



A dança em tempos pandêmicos: vivências e sentidos no espaço virtual sob olhar fenomenológico

*Dance in pandemic times: experiences
and meanings in the virtual space from a
phenomenological perspective*

*La danza en tiempos de pandemia:
vivencias y sentidos en el espacio virtual
desde una perspectiva fenomenológica*

Kaio César Celli Mota
Michele Viviene Carbinatto

Kaio César Celli Mota

Mestre em Estudos Socioculturais e Comportamentais do Esporte pela Universidade de São Paulo (USP), com fomento do CNPq. Professor no curso de graduação em Educação Física da Universidade de Santo Amaro (UNISA)

Michele Viviene Carbinatto

Pós-Doutora pela Teachers College, University of Columbia (Nova York). Professora e pesquisadora na Escola da Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo (EEFE-USP)



Resumo

Este artigo apresenta uma análise fenomenológica da experiência vivida por jovens integrantes do Laboratório de Estudos do Corpo (LEC) durante a pandemia de covid-19, com ênfase nos efeitos do isolamento social sobre a prática da dança em ambiente virtual. A investigação foi conduzida por meio de entrevistas em profundidade, registros visuais e diários de aula, com o objetivo de compreender como os nove participantes ressignificaram o espaço doméstico e os próprios corpos, desenvolvendo novas formas de expressão e resistência corporal. A análise dos dados foi realizada com base na abordagem fenomenológica, buscando captar os sentidos atribuídos pelos participantes às suas vivências. Os resultados revelam que a dança constituiu-se como uma estratégia de enfrentamento emocional, reinvenção de vínculos afetivos e fortalecimento da corporeidade, mesmo diante das restrições técnicas e espaciais impostas pelo contexto pandêmico. Conclui-se que, apesar do distanciamento físico, a prática artística foi preservada, reafirmando a potência do corpo em movimento como forma de resiliência e superação.

Palavras-chave: Fenomenologia, Experiência vivida, Dança contemporânea, Pandemia, Ensino remoto.

Abstract

This study phenomenologically analyzes the lived experience of young members of the Laboratory of Body Studies during the COVID-19 pandemic, specially the effects of social isolation on the practice of dance in virtual environments. This investigation included in-depth interviews, visual records, and class journals to understand how its nine participants resignified their domestic spaces and their own bodies and developed new forms of expression and bodily resistance. Data analysis was based on a phenomenological approach to grasp the meanings attributed by the participants to their experiences. Results show that dance emerged as a strategy for emotional coping, reinvention of affective bonds, and strengthening of corporeality, even in the face of the technical and spatial limitations due to the pandemic. Despite physical distancing, artistic practice remained, reaffirming the power of moving body as a form of resilience and overcoming.

Keywords: Phenomenology, Lived experience, Contemporary dance, Pandemic, Remote teaching.



Resumen

Este artículo presenta un análisis fenomenológico de la experiencia vivida por jóvenes integrantes del Laboratorio de Estudios del Cuerpo (LEC) durante la pandemia de la covid-19, con énfasis en los efectos del aislamiento social sobre la práctica de la danza en entornos virtuales. Esta investigación se llevó a cabo mediante entrevistas en profundidad, registros visuales y diarios de clase, con el objetivo de comprender cómo los nueve participantes resignificaron el espacio doméstico y sus propios cuerpos mediante el desarrollo de nuevas formas de expresión y resistencia corporal. El análisis de los datos se realizó a partir del enfoque fenomenológico para captar los sentidos atribuidos por los participantes a sus vivencias. Los resultados revelan que la danza se constituyó como una estrategia de afrontamiento emocional, reinención de vínculos afectivos y fortalecimiento de la corporeidad, incluso frente a las restricciones técnicas y espaciales impuestas por el contexto pandémico. Se concluye que, a pesar del distanciamiento físico, la práctica artística fue preservada al reafirmar la potencia del cuerpo en movimiento como forma de resiliencia y superación.

Palabras clave: Fenomenología, Experiencia vivida, Danza contemporánea, Pandemia, Enseñanza remota.

Na imensidão da quietude forçada,
os corpos se tornam vozes.
Em um cenário de medo e incerteza
onde as palavras se tornam pesadas e o silêncio assombra,
a dança emerge como alívio, como protesto e como cura.
Movimentos antes contidos agora se libertam,
contando histórias de saudade,
de dor e de esperança.
Cada passo, um lamento.
Cada gesto, uma memória.
Cada salto, uma tentativa de romper com as limitações
que o mundo impôs.
Em tempos pandêmicos,
a dança é a linguagem da resistência.
Ela reconfigura o luto em força,
a solidão em comunhão,
o desespero em resiliência.
A dança é a alma que se recusa a ser silenciada,
que encontra, em cada movimento,
uma forma de se reinventar e transformar.

Quando as palavras falham, que dancemos.
Quando o choro ecoa, que o som dos passos o acolha
e o transmute em esperança.

Kaio César Celli Mota, autoria própria.

Abertura ao pensamento

Assumo o lugar de uma pesquisa fenomenológica, que imbrica o eu, sujeito pesquisador, e mundo que observo. Se agora sigo em movimento, outrora me sentia estagnado. Uma ocasião nunca vivenciada colocou o mundo em uma outra perspectiva. Paramos bruscamente. Um dia, um corpo metropolitano transitando pelos caminhos de uma grande cidade, outrora um corpo pandêmico limitado pelas paredes concretas do meu próprio lar. Este corpo que vos fala entrou em conflito. Se por essência o movimento me preenchia desde o primeiro entendimento de mundo, por obrigação de uma ocasião externa se fez “interromper”. Parou-se o trânsito, o trabalho, a escola, e rompeu com a vida tal qual entendíamos até aquele momento. Ao ligar a televisão: lockdown, vacina, política, meio ambiente. A mente transitava entre momentos de delírios, medos e preocupações. Mas se algo acontecer comigo e com a minha família? Sentia cada vez mais o mundo desmoronando ao meu redor. E eu, na beira de um precipício, por mais que corresse e tentasse fugir, continuava ali, no mesmo lugar. Duas escolhas se apresentavam: lançar-me no abismo sombrio daquele penhasco ou, com plena consciência, encontrar algum alívio ao focar pequenas ações concretas que me permitissem um caminhar mais pausado e atento ao momento presente.

