

**Comunicação oral na Palestra “O porquê da dança”, Centro Musibéria,
Serpa, 5 de julho de 2025, 18 horas, inserida no projeto MAIOR,
promovido pela Associação Cultbéria.**



O porquê da Dança: a minha Dança por quê?

Vítor Garcia

Instituto Politécnico de Lisboa (IPL)

Escola Superior de Dança (ESD)

Resumo

A partir da pergunta-chave: “**O porquê da Dança: a minha Dança por quê?**”, servindo como fio condutor, apresenta-se uma comunicação abrangendo a exploração pessoal e profissional da dança como forma de expressão, terapia/cura, socialização, carreira e identidade.

São abordadas características e significados centrais como: a **Dança** como **linguagem** universal não-verbal, repleta de valor semiótico que comunica emoções, ideias e narrativas através do movimento; a corporeidade (*embodiment*), conceito central nos Estudos de Dança na contextualização do **corpo** como meio de expressão complexa, emocional e simbólica; as diversas funções da Dança enquanto forma de Arte, de terapia, de atividade física, de sociabilidade, de espiritualidade, como meio de construção de identidade e de autoconhecimento. Para tal, é solicitada a ajuda, através de citações, de autores relevantes como Merce Cunningham, André Lepecki, Valerie Preston-Dunlop e William Forsythe para explicar e reforçar a dimensão teórica e sensível da dança.

O trajeto pessoal e **profissional** em diversos campos, como o da interpretação (bailarino), docência (professor e ensaiador), investigação e criação coreográfica, na valorização de uma **carreira** assente num percurso transdisciplinar baseado na prática, formação contínua e estudo, curiosidade e adaptação.

A dança não é apenas para se ver - é sobretudo para sentir -, é uma experiência única de estar no mundo. A motivação para dançar é única para cada pessoa. A sua prática continuada mantém e fortalece uma conexão profunda com a Arte e com o corpo.

Palavras-chave: dança, linguagem, corpo, carreira profissional

**Comunicação oral na Palestra “O porquê da dança”, Centro Musibéria,
Serpa, 5 de julho de 2025, 18 horas, inserida no projeto MAIOR,
promovido pela Associação Cultbéria.**

Abstract

Using the key question: "**The why of Dance: why my Dance?**" as a guiding thread, this communication presents a reflection encompassing the personal and professional exploration of dance as a form of expression, therapy/healing, socialization, career, and identity.

Core characteristics and meanings are addressed, including: **Dance** as a universal non-verbal **language**, imbued with semiotic value that communicates emotions, ideas, and narratives through movement; corporeality (embodiment), a central concept in Dance Studies that contextualizes the **body** as a means of complex, emotional, and symbolic expression; the diverse functions of dance as an Art form, therapy, physical activity, sociability, spirituality, as a means of identity construction and self-knowledge. Quotes from relevant authors such as Merce Cunningham, André Lepecki, Valerie Preston-Dunlop and William Forsythe explain and reinforce the theoretical and sensitive dimensions of dance.

The personal and **professional** journey spans diverse fields, such as interpretation (dancer), teaching (professor and rehearsal director), research, and choreographic creation, fostering a **career** based on a transdisciplinary approach based on practice, ongoing training and study, curiosity, and adaptation.

Dance is not just for viewing – it is about feeling -, it is a unique experience of being in the world. The motivation to dance is unique to each person. Continued practice maintains and strengthens a deep connection with Art and with the body.

Keywords: dance, language, body, professional career

Boa tarde a todas e a todos.

Gostaria de começar por cumprimentar todos os presentes; os meus colegas de conversa, o **professor José Gil**; a **coreógrafa Amélia Bentes**; e agradecer à **Musibéria** na pessoa de seu **diretor César Silveira**, o convite para participar nesta nossa conversa sobre a Dança.

