- Fotografia da Travessia *Se as Moirae falassem*, Lisboa, 2021. Créditos da  
imagem: Luís Conde
- Fig. 63- Fotografia da Performance *Trans- entre a terra e o céu*, Sesimbra, 2019.  
Créditos de imagem: de José Carlos Nero
- Fig. 64- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Viriginia  
Rongen
- Fig. 65- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz
- Fig. 66- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Foz de Arelho, 2019. Créditos  
da imagem: Brigitte Canepa
- Fig. 67- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Foz de Arelho, 2019. Créditos  
da imagem: Brigitte Canepa
- Fig. 68- Fotografia da Performance *Lembrança de uma arvore*, Vimeiro, 2018.  
Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Foz de Arelho, 2019. Créditos da  
imagem: Neide Floripes
- Fig. 69- Fotografia da Performance *Cíclico*, Batalha, 2017. Créditos de imagem: Neide  
Floripes
- Fig. 70- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Viriginia  
Rongen

Fig. 71- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos da imagem: Ana Raposeira

Fig. 72- Brigitte Canepa, Cartaz publicitário, 21 cmx29,7 cm, 2021

Fig. 73- Brigitte Canepa, Cartaz publicitário, 21 cmx29,7 cm, 2021

Fig. 74- Fotografia da aula dançar os arquétipos, Gaeiras, 2021. Créditos de imagem: Brigitte Canepa

Fig. 75- Fotografia da aula dançar os arquétipos, Gaeiras, 2021. Créditos de imagem: Brigitte Canepa

Fig. 76- Brigitte Canepa, Serie *Prana*, 170cmx 130cm, 2019

Fig. 77- Brigitte Canepa, Serie *Prana*, 180cmx 140cm, 2019

Fig. 78- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz

Fig. 79- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz

Fig. 80- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz

Fig. 81- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 82- Fotografia da Performance *(Re-)connected*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama

Fig. 83- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 84- Fotografia da Performance *Flow*, Vimeiro, 2020. Créditos de imagem: Sara Cruz

Fig. 85- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 86- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 87- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo

Fig. 88- Fotografia da Performance *Ser*, Vimeiro, 2019. Créditos de imagem: Virginia Rongen

Fig. 89- Fotografia da Performance *(Re-)connected*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama

Fig. 90- Fotografia da Performance *(Re-)connected*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos de imagem: Bruno Gama

Fig. 91- Fotografia de uma exploração livre, *sem título*, Lagoa de Obidos Foz de Arelho, 2019. Créditos da imagem: Ana Raposeira

Fig. 92- Fotografia da Performance *Archetypes*, Vimeiro, 2021. Créditos de imagem: Barbara Araújo