Naquele momento, me restava “manter algumas coisas no lugar”. Na verdade, em um nem tão novo “lugar”. O lar, que antes significava um espaço de conforto, acolhimento e bons encontros, quase se tornou uma “prisão”. E se precisávamos, de maneira obrigatória, permanecer nele, restava ressignificar os seus espaços, para manter, de alguma forma, o corpo em certo “movimento” que pudesse mobilizar de novo a vida, o trabalho, a escola e os estudos. De tal modo, mantive um dos vários projetos pessoais ativo, um grupo de pessoas que começaram a se reunir antes da pandemia para pensar, discutir e experimentar princípios da dança, para culminar em uma composição coreográfica. Após um breve período de pausa para reestruturação do

projeto, a proposta voltou à ativa durante a pandemia. Passo a me encontrar semanalmente com um grupo de nove jovens dançarinos, participantes de um projeto social chamado Laboratório de Estudos do Corpo (LEC): estudantes de ballet clássico, jazz e dança contemporânea de uma escola de dança na Zona Sul de São Paulo.

Compartilhávamos uma vontade de nos encontrarmos, ainda que em novas conformidades e em diferentes espaços de um mundo virtual. Criamos uma brecha no “espaço e tempo” pandêmico para trocarmos lamúrias, pensamentos e incertezas, que se transformaram, apesar de certas restrições, em movimentos poéticos traduzidos em dança. O medo converteu-se em movimento, ainda que em um espaço restrito e de maneira bem pontual. Foi forjado, com aquele grupo, um lugar de escape da situação que estávamos vivenciando. Criamos um lugar seguro, ainda que virtual, no qual nós, apesar dos pesares, continuávamos sendo corporeidades em movimento.

Foi por meio dessa nova experiência de mundo vivido que despertou em mim, agora, sujeito pesquisador, o interesse em mergulhar naquilo que havia sido experienciado. Por mais que, ao assumir o lugar de uma pesquisa científica com raízes positivistas, que nos deixa cada vez mais externo ao fenômeno, vejo-me profundamente imbricado com aquilo que foi vivido. Uma corporeidade que está, ao mesmo tempo, dentro e fora dele. Fluidez essa que me permitiu investigá-lo sobre diferentes perspectivas. Ora sou eu quem vos falo sobre as impressões e sensações que outrora estiveram presentes no meu corpo-próprio, ora compartilho os insights e as percepções sentidas e observadas pelos colaboradores desse projeto: nove jovens que decidiram, comigo, embarcar nessa dança pandêmica.

Assim, o objetivo deste trabalho é lançar luz sobre os encontros remotos vivenciados por esse grupo durante a pandemia, desvelando suas experiências a partir da fenomenologia de Merleau-Ponty (2011). Buscou-se compreender, com sensibilidade e profundidade, as vivências compartilhadas nesse contexto, captando os sentidos que emergiram dessas interações.

Desenrolar metodológico

Ao vivenciar o fenômeno intensamente, ele se revelou sob diversas perspectivas e manifestações, expressando múltiplos modos de ser e estar

no mundo (Bicudo; Klüber, 2013). Para alcançar uma compreensão genuína, foi necessário imergir no ambiente analisado, permitindo que a partir da percepção fossem reveladas as subjetividades entrelaçadas em uma teia comum de experiências, que estavam repletas de significados. Adotando a “atitude fenomenológica”, buscamos trazer à tona significados mais profundos que desvendassem “[...] atitudes, novos modos de ver, compreender e viver, valorizando a experiência originária e envolvente da corporeidade, motricidade, sensibilidade estética e escuta do outro” (Nóbrega, 2019, p. 73-74).

Assim, a construção dos dados aqui refletidos ocorreu por meio de um conjunto de instrumentos científicos pautados no espaço-tempo das aulas de dança que ocorreram durante a pandemia. A partir de várias perspectivas, a entrevista fenomenológica, o método visual e a análise documental convergiram para a compreensão do que foi realmente vivido pelos participantes da pesquisa.

Por meio da entrevista fenomenológica, as vozes dos dançarinos rasgaram o silêncio e se abriram ao mundo. Em um processo de partilha genuína, entrevistador e entrevistado teceram juntos uma série de diálogos que buscaram retratar um mundo vivido de maneira virtual, compartilhando sensações, sentimentos e experiências vivenciadas, os quais, mais tarde, foram interpretados e revelaram significados profundos do fenômeno observado (Brinkmann; Kvale, 2009).

Por meio do método visual, utilizando fotografias e vídeos, os colaboradores puderam acessar fragmentos de experiências passadas, evocando situações anteriormente vividas por meio da memória. Desse processo emerge o conceito de “corpo mnésico” – uma rede de memórias, significados, sensações e percepções, todas elas, que permanecem inatas ao sujeito e se entrelaçam a um mundo em movimento (Kliemann, 2015; Pardelha, 2007). Ao pedirmos que se filmassem dançando em resposta à pergunta “O que foi a pandemia para você?”, foi facilitado o resgate de identidades próprias que, naquele contexto, estavam incorporadas ao ambiente doméstico. Corpo e lar se fundiram, criando uma poética da dança. O material produzido contém um grandíssimo valor sentimental, são as memórias de um tempo extremante difícil e singular, vivido por um grupo de jovens que se viram, dentro daquele contexto, tendo que extravasar os seus sentimentos por meio da dança. Assim, concordamos com Capelatto e Carvalho (2022, p. 6): “esse material será uma lembrança desse tempo tão diferente”

O termo “análise documental” carrega uma formalidade associada a processos mais formais da pesquisa científica (Lima Junior et al., 2021). Embora usemos essa nomenclatura, buscamos, por meio dos “diários de aula”, uma escrita mais livre e autêntica, que, em um fluxo espontâneo de pensamentos registrados, revelasse o que foi genuinamente sentido e descrito, tanto por mim quanto pelos colaboradores.