Sobre a Dança de um ponto de vista que considero muito pertinente que é a abordagem de um conceito de **DANÇA ‘MAIOR’**, mas aqui de uma abordagem do meu próprio percurso na Dança, e das experiências, motivações, aprendizagens e reflexões, que conseqüentemente esse **percurso me proporcionou e permitiu**. O que leva a propor, para iniciar, a pergunta, “**O porquê da Dança: a minha Dança por quê?**”

**Comunicação oral na Palestra “O porquê da dança”, Centro Musibéria,
Serpa, 5 de julho de 2025, 18 horas, inserida no projeto MAIOR,
promovido pela Associação Cultbéria.**

Uma primeira reflexão e constatação sobre esta questão, nesta perspectiva individual, é a que **Dançar é uma forma de expressão artística, uma atividade física, uma maneira de socialização, um meio de terapia, de cura ou até mesmo uma busca por sentido na vida**; e isto tudo ao mesmo tempo. Estas foram as principais vias, ou caminhos, que a Dança me **proporcionou** percorrer e desenvolver, promovendo e **permitindo** o crescimento e amadurecimento da minha **capacidade e expressão artísticas**, de uma **carreira profissional sólida nas Artes Performativas**, de trabalhar e consolidar **competências nos campos social, relacional, emocional e até espiritual**, uma vez descoberta e compreendida a sua **qualidade e caráter holísticos**.

Em termos gerais, a dança apresenta-se e entende-se como uma **linguagem universal**, enquanto meio de comunicação não-verbal e que transcende barreiras culturais, sociais e linguísticas, ao ser composta de uma **enorme carga e valor semióticos***. O seu **caráter - comunicativo e artístico** - manifesta-se através da **expressão física/corporal, utilizando o movimento que se torna e comporta como linguagem, para transmitir emoções, ideias e narrativas**. Tem a capacidade, enquanto **forma de Arte**, de explorar a relação entre corpo, espaço e ritmo, comunicando-se com o público de **maneira não verbal; de modo semiótico**. Esta capacidade é definida por diversos autores como o processo denominado de **corporeidade (embodiment)**. É um conceito chave amplamente abordado nos Estudos de Dança.

Merce Cunningham define ‘Dançar’ em termos bastante diretos e simples, “Dancing, for me, is **movement in time and space**”. (Merce Cunningham in Richard Fraser, 1989). André Lepeki refere, a propósito, que “Dance’s inescapable **corporeality** constantly demonstrates to dancers and audiences alike concrete possibilities for **embodying**-otherwise – since a dancer’s labor is nothing else than to embody, disembody and re-embody, thus refiguring corporeality and proposing improbable **subjectivities**.” (Lepeki, 2012, p. 15). As **subjectividades improváveis** que o autor refere, propostas pelos bailarinos e transmitidas pelos seus corpos e o seu movimento, configuram a comunicação, a expressão artística, o contato com o observador, o público, a **transmissão de mensagem por via semiótica**, que se configura numa **linguagem** que toca, que dialoga, que se vê e que se sente. Valerie Preston-Dunlop e Ana Sanchez-Colbert abordam esta temática de forma relacionada com a prática.

Dance practice is one of **embodiment**. Embodiment is a process which **gives tangible form to ideas**. It is also a process by which the ideas dormant in practice emerge. In dance, it fuses the ideas with the movement and with the performer of the movement. Indeed, embodying a dance work fuses all the participants in the event in a multilayered tangible process. Tangible form emerges in sound and sight in a variety of media particular to each performance and each event. **The embodiment of movement by performers is a more complex process** than the word suggests. It is more than getting movement into performers’ bodies, more than their physical muscle, bone and skin. (Preston-Dunlop, Sanchez-Colbert, 2002, p. 7).

**Comunicação oral na Palestra “O porquê da dança”, Centro Musibéria,
Serpa, 5 de julho de 2025, 18 horas, inserida no projeto MAIOR,
promovido pela Associação Cultbéria.**

Dançar é, então e também, uma forma de **expressar emoções, libertar tensões e experimentar uma sensação de liberdade e alegria**, de propósito e de pertença. A dança pode ser uma poderosa ferramenta terapêutica, auxiliando na superação de traumas, no desenvolvimento da autoestima e na promoção de bem-estar emocional. As palavras de Lisa Marie Naugle reforçam estas ideias, de forma algo consequente, ao concluir que “If embodiment is mainly about how we **perceive, grasp and use experience** in our bodies, then the limits of embodiment must be **our ability to sense and act** in the world.” (Naugle, 2001, p. 460).