No caminho de ir e vir, parar e sentir, observar e relatar, analisar e refletir, as coisas foram se revelando a nós. Foi necessário adotar uma estratégia de “redução fenomenológica” para desvelar o fenômeno, suspendendo juízos e julgamentos e permitindo uma análise autêntica. No mais, em conjunto com a figura da *peer checking*, foi atribuído um olhar e uma percepção externos ao fenômeno. Esses processos buscaram assimilar os significados expressos nas diferentes percepções coletadas. Após um longo período de imersão, foram atribuídos sentidos e significados para as diferentes experiências relatadas, que foram qualificadas e organizadas em unidades de significado.

Vale destacar que adotamos pseudônimos para as intercorporeidades embrenhadas nesta pesquisa (neste caso, referentes à nomenclatura dos planetas do sistema solar), respeitando seu anonimato e privacidade.

Exploraremos uma dessas unidades para que você possa experimentar, ainda que por meio de seu próprio ponto de vista e percepção de mundo, uma parcela do que foi vivido por nós. Se, ao final desta leitura, você sentir o desejo de se embrenhar ainda mais, convidamos a uma imersão mais profunda nas reflexões apresentadas por Mota (2023).

“Eu-outro-lar”: intermundos conexos durante a pandemia

Em meados de 2020, ao recebermos a notícia sobre a pandemia e o isolamento social, colocamo-nos para dentro de casa com a ideia de que aquela situação se estenderia por poucas semanas e que em breve retornaríamos para a nossa rotina. À medida que o tempo se alongava, víamos diante dos nossos olhos os dias se estendendo em semanas, meses e anos. Um sentimento de tristeza profunda e melancolia tomava conta de todos, assim como relata Urano:

[...] do dia para noite acabou, tipo, tudo que a gente estava acostumado mudou, assim... e foi muito rápido, foi um baque! Literalmente um baque

pra gente! [...] A gente ficou muito triste, então, teve tristeza, esse sentimento também! (Urano).

Esse período nos expôs a sensações como tristeza, angústia, tédio, solidão, impotência e medo, com consequências que impactariam diretamente a vida cotidiana (Leitão; Moreira; Souza, 2021). Vivendo o mundo corporalmente, acabamos também sendo afetados por essas experiências sociais por meio do nosso corpo (Giddens, 2004). Com o prolongamento do tempo, aumentavam os reflexos físicos e psicológicos entre as pessoas, que, para além dos possíveis impactos diretos do vírus, também poderiam enfrentar problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão (Bastiampillai et al., 2020; Carvalho et al., 2020; Nascimento; Maia, 2021; Ornell et al., 2020).

Em vez de se render a essas adversidades, decidimos reagir. Transformamos o sentimento em um impulso para ações concretas durante a pandemia, visando mitigar seus múltiplos impactos. Para Capelatto e Carvalho (2022), apesar das restrições impostas pela pandemia sobre a prática de atividade física, houve uma tomada de consciência por parte da população sobre se manter fisicamente ativa durante todo esse período, e que, para isso acontecer, deveria haver uma maior motivação para uma mudança de rotina. Com o aumento exponencial de encontros por meio de plataformas digitais, surgiram novas configurações de trabalho, escola e prática de atividade física, possibilitando que os integrantes estabelecessem, de algum modo, uma nova rotina. Ainda assim, sendo a dança o braço das práticas corporais escolhida para enfrentar movimento pandêmico, ela poderia ser uma modalidade de atividade física que contribuiria na melhoria da autoestima, valorização e satisfação pessoal, auxiliando na melhoria do status de qualidade de vida e bem-estar (Silva; Santos, 2022).

Passamos a habitar o mundo virtual, e os encontros do LEC firmaram um compromisso entre dez pessoas (eu, sujeito pesquisador e outrora também professor, e os nove alunos). Ainda que o mundo estivesse desmoronando, passamos a agir com uma série de novos pensamentos e ações que buscaram ressignificar toda a situação pandêmica. Entendíamos que, ao agir de maneira mais fluida e maleável, alguns hábitos e vícios mentais e corporais provenientes da pandemia poderiam ser dissolvidos (Alves; Ota, 2023).

Para compreender melhor esse fenômeno, foi necessário reaprender a olhá-lo, por trás das janelas das nossas casas ou das telas dos nossos computadores. Para tanto, foi preciso um aprofundamento em si mesmo, em um mundo interno que coabita a nossa própria razão de existência. Pela ótica da fenomenologia, “ser-no-mundo” é uma condição essencial de voltar para si mesmo (Merleau-Ponty, 2011). Recolher-se ao próprio ser em busca de uma essência pura e verdadeira, impregnada de autenticidade, que revela ao mundo quem somos em todas as nossas versões.

Durante a pandemia, os sentidos atribuídos à experiência vivida foram distintos para cada pessoa, refletindo uma percepção singular desse período desafiador. Para muitos, foi um momento de recolhimento, reflexão e ressignificação; para outros, uma oportunidade de introspecção e aprendizado, promovendo mudanças significativas por meio da busca de novas ferramentas para interiorização. Essas ferramentas possibilitaram aprendizagens que redefiniram os modos de olhar para a vida e para si mesmo.

Urano, por exemplo, relata uma percepção mais aguçada de si ao vivenciar esse período por meio de seu corpo-próprio. Mesmo em um contexto remoto, ele destacou os estímulos proporcionados pelas experiências no grupo:

Mesmo que virtualmente, foi bem legal! Eu consegui aprender bastante coisa! [...] Mas consegui aprender bastante coisa em relação ao meu corpo, também.... Até onde eu consigo ir, onde ainda é um pouco difícil [...] Então mesmo online, deu para aprender bastante coisa! (Urano).

Sol percebeu como as experiências ressignificadas contribuíram para o seu processo de desenvolvimento na dança. Ele reflete sobre como conseguiu transformar as adversidades do momento em algo que promovesse um crescimento pessoal:

Mas foi uma experiência muito boa também, se você for parar para pensar, o que que isso ajudou na minha dança; eu vejo que me trouxe o outro lado, sabe, como eu consigo me reinventar mesmo! Como eu transformo esse momento em algo transformador... Como eu transformo isso em algo que vai me desenvolver! (Sol).

Destacamos que, na sua maioria, as experiências foram pautadas na “dança contemporânea”, já que seu percurso revela uma prática desenvolvida

sobre linhas de subjetivação que incorporam multiplicidades de sentidos, caminhos e possibilidades (Cohen, 2001). Ao vivenciar essas experiências corporalmente, Sol percebeu que estar sozinho em casa, diante de uma tela, desafiou-o a se conectar mais consigo mesmo e com sua movimentação, promovendo um desenvolvimento pessoal que também impactou sua performance positivamente:

O lado bom de fazer aula online é justamente isso! Você vai ter que ouvir, prestar atenção, e isso influencia muito! [...] Então, como é que eu aproveito esse momento prestando mais atenção, tentando trabalhar outras questões que são muito importantes para nossa dança, como ouvir mais [...] Querendo ou não, traz o seu lado mais de você querer entender seu corpo, querer entender o seu indivíduo, e isso acaba me desenvolvendo na dança (Sol).

Esses relatos evidenciam que sair da zona de conforto, enfrentando situações e desafios inéditos, mobilizaram a adoção de novas atitudes. As pessoas precisaram enfrentar essas situações desconfortantes, e a dança foi usada como essa “válvula de escape” (Silva; Santos, 2022) ao proporcionar um local seguro e acolhedor, em que, por meio dos movimentos, os sentimentos fossem sentidos, revistos e reformulados, expressados por meio da poética de suas corporeidades, nas quais foram expressas “paisagens do inconsciente” (Cohen, 2001). Enxergar a ocasião sob uma perspectiva diferente significou não apenas incorporar uma nova percepção de si mesmo, mas também, ainda que remotamente, uma renovada percepção dos outros em um mundo coletivo.

Se até aquele ponto vivíamos por meio das trocas corporificadas em um mundo real, passamos, a partir da pandemia, a conviver em um mundo remoto que nos distanciou fisicamente uns dos outros. Ainda que naquele período o grupo se “encontrasse” uma vez na semana pelo Google Meet, era evidente um sentimento de solidão, resultado de uma falta de troca de olhares, toques e o compartilhamento de um espaço físico em comum, como no caso dos estúdios e salas de dança.

Para alguns integrantes, a falta de interação acentuava uma sensação de desconforto e desconexão, evidenciando nossa natureza social e a necessidade de dinâmicas coletivas para nos sentirmos pertencentes. Para outros,

a solidão foi ressignificada como **solitude**. Nesse contexto, estar sozinho tornou-se uma oportunidade de desenvolvimento pessoal, permitindo o enfrentamento da timidez, maior liberdade para experimentações corporais e até mesmo a descoberta de novos caminhos na dança, como a improvisação, sem o peso do julgamento alheio. Durante uma discussão com a *peer checking*, ficou evidente como esse processo impactou positivamente Netuno:

Uma coisa boa da pandemia foi o fato dela estar sozinha em casa e que, como ela é muito tímida, isso melhorou muito, principalmente com relação à improvisação, que ela não se desenvolvia tanto com as aulas, porque ela sabia que tinha gente olhando. Então, ela não se sentia à vontade e percebeu que em casa ela evoluiu muito nesse sentido, de explorar mais o corpo, os movimentos e tudo mais (Discussão com a *peer checking* sobre Netuno).

Para a fenomenologia, o corpo vivido está relacionado ao próprio movimento. Os sujeitos que estudam a si mesmos, por meio de novas experimentações corporais, poderiam ampliar um repertório motor próprio e reconhecer sua expressividade como únicas e particulares (Tourinho; Silva, 2006).

Certamente, podemos notar que as experiências foram particulares. Mas, ainda assim, precisaríamos nos aprofundar sobre as experiências vividas de maneira coletiva, já que, no caminho da fenomenologia, o mundo vivido se dá por meio do atravessamento das intersubjetividades. Vivemos um modelo simbiótico de comunidade, pois somos seres sociais. As diversas conexões estabelecidas ao longo da vida construíram a nossa percepção de ser-no-mundo com os outros. Durante a pandemia, o isolamento social interferiu nessa engrenagem, rompendo com o sentido de ser e estar junto no mundo, refletido nessa “falta do outro”.

Esse mundo vivido também se manifesta de forma social, no encontro com a coletividade, pois as experiências humanas são compreendidas e significadas de maneira interpessoal (Leitão; Moreira; Souza, 2021). Durante o contexto pandêmico, as ferramentas de telecomunicação digital desempenharam um papel essencial na mediação dessas novas interações, adaptando-se ao cotidiano remoto (Sbeghen; Wittizorecki; Haas, 2022). Nesse cenário, os corpos em ação mantiveram sua realidade e sociabilidade, mas o espaço de interação foi transposto para o ambiente virtual (Ehrenberg; Miranda; Carbinatto, 2022).

Dessa forma, novas relações foram construídas, consolidando o mundo coletivo como uma dimensão essencial da existência. Podemos afirmar que somos-no-mundo porque somos-com-o-outro (Patrício, 2021). Esse “somos” revela nossa inserção em uma teia interconectada de experiências compartilhadas, em que a coletividade se torna parte intrínseca do que nos define.

Para Surdi e Kunz (2010), construímos o nosso mundo próprio na medida em que nos relacionamos com os outros. No caminho desta investigação, entendemos que seria necessário um olhar sobre o mundo coletivo para compreendermos as relações que ora emergiram e ora se perderam durante esse processo. Ao se conectar com os outros, na sua multiplicidade de significados, modificam-se as experiências de diálogos e as relações humanas (Sbeghen; Wittizorecki; Haas, 2022).