Por outro lado, a dança pode funcionar como um relevante **veículo de socialização** promovendo a interação entre indivíduos, fortalecendo laços e criando **comunidades**. As companhias de dança profissionais, os grupos amadores, a simples prática regular da atividade, apresentam-se como veículos que conduzem ao viabilizar todas estas possibilidades e aspetos intrínsecos da Dança. É muito gratificante descobri-la e usá-la enquanto meio de explorar a própria **identidade**, experimentar diferentes papéis e descobrir novas facetas do ‘eu’, da nossa **singularidade**. Uma ligação profunda com o corpo e com o movimento torna mais possível desenvolver uma maior consciência física e uma compreensão mais íntima das próprias capacidades e limites. Um exemplo de abordagem sob aspetos da **motricidade aliada a uma determinada ‘poética’** é a de Katie Duck: “Dance is **fancy walking**”. (Katie Duck, 2024).

Outra reflexão e constatação, continuando nesta perspetiva individual, é sobre a construção de uma **carreira profissional viável**. Como muitas outras práticas artísticas, a Dança necessita de tempo, de perseverança, de dedicação, de capacidade de adaptação, de disciplina e acima de tudo, de continuidade para se assumir como prática profissional sustentável. A **prática profissional** pode apresentar diferentes vias, que embora possuam características distintas, podem ser complementares na contribuição para a construção e consolidação do domínio do **conhecimento empírico implícito**. Talento, curiosidade, paixão e capacidade de desenvolver esse conhecimento de forma interdisciplinar tornam-se ferramentas fundamentais.

Para a evolução do bailarino e intérprete, deter **entendimento e prática** dos processos criativos da criação coreográfica, de conhecimento de história e de repertório, de filosofia e de estética, poderá permitir desenvolver maior versatilidade, eficácia, competitividade e estabilidade. Uma forma de potencializar estas **competências (skills)** e a sua interdisciplinaridade, e que constitui ainda outra via de carreira, é a da lecionação. Ser professor de Dança, ensaiador ou assistente de coreografia viabilizam a análise e o questionamento de modo reflexivo, que pode flexibilizar ainda mais uma carreira em Dança. A prática exclusiva da criação coreográfica, a direção artística e até atividades ligadas a aspetos mais técnicos como cenografia, desenho de iluminação e outros aspetos de produções de eventos e espetáculos de Dança, também constituem alternativas.

**Comunicação oral na Palestra “O porquê da dança”, Centro Musibéria,
Serpa, 5 de julho de 2025, 18 horas, inserida no projeto MAIOR,
promovido pela Associação Cultbéria.**

O **meu percurso e carreira** foram construídos e cimentados nestas premissas. Em 40 anos de carreira em Dança, com 20 desses anos dedicados à atividade de **bailarino e intérprete**, de modo continuado e muito intenso (6 companhias); com 30 anos de **lecionação** – tendo os primeiros 10 anos sido desenvolvidos junto de companhias profissionais, enquanto professor residente e convidado, **ensaiador e assistente de coreografia**, simultaneamente com a atividade de bailarino -, e os restantes 20 dedicados ao ensino vocacional superior, em simultâneo com vasta **investigação académica**. Tudo isto permeado por incursões pela **criação coreográfica**, com criação de peças coreográficas para Festivais, Companhias, Escolas e Competições, formação técnica específica variada e estudos académicos. Trouxe-me um conhecimento ao mesmo tempo vasto e concreto, que devido ao seu potencial interdisciplinar **permitiu-me** desenvolver uma prática nas vertentes empírica e académica, conseqüentemente de modo consolidado e transdisciplinar.

Proporcionou-me oportunidades de trabalhar em companhias relevantes, ter contato com alguns dos mais conceituados professores, coreógrafos e diretores, de viajar e conhecer grande parte do Mundo, de viver fora do país e conhecer outras culturas; de me desenvolver enquanto ser, enquanto cidadão, enquanto artista. Ao mesmo tempo que me incitou ao amadurecimento e à transmissão dos conhecimentos adquiridos e aperfeiçoados a outros, que os tomam para o seu próprio crescimento e formação, criando uma cadeia de continuação e evolução do conhecimento e da prática artística. A progressão de uma compreensão do domínio transdisciplinar é, sem dúvida, um caminho mais conducente ao solidificar de uma carreira alicerçada num conhecimento empírico personalizado e consistente. Para isso, achar os caminhos interdisciplinares que mais se ajustam às características e vontades de cada indivíduo é fundamental. Constante formação, redefinição, estudo, investigação, mantendo **a curiosidade, a criatividade e a coerência** são chaves para o sucesso de edificação e manutenção de uma **carreira profissional**.