O fato é que, como integrantes do grupo LEC, já compartilhávamos laços que transcendiam a mera convivência; éramos, de certo modo, cúmplices em um percurso de trocas e aprendizagens. No contexto de distanciamento, não estávamos simplesmente nos afastando de “alguém,” mas de um amigo, um colega, uma presença significativa que já havia se entrelaçado às nossas vidas. Era uma pessoa cuja importância reconhecíamos como parte essencial da tessitura do nosso existir coletivo, alguém por quem nutríamos apreço suficiente para sentir, na ausência, o eco de sua presença.

Então, a gente sempre foi muito próximo, mesmo antes do grupo! O grupo está juntando a gente mais! Então, mesmo online, a gente conversava ainda, por WhatsApp, por ligação! Então, a gente não se distanciou, assim, o grupo! A gente só não estava se vendo no presencial, mas a gente continuou se falando normalmente... (Saturno).

A existência de uma amizade sólida entre os integrantes do grupo antes do distanciamento foi crucial para que a comunicação se mantivesse fluida e natural, mesmo no ambiente digital. Os recursos tecnológicos disponíveis atuaram como pontes que sustentaram as conexões previamente estabelecidas. A interação remota com pessoas com quem já nutríamos vínculos afetivos fora das plataformas digitais tem o potencial de preservar um “senso habitual de união” nas relações preexistentes (Osler, 2020).

Essa perspectiva foi reforçada durante uma discussão com a *peer checking*, na qual identificamos como esses laços anteriores contribuíram

para a continuidade do contato durante a pandemia: “Para ela, como o grupo já era muito próximo antes, nada se perdeu [...] ela acha que a pandemia na verdade fortaleceu o grupo” (Discussão com a *peer checking* sobre Urano).

Essa experiência revela como os vínculos afetivos preexistentes não apenas resistiram às adversidades do distanciamento, mas, em alguns casos, foram intensificados, transformando o desafio em uma oportunidade de fortalecimento coletivo, e evidencia que, apesar da separação física, ainda estávamos conectados por raízes mais profundas, repletas de historicidade e significados.

Ao nos reconhecemos mutuamente, passamos a cultivar um sentimento de empatia e solidariedade diante das situações e emoções compartilhadas. Nesse encontro, emerge um ato de solidariedade entre duas presenças corpóreas, conectadas pelo sentimento do “eu sinto”. Para Mota, Patrício e Carbinatto (2022), seriam desenvolvidas relações entre indivíduos que compartilham um mesmo conteúdo e objetivo, o que fortaleceria uma sensação de união coletiva. É nesse entrelaçamento sensível que começamos a perceber as sutilezas e delicadezas que compõem o universo coletivo (Bauman; Carvalho, 2005). A realidade humana é compreendida por meio das múltiplas relações, em que o processo de experiências corporais, enquanto intersubjetividades em ação, estará sempre situado nesse “encontro” com o outro (Franco; Santos; Caminha, 2020). Haveria um estado de presença, ainda que reconfigurado, do qual se passou a reconhecer a coletividade por meio da valorização do tempo de encontro com o outro (Andrade; Santos; Banov, 2021). De tal modo, inferimos que, mesmo de forma online e apesar da distância, as relações sociais nesse grupo foram mantidas e fortalecidas.

Antes da pandemia, o grupo vivenciava uma série de exercícios voltados ao desenvolvimento de técnicas específicas da dança com o objetivo de expandir a percepção sinestésica. Contudo, diante das novas circunstâncias, essas práticas precisaram ser reformuladas e ressignificadas. O toque, por exemplo, elemento essencial para muitas técnicas de dança, tornou-se inviável no contexto do distanciamento físico. Sem essa possibilidade, foi necessário explorar novas vias de acesso à percepção, voltando-se para um sentir mais profundo de si mesmo e das relações com o entorno. Foi preciso “trocar de pele”, como um princípio de mutabilidade, ao viver outras temporalidades,

viabilizando novos caminhos e convidando os sujeitos a um reencontro consigo e com o outros (Borges, 2024). Assim, emergiu uma busca por conexões que não dependiam do contato direto, mas que ressoavam nos corpos e nos elementos externos que, ainda assim, nos tocavam de outras formas:

Passei o lenço no corpo todo, com intensidades diferentes, foi um pouco estranho pois o meu corpo não está acostumado com esse toque! Depois fizemos com a intenção de deixar o pano nos conduzir como se fosse a nossa própria sombra. Ao longo do exercício eu percebi como o toque dos outros faz falta durante a pandemia, já que na dança nós nos tocamos muito! Depois destes exercícios percebi a necessidade de valorizar o toque, primeiro em mim mesma, e quando possível, nas outras pessoas! (Diário de Marte).

Mesmo diante da ausência do toque, compreendemos que o outro permanece sendo uma parte essencial de nossa própria existência. É na interação que encontramos a possibilidade de expressar nossa essência, pois nossa vivência se tornaria incompleta sem essa conexão (Monteiro, 2006).

No processo de compartilhamento das descobertas e sensações emergidas durante os encontros, incorporamos um momento ao final das aulas para dividir nossas percepções e criações desenvolvidas ao longo da prática. Apesar do distanciamento, cria-se um espaço em que passamos a habitar a intencionalidade do outro, mesmo que por entre as telas, onde o gesto irá se revelar como parte fundamental dessa interconexão, trazendo um grande apelo à expressão artística (Mota; Patrício; Carbinatto, 2022). Nesse exercício, aprendemos a reconhecer a “existência” do outro por meio do olhar, do observar, do apreciar e do sentir a forma como cada ser interpretou e se expressou dentro daquele novo espaço mediado pela tela.

No caminho das discussões propostas até aqui, foi dada ênfase às relações que emergiram entre os próprios participantes, com destaque a esse olhar voltado para si, à situação vivenciada, à busca por ressignificações e à persistência nas suas próprias práticas corporais. Além disso, notamos que, ao vivermos o mundo coletivamente, as relações estabelecidas com os demais colegas foram significativas, pois ser-no-mundo era, até aquele momento, compartilhar os espaços e as tarefas com os outros. No momento em que a pandemia nos colocou para dentro de casa, nascia um novo olhar

para o próprio espaço físico e o ambiente doméstico. A casa tomou outras conformações: ora nos protegia do vírus, ora nos prendia e nos afastava da vida. Se até aquele ponto não tínhamos escolha, restou um novo olhar para o lar especificamente no contexto em que o grupo insistia em manter a sua prática ativa: reconfigurando-a, fazendo novas descobertas, ampliando as possibilidades e incorporando o ambiente circundante. Para a realização das atividades em casa, foi necessário fazer adaptações no ambiente, incluindo ajustes relacionados aos pisos, aos calçados utilizados, bem como à ventilação e à iluminação do espaço (Zikan et al., 2020).

Diversos foram os espaços de casa que foram adaptados para as aulas. Entre os relatos, destaca-se a sala de estar, o salão de festas do prédio, o quarto e até mesmo o banheiro. A princípio, existia uma sensação de “desconforto” diante da inadequação do ambiente, seja em relação ao tamanho, ao piso, a obstáculos ou à presença de outros familiares que compartilhavam aquele lugar. Pesquisas apontam que, no ensino da dança online, a limitação de espaço foi um desafio significativo, exigindo adaptações nas aulas para adequação às restrições do ambiente de cada participante (Lima, 2021; Zikan et al., 2020).

As consequências de fazer em casa, é isso, porque a gente não tem um solo legal para pisar, para pular e tudo mais! Ainda mais a gente que usa muito chão também! Então, por exemplo, a gente sai ralado, pelo menos no espaço que eu fazia, tipo, era bem complicado, assim... (Mercúrio).

Relatos indicam que essas dificuldades limitaram o desenvolvimento e a execução de determinados elementos técnicos da dança, o que, no retorno às aulas presenciais, poderia resultar em uma defasagem no aprimoramento técnico de algumas habilidades:

Não tinham alguns exercícios online que tem no presencial, como saltos, piruetas e diagonais.... Eu senti muito a falta dessas coisas que a gente estava acostumada a fazer nas aulas presenciais! (Terra).

Essas habilidades significam um controle racional do próprio corpo, com certo nível de especialidade, alcançando um estado de performance consolidado (Wesemann, 2011). Por meio do treino constante de algumas

movimentações, o dançarino desenvolve um nível técnico condizente com a qualidade da sua performance. Dessa forma, a preocupação dos integrantes do grupo era a possibilidade de serem prejudicados tecnicamente durante esse período.

Diante das dificuldades impostas pela pandemia, os integrantes do grupo optaram por não abandonar as aulas e se dedicaram integralmente à prática, ressignificando essa experiência. A limitação de espaço os levou a explorar novas formas de se movimentar dentro de casa, estabelecendo uma nova relação entre seus corpos e o ambiente doméstico. Com o tempo, passaram a perceber melhor as distâncias, ajustando seus movimentos ao espaço disponível, seja contornando-o ou expandindo-o (Nascimento, 2020; Scaringi; Voigt, 2021).

Ao se doar inteiramente ao processo, e conforme o tempo passava, o status imutável da pandemia era revisto, e os alunos passaram a se dedicar mais às aulas e aos encontros, uma vez que as barreiras e dificuldades encontradas em relação às limitações espaciais foram transpassadas. Eu, naquele momento professor, comecei a perceber uma “nova relação surgindo” entre o sujeito que dança e o espaço circundante, e passei a relatar essas percepções no meu diário:

Penso num aumento da relação com o espaço que estamos vivendo diariamente, que é o interior dos nossos lares. Nesse momento pude acompanhar pela tela novas experimentações surgindo, também levando em consideração essa nova relação com o espaço (Diário do professor).

Refletir sobre o ambiente doméstico implica reconhecer que ele é ocupado por diversos objetos, como camas, mesas, sofás e armários, que atendem às demandas do cotidiano. Nesse novo contexto, tornou-se essencial reconhecer que esses objetos fazem parte do espaço e poderiam ser incorporados nos processos de experimentação na dança. A percepção desse ambiente é enriquecida pela interação com os objetos, por meio do toque, da sensação e até mesmo do olfato. Elementos como as dimensões, a luz, as cores, os sons e os próprios objetos, quando assimilados pelo praticante, conferem um significado emocional à prática (Fernandes; Lacerda, 2010).

Tipo, das adaptações em casa, né? Então, tipo, a gente tem que se adaptar ao espaço que a gente tem! Então, tipo, em um improviso, eu tenho uma cama, por que não usar? Pensar em “quebrar um pouco o padrão”, entre aspas, assim, né, vou dançar só em pé, ou só no chão? Por que não me apoiar na parede, apoiar na maçaneta da porta, na cama, coisas que estão do lado, tipo uma cadeira, sabe? E isso eu acho que a gente vai também descobrindo a nossa dança! É algo que sempre vai vir agregando... (Júpiter).

As práticas remotas de dança se destacaram com fundamental importância ao proporcionarem um ambiente em que o sujeito foi capaz de lidar com diferentes sentimentos, angústias e frustrações (Silva; Santos, 2022), que foram ao longo da pandemia tão amplificados pelas situações desnorteadoras vividas. Elas nos mostraram que, ainda com diversas adaptações e dentro de uma conjuntura espacial não tão adequada, foi possível, mesmo que em menor escala, desfrutar de algumas explorações de movimentos, guiadas por um viés de tempo de autoescuta: “amplificando-se pelo caminho de uma poética da distância no desejo de nos reencontramos em um corpo presente por meio da permanência no presente” (Andrade; Santos; Banov, 2021, p. 78).

Horizontes de pensamento

“Adaptação” tornou-se a palavra-chave. Para alguns, o período pandêmico foi marcado por desamparo, angústia e medo; para outros, representou uma oportunidade de reconexão com a própria vida e da busca por um sentido mais profundo para a sua própria existência. Durante esse momento singular, as pessoas vivenciaram uma ampla gama de emoções, ainda que muitas vezes contraditórias.