O conceito de carreira profissional em dança está, de certo modo, associado a **longevidade**. Seja no aspeto físico – com o corpo que vai mudando as suas capacidades físicas alterando o domínio técnico -, seja no campo emocional e cognitivo; é ao longo do tempo e da **experiência adquirida** que essa trajetória se irá afirmar. É aqui que a adaptabilidade e as competências transdisciplinares adquiridas se tornam úteis e fulcrais. Até para além de uma possível carreira profissional, há a possibilidade de **continuidade** dos notórios benefícios de uma **prática** assídua da Dança. Uma possibilidade de abraçar a ideia de um projeto como, por exemplo, o **‘Projeto MAIOR’!** A **Dança** pode conseguir continuar a ser uma fonte de inspiração, de bem-estar e de beleza, permitindo que o indivíduo permaneça ligado com a atividade física, a **estética, a música e a múltiplas outras formas artísticas**. Através da Dança, é possível prolongar a atividade de apreciar a harmonia, a elegância e a expressividade do movimento humano, encontrando na sua prática um profundo sentido de prazer e satisfação. **De estar continuamente ligado à Arte.**

**Comunicação oral na Palestra “O porquê da dança”, Centro Musibéria,
Serpa, 5 de julho de 2025, 18 horas, inserida no projeto MAIOR,
promovido pela Associação Cultbéria.**

Em resumo, a resposta à pergunta inicial: "**O porquê da dança: a minha dança por quê?**" é multifacetada e pessoal. A dança pode ser uma **forma de expressão, uma atividade física, uma ferramenta terapêutica, um meio de socialização, uma busca por identidade ou uma fonte de beleza e inspiração. Pode ser uma profissão, ou várias numa só, ou apenas uma atividade artística e física.** A motivação para dançar é única para cada indivíduo, e a beleza da dança reside na sua capacidade de se adaptar às necessidades e aspirações de cada um. **A Dança é, então, de cada um! Cada um com a sua Dança!** Concluo utilizando um excerto de uma comunicação de William Forsythe sobre esta mesma questão, em entrevista:

Dance, we all do it because **we love it!** Why do we love it? It's partly **the sensation, of dancing.** It doesn't look like anything to us, if you're on stage you can't look like anything, **you can only feel like something.** It's a **way of being that is really unique!** (Houston Ballet, 2017).

Sigo mantendo uma vontade tremenda de continuar a fazer minhas estas suas palavras! Só prova que sendo de cada um, a **Dança é para todos os que a sentirem!**

Termino agradecendo a presença e a atenção de todos,

Muito Obrigado!

Nota: * "carga semiótica" refere-se ao conjunto de significados e valores atribuídos a um signo, enquanto o "valor semiótico" é a importância ou relevância desse signo dentro de um contexto específico. A carga semiótica envolve a dimensão de sentido que um signo carrega, enquanto o valor semiótico se refere à sua influência e impacto na construção de significado.

Referências Bibliográficas

Duck, K. (2024). *Katie Duck*. <https://katieduck.com/teaching/katie-duck-workshop/>
<https://katieduck.com/teaching/katie-duck-workshop/>

Fraser, R. (1989). Dancing. In Preston-Dunlop, V. (Ed.). (2016). *Dance Words* (p. 3). Routledge.

Houston Ballet (2017, fevereiro 16). *Dance Talk 8-30-16 A Conversation with William Forsythe* [ficheiro em video]. https://www.youtube.com/watch?v=jtgpH_SN9Y4

Lepecki, A. (Ed.). (2012). *Dance*. Whitechapel Gallery.

Naugle, L. M. (2001). Technique/Technology/Technique. In Dils, A.& Albright, A. C. (2001). *Moving History/Dancing Cultures: A Dance History Reader* (pp. 459-461). Wesleyan Dance.

Preston-Dunlop, V. & Sanchez-Colberg, A. (2002). *Dance and the performative*. Verve Publishing.