No contexto do grupo, foi necessário adaptar-se às telas dos computadores, à ausência dos colegas e à prática das atividades físicas no ambiente doméstico. Essa realidade desafiadora tornou-se, paradoxalmente, uma chance de superar barreiras, julgamentos externos e avaliações alheias, promovendo um olhar mais atento para si mesmos. Para eles, foi um período de muito trabalho, no qual acabaram percebendo a dimensão de tudo que havia sido realizado antes da pandemia (entre os encontros, os ensaios, coreografias e apresentações), coadunando com o achados de Capelatto e

Carvalho (2022) no que tange a um comparativo com o número das produções artísticas realizadas em anos anteriores ao período.

Em busca de uma corporeidade própria, os participantes experimentaram uma liberdade singular: espacial, psíquica e emocional, explorando novos modos de existir e de se movimentar no espaço. Com os exercícios e movimentos reconfigurados para esse cenário inusitado, o espaço deixou de ser o protagonista, abrindo caminho para uma atenção ampliada ao próprio corpo. Os participantes passaram a perceber com maior sensibilidade aspectos como a respiração, as micromovimentações corporais, as texturas, as temperaturas, além das emoções e sensações que emergiam.

Nesse contexto, a dança, durante a pandemia, pôde ser vista como um movimento de ressignificação do mundo. Mais do que uma atividade física, ela se configurou como uma estratégia de enfrentamento às questões pessoais e como um encontro profundo consigo mesmo (Leitão; Moreira; Souza, 2021). Ela ainda nos possibilitou experimentar novos movimentos, novas percepções temporais, novos usos do espaço, além de um aumento das vivências de conscientização corporal (Andrade; Santos; Banov, 2021), ampliando a percepção de si e do mundo sobremaneira.

Naquele contexto, ansiávamos pelo momento de retorno à vida dita “normal”. As relações passariam a ser encarnadas e moldariam mais uma vez como víamos o mundo. Os eventos e as práticas corporais remotas não surgiram para substituir os encontros presenciais. Mas, apesar disso, eles permitiram uma série de tomadas de ações que, dentro de contextos ímpares, foram fortalecendo os laços coletivos, “Não apenas para a manutenção da sensação de fazer parte e/ou estar junto, mas, sobretudo, movimentar-se!” (Mota, Patrício; Carbinatto, 2022, p.11)

Diante do contexto caótico vivido, percebemo-nos como seres em constante metamorfose, continuamente revendo e reavaliando nossas prioridades, escolhas e gostos (Sant’Ana et al., 2022). Entre os participantes ouvidos ao longo da pesquisa, foi relatado que mesmo em uma situação desfavorável houve a oportunidade de incorporar novos aprendizados e reaprender sobre si mesmo, sobre os outros, sobre o espaço e sobre o próprio mundo.

E eu, imerso em todas essas questões, busquei a essência de meu ser. Não vim aqui expor apenas o que estive além de mim, mas reconheço

no outro a força que impulsionou minha própria batalha. Recuar naquele momento não era uma escolha, e, com certa perseverança, nasceu a narrativa que agora se revelou a vocês.

Referências bibliográficas

- ALVES, F. S.; OTA, J. (In)tensões em fluxo no corpo vivo. **Revista Pensar a Prática**, v. 26, e71751, 2023.
- ANDRADE, C. R. de; SANTOS, R. F. dos; BANOVA, L. R. F. Danças de um tempo: pedagogias da ausência em meio à pandemia. **Cena**, Porto Alegre, n. 34, p. 73-82, 2021. DOI: 10.22456/2236-3254.110540
- BASTIAMPILLAI, T. et al. The COVID-19 pandemic and epidemiologic insights from recession-related suicide mortality. **Molecular Psychiatry**, v. 12, n. 25, p. 3445–3447, 2020.
- BAUMAN, C. D.; CARVALHO, J. G. Técnica e expressividade: análise fenomenológica do corpo na dança. **Motricidade**, Lisboa, v. 1, n. 1, p. 62-70, 2005. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2730/273021333008.pdf>. Acesso em: 12 set. 2025.
- BICUDO, M. A. V.; KLÜBER, T. E. A questão de pesquisa sob a perspectiva da atitude fenomenológica de investigação. **CONJECTURA: filosofia e educação**, Caxias do Sul, v. 18, n. 3, p. 24-40, 2013. Disponível em: <https://sou.uces.br/etc/revistas/index.php/conjectura/article/view/1949>. Acesso em: 12 set. 2025.
- BORGES, L. de M. Abalar a cara pálida, trocar de pele: percursos performativos para cruzar ontologias e gerações. **Sala Preta**, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 35-56, 2024. DOI: 10.11606/issn.2238-3867.v23i1p35-56
- BRINKMANN, S.; KVALE, S. **InterViews: learning the craft of qualitative research interviewing**. London: Sage, 2009.
- CARVALHO, L. de S. et al. O impacto do isolamento social na vida das pessoas no período da pandemia da covid-19. **Research, Society and Development**, Vargem Grande Paulista, v. 9, n. 7, p. 1-14, 2020.
- CAPELATO, E. F.; CARVALHO, R. B. da C. A experiência de um grupo de dança com atividades criativas durante a pandemia. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 20, 2022. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8766556>. Acesso em: 12 set. 2025.
- COHEN, R. Cartografia da cena contemporânea, matrizes teóricas e interculturalidade. **Sala Preta**, São Paulo, v. 1, p. 105-112, 2001. DOI: 10.11606/issn.2238-3867.v1i0p105-112
- EHRENBERG, M. C.; MIRANDA, R. de C. F.; CARBINATTO, M. V. Nos entrelugares das práticas corporais: circo e ginástica em tempos de pandemia. *In*: VIEIRA, R. A. G. (org.). **Desafios pandêmicos: a educação física frente à crise**. Belém: RFB, 2022. p. 131-147. Disponível em: https://www.gpef.fe.usp.br/livros/rubens_vieira_01.pdf. Acesso em: 12 set. 2025.

- FERNANDES, R.; LACERDA, T. Experiência estética do nadador: um estudo a partir da perspectiva de atletas de natação de alto rendimento. **Revista Portuguesa Ciências Desporto**, Portugal, v.10, n. 1, p. 180-188, 2010. Disponível em: https://rpcd.fade.up.pt/_arquivo/RPCD_Vol.10_Nr.1.pdf#page=62. Acesso em: 12 set. 2025.
- FRANCO, M. A.; SANTOS, L. A. M.; CAMINHA, I. de O. Subjetividade, corpo e intercorporeidade a partir da fenomenologia de Merleau-Ponty. **Holos**, Natal, v. 8, p. 1-13, 2020. DOI: 10.15628/holos.2020.9620
- GIDDENS, A. **Sociologia**. 4. ed.. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2004.
- KLIEMANN, A. A. **Biocartografias: questões de pertença**. 2015. Dissertação (Mestrado em Arte e Multimédia) – Universidade de Lisboa, Lisboa, 2015.
- LEITÃO, C. L.; MOREIRA, L. C.; SOUZA, S. F. de. Psicodança como ação terapêutica: relato de experiência durante a pandemia de covid-19. **Revista do NUFEN**, Belém, v. 13, n. 2, p. 71-81, 2021. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2175-25912021000200007&script=sci_arttext. Acesso em: 12 set. 2025.
- LIMA, G. R. F. Ensino remoto de dança na Escola Livre de Dança da Maré em 2020 durante a pandemia de covid-19. **Urdimento: Revista de Estudos em Artes Cênicas**, Florianópolis, v. 3, n. 42, p. 1-21, 2021. DOI: 10.5965/1414573103422021e0113
- LIMA JUNIOR, E. B. *et al.* Análise documental como percurso metodológico na pesquisa qualitativa. **Cadernos da FUCAMP**, Monte Carmelo, v. 20, n. 44, p. 36-51, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2356>. Acesso em: 12 set. 2025.
- MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da percepção**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2011.
- MONTEIRO, P. P. **Quem somos nós? O enigma do corpo**. 2. ed. Belo Horizonte: Gutenberg, 2006.
- MOTA, K. C. C. **(Sobre) vivência: o se-movimentar durante a pandemia**. 2023. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2023.
- MOTA, K. C. C.; PATRICIO, T. L.; CARBINATTO, M. V. “Longe, mas juntos”: experiências vividas em um festival de ginástica para todos em tempos de pandemia. **Movimento**, v. 28, e28026, 2022. DOI: 10.22456/1982-8918.120258
- NASCIMENTO, A. B.; MAIA, J. L. F. Comportamento suicida na pandemia por COVID-19: Panorama geral. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 5, e59410515923, 2021.
- NASCIMENTO, M. de M. Dança e conhecimento: reflexões sobre o corpo vivido. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 32, n. 62, p. 1-17, 2020. DOI: 10.5007/2175-8042.2020.e65366
- NÓBREGA, T. P. da. A atitude fenomenológica: o corpo-sujeito. *In*: NÓBREGA, T. P. da; CAMINHA, I. de O. (org.). **Merleau-Ponty e a Educação Física**. São Paulo: LiberArs, 2019. p. 69-91.
- OSLER, L. Feeling togetherness online: a phenomenological sketch of online communal experiences. **Phenomenology and the Cognitive Sciences**, v. 19, p. 569-588, 2020. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11097-019-09627-4>. Acesso em: 12 set. 2025.

- ORNELL, F. et al. Pandemia de medo e CoVid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 12-16, 2020.
- PARDELHA, I. I. P. **Percepção e memória sensível em Maurice Merleau-Ponty**. 2007. Dissertação (Mestrado em Estética e Filosofia da Arte) – Departamento de Filosofia, Faculdade de Letras, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2007.
- PATRÍCIO, T. M. **Ser no mundo e ser com o outro**: experiências vividas em um festival de ginástica. 2021. Tese (Doutorado em Educação Física) – Escola de Educação Física e Esportes, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2021.
- SANTANA, R. dos A. et al. Narrativas pessoais: manifestação e ressignificação identitária durante a pandemia de covid-19. **Recital — Revista de Educação, Ciência e Tecnologia de Almenara/MG**, Almenara, v. 4, n. 1, p. 138-158, 2022. DOI: 10.46636/recital.v4i1.176.
- SBEGHEN, I. L.; WITTIZORECKI, E. S.; HAAS, A. N. Proposta pedagógica de dança em tempos de pandemia. **Corpoconsciência**, Mato Grosso, v. 26, n. 3, p. 20-35, 2022. DOI: 10.51283/rc.v26i3.13475.
- SCARINGI, V. C.; VOIGT, M. M. **Arte em tempos de pandemia**: reflexões acerca do ensino e da aprendizagem da dança em ambiente virtual. Campina Grande: Realize, 2021. v. 3. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/ebooks/conedu/2020/ebook3/TRABALHO_EV140_MD7_SA100_ID5673_24082020221428.pdf. Acesso em: 12 set. 2025.
- SILVA, J. de P.; SANTOS, J. C. dos. A prática da dança em tempos de pandemia: possibilidades, desafios e benefícios. **Revista Cocar**, Belém, v. 17, n. 35, 2022. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/5392>. Acesso em: 12 set. 2025.
- SURDI, A. C.; KUNZ, E. Fenomenologia, movimento humano e a educação física. **Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n. 4, p. 2063-290, 2010.
- TOURINHO, L. L.; SILVA, E. L. da. Estudo do movimento e a preparação técnica e artística do intérprete de dança contemporânea. **Artefilosofia**, Ouro Preto, v. 1, n. 1, p. 125-133, 2006. Disponível em: <https://periodicos.ufop.br/raf/article/view/801>. Acesso em: 12 set. 2025.
- WESEMANN, A. Porque dançar? Seis perguntas que resguardam uma forma de arte que não nos pertence. **Sala Preta**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 37-41, 2011. DOI: 10.11606/issn.2238-3867.v11i1p37-41.
- ZIKAN, F. E. et al. Arte e extensão no campo da saúde – elos em educação. **Raízes e Rumos**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 210-219, 2020. DOI: 10.9789/2317-7705.2021.v9i2.44-63.

Recebido em: 19/03/25

Aprovado em: 26/08/25

Publicado em: 10/11/2025